



Poruchy osobnosti



Definice

Osobnost představuje individuální soubor duševních a tělesných vlastností člověka, které se vytvářejí v průběhu vývoje a projevují se v sociálních vztazích. Vrozené a získané vlastnosti tvoří strukturu osobnosti, která je pro každého člověka charakteristická. V průběhu individuálního vývoje se stále více doplňují vrozené dispozice (shrnuté pod termínem temperament) a obohacují se vlastnostmi získanými (charakter).

Poruchy osobnosti jsou variantou charakterových a temperamentových rysů, které se výrazně odchyľují od rysů patrných u většiny lidí. Jde o hluboce zakořeněné a přetrvávající vzorce chování, projevující se jako stereotypní reakce na široký rozsah osobních i sociálních situací. Projevy poruch osobnosti tedy nejsou omezeny jen na nějaký spouštěcí podnět, ale projevují se v širokém okruhu situací. Jsou funkčně problematické, svému nositeli způsobují obtíže.



Kognitivní schémata

Jedním z přístupů specifikujících **charakterologické komponenty osobnosti** je kognitivní teorie používající termín **schéma**.

Schéma je základní přesvědčení, na jehož základě si člověk organizuje svůj pohled na sebe, svět kolem a budoucnost.

Kognitivní schéma – relativně stabilní způsob organizace myšlení a hodnocení událostí. Tato schémata představují souhrn základních, často nevyřčených a nevědomých předpokladů o tom, jaký jsem, jaký je svět kolem mě a co od něj mohu očekávat.

A. T. Beck původně schémata rozdělil do tří skupin podle oblasti prožívání ve které se nejvíc uplatňují: výkon, přijetí, moc.

Stabilita schémat není zcela absolutní: probíhají procesy asimilace a akomodace.



Kognitivní omyly

- Nepodložené závěry, svévolné dedukce
- Zkreslený výběr faktů, selektivní abstrakce
- Nadměrné zevšeobecnění (generalizace)
- Přehánění a bagatelizace
- Vztahovačnost
- Černobílé (dichotomní) myšlení
- Čtení myšlenek
- Negativní věštby
- Diskvalifikace pozitivního
- Argumentace emocemi
- Značkování



Prevalence poruch osobnosti

Relativně četné v běžné populaci: 6-9% populace.

Všeobecná ambulantní péče: 20-30%

Ambulantní psychiatričtí pacienti: 30-50%

Klienti psychoterapeutických pracovišť: 50%

Hospitalizovaní psychiatričtí pacienti: 15%, 50% komorbidní porucha osobnosti



Vyhýbavá porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem nežádoucí, neschopný, společensky neobratný.

Přesvědčení o druhých: Druzí lidé mě odmítnou.

Předpoklady: Kdyby mě lidé skutečně poznali, odmítli by mě. Když se budu přetvařovat, možná mě přijmou.

Strategie chování: Vyhýbá se intimitě, vyhýbá se hodnotícím situacím.

Nadměrně rozvinuté strategie: Sociální zranitelnost, vyhýbání se, tlumení.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Asertivita, sebedůvěra, družnost.

Prototypické přání (Robinson): Cítím se zahanbený tím, jaký jsem, a zesměšněný svojí nešikovností, ale toužím po přijetí.



Závislá porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem bezmocný.

Přesvědčení o druhých: Druzí lidé by se o mě měli postarat.

Předpoklady: Kdybych se spoléhal na sebe, selhal bych. S pomocí druhých přežiji, budu šťastný, atd. Potřebuji druhé, aby mi stále dodávali podporu a odvahu.

Strategie chování: Spoléhá se na druhé lidi. Pěstuje závislé vztahy.

Nadměrně rozvinuté strategie: Vyhledávání pomoci, přilnavost.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Pružnost, soběstačnost.

Prototypické přání (Robinson): Cokoliv chceš udělat je bezvadné, jen buď se mnou!



Pasivně-agresivní porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem soběstačný. Jsem zranitelný vůči kontrolování a zasahování.

Přesvědčení o druhých: Druzí kontrolují, zasahují, vyžadují, jsou dominantní.

Předpoklady: Druzí omezují moji svobodu. Kontrola od druhých je nesnesitelná. Musím si dělat věci po svém.

Strategie chování: Pasivní rezistence, na povrchu přizpůsobivost. Vyhýbá se, sabotuje, mění pravidla.

Nadměrně rozvinuté strategie: Autonomie, rezistence, pasivita, sabotování.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Intimita, asertivita, aktivita, kooperace.



Anankastická porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Můj svět se může vymknout z kontroly.

Přesvědčení o druhých: Druzí mohou být nezodpovědní.

Předpoklady: Když nebudu stoprocentně zodpovědný, může se mi zřítit svět. Když zavedu přesná pravidla, dopadne to dobře.

Strategie chování: Rigidně kontroluje druhé. Aplikuje pravidla, moralizuje, hodnotí.

Nadměrně rozvinuté strategie: Kontrola, odpovědnost, systematičnost.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Spontaneita, impulzivita.

Prototypické přání (Robinson): Když ti ukážu, jak perfektně dělám věci, pak mi dovolíš, abych zlepšil i věci pro tebe!



Paranoidní porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem zranitelný, ale nedám se, musím být silný.

Přesvědčení o druhých: Druzí lidé jsou zlí.

Předpoklady: Kdybych druhým věřil, mohli by mi uškodit. Když si dám pozor, mohu se ubránit.

Strategie chování: Je nadměrně podezřívavý. Hledá skryté motivy, ovlivňuje, pátrá, protiútočí.

Nadměrně rozvinuté strategie: Ostražitost, nedůvěřivost, podezřívavost.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Klid, důvěra, přijímání druhých.

Prototypické přání (Robinson): Využiješ mě ihned, jakmile si přestanu dávat pozor!



Antisociální (disociální) porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem zranitelný a osamělý.
Kompenzačně – jsem silný, chytrý, vychytralý.

Přesvědčení o druhých: Druzí by mě mohli vykořisťovat, zneužívat.

Předpoklady: Když nebudu jednat první, mohou mi ublížit. Když budu jednat první, budu ve výhodě. Druzí jsou hlupáci.

Strategie chování: Využívá druhé, manipuluje. Napadá, krade.

Nadměrně rozvinuté strategie: Bojovnost, utlačování druhých, využívání druhých.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Empatie, vzájemnost, sociální citlivost.

Prototypické přání (Robinson): Nikdo mi nic nedaruje, leda tak bolest, a tak koukám mít ze všeho výhody a dělám si, co chci.



Narcistická porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem lepší než druzí. Může jít o kompenzaci pocitů méněcennosti.

Přesvědčení o druhých: Druzí jsou horší.

Předpoklady: Když se mnou druzí zacházejí normálně, znamená to, že si o mně myslí, že jsem horší. Jsem originál, potřebuji speciální přístup, obecná pravidla mě nezajímají.

Strategie chování: Vyžaduje zvláštní zacházení. Vyhledává situace, v nichž může vyniknout.

Nadměrně rozvinuté strategie: Sebezdrůrazňování. Soutěživost.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Sdílení. Identifikace se skupinou.

Prototypické přání (Robinson): Nejsem nejlepší, koho jsi kdy viděl?
Musíš si stále uvědomovat můj talent, konexe a moc!



Histriónská porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Nic nejsem. Kompenzace: Jsem velkolepý!

Přesvědčení o druhých: Druzí si mě nebudou vážit pro mě samotného. Kompenzace: Lidé jsou tady proto, aby mi sloužili nebo aby mě obdivovali.

Předpoklady: Když nebudu zábavný, nebudu pro druhé přitažlivý. Když se budu chovat dramaticky, získám pozornost druhých a jejich přijetí.

Strategie chování: Předvádí se. Používá dramatizace, přehánění, dramatické záchvaty vzteku, pláče. Vyhrožuje suicidiem.

Nadměrně rozvinuté strategie: Předvádění se. Sebevyjadřování, přehánění.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Vzájemnost, kontrola, systematičnost.

Prototypické přání (Robinson): Řekni mi, že jsem nádherný a navždy mě zbožňuj!



Schizoidní porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem nepřizpůsobivý. Jsem soběstačný. Jsem samotář.

Přesvědčení o druhých: Druzí mi nemají co nabídnout.

Předpoklady: Když si budu od druhých udržovat odstup, bude se mi dařit lépe. Kdybych se snažil mít vztahy, nefungovaly by. Vztahy nic nepřinášejí.

Strategie chování: Vytváří si odstup.

Nadměrně rozvinuté strategie: Autonomie, stažení se.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Intimita, vzájemnost.

Prototypické přání (Robinson): Prosím, nech mě samotného, necítím se s tebou dobře!



Hraniční porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem vadný. Jsem bezmocný. Jsem zranitelný. Jsem špatný.

Přesvědčení o druhých: Druzí lidé mě zradí, opustí. Lidem se nedá věřit.

Předpoklady: Kdyby to záviselo jen na mně, nepřežil bych. Když budu věřit druhým, opustí mě. Když budu závislý na druhých, přežiji, ale nakonec budu opuštěn.

Strategie chování: Kolísá mezi extrémny chování.

Nadměrně rozvinuté strategie: Impulzivita, upřímnost, odvaha, nesouhlas, nekonvečnost.

Nedostatečně rozvinuté strategie: Ovládání afektů, kooperace, systematičnost, identifikace se skupinou, důvěra, relativnost pohledu.

Prototypické přání (Robinson): Nebýt sám znamená, že budu opět zraněn, a to mě teda vzteká, ale nepokoušej se mě opustit!



Schizotypální porucha osobnosti

Jádrové přesvědčení o sobě: Jsem vadný.

Přesvědčení o druhých: Druzí mě ohrožují, jsou nečitelní, nerozumím jim.

Předpoklady: Když mám pocit, že druzí mají vůči mně negativní pocity, musí to být pravda. Když budu obezřetný k druhým, snad mohu odhadnout alespoň částečně jejich úmysly.

Strategie chování: Předpokládá skryté motivy. Vyhýbá se kontaktům. Věnuje se monotónním samotářským činnostem.

Prototypické přání (Robinson): Konvence mě zlobí (nebo nudí). Je řada jiných cest, jak vysvětlit, o co jde – můžeme je hledat.



Léčba poruch osobnosti

Terapeut musí vybrat správné metody, ty se týkají pěti oblastí:

Prostředí terapie – ambulantní, hospitalizace, denní stacionář,...

Formát terapie – individuální, skupinová, rodinná, párová, kombinovaná

Orientace terapie – terapeutický přístup a jeho metody, nejčastěji psychoanalytická, systemická, KBT, rogersovská (na člověka orientovaná)

Somatická terapie – farmakoterapie, výživa, cvičení, rehabilitace...



Léčba poruch osobnosti

Předpoklady účinné terapie:

- Ochota pacienta ke změně!!!
- Čím hůře je určitá porucha léčitelná, tím je nutnější kombinovaný, integrovaný a na míru šitý přístup.
 - dobře léčitelné poruchy:závislá, histriónská, anankastická, vyhýbavá, depresivní
 - průměrně léčitelné: narcistická, hraniční, schizotypní
 - špatně léčitelné: paranoidní, pasivně-agresivní, schizoidní, antisociální
- Účinná léčba by se měla zaměřovat jak na obecné, tak na konkrétní léčebné cíle.
- Pokud má pacient více než jednu poruchu osobnosti, zpočátku je léčíme odděleně.