

Пассивно-агрессивное расстройство личности



# Диагностические особенности:



- сопротивление внешним требованиям
- промедление, плохое качество работы
- «забывание» обязательств
- недовольство необходимостью соответствовать стандартам
- нежелание выполнять чьи-то просьбы и поручения
- реакции в пассивно-провокационной манере
- возмущение внешними требованиями
- недостаток уверенности в себе
- обвинение других людей в своих проблемах

- откладывание работы
- перемены настроения
- негодование, раздражительность, когда другие просят об услуге
- голословное утверждение, что другие предъявляют необоснованные требования
- невыполнение обязательств
- обиды на полезные советы окружающих
- блокирование усилий других, не выполняя своей части работы
- необоснованная критика или презрение людей, наделенных властью



# Осмысление с точки зрения КОГНИТИВНОЙ психотерапии



# Автоматические мысли и установки

- Все пытаются меня использовать, и если я это позволю, я никчем
- Другие не оценивают меня по достоинству, и пытаются меня контролировать
- Все должно происходить определенным образом (что приводит к низкой устойчивости к фрустрации)
- Я не обязан этого делать
- Как они смеют указывать мне, что делать!
- Я буду делать то, что хочу

- Никто не похвалит меня за сделанную работу
- Люди пользуются мной
- Никто никогда не принесет мне успеха
- Люди должны относиться ко мне с большим уважением
- Жизнь полна несчастий
- Мой напряженный труд не будет вознагражден
- Если сейчас все идет хорошо, значит скоро несомненно случится что-нибудь плохое

- Люди не понимают меня
- Жизнь полна несчастий и с этим ничего не поделаешь
- Люди стремятся меня использовать
- Быть откровенным – опасно
- Эти глупые правила ограничивают мою личность



# Поведение

- **ПЛОХАЯ РАБОТА** - связаны с когнит. структурами, возникающими на основе возмущения необходимостью выполнять обязательства

**«Мне придется это делать»**

- **ПРМЕДЛЕНИЕ** – заключается в следовании по пути наименьшего сопротивления

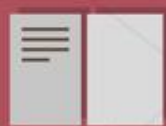
**«Нет необходимости делать это сейчас»**

- **Столкнувшись с негативными последствиями обязательств –** проявление недовольства людьми, наделенными властью, вспышки гнева, саботаж
- \* в терапии это может проявляться в отказе платить за сессию, опозданиях, отказ сотрудничать в лечении

# Эмоции

- гнев
- раздражение
- недовольство
- возмущение
- частые перемены настроения
- склонность к пессимизму

# Клинические стратегии



# 1

- Сосредоточиться на совместной работе, т.е. на активном участии в психотерапевтическом процессе
- Важно, чтоб пациент понимал, что он самостоятельно принимает решение
- Можно предложить на выбор несколько Д/з или проблем для обсуждения на сессии
- Если пациент твердо верит в свои автоматические мысли, можно предложить рассмотреть их как гипотезы, которые могут быть истинными/ неистинными. Замет вместе придумать «эксперимент», чтобы проверить и обосновать их

## 2

- Помочь пациенту установить контакт с автоматическими мыслями
- зная больше о своих автоматич.мыслях, пациент будет учиться выявлять те мысли, которые вызывают негативные эмоции и дисфункциональное поведение

# 3

- Психотерапевт должен проявлять последовательность в лечении
- Правила, которые установлены относительно времени, оплаты и тд., необходимо последовательно соблюдать

Такой порядок поможет продемонстрировать, что часто установки и поведение пациентов приводят к негативным последствиям

\*если опаздывает на сессию, психотерапевт должен закончить сессию в обычное время, не позже



- «Я не должен приходить туда вовремя, никто не будет мне указывать, что делать»
- С помощью обсуждений, можно помочь пациенту научиться прямым, а не косвенным средствам выражения. И если клиент не хочет намечать сессию в определенный час, он может сообщить, что «Это время нежелательно /неудобно для меня»

# 4

- Исследовать методы «мщения»
- если пациент на кого-то рассержен и реагирует на это, не выполняя свою работу хорошо, должны быть исследованы такие убеждения, как «Люди должны быть наказаны» или «Я буду делать что хочу».
- Следует рассмотреть преимущества и недостатки такой стратегии и выработать альтернативные стратегии

# 5

- Побуждение пациентов к проявлению соответствующих социальных навыков
- Психотерапевт должен постепенно научить этим навыкам.
- Когда когнитивные структуры препятствуют доступному адекватному социальному поведению, необходимо изменение конкретных когнитивных структур.

# 6

- Чтобы выявить автоматические мысли - на сессии выявляются автоматические мысли во время эмоциональных сдвигов и даются домашние задания для выявления других автоматических мыслей, которые появляются в промежутке между сессиями
- Если пациент будет отказываться от выполнения задания - вместе с терапевтом они должны выявить, какие когнитивные структуры мешают пациенту выполнить его

# 7

- Пациент может чувствовать грусть, когда думает: «На работе все ненавидят меня, и я работаю плохо».
- Мысль о том, что каждый ненавидит этого человека, вероятно, является чрезмерным обобщением;
- Психотерапевт может помочь пациенту поставить ее под сомнение, приведя противоречащие ей факты.
- При этом мысль о плохом качестве работы может быть правильной.
- Поэтому полезно оценить, насколько плохо работает пациент, какие когнитивные и мотивационные факторы способствуют плохой работе и как пациент может эти факторы изменить.

# 8

- Пациенты могут отвечать на вопрос о доказательствах обоснованности их убеждений следующим образом: «**Потому что я это чувствую**».
- У этих пациентов часто неожиданно возникает подобная «эмоциональная аргументация», и необходимо противостоять ей.
- Пациент может носить с собой карточку с надписью «**Чувства — это не факты**», чтобы напоминать себе, что эмоциональное состояние основано на интерпретации ситуации и не обязательно соответствует действительности..

# 9

- Впервые давая пассивно-агрессивному пациенту задание записывать автоматические мысли, можно сказать, что это «беспрюирышное» задание.
- Если пациент его выполнит, это поможет увидеть, какие автоматические мысли способствуют тревоге и депрессии.
- Если же пациент его не выполнит, удастся выявить когнитивные структуры, препятствующие выполнению задания.



# 10

- В начале каждой сессии психотерапевт и пациент должны вместе планировать структуру и содержание сессии.
- В конце каждой сессии и после определенных вмешательств необходимо просить предоставить обратную связь.
- Это нужно делать, чтобы убедиться, что пациент понимает смысл процедур, а также чтобы узнать о каких-либо негативных когнитивных структурах, которые он может иметь относительно психотерапевта или психотерапии.

# 11

- Развить у пациента навыки асертивности.
- Иногда пассивно-агрессивные пациенты имеют в своем репертуаре эффективную альтернативную реакцию, но не используют ее из-за дисфункциональных допущений.
- У этих пациентов имеется дефицит навыков реагирования.
- В таких случаях на сессиях можно обсудить и опробовать в ролевой игре возможные альтернативные реакции и затем поупражняться в них в ходе выполнения домашнего задания

# 12

- Важно после объяснения оснований для применения психотерапевтического метода или назначения домашнего задания предложить пациенту описать, каким образом, по его мнению, данный метод или задание будут полезны для достижения его целей.
- Оптимально добиться от пациентов того, чтобы они ставили собственные «мини-цели», но не стоит ждать от них этого в самом начале лечения.



# Предупреждени е рецидивов

- Укоренившиеся дисфункциональные убеждения пациентов могут не проявляться, пока пациенты не окажутся в ситуации, которая их активирует.
- Перед завершением психотерапии можно выявить ситуации, к которым уязвимы пациенты.
- Они могут вести «рабочую тетрадь» таких ситуаций, которая включает в себя типичные автоматические дисфункциональные паттерны, так же как более рациональные когнитивные структуры и поведение.
- Примерами таких ситуаций могут быть несправедливое обращение, приказ что-либо делать или оценка негативной ситуации.
- Поддерживающие сессии помогают предотвращать повторное возникновение у пациентов дисфункциональных паттернов.
- В ходе этих сессий могут рассматриваться успешные стратегии, обсуждаться проблемные области, а также может осуществляться поиск потенциальных проблем.
- В течение лечения нужно объяснить пациенту, что психотерапия — это способ научиться эффективно справляться с различными ситуациями.