



Περιγραφή ατομικής περίπτωσης ενήλικα με
ναρκισσιστική διαταραχή προσωπικότητας



Ινστιτούτο Έρευνας
και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Κλινικής Ψυχολογίας
και Ψυχολογίας της Υγείας, 4-6 Μαρτίου 2016,
Αθήνα

Μ. Ανδρουλιδάκη, Γ. Ευσταθίου



Γενικές πληροφορίες - αίτημα

- Δημοσθένης, 27 ετών, άγαμος, απόφοιτος τεχνολογικής σχολής με μεταπτυχιακές σπουδές, άνεργος
- Κατοικεί με τη σύντροφό του, συντηρείται οικονομικά από τους γονείς του
- «Ο αρνητικός τρόπος σκέψης μου σχετικά με τη δουλειά, καθώς η ανεργία με έχει ρίξει αρκετά»
- «Η ζήλια και η ανασφάλεια που νιώθω στην ερωτική μου σχέση», «Θα ήθελα να μην το σκέφτομαι καν , γιατί όταν ζηλεύω, πέφτω ψυχολογικά και έχω ταχυκαρδίες για 10 λεπτά περίπου»
- «Το άγχος μου με την ανεργία και με τη σχέση μου», «Φοβάμαι μήπως χάσω τη σύντροφό μου»



Ιστορικό παρούσας διαταραχής – προσπάθειες αντιμετώπισης

- Συναισθήματα ζήλιας και έλλειψη εμπιστοσύνης στις ερωτικές του σχέσεις από παλιότερα, ιδιαίτερα μετά από την πρώτη του σχέση, όπου ανακάλυψε ότι του έλεγε ψέματα
- Κύρια στρατηγική αντιμετώπισης
 - ψάχνει στους προσωπικούς λογαριασμούς σε μέσα κοινωνική δικτύωσης για να καθησυχαστεί
 - Ρόλος του δυνατού στη σχέση
- Συνεχείς υποψίες ότι η σύντροφός του τον απατά
- Έντονη δυσαρέσκεια όταν οι φίλοι του κανονίζουν με άλλους και δεν τον ενημερώνουν
- Μη έκφραση συναισθημάτων στο περιβάλλον του
- Πάντα σκέφτεται πρώτα τους άλλους και τις ανάγκες τους και φαίνεται στους άλλους παθητικός
- Ύστερα από αντίδραση της συντρόφου του αποφάσισε να www.ibrt.gr ζητήσει βοήθεια



Ψυχιατρικό & Ιατρικό Ιστορικό – νοητικές λειτουργίες, λειτουργικότητα

- Δεν προκύπτουν στοιχεία από το ψυχιατρικό και ιατρικό ιστορικό
- Εικόνα έξυπνου και κοινωνικού νεαρού
- Επιμελημένη και κατάλληλη για την ηλικία του εμφάνιση



Ατομικό ιστορικό I

- Χωρίζουν οι γονείς του στα τρία του χρόνια και ο πατέρας του φεύγει από το σπίτι
- 4 χρόνια μετά το χωρισμό των γονιών, η μητέρα του ξαναπαντρεύεται και μετακομίζουν στη Λάρισα με τη μητέρα του, τον πατριό του και τη μεγαλύτερη αδερφή του
- Δε γνώριζε γιατί χώρισαν οι γονείς του, καθώς δε ρώταγε, επειδή «δεν ήθελα να πέσουν στα μάτια μου και να εκνευριστώ»
- Πρόσφατα μαθαίνει ότι χώρισαν, καθώς ο πατέρας του βρήκε άλλη σύντροφο και τυχαία μαθαίνει ότι ο πατέρας του έχει ξαναπαντρευτεί
- Φοβία μήπως το πάθει και ο ίδιος, καθώς μοιάζει με τον πατέρα του
- Ευτυχισμένα παιδικά χρόνια και άνετη ζωή λόγω του πατριού του

Ατομικό ιστορικό II

- Απογοήτευση λόγω μη εύρεσης εργασίας στο αντικείμενό του, καθώς «γνωστοί μου βρήκαν δουλειές, ενώ ήταν κατώτεροι από εμένα»
- Δεσμό τα τελευταία 5 χρόνια:
 - Αποδίδει τις δυσκολίες της συντρόφου του στο ότι έχασε τον πατέρα της σε μικρή ηλικία
 - «Για αυτό της υποσχέθηκα ότι δε θα ξανακλάψει μαζί μου και άμα ξανακλάψει να το διαλύσουμε και τώρα είναι να σαν μην τηρώ την υπόσχεσή μου και νιώθω τύψεις»



Οικογενειακό ιστορικό

- Πατέρας, 57 ετών, ιπτάμενος φροντιστής: νευρικός και απόλυτος, μίζερος και «σφιχτός οικονομικά»
- Μητέρα, 55 ετών, καθηγήτρια: ήρεμη και δυναμική
- Αδερφή, 32 ετών, μαία: νευρική και «κοιτάει λίγο την πάρτη της»
- Πατριός : «πιο έξω καρδιά», ήρεμος, αισιόδοξος, «θα πάει έξω, θα δώσει λεφτά, θα δώσει rouble, δε θα τον νοιάζει», «του αρέσει να περνάει καλά και δε θα λογαριάσει τα λεφτά», «είχε παντού άκρες», «τον θαυμάζω γιατί ελέγχει αυτά που ελέγχει»
- Όχι καλή σχέση με τον πατέρα, απομακρυσμένοι



Διάγνωση

- Ναρκισσιστική διαταραχή προσωπικότητας
- Ελάχιστα επίπεδα άγχους στο ΒΑΙ (12)



Κάθετη διερεύνηση I

- **Σχετικά δεδομένα από παιδική ηλικία**
- Χωρισμός γονέων σε ηλικία 3 ετών. Βιολογικός πατέρας σφιχτός οικονομικά, μίζερος. Πατριός ανοιχτοχέρης, με πολλές γνωριμίες παντού, «είχε παντού άκρες», «τον ήξεραν όλοι», «έλεγχε πολλά πράγματα». Ειδική μεταχείριση λόγω θέσης και επαγγέλματος του πατριού. Μητέρα και πατριός εστίαζαν στις επιδόσεις του: «Οι γονείς μου ήταν περήφανοι για εμένα και μου το έδειχναν λέγοντας «μπράβο, πάρε λεφτά».
- **Βασικές πεποιθήσεις**
- «Είμαι πολύ λίγος και δεν αξίζω, εκτός αν με βλέπουν οι άλλοι τέλειο»
- **Συντελεστικές πεποιθήσεις – κανόνες**
- «για να είμαι τέλειος, πρέπει να κάνω συνεχώς πράγματα για να έχουν οι άλλοι να θαυμάζουν». «εάν χαλάσει η εικόνα που έχει κάποιος για μένα, μπορεί να με αφήσει». «εάν απογοητεύσω τους άλλους, τότε θα με θεωρήσουν άχρηστο». «Εάν δείξω ότι είμαι ευάλωτος, θα με θεωρήσουν αδύναμο». «πρέπει να φαίνομαι μεγάλος στα μάτια των άλλων» . «πρέπει πάντα να δίνω καλή εντύπωση» «εάν με συγκρίνουν με κάποιον, πρέπει πάντα να βγαίνω από πάνω»

Κάθετη διερεύνηση II

- **Αντισταθμιστικές συμπεριφορές – στρατηγικές**
- Σύνδεση αξίας με κριτική. Ενασχόληση με την εικόνα του. Μη έκφραση συναισθημάτων ευαλωτότητας. Απόκρυψη αποτυχιών/ αδυναμιών. Ρόλος του δυνατού στη σχέση, «να φαίνομαι δυναμικός, αυτός που στηρίζει τον άλλο, να προσφέρω τα πάντα»



Οριζόντια διερεύνηση

Κατάσταση 1

Ανεργία

Αυτόματη σκέψη

Δεν μπορώ να έχω τα δικά μου λεφτά, Δεν είμαι ανεξάρτητος. Πέφτω στα μάτια των άλλων.

Προσωπικό νόημα

Είμαι λίγος. Δεν αξίζω

Συναίσθημα

Ανησυχία, μιζέρια, κατωτερότητα, μειονεξία, ντροπή

Συμπεριφορά

Δεν μιλάει στους άλλους για αυτό. Δεν

Κατάσταση 2

Οι φίλοι μου βλέπουν τα Like που κάνει κάποιος στην κοπέλα μου στο facebook

Αυτόματη σκέψη

Οι άλλοι θα σκεφτούν ότι είμαι τόσο καλός που με κοροϊδεύουν μέσα στη μούρη μου.

Προσωπικό νόημα

Είμαι λίγος. Δεν αξίζω

Συναίσθημα

Θυμός, ζήλια

Συμπεριφορά

Τσακώνεται με τη σύντροφό του

Κατάσταση 3

Δεν πήρα το Proficiency

Αυτόματη σκέψη

Θα απογοητεύσω τους άλλους.

Προσωπικό νόημα

Είμαι λίγος. Δεν αξίζω

Συναίσθημα

Απογοήτευση, λύπη

Συμπεριφορά

Δεν το λέει σε κανέναν.



Επίδραση προτύπων και ενεργοποίηση σχήματος I

- 2 διαφορετικά αντρικά πρότυπα:
 - Πατέρας: «σφιχτός οικονομικά» και μίζερος. Αφήνει την οικογένειά του για μία άλλη γυναίκα και ξαναπαντρεύεται στα κρυφά.
 - Πατριός: οικονομικά εύπορος, «δε λογάριαζε τα λεφτά» ισχυρός, «τον ήξεραν όλοι», «έλεγχε πολλά πράγματα», «ικανοποιούσε άμεσα κάθε μας επιθυμία», ειδική μεταχείριση από πολλούς λόγω της θέσης του πατριού
- Προσπάθεια να μη μοιάσει στον πατέρα και προσπάθεια να μοιάσει στον πατριό.

Επίδραση προτύπων και ενεργοποίηση σχήματος II

- Ποσοτικός τρόπος μέτρησης της προσωπικής του αξίας, βάσει επιτευγμάτων, γνώσεων, δεξιοτήτων, υλικών αγαθών, εξωτερικής εμφάνισης (πρότυπο πατριού). Μετράει την προσωπική του αξία από το πόσο θα μοιάσει στον πατριό του.
- Ανεργία → ενεργοποίηση σχήματος ανεπάρκειας
→ αίσθημα κατωτερότητας, μειονεξία, χαμηλή αυτοεικόνα, «χαλάει η εικόνα μου στους άλλους», «φαινομαι λίγος», «δεν αξίζω» → απειλή- «θα με αφήσει» → ζήλεια και ανασφάλεια στην ερωτική σχέση



Θεραπευτικός σχεδιασμός I

- Υπόθεση εργασίας
- Δυσλειτουργικά σχήματα εαυτού λόγω των δύο διαφορετικών προτύπων άντρα (πατέρα και πατριού) που ενεργοποιούνται σε διάφορες καταστάσεις και δημιουργούν δυσλειτουργικές εκτιμήσεις
- Κατάλογος προβλημάτων
 - Συναισθήματα ζήλιας και ζηλοτυπικές συμπεριφορές
 - Ευαλωτότητα στην κριτική και στη σύγκριση
 - Σύνδεση αξίας με κριτική
- Θεραπευτικό πλάνο
 - Θεραπευτική σχέση
 - Διαμόρφωση αιτήματος

Θεραπευτικός σχεδιασμός II

Θεραπευτικοί στόχοι

- Να μειωθεί το συναίσθημα της ζήλιας στην ερωτική του σχέση
- Να βρει πιο ποιοτικούς τρόπους να μετράει την αξία του
- Να μη συνδέει την αξία του με τη γνώμη των άλλων
- Να εκφράζει συναισθήματα ευαλωτότητας και αδυναμίας στους οικείους του
- Να γνωστοποιεί στους οικείους του πιθανές αποτυχίες/αδυναμίες



Διευκολυντικοί και επιβαρυντικοί για τη θεραπεία παράγοντες

- Θετικά και αρνητικά ατομικά στοιχεία

- Νεαρό ηλικίας
- Ισχυρό κίνητρο για αλλαγή
- Συνέπεια
- Κοινωνικά στερεότυπα

Θεραπευτική σχέση

- Συνεπής στις καταγραφές στην αρχή, αλλά στη συνέχεια δεν έφερνε ημερολόγια
- Κλίμα εμπιστοσύνης και αποδοχής

Εμπόδια – δυσκολίες

- Δεν έγιναν αναμνηστικές συνεδρίες για να εκτιμηθεί η διατήρηση του θεραπευτικού αποτελέσματος, λόγω εύρεσης εργασίας και περιορισμένου χρόνου



Θεραπευτικές παρεμβάσεις και τεχνικές

- Οριζόντια και κάθετη διερεύνηση
- Σωκρατικός διάλογος
- Καταγραφές
- Συμπεριφορικά πειράματα

- Σύνδεση καθημερινών καταστάσεων με γνωσιακή διατύπωση

- Γνωσιακή αναδόμηση
 - Αναγνώριση διεργασιακών λαθών
 - Αναζήτηση αποδείξεων
 - Αναζήτηση αποδείξεων για το αντίθετο
 - Ανάλυση κόστους-οφέλους
 - Κατασκευή πίτας
- Κατάτιση στόχου και επίλυση προβλημάτων



Πορεία της Θεραπείας I

- 1-3: λήψη ιστορικού εξοικείωση με τη γνωσιακή ψυχοθεραπεία –τρίστηλο ημερολόγιο
- 4-7: καταγραφές-κάθετα τόξα- αναζήτηση πυρηνικών πεποιθήσεων
- 7: εκπαίδευση στα γνωσιακά λάθη
- 8: γνωσιακή διατύπωση – ψυχοεκπαίδευση στη δημιουργία και στη διατήρηση των βασικών πεποιθήσεων
- 9-13: συμπεριφορικό πείραμα, όπου δοκιμάζει να αρχίζει να εκφράζει συναισθήματα ευαλωτότητας στη σύντροφό του και να μην είναι πάντα ο δυνατός στη σχέση, ώστε να τον θαυμάζει η σύντροφός του. Ορόσημο: αρχίζει να βλέπει ότι ο άλλος τον αγαπάει και τον αποδέχεται, ακόμη και τον εκφράζει την αδύναμη πλευρά του εαυτού του. www.ibrt.gr

Πορεία της Θεραπείας II

- 13-19: γνωσιακή αναδόμηση, εναλλακτικές σκέψεις και σταδιακή υιοθέτησή τους σε γνωσιακό επίπεδο
- 19-20: συμπεριφορικό πείραμα με γνωστοποίηση των αποτυχιών του στους οικείους του. Ορόσημο η θετική ανατραφοδότηση που έλαβε, με συνέπεια την αλλαγή των γνωσιών του σχετικά με το πώς σκέφτονται οι άλλοι για εκείνον
- 20-23: συζήτηση για το τι συνθέτει την αξία ενός ανθρώπου. Ορόσημο: καινούργιος τρόπος μέτρησης της αξίας του, περισσότερο εστιασμένος σε ποιοτικά χαρακτηριστικά του εαυτού του. Αποσύνδεση της αξίας του από το πόσο θα μοιάσει στον πατριό του
- 24-26: περισσότερο ήρεμος μέσα στη σχέση. Δε ζηλεύει σχεδόν καθόλου. Βρήκε δουλειά, αλλά ακόμα και αν απολυθεί δεν πιστεύει ότι θα αξίζει λιγότερο



Έκβαση I

- 26 συνεδρίες (1 ανά εβδομάδα)
- 9 μήνες
- Καμία αναμνηστική-περιορισμένος χρόνος λόγω εύρεσης εργασίας.
- Λήξη:
 - Ελάχιστη ζήλια και καθόλου ζηλοτυπικές συμπεριφορές στην ερωτική του σχέση. Εκφράζει περισσότερο τα συναισθήματά του στους οικείους του και τους γνωστοποιεί τις αποτυχίες του, χωρίς να το θεωρεί αυτό αδυναμία και χωρίς να νιώθει ανεπάρκεια και μειονεξία. Δε συνδέει την κριτική με την αξία του. Δεν μετράει την αξία του από το πόσο θα μοιάσει στον πατριό του, αλλά μετράει την αξία του με πιο αντικειμενικούς και ποιοτικούς τρόπους. Βρήκε δουλειά, αλλά δεν πιστεύει ότι αξίζει τώρα περισσότερο για αυτό.



Έκβαση II: Μετρήσεις

Έναρξη Θεραπείας	Λήξη Θεραπείας	Αναμνηστική
<p>SCL – 90 -R Γενικός δείκτης συμπτωμάτων=0.32</p> <p>Σύνολο θετικών συμπτωμάτων =19</p> <p>Δείκτης ενασχόλησης με θετικά συμπτώματα=1.53</p> <p>BAI 12 ήπιο άγχος</p> <p>BDI 3 απουσία κλινικής κατάθλιψης</p>	<p>SCL – 90 -R Γενικός δείκτης συμπτωμάτων=0.16</p> <p>Σύνολο θετικών συμπτωμάτων =11</p> <p>Δείκτης ενασχόλησης με θετικά συμπτώματα=1.27</p> <p>BAI 3 ελάχιστο άγχος</p> <p>BDI 3 απουσία κλινικής κατάθλιψης</p>	<p>ΔΕΝ ΕΓΙΝΕ</p>