



ROZVOJ OSOBNOSTI 18. 09. 2019

Hraniční porucha osobnosti: Emoční nestabilita a citová závislost na ostatních

Hraniční porucha osobnosti patří mezi poruchy osobnosti. Vzniká tedy tehdy, když je nějakým způsobem narušen vývoj osobnosti jedince. Hraniční...

Hraniční porucha osobnosti - psychická porucha vyznačující se impulzivním jednáním, střídáním extrémních emocí a nestabilními vztahy s okolím. Už jen z tohoto krátkého popisu je jasné, že život s takovou diagnózou není vůbec lehký. Projevy hraničního syndromu způsobují, že má nemocný člověk značné konflikty nejen s okolím, ale i sám se sebou. A stejně jako u dalších psychických poruch a poruch osobností, je léčba hraničního syndromu běh na dlouhou trať. Není to však nemožné - důležité je hraniční syndrom diagnostikovat, odhalit jeho příčiny a pomocí terapie se je snažit vyřešit.

Porucha zvaná hraniční porucha osobnosti

Hraniční porucha osobnosti patří mezi **poruchy osobnosti**. Vzniká tedy tehdy, když je nějakým způsobem narušen vývoj osobnosti jedince. Hraniční syndrom není snadné odhalit, proto také bývá u nás diagnostikován jen výjimečně, ačkoliv podle odborníků je těchto případů mnohem více a tvoří nezanedbatelnou část všech pacientů s nějakou psychickou poruchou.

Hlavním rysem lidí trpících hraničním syndromem je **emoční nestabilita**, tedy velmi rychlé střídání extrémních emočních projevů. Jedinec také bývá závislý na ostatních a individualizace mu činí velké problémy, má **strach ze samoty** a podobně.

Závislost na kontaktu - také to je hraniční syndrom

Celou podstatou hraničního syndromu je zkreslené prožívání reality. Nemocný člověk žije v podstatě **neustále v silném strachu z toho, že bude opuštěný**, a zažívá neustálou nejistotu nebo pocit vnitřní prázdnoty. Z toho pak vyplývají další znaky, projevy a rysy osob s hraničním syndromem. Typické je pro ně **impulzivní jednání, velké kolísání nálad, bouřlivé emoce a nestabilní vztahy**, kdy se střídají stavy naprosté závislosti na druhých, a naopak snahy o odtažení a co největší osamostatnění se.

Bludný kruh a jak z něj ven?

To všechno způsobuje konflikty a další negativní emoce. hraniční porucha osobnosti se obvykle pojí s pocity velkých úzkostí, které způsobují lidem trpícím touto poruchou až fyzické bolesti. Navíc rychlé a nepochopitelné **střídání emocí je samotné překvapuje a nerozumějí tomu, co se v nich děje**. Není divu, že se takto nemocní lidé často pokouší o skutečnou, nebo demonstrativní sebevraždu, kterou se snaží upozornit na sebe a své potíže. Hraniční porucha osobnosti často doprovází také další psychické poruchy, jako jsou **deprese, dále závislosti na návykových látkách, poruchy příjmu potravy, sebepoškozování** a podobně.

Hraniční porucha osobnosti - diagnostika

Problémem hraničního syndromu je už jen jeho diagnostika. Řada z projevů tohoto onemocnění je totiž běžná i u jiných poruch osobnosti. K tomu, aby diagnóza mohla být jistá, **je potřeba pochopit hlubší psychické mechanismy** daného člověka. Toho lze nejlépe dosáhnout kontaktem s pacientem, kdy terapeut na základě interakce s nemocným poznává jeho nitro. Bývá pravidlem, že člověk s hraničním syndromem vyvolává u terapeuta silné emoční reakce, ať už pozitivní (soucit, snaha pomoci víc než jindy) či negativní (podráždění, vztek).

Původ poruchy

Stejně jako je těžké hraniční syndrom diagnostikovat, je složité také jednoznačně určit jeho příčiny. Pravděpodobně jde ale o více různých faktorů, které mohou k syndromu vést. Hraniční porucha osobnosti může být způsobena **vadou či poškozením mozku dítěte** ještě před narozením nebo v raném dětství. Na vině mohou být ale i psychosociální faktory, a to zejména **negativní zážitky a traumata z dětství** - ať už se jedná o tělesné týrání, sexuální zneužití nebo třeba konfliktní a neharmonické rodinné prostředí či jiné zážitky, které člověka mohly během vývoje osobnosti v dětství poznamenat a deprivovat. Hraniční porucha osobnosti může být způsobena třeba i zanedbáváním dítěte nebo jeho předčasným oddělením od matky.

Léčba - náročná psychoterapie

Vzhledem k tomu, že není zcela jasné, co hraniční porucha osobnosti způsobuje, neexistuje ani jednotný názor na to, jak poruchu léčit. Nejčastěji se proto používají **léky, které mají tlumit impulzivní a nestabilní jednání** člověka (zejména *antidepresiva a neuroleptika*), v kombinaci s psychoterapií, která se snaží hledat příčiny poruchy a zpracovat je.

Právě **dlouhodobá psychoterapie** má podle části odborníků oproti nespolehlivým lékům pozitivnější účinky. Je ale velmi náročná pro pacienta i pro terapeuta. Nemocný si nejprve naplňuje potřebu závislosti, upne se na terapeuta, aby se vzápětí snažil vymanit z této závislosti. V tu chvíli pacient začíná manipulovat okolím a vyvolávat silné protipřenosy, tedy odezvy u terapeuta - pozitivní

či negativní. Je přitom zcela nutné, aby terapeut udržel **strukturu a pravidla vzájemného vztahu, určitý režim a disciplínu**. Jedině tak může nemocnému pomoci.

SERIÁL - PSYCHOTERAPIE

Přečtěte si více praktických tipů a informací o psychoterapii

- [Psychoterapie - komu je určena a jak probíhá?](#)
- [10 případů, kdy vyhledat psychoterapeuta](#)
- [Druhy psychoterapie](#)
- [Jak vybrat psychoterapeuta?](#)