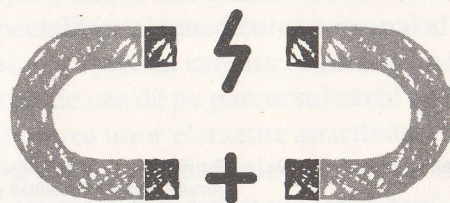


JEROLD J. KREISMAN
HAL STRAUS

TE URĂSC - NU MĂ PĂRĂSI



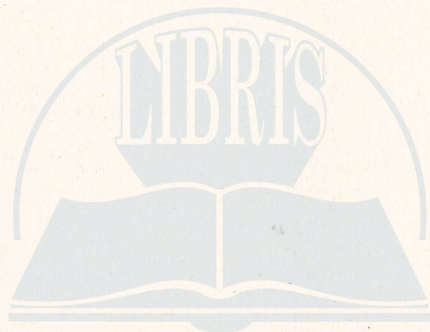
ÎNȚELEGEREA PERSONALITĂȚII
BORDERLINE

TRADUCERE DIN ENGLEZĂ DE

Oana Munteanu

PSIHOLOGIA
PENTRU
TOȚI
APT

3
TREI



CUPRINS

<i>Prefață</i>	11
<i>Notă către cititor</i>	15
1. Lumea persoanei borderline	17
2. Haos și vid interior	44
3. Rădăcinile sindromului borderline	82
4. Societatea borderline	104
5. Comunicarea cu un borderline	137
6. Cum să te descurci cu o persoană borderline ...	162
6. Căutarea terapiei	184
8. Abordări psihoterapeutice specifice	223
9. Medicația: știință și promisiune	243
10. Înțelegere și vindecare	258
<i>Anexa A. Clasificările din DSM-IV-TR</i>	279
<i>Anexa B. Evoluția sindromului borderline</i>	284
<i>Resurse</i>	297
<i>Mulțumiri</i>	302

formularea mai precisă „ființe umane ce manifestă simptome specifice diagnosticului de tulburare de personalitate borderline, așa cum este el definit în *Manualul de diagnostic și statistică a tulburărilor mentale*, ediția a patra, revizuită (*DSM-IV-TR*), editat de Asociația Psihiatrilor Americani“. Din același motiv, alternăm pronumele pe tot cuprinsul cărții, în loc să împovărăm cititorul cu formula „el/ea, al ei/al lui“. Avem încredere că cititorul ne va acorda această libertate de optimizare a textului.

1

LUMEA PERSOANEI BORDERLINE

Totul era altfel. Nimic nu era așa cum este. Exact ceea ce voiam — să fiu singur, cu mine însumi, într-o altă lume, în care adevărul este neadevărat, în care viața se poate ascunde de ea însăși.

(Din *Lungul drum al zilei către noapte*,
de Eugene O'Neill)

Dr. White credea că va fi relativ simplu. În cei peste cinci ani de când o trata pe Jennifer, ea avusese câteva probleme medicale. S-a gândit că acuzele ei abdominale erau cauzate, probabil, de gastrită, așa că a tratat-o cu antiacizi. Dar când durerile de stomac au devenit mai intense în ciuda tratamentului, iar analizele de rutină au ieșit normale, dr. White a internat-o pe Jennifer în spital.

După un control medical riguros, dr. White a chestionat-o cu privire la stresul pe care l-ar putea resimți la muncă și acasă. Ea a recunoscut cu ușurință că slujba ei de șef de personal la o mare corporație era foarte stresantă, dar că „mulți oameni au slujbe stresante“, conform propriilor sale cuvinte. A mai dezvăluit și faptul că viața de acasă era agitată în ultima vreme: încerca să facă față

programului ocupat al cabinetului de avocatură al soțului, îndeplinindu-și și responsabilitățile de mamă. Dar se îndoia că aceste lucruri aveau vreo legătură cu durerile ei de stomac.

Când dr. White i-a recomandat să facă un consult psihiatric, Jennifer s-a opus inițial. Abia după ce disconfortul ei abdominal s-a transformat în junghiuri ca de pumnal a acceptat cu reticență să meargă la medicul psihiatru dr. Gray.

S-au întâlnit câteva zile mai târziu. Jennifer era o blondă atrăgătoare, care părea mai tânără decât cei 28 de ani ai săi. Stătea întinsă în pat într-o rezervă de spital, care fusese transformată dintr-o cămăruță anonimă într-un culcuș personal. Un animal de pluș se afla în pat lângă ea, iar un altul pe noptieră, alături de câteva fotografii cu soțul și fiul ei. Ilustratele cu urări de însănătoșire grabnică erau expuse meticolos pe pervazul ferestrei, flancate de aranjamente florale.

La început Jennifer a fost foarte formală, răspunzând tuturor întrebărilor doctorului Gray cu mare seriozitate. Apoi a glumit despre slujba ei, spunând că a adus-o „în pragul psihiatrului“. Cu cât vorbea mai mult, cu atât arăta mai tristă. Vocea îi devenise mai puțin dominantă și mai degrabă copilăroasă.

I-a povestit doctorului cum avansarea la slujbă fusese mult mai solicitantă — aducându-i noi responsabilități, care o făceau să se simtă nesigură. Fiul ei de cinci ani începuse școala, lucru care s-a dovedit o separare dureroasă pentru amândoi. Conflictul cu Allan, soțul ei, erau tot mai dese. A descris schimbări bruște de dispoziție și dificultăți de somn. Apetitul ei scăzuse constant și pierduse în greutate. Concentrarea, energia și dorința de sex scăzuseră și ele.

Dr. Gray i-a recomandat un tratament de probă cu medicație antidepressivă, care i-a îmbunătățit simptomele

gastrice și părea să-i fi normalizat somnul. În câteva zile era pregătită pentru externare și fusese de acord să continue terapia în ambulatoriu.

În următoarele săptămâni, Jennifer a vorbit mai mult despre copilăria ei. Crescuse într-un mic orașel, fiind fiica unui om de afaceri de vază și a soției sale aflate în centrul vieții mondene. Tatăl, membru al conducerii bisericii locale, cerea perfecțiune din partea fiicei sale și a celor doi frați ai ei mai mari, amintindu-le constant copiilor că întreaga comunitate le analizează comportamentul. Nici notele lui Jennifer, nici comportamentul său, ba chiar nici gândurile ei nu erau niciodată suficient de bune. Se temea de tatăl ei, dar îi căuta în mod constant — și fără succes — aprobarea. Mama ei rămânea pasivă și detașată. Părinții îi evaluau prietenile, respingându-le adesea ca inacceptabile. Ca urmare, a avut puține prietene și încă mai puține întâlniri cu băieții.

Jennifer și-a descris caruselul de emoții, care părea să se fi înrăutățit când a început facultatea. A început să bea pentru prima dată, uneori în exces. Fără niciun semnal prealabil, se simțea singură și deprimată, iar apoi plină de fericire și dragoste. Uneori avea izbucniri de furie față de prietenile ei — ce se potriveau cu furia pe care reușise cumva s-o reprime când era copil.

Cam în aceeași perioadă a început să aprecieze atenția bărbaților, lucru pe care înainte îl evitase întotdeauna. Deși îi plăcea să fie dorită, întotdeauna simțise că-i „fraiera“ sau îi păcălea cumva. După ce începea să iasă la întâlniri cu un bărbat, sabota relația stârnind conflicte.

L-a cunoscut pe Allan când el își termina studiile de drept. A curtat-o cu asiduitate și a refuzat să fie dat la o parte când ea a încercat să se retragă. Îi plăcea să-i aleagă hainele și s-o sfătuiască cum să meargă, cum să vorbească și cum să mănânce sănătos. A insistat ca ea să-l însoțească la sala de sport unde făcea mișcare frecvent.

„Allan mi-a dat o identitate“, a explicat ea. El a sfătuit-o cum să interacționeze cu clienții și partenerii săi sociali, când să fie agresivă și când să fie modestă. Ea și-a creat un „repertoriu actoricesc“ — personaje și roluri la care putea apela pentru a le pune în practică.

S-au căsătorit, la insistențele lui Allan, înainte de terminarea primului ei an de facultate. A abandonat școala și a început să lucreze ca recepționeră, dar angajatorul i-a recunoscut inteligența și a promovat-o în posturi cu responsabilitate mai mare.

Însă acasă lucrurile au început să lase de dorit. Cariera lui Allan și pasiunea lui pentru sala de forță îl făceau să petreacă mai mult timp plecat de acasă, lucru pe care Jennifer îl ura. Uneori începea certuri doar pentru a-l ține acasă un pic mai mult. Adesea îl provoca s-o lovească. După aceea îl invita să facă dragoste cu ea.

Jennifer avea puține prietene. Disprețuia femeile ca fiind bârfitoare și neinteresante. A sperat ca nașterea lui Scott, care a venit pe lume la doi ani după căsătorie, să-i ofere confortul care îi lipsea. A simțit că fiul ei o va iubi întotdeauna și va fi întotdeauna alături de ea. Dar solicitările unui nou-născut au fost copleșitoare și, după o vreme, Jennifer a decis să se întoarcă la muncă.

În ciuda frecventelor laude și a succesului de la serviciu, Jennifer continua să se simtă nesigură, considerând că se „preface“. A avut o aventură sexuală cu un coleg care era cu aproape 40 de ani mai mare decât ea.

„De obicei sunt bine“, i-a spus doctorului Gray. „Dar mai există o altă parte în mine care preia controlul și mă domină. Sunt o mamă bună. Dar cealaltă parte a mea face din mine o târfă; mă face să mă port nebunește!“

Jennifer continua să se denigreze, mai ales când era singură; în momentele de solitudine, se simțea abandonată, lucru pe care îl atribuia propriei lipse de valoare. Anxietatea amenința s-o copleșească dacă nu găsea

o modalitate de eliberare. Uneori recurgea la mâncatul compulsiv, consumând o dată un castron întreg de aluat de pandișpan. Petrecea ore întregi uitându-se la fotografii cu fiul și soțul ei, încercând să-i țină „vii în creierul meu“.

Aspectul fizic al lui Jennifer la ședințele de terapie fluctua dramatic. Când venea direct de la serviciu era îmbrăcată într-o ținută business, emanând maturitate și rafinament. Dar în zilele ei libere apărea în pantaloni scurți, cu șosete până la genunchi și cu codițe împletite; în aceste ședințe se comporta ca o fetiță cu voce subțire și vocabular mult mai limitat.

Uneori se transforma chiar sub ochii doctorului Gray. Putea fi plină de intuiție și inteligentă, colaborând pentru obținerea unei mai bune înțelegeri de sine, iar apoi devenea o copilă cochetă și seducătoare, declarându-se incapabilă să funcționeze în lumea adultă. Putea fi fermecătoare și plină de grație sau manipulativă și ostilă. Putea pleca furtunos de la o ședință, jurând că nu se va mai întoarce niciodată, pentru ca la următoarea ședință să fie copleșită de teama că dr. Gray va refuza s-o mai primească vreodată.

Jennifer se simțea un copil captiv în armura blindată a unui adult. Era perplexă în fața respectului primit din partea altor adulți; se aștepta ca ei să-i descopere dezghizarea în orice clipă, iar ea să rămână ca împăratul fără haine. Avea nevoie de cineva care s-o iubească și s-o apere de lume. Căuta cu disperare apropierea, dar când cineva se apropia prea mult, fugea.

Jennifer suferă de tulburare de personalitate borderline (TPB). Și nu este singura. Studii recente estimează că 18 milioane de americani sau chiar mai mult (aproape 6% din populație) manifestă simptome primare de TPB și multe studii sugerează că această cifră