

הצגת מקרה – 20.6.07

הפרעת אישיות היסטריאנית (Histrionic Personality Disorder) – מאפיינים וקריטריונים אבחנתיים:

אישיות המאופיינת בביטוי רגשי מופרז ובחיפוש מתמיד אחר אישור ותשומת לב אוהדת, בין היתר באמצעות פתיחות ופרובוקטיביות מינית. סגנון אישי מוחצן, דרמטי, הבעתי מאוד ופולרטטני. נטייה להיות מושפעים בקלות מאחרים ומעמדותיהם. איפיונים נוספים: ריכוז עצמי, נהנתנות, תלות באחרים, תנודתיות במצב הרוח, היצמדות לאחרים בתוך הקשר של יחסים לא בשלים ולא מפותחים. כמו כן, נטייה להזדהות עם אחרים ולהשליך עליהם את עולם הפנטזיות הבלתי-מציאותיות, ושטיחות רגשית. עלולים להישאב להתקפי זעם קשים ומאופיינים בהתנהלות בין-אישית מאניפולטיבית. בד"כ תפקוד מקצועי וחברתי גבוה וקושי ביחסים רומנטיים או במערכות יחסים קרובות אחרות. קושי להתמודד עם אובדנים וכישלונות, ובמצבים כאלה נטייה לפתח סימני דיכאון. קושי בתפיסה מציאותית של המציאות הסובבת, ונטייה להגזמה ולדרמטיזציה של אירועים ומצבים. נטייה להשליך אחריות על כישלונות ואכזבות על אחרים. נטייה להחליף מקומות עבודה נוכח תחושת שעמום וחיפוש אחר ריגושים. קושי להתמודד עם תסכול.

סימפטומים:

- חיפוש מתמיד אחר אישור וחיזוקים
- דרמטיות מוגזמת עם ביטוי מופרז של רגשות
- רגישות מוגזמת לביקורת או להעדר אישור חיצוני
- הופעה או התנהגות פתייניות באופן בלתי מותאם
- עיסוק מוגזם בהופעה חיצונית
- ריכוז עצמי וצורך להימצא במרכז העניינים
- קושי בהתמודדות עם תסכול ובדחיית סיפוקים
- שינויים מהירים במצבי רוח שעלולים להצטייר בעיני אחרים כביטוי לשטיחות ולשטחיות
- דעות ועמדות משתנות בתכיפות בכפוף לאלו של אחרים. קושי לגבות עמדות בפרטים
- נטייה לתפוס ולפרש מערכות יחסים כאינטימיות בהרבה ממה שהינן באמת
- קבלה מהירה ולעיתים פזיזה של החלטות
- איום בהתאבדות או ביצוע ניסיונות אובדניים על מנת למשוך תשומת לב

מאפיינים אבחנתיים (DSM-4):

- האדם נוטה להרגיש אי נוחות במצבים בהם אינו במרכז תשומת הלב החברתית
- אינטראקציה עם אחרים מאופיינת לעיתים קרובות בפתיחות מינית או בהתנהגויות פרובוקטיביות
- תנודות תכופות בין מצבי רוח וביטוי שטחי של רגשות
- שימוש מתמיד בחזות ובהופעה חיצונית על מנת למשוך תשומת לב
- סגנון ביטוי עם הבעתיות יתר ודלות בפרטים אינפורמטיביים
- הפגנת דרמטיות, תיאטרליות וביטוי מופרז ובלתי תואם של רגשות
- סוגסטיביליות: נטייה להיות מושפע בקלות מאחרים או מנסיבות חיצוניות
- נטייה לפרש ולתפוס מערכות יחסים כאינטימיות ומשמעותיות יותר מכפי שהינן במציאות

ההפרעה שכיחה ונפוצה בעיקר בקרב נשים.

אטיולוגיה

הקונפליקט העיקרי של מי שסובלים מהפרעת אישיות היסטריאית נעוץ במשאלה הינקותית הבלתי מסופקת לתשומת לב ולביטויי חיבה, אישור והערצה. מסיבות שונות נכשלו פרטים אלו בגיבושן של חוויית עצמיות יציבה ושל תחושת ערך עצמי. הם נוטים לחוש ריקנות, אי התאמה וחסך באהבה ולכן פונים בעקביות לאחרים לצורך קבלת אישור, תשומת לב והכרה. בתהליך זה הם מפתחים רגישות גבוהה במיוחד לתחושותיהם ולמחשבותיהם של אחרים, אותם הם מנסים להרשים ומהם הם מקווים להשיג אישור. הם לומדים לזהות התנהגויות שיגרמו לאחרים להגיב אליהם מיידית באופן חיובי, אלא שלא משנה כמה תשומת לב יקבלו, תמיד יחוו ריקנות ובלתי מסופקים.

קשיים באינטימיות ומחויבות

מתחת למעטה החיצוני של סגנון הלבבי מתקשים אנשים הסובלים מהפרעה היסטריאית לפתח ולתחזק מערכות יחסים בריאות, אינטימיות ומתמשכות. הם עשויים לנסות ולשכנע את זולתם כי הם מכילים בקרבם כמויות ועוצמות חריגות של אהבה, שאינן יכולות להיות מוכלות ע"י שותף קשר יחיד. בפועל הם נוטים להיות בוגדניים או בלתי נאמנים מבחינה מינית, ולשאוף להיות מוקפים רוב הזמן בהרבה אנשים, לאו דווקא בבן זוגם האינטימי. קשר מונוגאמי, גם אם קרוב ומשמעותי, נחוזה כבלתי מספק.

תנודות בהתנהגות

המאמץ לנהוג כל הזמן באופן שיגייס תשומת לב והערצה מהסביבה מייצר דפוסי התנהגות בלתי יציבים ורגשות הפכפכים. בכל פעם שהם מזהים שהתנהגותם אינם מחוללת ואינה מזמנת להם את תשומת הלב לה הם זקוקים יטו פרטים היסטריאיים לעשות משהו דרמטי, לחולל "סצנה" או לספר מעשייה מוגזמת שתגייס אליהם התייחסות וקשב מהסביבה. מכיוון שהם תלויים באחרים ובתגובותיהם על מנת לבנות לעצמם תחושה וחוויה של עצמיות אין להם מנוס מחיפוש מתמיד ובלתי פוסק אחר דרכים להשגת תשומת הלב הנכספת. הדבר מותיר אותם בהגדרה ללא תחושה יציבה ומתמשכת של עצמיות ובמצב קיומי קבוע שאינו ניתן לחיזוי. המיקוד הוא בגיוס מתמיד של תשומת לב מהזולת ולא בתחושת עצמיות אותנטית – חוויה שהיא באופן בלתי נמנע סוחטת ומתישה.

סגנון חשיבה וסגנון דיבור אימפרסיוניסטיים

נטייה להתייחסויות אימפרסיוניסטיות ללא פרטים ונתונים ממוקדים. נקיטת עמדות חזקות תוך שימוש בחוש דרמטי מפותח, כאשר מאחוריהן אין בד"כ ביסוס עובדתי. יש קושי בהתייחסויות לוגיות, בתכנון ובהישענות על סימוכין מוצקים, ומרבית ההתבטאויות תהיינה מכלילות ומופשטות. נטייה לנחש ולאמץ בקלות יתרה תחושות והשקפות של אחרים, ולהחשיב ידידים ואפילו מכרים מזדמנים כחברים קרובים ואינטימיים.

הבחנה בין סגנון אישיותי לבין הפרעת אישיות:

קווים היסטריאיים (personality style)

- הנאה ממחמאות ושבחים
- התייחסות להופעה חיצונית ולטיפוח והנאה מבגדים סגנון ואופנה
- קסם אישי וסגנון הופעה והתנהגות מושך באופן תואם לסיטואציה
- חיוניות ונהנתנות, לעיתים קרובות סגנון אימפולסיבי אך עם יכולת מותאמת לדחיית סיפוקים

- הנאה ממשחק או מדרמה ומהימצאות במרכז העניינים
- מוכוונות חושית חזקה, סגנון הפגנתי ומוחצן, נטייה לביטוי תחושות באמצעות מגע פיזי, ותגובות רגשיות אך מותאמות
- שימוש לחליפין בסגנון ביטוי מוכלל וספציפי בהתאמה להקשר ולסיטואציה

הפרעת אישיות היסטרינית (personality disorder)

- חיפוש מתמיד ולעיתים דרישה בוטה לשבח, חיזוקים ואישורים
- עיסוק יתר כפייתי באטרקטיביות חיצונית
- פתיינות מינית במראה ובהתנהגות
- ביטוי רגשי בהגזמה בלתי תואמת, ריכוז עצמי גבוה וסובלנות מוגבלת לדחיית סיפוקים
- אי נוחות במצבים בהם לא מתאפשרת הימצאות במרכז הבמה ולאור הזרקורים
- דחף חזק מאוד לשחק ולהעמיד פנים כל הזמן
- ביטוי רגשות חזקים אך יחד עם זאת שטחיים והפכפכים
- סגנון דיבור מוגזם בצבעוניותו ובמופשטותו, ללא עיגון מתאים בעובדות ונתונים

הסובלים מהפרעת אישיות היסטרינית נוטים להחזיק בסט של אמונות ביחס לעצמם ולמה שמחייב אותם על מנת לחיות חיים משמעותיים. למשל: על מנת לקיים מערכות יחסים משמעותיות עם אחרים עליהם להיות במרכז העניינים כאשר אחרים משמשים להם קהל קשוב. אדם היסטריני יטה להאמין שאם אינו מרתק ושובה את ליבם של סובביו הרי שהוא מיותר וחסר ערך. מזווית אחרת – אם אין בכוחו לשעשע ולרגש אחרים אפשר לצפות שינטשו אותו, אם אין ביכולתו להקסים הוא חסר אונים וחסר תועלת. נוכח האמונות והתפיסות המעוותות של אנשים אלו את עצמם ואת חייהם הרי שייטו להציב לעצמם מלכודות ולכוון עצמם מראש אל עבר כישלונות, מצבי דחייה ותסכולים.

היות ואדם אינו יכול להיות תמיד חביב כולם ובמרכז העניינים הרי שמדובר בתבנית שנדונה לכישלון מראש. במצבי כשל כאלו ייטו היסטריונים לחוש חסרי ערך או לייחס זדון לאחרים, שאינם מעריצים אותם ושאינם מאשרים את קיומם כל הזמן. נטייתם תהיה לסגת לדיכאון, להפגין התנהגויות מוחצנות של עלבון, להתפרץ התפרצויות חסרות שליטה או במקרי קיצון לבצע מחוות אובדניות, זאת כדרך לגייס תשומת לב או להעניש את מי שפגע בהם.

הצורך להיות נאהבים ומוערכים ע"י כל אדם וביחס לכל התנהגות מייצר באופן טבעי גם פחד מוגזם מפני דחייה. כל רמז לדחייה הוא ממוטט ונוראי, גם אם האדם המשגר אותו אינו משמעותי או נחשב במיוחד. התחושה הבסיסית של אי התאמה (inadequacy) והצורך התמידי והבלתי פוסק לזכות באישור חיצוני גורמים לאדם היסטריני לעמול ללא הפסקה מבלי יכולת לנוח, להירגע או לסמוך על מקרה, גורל, או אהבתם הכנה של אחרים. השלכות ארוכות טווח הן תשישות ואפיסת כוחות.

מחקרים המחישו שאנשים היסטריונים נטו להפגין דרגה גבוהה של אי סדירות ושל תנודתיות רגשית כבר מגילאים צעירים מאוד. כמו כן – נטייה לתגובתיות רגשית גבוהה ולהסתמכות על סיפוקים ואישורים חיצוניים משלבי התפתחות מוקדמים מאוד. מכאן אפשר לגזור קיומה של פרה-דיספוזיציה לסגנון ההיסטריני. יחד עם זאת מיוחס משקל רב לסביבה המשפחתית ולקשרים בין-אישיים מוקדמים. משהו בד"כ התרחש באותן מערכות יחסים ראשוניות שתכנת אותם לתור באופן מוגזם אחר תשומת לב. בד"כ קשור לסגנון הורות מותנה – קבלת אהבה בתמורה לתבניות התנהגות מסוימות. הילד מתכוון לחיפוש אחר רמזים אשר ינחו אותו כיצד לנהוג על מנת לזכות באישור.

השילוב של ילד עם רגישות מולדת לאחרים והתפתחות בסביבה דלה במסרים מאשרים מייצר חיפוש כפייתי מופרז מצד אותו ילד אחר גילויי תשומת לב מהסובבים, מה שמכשיר את הקרקע להתפתחותה של אישיות מטיפוס היסטריני. הילד

מקבל אהבה והתייחסות כנגד התנהגות מסוימת הפוגשת את משאלות ההורים, ומאידיך זוכה להתעלמות או אפילו לתגובות ענישה אם מתנהג באופן שאינו הולם את הציפיות. סגנון הורות נוסף שעלול לכוון להתפתחותה של תבנית כזו הוא כזה של התייחסות משמעתית מינימאלית או בלתי עקבית, בשילוב עם תגמול חיובי על התנהגויות של גיוס תשומת לב. מצד שני, הילד אינו מונחה ליטול אחריות או להרהר על כשלים בהתנהגותו או על צרכיהם של אחרים סביבו. התנהגויות מגייסות תשומת לב זכות באופן תדיר לתשומת לב (חיזוק חיובי שמנציח ומקבע את דפוס ההתנהגות בשלו התקבלו התגמולים).

ילד הגדל במשפחה כזו מתרגל לחוש נאהב, מוערך ומשמעותי לא בזכות מי שהינו אלא בזכות התנהגויותיו. התחושה הפנימית הבסיסית היא של ריקנות, חסך רגשי ובדידות, ומכיוון שמדובר בתחושות קשות וכואבות במיוחד יש נטייה להתרחק מהן לטובת התנהגויות חיצוניות שנצרכו בתודעה כמגייסות אישור ותשומת לב חיובית מן הסביבה. התוצאה – התנהלות כוזבת ופער גדול בין חוויה פנימית שברירית לבין מעטה חיצוני מלאכותי והגנתי. מדובר בפער המגדיר את זהותו של אדם.

מדובר באנשים נטולי שדרה פנימית יציבה ותחושת עצמיות ברורה ומתמשכת. הם נוטים לאמץ בקלות עמדות ותחושות של אחרים, וחסרים חוויה מובהקת של גרעין פנימיותם. בהעדר ידיעה מרגיעה ביחס להעדפות אישיות, צרכים, נקודות חוזק ונקודות תורפה אנשים אינם מודעים כלל לתחושותיהם האמיתיות, לסדרי עדיפויותיהם ולמערכות הערכים המנחות אותם. אין בכוחם להתחייב לקשרים משמעותיים או להימצא בחברת עצמם מבלי לחוש חרדה ודחייה. הם זקוקים באופן נואש לאחרים ותלויים מאוד בנוכחותם ובאישורם על מנת לחוש קיימים ומשמעותיים. החיפוש המתמיד והבלתי פוסק אחר תשומת לב משרת הזדקקות קיומית לתחושת קיימות, שאינה מתאפשרת שלא באמצעות אחרים. חוויית הערך העצמי שברירית ומותנית, ומתאפשרת רק הודות ל"תחזוקה" חיצונית, ומכאן הצייד המתמיד אחר התייחסות מאשרת ואחר חיזוקים מתקפים. אי הנוחות וחוסר האפשרות לסבול מפגש בלתי אמצעי עם התחושות הפנימיות הקשות הם שדוחפים אנשים היסטריונים לחיזור מתמיד אחר אהבתם של אחרים. האלטרנטיבה – דיכאון וחידולון.

אצל אנשים היסטריונים מוקצן מאוד המאבק האנושי הכללי להשגת אהבה וקבלה. האימה מפני התבוננות פנימה ומפגש עם תחושות חוסר אהבה וחוסר קבלה משתקת ומציפה, ובד"כ מייצרת אורח חיים מוחצן, של הימנעות משיח פנימי ושל ניסיון אקטיבי ללקט רסיסים של אהבה בעולם הסובב.

אנשים היסטריונים מנהלים בד"כ חיים שלמים של הימנעות מכאב רגשי, זאת באמצעות מנגנונים נוקשים של הדחקה ותמרונים אינסופיים להשגה וקבלה של אישורים חיצוניים. על פי רוב לא יטו לפנות לעזרה, וגם אם יגיעו לטיפול יתקשו ל"התקלף" משכבות מגן ולהתמסר לתהליכים אינטרוספקטיביים. פניה לעזרה תתרחש בד"כ נוכח הידרדרות קשה במערכת יחסים מסוימת או על רקע הופעת סימני דיכאון. ברגע שתתאפשר הקלה נקודתית מן המועקה שנחוותה ישוקמו דפוסי החיים הקודמים ותתרחש חזרה לשגרה מבלי להתמודד עם תכנים רגשיים עמוקים יותר. הצורך הטיפולי העמוק והמשמעותי של אנשים היסטריונים הוא ללמוד כיצד למלא צרכים אישיים לא דרך חיפוש מתמיד של תשומת לב חיצונית ופנייה לאישורם של אחרים אלא דרך טיפוחו של גרעין עצמיות יציב ותחושה פנימית מתמשכת של ערך עצמי. על מנת להשיג זאת עליהם לחוש קבלה, ביטחון ונוחות במחיצת המטפל, ובהדרגה להתחיל להתבונן בנטייתם להתעלם מחרדתם הפנימית באמצעות חיפוש קדחתי ובהול אחר תשומת לב חיצונית. עליהם ללמוד להישאר עם אי הנוחות הרגשית במקום להימלט מפניה.

כאשר הם לומדים לשאת ולהכיל את חרדת הנטישה שלהם ואת ריקנותם הפנימית יוכלו בהדרגה להתמקד בעולמם הפנימי במקום בטכניקות ובתמרונים לגיוס ולהשגת תשומת לב מאחרים. נוכח המיקוד החיצוני וההרגל הנוקשה להישען

על התייחסויות הזולת תיחווה התבוננות פנימית תחילה כמאיימת ומאתגרת מאוד. יחד עם זאת – בלתי נמנע לזהות את עקרותו של הדפוס המוכר והקיים על מנת להפוך פחות אימפולסיביים ופחות ממוקדים בעצמם. במרוצת התהליך תתאפשרנה למטופלים היסטריונים תובנות ביחס לתפיסות ולאמונות מעוותות או בלתי מציאותיות שלהם ביחס לעצמם וביחס לחיים בכלל. הם ילמדו להבין כיצד פיתחו וביצרו את דפוס התנהגותם המוחצנים, וכיצד חיפוש תשומת לב של אחרים ומאמץ מתמיד להימצא באור הזרקורים הינם הרסניים עבורם.

החיים לצידם של אנשים היסטריונים עלולים להיות מתסכלים ומבלבלים מאוד. הקושי שלהם להגיע לעומק ממשי במערכות יחסים יותיר את בני זוגם תוהים ומתוסכלים נוכח כישלונות חוזרים להגשמתם משאלותיהם לקרבה ולאינטימיות. האדם ההיסטריוני ינסה לגייס את בן או בת הזוג לעמדה מצילה, מחלצת או מעריצה על מנת לצמצם את רמת החרדה הכרוכה באפשרות של דחייה. בני ובנות זוג נוטים להתנהל על קליפות ביצים מבלי לדעת מתי ייעטפו בחיבה שטחית ומתי יוקעו על היותם צפויים מדי ונזקקים. אפשר לצפות אצלם לשחיקה ולהתשה, ובהדרגה גם לחוסר ביטחון וספקנות עצמית. לתחושתם אין בכוחם לספק לעולם את הצורך של בני הזוג ההיסטריונים בהערצה או למלא את חוויית הריקנות הפנימית שמנהלת אותם, מה שעלול לייצר עוינות ותרעומת.

נוכח האופטימיות הכפייתית, רמות ההכחשה הגבוהות הדיסוציאציה ונטיית החמקנות של האדם ההיסטריוני יכולים שותפיו האינטימיים לצפות להפוך למושאי הזעם שלו, במיוחד אם וכאשר יבחרו להציף את התוצאות הבלתי נמנעות של תבניותיו ההרסניות או את הכאב האמיתי המקופל בחיים.

מתכונת ההתנהלות המומלצת לבני זוג – תמיכה רגשית יחד עם שמירה דרוכה וקפדנית על גבולות אישיים. מעמדה אוהבת ומכבדת חשוב לגרום לאדם ההיסטריוני לקחת אחריות על מעשיו ועל התנהגותיו, ובאופן הזה לסייע לו ללמוד לחוש אמון בתוך מערכת יחסים לא בזכות התנהגויות מוחצנות אלא הודות להשתתפות הדדית ולקבלה. חשוב לעודד ברגישות התנהגויות בוגרות ומבוססות מציאות על מנת לדרבן יציאה של האדם ההיסטריוני מעמדה ילדית חסרת אונים. הישארות במקום אוהב, גמיש ומקבל וניסיון עדין לעמת את האדם ההיסטריוני עם התנהגויותיו ההרסניות עשויים לסייע לו ברכישת הבנה מציאותית יותר של אופן התמקמותו ושל השפעתו על הקשר.