

# Affekternes affekt

Angst og personlighedsforstyrrelser  
2018

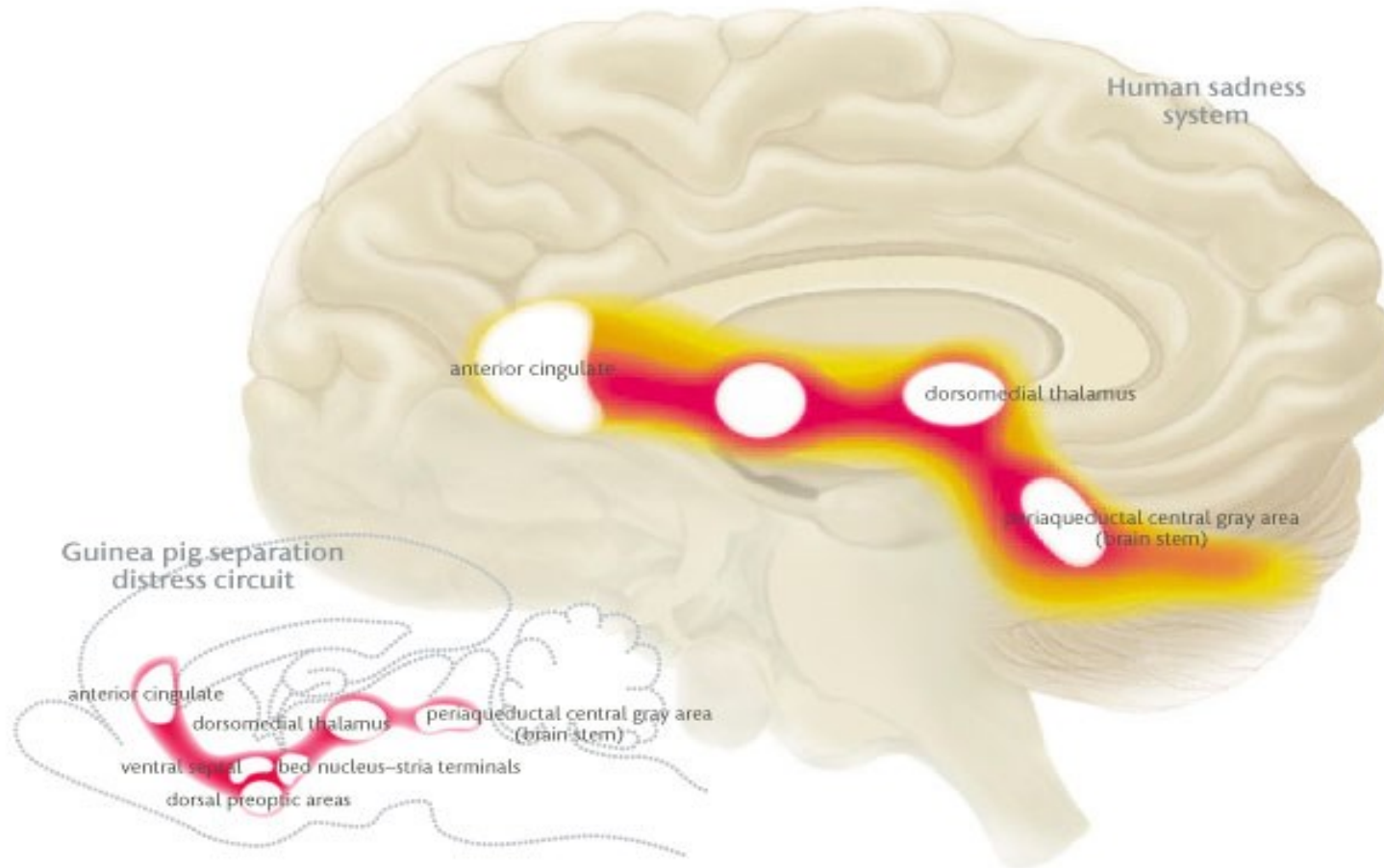
## Internaliserende og eksternaliserende personlighedsforstyrrelser (Westen, 2014)

1. Den forsigtige, sarte, ængstelige, bekymret og relationel hæmmede type
  - ✓ Patientens centrale dilemma: afhængighed af andre og angst for forkastelse / forladthed
  - ✓ Dominerende tilknytningsmønster: Usikker, undvigende tilknytning
  - ✓ Dominerende følelser: Skyld og skam, svigtfølsomhed, angst for forkastelse, nedtryghed
2. Den udadrettede, overfølsom, emotionelt udsvingende og relationelt impulsiv og intens type
  - ✓ Patientens centrale dilemma: Udsving i modsatrettede oplevelser af selv og andre
  - ✓ Dominerende tilknytning: Usikker, desorganiseret tilknytning
  - ✓ Dominerende følelser: Vrede, svigtfølsomhed, angst for forladthed / angst for ensomhed og hjælpeløshed

## Angstbegrebets udvikling i psykiatrien

- 1900-1980  
Essentiel affekt ved al psykopatologi (Freud, Bleuler, Jaspers, Klein, Sullivan)  
Som årsag, som signal, som symptom, som syndrom
- DSM-III aksiale model.  
Angst (anxiety) som syndrom, personlighed som baggrund
- DSM-III- DSM 5  
Personlighedsforstyrrelser
  - ✓ Angst som begreb forsvinder og erstattes af ængstelighed, bekymring, undvigenhed osv
  - ✓ Komorbid lidelse
  - ✓ Sammenblanding af angst – anxiety– frygt

## Subcortical netværk udviklet til regulering af relationen med omgivelserne



## Basale emotionelle systemer og følelser (Panksepp, 2004)

- FEAR
- RAGE
- PANIC /Separat.
- SEEKING
- LUST
- CARE
- PLAY

- Angst
- Depression

- Ængstelse
- Skam
- Skyld
- Nedtryghed
- Kærlighed
- Misundelse
- Jalousi
- Had
- Hævnløst
- Opløftet humør
- Glæde
- Begejstring osv

# Forholdene hos pattedyr og hos mennesker

## Frygt

Akut og kortvarig aktivering af det motoriske system på en klar definerede og overhængende fare.

”Det sker nu!”.

Udtrykker sig som kamp / flugt reaktioner

## Angst (Anxiety)

Vedvarende vagtsomhed og tvetydig tilnærmelses/fjernelsesreaktion på en vanskelig definerbar, ikke umiddelbar og potentiel fare.

”Det kommer til at ske noget, med mindre jeg...”

Udtrykker sig som forøget opmærksomhed, forsigtighed i tilnærmelsen og undersøgende adfærd.

## Angst (Anxiety og anguish)

Meget sammensat emotion/følelse på baggrund af menneskets veludviklet selvbevidsthed, vores eksistentiel usikkerhed og vedvarende stillingtagen til tvetydige personlige, interpersonelle og sociale dilemmaer og konflikter.

”Hvad kan det betyde, og hvilke konsekvenser vil det få på kort og lang sigt?”

Et normalt psykisk fænomen som er tilstede hele tiden, som kan være for intens eller for svag, adaptiv eller maladaptiv, og som kan være begrundet i den eksistentielle usikkerhed eller i neurotiske mistolkninger

Appelbaum, 1977

## Angstens dimensionale udtryksformer

Afhængigt af den personligheds-mæssige integration og af evnen til selvregulering vil angsten opleves som

- Diffus og omfattende somatisk anspændthedstilstand
- Gennemtrængende og sammensat psykisk angst
- Moduleret og adaptiv signalangst eller ængstelse (anxiety)



# Angstens baggrund i psykodynamisk tænkning

Angst er en sammensat oplevelse som udspringer af traumer og/eller af udviklingspsykologiske problemer opstået i en relationel kontekst

- Samvittighedsangst eller frygt for at have overtrådt egne normer.
- Angst for straf, eller frygt for fysisk skade fra stærkere magters side
- **Angst for tab af kærlighed**, eller frygt for afvisning eller forkastelse
- **Separationsangst** eller frygt for at blive forladt og hjælpeløs
- Paranoid angst eller frygt for at være mål for angreb
- Desintegrationsangst eller frygt for "at miste sig selv"

## Angstens baggrund i eksistentiel psykoterapi

Angsten er en sammensat oplevelse, som udspringer primært af menneskets eksistentielle dilemmaer, dvs. konfrontationen med tilværelses grundvilkår.

- Døden
- Meningsløsheden
- Den eksistentielle ensomhed
- Frihed og ansvar

## Jamen, hvad fejler jeg, hvad er egentlig mit problem?

Jaøh... voldsom angst, måske?

- ✓ Du er meget bange for at blive svigtet, og er meget usikker på dig selv?
- ✓ Du føler du er i følelsernes vold, og er bange for at miste dig selv?

### Selv mord

- ✓ "Forhandling om omsorg og tryghed"
- ✓ Kontroltab, selvhad, selvangreb

### Meningsløshed

- ✓ Smertende følelse af forladthed og selvforarmelse uden nære relationer
- ✓ Verdens ondskab og hendes afmagt. "Det hele er ligegyldigt og meningsløst"

### Tomhed

- ✓ Dyb ensomhed, forarmet og tom selv som drømmer om at få fylde af en anden
- ✓ Total forladthed og ensomhed, når hun føler at hun mister sig selv

## Og hvad skal jeg gøre som terapeut?

- Etablere, vedligeholde og reparere den terapeutiske alliance
- Være opmærksom på misforståelser, empatiske fejltagelser og destruktive kollusioner
- Være opmærksom på brud i relationen, enten som undgåelse eller som konfrontation
- Være opmærksom på patientens tre grundlæggende angstformer
  - Angst for forkastelse, for at miste den anden anerkendelse
  - Angst for forladthed, for at miste den man er afhængig af
  - Angst for at miste sig selv, for at miste selvkontrollen og selvstyringen