

## **Paranoid Kişilik Bozukluğu**

**Diğerlerine Bakışları:** Diğer insanları temelde sahtekâr, üçkağıtçı, manipülatif olarak görürler. Diğer insanların kendi işlerine karıştıklarına, kendilerini aşağıladıklarına inanırlar. Diğerlerinin arkalarından gizli işler çevirdiklerine inanırlar.

**Temel Şemaları:** "İnsanlar eninde sonunda beni inciteceklerdir." "İnsanlara güvenilmez. Beni her zaman sömüreceklerdir." "İnsanlar beni rahatsız etmeye kızdırmaya çalışacaklardır." "Onlara öfkelenme, sana yaptıklarını yap." "Bana yönelik herhangi bir aşağılama, ne kadar hafif olursa olsun, cezalandırılmalıdır." "Uzlaşma yapmak teslim olmaktır."

**Fonksiyonel Olmayan İnançları:** "Eğer dikkatli olmazsam, insanlar beni kötüye kullanabilirler, sömürebilirler, manipüle edebilirler." "Eğer arkadaşça davranırlarsa, beni kullanmaya çalışıyorlardır." "Uzak dururlarsa, arkadaş olmadıklarının kanıtıdır."

**Stratejileri:** "Tetikte ol." "Kimseye güvenme." "Gizli amaçlar ara." "Aldatılma." "Her zaman kendini en kötüsü için hazırla." "Yakınlıktan kaçın. Eğer insanlara çok yakınlaşırsan, zayıflıklarını keşfederler." "Güçlü insanların yanında uyanık ol. Sana zarar verebilirler."

**Temel Korkuları:** Gizlice manipüle edilmek, kontrol edilmek, aşağılanmak, ayırımçı muameleye tabi tutulmak.

**Tipik Davranışları:** Hiperaktivite ve sürekli tetiktelik. Kuşkuculuk, yüzleştiricilik ve bir süre sonra sözünü ettikleri düşmanca muameleye maruz kalmak.

**Duyguları:** Olası bir sömürülmeye karşı kızgınlık, algılanan bazı tehlikeler karşısında sürekli anksiyete. Terapiye girişleri genellikle bu anksiyete yüzündendir.