**Dit document is niet gechecked en alleen te gebruiken als vuistregel. Voor exacte omschrijvingen, conceptualisaties en definities: raadplaag de PDM** [**Psychodynamic Diagnostic Manual: Second Edition: PDM-2**](https://www.guilford.com/books/Psychodynamic-Diagnostic-Manual/Lingiardi-McWilliams/9781462530540)

**1. Schizoïde Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door een intense behoefte aan emotionele afstand en een rijke innerlijke fantasiewereld. Er is een diepgewortelde overtuiging dat nabijheid gevaarlijk is, wat leidt tot terugtrekking en een gebrek aan interesse in sociale relaties.

**2. Paranoïde Persoonlijkheidsstijl**

Kenmerkend door een chronisch wantrouwen en verdenking jegens anderen, wat resulteert in defensieve en vijandige houdingen. Deze stijl wordt vaak geassocieerd met een verhoogde gevoeligheid voor kritiek en een neiging tot overgevoeligheid in interpersoonlijke relaties.

**3. Psychopathische (Antisociale) Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door oppervlakkige affectie, gebrek aan empathie en een neiging tot manipulatief gedrag. Er is een onderliggende behoefte aan controle en dominantie, vaak ten koste van anderen.

**4. Psychopathische (Antisociale) Subtype: Passief-Parasitair**

Dit subtype vertoont een passieve houding en afhankelijkheid van anderen voor materiële of emotionele steun, zonder actieve betrokkenheid of verantwoordelijkheid.

**5. Psychopathische (Antisociale) Subtype: Agressief**

Kenmerkt zich door openlijke vijandigheid, impulsiviteit en een neiging tot gewelddadig of destructief gedrag. Er is vaak sprake van een gebrek aan schuldgevoelens of spijt.

**6. Narcistische Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door een opgeblazen gevoel van eigenwaarde, behoefte aan bewondering en een gebrek aan empathie. Er is een onderliggende fragiliteit in het zelfbeeld, wat leidt tot defensieve reacties bij kritiek.

**7. Narcistische Subtype: Arrogant-Rechthebbend**

Dit subtype vertoont een gevoel van superioriteit en recht op speciale behandeling, vaak gepaard met minachting voor anderen.

**8. Narcistische Subtype: Depressief-Depleet**

Kenmerkt zich door gevoelens van leegte, depressie en een verlangen naar erkenning, vaak als gevolg van een gebrek aan interne validatie.

**9. Sadistische Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door een verlangen om anderen te domineren en te vernederen, vaak gepaard met een gevoel van voldoening bij het veroorzaken van pijn of lijden.

**10. Sadistische Intermediaire Manifestatie: Sadomasochistisch**

Dit patroon vertoont zowel sadistische als masochistische trekken, waarbij individuen zowel genieten van het veroorzaken als het ontvangen van pijn.

**11. Masochistische (Zelfvernietigende) Persoonlijkheidsstijl**

Kenmerkt zich door een neiging om zichzelf te ondermijnen of te saboteren, vaak uit een verlangen naar zelfbestraffing of een gevoel van onwaardigheid.

**12. Masochistische (Zelfvernietigende) Subtype: Moreel Masochistisch**

Dit subtype vertoont een overmatige focus op schuld en verantwoordelijkheid, vaak gepaard met zelfopoffering en een gebrek aan zelfzorg.

**13. Masochistische (Zelfvernietigende) Subtype: Relationeel Masochistisch**

Kenmerkt zich door het aantrekken van destructieve of schadelijke relaties, vaak uit een onderbewust verlangen naar pijn of lijden.

**14. Depressieve Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door een chronisch gevoel van verdriet, hopeloosheid en een negatief zelfbeeld. Er is vaak sprake van een onderliggende angst voor verlating of afwijzing.

**15. Depressieve Subtype: Introjectief**

Dit subtype vertoont een interne focus op schuld en zelfkritiek, vaak gepaard met gevoelens van waardeloosheid en zelfhaat.

**16. Depressieve Subtype: Anaclitisch**

Kenmerkt zich door een externe focus op verlies of afwijzing, vaak gepaard met een verlangen naar affectieve steun en bevestiging van anderen.

**17. Depressieve Omgekeerde: Hypomanisch**

Dit patroon vertoont verhoogde energie, impulsiviteit en een gevoel van grandiositeit, vaak als compensatie voor onderliggende depressieve gevoelens.

**18. Somatiserende Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door het uiten van psychologische stress door lichamelijke klachten, vaak zonder duidelijke medische oorzaak. Er is een onderliggende behoefte aan zorg of aandacht.

**19. Afhankelijke Persoonlijkheidsstijl**

Kenmerkt zich door een overmatige behoefte aan zorg en steun van anderen, vaak gepaard met een gebrek aan zelfvertrouwen en besluitvaardigheid.

**20. Afhankelijke Subtype: Passief-Agressief**

Dit subtype vertoont een schijnbare onderdanigheid, gecombineerd met indirecte weerstand of vijandigheid, vaak uit angst voor afwijzing of verlies.

**21. Afhankelijke Omgekeerde: Tegenafhankelijk**

Kenmerkt zich door een overmatige onafhankelijkheid en zelfredzaamheid, vaak uit angst voor controle of afhankelijkheid van anderen.

**22. Fobische (Vermijdende) Persoonlijkheidsstijl**

Gekenmerkt door een intense angst voor afwijzing of kritiek, wat leidt tot vermijding van sociale situaties en een gevoel van ontoereikendheid.

**1. Schizoïde Persoonlijkheidsstijl**

De schizoïde persoonlijkheidsstijl kenmerkt zich door een diepe voorkeur voor afzondering en een sterke afkeer van emotionele nabijheid. Mensen met deze stijl voelen zich vaak ongemakkelijk in sociale situaties en hebben weinig behoefte aan intieme relaties. Ze ervaren vaak hun innerlijke wereld als rijk en vol, maar vinden het moeilijk om deze verbindingen te maken in de buitenwereld. Er is een sterke overtuiging dat nabijheid en betrokkenheid met anderen gevaarlijk of bedreigend kunnen zijn. Het kan ook leiden tot een gebrek aan interesse in romantische relaties en vriendschappen, met een overmatige focus op zelfvoorziening en introspectie. Er is vaak sprake van een emotionele kilte, hoewel dit niet noodzakelijk een gebrek aan gevoelens betekent, maar eerder een onvermogen om deze te uiten of te delen.

**2. Paranoïde Persoonlijkheidsstijl**

Mensen met een paranoïde persoonlijkheidsstijl vertonen een diepe achterdocht en wantrouwen jegens anderen, wat leidt tot voortdurende verdenkingen van kwaadwilligheid, zelfs zonder bewijs. Ze zijn vaak hypersensitief voor kritiek en voelen zich snel aangevallen of gemanipuleerd. Dit kan hen ertoe brengen defensief en vijandig te reageren in relaties, wat het moeilijk maakt om langdurige, vertrouwensvolle verbindingen te onderhouden. Paranoïde individuen kunnen een sterke behoefte hebben om controle uit te oefenen over hun omgeving, uit angst voor verraad of bedrog. Ze vertonen vaak een gebrek aan flexibiliteit en kunnen moeilijkheden ervaren met het aanvaarden van andere perspectieven. Dit patroon kan hen sociaal geïsoleerd maken, doordat ze anderen als onbetrouwbaar beschouwen.

**3. Psychopathische (Antisociale) Persoonlijkheidsstijl**

De psychopathische of antisociale persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een gebrek aan empathie en een neiging om anderen te manipuleren en uit te buiten voor eigen gewin. Mensen met deze stijl vertonen vaak antisociaal gedrag, zoals liegen, bedriegen of het overtreden van maatschappelijke normen zonder schuldgevoelens. Ze hebben meestal een oppervlakkige charme en zijn goed in het overtuigen van anderen, maar er ontbreekt een diepgaande connectie met hun medemensen. Dit kan leiden tot destructieve of schadelijke gedragingen zonder enige interne remmingen. Psychopathische individuen hebben vaak weinig tot geen gevoeligheid voor de gevoelens of behoeften van anderen, en kunnen soms impulsief of gewelddadig reageren. De drang naar macht, controle en zelfbevestiging is sterk aanwezig, en er is weinig ruimte voor vreugde of voldoening uit relaties die niet ten dienste staan van hun eigen belang.

**4. Psychopathische (Antisociale) Subtype: Passief-Parasitair**

Dit subtype van de psychopathische persoonlijkheidsstijl vertoont passief gedrag en een sterke afhankelijkheid van anderen, vaak zonder de bereidheid om zelf verantwoordelijkheid te nemen. Mensen met deze stijl kunnen andere mensen manipuleren door zich afhankelijk of hulpbehoevend voor te doen, terwijl ze in werkelijkheid weinig initiatief tonen of bijdragen aan de relatie. Ze gebruiken de steun van anderen om hun eigen behoeften te vervullen, maar hebben zelf weinig te bieden in ruil. In tegenstelling tot het meer agressieve antisociale subtype, kiezen ze voor een meer subtiele, parasitaire benadering van relaties, waarbij ze zich voeden van de middelen of zorg van anderen zonder daadwerkelijk betrokken te zijn bij wederzijds respect of samenwerking. Dit gedrag kan leiden tot een gevoel van leegte en afhankelijkheid, wat hen in staat stelt om hun slachtofferschap te behouden en tegelijkertijd controle te verwerven.

**5. Psychopathische (Antisociale) Subtype: Agressief**

Het agressieve subtype van de psychopathische persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een directe en vaak gewelddadige benadering van interpersoonlijke relaties. Deze mensen voelen zich vaak superieur aan anderen en hebben weinig tot geen mededogen voor de gevoelens van anderen. Ze gebruiken intimidatie, dreiging en geweld als middelen om controle te krijgen en anderen te domineren. In contrast met de passief-parasitairen, zijn deze individuen impulsiever en explosiever in hun gedragingen. Ze vertonen weinig of geen spijt voor hun destructieve acties, en kunnen gemakkelijk anderen beschuldigen voor hun fouten. Er is vaak sprake van een behoefte om anderen te onderdrukken of te vernederen om hun eigen gevoel van superioriteit te versterken. Deze stijl gaat vaak gepaard met een geschiedenis van gewelddadig gedrag of criminele activiteiten, evenals een gebrek aan langetermijnrelaties.

**6. Narcistische Persoonlijkheidsstijl**

De narcistische persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een opgeblazen gevoel van eigenwaarde, gecombineerd met een diepe behoefte aan bewondering en bevestiging van anderen. Mensen met deze stijl hebben vaak het gevoel dat ze bijzonder of uniek zijn en verwachten dat anderen hen op dezelfde manier behandelen. Hoewel ze extern zelfverzekerd kunnen overkomen, is hun zelfbeeld vaak fragiel en afhankelijk van externe goedkeuring. Er is een opvallend gebrek aan empathie, waardoor ze zich moeilijk kunnen verplaatsen in de gevoelens van anderen. Dit kan leiden tot oppervlakkige relaties die meer gericht zijn op hun eigen behoefte aan bevestiging dan op werkelijke verbinding. Narcistische individuen kunnen ook gevoelig zijn voor kritiek, wat hen kan aanzetten tot defensief of zelfs vijandig gedrag. Ze hebben vaak moeite met zelfreflectie en kunnen de verantwoordelijkheid voor problemen of misstanden bij anderen leggen.

**7. Narcistische Subtype: Arrogant-Rechthebbend**

Dit subtype van de narcistische persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een uitgesproken gevoel van superioriteit en een overtuiging dat ze recht hebben op speciale behandeling of privileges. Mensen met deze stijl vertonen een sterke arrogantie en minachting voor anderen, en hebben vaak weinig respect voor sociale normen of verwachtingen. Ze verwachten dat hun behoeften en verlangens altijd prioriteit krijgen en kunnen snel boos of gefrustreerd raken als dit niet het geval is. Er is een constante behoefte om bevestigd te worden in hun speciale status en ze zijn vaak gefrustreerd als anderen niet erkennen hoe bijzonder ze zijn. Deze stijl gaat vaak gepaard met een gevoel van entitlement, waarbij ze geloven dat ze boven de wet of boven de regels staan. In relaties kunnen ze egocentrisch zijn, zonder enige zorg voor de behoeften of gevoelens van anderen.

**8. Narcistische Subtype: Depressief-Depleet**

Dit subtype van de narcistische persoonlijkheidsstijl vertoont kenmerken van zowel narcisme als depressie, met een onderliggende leegte en een verlangen naar externe bevestiging. Mensen met dit subtype ervaren vaak een gevoel van uitputting, zelftwijfel en depressie, hoewel ze het proberen te maskeren door anderen om aandacht of bewondering te vragen. Ze zijn vaak afhankelijk van de goedkeuring van anderen om hun zelfwaardering op te bouwen, en wanneer deze goedkeuring uitblijft, voelen ze zich leeg, verdrietig en uitgeput. Ze kunnen zich terugtrekken of zich slachtoffer voelen van anderen die hen niet de aandacht geven die ze denken te verdienen. Dit patroon kan variëren van een voortdurende angst om niet geliefd te zijn tot een verlangen om constant in de schijnwerpers te staan. Het is een innerlijk conflict tussen de behoefte aan bewondering en de pijn van een leeg gevoel van binnenuit.

**9. Sadistische Persoonlijkheidsstijl**

De sadistische persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een verlangen om anderen te domineren, te vernederen en pijn te veroorzaken, zowel fysiek als psychologisch. Deze mensen kunnen genieten van het zien van anderen lijden, omdat het hen een gevoel van macht en controle geeft. Er is vaak sprake van een onderliggende agressie en vijandigheid, die ze projecteren op anderen. Dit gedrag komt voort uit een diepgeworteld gevoel van onveiligheid, waarbij ze proberen deze angst te beheersen door anderen te kleineren of te onderwerpen. Sadistische individuen hebben weinig tot geen empathie voor anderen en kunnen onverschillig zijn voor het lijden dat ze veroorzaken. In interpersoonlijke relaties is er een neiging om anderen uit te buiten, wat vaak leidt tot destructieve dynamieken. De wens om macht te behouden en hun eigen onzekerheden te maskeren is sterk aanwezig.

**10. Sadistische Intermediaire Manifestatie: Sadomasochistisch**

Dit subtype van de sadistische persoonlijkheidsstijl vertoont zowel sadistische als masochistische trekken, wat leidt tot complexe en vaak contradictorische gedragingen. Individuen met deze stijl kunnen zowel genieten van het veroorzaken van pijn en lijden bij anderen als het ontvangen van pijn, vaak in de vorm van emotionele of lichamelijke straffen. Het sadomasochistische patroon weerspiegelt een diepgaande innerlijke spanning, waarbij de persoon zichzelf en anderen zowel pijn aandoet als zoekt naar manieren om dat lijden te ervaren. Dit gedrag kan voortkomen uit een verlangen naar controle en zelfbevestiging, maar ook uit een diepgewortelde behoefte om controle te verliezen of zich te ondergaan in pijn. De relaties van deze individuen zijn vaak tumultueus en vol extremen, waarbij ze zowel de rol van dader als slachtoffer kunnen aannemen. Het zoeken naar extreme ervaringen kan zowel bevredigend als destructief zijn.

**11. Masochistische (Zelfvernietigende) Persoonlijkheidsstijl**

De masochistische persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een neiging om zichzelf te saboteren of te ondermijnen, vaak uit een verlangen naar zelfbestraffing of een gevoel van onwaardigheid. Mensen met deze stijl hebben vaak de overtuiging dat ze het niet verdienen om gelukkig of succesvol te zijn, wat hen ertoe aanzet zichzelf onbewust in situaties te plaatsen waarin ze lijden of falen. Er is vaak een patroon van zelfopoffering, waarbij ze anderen boven zichzelf stellen, zelfs als dit ten koste gaat van hun eigen welzijn. Deze stijl kan zich uiten in chronische zelfkritiek, perfectionisme, of een constante zoektocht naar goedkeuring van anderen, gecombineerd met gevoelens van frustratie en depressie. Masochistische individuen kunnen moeilijkheden ervaren bij het stellen van grenzen, omdat ze vaak geloven dat ze het recht niet hebben om voor zichzelf op te komen. Dit patroon kan ook leiden tot destructieve relaties waarin de persoon herhaaldelijk in een slachtofferrol belandt.

**12. Masochistische (Zelfvernietigende) Subtype: Moreel Masochistisch**

Dit subtype van de masochistische persoonlijkheidsstijl vertoont een overmatige focus op schuld, verantwoordelijkheid en morele verplichting. Mensen met deze stijl geloven vaak dat ze alleen waardevol zijn wanneer ze zichzelf opofferen voor anderen of wanneer ze hun eigen verlangens en behoeften negeren om 'goed' of 'moreel' te zijn. Ze kunnen zichzelf beschuldigen van elke fout, zelfs als ze buiten hun controle ligt, en geloven dat ze voortdurend moeten boeten voor hun vermeende zonden of tekortkomingen. Dit leidt vaak tot gevoelens van hopeloosheid, zelfhaat en chronische zelfkritiek. Er is een voortdurend streven naar zelfverbetering door lijden, wat hen vaak belemmert in het aangaan van gezonde, evenwichtige relaties. De wens om zichzelf te straffen of te boeten kan hen vatbaar maken voor relaties waarin ze zich ondergeschikt maken aan anderen, zelfs als deze relaties destructief zijn.

**13. Masochistische (Zelfvernietigende) Subtype: Relationeel Masochistisch**

Het relationele masochistische subtype richt zich op het aantrekken van destructieve of schadelijke relaties, vaak uit een onderbewust verlangen naar pijn of lijden. Individuen met deze stijl hebben vaak het gevoel dat ze onterecht zijn, of dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor de problemen in hun relaties. Ze kunnen herhaaldelijk partners of vrienden kiezen die hen emotioneel of fysiek misbruiken, zonder te erkennen dat deze relaties schadelijk voor hen zijn. Er is een onderliggende overtuiging dat ze alleen geliefd of waardevol zijn als ze lijden of als ze zich ondergeschikt maken aan anderen. Dit patroon kan leiden tot chronische gevoelens van frustratie en ontevredenheid, omdat de persoon zich vastklampt aan de dynamiek van pijn en lijden, zelfs als ze zich daarover bewust zijn. In plaats van gezonde grenzen te stellen, ervaren deze mensen relaties als een manier om zichzelf te 'straffen' of hun eigen gevoel van waardeloosheid te bevestigen.

**14. Depressieve Persoonlijkheidsstijl**

De depressieve persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een chronisch gevoel van verdriet, hopeloosheid en leegte, wat het dagelijks functioneren bemoeilijkt. Mensen met deze stijl ervaren vaak een negatief zelfbeeld en kunnen zichzelf als ontoereikend, zwak of niet goed genoeg beschouwen. Er is een voortdurende interne druk om te presteren, vaak gepaard met gevoelens van falen wanneer ze niet voldoen aan hun eigen hoge normen. Dit patroon kan leiden tot vermijdingsgedrag, waarbij de persoon sociale interacties of verantwoordelijkheden vermijdt uit angst om teleurstellingen te veroorzaken. Depressieve individuen kunnen ook een constante angst voor verlating of afwijzing ervaren, wat hen onzeker maakt in relaties en hen belet om gezonde emotionele verbindingen aan te gaan. Deze stijl kan hen kwetsbaar maken voor gevoelens van isolatie en een diepgaande ervaring van leegte of zinloosheid.

**15. Depressieve Subtype: Introjectief**

Dit subtype van de depressieve persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een sterke interne focus op schuld, zelfkritiek en zelfhaat. Mensen met dit subtype ervaren vaak dat ze tekortschieten ten opzichte van hun eigen normen en idealen. Ze internaliseren negatieve gevoelens en beschuldigen zichzelf voortdurend van mislukking, wat leidt tot een gevoel van onherstelbare schade of onwaardigheid. De introjectieve depressie wordt vaak gekarakteriseerd door gevoelens van verwoesting van het zelf, waarbij de persoon gelooft dat ze onherstelbaar beschadigd zijn. Ze hebben moeite met het ontvangen van steun van anderen, omdat ze denken dat ze het niet verdienen. In relaties kunnen ze zich onderdanig of zelfopofferend opstellen, wat hen vatbaar maakt voor misbruik of exploitatie.

**16. Depressieve Subtype: Anaclitisch**

Mensen met de anaclitische vorm van depressie richten zich vaak extern op verlies of afwijzing als de belangrijkste bron van hun verdriet. Ze ervaren gevoelens van leegte of verdriet, niet alleen door hun eigen tekortkomingen, maar door de angst voor verlating of het verlies van belangrijke anderen. Het verlangen naar affectieve steun en bevestiging is enorm, en de persoon kan zich afhankelijk en kwetsbaar voelen in relaties. Anaclitische depressie komt vaak tot uiting in gevoelens van eenzaamheid en verlatingsangst, die hen kunnen aanzetten tot overdreven afhankelijk gedrag in relaties. Dit kan hen kwetsbaar maken voor emotionele uitputting of uitbuiting door anderen. Ze kunnen zichzelf ook als onwaardig beschouwen, maar dan vooral door de afwezigheid van liefde of zorg van anderen.

**17. Depressieve Omgekeerde: Hypomanisch**

Het hypomanische type depressie is gekarakteriseerd door verhoogde energie, impulsiviteit en een gevoel van grandiositeit, wat vaak een compensatie is voor onderliggende depressieve gevoelens. Personen met dit patroon vertonen vaak overmatige activiteit, enthousiasme of zelfs opwinding, wat hen kan doen verschijnen als overmatig zelfverzekerd of zelfs egocentrisch. Dit gedrag is vaak een manier om pijnlijke of depressieve gevoelens te maskeren door extreme activiteit of euforie na te jagen. Hoewel het hypomanische gedrag aanvankelijk als stimulerend kan worden ervaren, kan het ook leiden tot impulsieve of destructieve keuzes, wat de onderliggende gevoelens van leegte of verdriet verbergt. Dit patroon kan tijdelijk verlichtend zijn, maar uiteindelijk leidt het tot uitputting en intensere gevoelens van depressie zodra de energie afneemt.

**18. Somatiserende Persoonlijkheidsstijl**

De somatiserende persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door de uiting van psychologische stress of conflict via lichamelijke symptomen, zoals chronische pijn, vermoeidheid of andere fysieke klachten die geen medische oorzaak hebben. Mensen met deze stijl gebruiken vaak lichamelijke klachten als een manier om aandacht of zorg te vragen, maar zonder dat er een duidelijke medische verklaring is voor hun symptomen. Dit patroon kan voortkomen uit een onvermogen om emoties of conflicten op een directe manier te uiten, waardoor de stress zich manifesteert in lichamelijke klachten. Somatiserende individuen kunnen zich vaak machteloos of kwetsbaar voelen, en hun lichamelijke klachten kunnen dienen als een manier om hun ongenoegen of pijn te communiceren naar anderen. Dit kan leiden tot medische onderzoeken zonder oplossing, wat de vicieuze cirkel van lijden in stand houdt.

**19. Afhankelijke Persoonlijkheidsstijl**

De afhankelijke persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een overmatige behoefte aan zorg, steun en bevestiging van anderen. Mensen met deze stijl voelen zich vaak onzeker over hun vermogen om zelfstandig te functioneren en hebben een constant verlangen naar goedkeuring en bescherming van anderen. Ze ervaren angst en ongemak bij het nemen van beslissingen zonder de hulp of goedkeuring van anderen, wat hen vaak passief maakt in interpersoonlijke relaties. Deze afhankelijkheid kan hen kwetsbaar maken voor uitbuiting of misbruik, aangezien ze geneigd zijn om te voldoen aan de wensen van anderen, zelfs ten koste van hun eigen behoeften. Afhankelijke individuen kunnen zich vaak machteloos of niet-competent voelen en hebben moeite met het aangaan van gezonde, gelijkwaardige relaties. Ze hebben vaak het gevoel dat ze niet in staat zijn om voor zichzelf te zorgen, wat hen in situaties van stress of conflict tot passiviteit of onderwerping aanzet.

**20. Afhankelijke Subtype: Passief-Agressief**

Het passief-agressieve subtype van de afhankelijke persoonlijkheidsstijl vertoont een schijnbare onderdanigheid, gecombineerd met indirecte weerstand of vijandigheid. Mensen met dit subtype kunnen zich afhankelijk opstellen, maar in plaats van hun behoeften of verlangens direct te uiten, tonen ze subtiele vormen van verzet, zoals uitstelgedrag, sarcasme of passieve weigering. Dit gedrag is vaak een manier om controle te verkrijgen in een situatie waarin ze zich machteloos voelen om openlijk hun verlangens te uiten. In relaties kunnen ze zich als slachtoffer gedragen, terwijl ze tegelijkertijd onbewust of bewust weerstand bieden tegen de verwachtingen van anderen. Passief-agressieve individuen kunnen ook hun frustraties internaliseren, wat leidt tot chronische stress en ontevredenheid. Ze kunnen conflicten vermijden door ze niet direct aan te pakken, wat de onderliggende afhankelijkheid versterkt en het voor hen moeilijk maakt om gezonde grenzen te stellen.

**21. Afhankelijke Omgekeerde: Tegenafhankelijk**

De tegenafhankelijke persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een extreme behoefte aan onafhankelijkheid en zelfredzaamheid, vaak als een reactie op de angst voor afhankelijkheid van anderen. Mensen met deze stijl doen er alles aan om zich te distantiëren van anderen en vermijden elke vorm van emotionele of praktische afhankelijkheid. Dit kan voortkomen uit de overtuiging dat afhankelijkheid een zwakte is of dat het hen kwetsbaar maakt voor controle of manipulatie door anderen. Tegenafhankelijke individuen kunnen sterk assertief en zelfverzekerd overkomen, maar dit kan in werkelijkheid een defensieve houding zijn die hen beschermt tegen de angst om overweldigd te worden door anderen. Dit patroon kan hen isoleren, omdat ze zichzelf weigeren toe te staan om hulp of steun van anderen te ontvangen, zelfs als ze die nodig hebben. Het kan ook leiden tot conflicten in relaties, omdat hun behoefte aan volledige autonomie en onafhankelijkheid moeilijk te verenigen is met de wederzijdse afhankelijkheid die in gezonde relaties bestaat.

**22. Fobische (Vermijdende) Persoonlijkheidsstijl**

De fobische persoonlijkheidsstijl wordt gekarakteriseerd door een intense angst voor afwijzing, kritiek of sociale afkeuring, wat leidt tot een vermijding van sociale situaties en interpersoonlijke interacties. Mensen met deze stijl voelen zich vaak onzeker en ontoereikend in sociale contexten, wat hen ertoe aanzet om zich terug te trekken of situaties te vermijden waarin ze zich kwetsbaar zouden kunnen voelen. Deze vermijdingsreacties kunnen variëren van het vermijden van specifieke sociale interacties tot het volledig vermijden van nieuwe ervaringen of uitdagingen. Fobische individuen hebben vaak een laag zelfbeeld en zijn gefocust op het voorkomen van afwijzing of kritiek, wat hen beperkt in hun vermogen om nieuwe relaties aan te gaan of hun volledige potentieel te bereiken. Ze kunnen zich overmatig zorgen maken over hoe anderen hen zien, wat leidt tot angst, spanning en sociaal isolement. Dit patroon gaat vaak gepaard met gevoelens van schaamte, minderwaardigheid en een sterk verlangen naar acceptatie.

**23. Fobische Omgekeerde: Tegenfobisch**

Het tegenfobische subtype van de fobische persoonlijkheidsstijl is gekarakteriseerd door een reactie op angst door het opzoeken van confrontatie of door uitdagend gedrag. In plaats van situaties te vermijden, reageren mensen met dit subtype op hun angsten door deze uit te dagen of door zich agressief of provocerend op te stellen. Dit gedrag kan voortkomen uit een onderliggende angst om gekwetst of afgewezen te worden, en als reactie proberen ze de controle te behouden door zichzelf te beschermen tegen kwetsbaarheid door middel van dominantie of onverschilligheid. Tegenfobische individuen kunnen zich vaak roekeloos of defensief gedragen, waarbij ze proberen anderen af te schrikken om te voorkomen dat ze zelf gekwetst worden. Deze benadering kan hen tijdelijk helpen om angst te verbergen, maar het verhindert hen ook om op een authentieke manier verbinding te maken met anderen en te werken aan de onderliggende onzekerheden die hen aandrijven.