

اختلال شخصیتی چیست؟

(What is a personality disorder?)



اختلال شخصیتی چیست؟

هر فردی دارای ویژگی‌های (خصوصیه‌های) شخصیتی می‌باشد که وی را توصیف می‌نماید. منظور از این ویژگی‌ها، روش‌های معمول تفکر و رفتار فردی است که هر کدام از ما انسان‌ها را منحصر به فرد می‌سازد.

زمانی و ویژگی‌های (خصوصیه‌های) شخصیتی به اختلال شخصیتی تبدیل می‌شود که الگوهای تفکری و رفتاری فرد بسیار افراطی، غیر قابل انعطاف و ناهنجار شود. این الگوها منجر به از هم گسیختگی عمده در زندگی فرد شده و معمولاً سبب بروز پریشانی عمده در فرد مبتلا و یا سایرین می‌شود.

اختلالات شخصیتی از دوران کودکی شروع شده و در تمام دوران بزرگسالی ادامه می‌یابد.

عمومیت و رواج انواع مختلف اختلالات شخصیتی به طور دقیق و واضح مشخص نمی‌باشد و بسته به نوع اختلال، متفاوت می‌باشد. یک نفر از هر صد نفر مبتلا به اختلالات شخصیتی مرزی می‌باشند.

اگر چه ممکن است ایجاد تغییر در شخصیت دشوار باشد، ولی افراد مبتلا به اختلالات شخصیتی می‌توانند در صورت دریافت درمان به موقع، صحیح و حمایت، از زندگی پرمعنا و مثمر ثمر برخوردار شوند.

انواع اصلی اختلالات شخصیتی چه می‌باشند؟

دامنه‌ی وسیعی از اختلالات شخصیتی وجود دارد. تمامی این اختلالات با یک الگوی رفتاری فراگیر و جامع در ارتباط می‌باشند و این بدین معنا است که رفتارها و تفکرات شخصیتی تقریباً در تمام جنبه‌های زندگی فردی قابل رویت می‌باشند.

سه گروه اختلالات شخصیتی عبارتند از: اختلالات غیر عادی، احساسی یا غیر معقول؛ و اضطراب و دلواپسی یا اختلالات ناشی از ترس. گونه‌های مشخص از اختلالات عبارتند از:

اختلال شخصیت هذیانی (پارانوید) (Paranoid personality disorder)

که عبارتست از بدگمانی فراگیر و مظنون بودن نسبت به دیگران، انگیزه‌های مذکور به عنوان انگیزه‌های بدخواهانه تفسیر می‌شوند.

اختلال شخصیت اسکیزوئید (Schizoid personality disorder)

که عبارتست از الگوهای فراگیر دوری‌گزینی از روابط اجتماعی که دامنه‌ی محدودی از تجلی احساسات بین فردی را شامل می‌گردد.

اختلال شخصیت اسکیزوتیپال (Schizotypal personality disorder)

یک الگوی رفتاری فراگیر کمبودهای اجتماعی و بین فردی می‌باشد که توسط احساس ناراحتی حاد به همراه ظرفیت کم جهت ارتباطات نزدیک مشخص می‌گردد.

این اختلال توسط تحریفات در شیوه‌ی تفکر و دریافت و رفتارهای غیر عادی نیز مشخص می‌گردد.

اختلال شخصیت ضد اجتماعی (Antisocial personality disorder)

یک الگوی فراگیر بی‌توجهی و اعمال خشونت نسبت به حقوق دیگران می‌باشد.

اختلال شخصیت نمایشی (Histrionic personality disorder)

یک الگوی فراگیر احساسات مفرط و جلب توجه بیش از حد می‌باشد.

اختلال شخصیت علاقه ی بیش از حد به خود (Narcissistic personality disorder)

یک الگوی فراگیر بزرگ نمایی (رفتارهای خیالی و یا واقعی)، نیاز به تحسین، و فقدان همدردی است.

اختلال شخصیت دوری گزینی (اجتنابی) (Avoidant personality disorder)

یک الگوی فراگیر منع ها اجتماعی، احساساتی از قبیل بی کفایتی، و حساسیت بیش از حد نسبت به ارزشیابی های منفی می باشد.

اختلال شخصیت وابسته

(Dependent personality disorder)

یک احتیاج و نیاز فراگیر و بیش از حد به مراقبت است که منجر به رفتارهای فروتنانه و وفادارانه و ترس از جدایی می گردد.

روان رنجوری وسواسی فکری – عملی (Obsessive-compulsive personality disorder)

یک الگوی فراگیر پریشانی حواس منظم، کمال گرایی، و کنترل روحی و بین فردی، به بهای از دست دادن انعطاف پذیری مطلق، صداقت و کفایت می باشد.

اختلال شخصیت مرزی

(Borderline personality disorder)

یک الگوی فراگیر از روابط ناپایدار بین فردی، خود تصویری، خلق و خوی ها، و کنترل قوه های محرکه ی آنی می باشد.

درک و فهم اختلال شخصیت مرزی بسیار حایز اهمیت است، چون ممکن است که این بیماری را با سایر بیماری های روحی مخصوصا اختلال خلقی اشتباه نمود و تشخیص غلط داد. احتمالا در افرادی که مبتلا به اختلال شخصیت مرزی می باشند، نشانه های زیر مشاهده می گردد:

- نوسانات گسترده ی خلق و خوی
- خشم و عصبانیت نادرست و یا عدم توانایی کنترل خشم
- احساسات مزمن پوچ بودن
- رفتارهای خودکشی ممتد، اشارات و حرکات و تهدیدات و یارفتارهای خود آزاری
- رفتارهای مخرب و آنی
- الگو های ناپایدار روابط
- خود تصویری و یا احساسات مداوم ناپایدار نسبت به خویش
- ترس از رها شدن
- تجربه ی دوره هایی از جنون و اختلالات هذیانی و فقدان بصیرت.

مشکلات روحی و روانی که به طور همزمان بروز می کنند

اختلالات شخصیتی معمولا همزمان با سایر بیماری های روحی رخ می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد بیماری های روحی جزوه ی "بیماری روحی چیست؟" و سایر جزوه ها را مطالعه نمایید.

استفاده از مشروبات الکلی مضرو سایر مواد مخدر معمولا با اختلالات شخصیت به ویژه اختلال شخصیت مرزی به طور هم زمان رخ می دهد. و این امر سبب پیچیده تر شدن امر درمان می گردد. کنترل موثر در استفاده از مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر بسیار مهم است.

چه عواملی سبب بروز اختلالات شخصیتی می شود؟

اختلالات شخصیتی در دوران کودکی رشد می یابد و افکارها و رفتارها در دوران بزرگسالی به میزان زیادی در ذهن فرد جایگزین می شود.

بعضی از اختلالات شخصیتی را به ویژه در مردان می توان مشاهده نمود (مثل اختلال شخصیت ضد اجتماعی) و سایر اختلالات بیشتر در بین زنان رایج تر می باشد (مثل اختلال شخصیت مرزی).

بسیاری از کسانی که مبتلا به اختلال شخصیتی می باشند معمولا اگر تقاضای کمک نمایند، پس از سال ها پریشانی است. و این امر مربوط به فقدان اطلاعات در مورد علت بروز و پیشرفت بیماری می باشد.

به نظر می رسد که دلایل گوناگونی در ارتباط با نمونه های مختلف از اختلالات شخصیتی می باشد. اگر چه آنچه که در مورد اکثر بیماری های روحی صدق می کند این است که ترکیب پیچیده ای از عوامل ژنتیکی، عوامل بیوشیمیایی، عوامل فردی، خانوادگی، و محیطی در به وجود آمدن بیماری موثر می باشد.

چه عواملی سبب بروز اختلالات شخصیت مرزی می گردد؟

به خوبی ثابت شده است که تمایل مبتلا شدن به اختلالات شخصیتی مرزی همانند سایر بیماری ها مثل مرض قند و بیماری های قلبی در خانواده ها به ارث می رسد.

شواهد موجود حاکی از این است که اختلال شخصیت مرزی ممکن است به عدم تعادل مواد شیمیایی موجود در مغز مرتبط باشد.

اذیت و آزار در دوران کودکی، مخصوصا اذیت و آزارهای مداوم و شدید، غفلت، جدایی کودک از فردی که از وی مراقبت می کند و یا دوستش دارد، از عوامل اصلی و موثری هستند که در بروز و پیدایش بیماری اختلال شخصیت مرزی نقشی را ایفا می کنند. زنان بیش تر از مردان در معرض ابتلا شدن به اختلال شخصیت مرزی قرار دارند.

چه درمان هایی موجود می باشد؟

دامنه ی درمانی برای درمان اختلالات شخصیتی رو به گسترش است. انواع درمان ارایه شده بسته به نوع اختلال شخصیتی متفاوت می باشد.

بسیاری از اختلالات شخصیتی با سایر بیماری های روحی مرتبط می باشند. رفتارها معمولا بیشتر به صورت مزمن و متداوم بروز می نمایند. عنوان مثال روان رنجوری و سواسی فکری - عملی شخصیتی با روان رنجوری و سواسی فکری - عملی، و اختلال شخصیت اسکیزوئید با شیزوفرنی (اسکیزوفرنی)، و اختلال شخصیت دوری گزینی (اجتنابی) با هراس از جامعه مرتبط می باشد. متعاقبا ممکن است که روش های درمانی مشابه، استفاده شود.

درمان های روان شناختی عمده ترین دیدگاه درمانی جهت درمان اختلال شخصیت مرزی است . رفتار گویشی درمانی (DBT) نوعی از رفتار درمانی شناختی می باشد که هدف آن درمان عدم ثبات خلق و خوی و رفتارهای آنی می باشد.

این روش درمانی چگونگی کنترل و اداره ی احساسات و و روش های مجدد مقابله با مردم و شرایط را به افراد آموزش می دهد.

هدف مهم این روش درمانی برای افرادی که مبتلا به اختلال شخصیت مرزی هستند، کنترل رفتارهای آسیب رساندن به خود (خود آزاری) و خودکشی می باشد. رفتار گویشی درمانی (DBT) در تحت کنترل در آوردن رفتارهای خودکشی موثر بوده است.

با توجه به این که دانش ما در موثر بودن درمان اختلالات شخصیتی هنوز در حال رشد می باشد، چنین به نظر می رسد که درمان زودتر احتمالاً موثر تر خواهد بود.

بستگان و و دوستان فردی که مبتلا به اختلال شخصیت مرزی می باشد، اغلب احساس آشفتگی و اضطراب می نمایند. حمایت و آموزش به همراه درک بهتر اجتماعی بخش مهمی از درمان را شامل می شود.



در مورد این بروشور (جزوه)

این بروشور بخشی از یک سری بروشورها در مورد بیماری های روحی است که بودجه ی آن توسط دولت استرالیا و تحت عنوان استراتژی ملی سلامت و بهداشت روح و روان ارایه می گردد.

سایر بروشور ها به شرح زیر می باشند:

- بیماری روحی چیست؟
- اختلال اضطرابی چیست؟
- اختلال جنون ادواری چیست؟
- اختلال افسردگی چیست؟
- اختلال در غذا خوردن چیست؟
- شیذوفرنی (اسکیزوفرنی) چیست؟

جهت دریافت کپی های رایگان به سایر زبان ها یا سازمان سلامت و بهداشت روح و روان چند فرهنگی استرالیا با این شماره تلفن تماس بگیرید:

(02)98403333

(Multicultural Mental Health Australia)

www.mmha.org.au

کپی های رایگان و مجانی تمامی این بروشور ها را می توانید از مکان زیر دریافت نمایید:

(Mental Health and Workforce Division
of the Australian Government
Department of Health and Ageing):

GPO Box 9848

CANBERRA ACT 2601

Tel: 1800 066 247

Fax 1800 634 400

www.health.gov.au/mentalhealth

برای دریافت کمک به کجا می

توان مراجعه کرد

- دکتر خانوادگی
- مرکز بهداشت و سلامت
- مرکز بهداشت و سلامت روح و روان

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات موجود، لطفاً

(Community Help Services and Welfare)

و شماره تلفن های 24 ساعته اورژانس را در راهنمای تلفن محلی خود پیدا نمایید.

اگر شما به مترجم احتیاج داشتید با شماره تلفن **131450** با خدمات ترجمه تلفنی (TIS) تماس بگیرید.

جهت دریافت کمک های مشاوره ی فوری با خط تلفن **131114** تماس بگیرید. این خط تلفنی می تواند اطلاعات و کمک های بیشتری را به شما ارایه دهد. (Lifeline).

اطلاعات بیشتر را می توانید در سایت های زیر بیابید:

www.mmha.org.au

www.mifa.org.au

www.sane.org

Insert your local details here

