

Τι είναι οι διαταραχές της προσωπικότητας;

(What is a personality disorder?)



Τι είναι οι διαταραχές της προσωπικότητας;

Ο καθένας μας έχει ιδιώματα προσωπικότητας τα οποία τον χαρακτηρίζουν. Αυτά είναι οι συνήθειες τρόποι με τους οποίους το άτομο σκέπτεται και συμπεριφέρεται, και οι οποίοι κάνουν τον καθένα από εμάς μοναδικό.

Τα ιδιώματα της προσωπικότητας γίνονται διαταραχή της προσωπικότητας όταν τα πρότυπα σκέψης και συμπεριφοράς είναι ακραία, άκαμπτα και δυσπροσάρμοστα. Μπορούν να προκαλέσουν σοβαρή διατάραξη στη ζωή του ατόμου και συνήθως σχετίζονται με σημαντική ψυχική ένταση για το ίδιο το άτομο ή για τους άλλους.

Οι διαταραχές της προσωπικότητας αρχίζουν στην παιδική ηλικία και διαρκούν καθ' όλη την ενήλικη ζωή.

Η επικράτηση των διαταραχών της προσωπικότητας δεν είναι επακριβώς γνωστά και διαφέρουν για τις διαφορετικές διαταραχές. Η οριακή διαταραχή προσωπικότητας συναντάται περίπου στο ένα στα 100 άτομα.

Παρόλο που είναι δύσκολο να αλλάξει κανείς την προσωπικότητα, τα άτομα που πάσχουν από διαταραχές της προσωπικότητας μπορούν, αν τους δοθεί νωρίς η κατάλληλη αγωγή και υποστήριξη, να έχουν μία ζωή πλήρη και παραγωγική.

Ποιά είναι τα κύρια είδη διαταραχών της προσωπικότητας;

Υπάρχει ένα ευρύ πεδίο διαταραχών της προσωπικότητας. Όλες αυτές οι διαταραχές εμπεριέχουν ένα διεισδυτικό πρότυπο συμπεριφοράς, που σημαίνει ότι οι χαρακτηριστικές συμπεριφορές και σκέψεις είναι έκδηλες σε όλες σχεδόν τις πλευρές της ζωής του ατόμου.

Υπάρχουν τρεις ομάδες διαταραχών προσωπικότητας: οι ιδιόρρυθμες ή εκκεντρικές διαταραχές, οι δραματικές συναισθηματικές ή ασταθείς διαταραχές και οι αγχώδεις ή έντρομες διαταραχές. Οι συγκεκριμένες διαταραχές είναι οι παρακάτω:

Η παρανοϊκή διαταραχή της προσωπικότητας (Paranoid personality disorder)

χαρακτηρίζεται από μία έντονη καχυποψία και δυσπιστία προς τους άλλους, με αποτέλεσμα τα κίνητρά τους να ερμηνεύονται ως κακόβουλα.

Η σχιζοειδής διαταραχή της προσωπικότητας (Schizoid personality disorder)

έχει σαν κύριο χαρακτηριστικό την αποσύνδεση του ατόμου από τις κοινωνικές σχέσεις και την περιορισμένη κλίμακα έκφρασης συναισθημάτων στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Η σχιζοτυπη διαταραχή της προσωπικότητας (Schizotypal personality disorder)

έχει σαν κυρίαρχο στοιχείο την κοινωνική και διαπροσωπική ανεπάρκεια και χαρακτηρίζεται από έντονη δυσφορία και ελαττωμένη ικανότητα για διαπροσωπικές σχέσεις. Χαρακτηρίζεται επίσης από διαταραχές της σκέψης και της αντίληψης και από εκκεντρική συμπεριφορά.

Η αντικοινωνική διαταραχή της προσωπικότητας (Antisocial personality disorder)

έχει σαν κυρίαρχο χαρακτηριστικό την περιφρόνηση διά και την παραβίαση των δικαιωμάτων των άλλων.

Η υποκριτική διαταραχή της προσωπικότητας (Histrionic personality disorder)

έχει σαν βασικό χαρακτηριστικό την υπερβολική συναισθηματικότητα και την επιζήτηση προσοχής.

Η ναρκισσιστική διαταραχή της προσωπικότητας (Narcissistic personality disorder)

έχει σαν κυρίαρχο στοιχείο τις ιδέες μεγαλείου (στην φαντασία του ατόμου ή στην ίδια τη συμπεριφορά του), την ανάγκη για θαυμασμό και την έλλειψη συναισθηματικής κατανόησης.

Η αποφευκτική διαταραχή της προσωπικότητας (Avoidant personality disorder)

χαρακτηρίζεται από κοινωνική αναστολή, αισθήματα ανεπάρκειας και την υπερευαίσθησία στην αρνητική κριτική.

Η εξαρτημένη διαταραχή της προσωπικότητας (Dependent personality disorder)

έχει σαν κύριο χαρακτηριστικό την έντονη και υπερβολική ανάγκη του ατόμου να το φροντίζουν οι άλλοι, που οδηγεί σε υποτακτική και εξαρτημένη συμπεριφορά, καθώς και σε φόβο αποχωρισμού από τους άλλους.

Η έμμονη παθολογική διαταραχή της προσωπικότητας (Obsessive-compulsive personality)

χαρακτηρίζεται από την έντονη ενασχόληση του ατόμου με την τάξη, από την τελειοθρία και τον ψυχικό και διαπροσωπικό έλεγχο, σε βάρος της ευελιξίας, της ανοιχτής επικοινωνίας και της αποδοτικότητας.

Η οριακή διαταραχή της προσωπικότητας (Borderline personality disorder)

έχει σαν κυρίαρχο χαρακτηριστικό την αστάθεια στις διαπροσωπικές σχέσεις, στην εικόνα που έχουν τα άτομα για τον εαυτό τους, στη συναισθηματική τους διάθεση και στον έλεγχο των παρορμήσεών τους.

Η κατανόηση της οριακής διαταραχής της προσωπικότητας είναι ιδιαίτερα σημαντική, διότι είναι πιθανό να διαγνωσθεί λανθασμένα ως κάποια άλλη ψυχική διαταραχή, ιδιαίτερα ως κάποια διαταραχή της διάθεσης.

Τα άτομα που πάσχουν από τη οριακή διαταραχή προσωπικότητας είναι πιθανό να έχουν τα παρακάτω συμπτώματα:

- Ακραίες αλλαγές στη διάθεση.
- Θυμός που δεν ταιριάζει στην κατάσταση ή δυσκολία στο να

- Λέγξουν το θυμό τους.
- Χρόνια αισθήματα κενού.
- Επανειλημμένη αυτοκτονική συμπεριφορά, χειρονομίες ή απειλές, ή αυτοβλαπτική συμπεριφορά.
- Παρορμητική και αυτοκαταστροφική συμπεριφορά.
- Ιστορικό ασταθών διαπροσωπικών σχέσεων.
- Επίμονα ασταθής εικόνα ή αίσθηση του εαυτού τους.
- Φόβος εγκατάλειψης.
- Περίοδοι παραφροσύνης και απώλεια της επαφής με την πραγματικότητα..

Συνοπάρχοντα προβλήματα ψυχικής υγείας

Οι διαταραχές της προσωπικότητας συχνά συμβαίνουν ταυτόχρονα με άλλες ψυχικές παθήσεις. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις ψυχικές παθήσεις μπορείτε να διαβάσετε το ενημερωτικό φυλλάδιο 'Τι είναι οι ψυχικές παθήσεις;', καθώς και τα άλλα ενημερωτικά φυλλάδια της σειράς αυτής

Η βλαβερή χρήση του αλκοόλ και άλλων ναρκωτικών συχνά συνοπάρχει με τις διαταραχές της προσωπικότητας, ιδιαίτερα με την οριακή διαταραχή προσωπικότητας. Αυτό είναι κάτι που καθιστά τη θεραπευτική αγωγή πιο πολύπλοκη, και είναι σημαντικό να γίνεται αποτελεσματικός έλεγχος της χρήσης αλκοόλ και άλλων ναρκωτικών.

Τι προκαλεί τις διαταραχές της προσωπικότητας;

Οι διαταραχές της προσωπικότητας εμφανίζονται κατά την παιδική ηλικία και οι τρόποι σκέψης και συμπεριφοράς εντυπώνονται επαυξημένα στην ενήλικη ζωή.

Ορισμένες διαταραχές της προσωπικότητας είναι πιο κοινές στους άνδρες (όπως η αντικοινωνική διαταραχή της προσωπικότητας), ενώ άλλες είναι πιο κοινές στις γυναίκες (όπως η οριακή διαταραχή της προσωπικότητας).

Πολλά άτομα που πάσχουν από διαταραχές της προσωπικότητας δεν ζητούν βοήθεια παρά μόνο μετά από πολλά χρόνια ψυχικής έντασης, ή και δε ζητούν καθόλου. Αυτό συμβάλλει στην έλλειψη γνώσης που έχουμε σχετικά με τις αιτίες των διαταραχών αυτών και με το πώς αναπτύσσονται.

Φαίνεται ότι υπάρχουν διαφορετικές αιτίες που σχετίζονται με τα διάφορα είδη διαταραχών της προσωπικότητας. Παρ'όλα αυτά, όπως και για τις περισσότερες ψυχικές παθήσεις, οι αιτίες φαίνεται ότι είναι ένας πολύπλοκος συνδυασμός κληρονομικών, βιοχημικών, ατομικών, οικογενειακών και περιβαλλοντικών παραγόντων.

Τι προκαλεί την οριακή διαταραχή της προσωπικότητας;

Είναι αποδεδειγμένο ότι η τάση να εμφανίσει κανείς οριακή διαταραχή προσωπικότητας υπάρχει σε κάποιες οικογένειες. Αυτό είναι παρόμοιο με την

προδιάθεση για άλλες ασθένειες όπως ο διαβήτης και οι καρδιακές παθήσεις.

Υπάρχουν κάποιες ενδείξεις ότι η οριακή διαταραχή της προσωπικότητας μπορεί να σχετίζεται με κάποια χημική ανισορροπία στον εγκέφαλο.

Επίσης πιστεύεται ότι η κακοποίηση κατά την παιδική ηλικία, η παραμέληση και ο αποχωρισμός του παιδιού από τα αγαπημένα του άτομα ή τα άτομα που το φροντίζουν είναι μείζονες παράγοντες που συμβάλλουν στη διαταραχή αυτή, ιδιαίτερα δε η σοβαρή και παρατεταμένη κακοποίηση.

Είναι πιο πιθανό για τις γυναίκες να εμφανίσουν οριακή διαταραχή της προσωπικότητας παρά για τους άνδρες.

Τι είδους θεραπευτική αγωγή υπάρχει;

Η ποικιλία των θεραπευτικών αγωγών για τις διαταραχές της προσωπικότητας όλο και διευρύνεται. Το είδος της αγωγής που θα δοθεί εξαρτάται από το είδος της διαταραχής της προσωπικότητας.

Πολλές διαταραχές της προσωπικότητας συσχετίζονται με άλλες ψυχικές παθήσεις, αλλά η συγκεκριμένη συμπεριφορά είναι συνήθως πιο ανθεκτική και μακροχρόνια. Για παράδειγμα, η έμμονη παθολογική διαταραχή της προσωπικότητας συσχετίζεται με την έμμονη παθολογική διαταραχή, η σχιζοειδής διαταραχή προσωπικότητας με τη σχιζοφρένεια και η αποφευκτική διαταραχή προσωπικότητας με την κοινωνική φοβία. Για αυτό το λόγο μπορεί να χρησιμοποιηθούν παρόμοιες θεραπευτικές προσεγγίσεις.

Για την οριακή διαταραχή της προσωπικότητας η κύρια θεραπευτική προσέγγιση είναι οι ψυχολογικές θεραπείες. Η διαλεκτική συμπεριφορική θεραπεία (DBT) είναι μία μορφή γνωσιακής συμπεριφορικής θεραπείας η οποία στοχεύει στην αντιμετώπιση της αστάθειας της διάθεσης και της παρορμητικότητας.

Μαθαίνει στα άτομα πώς να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους και πώς να μάθουν καινούριους τρόπους αντίδρασης προς τα άλλα άτομα και προς τις διάφορες καταστάσεις.

Ένας σημαντικός στόχος της θεραπευτικής αγωγής για τα άτομα με οριακή διαταραχή της προσωπικότητας είναι η διαχείριση και ο έλεγχος της αυτοκτονικής και αυτοβλαπτικής συμπεριφοράς. Η DBT φαίνεται να είναι αποτελεσματική στο να θέτει υπό έλεγχο την αυτοκτονική συμπεριφορά.

Παρόλο που οι γνώσεις μας σχετικά με την αποτελεσματική αντιμετώπιση των διαταραχών της προσωπικότητας δεν είναι ακόμα πλήρεις, όσο νωρίτερα καταφύγει κανείς στη θεραπευτική αγωγή τόσο πιο αποτελεσματική ενδέχεται αυτή να είναι.

Η οικογένεια και οι φίλοι των ατόμων που πάσχουν από κάποια διαταραχή της προσωπικότητας συχνά μπορεί να αισθάνονται σύγχυση και ψυχική ένταση. Η υποστήριξη και η επιμόρφωση, καθώς και η καλύτερη κατανόηση των θεμάτων αυτών από το κοινωνικό σύνολο, αποτελούν ένα σημαντικό μέρος της θεραπευτικής αγωγής.

Πού μπορείτε να απευθυνθείτε για βοήθεια:

- Στον οικογενειακό σας γιατρό.
- Στο τοπικό σας κέντρο υγείας.
- Στο τοπικό σας κέντρο ψυχικής υγείας.

Για πληροφορίες σχετικά με τις διαθέσιμες υπηρεσίες, μπορείτε να ψάξετε στον τοπικό σας τηλεφωνικό κατάλογο τα τηλέφωνα των Υπηρεσιών Κοινωνικής Βοήθειας και Πρόνοιας καθώς και τα τηλέφωνα άμεσης βοήθειας επί 24-ώρου βάσεως.

Αν χρειάζεστε διερμηνέα, επικοινωνήστε με το (TIS) στο τηλέφωνο 131450.

Για άμεση συμβουλευτική ψυχολογική βοήθεια μπορείτε να καλέσετε το (Lifeline) στο τηλέφωνο 13 11 14. Το Lifeline μπορεί επίσης να σας παραπέμψει σε άλλες υπηρεσίες και να σας δώσει περαιτέρω πληροφορίες και βοήθεια.

Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε στις παρακάτω ιστοσελίδες:

www.mmha.org.au
www.sane.org
www.mifa.org.au

Insert your local details here

Σχετικά με αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο.

Το ενημερωτικό αυτό φυλλάδιο είναι τμήμα μιάς σειράς ενημερωτικών φυλλαδίων πάνω στα θέματα ψυχικής υγείας, που χρηματοδοτούνται από την Κυβέρνηση της Αυστραλίας κάτω από το Εθνικό Πρόγραμμα Ψυχικής Υγείας

(National Mental Health Strategy).

Άλλα ενημερωτικά φυλλάδια στη σειρά αυτή είναι τα παρακάτω:

- *Τι είναι οι ψυχικές παθήσεις;*
- *Τι είναι η αγχώδης διαταραχή;*
- *Τι είναι η διαταραχή διπολικής διάθεσης;*
- *Τι είναι η καταθλιπτική διαταραχή;*
- *Τι είναι οι διατροφικές διαταραχές;*
- *Τι είναι η σχιζοφρένεια;*

Μπορείτε να προμηθευτείτε δωρεάν αντίτυπα όλων των παραπάνω ενημερωτικών φυλλαδίων από: 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

Για αντίτυπα σε άλλες γλώσσες επικοινωνήστε με το Multicultural Mental Health Australia στο τηλέφωνο (02) 9840 3333.

www.mmha.org.au

