

Czym jest zaburzenie osobowości?

(What is a personality disorder?)



Czym jest zaburzenie osobowości?

Każdy człowiek ma charakterystyczne cechy osobowości. Są to zwykle sposoby myślenia i zachowania, które tworzą unikalne osoby.

Cechy osobowości mogą zamienić się na zaburzenia osobowości, kiedy sposób myślenia i zachowania jest ekstremalny, nieelastyczny i błędny. Może to spowodować poważne zakłócenie w życiu tej osoby i przeważnie powoduje poważne zmartwienie dla tej osoby i innych.

Zaburzenia osobowości zaczynają się w dzieciństwie i trwają przez całe życie dorosłe.

Występowanie zaburzeń osobowości nie jest stanowczo określone i różni się w zależności od zaburzenia. Pograniczne zaburzenie osobowości występuje u około jednej osoby na 100.

Wczesne i właściwe leczenie i wsparcie pozwala ludziom z zaburzeniami osobowości prowadzić pełne i produktywnie życie, mimo iż osobowość może być trudno zmienić.

Jakie są główne rodzaje zaburzeń osobowości?

Istnieje duża różnorodność zaburzeń osobowości. Wszystkie z

nich włączają przenikający sposób zachowania, to znaczy charakterystyczne zachowanie i myśli danej osoby są ewidentne w prawie wszystkich aspektach jej życia.

Istnieją trzy kategorie zaburzeń osobowości: dziwne lub ekscentryczne zaburzenia; dramatyczne, emocjonalne lub eratywne zaburzenia i lękowe lub bojaźliwe zaburzenia. Specyficzne zaburzenia to:

Osobowość paranoiczna (Paranoid personality disorder) to przenikające niedowierzanie i podejrzliwość wobec innych do tego stopnia, że ich motywy są interpretowane jako wrogie.

Schizoidalne zaburzenie osobowości (Schizoid personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez odizolowanie się od związków międzyludzkich i ograniczenie wyrażania emocji w kontaktach interpersonalnych.

Schizotypowe zaburzenie osobowości (Schizotypal personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez społeczne i interpersonalne deficyty naznaczone silnym dyskomfortem i ograniczoną zdolnością do zawierania bliskich znajomości. Osobowość ta również charakteryzuje się zaburzeniami

poznawczymi i percepcyjnymi, oraz dziwacznymi zachowaniami.

Antyspołeczne zaburzenie osobowości (Antisocial personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez lekceważenie i naruszanie praw innych ludzi.

Histrioniczne zaburzenie osobowości (Histrionic personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez przesadne emocje i starania o zwrócenie na siebie uwagi.

Narcystyczne zaburzenie osobowości (Narcissistic personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez nastawienie wielkościowe (w wyobraźni lub rzeczywistym zachowaniu), potrzebę podziwu i brak empatii.

Zaburzenie osobowości unikowej (Avoidant personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez trudności w kontaktach społecznych, poczucie nieatrakcyjności i nadwrażliwość na negatywną ocenę.

Zaburzenie osobowości zależnej (Dependent personality disorder) to dominująca i przesadna potrzeba bycia pod opieką prowadząca do zachowań nacechowanych uległością i uzależnieniem oraz strachem przed opuszczeniem.

Obsesyjno-kompulsywne zaburzenie osobowości (Obsessive-compulsive personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez zaabsorbowanie porządkiem, perfekcją oraz umysłową i interpersonalną kontrolą, kosztem elastyczności, szczerości i wydajności.

Pograniczne zaburzenie osobowości (Borderline personality disorder) to schemat zachowań zdominowany przez niestabilność związków interpersonalnych, samooceny i kontroli nad impulsami.

Zrozumienie pogranicznego zaburzenia osobowości jest szczególnie ważne, bo może być błędnie rozpoznane jako inna choroba umysłowa zwłaszcza zaburzenie nastroju.

Ludzie z pogranicznym zaburzeniem osobowości przeważnie mają:

- Szerokie wahania nastroju..
- Niewłaściwy gniew lub trudności z kontrolą gniewu.
- Chroniczne poczucie pustki.
- Nawracające samobójcze zachowanie, gesty lub pogróżki lub zachowanie samookaleczające.
- Impulsywne i autodestrukcyjne zachowanie.

- Schemat niestabilnych wzajemnych stosunków.
- Uporczywy niestabilny obraz samego siebie lub poczucie własnego ja.
- Lęk przed porzuceniem.
- Okresy paranoi i utraty kontaktu z rzeczywistością.

Współwystępujące problemy ze zdrowiem psychicznym

Zaburzenia osobowości często występują razem z innymi chorobami psychicznymi. Więcej informacji o chorobach psychicznych można znaleźć w broszurze „Czym jest choroba psychiczna?” i innych broszurach w tej serii.

Nadużywanie alkoholu lub innych narkotyków często współwystępuje z zaburzeniami osobowości, szczególnie z pogranicznym zaburzeniem osobowości. To komplikuje leczenie i dlatego efektywne opanowywanie alkoholu lub narkotyków jest ważne.

Co powoduje zaburzenia osobowości?

Zaburzenia osobowości rozwijają się w dzieciństwie i myśli oraz zachowania stają się coraz bardziej zakorzenione w wieku dorosłym.

Niektóre zaburzenia osobowości są bardziej powszechne u mężczyzn (na przykład antyspołeczne

zaburzenie osobowości), a inne są bardziej powszechne u kobiet (na przykład pograniczne zaburzenie osobowości).

Wiele ludzi z zaburzeniem osobowości szuka pomocy dopiero po latach cierpienia lub w ogóle nie szuka. To przyczynia się do braku wiedzy o przyczynach i rozwoju tych zaburzeń.

Różne przyczyny wydają się być związane z różnymi typami zaburzeń osobowości. Jednakże, podobnie jak w większości chorób psychicznych, przyczyny wydają się być skomplikowaną kombinacją czynników genetycznych, biochemicznych oraz czynników indywidualnych, rodzinnych i środowiskowych.

Co powoduje pograniczne zaburzenie osobowości?

Jest ustalone, że tendencja do zapadania na pograniczne zaburzenie osobowości jest rodzinna. To jest podobne do skłonności do innych chorób, takich jak cukrzyca i choroby serca.

Są pewne dowody na to, że pograniczne zaburzenie osobowości może być związane z brakiem równowagi chemicznej w mózgu.

Brutalność w dzieciństwie, zaniedbanie i oddzielenie dzieci od opiekunów i bliskich, a w szczególności trwała i dotkliwa

brutalność, są prawdopodobnie ważnymi współdziałającymi czynnikami.

Kobiety nabawiają się pogranicznego zaburzenia osobowości częściej niż mężczyźni.

Jakie leczenie jest dostępne?

Zakres leczenia na zaburzenia osobowości wzrasta. Rodzaj leczenia zależy od rodzaju zaburzenia osobowości.

Wiele zaburzeń osobowości jest związanych z innymi chorobami psychicznymi, jednakże to zachowanie jest bardziej trwałe i chroniczne. Na przykład, obsesyjno-kompulsywne zaburzenie osobowości jest związane z obsesyjno-kompulsywnym zaburzeniem, schizoidalne zaburzenie osobowości jest związane ze schizofrenią, a zaburzenie osobowości unikowej jest związane z fobią społeczną. W konsekwencji można używać podobnego podejścia do leczenia.

Pograniczne zaburzenie osobowości jest głównie leczone psychoterapią. Dialektyczna terapia behawioralna (DBT) jest formą kognitywnej terapii behawioralnej, która skupia się na niestałości nastroju i impulsywności. Uczy ona ludzi jak opanować swoje emocje i ponownie nauczyć się

sposobów reagowania na ludzi i sytuacje.

Ważnym celem leczenia ludzi z pogranicznym zaburzeniem osobowości jest opanowanie zachowania samookaleczającego i samobójczego. DBT okazała się efektywna w kontroli zachowania samobójczego.

Podczas, gdy nasze zrozumienie efektywności leczenia zaburzeń osobowości wciąż wzrasta, czym wcześniej rozpocznie się leczenie, tym bardziej jest ono efektywne.

Rodzina i przyjaciele ludzi z zaburzeniami osobowości często czują się zagubieni i przygnębieni. Wsparcie i edukacja, jak również lepsze zrozumienie społeczeństwa są ważną częścią leczenia.



Gdzie udać się po pomoc

- Lekarz ogólny.
- Rejonowy ośrodek zdrowia.
- Rejonowy ośrodek zdrowia psychicznego

W celu uzyskania informacji o usługach należy sprawdzić numery telefoniczne Community Help and Welfare Services i numery 24-ro godzinnych usług pomocniczych w lokalnej książce telefonicznej.

Jeśli potrzebujesz tłumacza, skontaktuj się telefonicznie z (TIS) na 131450

Po natychmiastową pomoc i poradę, skontaktuj się z (Lifeline) pod numerem 13 11 14. Lifeline może również podać Ci kontakty, dalsze informacje i pomoc.

Więcej informacji jest dostępne:

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

O tej broszurze

Ta broszura jest częścią serii o chorobach psychicznych i jest finansowana przez Rząd Australijski w ramach Narodowej Strategii Zdrowia Psychicznego (National Mental Health Strategy).

Inne broszury w tej serii to:

- *Czym jest choroba psychiczna?*
- *Czym jest zaburzenie lękowe?*
- *Czym jest dwubiegunowe zaburzenie nastroju?*
- *Czym jest zaburzenie depresyjne?*
- *Czym jest zaburzenie żywienia?*
- *Czym jest schizofrenia?*

Bezpłatne kopie wszystkich tych broszur można otrzymać od 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

Kopie w innych językach można otrzymać z Multicultural Mental Health Australia,
tel: (02) 9840 3333
www.mmha.org.au

Insert your local details here