

Dari

اختلال شخصیتی چیست؟

(What is a personality disorder?)



اختلال شخصیتی چیست؟

هر فردی دارای و بزرگی های (خصیصه های) شخصیتی می باشد که وی را توصیف می نماید. منظور از این و بزرگی ها، روش های معمول تفکر و رفتار فردی است که هر کدام از ما انسان ها را منحصر به فرد می سازد.

و این بدین معنا است که رفتارها و تفکرات شخصیتی تقریباً در تمام جنبه های زندگی فردی قابل رویت می باشند.

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

اختلال شخصیت هذیانی (پارانوید) (Paranoid personality disorder)

که عبارتست از بدگمانی فراگیر و مظنون بودن نسبت به دیگران، انگیزه های مذکور به عنوان انگیزه های بدخواهانه تفسیر می شوند.

اختلال شخصیت اسکیزوئید

(Schizoid personality disorder)

عبارتست از الگوهای فراگیر دوری گزینی از روابط اجتماعی که دامنه ی محدودی از تجلی احساسات بین فردی را شامل می گردد.

اختلال شخصیت اسکیزوتیپال

(Schizotypal personality disorder)

یک الگوی رفتاری فراگیر کمبود های اجتماعی و بین فردی می باشد که توسط احساس ناراحتی مزمن به همراه ظرفیت کم جهت ارتباطات نزدیک مشخص می گردد.

این اختلال توسط تحریفات در شیوه ی تفکر و دریافت و رفتارهای غیر عادی نیز مشخص می گردد.

اختلال شخصیت ضد اجتماعی

(Antisocial personality disorder)

یک الگوی فراگیر بی توجهی و اعمال خشونت نسبت به حقوق دیگران می باشد.

زمانی و بزرگی های (خصیصه های) شخصیتی به اختلال شخصیتی تبدیل می شود 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 می شود.

اختلالات شخصیتی از دوران کودکی شروع شده و در تمام دوران بزرگسالی ادامه می یابد. عمومیت و رواج انواع مختلف اختلالات شخصیتی به طور دقیق و واضح مشخص نمی باشد و بسته به نوع اختلال، متفاوت می باشد. یک نفر از هر صد نفر مبتلا به اختلالات شخصیتی مرزی می باشند.

اگر چه ممکن است ایجاد تغییر در شخصیت دشوار باشد، ولی افراد مبتلا به اختلالات شخصیتی می توانند در صورت دریافت تداوی به موقع، صحیح و حمایت، از زندگی پر معنا و مثمر ثمر برخوردار شوند.

انواع اصلی اختلالات شخصیتی چه می باشند؟

دامنه ی وسیعی از اختلالات شخصیتی وجود دارد. تمامی این اختلالات با یک الگوی رفتاری فراگیر و جامع در ارتباط می باشند

اختلال شخصیت نمایشی

(Histrionic personality disorder)

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

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 از 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 و سواسی فکری – عملی

(Obsessive-compulsive personality)

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 تکلیف را با سایر تکالیف 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 تکالیف روحی و روانی رخ می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد تکالیف 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.

چه عواملی سبب بروز اختلالات شخصیت مرزی می‌گردد؟

به خوبی ثابت شده است که تمایل به گسترش اختلالات شخصیتی مرزی همانند سایر بیماری‌ها مثل تکلیف شکر و امراض قلبی در خانواده‌ها به ارث می‌رسد.

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

اذیت و آزار در دوران کودکی، مخصوصاً اذیت و آزارهای مداوم و شدید، غفلت، جدایی کودک از فردی که از او مراقبت می‌کند و یا دوستش دارد، از عوامل اصلی و موثری هستند که در بروز و پیدایش تکلیف اختلال شخصیت مرزی نقشی را ایفا می‌کنند. زنان بیش‌تر از مردان در معرض ابتلا شدن به اختلال شخصیت مرزی قرار دارند.

چه روش تداوی موجود می باشد؟

دامنه‌ی درمانی برای تداوی اختلالات شخصیتی رو به گسترش است. انواع روش‌های تداوی ارایه شده بسته به نوع اختلال شخصیتی متفاوت می‌باشد.

بسیاری از اختلالات شخصیتی با سایر تکالیف روحی مرتبط می‌باشند. رفتارها معمولاً بیشتر به صورت مزمن و متداوم بروز می‌نمایند. عنوان مثال روان رنجوری و سواسی فکری – عملی شخصیتی با روان رنجوری و سواسی فکری – عملی، و اختلال شخصیت اسکیزوئید با شیذوفرنی (اسکیزوفرنی)، و اختلال شخصیت دوری‌گزینی (اجتنابی) با هراس از جامعه مرتبط می‌باشد. متعاقباً ممکن است که روش‌های تداوی مشابه، استفاده شود.

و این امر سبب پیچیده‌تر شدن تداوی می‌گردد. کنترل موثرتر استفاده از مشروبات الکلی و سایر مواد مخدر بسیار مهم است.

چه عواملی سبب بروز اختلالات شخصیتی می‌شود؟

اختلالات شخصیتی در دوران کودکی رشد می‌یابد و افکارها و رفتارها در دوران بزرگسالی به میزان زیادی در ذهن فرد جایگزین می‌شود.

بعضی از اختلالات شخصیتی را به ویژه در مردان می‌توان مشاهده نمود (مثل اختلال شخصیت ضد اجتماعی) و سایر اختلالات بیشتر در بین زنان رایج‌تر می‌باشد (مثل اختلال شخصیت مرزی).

بسیاری از کسانی که مبتلا به اختلال شخصیتی می‌باشند معمولاً اگر تقاضای کمک نمایند، پس از سال‌ها پریشانی است. و این امر مربوط به فقدان اطلاعات در مورد علت بروز و پیشرفت این تکلیف می‌باشد.

به نظر می‌رسد که دلایل مختلفی به نمونه‌های مختلف از اختلالات شخصیتی در ارتباط می‌باشد. اگر چه آنچه که در مورد اکثر تکالیف روحی صدق می‌کند این است

ژنتیکی (ارثی)، که ترکیب پیچیده‌ای از عوامل عوامل بیوکیمیاوی، عوامل فردی، خانوادگی، و محیطی در به وجود آمدن تکلیف موثر می‌باشد.

تداوی 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 تداوی عدم ثبات 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 تداوی 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 تداوی اختلالات شخصیتی هنوز در حال رشد می باشد، چنین به نظر می رسد که تداوی زودتر احتمالاً موثر تر خواهد بود.

بستگان 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 تداوی را شامل می شود.



برای دریافت کمک به کجا می توان مراجعه کرد:

- دکتر خانوادگی
- مرکز صحت جمعیت
- مرکز صحت دماغی جمعیت

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات موجود، لطفا آدرس
(Community Help and Welfare Services)
و شماره تلفن های 24 ساعته سرویس عاجل را در
راهنمای تلفن محلی خود پیدا نمایید.

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

جهت دریافت خدمات مشورتی فوری با شماره تلفن
اطلاعاتی **131114** تماس بگیرید. شماره تلفن
اطلاعاتی می تواند سایر شماره تلفن و اطلاعات و
کمک های دیگری را نیز به شما ارائه دهد
(Lifeline).

اطلاعات بیشتر را می توانید از سایت های زیر
به دست آورید.

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

در مورد این جزوه (بروشور)

این بروشور بخشی از یک سلسله بروشور های
منتشره در مورد بیماری دماغی می باشد که
بودجه آن توسط دولت استرالیا و تحت عنوان
استراتژی ملی صحت دماغی، تامین می گردد.
سایر بروشور های این مجموعه به شرح زیر می
باشند:

- تکلیف روحی چیست؟
- اختلال اضطرابی چیست؟
- اختلال جنون ادواری چیست؟
- اختلال تشویشات عصبی (افسردگی) چیست
- اختلال در غذا خوردن چیست؟
- شیزوفرنی (اسکیزوفرنی) چیست؟

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

(02)98403333

(Multicultural Mental Health Australia)
www.mmha.org.au

کاپی های رایگان و مجانی تمامی این بروشور ها
را می توانید از محل 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

Insert your local details here

