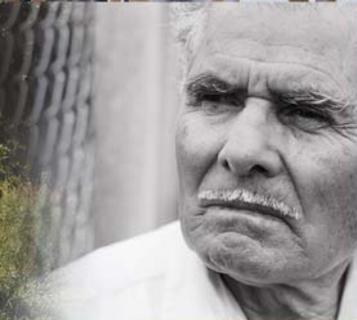


성격 장애란 무엇입니까? (What is a personality disorder?)



성격 장애란 무엇입니까?

모든 사람들은 그들을 특징짓는 성격의 특성을 가지고 있습니다. 이것은 그 사람이 생각하고 행동하는 일상적 방법으로 사람들 하나 하나를 독특한 존재로 만드는 것입니다.

어떤 사람의 사고나 행동의 패턴이 극단적이고, 경직되며 적응성이 없을 때, 성격 특성은 성격 장애가 됩니다. 그것은 일상 생활에 심각한 지장을 초래하며 대개 자기 자신과 타인들에게 많은 고통을 줍니다.

성격 장애는 아동기에 시작하며 성인기를 통해 계속됩니다.

성격 장애의 발병률은 확실히 입증되지 않았으며 장애 종류에 따라 다릅니다. 경계선 성격 장애는 100명 중 1명의 비율로 나타납니다.

성격이란 바꾸기 힘든 것이지만, 초기에 적절한 치료와 지원이 제공된다면 성격 장애를 가진 사람들도 온전하고 생산적인 삶을 살 수 있습니다.

성격 장애의 주요 유형들은 무엇입니까?

광범위한 종류의 성격 장애들이 있습니다. 모든 성격 장애는 행동의

전반적인 양상에 관여합니다. 그것은 특징적인 행동이나 사고가 그 사람의 생활의 모든 영역에 걸쳐서 두드러지게 나타난다는 뜻입니다.

성격 장애는 세가지의 그룹으로 분류됩니다: 이상하고 기괴한 성격 장애; 극적인, 감정적이고 변덕스러운 성격 장애; 그리고 불안과 두려움의 성격 장애입니다. 구체적인 장애들은 다음과 같습니다.

편집형 성격 장애

(Paranoid personality disorder)는 다른 사람들이 악한 동기를 가지고 있다고 생각하는 것과 같은, 타인에 대한 전반적인 불신과 의심입니다.

분열성 성격 장애

(Schizoid personality disorder)는 사회 관계로 부터의 고립과 대인 관계상의 제한된 감정 표현을 전반적인 양상으로 보여줍니다.

분열형 성격 장애

(Schizotypal personality disorder)

란 친밀한 인간 관계를 영유할 수 있는 능력이 줄어들고, 이에 대해 극심한 불편함을 느끼는 사회성 및 대인 관계성의 부족이 전반적인 양상으로 나타나는 것입니다.

이것은 또한 왜곡된 사고와 인지 그리고 기괴한 행동으로 특징지어지기도 합니다.

반사회적 성격 장애

(Antisocial personality disorder)는 타인의 권리 무시와 권리 침해가

전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

연기성 성격 장애 (Histrionic personality disorder)

란 과도한 감정과 관심을 얻으려는
욕구가 전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

자기애적 성격 장애 (Narcissistic personality disorder)

는 (공상속에서 또는 실제
행동속에서의) 과대성과 칭찬을
받아야하는 욕구, 공감의 부족이
전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

회피적 성격 장애 (Avoidant personality disorder) 는

사회적 억제, 자신감의 부족과
부정적인 평가에 대한 과민성이
전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

의존적 성격 장애 (Dependent personality disorder)

는 돌봄을 받으려는 욕구가
전반적이고 과도하게 자리잡은
것으로 이는 복종적이고 집착적인
행동과 헤어짐에 대한 두려움으로
이어집니다.

강박적 성격 장애 (Obsessive-compulsive personality disorder)

는 유연성과 관대함
그리고 효율성을 희생하면서도
질서와 완벽, 정신적 및 대인
관계에 있어서의 통제에 몰두하는

것이 전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

경계선 성격 장애 (Borderline personality disorder)

는 대인 관계, 자아상, 기분, 충동의
제어에 있어서의 불안정함이
전반적인 양상으로 나타나는
것입니다.

경계선 성격 장애를 이해하는것은
특히 중요합니다. 그 이유는 그것이
특히 기분 장애와 같은 다른 정신
장애로 오진될 수 있기 때문입니다.

경계선 성격 장애를 가진 사람들은
다음의 특징을 보이기 쉽습니다:

- 기분의 변화폭이 넓음
- 부적절한 노여움과 노여움을
통제하는것의 어려움
- 만성적으로 허무함을 느낌
- 반복되는 자살 행동, 위협의
의사 표시, 또는 자해성 행동
- 충동적이며 자기 파괴적인 행동
- 불안정한 인간 관계의 양상
- 계속되는 불안정한 자아상과
자아감
- 버림받는 것에 대한 두려움
- 일정 기간동안의 편집성
망상증과 현실과의 연결 상실

동시에 일어나는 다른 정신 건강
문제들

성격 장애는 다른 정신 건강 문제들과 종종 같이 일어납니다. 정신 질환에 관하여 더 많은 정보를 원하시면 안내 책자-정신 질환이란 무엇입니까? -를 읽어 보십시오. 그리고 이 시리즈의 다른 안내 책자들도 읽어 보십시오.

해로운 알코올과 기타 약물 사용은 특히 경계선 성격 장애를 비롯한 성격 장애들과 종종 함께 일어날 수 있습니다. 이것은 치료를 더욱 복잡하게 만들기에, 알코올과 기타 약물 사용을 효과적으로 관리하는 것이 중요합니다.

성격 장애의 원인은 무엇입니까?

성격 장애는 아동기에 발생하며 그러한 사고와 행동들은 성인기에 점차 증가하여 깊이 베어들게 됩니다.

어떤 성격 장애는 남성들에서 더욱 흔히 보여지며 (예:반사회적 성격 장애) 다른 성격 장애는 여성들에서 더욱 흔히 나타납니다 (예:경계선 성격 장애).

많은 성격 장애자들은 수 년간의 고통을 겪은 후에야 도움을 찾으려 합니다. 이것은 성격 장애에 대한 원인과 진행에 관한 지식의 부족을 초래합니다.

성격 장애의 유형에 따라 다른 원인들이 관련되어 있다고 보입니다. 하지만 다른 대부분의 정신 질환과 마찬가지로 원인들은 유전적 요인, 생화학적 요인과 개인, 가족 및 환경적 요인들의 복합적인 영향으로 인한 것으로 보입니다.

경계선 성격 장애의 원인은 무엇입니까?

경계선 성격 장애가 가족안에서 유전되는것은 잘 입증된 사실입니다. 이것은 당뇨병이나 심장 질환과 같은 다른 병에 대한 성향과 비슷합니다.

경계선 성격 장애가 뇌의 화학적 불균형과 연관되어 있을 수 있다는 증거가 있습니다.

아동 학대, 무관심과 아동기에 보호자나 사랑하는 사람들과 분리된 경우, 특히 심한 학대를 계속 견디었을 경우는 성격 장애의 주된 요인이 될 수 있습니다.

여자들이 남자들보다 경계선 성격 장애를 갖게 될 확률이 높습니다.

어떤 치료를 받을 수 있습니까?

성격 장애를 위한 치료의 범위가 점점 넓어지고 있습니다. 치료의

유형은 성격 장애의 유형에 따라
다릅니다.

많은 성격 장애는 그 행동이
일반적으로 더 지속적이고
만성적이지만 다른 정신 질환과
연관되어 있습니다. 예를 들어 강박
성격 장애는 강박 장애와 연관되어
있고 분열성 성격 장애는 정신
분열증과, 회피적 성격 장애는 사회
공포증과 연관되어 있습니다.
따라서, 비슷한 치료 방법이 사용될
수 있습니다.

경계선 성격 장애에는 심리
치료법이 주된 치료 방법입니다.
다이어렉티컬 행동 치료(DBT)는
인지 행동적 기분의 불안정과
충동성을 대상으로한 치료의 한
형태입니다.

이것은 사람에게 어떻게 감정을
관리하고 사람들과 상황에 대해서
어떻게 반응할지를 재학습하도록
가르쳐 줍니다.

경계선 성격 장애 치료의 중요한
목표는 자해나 자살 행동들을
다루는 것입니다. 다이어렉티컬
행동 치료(DBT)는 자살 행동들을
통제하는것에 효과를 보여
왔습니다.

성격 장애의 효과적인 치료에 대한
이해는 아직도 계속 늘어나는
중이지만, 더 일찍 치료를 받는것이
더 효과적인 치료가 될 가능성이
높습니다.

성격 장애를 가진 사람의 가족이나
친구들은 종종 혼란과 고통을
느낍니다. 보다 나은 지역 사회의
이해, 후원과 교육은 치료에 있어서
중요한 부분을 차지합니다.

다음을 통하여 도움을 받으십시오.

- 일반의
- 지역 건강 센터
- 지역 정신 건강 센터

서비스에 관한 정보를 원하시면 지역 사회 도움과 복지 서비스(Community Help and Welfare Services)와 지역 전화 번호부의 24시간 응급 번호를 확인해 보십시오.

만일 통역사가 필요하시면 전화 **13 14 50 (TIS)** 로 연락하십시오

즉각적인 상담 도움을 위한 13 11 14 (Lifeline) 번 생명의 전화가 있습니다. 생명의 전화는 필요한 연락처, 추가 정보 및 도움을 제공해 드릴 수 있습니다.

더 많은 정보는 다음의 웹사이트를 참조하십시오.

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

이 안내 책자에 관하여

이 안내 책자는 호주 정부의 기금으로 이루어지는 국민 정신 건강 전략 정책하의 정신 질환에 관한 시리즈의 일부입니다

이 시리즈의 다른 안내 책자들은 다음을 포함합니다.

- *정신 질환이란 무엇입니까?*
- *불안 장애란 무엇입니까?*
- *양극성 기분 장애란 무엇입니까?*
- *우울성 장애란 무엇입니까?*
- *식이 장애란 무엇입니까?*
- *정신 분열증이란 무엇입니까?*

아래의 기관에 연락하시면 모든 무료 안내 책자들을 구하실 수 있습니다.
Mental Health and Workforce Division of the Australian Government Department of Health and Ageing: (호주 정부 건강과 노후부 산하 정신 건강 및 인력 부서):

GPO Box 9848
CANBERRA ACT 2601
전화 1800 066 247
팩스 1800 634 400
www.health.gov.au/mentalhealth

다른 언어들로 복사된 것들을 원하시면 다문화 정신건강 호주 전화 **(02) 9840 3333** 으로 연락하십시오

(Multicultural Mental Health Australia)

MMHA Website: www.mmha.org.au

Insert your local details here

