

در میان اختلالات روان‌شناختی، اختلالات شخصیت ناشناخته هستند. افراد مبتلا به این اختلالات در بین ما زندگی می‌کنند و حتی ممکن است افراد موفق باشند، اما اختلال دارند! «شخصیت» یعنی مجموعه‌ای از رفتارها و شیوه‌های تفکر و ابزار هیجان منحصر به فرد که پایدار و قابل پیش‌بینی باشد و به سازگاری فرد در زندگی، اجتماع و فرهنگ کمک کند. اختلال شخصیت یعنی داشتن ویژگی‌های رفتاری و هیجانی بدون اعطاف که با شرایط فرهنگی و انتظاراتی که از فرد می‌رود، متفاوت باشد.

بررسی اختلالات شخصیت مختل نشوید

آیا بی‌شخصیتی هم داریم؟

تا حالا با چنین فردی روبه‌رو شده‌اید؟

● مدام نق می‌زند و ایراد می‌گیرد. تقریباً در تمام مدت در حال سرزنش دیگران است. بدبین است و حتی به نزدیکان و افراد خانواده هم اعتماد ندارد. فکر می‌کند هر کاری یا هر حرفی از روی غرض‌ورزی انجام می‌گیرد یا گفته می‌شود.

● تمام وسایل باید سر جای خود باشند. اگر جای چیزی یا فردی عوض شود، او ناراحت است و خودخوری می‌کند (حرص می‌خورد) و در اولین فرصت شرایط را به حالت اول برمی‌گرداند.

یک چیز در زندگی‌اش به اندازه‌ی جانش اهمیت دارد؛ مثلاً ماشینش. آن را دائم برق می‌اندازد و حتی برای جابه‌جا کردن اعضای خانواده به سختی حاضر است از آن استفاده کند؛ چون می‌ترسد کثیف شود!

● در جمع حضور پیدا نمی‌کند. ترجیح می‌دهد شغلی داشته باشد که به‌تنهایی در اتاق کارش مشغول باشد و به‌صورت مستقیم با مراجعان روبه‌رو نشود.

● رفتارهای نمایشی دارد. لباس قرمز جگری می‌پوشد، بلند بلند از شجاعت‌هایش می‌گوید و از تعدد دوستانش. سعی می‌کند در تمام موارد غیر از دیگران باشد و توجه همه را جلب کند. همیشه در حال جلوه‌گری و جلب توجه دیگران است و احساس می‌کند که شخصیت نمایشگری دارد، به این صورت که دوست دارد و سعی می‌کند دیگران فقط به او توجه کنند.

● تکلیفش با خودش هم روشن نیست. امروز خوب و فردا بد است. دوگانگی عاطفی و رفتاری دارد. امروز با شما برای یک سفر

- بیش از حد احساساتی بودن؛
- حساسیت زیاد نسبت به تأیید شدن از طرف دیگران؛
- خلق و خوی ناپایدار داشتن؛
- نگرانی بیش از حد درباره ظاهر خود.

۴. اختلال شخصیت خودشیفتگی:

- باور داشتن به اینکه من از دیگران بهترم؛
- داشتن افکار تهی درباره قدرت، موفقیت و جذابیت خود؛
- مبالغه کردن درباره دستاوردها و استعدادهای خود؛
- انتظار ستایش و تحسین شدن توسط دیگران؛
- اهمیت ندادن به احساسات و عواطف دیگران.

گروه سوم: این گروه اضطراب و افکار و رفتار ترسناک دارند:

۱. اختلال شخصیت مردم‌گریز

- حساسیت زیاد نسبت به سرزنش؛
- احساسات ناکافی؛

- انزوای اجتماعی؛
 - بیش از حد خجالتی بودن در محافل اجتماعی؛
 - کم‌روبی؛
- #### ۲. اختلال شخصیت وابسته:
- وابستگی بیش از حد به

اختلال شخصیت یعنی داشتن ویژگی‌های رفتاری و هیجانی بدون انعطاف

- دیگران؛

- تسلیم شدن در برابر خواسته‌های دیگران؛

- میل به مراقبت کردن از دیگران؛
- داشتن نیاز فوری به تشکیل یک رابطه جدید، زمانی که یک رابطه تمام می‌شود؛

۳. اختلال شخصیت وسواس اجباری:

- انجام هر کاری با قانون و نظم؛
- کمال‌گرایی افراطی؛
- تمایل به کنترل شرایط؛
- ناتوانی در دور انداختن اشیای شکسته و بی‌ارزش؛
- انعطاف نداشتن.

تشخیص و درمان اختلالات شخصیت پیچیدگی‌های خاص خود را دارد و باید به‌وسیله تیمی شامل روان‌پزشک، روان‌شناس و مددکار اجتماعی انجام شود.

۱. اختلال شخصیت بدبین (پارانویید):

- بدگمانی نسبت به دیگران؛
- اطمینان از اینکه دیگران می‌خواهند به او آسیب برسانند؛
- فقدان احساسات؛
- خصومت و دشمنی با دیگران.

۲. اختلال شخصیت اسکیزوئید:

- پوشیدن لباس‌های عجیب و غریب، داشتن تفکر، باورها و رفتارهای عجیب؛
- تغییرات ادراکی؛
- ناراحتی در نزدیکی رابطه (دوست ندارند افراد به آن‌ها نزدیک شوند و همیشه فاصله تعریف شده‌ای دارند)؛
- دادن پاسخ‌های هیجانی نامناسب (ممکن است در مراسم عزاداری شروع به خنده کنند)؛

بی‌تفاوتی نسبت به دیگران (اگر فردی را ببینند که دارد گریه می‌کند یا می‌خواهد خودش را از محلی پرت کند، بی‌تفاوتی می‌گذرد؛

- باور داشتن به اینکه وقتی فکر می‌کنند، می‌توانند روی افراد تأثیر بگذارند و تفکر جادویی دارند.

گروه دوم:

این گروه تفکر یا روابط بیش از حد عاطفی دارند:

۱. اختلال شخصیت ضداجتماعی:

- بی‌توجهی به دیگران؛
- دائماً دروغ گفتن یا سرقت کردن؛
- مشکل مکرر داشتن با قانون؛
- نقض حقوق دیگران به‌طور مکرر؛
- غالباً خشونت‌آمیز و تهاجمی رفتار کردن؛
- بی‌توجهی به امنیت خود و دیگران.

۲. اختلال شخصیت مرزی:

- ناگهانی و پرخطر رفتار کردن؛
- فرار کردن از روابط؛
- خلق و خوی ناپایدار داشتن؛
- تمایل به خودکشی؛
- ترس از تنهایی.

۳. اختلال شخصیت نمایشی:

- دائماً در جست‌وجوی جلب توجه دیگران بودن؛

یا یک پژوهش برنامه‌ریزی می‌کند، اما فرد می‌گوید منصرف شده است! البته ممکن است تغییر عقیده بدهد. به هر حال قابل پیش‌بینی نیست و نمی‌توان روی او حساب کرد! یک روز در اوج خشم است و روز دیگر در اوج شادی! البته این رفتار را نباید با اختلال شیدایی اشتباه گرفت. او به زمان و مکان واقف است، اما خودش متوجه این نوسان نیست و بیشتر دیگران اذیت می‌شوند. مثل پدری که به فرزندانش قول می‌دهد که آن‌ها را برای گردش به طبیعت ببرد، اما بدون هیچ دلیل منطقی منصرف می‌شود. به‌نظر عجیب و غریب می‌آید، اما شاید برایتان جالب باشد که چنین افرادی بین ما زندگی می‌کنند. متأسفانه آزار و اذیتشان بیشتر نصیب اطرافیان نزدیک، یعنی اعضای خانواده آن‌ها می‌شود. خودشان هم قبول ندارند که مشکلی وجود دارد. به همین دلیل، درمان آنان به سختی امکان‌پذیر است. مواردی را که ذکر شد، با نام اختلالات شخصیت توصیف کرده‌اند؛ اختلالاتی که این ویژگی‌ها را دارند:

■ داشتن روابط پرتنش (چه با اعضای خانواده و چه با دوستان)؛

■ تغییر دائمی خلق و خو (البته این علامت در انواع متفاوت اختلال شخصیت فرق می‌کند)؛

■ انزوای اجتماعی (ممکن است فرد از جامعه دوری کند، یا به‌دلیل رفتارهای بدبینانه یا انزواجویانه، دیگران او را طرد کنند)؛

■ کنترل ضعیف رفتار؛

■ مشکل در پیدا کردن دوست؛

■ ناگهان و بدون دلیل منطقی خشمگین شدن.

نکته مهم این است که اختلال از دوران نوجوانی شروع می‌شود، اما علائم در بزرگسالی قابل شناسایی هستند. بیشتر مواقع اعضای خانواده از رفتارهای مربوط به این نوع اختلالات آسیب می‌بینند.

دسته‌بندی اختلالات شخصیت

گروه اول: این گروه تفکرات و باورهای عجیبی دارند. به ویژگی‌های هر نوع توجه کنید: