

اختلال‌های شخصیتی

- ۶) تردید در تفویض امور یا همکاری با دیگران، مگر این‌که آنان تسلیم مطلق روش او در انجام امور باشند.
- ۷) خساست در خرج پول برای خود یا دیگران؛ پول از نظر آنان چیزی است که باید برای بحران‌های آینده پس‌انداز شود.
- ۸) انعطاف‌ناپذیری و عدم انعطاف

ویژگی‌های تشخیص:

این نوع اختلال شخصیت، توسط یک الگوی فراگیر از افکار و رفتار تحریف‌شده شناسایی می‌گردد. افرادی که به این نوع اختلال شخصیت گرفتار هستند، در معرض خطر بیش‌تری نسبت به اختلالات اضطرابی و بیماری‌های مربوط به استرس قرار دارند. ویژگی اصلی این اختلال

همه‌ی ما هرازگاهی دارای افکار برجای مانده از گذشته در ذهن‌مان هستیم. این افکار، حتی باوجود عدم تمایل خود ما، به‌طور مرتب به ذهن ما می‌آیند و طبیعت تکرارشونده‌ی آن‌ها تاحدی، موجبات ناراحتی ما را فراهم می‌سازد. گاهی متوجه می‌شویم که یک خط از یک ترانه به‌طور مداوم به ذهن ما می‌آید، گرچه خود ما نمی‌خواهیم. هم‌چنین برخی از ما گاهی مجبور به انجام یک کار به شیوه‌ای می‌شویم که خودمان می‌دانیم غیرمنطقی و احمقانه است. به این‌ها «نشخوار ذهنی» و «عمل وسواسی» گفته می‌شود. البته به دلیل آن‌که این مشکلات معمولاً زودگذر هستند، به‌عنوان مشکلات آسیب‌شناسانه تلقی نمی‌گردند.

نوع حاد این مشکلات که برخی از افراد گرفتار آن هستند، «اختلال وسواسی-جبری» نام دارد. افراد مبتلا به این اختلال روانی، به‌راحتی نمی‌توانند از شر افکار و اعمال مربوط خلاصی یابند و این اختلال به‌صورت گرفتاری و ناراحتی بزرگی برای‌شان درمی‌آید؛ برای نمونه در یک نفر ممکن است این حس به‌وجود آید که دستانش کثیف است و به‌طور مکرر به شست‌وشوی دستانش بپردازد. او هم‌چنین ممکن است فکر کند که اگر دستانش را نشوید، میکروب‌ها به‌هنگام غذا خوردن وارد بدنش خواهند شد یا در فرد دیگری ممکن است به‌طور ناگهانی ترس از بیماری «هاری» به‌وجود آید. حتی دیدن سایه‌ی سگ هم برای او کافی‌ست که زنجیره‌ای از افکار ناخوشایند در ارتباط با «هاری» و پیامدهای وحشتناک آن را به ذهن‌اش آورد. وقتی با او صحبت می‌شود، او می‌پذیرد که ترس‌اش غیرمنطقی‌ست و هیچ‌گونه پایه‌ی علمی ندارد. او حتی ممکن است مطالب علمی متعدد و گوناگونی درباره‌ی این اختلال روانی بخواند و همه‌چیز را درباره‌ی آن دریابد.

علائم:

- ۱) اشتغال ذهنی با جزئیات، اصول، فهرست‌ها، ترتیب، سازمان یا برنامه؛ به‌گونه‌ای که نکته‌ی اساسی فعالیت گم می‌شود.
- ۲) کمال‌طلبی به‌حدی که در تکمیل امور تداخل نماید (برای نمونه به‌دلیل این‌که معیارهای بسیار محدود او قابل وصول نیست، قادر به تکمیل طرح نمی‌باشد).
- ۳) علاقه‌مندی مفرط به کار و کارآیی به بهای کنار گذاشتن فعالیت‌های تفریحی و رفت‌وآمد با دوستان (بدون ضرورت اقتصادی واضح)
- ۴) در مورد اخلاقی و رعایت ارزش‌ها، بیش از حد جدی و وظیفه‌شناس، دقیق و انعطاف‌ناپذیر است. (بدون رابطه با همانندسازی فرهنگی یا مذهبی)
- ۵) از دوراندختن اشیاء فرسوده و بی‌ارزش حتی اگر فاقد ارزش بوده باشند، ناتوان است.

وسواسی-جبری

اختلال شخصیت



جعبه‌ای برای عشق!

روزی مردی به خانه اومد و دید که دختر سه‌ساله‌اش، قشنگ‌ترین و گرون‌ترین کاغذکادوی موجود در کمد اون رو تیکه‌تیکه کرده و با اون، یه جعبه‌ی کفش قدیمی رو تزئین نموده!!! مرد، دخترک رو به‌خاطر این‌کار تنبیه کرد و دختر کوچولو، اون‌شب با گریه به رختخواب رفت و خوابید. فردا صبح وقتی مرد از خواب بیدار شد و چشم‌اش رو باز کرد، دید که دخترک بالای سرش نشسته و جعبه‌ی تزئین‌شده‌رو به طرف اون دراز کرده! مرد تازه یادش اومد که امروز، روز تولدش و دختر کوچولوش اون کاغذرو برای تزئین کادوی تولد اون استفاده کرده. با شرمندگی، دخترش رو بوسید و جعبه‌رو از اون گرفت و درش رو باز کرد اما در کمال تعجب دید که جعبه خالیه!!! مرد دوباره به دخترش پرخاش کرد که: «جعبه‌ی خالی که هدیه نمی‌شه!! باید توش یه چیزی می‌داشتی!!!» دخترک با تعجب به صورت پدرش خیره شد و گفت: «اما این جعبه خالی نیست. من دیشب هزارتا بوس توش گذاشتم تا هروقت دلت برام تنگ شد، یکی از اونارو برداری و استفاده کنی.» از اون روز به بعد، پدر همیشه اون جعبه‌رو همراه خودش داشت و هروقت دلتنگ دخترش می‌شد، در اون‌رو باز می‌کرد و با برداشتن یه بوسه، آرام می‌گرفت.



اشتغال ذهنی به‌نظم، کمال‌گرایی و کنترل ذهنی و میان‌فردی به‌بهای از دست‌دادن انعطاف‌پذیری، گشاده‌رویی و کارآیی‌ست.

ویژگی‌ها و اختلال‌های همراه:

افراد مبتلا به اختلال شخصیت وسواسی جبری، ممکن است برای تصمیم‌گیری درباره‌ی این‌که کدام تکلیف در اولویت است یا بهترین روش انجام یک تکلیف خاص کدام است، مشکل داشته باشند؛ به‌طوری‌که ممکن است آن کار هرگز آغاز نشود. آنان در موقعیت‌هایی که نمی‌توانند شرایط جسمانی یا بین‌فردی را کنترل کنند، ممکن است دچار آشفتگی یا خشم شوند؛ اگرچه این خشم معمولاً به‌طور مستقیم ابراز نمی‌شود. برای نمونه، زمانی‌که ارائه‌ی خدمات در یک رستوران خوب نباشد، چنین فردی ممکن است خشمگین شود اما به‌جای شکایت به مدیریت رستوران، با این فکر دست‌وپنجه نرم کند که چقدر باید انعام بدهد.

افراد مبتلا به این اختلال، معمولاً عاطفه‌ی خود را به شکل بازداری شده یا رسمی ابراز می‌کنند و ممکن است در کنار افرادی که از لحاظ هیجانی پراحساس هستند، بسیار ناراحت باشند. روابط روزانه‌ی آنان ماهیت رسمی و جدی دارد و ممکن است در موقعیت‌هایی که دیگران می‌خندند و شاد هستند، احساس ناراحتی و عذاب نمایند. آنان زمانی صحبت می‌کنند که اطمینان یابند هرآن‌چه می‌گویند، کامل است. این افراد ممکن است نسبت به منطقی و عقلانی‌بودن، اشتغال فکر داشته باشند و رفتار عاطفی دیگران را تحمل نکنند. آنان بیش‌تر در بیان احساس‌های پرمهر خود مشکل دارند و به‌ندرت به تمجیدها و ستایش‌ها توجه می‌کنند.

در افراد دچار اختلال‌های اضطرابی از جمله اختلال اضطراب فراگیر، اختلال وسواس فکری عملی، هراس اجتماعی و هراس‌های مشخص، احتمال وجود یک اختلال شخصیت که با ملاک‌های اختلال شخصیت وسواسی جبری مطابقت دارد، افزایش می‌یابد.

درمان:

«روان‌درمانی» عموماً برای درمان اختلال شخصیت وسواسی توصیه می‌شود. گاهی از «دارودرمانی» نیز به‌همراه «روان‌درمانی» برای کمک به کاهش عوارض و مشارکت کامل بیمار در امر درمان، استفاده می‌شود. درمان‌های شناختی و رفتاری معمولاً بسیار اثربخش هستند و به‌فرد امکان می‌دهند که روش‌های فکری، رفتارهای سالم‌تر و مهارت‌های تطبیقی تازه‌ای را در خود رشد دهد.

منبع: DSM-IV-TR



مریم یوسفی

کارشناس روان‌شناسی عمومی