

داکتر رحیم رامشگر

بخش یازدهم : شخصیت دوری گزین

Avoidant Personality Disorder

افراد مبتلا به این اختلال را شخصیت اجتنابی و اضطرابی نیز می گویند . اینها نسبت به ترک شدن بی نهایت حساس هستند و احساس اضطراب میکنند، به همین دلیل اکثر آنها به زندگی بدون روابط روی می آورند. باوجود این ، چنین افرادی نه خجالتی هستند و نه غیر اجتماعی و علاقه شدیدی هم برای داشتن همنشین دارند.

در ضمن مصاحبه برجسته ترین خصوصیت این مریضان ، اضطراب آنها برای صحبت با درمانگر است ، حالت روانی آنها با درک ایشان از وجود محبت یا فقدان آن در طیب نسبت به مریضان مرتباً تغییر می یابد . آنها درمقابل تعبیرات و اشارات طیب آسیب پذیر بوده و ممکن است توضیح و تعبیر را انتقاد تلقی کنند.

اجتنابی ها اعتماد به نفس منفی دارند ازین سبب در صحبت های شان با لحن بسیار متواضعانه و حاکی از دست کم گرفتن خود سخن میگویند. و بعلت ترس از طرد شدن ، از صحبت کردن در جمع هراسان هستند ، آنها اشارات دیگران را به تمسخر و تحقیر تعبیر می نمایند. رد هرگونه درخواست آنها از جانب دیگران سبب رنجش شان شده و آنها را به انزوا سوق میدهد.

در زمینه شغلی ، شخصیت اجتنابی معمولاً شغل حاشیه ای را انتخاب میکند ، ندرتاً به پیشرفت های فوری نایل شده یا به مسولیت و قدرت میرسند ، درعوض در کار خود سر بزیر و مشتاق راضی کردن صاحب کار خود هستند.

بطور خلاصه آنها بمعنای واقعی کلمه ترسو هستند. اما در محیط حفاظت شده ، قادر بعمل کرد معمولی میباشند. بعضی از آنها ازدواج میکنند ، بچه دار میشوند و زندگی خود را فقط در جمع خانواده سپری می نمایند. معهداً در صورت نارسائی سیستم حمایتی آن ها ، امکان ابتلا به افسردگی شدید وجود دارد. همچنان شخصیت های اجتنابی ممکن است سابقه فوبی اجتماعی داشته باشند ویا در ضمن مریضی خود به آن مبتلا شوند.

معالجه اختلال شخصیت اجتنابی (دوری گزین) :

۱. روان درمانی : تداوی روانی این مریضان بستگی به برقراری اتحاد درمانی با طیب دارد. با پیدایش اعتماد ، داکتر برخورد پذیراتری را نسبت به ترس های بیمار ، بخصوص ترس از ترک شدن نشان میدهد ، نهایتاً درمانگر مریض را تشویق میکند تا پروگرام مرتبه درمانی را قدم به قدم اجرا کند و با افکار غیر منطقی و نا کارآمد خود مواجه و آنها را به چالش بکشد. اما احتیاط لازم است تا حد ممکن از شکست او جلوگیری شود ، چون شکست مریض موجب عدم احترام به نفس پیشاپیش او خواهد شد.

گروه درمانی ممکن است سبب شود که مریض تاثیر حساسیت خود را نسبت به ترک شدن بر روی دیگران مشاهده نماید. آموزش قاطعیت یا ابراز وجود کردن نوعی رفتار درمانی است که به مریض یاد می دهد تا نیاز های خود را آشکارتر بیان کرده و احترام به نفس خود را بالا ببرد.

۲. دوا درمانی : دوا های ضد اضطراب و همچنان انتی افسردگی ها در تداوی داروئی این مریضان تجویز میگردند. و نیز برای تعدیل بیش فعالی سیستم اعصاب خود کار که درین مریضان وجود دارد ، از دارو های بتا بلوکر استفاده میشود.

(ادامه دارد .)

۱ نوامبر ۲۰۱۴