

داکتر رحیم رامشگر

بخش پنجم : اختلال شخصیت وابسته

تعریف : وابستگی عبارت است از وابسته بودن به هر عاملی که با از دست دادن آن ، انسان فکر کند که هویت ، آرامش رضایت خاطر وصحت روان خود را از دست میدهد.

ازین رو وابستگی از لحاظ طب روان یک پدیده منفی است و مرضی پنداشته می شود ولی درمقابل آن دلبستگی یک پدیده مثبت و از علایم صحت روان تلقی میگردد . زیرا باعث احساس تعلق و بر خوردار بودن انسان از محبت ، احساس آرامش خاطر و اعتماد به نفس میشود و سطح رضایت از زندگی را بالا میبرد. ولی وابستگی عملکرد بر عکس آن دارد.

شخصیت وابسته ، فرد بی اراده است و از روی ترس درجهت خواسته های دیگران حرکت میکند اما در دل خود ازین ناراضی می باشد. او فاقد اعتماد به نفس است از قبول مسؤلیت می ترسد.

تعدادی ازین افراد هنگامیکه به بیچاره گی خود اعتراض می کنند، با وادار کردن دیگران برای کمک به آنها به اهداف خود میرسند. برخی با اتکای بیشتر به همسر خود مورد حمایت واقع میشوند اما وقتی بحال خودشان گذاشته شوند در برخورد با تقاضا ها و مسولیت های روزانه زندگی مشکل پیدا می کنند.

این اشخاص نیاز دارند که دیگران مسولیت بیشتر زمینه های مهم زندگی آنها را بپذیرند. اینها از ابراز مخالفت بادیگران می ترسند، برای کسب محبت و حمایت دیگران افراط میکنند ، در مواقع تنهایی بدلیل ترس زیاد از ناتوانی برای مراقبت از خود احساس ناراحتی و درماندگی میکنند. این افراد اشتغال ذهنی غیر واقعی با ترس از رها شدن بحال خود دارند. اضطراب ، تنش ، غمگینی و احساس نابجای شرم و گناه دارند و تکانه های خود را نمی توانند کنترل نمایند ، باور های نامعقول و انتظارات غیر واقع بینانه دارند.

این افراد حس وظیفه شناسی بسیار افراطی دارند تا اندازه ایکه حتی باعث محرومیت از خانواده می شود.

وابسته ها به خود مطمئن نیستند و همیشه نیاز های شان تحت تاثیر نیاز های دیگران قرار دارد.

متخصیصین روانی ، منشای این اختلال را در برخورد نامناسب و نا متناسب والدین در زمان کودکی فرزندان شان میدانند ، مثلا والدینی که نسبت به فرزندان بسیار حمایه گر و هم مستبد هستند ، لاجرم اولاد های خود شان را وابسته بار میاورند. این وابسته ها در آینده با پرابلم زیادی در زندگی مواجه می شوند و برای دیگران هم مشکلات متعدد ایجاد می نمایند. فرض کنید اگر همسر شما اختلال وابستگی داشته باشد او شما را از زندگی خسته خواهد ساخت اگر یکی دو سال هم آنرا طاقت بیاورید بالاخره روزی میرسد که ازین همه وابستگی و آویزان بودن او از لحاظ روانی خسته و دلگیر میشوید آنقدر که شاید تصمیم بگیرید که از او جدا شوید. ولی اگر متاهل نیستید ومی خواهید ازدواج کنید بناً آگاه باشید با زن و یا مرد وابسته تا وقتی که معالجه نشده وبهبود نیافته باشد، ازدواج نکنید اگر باز هم دیده و دانسته با چنین زن و یا مرد میخواهید ازدواج کنید، اول باید به فکر تداوی و معالجه روانی وی باشید. به امید خوشبختی و صحت مندی شما . (ادامه دارد)