

# اختلال شخصیت بدبینی و خشونت خانگی

Photo: Tverdokhlib/bigstockphoto.com

**خانه امن:** پاسخ‌های این قسمت به صورت عمومی و برای عرضه به گروه بزرگی از مخاطبان طراحی شده است و به هیچ‌وجه نمی‌تواند پاسخگوی نیازهای خاص و شخصی افراد باشد. برای بررسی دقیق‌تر مشکلات، ما مشاوره‌های انفرادی را توصیه می‌کنیم، که از حوزه توانایی‌های خانه امن خارج است.

رزا خورشیدی، مشاور خانواده

**پوشش:** همسر من استاد دانشگاه است. بیشتر توضیح نمی‌دهم فقط این را بگویم به همه چیز شک دارد. تلفن من و بچه‌ها را کنترل می‌کند. رمز ورود ایمیل و تلگرام و فیس‌بوک ما را دارد. بخش اعظم زندگی او به کنترل من و چهار فرزندش می‌گذرد و من نمی‌دانم با وجود چهار فرزند که بزرگ شده‌اند با او چه کنم؟

دو بار در خواست طلاق دادم ولی با هزار التماس گفت که دیگر تکرار نمی‌کند. حاضر نیست به دکتر مراجعه کند. سوال من این است آیا این قبیل افراد خوب می‌شوند؟

ما باید با او چگونه برخورد کنیم؟ مادرش هم از دست او عاصی شده است. همیشه نه، ولی گاهی روزها پشت سر من راه می‌افتد ببیند من کجا می‌روم و کجا نمی‌روم. از کودکی شکاک بوده ولی بعد از ازدواج شدید شده است.

**پاسخ:** دوست عزیز مشکل بدبینی بیمارگونه، متأسفانه عمومیت بسیار زیادی دارد و ربطی هم به سطح تحصیلات، فرهنگ، طبقه اجتماعی، قومیت، جنسیت، و نژاد ندارد. مشاهده می‌کنید که حتی تدریس در دانشگاه در همسر شما تفاوتی ایجاد نکرده است.

بدبینی در افراد می‌تواند علل مختلف داشته باشد. گاهی این رفتار اکتسابی است. یعنی فرد، در خانواده‌ای که بدبینی رواج داشته رشد کرده و این نگرش را از بزرگترهای خود یاد گرفته و درونی کرده است. در این حالت امید به بهبودی، در صورتی که با فرد منطقی و انعطاف‌پذیری مواجه باشیم، وجود دارد.

یک علت دیگر برای بدبینی، تجربیات تلخ گذشته است. کسی که قبلاً مورد خیانت قرار گرفته یا در کودکی شاهد خیانت بوده، ممکن است در اثر شدت ضربه‌ای که دیده نگاه تیره‌ای پیدا کند و در میان اطرافیان دور و نزدیک خود مدام به دنبال نشانه‌های خیانت بگردد. این مورد نیز، مثل مورد قبلی در صورت تمایل قابل درمان است. بدبینی پاتولوژیک یعنی به صورت اختلال روانی هم می‌تواند به چند دسته تقسیم شود. در بعضی از اختلالات روانی، بدبینی به عنوان نشانگان ثانویه ظاهر می‌شود. مثلاً یکی از نشانگان اختلال مرزی، بدبینی است. در این مورد کار سخت‌تر از موارد قبلی است ولی باز هم از اختلال شخصیت بدبینی یا Paranoid Personality Disorder بهتر است.

## اختلال شخصیت

به‌طور کلی اختلال شخصیت، یکی از غامض‌ترین مشکلات روحی و روانی است که افراد ممکن است به آن دچار شوند. تا کنون ده گونه اختلال شخصیت شناسایی شده است که PPD یکی از آنهاست. طبق تعریف کتاب مرجع تشخیص اختلالات روانی DSM-V اختلال شخصیت به وضعیت روانی گفته می‌شود که فرد در اثر رفتارهای نامتعارف پایدار در حوزه‌های مختلف روابط بین فردی و زندگی دچار ناکارآمدی جدی شود. این رفتارها باید اولاً در طول زمان زندگی فرد تداوم داشته باشند یعنی مقطعی و کوتاه مدت نباشند و دوماً نتوان آنها را به سن، جنسیت، فرهنگ، نژاد، مذهب یا هر عامل محیطی دیگری نسبت داد. و دست‌آخر رفتارها محصول اعتیاد یا بیماری‌های جسمی نباشند. همان‌طور که از اسمش پیداست، اختلال شخصیت تمامی شخصیت یک فرد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و زندگی را برای خود و اطرافیان فرد طاقت‌فرسا می‌کند. با توجه به شرحی که شما از رفتارهای همسران دادید به نظر می‌رسد که ایشان دچار اختلال شخصیت است. البته تشخیص نهایی با متخصصی است که از نزدیک ایشان را ببیند.

در مورد علت بروز اختلال شخصیت، هنوز اجماعی بین صاحب‌نظران ایجاد نشده است. از کلیه مباحثی که تا کنون انجام شده است می‌توان نتیجه گرفت که اختلال شخصیت در اثر تعامل میان لوح ژنتیک و شرایط مستعد محیطی ایجاد می‌شود و معمولاً از دوران کودکی و یا حداکثر نوجوانی نشات می‌گیرد. البته تعداد دانشمندانی که معتقد هستند فرد با اختلال شخصیت دنیا می‌آید ولی زمان بروز آن می‌تواند متفاوت باشد، کم نیست.

## آگاهی شرط اول است

درمان اختلال شخصیت به دلایل مختلف بسیار مشکل است. اول این که فرد باید احساس مشکل کند تا به دنبال درمان برود. متأسفانه تعداد کسانی که به اختلال شخصیت خود واقف هستند و تمایل به درمان دارند بسیار اندک است. من در طول بیش از بیست و یکسال کار در این حوزه، تا کنون چنین موردی را شخصا مشاهده نکرده‌ام. افراد دارای اختلال شخصیت اغلب معتقدند که دیگران مشکل دارند و خودشان مبری از هر عیبی هستند. مانع بعدی که بر سر راه درمان اختلال شخصیت وجود دارد، پیچیدگی فرایند آن است. یعنی حتی اگر فرض کنیم که فرد دچار اختلال شخصیت در اثر یک معجزه داوطلب درمان شود، نیاز به یک تیم درمانی متخصص شامل روانشناس، روانپزشک، مشاور خانواده، متخصص سنجش و اندازه‌گیری روانی و شاید سایر متخصصین دارد که به صورت کاملاً هماهنگ عمل کنند. گردهم‌آوری چنین تیمی، بخصوص در کشور ایران کار آسانی نیست. از همه اینها گذشته، خانواده بیمار هم باید تحت درمان و آموزش قرار بگیرند تا او را حمایت کنند.

بالتر گفتم که اولین قدم برای درمان، این است که فرد به مشکل خود واقف باشد و خود را نیازمند درمان بداند. این پیش‌فرض لازم برای درمان تمامی سطوح اختلال بدبینی است که بالاتر نام بردم و فقط مختص اختلال شخصیت پارانوئید نیست. یکی از راه‌هایی که ممکن است فرد را به مشکل خود واقف کند، واکنش‌های اطرافیان است.

از سوال شما این‌گونه برمی‌آید که نه تنها شما و فرزندانان بلکه مادر همسرتان نیز یک عمر رفتارهای آزارنده او را تحمل کرده است. به راستی چرا شما تن به این وضعیت دادید؟ اگر می‌گویید به خاطر بچه‌ها، حال که به گفته خودتان چهار فرزند بزرگسال دارید. منتظر چه هستید؟ حاصل این همه تحمل برای شما چه بوده؟ آیا چیزی به جز خستگی و درماندگی و حسرت و پشیمانی به دست آورده‌اید؟ شما و چهار فرزند بزرگسال یعنی 5 نفر آدم بالغ و مستقل نمی‌توانید مقاومت کنید و مثلاً از دادن پسورد ایمیل خود به ایشان خودداری کنید؟ اگر بگویید نه، چکار میکند؟ او یک نفر است و شما 5 نفر. اگر با هم به صورت هماهنگ عمل کنید او درمانده خواهد شد و آنگاه احساس مشکل خواهد کرد. باز هم تکرار می‌کنم منظور من اعمال هیچ‌گونه خشونت نیست. قاطعیت الزاماً با خشونت همراه نیست. انسان می‌تواند آرام و قاطع عمل کند. اگر همسر شما ببیند که شما و فرزندان در مقابل او قاطع و یکصداً مقاومت می‌کنید، راهی به جز تسلیم ندارد. در مورد جزییات رفتارهای شما بدلیل کمبود اطلاعات کافی، توصیه می‌کنم که هر پنج نفر شما به یک مشاور مجرب مراجعه کنید و راهنمایی بگیرید.