

## اختلال شخصیت پارانوئید، نشانه‌ها، علل و عوامل خطر ساز آن

اختلال شخصیت پارانوئید، یکی از اختلال‌های شخصیت، به شمار می‌رود. شخصیت، شامل الگوهای بادوام شناخت، هیجان و رفتار است، که تا پایان زندگی ثابت می‌ماند. اما، هنگامی که فرد الگوهای ناسازگارانه را در زندگی خود برمی‌گزیند، اختلال شخصیت شکل می‌گیرد. این الگوها براساس تجربیات درونی و رفتارهای آموخته شده، در دوران جوانی و نوجوانی شکل گرفته است. این الگوهای ناسازگارانه حداقل در دو زمینه آشکار می‌شوند: شناخت، هیجان‌پذیری، عملکرد بین‌فردی و کنترل تکانه.

در تشخیص اختلالات شخصیت، الگوهای ناسازگارانه فرد باید ارزیابی شود و ویژگی‌های خاص شخصیتی او، باید از اوایل دوران بزرگسالی مشهود باشد. همچنین باید بین صفات شخصیتی که این اختلالات را به وجود می‌آورند و صفاتی که فرد در مواجهه با، موقعیت‌های استرس‌زای خاص و یا حالت‌های روانی متفاوت مثل، افسردگی، اختلال دوقطبی و اضطراب بروز پیدا می‌کنند، تشخیص داده شود.

شما عزیزان می‌توانید برای آشنایی بیشتر با، اختلال شخصیت پارانوئید، نشانه‌ها و عوامل خطر ساز این اختلال، مقاله را تا انتها مطالعه نمایید. در صورت بروز نشانه‌های این اختلال در اطرافیان‌تان می‌توانید، از [مشاوره روانشناسی](#) بهره ببرید. مرکز مشاوره راز ماندگار، با همکاری مشاورین متخصص خود، در این زمینه می‌تواند شما عزیزان را راهنمایی نماید.

### اختلال شخصیت پارانوئید چیست؟

اختلال شخصیت پارانوئید، جزء، اختلالات خوشه A، اختلالات شخصیت، محسوب می‌شود. افراد مبتلا به این اختلال اغلب عجیب و غریب و غیرعادی به نظر می‌رسند. مهمترین خصوصیات این افراد سوءظن شدید، بی‌رحمی، بی‌اعتمادی و شک و تردید به دیگران، بدون دلیل خاص، است. این اشخاص به انگیزه‌های دیگران شک دارند و بر این باورند که دیگران می‌خواهند به آنها آسیب بزنند. اختلال شخصیت پارانوئید اغلب در کودکی یا شروع نوجوانی آغاز می‌شود. نشانه‌های این مشکل به صورت، اشتیاق به تنها بودن، روابط نامناسب با همسالان، اضطراب اجتماعی، مشکلات تحصیلی، تفکرات عجیب و غریب و خیالپردازی بروز پیدا می‌کند. شیوع این اختلال، در مردان بیشتر از زنان دیده می‌شود.

### علل و عوامل خطر ساز برای اختلال شخصیت پارانوئید چیست؟

علت اصلی این اختلال مشخص نیست، اما، می‌توان آن را به شماری از عوامل بیولوژیکی، روانی و محیطی نسبت داد. معمول بودن اختلال شخصیت پارانوئید، در بین افرادی که اعضای خانواده آن‌ها مبتلا به اسکیزوفرنی یا اختلالات توهمی هستند، نشان دهنده تاثیر ژنتیک، در این بیماری است. بسیاری از تجربیات کودکی، از جمله، آسیب‌های جسمی و روحی تاثیر بسزایی در به وجود آمدن این اختلال دارند.

عوامل دیگری که می‌تواند باعث بروز اختلال شخصیت پارانوئید شوند، عبارتند از، زندگی در خانواده‌هایی با وضعیت اقتصادی نامناسب، طلاق و جدایی عاطفی، مرگ همسر، ازواج نکردن و مجرد.

عواملی مانند، بی توجهی عاطفی والدین، بی توجهی به نیازهای جسمی در دوران کودکی، غفلت ناظر (والدین، مراقبین کودک)، خشم بی دلیل و با شدت والدین، می تواند عوامل خطر ساز و زمینه ای برای رشد اختلال شخصیت پارانوئید گردد.

### نشانه های بروز این اختلال:

افراد مبتلا به اختلال شخصیت پارانوئید، فکر نمی کنند، رفتارشان غیر معقول و غیر عادی است. به نظرشان شک و دودلی نسبت به دیگران، طبیعی و منطقی است. اگرچه اطرافیان معتقد هستند، این بی اعتمادی، بی مورد و بی دلیل است.

این افراد رفتارهای خصمانه و یا سرسختانه دارند. آن ها ممکن است، طعنه آمیز و کنایه وار، صحبت کنند، که باعث بروز واکنش های خصمانه از طرف اطرافیان می شود. این واکنش های خصمانه، باعث می شود، افراد مبتلا، به شک و دودلی شان نسبت به دیگران مطمئن شوند. شک و تردید نسبت به دیگران، همچنین عادت به سرزنش کردن دیگران، در توانایی آنان بر روابط با دیگران، تاثیر منفی می گذارد. افراد مبتلا به این اختلال:

- به تعهدات، راستی و صدق گفتار و اعتماد دیگران، شک می کنند.
- این اشخاص، معتقدند همه در حال فریب دادن آن ها هستند.
- در اعتماد کردن به دیگران اکراه دارند و از دادن اطلاعات شخصی خودداری می کنند، زیرا می ترسند از این اطلاعات علیه آنان سوء استفاده شود.
- کینه به دل می گیرند و تمایلی به بخشش بی اعتنائی، بی حرمتی ها و اهانت هایی که فکر می کنند، به آن ها شده است، ندارند.
- نسبت به انتقاد بسیار حساس هستند.
- در پس اظهارات و رویدادهای خوشگوار، معنا و مفهوم، تهدیدکننده، ادراک می کنند.
- سوءظن و بدگمانی مکرر، مداوم و بدون دلیل نسبت به همسر خود، درباره وفاداری.
- در روابط با دیگران سرد و بی عاطفه هستند. فاقد احساسات محبت آمیز به نظر می رسند.
- همسر خود را کنترل می کنند، تا از بروز خیانت جلوگیری نمایند. حسادت کردن، در روابطشان موج می زند.
- نقش خود را در مسائل و دعوای، انکار می کنند، زیرا، معتقدند آن ها همیشه درست هستند و این دیگرانند که مقصر هستند.
- تمام وقت در حال بحث و مباحثه هستند.
- تصورات قالبی منفی، در مورد دیگران دارند، به خصوص، در مورد کسانی که به گروه های فرهنگی متفاوتی تعلق دارند.
- از لحاظ اجتماعی منزوی اند.
- عیب جو و ناتوان از مشارکت با سایرین هستند.
- گاهی خیال پردازی های خودبزرگبینانه ای از خود بروز می دهند.
- به دلیل شتاب در برابر تهدیداتی که تصور می کنند، وجود دارد، مرافعه جو هستند و درگیر دعوای قانونی می شوند.
- در مقابله با تنش های زندگی، ممکن است حملات روان پریشی را تجربه نمایند.
- بسیار مرموز و تودار رفتار می کنند.
- چون به دیگران بی اعتمادند، از احساس استقلال قوی برخوردارند.

## چگونه میتوان اختلال شخصیت پارانوئید را درمان کرد؟

این افراد، معمولاً خودشان برای درمان اقدام نمی‌کنند، زیرا آن‌ها خود را بدون مشکل تصور می‌کنند. چون، اعتماد اصل اساسی در روان‌درمانی است، این افراد به دلیل بی‌اعتمادی نسبت به انگیزه‌های درمانگر، برنامه‌های درمانی خود را ادامه نمی‌دهند. برای فرد مبتلا به اختلال شخصیت پارانوئید، روان‌درمانی بهترین گزینه برای درمان است. کمک گرفتن از مشاور روان‌شناس متخصص، می‌تواند به این افراد کمک نماید. مشاورین روان‌شناس با استفاده از روان‌درمانی، باعث افزایش مهارت‌های تطبیقی فرد، با شرایط زندگی می‌شوند. به آنان اعتماد کردن، همدلی، روش‌های برقراری ارتباطات و تعاملات اجتماعی و افزایش اعتماد به نفس، آموخته می‌شود.

دارو درمانی نیز، می‌تواند موثر باشد، به‌خصوص اگر فرد از مشکلاتی مانند، افسردگی و اختلالات اضطرابی رنج می‌برد. تلفیق روان‌درمانی و دارودرمانی می‌تواند، موثرترین درمان برای این افراد باشد.

در مجموع، چشم‌انداز بلندمدت زندگی افراد مبتلا به اختلال شخصیت پارانوئید، به علاقه آن‌ها به قبول درمان بستگی دارد. افرادی که در برابر درمان، مقاومت نشان می‌دهند، زندگی عملکردی آن‌ها آسیب بیشتری می‌بیند. این اختلال می‌تواند بر توانایی شخص در داشتن شغل مناسب و روابط اجتماعی او، تأثیر مخرب و منفی بگذارد. در مقایسه اشخاصی که درمان را می‌پذیرند، در جامعه عملکرد موثرتری دارند. آن‌ها قادر به برقراری ارتباط سالم با دیگران هستند، اگرچه باید به درمان در تمام طول زندگی خود ادامه دهند. نشانه‌های این اختلال همیشه در زندگی فرد وجود دارد، اما می‌توان این علائم را مدیریت کرد و به حداقل رساند.

**ترجمه و تنظیم: خیزران شهانه پور**