

ZABURZENIA OSOBOWOŚCI

Uważa się, że osobowość człowieka rozwija się aż do wczesnej dorosłości – z tego powodu wielu badaczy uważa, że skoro u nastolatka osobowość nie jest jeszcze w pełni rozwinięta, nie powinno się u niego rozpoznawać zaburzeń osobowości. Jednak pierwsze symptomy zaburzeń pojawiają się zwykle w późnym dzieciństwie lub adolescencji. Zaburzenie osobowości to ogólny, nieefektywny wzór zachowań powodujący trudności w większości lub wszystkich obszarach funkcjonowania. Sprawia dyskomfort, cierpienie, nie pozwala w pełni cieszyć się życiem. Często powoduje poczucie osamotnienia, sprawia, że osoba jest mało plastyczna w swoim zachowaniu i dostosowywaniu się do różnych sytuacji. Jest to złożone zagadnienie, ponieważ rzadko spotykamy się z "czystymi" typami - zaburzenia mają wiele odcieni. Na przykład osoba narcystyczna z rysem osobowości zależnej będzie zupełnie inna, niż taka z rysem antyspołecznym. Ponadto, zaburzeniom osobowości mogą towarzyszyć dodatkowe zaburzenia (np. odżywiania, uzależnienia, depresja). Przyczynami środowiskowymi zaburzeń mogą być: izolacja społeczna, przemoc seksualna, emocjonalna i fizyczna, niewłaściwe postawy rodzicielskie, odrzucenie, zaniedbanie lub nadmierna kontrola i duże wymagania ze strony rodziców, rozwód.

W klasyfikacji DSM IV wyróżnia się:

Zaburzenia osobowości typu A



Paranoiczne

Jest to osoba nieadekwatnie podejrzliwa w stosunku do otoczenia oraz nadmiernie wrażliwa na odrzucenie. Często postrzega obojętne lub nawet przyjazne działania otoczenia jako wrogie. Ma tendencję do nadmiernego przeceniania własnego znaczenia - może się jej wydawać, że wszyscy się nią szczególnie interesują. Może doszukiwać się przejawów braku lojalności ze strony bliskich lub braku wierności partnera.

Schizoidalne

Takie osoby cechuje wycofanie, dystans i chłód wobec innych, pomimo, że tak naprawdę mają one bogatą emocjonalność. Jednak trudno jest im te emocje wyrażać. Doświadczają trudności w tworzeniu relacji, szczególnie intymnych oraz poczucia niezrozumienia. Raczej dążą do samotności. Mogą nie mieć potrzeby tworzenia silnych więzi z innymi ludźmi. Często takie osoby są bardzo kreatywne, co wyrażają przez sztukę. Mają ograniczoną zdolność rozpoznawania emocji, oraz odczuwania przyjemności. Często zdarza się, że posiadają niewielkie potrzeby seksualne.

Schizotypowe

Osoby o schizotypowym zaburzeniu osobowości również są wycofane i mają trudność w tworzeniu relacji, ale głównym tego powodem jest lęk. Taki człowiek ma poczucie, że gdy jest w towarzystwie, cała uwaga skupia się na nim. Może mieć skłonności do myślenia magicznego. Osoby z tym zaburzeniem charakteryzuje dziwaczny sposób myślenia i mówienia, mogą one często gubić wątek, gdy o czymś rozmawiają. Zdarza im się doświadczać niezwykłych doznań zmysłowych, mieć różne złudzenia, np. poczucie, że jakaś część ciała jest gorąca. Te osoby mają ograniczoną zdolność do odczuwania emocji, czasem nieadekwatnie je wyrażają.

Zaburzenia osobowości typu B



Antyspołeczna

Ludzie z tym zaburzeniem mają tendencję do lekceważenia i łamania zasad oraz praw innych ludzi (aby zdiagnozować ten rodzaj zaburzenia, tendencje powinny pojawić się co najmniej od 15 roku życia). Charakteryzuje ich także Impulsywność, brak odpowiedzialności, skłonność do zachowań ryzykownych, niski poziom empatii, skłonność do reagowania agresją. Te osoby raczej nie troszczą się o bezpieczeństwo własne ani innych. Często też są obojętni na krzywdę innych.

Z pogranicza (borderline)

Takie osoby doświadczają wahań nastroju, bardzo łatwo je zranić, mogą szybko przechodzić w skrajne stany emocjonalne. Często nie ufają własnym odczuciom, szukają potwierdzenia na zewnątrz co do tego, co im się wydaje. Mają niestabilny obraz siebie, problemy z określeniem swojej tożsamości. Cechuje je silne pragnienie bliskich więzi i jednoczesny lęk przed nimi, między innymi z powodu obawy przed odrzuceniem. Ich relacje intymne są raczej niestabilne i burzliwe, intensywne.

Osoby te wolą jako pierwsi zerwać kontakt niż niepokoić się, że zrobi to druga strona. Często odczuwają poczucie pustki. Trudno im cieszyć się z sukcesów, z kolei krytyka przychodzi im łatwo. To zaburzenie łączy się też z Impulsywnością - mogą się pojawiać zachowania ryzykowne, próby samobójcze, samookaleczanie się w reakcji na jakieś przykre wydarzenie.

Histrioniczne

Ludzi z histrionicznym zaburzeniem osobowości cechuje przesadność, teatralność, zwracanie na siebie uwagi, prowokowanie (zachowaniem, strojem). Kolejne cechy charakterystyczne, to płytko chociaż nadmiernie wyrażana emocjonalność oraz łatwe uleganie wpływom otoczenia. Takie osoby są w stanie dużo zrobić, byle być lubianymi i zauważanymi. Często uważają swoje relacje za bardziej intymne, niż są w rzeczywistości. Dużą wagę przywiązują do atrakcyjności fizycznej, czasem mają nadmierną ekspresja seksualności, skłonność do uwodzenia innych. Opowieści osób histrionicznych są niezbyt szczegółowe, brak w nich często konkretnych faktów, ale są bardzo udratyzowane.

Narcystyczne

Te osoby mają przesadzone poczucie własnego znaczenia - wyolbrzymiają swoje talenty, osiągnięcia. Wierzą, że są osobami wybitnymi i niepowtarzalnymi, więc mogą być rozumiane tylko przez podobne im osoby. Mogą mieć irracjonalne poczucie uprzywilejowania, a przez to wymagać bycia traktowanym wyjątkowo. Mają trudności w odczuwaniu empatii, rozpoznawaniu uczuć innych osób. Przejawiają zachowania aroganckie. Mogą snuć marzenia o niesamowitej karierze, wielkim sukcesie, idealnej miłości, która się im przydarzy w przyszłości. Zdarza się, że takie osoby nie stosują się do zasad społecznych. Narcyzm jest również pewnym stadium rozwojowym, cechy narcystyczne mogą minąć, gdy osiągnie się pełną dorosłość (ok. 30 rok życia).

Zaburzenia osobowości typu C



Unikowe

Zaburzenie łączy się ze stałym odczuwaniem napięcia i niepokoju. Osoby nim dotknięte raczej unikają ludzi, ryzykownych sytuacji i wyzwań. Jest to spowodowane silną obawą, że zostaną upokorzone lub odrzucone. Potrafią nawiązać bliskie relacje, jeśli widzą, że druga strona bezwarunkowo je akceptuje. Te osoby mogą się wydawać oziębłe, gdyż boją się ujawniać swoje emocje. Cechuje je poczucie niższości, zahamowanie społeczne i ogromna wrażliwość na krytykę. Często postrzegają siebie jako niekompetentne, mało atrakcyjne lub nawet gorsze od innych osób.

Zależne

Zależne zaburzenie osobowości jest związane z trudnościami w podejmowaniu decyzji, nie tylko tych poważnych. Taki człowiek jest uległy, brak mu asertywności, obawia się wszelkiej konfrontacji. Ponadto przywiązuje przesadnie dużą wagę do relacji interpersonalnych i często jest w stanie podtrzymać je za wszelką cenę. Nie ma wiary w siebie i jest w stanie zrobić dużo, by tylko być lubianą i może podporządkowywać swoje potrzeby potrzebom innych. Taka osoba często martwi się, że zostanie sama na starość i nie będzie w stanie sama się o siebie zatroszczyć. W skrajnych wypadkach jednostka dotknięta tym zaburzeniem jest w stanie tolerować poniżające traktowanie, a nawet przemoc wobec siebie.

Obsesyjno-kompulsyjne

Taką osobę cechuje uporządkowanie w działaniu, skrupulatność, często wręcz drobiazgowość. Jest to coś innego, niż z zaburzenia lękowe obsesyjno-kompulsywne, choć te dwa zaburzenia mogą ze sobą współwystępować. Lęk i poczucie napięcia związany jest tutaj z obawą niewykonania czegoś na najlepszym poziomie, czyli w sposób idealny. Taka osoba bardzo ceni sobie ład i hierarchię, nie może znieść chaosu. Jest bardzo przywiązana do różnych zasad i procedur, zamknięta na nowe rozwiązania. Stara się kontrolować większość spraw i sytuacji życiowych, nie lubi nieprzewidywanych zdarzeń, nie potrafi być spontaniczna. Jest bardzo wymagająca w stosunku do siebie i otoczenia. Często tłumi emocje, ma trudności w ich wyrażaniu.

Opracowanie:

Fundacja Drabina Rozwoju