

اختلالات شخصیت

www.ketabair.ir

سر شناسه	: ویگ، هیتربارنت Veague, Heather Barnett
عنوان و نام پدیدآور	: اختلالات شخصیت/ نویسنده [هیتربارنت ویگ]؛ مترجمان اعظم عسکری، فرزانه بادینلو.
مشخصات نشر	: تهران یاد مهر، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	: ۸۷ ص. : مصور.
شابک	: 978-600-92260-5-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: c۲۰۰۷. Personality disorders.
یادداشت	: کتاب حاضر قبلاً با ترجمه عطالله محمدی توسط انتشارات ارجمند، کتاب ارجمند و نسل فردا در سال ۱۳۸۸ منتشر شده است.
موضوع	: شخصیت -- اختلالات
موضوع	: روان‌درمانی
شناسه افزوده	: عسکری، اعظم، ۱۳۴۷ -
شناسه افزوده	: مترجم بادینلو، فرزانه، ۱۳۶۳ -
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۹۰ الف۹/۵۵۵/RC
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۵۸۱ :
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۳۹۱۹۵۷ :

www.ketab.ir

فهرست

پیش‌گفتار.....	۷
فصل ۱- مرور.....	۱۱
فصل ۲- دسته «عجیب و غریب».....	۲۳
فصل ۳- اختلال شخصیت تکانشی.....	۳۷
فصل ۴- اختلالات شخصیت اضطرابی.....	۵۳
فصل ۵- سبب‌شناسی اختلالات شخصیت.....	۶۳
فصل ۶- درمان اختلالات شخصیت.....	۷۷
فصل ۷- چشم‌انداز اختلالات شخصیت.....	۸۷

پیشگفتار

در مورد پیچیده ترین جنبه‌ی این جهان فکر کنید و بعد آن را در بی نهایت ضرب کنید! حتی مشتاق ترین ریاضی دانان و فیزیک دانان می‌دانند، مغز چالش برانگیزترین نهاد برای فهمیدن است. از لحاظ طراحی، مغز انسان از میلیاردها سلول به نام نورون تشکیل شده که با استفاده از عصب رسانه های شیمیایی در مکانهایی به نام سیناپس با یکدیگر در ارتباط هستند. هر یک از سلول های مغزی در حدود ۲۰۰۰ سیناپس دارد. ارتباطات بین نورون‌ها به صورت تصادفی شکل نگرفته‌اند، بلکه به نوعی ساختار یافته اند که آنها را از هر ابر رایانه امروزی پیچیده تر می سازد. از سویی دیگر نه تنها ساختار ارتباطی مغز از هر رایانه ای پیچیده تر است بلکه اتصالات آن قادرند جهت ارتقا کارکردشان تغییر یابند. مثلاً شیوه‌ای که از طریق آن اطلاعات جدید را می‌آموزیم شامل تغییر در مدارهایی است که به واقع عملکرد را ارتقا می دهند. با این وجود برخی تغییرات می‌توانند منجر به تخریب این ارتباطات شوند مثل تغییرات ایجاد شده در اختلالاتی نظیر اعتیاد به مواد مخدر، افسردگی، اسکیزوفرنی و صرع و حتی برخی تغییرات می‌تواند خطر خودکشی در فرد را افزایش دهند.

ژن‌ها و محیط منابع مهم ساخت مغز در طول عمر هستند و فعالیت معمول مغز را تضمین می‌کنند، ولی همچنین می‌توانند وقتی همه چیز غلط انجام می‌شود، دلایل ریشه‌ای اختلالات نورولوژیکی و روان شناختی باشند. شیوه‌ای که ساختار مغز قبل از تولد و در کودکی ساخته می‌شود، مشخص می‌کند چگونه در بزرگسالی مغز فعالیت می‌نماید و حتی چگونه مستعد برخی بیماریها نظیر افسردگی، اضطراب و اختلالات توجهی است که می‌توانند به شدت کارکرد مغز را تخریب نمایند. از یک لحاظ فهمیدن چگونه ساخته شدن مغز می‌تواند تصویر شفاف تری به ما ارائه نماید تا به واسطه آنها بتوانیم چگونگی کارکرد مغز را دریابیم و نیز بفهمیم چگونه می‌توانیم کارکرد آنرا ارتقا دهیم و چطور می‌توانیم وقتی در اثر بیماری‌ها ضربه و آسیب دید آنرا ترمیم نماییم.

ساختار مغز بازتاب کارهای بسیار ویژه ای است که توسط افراد بشر صورت می‌گیرند، مثل دیدن، شنیدن، لمس کردن، بوکردن و حرکت کردن. بخشهای مختلف مغز برای کنترل کارکردهای ویژه ای اختصاصی شده اند. هر بخش اختصاصی شده باید برای این که مغز از عهده کارهای پیچیده‌تر برآید با سایر بخشها به خوبی ارتباط برقرار کند، مثلاً کنترل فیزیولوژی بدن - به عنوان نمونه در الگوهای خواب یا عادات‌های خوردن، اگر رشد مغز یا کارکرد آن به هر طریقی آسیب ببیند می‌تواند دچار مشکل شوند. مغز احساسات، ترس‌ها و عواطف؛ توانایی ما در آموختن و جمع آوری اطلاعات تازه؛ و این که چگونه به خوبی اطلاعات قدیمی را به خاطر می‌آوریم را کنترل می‌نماید. مغز با ساخته شدن هنگام رشد همه‌ی این کارها را انجام می‌دهد، مدارهایی که این فعالیت‌ها را کنترل می‌کنند

خیلی شبیه به سیم کشی سخت افزار کامپیوتر هستند. حتی. همه‌ی ناهنجاری‌هایی که از طریق جهش های ژنی، عفونت‌های ویروسی یا قرارگیری بسیار در معرض الککل که در اولین مراحل رشد مغز اتفاق می‌افتند، می‌توانند خطر ابتلا به طیف گسترده‌ای از اختلالات روانی در مراحل بعدی زندگی را افزایش دهد.

کسانی که به مطالعه رابطه‌ی بین فعالیت و ساختار مغز و بیماری‌های تأثیر گذار بر این پیوند می‌پردازند، نورولوژیست‌ها هستند. کسانی که اختلالات ایجاد شده توسط تغییرات در ساختار مغز و شیمی آن را مطالعه و درمان می‌کنند روان‌پزشکان و روان‌شناسان می‌باشند. طی پنجاه سال اخیر چیزهای زیادی درباره‌ی چگونگی شیمی و ساختار مغز و نیز نقش ژنتیک در کارکرد و ساختار آن را آموختیم. ژن‌ها در کنترل مراحل اولیه ساخت مغز خیلی مهم هستند. در حقیقت تقریباً همه‌ی ژن‌ها در ژنوم انسانی برای ساخت مغز مورد نیاز می‌باشند. این فرایند رشد مغز به واقع قبل از تولد یعنی تقریباً با همه‌ی نورون‌هایی که در ما بواسطه دوران بارداری تولید شده است، آغاز می‌شود. چیدمان ساختار مغز که به شکل مدارهای پیچیده از این زمان آغاز می‌شود. در زمان تولد به سازمان یافتگی اولیه می‌رسد. ولی کار هنوز کامل نیست، زیرا طی مدت زمان خیلی طولانی میلیاردها اتصال (ارتباط) شکل می‌گیرد و تا زمان سن بلوغ گسترش می‌یابند. مغز یک کودک به صورت روزانه حتی در طول خواب در حال ساخته شدن و اصلاح است.

در حالی که هزاران جزء سازنده شیمیایی مثل پروتئین‌ها، لیپیدها و کربوهیدرات‌ها وجود دارند که بیشتر شبیه آجر و ملات با کنار هم قرار گرفتن ساختار مغز را می‌سازند. ارتباطات پر از جزئیاتی که هنگام کودکی ظاهر می‌شوند شدیداً به تجارب و محیط وابستگی دارد. ما در ساخت یک خانه برای چیدمان ساختارهای اولیه مثل فوندانسیون، دیوارها، کف و سقف، از برنامه‌های مختلفی استفاده می‌کنیم. مغز نیز به همین شکل چیده شده است. لوله کشی و برق کشی، مثل مداربندی اولیه‌ی مغز در اوایل فرایند ساخت جای گذاری شده اند. ولی بعد از همه‌ی این کارهای اولیه، یک مرحله بسیار مهم دیگری از رشد وجود دارد که به آن رشد وابسته به تجربه گفته می‌شود. در طول سه سال اول زندگی، مغز ارتباطات خیلی بیشتر از آنچه ما نیاز داریم را شکل می‌دهد، تقریباً ۴۰ درصد بیشتر. چرا چنین اتفاقی می‌افتد؟ در واقع مدارهای اولیه به این ترتیب شکل می‌گیرند تا بتوانیم با استفاده از تجارب ساختار مغزمان را طوری شکل دهیم تا بهترین تناسب را برای کارکردهایی که برای باقی عمر احتمالاً به آن‌ها نیاز داریم، ایجاد نماییم.

تجربه فقط برای مدارهایی که حواس ما را کنترل می‌کنند مهم نیست. یک کودک که استرس شدیدی مثل سوء استفاده فیزیکی را تجربه می‌کند، ساختار مغزش در برخی نقاط تغییر می‌یابد که سبب می‌

شود فرد هنگام بلوغ در کنترل احساسات و عواطف ضعیف عمل نماید. تجربه عامل نیرومند و مهمی است. وقتی روی پیاپی مکرراً تمرین می‌کنیم یا روزی صد بار توپ بسکتبال را پرتاب می‌کنیم، برای بهترین نحوه مدل سازی اتصالات مغزی خود برای فعالیت های گوناگون، از تجربه استفاده می‌کنیم. برخی افراد به نتیجه‌ی بهتری نسبت به دیگران دست می‌یابند احتمالاً به خاطر آن است که برای مراحل اولیه‌ی ساخت مدار برنامه بهتری داشته است، درست مثل ساختار خانه‌هایی که ممکن است از لحاظ کاربردشان متفاوت باشند. ما بر آنیم تا دریابیم ساختار و کارکرد مغز حاصل ترکیب نیرومند ژن‌های سازنده‌ی ساختار اولیه آن است و تجربه‌ی کودکی نیز در ایجاد جزئیات بیشتر به آن اضافه می‌شود. همچنین می‌دانیم ساختار می‌تواند مثل یک خانه‌ی قدیمی خراب شود. فرایند کهنه شدن (پیر شدن) می‌تواند بر توانایی مدارهای مغز اثر سوء داشته باشد زیرا تغییر در جهت مثبت با گذشت عمر کمتر ایجاد می‌شود. سیناپس‌ها ممکن است از بین بروند و شیمی مغز می‌تواند با گذشت زمان تغییر یابد. مشکلات در درک چگونگی ایجاد ساختار مغز با پیچیدگی‌هایی که در زمان پیر شدن رخ می‌دهد، بیشتر می‌گردد. دمانس مرتبط با پیری یا بیماری آلزایمر، یا از دست دادن حافظه حاصل از پیر شدن یا مصرف الکل، حوزه‌های پژوهشی مهمی در مجامع علوم اعصاب می‌باشند.

حقیقت رشد و زوال مغز در ضرب المثلی انگلیسی «یا استفاده می‌کنی و یا از دست می‌دهی» نهفته است. نورولوژیست‌ها در پی این ایده هستند که شیمی و ساختار مغز را می‌توان به خوبی جز در زمان کودکی نیز اصلاح کرد. اگر بتوانیم در یابیم پس از یک تضاد چه مکانیزم‌هایی مغز را سالم و جوان می‌سازد، احتمالاً می‌توانیم از همان ابزار برای بهبود فعالیت مغزهای در حال پیر شدن استفاده کنیم. هم اکنون بسیاری راه‌ها را می‌شناسیم که از آن طرق می‌توانیم مانع از پیر شدن یا آسیب دیدن مغز شویم. مثلاً تمرین فیزیکی برای فردی که سخته کرده و این سخته سبب آسیب بخشی در ساختار مغز شده، می‌تواند به او کمک کند تا مدارها را دوباره به گونه‌ای سازماندهی کنیم که بهتر عمل کنند. حتی در مورد یک فرد سال خورده، شما می‌دانید وقتی به صورت منظم می‌خواهید و ورزش می‌کنید، احساس بهتری دارید و ساختار و شیمی مغز شما به بهترین نحو فعالیت می‌کنند. یکی از راه‌های ارتقای فعالیت سیستم عصبی، داروهایی است که برای درمان بیماری‌های روانی استفاده می‌شوند. این داروها برای تغییر شیمی مغز طراحی شده‌اند و سبب می‌شوند انتقال دهنده‌های مورد استفاده برای ارتباط بین سلول‌های مغز بتوانند به صورت بهتری فعالیت کنند. با این حال وقتی داروهای مختلف استفاده می‌شوند و یا سوء مصرف می‌گردند، ممکن است به شیمی مغز آسیب وارد کنند و ساختار مغز را به گونه‌ای تغییر دهند که ضعیف تر فعالیت کند.

همان طور که در مورد اختلالات روان شناختی می‌خوانید، تصاویر تازه‌ای از تغییر یافتن شیمی

و سازمان یافتگی مغز در مورد بیماری‌های پیچیده مثل اسکیزوفرنی یا اعتیاد به مواد مخدر، به ذهن خطور خواهند کرد. برای سلامت انسان‌ها، هیچ چیز جالب‌تر و مفیدتری از این برای فهمیدن وجود ندارد. ولی به خاطر داشته باشید مانند محققان علوم اعصاب مأموریت داریم، ماهیت و طبیعت انسان را بشناسیم، همچنین شیوه‌ای که جهان را درک می‌کنیم، این که چرا وقتی درباره‌ی روز شکرگذاری در ترکیه فکر می‌کنیم می‌خندیم، یا این که چگونه می‌توانیم برنده‌ی مسابقات جهانی سال ۱۹۵۳ را به خاطر بیاوریم. اگر به انسان‌ها علاقمند هستید و به دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم، شما نیز یک نورولوژیست هستید.

دکتر پت لنیت^۱

سرپرست مرکز وندربیت کندی^۲

تحقیق در مورد رشد انسان

ناشویل، تنس