

نشانه‌ها و روش درمان روان‌پریشی چیست؟

روان‌پریشی مانند هر بیماری نشانه‌هایی دارد که روانشناسان برای ارزیابی از این نشانه‌ها کمک می‌گیرند.

به گزارش سایت خبری پرسون، اختلالات روان‌پریشی یا سایکوتیک حالتی است که فرد در آن فاصله موجود بین خیال و واقعیت را درک نمی‌کند و دچار توهم‌های سمعی و بصری می‌شود و معمولاً افرادی که دچار این حالت می‌شوند قدرت تصمیم‌گیری‌های مهم در زندگی روزمره خود را ندارند.

مشخصات روان‌پریشی ممکن است در دوران کودکی ظاهر شده و با گذشت زمان بدتر شود که در این مطلب، با برخی از رایج‌ترین علائم روان‌پریشی آشنا می‌شوید.

جذابیت سطحی

افراد روان‌پریش اغلب از نظر ظاهری دوست‌داشتنی و آن‌ها معمولاً اهل گفتگو هستند و داستان‌هایی که به آن‌ها جلوه می‌دهد را به اشتراک می‌گذارند و ممکن است افرادی بامزه و کاریزماتیک نیز باشند.

نیاز به تحریک

افراد مبتلا به روان‌پریشی هیجان را دوست دارند و تمایل دارند که در زندگی دائماً به کارهایی که می‌خواهند انجام دهند عمل کنند و اغلب، مایلند یک زندگی با ریتم سریع داشته باشند.

اغلب اوقات، نیاز افراد روان‌پریش به تحریک شامل شکستن قوانین است و ممکن است آن‌ها از این که از هیجان کار دور شوند لذت ببرند و یا حتی ممکن است این واقعیت را دوست داشته باشند که هر لحظه می‌توانند "گرفتار" شوند و در نتیجه، آن‌ها اغلب تلاش می‌کنند که درگیر کارهای کسل‌کننده یا تکراری باشند و ممکن است کارهای روزمره را تحمل نکنند.

دروغ پاتولوژیک

افراد روان‌پریش برای زیبا به نظر رسیدن و رهایی از مشکلات، دروغ می‌گویند، اما آن‌ها برای پوشاندن دروغ‌های قبلی خود نیز دروغ می‌گویند. آن‌ها گاهی اوقات به دلیل فراموش کردن آنچه که گفته‌اند، در راست نگه داشتن داستان‌های خود مشکل دارند.

اگر چنین فردی توسط کسی به چالش کشیده شود، آن‌ها به سادگی حرف خود را تغییر می‌دهند یا حقایق را متناسب با شرایط دوباره کار می‌کنند.

حس خود بزرگ بینی

افراد روان‌پریش نسبت به خود نگاهی باد کرده دارند به طوری که آن‌ها خود را مهم و دارای حق می‌دانند و معمولاً بر این باور و احساس هستند که طبق قوانین خود زندگی می‌کنند و فکر می‌کنند قوانین در مورد آن‌ها اعمال نمی‌شود.

نافذ

سایکوپات‌ها واقعاً در وادار کردن افراد دیگر به انجام آنچه می‌خواهند، خوب عمل می‌کنند و ممکن است آن‌ها در هنگام دروغگویی روی گناه یک شخص بازی کرده تا شخص دیگری را وادار به انجام دادن کار خود کنند.

پشیمان نشدن

روان‌پریش‌ها به چگونگی تاثیر رفتارشان روی افراد دیگر اهمیتی نمی‌دهند و ممکن است آن‌ها چیزی که به کسی آسیب می‌رساند را فراموش کنند و یا ممکن است به جریحه دار شدن احساسات دیگران بیش از حد واکنش نشان دهند و در نهایت، آن‌ها هیچ گناهی برای ایجاد درد در مردم تجربه نمی‌کنند و در واقع، آن‌ها اغلب رفتار خود را منطقی می‌دانند و افراد دیگر را سرزنش می‌کنند.

تأثیر کم عمق

این گونه افراد احساسات زیادی را نشان نمی‌دهند و یا حداقل، این احساسات واقعی نیستند و ممکن است بیشتر اوقات سرد و بی احساس به نظر برسند، اما وقتی این خدمات به خوبی به آن‌ها کمک می‌کند ممکن است نمایشی چشمگیر از احساسات را به نمایش بگذارند.

افراد روان پریش معمولاً تأثیر کوتاه مدت و کاملاً کم‌عمقی دارند و به عنوان مثال، اگر بتوانند کسی را بترسانند، ممکن است خشم خود را نشان دهند و یا ممکن است برای تأثیر گذاشتن روی شخصی غمگین باشند، اما آن‌ها واقعاً این احساسات را تجربه نمی‌کنند.

همدلی نکردن

افراد روان پریش برای درک چگونگی احساس ترس، ناراحتی یا اضطراب شخص دیگری تلاش می‌کنند و فقط برای آن‌ها منطقی نیست، زیرا آن‌ها نمی‌توانند آن طور که باید مردم را درک کنند و در حقیقت، نسبت به افرادی که رنج می‌برند، کاملاً بی تفاوت هستند حتی اگر آن فرد یک دوست صمیمی یا یکی از اعضای خانواده باشد.

سبک زندگی انگلی

سایکوپات‌ها ممکن است داستان‌های گریه‌آوری در مورد دلیل کسب درآمد نکردن خود تعریف کنند یا ممکن است اغلب گزارش دهند که توسط دیگران قربانی شده‌اند و سپس، برای نشان دادن این که از نظر مالی به آن‌ها وابسته باشند، از مهربانی دیگران بهره ببرند و بدون توجه به احساس افراد، از آن‌ها برای بدست آوردن هر آنچه می‌توانند استفاده کنند.

کنترل‌های رفتاری ضعیف

افراد روان پریش بیشتر اوقات برای پیروی از قوانین و سیاست‌ها تلاش می‌کنند و حتی اگر آن‌ها بخواهند از این قوانین پیروی کنند، معمولاً به مدت طولانی این قوانین و سیاست‌ها را در نظر نمی‌گیرند.

رفتار جنسی مضر

از آنجا که روان پریش‌ها به افراد اطراف خود اهمیتی نمی‌دهند، احتمالاً برای شریک زندگی خود هم این طور هستند به طوری که او را فریب می‌دهند و آن‌ها ممکن است با غریبه‌ها رابطه جنسی محافظت نشده داشته باشند و یا ممکن است از رابطه جنسی به عنوان راهی برای رسیدن به خواسته‌های خود استفاده کنند هرچند که این نوع رابطه برای آن‌ها هرگز عملی احساسی یا عاشقانه نیست.

مشکلات رفتاری اولیه

بیشتر افراد روان پریش در سنین پایین، مشکلات رفتاری از خود نشان می‌دهند و ممکن است آن‌ها تقلب کرده، از مدرسه فرار کنند، به تخریب اموال بپردازند، از مواد سوءاستفاده کنند و یا خشونت داشته باشند که رفتارهای نادرست آن‌ها با گذشت زمان افزایش پیدا می‌کند به طوری که این نوع رفتارهای آن‌ها جدی‌تر از رفتارهای نادرست همسالان خودشان است.

نداشتن هدف بلندمدت و واقع‌گرایانه

هدف یک فرد روان پریش ممکن است ثروتمند شدن یا مشهور شدن باشد، اما اغلب اوقات، آن‌ها ایده کوچکی در مورد چگونگی تحقق این اهداف دارند و در عوض، اصرار دارند بدون این که تلاشی برای رسیدن به آن هدف‌ها انجام دهند، به نوعی به آنچه که می‌خواهند برسند.

بی‌ثباتی

روان پریش‌ها با توجه به احساسی که دارند به موارد مختلف پاسخ می‌دهند و آن‌ها وقت خود را صرف فکر کردن در مورد خطرات و مزایای احتمالی انتخاب خود نمی‌کنند. در عوض، می‌خواهند که به صورت سریع و فوری به نتیجه دلخواه دست پیدا کنند و از این موضوع رضایت داشته باشند. بنابراین، ممکن است شغلی را ترک کنند، رابطه خود را پایان دهند، به شهر جدیدی بروند یا از روی میل شخصی اتومبیل جدیدی بخرند.

بی مسئولیتی

وعده‌ها برای این افراد معنایی ندارند. خواه قول بازپرداخت وام را بدهند خواه قرارداد را امضا کنند چرا که این افراد به هیچ وجه قابل اعتماد نیستند به طوری که حتی ممکن است آن‌ها پرداخت‌های مربوط به حمایت از کودک را کنار بگذارند و به شدت بدهی بار آورند و یا تعهدات خود را فراموش کنند.

مسئولیت پذیر نبودن

افراد روان پریش مسئولیت مشکلات زندگی خود را نمی‌پذیرند و آن‌ها همیشه مسائل مربوط به زندگی خود را گردن شخص دیگری می‌اندازند و اغلب، نقش قربانی را بازی می‌کنند و از این که دیگران داستان‌هایی مبنی بر چگونگی سوء استفاده از آن‌ها به اشتراک بگذارند، لذت می‌برند.

اگرچه ممکن است سایکوپات‌ها یا افراد روان پریش ازدواج کنند و این کار به آن‌ها کمک کند چرا که امکان دارد بخواهند درآمد شریک زندگی خود را خرج کرده و یا بدهی خود را با شخص دیگری تقسیم کنند، اما رفتار آن‌ها اغلب منجر به طلاق مکرر می‌شود. زیرا در نهایت، شریک زندگیشان آن‌ها را به دقت زیر نظر می‌گیرد و ممکن است در این میان، دستشان برای او رو شود.

تطبیق‌پذیری جنایی

این افراد معمولاً قوانینی را پیشنهاد می‌کنند اما این قوانین را محدودیت‌هایی می‌دانند که مانع آن‌ها می‌شود و رفتارهای مجرمانه آن‌ها اغلب بسیار متنوع است که از آن جمله می‌توان به تخلفات رانندگی، تخلفات مالی و اقدامات خشونت‌آمیز اشاره کرد چرا که این‌ها فقط چند نمونه از مجموعه جرایمی هستند که فرد می‌تواند مرتکب شود البته، همه آن‌ها برای جرایمی که مرتکب شده اند زندانی نمی‌شوند و برخی ممکن است تحت مشاغل سایه کار کنند یا رفتارهای غیراخلاقی انجام دهند که این موارد منجر به دستگیری نمی‌شود.

لغو آزادی مشروط

بیشتر افراد روان‌پریش هنگام آزادی از زندان به قوانین آزادی مشروط پایبند نیستند و آن‌ها ممکن است فکر کنند که دیگر گرفتار نخواهند شد و یا ممکن است راه‌هایی برای بهانه‌گیری رفتار خود پیدا کنند و حتی آن‌ها حتی ممکن است "گرفتار شدن" را به گردن دیگران بیندازند.

دلایل روان‌پریشی

تحقیقات اولیه در مورد روان‌پریشی نشان داده است که این اختلال، اغلب ناشی از مسائل مربوط به دلبستگی والدین و فرزند است و تصور بر این بوده که محرومیت عاطفی، طرد والدین و کمبود محبت، خطر روان‌پریشی کودک را افزایش می‌دهند.

مطالعات همچنین نشان داده است که بین سوء رفتار، سوء استفاده، وابستگی‌های ناامن و جدائی مکرر از مراقبان رابطه‌ای وجود دارد و برخی از محققان معتقدند که این مسائل مربوط به دوران کودکی می‌تواند باعث ایجاد صفات روان‌پریشی شود.

محققان دیگر معتقدند که این موضوع ممکن است بالعکس باشد. یعنی کودکانی که دارای مشکلات رفتاری جدی هستند، ممکن است به دلیل رفتارشان با مشکلات دلبستگی مواجه شوند و رفتار نادرست آن‌ها ممکن است باعث شود که بزرگسالانشان از آن‌ها دور شوند.

بدنبال این موضوع، این احتمال وجود دارد که صفات روانی از عوامل مختلفی مانند ژنتیک، تغییرات عصبی، والدین نامعقول و خطرات قبل از تولد مادران (مانند قرار گرفتن در معرض سموم در رحم) ناشی شود.

روان‌پریشی و خشونت

وقتی بیشتر مردم به روان‌پریشان فکر می‌کنند، یک قاتل زنجیره‌ای را در فیلم‌ها تصور می‌کنند و اگرچه ممکن است برخی از سایکوپات‌ها مرتکب قتل شوند، اما بیشتر آن‌ها این کار را نمی‌کنند و البته این بدین معنی نیست که خطرناک نیستند و حتی برخی از مطالعات نشان می‌دهد که احتمالاً روان‌پریش‌ها در مقایسه با عموم مردم افراد خشن تری هستند.

با این حال، همه روان‌پریش‌ها خشونت ندارند و برخی از مطالعات نشان داده است که "روان‌پریش‌های موفق" وجود دارند که به احتمال زیاد به سمت مدیریت و رهبری کردن ارتقا موقعیت پیدا می‌کنند و کمتر می‌توانند در پشت میله‌های زندان باشند.

سایکوپات‌های موفق ممکن است در برخی از صفات مانند صفات وظیفه‌شناسی رتبه بالاتری داشته باشند و این موضوع ممکن است به آن‌ها کمک کند تا انگیزه‌های ضد اجتماعی خود را بهتر از کسانی مدیریت کنند که در نهایت به جرایم سنگین محکوم می‌شوند.

درمان‌ها

این که آیا افراد روان‌پریش می‌توانند تحت درمان قرار بگیرند یا خیر؟ یک بحث گسترده است و برخی از محققان گزارش می‌دهند که برای این منظور، درمان کمکی نمی‌کند و برخی دیگر استدلال می‌کنند که درمان‌های خاص می‌تواند برخی از رفتارها مانند خشونت را کاهش دهد.

یک بررسی در سال ۲۰۱۸ نشان داد که بسیاری از مطالعات انجام شده در مورد اثربخشی درمان فقط در مورد جمعیت‌های خاص، مانند مجرمان جنسی انجام می‌شود. بنابراین، درمان‌هایی که برای آن افراد انجام می‌شود ممکن است برای افراد روان‌پریش دیگر کارساز نباشند.

به همین دلیل است که روان‌پریش‌های زن ممکن است به روش دیگری نیاز داشته باشند چرا که به طور کلی، خشونت آن‌ها کمتر از مردان است و بنابراین، ممکن است رفتار آن‌ها کمی متفاوت باشد.

همان بررسی نشان داد که اگرچه رفتار درمانی شناختی ممکن است در بعضی موارد مؤثر باشد، اما تحقیقات بیشتری لازم است تا مشخص شود کدام یک از استراتژی‌های بازسازی شناختی بهترین عملکرد را دارند و چگونه می‌توان از آن‌ها برای افراد خاصی استفاده کرد.

کنار آمدن

اغلب افراد روان‌پریش نمی‌خواهند تغییر کنند. زیرا نیازی به این کار نمی‌بینند و آن‌ها همچنان معتقدند که افراد دیگر به جای آن‌ها اشتباه می‌کنند. بنابراین، معمولاً این اطرافیان هستند که به دنبال استراتژی‌های مقابله هستند و از این گذشته، بودن در کنار یک فرد بی عاطفه و بی احساس بسیار سخت و دشوار است.

این که فکر می‌کنید ممکن است دوست، رئیس یا بستگان شما یک سایکوپات باشند مستلزم مراقبت هستند چرا که اگر مراقب نباشید، رفتار آن‌ها به سلامت روان شما آسیب جدی خواهد زد و در این میان، تعیین مرزهای سالم و تشخیص این که چه زمانی در معرض خطر فریب خوردن قرار دارید، موضوع بسیار مهمی است.

اگر این مسئله میزان قابل توجهی پریشانی برای شما ایجاد کرده است، از متخصصان کمک بگیرید. زیرا یک متخصص بهداشت روان می‌تواند در تعیین مرزهای سالم به شما کمک کند تا بتوانید از خود مراقبت کنید.

منبع: باشگاه خبرنگاران جوان