## **Zaburzenia osobowości**

Antyspołeczne zaburzenie osobowości to szeroka kategoria zaburzeń psychicznych, które charakteryzują się trwałym a nadto wyraźnym odstępstwem od normy w funkcjonowaniu osobowości. Zaburzenia te są złożone oprócz tego różnorodne, a ich przyczyny są wciąż badane.

Jednostki z zaburzeniami często mają trudności przy utrzymywaniu trwałych bądź pozytywnych relacji międzyludzkich. Posiadają też niemożność opanowania emocji i zachowań, co może prowadzić do impulsywnych działań czy konfliktów społecznych.

Wiele pacjentów z zaburzeniami osobowości nie mają świadomości tego faktu, że cierpią na tę chorobę lub nie chcą szukać pomocy w wyniku trudności przy zaakceptowaniu swojego stanu. Jednakże, dzięki odpowiedniej terapii, osoby te mogą opanować przeciwdziałanie objawom, a także poprawić jakość swojego życia oraz relacje interpersonalne.

## **Przyczyny**

Przyczyny antyspołecznego zaburzenia osobowości (ASPD) skomplikowane nadto obejmują wiele czynników, np. genetyczne, biologiczne, środowiskowe wraz psychospołeczne. Nie ma jednej jasnej przyczyny, ale wiele czynników może pobudzać ich progres.

* Czynniki genetyczne i biologiczne. Badania wskazują, że zaburzenia mają pewien stopień dziedziczności, co oznacza, że ludzie chorzy wielokrotnie mają krewnych z podobnymi zaburzeniami. Badania sugerują również, że zaburzenia osobowości mogą być spowodowane różnymi czynnikami biologicznymi, takimi jak dysfunkcje mózgowe, dysfunkcje hormonalne czy układu nerwowego.
* Czynniki środowiskowe i psychospołeczne. Czynniki środowiskowe, takie jak stres, traumatyczne doświadczenia lub trudne warunki życiowe, mogą również być przyczyną rozwoju zaburzeń. Wczesne doświadczenia, takie jak zaniedbania, przemoc albo utrata kogoś bliskiego, mogą prowadzić do długotrwałego rozwoju tych zaburzeń. Czynniki psychospołeczne, np. brak stabilności emocjonalnej, niezaspokojone potrzeby, czy negatywne wzorce relacji interpersonalnych, również mogą przyczynić się do rozwoju zaburzeń.

## **Objawy zaburzeń osobowości**

Dla ASPD charakterne są pewne specyficzne objawy, które różnią się w zależności od rodzaju zaburzenia. Poniżej przedstawiamy kilka ogólnych objawów:

* Konflikty interpersonalne: osoby częstokrotnie mają brak umiejętności nawiązywania kontaktów i utrzymywaniu zdrowych relacji z innymi ludźmi. Nie mają zaufania do innych, nie odczuwają empatii oraz nie okazują szacunku.
* Stabilność emocjonalna: osoby zmagające się z tym zaburzeniem nierzadko doświadczają silnych i niestabilnych emocji, takich jak lęk, gniew, smutek czy euforia. Mogą mieć niezdolność do kontrolowania tych emocji i wyrażania ich w sposób odpowiedni do sytuacji.
* Zachowania impulsywne: osoba wykazuje skłonność do podejmowania nieprzemyślanych decyzji, takich jak nadużywanie substancji, niebezpieczne zachowania seksualne, ewentualnie przemoc fizyczna, również podejmowanie decyzji bez uwzględnienia konsekwencji.
* Poczucie pustki albo osamotnienia: osobie często towarzyszy uczucie pustki, samotności, bądź braku sensu życia- to jedna z charakterystycznych cech. Osoby mogą odczuwać potrzebę ciągłego stymulowania się, aby uniknąć tych uczuć.
* Niemożność kontrolowania swojego postępowania: brak umiejętności kontrolowania impulsów swojego zachowania w sposób odpowiedni do sytuacji. Osoby reagują na drobne stresory zbyt intensywnie czy odstępują od sytuacji, które powodują niepokój czy lęk.

##  **Rodzaje ASPD**

Rodzaje zaburzeń są złożonym zagadnieniem w dziedzinie psychologii. Wyróżniamy wiele różnych typów zaburzeń, gdzie każde ma inne objawy a także skutki dla jednostki. Oto kilka najczęściej spotykanych:

1. Jednym z najczęściej spotykanych jest zaburzenie borderline. Osoby zmagające się z tym rodzajem zaburzenia systematycznie doświadczają silnych wahań nastroju, a ich relacje społeczne są bardzo niestabilne. Mogą również doświadczać lęków, depresji ponadto problemów z kontrolą impulsów.
2. Innym rodzajem jest zaburzenie narcystyczne. Charakterystyczne cechy to silna potrzeba uznania i uwagi innych, a także przekonanie o własnej wyjątkowości. Regularnie ludzie z tym rodzajem zaburzeń ASPD są skłonne  do ignorowania potrzeb i uczuć innych osób, a co więcej skłonni do manipulowania nimi, aby osiągnąć własne cele.
3. Zaburzenie histrioniczne to kolejny rodzaj. Osoby dotknięte tym zaburzeniem odczuwają silne potrzeby emocjonalne i są skłonne do dramatyzowania swoich doświadczeń. Mogą również wykazywać zachowania flirtujące nadto ekscentryczne, aby przyciągnąć uwagę innych ludzi.
4. Zaburzenie paranoidalne cechuje nieuzasadnione podejrzliwe podejście do innych ludzi, które polega na przekonaniu, że inni próbują ich skrzywdzić albo oszukać. Jednostki tego zaburzenia niejednokrotnie odczuwają silny niepokój i podejrzliwość wywołującą lęk.
5. Zaburzenie schizoidalne obejmuje wycofanie społeczne równocześnie ograniczenie kontaktów międzyludzkich. Osoby rzadko doświadczają pozytywne emocje towarzyszące aktywnościom społecznym, przy tym wiele razy postrzegane jako zimne lub odległe.
6. Zaburzenie zależne ma charakter silnej potrzeby zależności od innych ludzi, a także trudności decydowania czy funkcjonowania samodzielnego. Osoby mające tego typu zaburzenie często boją się porzucenia, oraz ciągle szukają wsparcia ze strony innych, szukają ciągłego wsparcia ze strony innych.
7. Zaburzenie unikowe (zaburzenie unikania) polega na unikaniu sytuacji społecznych również nawiązywaniu, a także pielęgnowaniu relacji interpersonalnych. Osoby przy tym odczuwają silny lęk i niepewność społeczna.

## **Leczenie zaburzeń osobowości**

Leczenie jest procesem skomplikowanym i długotrwałym tego długotrwałym. W terapii poznawczo-behawioralnej kluczowe znaczenie ma praca z myślami i zachowaniami związanymi z chorobą. Oba te podejścia opierają się na dialogu terapeutycznym. Chociaż ASPD są trudne do leczenia, to terapia może pomóc pacjentowi zrozumieć i poradzić sobie z ich objawami.

W terapii poznawczo-behawioralnej kluczowe znaczenie ma praca z myślami i zachowaniami, które są związane z chorobą. Terapeuta pomaga pacjentowi przy identyfikacji myśli, oraz więcej, przekonań, które wpływają na jego emocje i zachowania, a nawet na zmianę tych myśli na bardziej realistyczne i konstruktywne. Pacjent dodatkowo zdobywa umiejętności samoregulacji emocji oraz regulacji swojego zachowania, adekwatnej do danej sytuacji.

W przypadku terapii psychodynamicznej kumulują się podczas pracy nad emocjami i przeszłymi doświadczeniami, które wpływają na funkcjonowanie osoby poszkodowanej zaburzeniem. Lekarz pomaga pacjentowi w identyfikacji, zrozumieniu traum oraz poradzeniem sobie z niepokojem emocjonalnym spowodowanym przeszłością, które wpłynęły na rozwój jego osobowości. Pacjent uczy się również pokonaniu obecnych trudności, emocji poprzez zrozumienie ich źródeł, pracy nad akceptacją, a także zmiany sposobu radzenia sobie.

W niektórych przypadkach stosowane są także farmaceutyki psychotropowe, takie jak leki przeciwdepresyjne, stabilizatory nastroju lub leki przeciwlękowe, które pomagają w łagodzeniu objawów.