

# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## بیماری اختلال شخصیت

## خودشیفته و علل آن



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## مقدمه

### اختلال شخصیت خودشیفته چیست؟

اختلال شخصیت خودشیفته یکی از انواع مختلف اختلالات شخصیت است. نوعی اختلال روانی که در آن فرد دارای حس خود بزرگ بینی است. توجه و تحسین بیش از حد نسبت به خود دارد. همدلی اش با دیگران ضعیف است و دارای روابط آشفته ای است. این افراد دارای اعتماد به نفس کاذبی هستند که در زیر نقاب اعتماد به نفس بالا، عزت نفسی شکننده نهفته است که در برابر کوچکترین انتقادی آسیب پذیر هستند.

این افراد همیشه خواهان تعریف و تمجید دیگران از خود هستند و اگر از آنها تعریف و تمجید نشود، ناراحت و ناراضی می شوند. دیگران شاید آنها را افرادی مغرور و لوس بدانند و احساس خوبی از بودن در کنارشان نداشته باشند.

اختلال شخصیت خود شیفته باعث ایجاد مشکلات در بسیاری از زمینه های زندگی از جمله، روابط، کار، زندگی شخصی می شود. اگر به این افراد توجه نشود یا مورد لطف و تحسین قرار نگیرند، تبدیل به افراد غیر قابل تحملی می شوند که ممکن است رفتاری از آنها سر بزند که باعث رنجش نزدیکان و دوستانشان شود.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



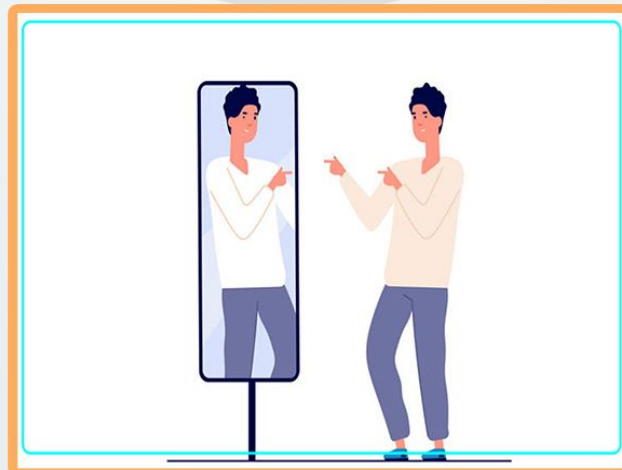
# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## علائم اختلال شخصیت خودشیفته

این افراد معمولاً مغرور و خود محور به نظر می‌رسند. آنها اعتقاد دارند که یک سر و گردن از دیگران بالاتر هستند. افراد دارای اختلال شخصیت خودشیفته به سختی می‌توانند احساسات خود را مدیریت کنند. در برابر انتقاد به شدت واکنش نشان می‌دهند. این افراد ممکن است رفتارهای تکانشی مانند رابطه جنسی پر خطر و قمار انجام دهند. شاید در ظاهر به نظر برسد که این افراد از اعتماد به نفس بالایی برخوردارند ولی کاملاً برعکس است. این افراد دارای عزت نفس بسیار شکننده‌ای هستند. آنها همیشه می‌خواهند که در راس هر کاری دیده شوند و برتر از دیگران باشند.

اختلال شخصیت خودشیفته معمولاً در اوایل بزرگسالی ظاهر میشود. شدت علائم در اختلال شخصیت خودشیفته از فردی به فرد دیگر می‌تواند متفاوت باشد.



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

## کمیته آموزش و پژوهش

افراد مبتلا به این اختلال می توانند ویژگی های زیر را داشته باشند

- اهمیت دادن به خود به صورت اغراق آمیز
- خود را مستحق تحسین مداوم و بیش از حد دانستن
- رویای داشتن موفقیت، قدرت، درخشش، زیبایی و همسر ایده آل
- به دیده تحقیر نگرستن به افراد رده پایین اجتماعی
- توقع پذیرفته شدن بی چون و چرای انتظار اتشان
- استفاده کردن از دیگران به عنوان وسیله برای رسیدن به مقاصد خود
- بی اهمیت و کوچک شمردن نیازها و احساسات دیگران
- حسادت به دیگران و اعتقاد به اینکه دیگران به آنها حسادت می کنند
- داشتن رفتاری متکبرانه توأم با خودستایی و ادعا
- نسبت به انتقاد بسیار حساس و زودرنج بودن
- بی تاب و عصبی شدن، در صورت طولانی شدن درمان
- با وجود داشتن مشکلات بین فردی فراوان بسیار بی تفاوت و خونسرد هستند
- واکنش همراه با عصبانیت و پرخاشگری تا خود را برتر و فرد مقابل را حقیر جلوه دهند

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

- مشکل در تنظیم احساسات و رفتار
- مشکل در مواجهه با استرس و پذیرش تغییرات
- داشتن احساسات نهفته مانند ناامنی، شرم، آسیب پذیری و حس حقارت
- اغراق در صمیمیت با دیگران به ویژه افراد ثروتمند و خاص
- بزرگنمایی دستاورد های خود و کوچک شمردن دستاوردهای دیگران
- عدم توانایی یا عدم تمایل به شناسایی احساسات یا نیازهای دیگران
- شاخ و برگ دادن به مشکلات خود و عدم علاقه به شنیدن مشکلات دیگران

## علل اختلال شخصیت خودشیفته

بر اساس تحقیقات انجام شده، ژنتیک می تواند نقش زیادی در ایجاد این اختلال داشته باشد



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

**عوامل محیطی** نیز می توانند تاثیر زیادی در شکل گیری این اختلال داشته باشند **مانند :**

- مورد سوء استفاده یا بی توجهی قرار گرفتن در دوران کودکی
- اهمیت بیش از حد به کودک و نازپرورده بار آوردن او
- انتظارات غیر واقعی والدین
- بی قید و بندی در امور جنسی (اغلب با خودشیفتگی همراه است).
- تاثیرات فرهنگی

## تشخیص اختلال شخصیت خودشیفته

تشخیص اختلال شخصیت خودشیفته چالش بر انگیز است چرا؟

۱- چون می تواند با انواع دیگر اختلالات شخصیت همپوشانی داشته باشد  
ممکن است فرد همزمان به اختلال شخصیت خودشیفته و اختلال دیگری نیز مبتلا باشد.

۲- ممکن است فردی که به اختلال شخصیت خود شیفته مبتلا است، قادر به تشخیص این موضوع نباشد که مشکلات زندگی اش ناشی از رفتار خود اوست و در عوض به سرزنش دیگران بپردازد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

## کمیته آموزش و پژوهش

۳- ممکن است فرد مبتلا به اختلال شخصیت خود شیفته نسبت به انتقاد و یا ضعف های خود، بسیار حساس باشد. این امر باعث می شود که دیگران نتوانند در مورد رفتار او و اینکه این رفتار تا چه اندازه می تواند آسیب زننده باشد با او صحبت کنند

برای تشخیص اختلال شخصیت خودشیفته حداقل پنج مورد از معیارهای زیر ضروری است :

- تمایل به بزرگ نمایی
- اشتغال ذهنی بی حد و حصر در مورد قدرت، استعداد، زیبایی یا عشق ایده آل
- اعتقاد به منحصر به فرد بودن خود
- نیاز به تحسین بیش از حد
- توقعات و انتظارات نابجا در پیشرفت و ادامه درمان
- سوء استفاده از دیگران برای رسیدن به اهدافشان
- عدم همدلی و تمایل به درک احساسات و نیازهای دیگران
- حسادت به دیگران و در عین حال اعتقاد به اینکه دیگران به آنها حسادت می کنند
- داشتن رفتارهای متکبرانه

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## پیشگیری از اختلال شخصیت خودشیفته

از آنجایی که علت اختلال شخصیت خودشیفته ناشناخته است راه معینی برای پیشگیری از آن وجود ندارد. با این حال موارد زیر ممکن است کمک کننده باشد:

- اطلاع از مشکلات روحی روانی کودکان و اقدام سریع برای معالجه آن
- شرکت در کلاسهای خانواده درمانی، تا بتوانید روشهای سالم مقابله و کنار آمدن با مشکلات عاطفی را بیاموزید
- شرکت در کلاسهای فرزند پروری
- در صورت نیاز می توانید از درمانگران یا مددکاران اجتماعی راهنمایی بگیرید

**نکته:** اختلال شخصیت خودشیفته در **مردان بیشتر از زنان** مشاهده می شود. این اختلال اغلب در نوجوانی یا اوایل بزرگسالی آغاز می شود. به خاطر داشته باشید که شاید بعضی از کودکان دارای صفت خودشیفتگی باشند ولی این به معنی داشتن اختلال شخصیت خودشیفته نمی باشد.



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)





# گروه مردمی مجنا

## کمیته آموزش و پژوهش

برخی از محققان تصور می کنند که در کودکان آسیب پذیر از نظر بیولوژیکی و نیز سبک های فرزندپروری که در آن بیش از حد از کودک مراقبت و حمایت می شود یا آنکه به کودک اهمیتی داده نمی شود، امکان بروز این اختلال بیشتر است .

برای کسانی که با افراد مبتلا به اختلال شخصیت خود شیفته در ارتباط هستند، نکات زیر میتواند کمک کننده باشد :

- حمایت دوستان و اعضای خانواده را برای شخص فراهم نمایید
- هنگام صحبت با فرد دارای اختلال شخصیت خودشیفته، آرامش خود را حفظ کنید
- شخص را به گروه های حمایتی که شامل سایر افراد دارای این اختلال هستند متصل کنید
- به یاد داشته باشید که اگر فرد مبتلا به این اختلال متوجه رفتارهای مشکل ساز خود نشود، انگیزه کمتری برای گرفتن کمک خواهد داشت

انواع اختلال ها و درمان آن در سایت رسمی گروه مردمی مجنا

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)

