



Poruchy osobnosti

PhDr. Michaela Peterková, www.psyx.cz

Osobnost člověka je soubor jeho vlastností a schopností - tedy povaha plus to, co člověk umí nebo k čemu má předpoklady (řeč je o duševních schopnostech). V běžné řeči se pojem "osobnost" používá pro lidi nějak význačné, v psychologii je osobností každý. A každý z nás je v tomto smyslu originál - neopakovatelná, zcela jedinečná osobnost.

Jako všechno, tak i osobnost se může "porouchat" - **poruchy osobnosti jsou určité odchylky ve vlastnostech od zdravé stavby osobnosti**. Norma je přitom velmi široká - je zcela legitimní být extrovert i introvert, v normě je do určité míry i přecitlivělost nebo naopak pevná emoční stabilita.

Každá lidská vlastnost má dva póly a je zcela v pořádku být uprostřed, vpravo i vlevo. Jen záleží na tom, jak moc vpravo či vlevo člověk je. Jako příklad vezměme třeba takovou asertivitu. Kdo je v asertivitě uprostřed, je zdravě asertivní, kdo je v této vlastnosti slabší, je poddajný, a kdo se prosazuje velmi silně, je agresivní. Poddajnost a agresivita jsou tedy dva póly téže vlastnosti. Opět - norma je velmi široká: jsou lidé mírní, kteří raději ustoupí, a jsou takoví, kteří svá práva prosazují velmi intenzivně. Když je ale člověk poddajný příliš a stále ustupuje, protože se bojí, aby neztratil svého partnera, můžeme už mluvit o poruše osobnosti (v tomto konkrétním příkladě jde, se značným zjednodušením, o závislou poruchu osobnosti). A na druhém pólu - když někdo stále prosazuje svou všemi prostředky, včetně násilí, a bez ohledu na druhé, opět jsme na území poruchy osobnosti (disociální poruchy osobnosti).

Po poruchu osobnosti je typické to, že je trvalá a její projevy jsou součástí charakteru člověka. Diagnostikovat ji lze až v dospělosti, protože až tehdy je osobnost hotová; do té doby se vytvářejí předpoklady pro budoucí chování a prožívání, nicméně u mnohých lidí, jejichž osobnost bude v dospělosti označena jako porušená, se určité typické projevy objevují už v dětství.

Protože jde o součást povahy člověka (navíc součást často vrozenou), jsou **poruchy osobnosti z principu nevléčitelné**. Například taková deprese je obvykle přechodný stav, jehož podkladem je nedostatek určitých chemických látek (serotoninu a/nebo noradrenalinu) v mozku. Když se jejich množství podaří navýšit, deprese mizí. Povaha člověka ale takto jednoduše určena není. Ze sebe se nikdo nevléčí. Zásadová beznaděť to ale není: kdo opravdu chce, může korigovat své projevy a určité změny v prožívání a chování přece jen dosáhnout.

Online testy na

www.psychotesty.psyx.cz

EQ-TEST



Test emoční inteligence Dokážete komunikovat s druhými, umíte správně odhadnout, jak se cítí? Vládnete svým emocím nebo ony ovládají vás?

OSPAT



Test typů a poruch osobnosti Jaké je celkové zaměření vaší osobnosti? Nemáte některé vlastnosti příliš silně nebo naopak příliš slabě vyvinuté?

BITEPT



Test psychických poruch Dělá vám starosti vaše psychika? Chcete pomoci odhadnout, jak jste na tom s duševním zdravím?

FULJOB



Test profesní orientace Na jakou školu nebo práci se hodíte? S jakou profesí ladí vaše osobnost?

MEMREX/COGIT



Test paměti a test mentálního výkonu. Jak funguje vaše paměť? Jak dobří jste v zapamatování a vybavení? Myslí vám to pružně, rychle a bezchybně? Neselháváte v pozornosti?

Online testy na

www.psychotesty.psyx.cz

Porucha osobnosti tedy není nemoc. Je to jakési ne úplně standardní "nastavení" osobnosti člověka.

Změna osobnosti

Trochu něco jiného, než porucha osobnosti, je změna osobnosti - to je vychýlení určité lidské charakteristiky následkem nějakého traumatu, dlouhodobého silného stresu a podobně. Změnu osobnosti je možné diagnostikovat u takového člověka, který byl do té doby, pokud jde o osobnost, zcela v normě. Změny osobnosti mohou být přechodné (např. pro určitým úrazu nebo otravě) i trvalé (po extrémně negativním zážitku jako je např. mučení nebo pobyt v koncentračním táboře, dále po nevratném poškození mozku, u demencí apod.).

Příčiny poruch osobnosti

Existují dvě základní skupiny příčin vzniku poruch osobnosti: jde o **genetické vlivy** a **psychosociální vlivy** (výchova, životní okolnosti a jejich zpracování člověkem). Předpokládá se, že genetické příčiny jsou jednoznačně na prvním místě. Ovšem u některých poruch, typicky u hraniční nebo histrionské poruchy osobnosti, je zřejmě poměrně vysoký podíl výchovných přístupů a životních okolností v raném věku vůbec. Obvykle se u vzniku poruchy osobnosti kombinují jak genetické, tak psychosociální vlivy.

Typické znaky poruch osobnosti

Jak se pozná, zda je daná osobnost ještě v mezích normy nebo už za těmito mezemi? Tady je to poměrně snadné - **o poruchu osobnosti jde tehdy, když člověku jeho osobnost znemožňuje normální fungování.** Když tedy člověk sám trpí svými povahovými vlastnostmi a/nebo jimi trpí jeho okolí, lze uvažovat o poruše osobnosti. Mezistupeň mezi normou a poruchou osobnosti je tzv. **akcentovaná osobnost.** Člověk s akcentovanou osobností má určité povahové rysy zvýrazněné, ale ještě ne natolik, aby se dalo mluvit o poruše osobnosti.

Pro lidi s narušenou osobností je typické, že **opakují stále stejné způsoby chování, i když se v minulosti stokrát přesvědčili, že tyto vzorce nefungují.** Člověk se zdravou osobností se poučí, že jeho chování nikam nevede, a toto chování změní; člověk s narušenou osobností své chování, ani když vede k opakovaným nepříjemnostem a neúspěchům, nemění. Například člověk s paranoidní osobností prohledal svému partnerovi tisíckrát mobil, jestli si nepíše s někým jiným, nikdy nic nenašel, ale podezření má dál a dál mobil zbytečně prohledává.

Lidé s poruchou osobnosti jsou také **zvýšeně psychicky zranitelní - mají tzv. nízkou frustrační toleranci.** Jinými slovy, **moc nevydrží - rozhodí je i relativní banalita a jejich nevhodné návyky v chování se projeví i v malé zátěži.** Například člověk se závislou osobností se hroutí, pokud mu jeho milovaný protějšek nevezme telefon po prvním zazvonění. Po deseti minutách, kdy se nemůže dovolat, má vymyšleno několik extrémně nepříjemných scénářů, co se asi mohlo stát, a prožívá silný

Online programy proti úzkosti a depresi

* zbavte se svých potíží z pohodlí svého domova

* zcela anonymní

* potřebujete jen zájem a internet



www.velka.zlutasova.cz

Test duševního zdraví - MENFIT

* posuzuje pozitivní i negativní vlivy na vaši psychiku

* zjišťuje možný výskyt nejčastějších psychických poruch

www.psychonet.cz

Stáhněte si relaxaci v mp3

* relaxační metody pomáhají proti úzkosti, stresu, při potížích se spánkem a jiných problémech

www.relaxace.psychoweb.cz

Inteligentní test osobnosti IES



* hodnotí 14 klíčových lidských vlastností

* podrobné vyhodnocení bez čekání, ihned

www.psychonet.cz

strach z opuštění.

Nevhodné chování lidí s poruchami osobnosti se má někdy tendenci zesilovat, i když jejich okolí reaguje negativně. Zdravý člověk, který "ujede" a dostane negativní zpětnou vazbu od druhých lidí, se vrátí ke svému běžnému jednání, ale člověk s narušenou osobností na tuto negativní zpětnou vazbu reaguje spíše zesílením nevhodného chování. Když je tedy paranoik svým partnerem přistižen při prohledávání mobilu, nezastydí se, ale své úsilí něco vypátrat ještě zvýší, protože "proč by mu tolik vadilo, že se mu dívám do mobilu, když nikoho neměl?".

Poruchy osobnosti se dříve nazývaly "psychopatie". Na pojmu samotném není nic špatného, jde o složeninu, která má význam zhruba "chorobná psychika". Pojem "psychopat" se ale v běžné řeči usídlil jako nadávka a byl proto nahrazen pojmem "porucha osobnosti".

Lidé s poruchami osobnosti jakožto partneři

Jak se žije s lidmi s poruchou osobnosti v partnerských vztazích? Předně záleží na tom, v jaké síle se příznaky poruch osobnosti vyskytují. Jsou-li hodně silné, pak je to těžké. Jsou-li slabší, soužití s mnoha specifickými osobnostmi (např. schizoidní, anankastickou, anxiózní nebo závislou) může být naprosto funkční, bez větších obtíží. Pro partnerství se bohužel moc nehodí lidé s paranoidní, disociální a histrionskou osobností.

V každém případě platí, že lidé s výraznou osobností jsou důležitou součástí společnosti. I oni jsou neopakovatelní, jako každý, a mnozí z nich dosahují velkých úspěchů v různých oblastech.

Přehled základních poruch osobnosti:

Paranoidní porucha osobnosti

Schizoidní porucha osobnosti

Disociální porucha osobnosti (též Dissociální porucha osobnosti, antisociální osobnost nebo sociopatie)

Emočně nestabilní porucha osobnosti - impulzivní typ

Emočně nestabilní porucha osobnosti - hraniční typ

Histrionská porucha osobnosti

Anankastická porucha osobnosti

Anxiózní (vyhýbavá) porucha osobnosti

Závislá porucha osobnosti

Další specifické poruchy osobnosti:

Nezdrženlivá osobnost (Haltlos osobnost)

Pasivně-agresivní osobnost

Toto jsou poruchy osobnosti podle manuálu Mezinárodní klasifikace nemocí MKN-10 / ICD-10. V USA se používá klasifikace DSM-IV a ta uvádí trochu jiný výčet poruch osobnosti. Navíc je tam:

Schizotypální porucha osobnosti

Kurzy základů psychologie přes internet

* z každého se může stát dobrý psycholog-amatér

* kurzy pro každého, kdo se o psychologii "jen" zajímá a pro uchazeče o studium psychologie



www.chytra.zlutasova.cz

Psychologické testování pro firmy a personalisty

* zjistíte schopnosti a vlastnosti svých zaměstnanců a uchazečů o práci

* profesionální testy za minimální ceny

* online a s výsledky ihned



www.profi.psychonet.cz

Test duševního zdraví - MENFIT

* posuzuje pozitivní i negativní vlivy na vaši psychiku

* zjišťuje možný výskyt nejčastějších psychických poruch

www.psychonet.cz

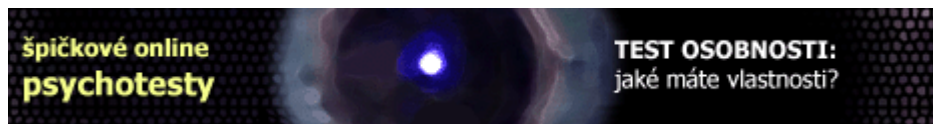
Dysforická porucha osobnosti

Narcistická porucha osobnosti

Obsedantně-kompulzivní porucha osobnosti, která ovšem odpovídá výše jmenované anankastické osobnosti.

OSPAT - online test poruch a typů osobnosti na www.psychotesty.psyx.cz

autor: PhDr. Michaela Peterková, www.psyx.cz



www.psychotesty.psyx.cz

Psychologie na internetu:

www.psychotesty.psyx.cz > online psychologické testy

www.psyhoweb.cz > články z psychologie, výtahy z knih

www.psychnet.cz > inteligentní testy osobnosti

www.profi.psychnet.cz > psychologické testy pro firmy a personalistiku

www.velka.zlutasova.cz > online programy proti depresi a úzkosti

www.chytra.zlutasova.cz > kurzy základů psychologie přes internet

www.relaxace.psyhoweb.cz > relaxace v mp3 ke stažení

www.psyx.cz > testy, poradna, hypnóza

Online testy na

www.psychotesty.psyx.cz

EQ-TEST



Test emoční inteligence Dokážete komunikovat s druhými, umíte správně odhadnout, jak se cítí? Vládnete svým emocím nebo ony ovládají vás?

OSPAT



Test typů a poruch osobnosti Jaké je celkové zaměření vaší osobnosti? Nemáte některé vlastnosti příliš silně nebo naopak příliš slabě vyvinuté?

BITEPT



Test psychických poruch Dělá vám starosti vaše psychika? Chcete pomoci odhadnout, jak jste na tom s duševním zdravím?

FULJOB



Test profesní orientace Na jakou školu nebo práci se hodíte? S jakou profesí ladí vaše osobnost?

MEMREX/COGIT



Test paměti a test mentálního výkonu. Jak funguje vaše paměť? Jak dobří jste v zapamatování a vybavení? Myslí vám to pružně, rychle a bezchybně? Neseháváte v pozornosti?

Online testy na

www.psychotesty.psyx.cz