

តើអ្វីជាវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ?

(What is a personality disorder?)



តើវិបល្លាសផ្លូវចិត្តជាអ្វី?

មនុស្សម្នាក់ៗមានបុគ្គលិកលក្ខណៈពិសេស ដែលបង្ហាញពីចរិតលក្ខណៈរបស់គេ។ ទាំងនេះជាទម្លាប់ធម្មតាដែលមនុស្សម្នាក់គិតនិងប្រព្រឹត្ត ដែលបង្កើតឡើងនូវភាពមានតែមួយគត់របស់ពួកយើងម្នាក់ៗ។

បុគ្គលិកលក្ខណៈក្លាយជាវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ នៅពេលទម្លាប់នៃការគិត និងអាកប្បកិរិយាមិនបត់បែននិងមិនប្រែប្រួល មានហួសប្រមាណពេក។ នេះអាចបង្កើតនូវការរំខានធ្ងន់ធ្ងរដល់ជីវិតគេ ហើយជាញឹកញយកើតឡើងនូវកិច្ចភ័យខ្លាចដល់គេផ្ទាល់ និងអ្នកដទៃ។

វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈចាប់ផ្តើមឡើងតាំងពីកុមារភាពចេញដល់ភាពពេញវ័យ។ ជាទូទៅវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈមិនបង្ហាញឃើញឲ្យពិតពិតហើយខុសពីវិបល្លាសមួយទៅមួយទៀត។ បន្ទាត់ព្រំដែនរបស់វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈកើតមានប្រហែលលើមនុស្សម្នាក់ក្នុង 100 នាក់។

ខណៈដែលបុគ្គលិកលក្ខណៈមានការពិបាកនឹងផ្លាស់ប្តូរ ជាមួយការព្យាបាលឲ្យបានទាន់ពេលនិងសាកសម មនុស្សដែលមានវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈអាចរស់នៅយ៉ាងមានខ្លឹមសារនិងសម្បូរផល។



តើអ្វីជាប្រភេទម្បងនៃវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ?

ប្រភេទរបស់បុគ្គលិកលក្ខណៈមានទំហំយ៉ាងធំទូលំទូលាយ។ ទាំងអស់នេះមានជាប់ទាក់ទងនឹង ភាពប្រឺតប្រែក តែគំរូនិយាមថ្មីដែលបានន័យថា ក្នុងចរិតនិងគំនិតជាភស្តុតាងជាក់ស្តែងដែលបង្ហាញឡើងវិសិដ្ឋតែគ្រប់ទស្សនៈវិស័យរបស់ជីវិតមនុស្សម្នាក់។

- វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈមានបីក្រុម៖
- វិបល្លាសដែលខុសធម្មតា ឬធម្មតា
- វិបល្លាសនៃការរំភើបចិត្តបុរាណមូលដ្ឋានទៀងទាត់ និង
- វិបល្លាសអន្តរាស្រ័យខ្លះៗ ប្រភេទវិបល្លាសមានដូចតទៅ៖

វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ប៉ារ៉ាណូដ’ (Paranoid personality disorder)

គឺជាការប្រែកប្រែក ដែលបណ្តាលឲ្យមានការមិនទុកចិត្ត និងមន្ទិលសង្ស័យទៅលើ អ្នកដទៃ ដូច្នេះហើយចិត្តបម្រើរបស់ពួកគេក្នុងបំណងអ្វីមួយត្រូវបានអ្នកដទៃបកស្រាយថាជារំលោភពិការក្នុងសុខុមាលភាពទៅវិញ។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ស្ថិតហ្សូដ’ (Schizoid personality disorder)

ជាកំរូប្រឺតប្រែកពីភាព ផ្តាច់ខ្លួនពីសង្គម ហើយហាមឃាត់ខ្លួនឯងពីការបញ្ចេញទឹកចិត្ត និងអារម្មណ៍ទាំងឡាយក្នុងការប្រស្រ័យទាក់ទងនឹងបុគ្គល។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ស្ថិតហ្សូតថេផល’ (Schizotypal personality disorder)

ជាកំរូប្រឺតប្រែកពីកង្វះខាតនូវការប្រស្រ័យទាក់ទងនឹងបុគ្គលនិងសង្គម បាន បង្ហាញឲ្យឃើញនូវការមិន

ស្រួលចិត្តខ្លាំង ព្រមទាំងបន្ថយលទ្ធភាពចំពោះទំនាក់ទំនងដិតដល់ស្និទ្ធិ។ វាក៏មានលក្ខណៈបញ្ជាក់ដោយការគិតការដឹងយល់ និងពិបាកប្រកួតប្រជែង។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘អេនតីសូស្យល’ (Antisocial personality disorder)

ជាកំរិតប្រកួតប្រជែងពីការមិនគោរព និងបំពានសិទ្ធិរបស់អ្នកដទៃ។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ហ៊ីសទ្រីអ៊ីស្ទិក’ (Histrionic personality disorder)

ជាកំរិតប្រកួតប្រជែង ពីការរំលោភចិត្តហួសប្រមាណ និងការស្វែងរកការយកចិត្តទុកដាក់។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ណាស៊ីស៊ីស្ទិក’ (Narcissistic personality disorder)

ជាកំរិតប្រកួតប្រជែង ព្រៃភាពសម្រើមហួសហេតុ (ក្នុងពិបាកប្រកួតប្រជែង) ត្រូវ ការការកោតសរសើរ ហើយខ្លះការយល់ចិត្តគេ។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘អវិជ្ជមាន’ (Avoidant personality disorder)

ជាកំរិតប្រកួតប្រជែងភាព អល់ដកនឹងសង្គម និងមានអារម្មណ៍ខ្លះខាត និងមានការរំលោភ ហួសហេតុទៅនឹងការវាយតម្លៃដែលអវិជ្ជមាន។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ឌីផេនដង់ស៊ីវ’ (Dependent personality disorder)

ជាការប្រកួតប្រជែង ដែលត្រូវការត្រូវគេមើលថែទាំហួសហេតុ សំព្រឹកមានពិបាកប្រកួតប្រជែង ងាយនឹងស្តាប់បង្គាប់ តោងស្អិត និងវិបល្លាសការប្តូរចិត្ត។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘អូបសេសស៊ីវ-កំប្តាបស៊ីវ’ (Obsessive-compulsive personality disorder) ជាកំរិតប្រកួតប្រជែង

ពីការខ្វល់ខ្វាយទៅលើរបៀបរបប សុក្រិតនិយមនិងដាក់កិត្តិយស ទំនាក់ទំនងរវាងបុគ្គល លើការបត់បែន ការបើក ចំហនិង សមត្ថភាព។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘បរដីឡាញ’ (Borderline personality disorder)

ជាកំរិតប្រកួតប្រជែងពី អស្ថេរភាពចំពោះទំនាក់ទំនងរវាងបុគ្គល រូបរាង អារម្មណ៍និង គ្រប់គ្រងលើទឹកចិត្តចរន្ត។

ការស្វែងយល់អំពីវិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘បរដីឡាញ’ ជាការ សំខាន់ក្រៃលែង ពីព្រោះវាអាចធ្វើឱ្យមានគំនិតស៊ីធីយខុសទៅជាជម្ងឺ ផ្លូវចិត្តដទៃ ជាពិសេសគឺអារម្មណ៍មិនរៀបរយ។

អ្នកដែលមានវិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘បរដីឡាញ’ ទំនងជា មាន:

- អារម្មណ៍យោកយោល
- កំហឹងមិនសមរម្យ ឬពិបាកនឹងទប់ទល់កំហឹង
- មនោសញ្ចេតនាទទេវ៉ាវៃ
- ពិបាកប្រកួតប្រជែងក្នុងការយកចិត្តទុកដាក់ ឬអំពើអន្តរាយ ដល់ខ្លួនឯងមានជាដួនៗ។
- អាកប្បកិរិយាចរន្តនិង បំផ្លាញខ្លួនឯង។
- គំរូទំនាក់ទំនងរវាងប្តីប្រពន្ធមិនរួចរាល់។
- ភាពមិននឹងរន្ធតែប្រកបខ្លួនឯងឬស្មោះត្រង់ មិនចេះអស់ មិនចេះហើយ។

- ភ័យខ្លាចត្រូវគេបោះបង់។
- រងការគំរាមកំហែងស្តីពីសុខភាពផ្លូវចិត្ត និងបាត់បង់ទំនាក់ទំនងជាមួយភាពប្រាកដនិយម។

បញ្ហាផ្លូវចិត្តកើតមានព្រមព្រាងជាមួយនឹង

វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ ជាញឹកញយកើតមានព្រមព្រាងនឹងជំងឺផ្លូវចិត្តដទៃទៀត។ សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីសុខភាពផ្លូវចិត្ត អានកូនសៀវភៅ តើអ្វីជាជំងឺផ្លូវចិត្ត? និងកូនសៀវភៅដទៃក្នុងលំដាប់បន្តនេះ។

ការប្រើគ្រឿងស្រវឹងនិងគ្រឿងញៀនដែលផ្តល់ទុក្ខទោស ជាញឹកញយកើតមានព្រមព្រាងនឹងវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ ជាពិសេសវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘បរដឺឡាញ’ ។ ដូច្នេះធ្វើឱ្យវិធី ព្យាបាលមានការស្មុគស្មាញ ហើយការគ្រប់គ្រងលើគ្រឿងស្រវឹងនិងគ្រឿងញៀនជាការសំខាន់។

តើអ្វីជាមូលហេតុនៃវិបល្លាស នៃបុគ្គលលក្ខណៈ?

វិបល្លាសបុគ្គលលក្ខណៈកើតមានពីកុមារភាព ហើយគំនិតនិងអាកប្បកិរិយាកាន់តែជិតជាប់រហូតពេញវ័យ។

វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈខ្លះក្នុងករណីបុរស (គឺមានវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘អេសទីសូស្យាល’ និងដទៃទៀតមានជាទូទៅក្នុងករណីស្ត្រី (គឺមានវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈបរដឺឡាញ) មនុស្សច្រើនដែលមានវិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ មិនបានស្វែងរកជំនួយរហូតដល់ប៉ុន្មានឆ្នាំបន្ទាប់ពីមានទុក្ខកង្វល់ បើសិនជាមានខ្លះ។ ទាំងនេះរួមផ្សំនឹងកង្វះខាតនូវការវិនិច្ឆ័យដែលពួកយើងបានដឹងអំពីមូលហេតុនិងកំណើតជំងឺនិងការលូតលាស់។

មូលហេតុផ្សេងៗលេចឡើងពីវិញ្ញាប្រភេទផ្សេងៗ របស់វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ។ យ៉ាងណាមិញដូចម្ល៉ឹងផ្លូវចិត្តភាគច្រើនដែលមូលហេតុបាក់ដូចជាស្មុគស្មាញ ផ្សំគ្នានឹងកត្តាពូជពង្សកំណើតកត្តាជីវិតមី បុគ្គលផ្ទាល់ ក្រុមគ្រួសារ និងកត្តាដែលពាក់ព័ន្ធនៅនឹងកត្តាបរិស្ថាន។

តើអ្វីជាបុព្វហេតុនៃវិបល្លាស ‘បរដឺឡាញ’?

វាបង្ហាញច្បាស់ពីការទោសនៃកើតមាន វិបល្លាសបុគ្គលលក្ខណៈ ‘បរដឺឡាញ’ មានតំណពិត្រួស។ ទាំងនេះស្រដៀងទៅនឹងការរំលោភកើតមានជំងឺដទៃទៀតដែរ ដូចជាជំងឺទឹកនោមផ្អែម និងជំងឺបេះដូង។

មានភស្តុតាងខ្លះដែលថា វិបល្លាសបុគ្គលលក្ខណៈ ‘បរដឺឡាញ’ ប្រហែលជាមានទាក់ទងទៅនឹងភាពមិនស្មើគ្នានៃសារធាតុគីមីក្នុងខួរក្បាល។ ការបំពានលើកុមារភាព ការធ្វេសប្រហែស និងការបំបែកកុមារពីផ្ទះផ្តល់ការថែទាំ ឬផ្អាកជាទីស្រឡាញ់ បានធ្វើឱ្យមានជំងឺថាជាកត្តារួមមួយផង ជាពិសេសការបំពាននិងតឹងតែងនៅតែមានជាបន្ត។

ស្រ្តីហាក់ដូចជាទំនងជាកើតមានវិបល្លាសនៃបុគ្គលលក្ខណៈ ‘បរដឺឡាញ’ ច្រើនជាងបុរស។

តើអ្វីជាព្យាបាលមានអ្វីខ្លះ?

លំដាប់នៃវិធីព្យាបាលមួយចំនួនកាន់តែលូតលាស់ឡើង។ ប្រភេទនៃវិធីព្យាបាលអាស្រ័យទៅលើប្រភេទរបស់វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈ។

វិបល្លាសនៃបុគ្គលិកលក្ខណៈច្រើនដែលមានទំនាក់ទំនងទៅនឹងជំងឺផ្លូវចិត្ត មិត្តិតតែអាកប្បកិរិយាជាទូទៅនៅតែមានជាបន្តនិងវាវែង។ ឧទាហរណ៍វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘រូបសេសស៊ីវ-កំប្លាស់ស៊ីវ’

មានទំនាក់ទំនងទៅនឹង វិបល្លាស ‘រូបសេសស៊ីរ៉ូ-កំបាល់ស៊ីរ៉ូ’ ។

វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘ស្ថិតហ្សូដិ’ មានទំនាក់ទំនងទៅនឹង ជំងឺប្រកខ្លែកស្នាមតី។ វិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘អាវូដីន’ មាន ទំនាក់ទំនងទៅនឹងជំងឺរោគខ្លាចសង្គម។ ដូច្នេះវិធីព្យាបាលស្រដៀង គ្នាប្រហែលជាយកមកប្រើ។

ចំពោះវិបល្លាសបុគ្គលិកលក្ខណៈ ‘បេដឺឡាញ’

វិធីព្យាបាលចិត្តរោគ

ជាមធ្យោបាយព្យាបាលចម្បង។ វិធីព្យាបាលដែលហៅថា ការ

ព្យាបាលវិចារណកប្បកិរិយា (Dialectical

behaviour therapy)

គឺជាសណ្ឋានព្យាបាលវិចារណកប្បកិរិយាស្នាមតី ដែល

សំដៅលើអារម្មណ៍ដែលមានភាពមិននឹងនឹងនិងភាពចន្ត។

វាបង្រៀនមនុស្សថា តើគ្រប់គ្រងឥទ្ធិសារម្ល៉ាត់ពួកគេចៀបណា

និងសិក្សារសារជាថ្មី នូវវិធីសាស្ត្រដើម្បីប្រតិបត្តិចំពោះមនុស្ស និង

ស្ថានភាព។

គោលសំខាន់មួយនៃវិធីព្យាបាលសំរាប់មនុស្សដែលមានវិបល្លាស

បុគ្គលលក្ខណៈ ‘បេដឺឡាញ’ គឺគ្រប់គ្រងអាកប្បកិរិយាបំផ្លាញខ្លួន

និងអត្ថបោក។ វិធី DBT បានបង្ហាញថាមានប្រសិទ្ធិភាពក្នុង

ការសង្គ្រោះទប់ទល់នឹងអាកប្បកិរិយាអត្ថបោកកម្ម។

ក្រុមគ្រួសារនិងមិត្តភក្តិរបស់អ្នកដែលមានវិបល្លាសបុគ្គលលក្ខណៈ

ជាញឹកញយអាចមានអារម្មណ៍ប្របួលប្របល់និងទុក្ខក្នុងរូប។

ការផ្គត់ផ្គង់និងការសិក្សា ជាមួយនឹងការយល់ដឹងពីសហគមន៍

ឲ្យកាន់តែប្រសើរជាផ្នែកសំខាន់មួយដល់វិធីព្យាបាល។

ខណៈដែលការយល់ដឹងរបស់យើងអំពីប្រសិទ្ធិភាពនៃវិធីព្យាបាល

វិបល្លាសនៃបុគ្គលលក្ខណៈកាន់តែចម្រើន ការព្យាបាលដែលមាន

ពីមុនៗមកក៏រកឃើញថាមានប្រសិទ្ធិភាពដែរ។



កន្លែងរកជំនួយ

- ផ្ទះបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក
- មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍របស់អ្នក
- មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាពផ្លូវចិត្តសហគមន៍របស់អ្នក

ចំពោះព័ត៌មាននិងកិច្ចបំរើ រីឯកសៀវភៅទូរស័ព្ទក្នុងតំបន់របស់អ្នក ក្រោមកិច្ចបំរើជំនួយសហគមន៍និងសុខុមាលភាព និងទូរស័ព្ទរ៉ាប់រង 24 ម៉ោង។

បើលោកអ្នកត្រូវការអ្នកបកប្រែភាសា សូមទាក់ទង (TIS)
(បកប្រែភាសាតាមទូរស័ព្ទ) លេខ 13 14 50.

ចំពោះជំនួយរ៉ាប់រងពីកិច្ចបំរើពិគ្រោះយោបល់ ទាក់ទង ទូរស័ព្ទ
ជីវិត 13 11 14 (Lifeline) ។
ជីវិតក៏អាចជួយផ្តល់នូវទំនាក់ ទំនង ព័ត៌មានបន្ថែមនិងជំនួយ។

ព័ត៌មានបន្ថែមក៏អាចរកបាននៅ៖

www.mmha.org.au
www.mifa.org.au
www.sane.org

Insert your local details here

អំពីសៀវភៅព័ត៌មាននេះ

សៀវភៅព័ត៌មាននេះជាផ្នែកបន្តរបស់សុខភាពផ្លូវចិត្តដែល
ខិតខំដោយរដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី ក្រោមផែនការណ៍សុខភាព
ផ្លូវចិត្តប្រចាំឆ្នាំ។

សៀវភៅភាគបន្តនៃទម្រង់ទាំង៖

- តើអ្វីជាសុខភាពផ្លូវចិត្ត?
- តើអ្វីជាប្រព័ន្ធប្រឹក្សាសុខភាព?
- តើអ្វីជាវិបល្លាសផ្លូវចិត្តដែលប្រើប្រាស់ខ្លួនឯង?
- តើអ្វីជាវិបល្លាសធ្លាក់ទឹកចិត្ត?
- តើអ្វីជាវិបល្លាសផែនការបរិភោគ?
- តើអ្វីជាប្រព័ន្ធប្រឹក្សាសុខភាព?

សៀវភៅព័ត៌មានដែលឥតប្រាក់ថ្លៃនេះអាចទទួលបានពី៖

សុខភាពផ្លូវចិត្តនិងកម្លាំងការងារ
វិស័យរបស់រដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី
ក្រសួងសុខាភិបាលនិងជំនាញ៖

(Mental Health and Workforce Division of
the Australian Government Department of
Health and Ageing)

GPO Box 9848
CANBERRA ACT 2601

ទូរស័ព្ទ 1800 066 247

ទូរសារ 1800 634 400

www.health.gov.au/mentalhealth

សំរាប់ព័ត៌មានចម្លងជាភាសាដទៃ សូមទាក់ទង៖

ពហុវប្បធម៌សុខភាពផ្លូវចិត្តអូស្ត្រាលីតាមទូរស័ព្ទ

លេខ (02) 9840 3333

(Multicultural Mental Health Australia)

MMHA Website: www.mmha.org.au

