



اختلالات روانی که پیش از «بله» گفتن سر سفره عقد باید بشناسید

# با اجازه مشاور، بله!

بهاره جالوند

و اطلاع آن به نامزد فرد از طریق روانپزشک ضروری است تا بعداً مساله‌ای پیش نیاید.

## همسر تان بدبین است؟

تشخیص اختلالات روانی پیش از ازدواج کار چندانی راحتی نیست و تازمانی که افراد با یکدیگر در قالب نامزدی وقت مشترک صرف نکنند، نمی‌توانند متوجه نشانه‌ها بشوند، مگر این که خود فرد بیمار به چیزی اشاره کند. یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که از نظر نباید دور بماند، اختلال شخصیت بدبین یا پارانوئید است. این اختلال روانی می‌تواند به زندگی مشترک افراد آسیب عمیق وارد کند. فرد مبتلا به این نوع اختلال روانی، به تمام رفتارها بدبین است و تصور می‌کند طرف مقابلش به او خیانت می‌کند. مشکلات این شخص به خصوص به قدری پیچیده می‌شود که همسر خود را آزار خواهد داد و حتی خانواده‌ها نیز می‌توانند درگیر این مساله شوند. این دسته از افراد عادت دارند به صورت مکرر، طرف مقابل خود را بررسی کنند و افراد این بررسی‌های توأم با بدبینی طرف مقابل شان را نباید به حساب دوست داشتن یا مورد توجه بودن بگذارند و باید از یک روانپزشک مشورت بگیرند. اختلال شخصیت بدبین، در تمامی اقشار جامعه با هر سطح خانوادگی و تحصیلی، می‌تواند دیده شود.

## این نشانه‌ها مهم هستند

از آنجا که ازدواج مساله مهمی است، نباید هیچ نشانه جدی‌ای را نادیده گرفت. برای مثال، چنانچه طرف مقابل دائماً صحبت‌های ناامید کننده داشته باشد و گریه‌های بی‌دلیل یا افکار مایل به خودکشی در او دیده شود، باید حتماً این مسائل را با روانپزشک در میان گذاشت. اضطراب و وسواس هم جزو مسائلی هستند که از کنارشان نباید به راحتی عبور کرد. وسواس می‌تواند در زندگی زناشویی مشکلات بسیار مهمی را ایجاد کند و باید حتماً این مساله تحت کنترل و درمان قرار بگیرد.

تصورش را کنید که با هزار ذوق و شوق، تصمیم به ازدواج با یک نفر می‌گیرید و همه چیز خوب پیش می‌رود تا این که با مشکلاتی مواجه می‌شوید. شخصی که می‌خواهید با او ازدواج کنید، دائماً کنترل می‌کند و اعتماد چندانی به هیچ چیز ندارد. به وفور عصبانی می‌شود، گاهی حوصله خودش را هم ندارد. انگار هیچ چیز مثل قبل نیست و شما حسابی نگران می‌شوید ولی نمی‌دانید دلایل این مشکلات چیست و دائم با خودتان فکر می‌کنید شاید شما مشکلی دارید. اگر جمله‌های یاد شده برایتان آشناست، باید این احتمال را بدهید که ممکن است طرف مقابل تان به یکی از اختلالات روانی مبتلا باشد. **دکتر محمدرضا شالبافان، روانپزشک و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران**، شما را با برخی از اختلالات روانی آشنا می‌کند.

## صداقت حرف اول را می‌زند

با توجه به این که حدود یک چهارم یا ۲۵ درصد افراد به بیماری‌های اعصاب و روان مبتلا هستند، ممکن است نگرانی‌هایی برای افراد در رابطه با سلامت روان در مساله ازدواج، به وجود بیاید. گاهی مشکلاتی که افراد دچار آن هستند، بیماری تلقی نمی‌شود ولی نباید آنها را مورد توجه قرار نداد اما مشکلات جدی‌تری هم می‌تواند وجود داشته باشد که بیماری به حساب می‌آید. تشخیص تمامی این موارد توسط افراد عادی امکان‌پذیر نیست به همین دلیل افراد پیش از ازدواج باید آگاهی‌های لازم را کسب کنند و از روانپزشک کمک بگیرند. علاوه بر این، آن دسته از افرادی که به بیماری اعصاب و روان مبتلا هستند و قبلاً سابقه بستری داشته‌اند یا دارو مصرف می‌کردند، باید قبل از ازدواج و عقد، به نامزدشان بگویند. برای این منظور، مراجعه به روانپزشک و ثبت مشکل

- مشاوره پیش از ازدواج، آمار طلاق را ۲۵ درصد کاهش داده است.
- برخی کارشناسان بر این باورند که حداقل ۵ جلسه مشاوره پیش از ازدواج ضروری است.
- تعداد مراکز مشاوره ازدواج در ایران تا چند سال دیگر به استانداردهای جهانی می‌رسد. براساس استاندارد جهانی، به ازای هر ۲۵۰۰ نفر به یک نفر روان‌شناس نیاز است.
- از هر چهار ایرانی بالای ۱۵ سال، یک نفر به اختلال اعصاب و روان مبتلاست. به طور کلی ۳۲/۴ درصد بالغان به اختلال اعصاب و روان مبتلا هستند که از این میان ۷۲/۶ درصد را زنان و ۹۱/۴ درصد را زنان تشکیل می‌دهند.
- ۳۰ درصد علت مراجعه به مراکز مشاوره بهزیستی موضوع خانواده است و بعد از آن به کودک مربوط می‌شود.
- حدود ۲۲۰۰ مرکز مشاوره توسط سازمان بهزیستی در سراسر کشور فعالیت دارد.

## مشکلات در دسر ساز

اسکیزوفرنیا، یکی از اختلالات مهم روانی محسوب می‌شود که تشخیص قطعی این اختلال، توسط روانپزشک امکان‌پذیر است با این حال نباید برخی نشانه‌ها را پیش از ازدواج در این باره نادیده گرفت. افراد مبتلا به اسکیزوفرنیا ممکن است اظهار کنند صداهای عجیب و غریب می‌شنوند در حالی که صدایی وجود ندارد یا به آنها اتفاقات الهام می‌شود. اختلال شخصیت مرزی، یکی دیگر از بیماری‌هایی است که برخی از افراد می‌توانند به آن مبتلا باشند. این دسته از افراد، معمولاً تصمیم‌های ناگهانی می‌گیرند و با تهدید مکرر به خودکشی و گاهی خودزنی برای اطرافیان و خودشان در دسر ساز هستند.

## شخصیت ضد اجتماعی را می‌شناسید؟

یکی دیگر از اختلال‌های شخصیت که نباید آن را نادیده گرفت، اختلال شخصیت ضد اجتماعی است. افرادی که به این نوع اختلال شخصیتی مبتلا هستند، قانون برایشان اهمیتی ندارد و در اصطلاح قانون شکن هستند. چنانچه فردی سابقه دستگیری و بازداشت مکرر داشته باشد، نباید این مساله برای ازدواج از نظر دور بماند. مشاوره با روانپزشک در چنین شرایطی ضروری است، چون ازدواج با چنین فردی آسیب‌های بسیاری به همراه دارد.

## افراد گوشه‌گیر در ازدواج

اختلال دیگری که پیش از ازدواج باید به آن توجه داشت، اختلال شخصیت فرد گوشه‌گیر است. این

