

## معرفی شخصیت ضد اجتماعی

### ویژگیهای شخصیت ضد اجتماعی

1. در فعالیت های خلاف قانون شرکت می کند و احیانا سابقه بازداشت یا داشتن مشکلات قانونی دارد.

2. بارها به خاطر نفع شخصی به شما دروغ گفته و شما را فریب داده است.

3. فردی تکانشی، بدون طرح و برنامه است و از درک عواقب کارهایی که انجام می دهد ناتوان است.

4. او با رفتارهایش نشان داده است که هیچ اهمیتی برای سلامتی و رفاه شما قائل نیست.

5. او فاقد ثبات و شرافت لازم در زمینه شغلی است.

6. او فاقد روحیه پشیمانی و عذرخواهی است و نسبت به صدمه مالی که به شما وارد می سازد و بد رفتاری هایی که با شما می کند، بی تفاوت است و یا عذر و بهانه می تراشد.

آیا مشخصه های فوق برای شما آشنا به نظر نمی رسند؟ آیا با فردی دروغگو، فریب کار و بی مسئولیت رابطه عاطفی برقرار کرده اید؟ آیا فکر نمی کنید که زمان آن فرا رسیده است که از خودتان بپرسید: محبوب شما چه می گوید؟ چه می کند؟ شما برای او تا چه حدی اهمیت دارید؟ آیا افرادی که تا به حال عاشق آنها شده اید، افرادی بوده اند که احساس می کردید به گونه ای نسبت به شما برتری دارند؟ آیا فریبکاری ها و

سوءاستفاده هایی که او از شما میکند، شدت عشق شما به او را کاهش نداده است؟ داستان آنگی به خوبی نشان می دهد که رابطه عاطفی با یک فرد ضداجتماعی چگونه است و چه مشکلاتی را در بر دارد.

## داستان اشکان و مهسا (داستان یک شخصیت ضداجتماعی)

پس از پایان دبیرستان شروع به ملاقات با یکدیگر کردیم. ما هر دو اهل یک شهر و دارای دوستان مشترک زیادی بودیم. اشکان دارای ظاهری جذاب و اندامی عضلانی و دوستان زیادی بود. اشکان اعتماد به نفس بالایی داشت و به عنوان فردی زن باره که دارای دوستان دختر زیادی بود، شناخته می شد. اگرچه من از سابقه زنبارگی او باخبر بودم، اما او با من به گونه ای رفتار می کرد که گویا من با دیگر زنهایی که او ملاقات کرده است، از زمین تا آسمان تفاوت دارم. در همان برخورد اول شیفته روحیه راحتی، حس شوخ طبعی و حالت های عاشقانه اش شدم. به زودی رابطه ما به رابطه ای نزدیک و صمیمانه تبدیل شد.

من بنا به دلایلی احساس میکردم که اشکان را به خوبی شناخته ام. او مرا نسبت به عشقی که به من داشت، مطمئن ساخته بود. او به من چیزهایی را گفت که به قول خودش به کسی نگفته بود. او نسبت به من بسیار مهربان بود و هنگامی که با هم بودیم، احساس می کردم که تنها فرد مهم در زندگی او هستم. کالج های ما با یکدیگر متفاوت بود و هر دو به طور نیمه وقت کار می کردیم. من در یک فروشگاه کار می کردم و اشکان در یک بیمارستان مشغول به کار بود. معمولاً ما همه وقت آزاد خود را به

هنگام شب و دو روز آخر هفته، با هم می گذرانندیم. با توجه به اینکه دانشگاه ها و محل کار ما با یکدیگر متفاوت بود، ملاقات ما در طی روز تقریباً غیر ممکن بود. با وجود این، سعی می کردم که از طریق تلفن با او در تماس باشم و تا جایی که یادم می آید، تلاش من برای حفظ این رابطه بیشتر از او بود، اما به خودم می گفتم که زنها همیشه در یک رابطه عاطفی تلاش بیشتری از خود نشان می دهند. با اینکه او تقریباً به من تلفن نمی کرد، اما همواره نشان می داد که از شنیدن صدای من لذت می برد، اما مواقعی هم بود که او گوشی را بر نمی داشت، به من نمی گفت چه می کند و یا اینکه با چه کسی به سر می برد.

او غالباً در این موارد از دادن پاسخ صریح طفره می رفت، اما هنگامی که با او بودم به روش خودش دلم را به دست می آورد و مرا خوشحال می ساخت. چند بار که از طریق تلفن به طور جدی از او خواستم به من بگوید که چه می کند، حالت دفاعی به خود گرفت و بسیار ناراحت شد. او وقتی به من می رسید، همواره دلیل قانع کننده ای برای اینکه چرا به تلفن من جواب نداده است داشت. اگر به او می گفتم این کارش مرا ناراحت می کند، در پاسخ به من می گفت: اصلاً نگران نباش، تو تنها زن زندگی من هستی و یا اینکه عصبانی می شد و مرا متهم می کرد که زن حسودی هستم.

یک روز من تصمیم گرفتم به بیمارستان محل کار اشکان بروم و با این کارم او را شگفت زده کنم. من به بیمارستان مزبور رفتم، اما اطلاعات بیمارستان پس از مدتی بررسی از طریق سیستم کامپیوتری، به من گفت که چنین شخصی در آن بیمارستان کار نمی کند.

من که بسیار متعجب شده بودم به او گفتم چنین چیزی امکان ندارد و حتما اشتباه می کند و از او خواستم با دقت بیشتری بررسی کند. در نهایت قانع شدم که اشکان در بیمارستان مزبور کار نمی کند. من به اشکان تلفن کردم و در نهایت که به تلفن من جواب داد بر سر او فریاد کشیدم و گریه کردم. او از اینکه دروغش فاش شده، عصبانی شد و گفت که او فقط گفته است که قصد دارد در آنجا کار کند و اشتباه از من است که برداشت دیگری از گفته او کرده ام.

او چنان مرا در این باره متقاعد ساخت که من قبول کردم که اشتباه از من است و از او به خاطر اینکه بر سرش فریاد کشیدم و او را به دروغگویی متهم ساختم، عذرخواهی کردم و همه چیز به حالت عادی برگشت، اما از آن پس انگار نمی توانستم مثل گذشته به او اعتماد کنم. پس از آن نیز بارها شد که مثل گذشته او به تلفن های من جواب نمی داد، یا در جیب او شماره تلفن زنان غریبه را پیدا می کردم و او هر بار به من اطمینان می داد که درباره او اشتباه می کنم و من تنها زن زندگی او هستم.

یک روز که او به من گفته بود با دوستانش به ورزش می رود، او را مشغول صرف غذا با یک زن غریبه دیدم. وقتی جریان را به او گفتم، او دوباره شروع به دروغگویی کرد. این اولین باری بود که اشکان واقعا روحیه پرخاشگر خود را به نمایش گذاشت و شدت پرخاشگری او به حدی بود که مرا به وحشت انداخت. من شروع به گریه کردم، اما انگار گریه من شدت خشم او را بیشتر کرد. در نهایت، من برای اینکه به آن وضعیت پایان بدهم، کوتاه آمدم و از او به خاطر اینکه او را ناراحت ساخته ام، عذرخواهی کردم. هنوز هم باور نمی کنم که چطور به خودم اجازه دادم که اشکان مرا بازیچه خود قرار دهد. یادم می آید که یک روز صبح در حال پیاده روی متوجه شدم که خیلی ناشادم و اینکه

تا چه حد نسبت به سابق تغییر کرده ام. من متوجه شدم که خودم را در رابطه با اشکان گم کرده ام. همان روز تصمیم گرفتم دوباره عزت نفس گذشته خودم را پیدا کنم و از رابطه زیان آور با اشکان خارج شوم. من دو سال زندگی ام را به پای دروغها و فریبکاری های او ریخته بودم و دیگر کافی بود. در نهایت من او را ترک کردم و بعید می دانم که او از رفتن من حتی ذره ای ناراحت شده باشد. اکنون مطمئن هستم که او همان حرف هایی را که روزگاری به من می زد، در حال گفتن به زن دیگری است.

اگر ما در اولین برخورد با یک فرد از او خوشمان بیاید و پس از آن نیز تمرکز خود را بر روی ویژگی ها و صفات مثبت او قرار دهیم، کاملاً طبیعی است. چنین موضوعی به ویژه در مورد افراد ضداجتماعی بسیار صادق است. افراد ضداجتماعی به تأثیرگذاری در برخورد اول معروف هستند. آنها در اولین برخورد افرادی مهربان، فریبنده و حامی و مراقبت کننده به نظر می رسند. آنها همواره مراقب رفتار ظاهری خود هستند، و به خوبی می دانند که چگونه بیشترین جاذبه را برای دیگران داشته باشند. از آنجایی که غالب افراد خطرناک افراد باهوش، شوخ طبع و آرامی هستند، پس تعجبی ندارد که در همان برخورد اول دیگران را شیفته خود سازند

روان شناسان عقیده دارند این گونه افراد دارای اختلال شخصیت ضداجتماعی هستند. این افراد در زمینه روابط اجتماعی مهارت داشته و در جلب جنس مخالف در همان برخورد اول از استعداد بالایی برخوردارند. برخی مواقع چنین استعدادی آنها را در نگاه دیگران به اشتباه، افرادی صادق و قابل اعتماد جلوه می دهد و در نتیجه می توان گفت که گویا ضرب المثل «گندم نمای جوفروش» را تنها برای توصیف افراد ضد اجتماعی

خلق کرده اند، زیرا چیزی که آنها در آغاز به شما نشان می دهند، چیزی نیست که بعدها آن را دریافت می دارید.

ویژگی اصلی فرد ضداجتماعی یا خطرناک، الگوی رفتاری بی حرمتی به افراد و نقض حقوق انسانی آنها است. الگوی رفتاری مزبور از همان دوران کودکی در چنین افرادی شکل می گیرد و تا پایان بزرگسالی در او دوام می یابد. اگر محبوب شما فرد خطرناکی است، چنانکه خواهید دید، او فردی فریبکار، سوء استفاده گر، با ظاهری گول زننده، غیر قابل اعتماد، با توانایی قضاوت اندک و فاقد حس پشیمانی به خاطر رفتارهایی است که از سوی دیگران به عنوان رفتارهایی ضد اخلاقی شناخته می شوند. معنای اصطلاح ضد اجتماعی این نیست که فرد مزبور از موقعیت های اجتماعی دوری می کند، بلکه به این معنا است که هیچ احترامی برای افراد اجتماع قایل نیست و به راحتی قوانین اجتماعی را نقض می کند. به همین منظور ما در این فصل از برجسب خطرناک برای شناساندن بهتر او استفاده می کنیم.

برای یک فرد ضد اجتماعی، نقض قوانین اجتماعی امری عادی است. در واقع او فکر می کند که قانون برای همه لازم الاجراست جز خودش. او ممکن است قانون را چیزی احمقانه یا غیر ضروری بداند. محبوب خطرناک شما احتمالاً احساس می کند که مافوق قانون قرار دارد و به همین دلیل به خودش اجازه می دهد قوانین را نقض کند. بنابراین، این گونه افراد هرگاه که لازم باشد، در جهت منافع خود قانون را نقض می کنند. دو قانون طلایی آنها بدین ترتیب است: «کاری را که دیگران می خواهند علیه تو انجام دهند، تو علیه آنها انجام بده!» و دیگر اینکه «هرچه دلت خواست در مورد دیگران انجام بده.»

هنگامی که شما به گذشته یک فرد ضداجتماعی نگاه می کنید یک الگوی شاخص رفتاری در او خواهید دید: عدم پیروی از هنجارهای جامعه و تمرد فراوان از قوانین اجتماعی که در نتیجه، موجب بازداشت او توسط پلیس یا عواقب دیگری شده است. در کودکی و نوجوانی چنین فردی، آثاری از سرقت، دروغگویی، شیادی و پرخاشگری نسبت به افراد و حیوانات، آتش افروزی، تخریب اموال دیگران، ستیزه جویی، مصرف مواد مخدر و چندین مورد درگیری با عوامل قانون را می توان مشاهده کرد. البته او هیچگاه با افراد جنس مخالف که با او وارد رابطه عاطفی می شوند، از گذشته نامطلوب خود چیزی نمی گوید.

همچنان که فرد ضد اجتماعی گام به دوران بزرگسالی می گذارد، برخی از رفتارهای ضداجتماعی او ادامه می یابد. چنانکه او هرگاه لازم باشد حتی اگر به زور هم شده، حقوق دیگران را نقض می کند. اگر یک فرد ضداجتماعی، باهوش نیز باشد، در عین نقض قوانین، هیچ رد پایی نیز از خود به جای نمی گذارد. به قول معروف آنها می توانند «زیرآبی» کار خود را انجام دهند و تا مدت های طولانی از عواقب قانونی آن در امان بمانند. همان طور که متوجه شده اید، یک فرد ضداجتماعی با ضریب هوش بالا می تواند خطر بیشتری برای دیگران داشته باشد. بسیاری از عاملان قتل ها و تجاوزهای جنسی زنجیره ای در تاریخ، که دست قانون تا مدت ها به آنها ترسیده، از ضریب هوش بالایی برخوردار بوده اند. در حالی که یک فرد ضداجتماعی با ضریب هوش پایین غالباً در زندان به سر می برد.

بنابراین، یک فرد ضد اجتماعی می تواند فرد خطرناکی باشد، آنچنان که وقتی شما متوجه می شوید تا به حال شما را فریب می داده و از شما سوء استفاده می کرده

است، این توانایی را دارد که به دروغ اظهار پشیمانی کرده و از شما صمیمانه عذرخواهی کند و به قول معروف دوباره دل شما را به دست آورد. البته هنگامی که دروغها و خلافکاریهای او فاش می گردد، واقعا احساس بدی به او دست می دهد، اما این احساس بدین خاطر نیست که چرا به شما با دیگران آسیب رسانده است، بلکه به خاطر این است که چرا به خوبی و بدون نقص کار خود را پیش نبرده و توسط شما با پلیس به دام افتاده است. افراد ضد اجتماعی هنگام به دام افتادن در توجیه کارهای ناهنجاری که انجام داده اند چنان تبحری در دلیل تراشی دارند و یا به قول متخصصینی که در زندان ها با آنها کار می کنند، چنان اشک تمساح می ریزند که بتوانند در طرف مقابل را به رحم آورند تا حق را به جانب آنها دهد.

سپس منتظر می مانند تا در یک موقعیت مناسب دوباره به طعمه خود حمله کنند. دلیل روشن دیگری که ایجاب می کند افراد ضداجتماعی را افرادی خطرناک بدانیم، این است که آنها به طور مداوم موجب تخریب سلامت روانی افرادی می شوند که با آنها رابطه عاطفی دارند. بسیار سخت است که شما با فردی فریبکار و سوء استفاده گر در ارتباط باشید و همچنان سلامت روانی و عقلانی خود را نیز حفظ کنید.

رابطه با یک فرد ضد اجتماعی می تواند صدمات عاطفی، مالی، جسمی با همه این موارد را در بر داشته باشد. افراد ضد اجتماعی اصولا اعتنایی به نیازها، احساسات و تمایلات دیگران ندارند. آنها به طور خودکار و ناخواسته، در جهت ارضای نیازهای خود، دیگران را فریب می دهند یا به آنها دروغ می گویند، از آنها سوء استفاده کرده و یا حتی آسیب جسمی و جانی نیز می رسانند و هنگامی که شما مچ آنها را می گیرید، شما را



متقاعد می سازند که اشتباه میکنید، آدم بدبینی هستید یا اینکه کاملا تقصیر شماست که آنها را مجبور به چنین کاری کرده اید.

این گونه افراد در ابتدا در نظر دوستان و خانواده شما چنان معصوم و فریبنده جلوه می کنند که ممکن است آنها در اختلاف میان شما و او حق را به جانب او بدهند. یک محبوب خطرناک مهارت زیادی در ایجاد احساس ترس، ناامنی، تنهایی و آسیب پذیری در فردی که با او رابطه برقرار می کند، دارد. همچنین افراد ضداجتماعی تمایل مزمنی به تحریک شدن دارند.

این افراد بیش از دیگران دوستدار تحریک و دلهره هستند. این یکی از دلایلی است که چرا اعضای گروه واحدهای ضربت یا یگان ویژه نظامی از میان افرادی با ویژگی های ضداجتماعی انتخاب می شوند. مصرف مواد مخدر، رفیق بازی، رانندگی خطرناک، قماربازی، رابطه نامشروع و داشتن چندین شریک جنسی از موارد شایع در میان افراد ضداجتماعی به شمار می رود.

یک فرد ضداجتماعی در نبود فعالیت های خطرناک و دلهره آور، احساس کسالت و بیهودگی می کند. البته رفتارهای خطرناک او نتایج ناخوشایندی را هم برای خودش و هم برای شما که در رابطه عاطفی با او قرار گرفته اید در پی دارد. در واقع چنین فردی قادر به پیش بینی عواقب وخیم کارهای ناهنجاری که انجام می دهد نیست.

یک فرد ضداجتماعی، فردی مسئولیت ناپذیر است. او مسئولیتی در قبال مسائل مالی، قانون و همسر و فرزندانش احساس نمی کند. او از شغلی به شغل دیگری روی می آورد، بارها از شغل خود اخراج می شود و اوقات زیادی را به بیکاری می گذراند. از یک فرد ضداجتماعی انتظار نداشته باشید که مدیریت مالی خوبی داشته باشد، زیرا

خودمحموری، هوسبازی ها و نیاز مداوم او به تحریک شدن، مانع از تحقق چنین چیزی می شود. قرض مداوم از نزدیکان و بازپس ندادن آن گواه خوبی بر اثبات این مطلب است. به عنوان نتیجه باید گفت که یک فرد ضد اجتماعی شریک زندگی خطرناکی است. او قادر به رعایت هنجارها و قوانین اجتماعی نیست.

او حتی گاهی مواقع با پرخاشگری های شدید خود می تواند برای دیگران از جمله شما نیز آسیب زا باشد. چیزی که شما از او مشاهده می کنید، سوء استفاده کردن از دیگران از جمله شما در حین ارضای نیازهای مادی و غیرمادی خود است. چنین فردی فاقد برنامه ریزی است و تنها بر اساس هوسهای آنی خود عمل می کند. او برای سلامتی و رفاه دیگران و حتی خودش نیز اهمیتی قائل نیست. هرچند چنین فردی در آغاز خود را فردی آرام و خوشایند نشان می دهد، اما پس از مدتی چیزی جز دردسر برای شریک زندگی خود به همراه نخواهد داشت.

هشدار پس از خواندن این فصل، امیدواریم که شما بپذیرید که یک فرد ضد اجتماعی به شیوه های مختلف می تواند برای دیگران خطرناک باشد. علاوه بر این، فرد ضد اجتماعی به دفعات دیگران را مورد تهدید قرار می دهد. فرد ضد اجتماعی برخلاف فرد پارانوئید (شکاک)، ممکن است برای تخلیه خشم خود دست به خشونت نیز بزند.

برای آنکه به خوبی متوجه شوید که یک فرد ضد اجتماعی چگونه فردی است، توجه شما را به شرح حال یکی از مشهورترین این نوع افراد در آمریکا به نام تئودور باندی جلب می کنم. تئودور باندی یک قاتل زنجیره ای بود که پس از تجاوز و قتل سی و پنج زن دستگیر و محکوم به اعدام شد. او در ظاهر فرد مؤدب و آراسته ای به نظر می رسید. او همچنین فردی تحصیلکرده، خوش سیما و خوش تیپ بود؛ چنان که به سادگی می

توانست با غالب زنهایی که می‌پسندید طرح آشنایی و دوستی بریزد. با اینکه غالب افراد ضد اجتماعی دست به تجاوز و قتل نمی‌زنند، اما آنچه در مورد همه آنها صدق می‌کند این است که در راه رسیدن به خواسته‌های خود، اهمیتی برای کسی قایل نیستند و از صدمه زدن به آنها ابایی ندارند.

اگر شما با فردی ضد اجتماعی زندگی می‌کنید و دارای فرزند نیز هستید، باید نسبت به نیازهای فرزندان حساسیت بیشتری داشته باشید؛ زیرا افراد ضد اجتماعی به دلیل آنکه فقط به فکر رفع نیازهای خود هستند، نمی‌توانند والدین خوبی برای فرزندان شان باشند. به طور مثال، افراد ضد اجتماعی غالباً از فرزندان شان حمایت نمی‌کنند و حتی غالباً اعتنایی به نیازهای جسمی و بهداشتی آنها ندارند. همان طور که گفته شد این افراد تنها به خودشان فکر میکنند و قادر به پاسخگویی به نیازهای عاطفی دیگران نیستند. آنها ممکن است وقت بسیار اندکی را به فرزندان شان اختصاص دهند و در موارد بسیاری با آنها به شدت بدرفتاری کنند. ما به عنوان روان‌درمانگر تجربه زیادی در رابطه با این گونه افراد داریم و به این دلیل به شما توصیه می‌کنیم هنگامی که چنین همسری در کنار فرزندان‌تان به سر می‌برد، کاملاً مراقب آنها باشید.

عوامل شکل‌گیری شخصیت ضد اجتماعی شما ممکن است از خودتان بپرسید چه اتفاقی بایستی در کودکی یک فرد رخ داده باشد، که او را مبدل به فردی خودخواه، سرد و خطرناک سازد. به یاد داشته باشید که احتمالاً اختلال شخصیت ضد اجتماعی نیز مانند همه انواع اختلالات شخصیت، ریشه در پیش‌زمینه ژنتیکی دارد. در حقیقت به نظر می‌رسد که تمایلات ضد اجتماعی در دیگر افراد خانواده و اقوام ضد اجتماعی نیز دیده شود. فرزندان یک پدر و مادر جنایتکار علاوه بر احتمال الگوبرداری از والدین خود،

از نظر ژنتیکی نیز مستعد ابتلا به اختلال شخصیت ضداجتماعی هستند، اما شکل گیری یک شخصیت ضد اجتماعی علاوه بر عامل ژنتیکی به عوامل دیگری نیز نیاز دارد برخی تعاملات پیچیده میان پیش زمینه ژنتیکی فرد و تجربه های او با افراد مهم زندگی اش در دوران کودکی می تواند به عنوان یک عامل مهم تلقی گردد.

والدین افراد ضد اجتماعی چگونه افرادی هستند؟ در پاسخ به این پرسش باید گفت که افراد دچار اختلالات شخصیت غالباً در خانواده هایی بی ثبات و فاقد قوانین صریح رشد یافته اند که در آن والدین همواره در میانه آسانگیری و سخت گیری افراطی توسان داشته و در بسیاری از این موارد افرادی بی رحم، پرتوقع و بددهن بوده اند.

این والدین احتمالاً افرادی منزوی بودند که اعتنایی به فرزندان خود نمی کردند. آنها الگوهای رفتاری و اجتماعی خوبی برای فرزندان خود نبودند. یک فرد ضداجتماعی با داشتن والدینی غیر قابل اعتماد که در غالب مواقع در دسترس او قرار نداشتند، از همان کودکی می آموزد که بر روی پای خود بایستد و در راه رسیدن به اهداف خود، از دیگران سوء استفاده کند. برای چنین فردی حفظ بقای خود تنها چیزی است که اهمیت دارد. دیگر عوامل دخیل در شکل گیری اختلال شخصیت ضد اجتماعی به این شرح است: والدین مسامحه کار و بی اعتنا به فرزندان، وجود یک الگوی ضداجتماعی به عنوان پدر، مادر یا یکی از افراد نزدیک به خانواده، و رشد در محیطی که کودک فقط در صورت سرکشی و نافرمانی، می توانسته توجه دیگران به ویژه والدین را به نیازهای خود جلب کند. ناگفته نماند که درصد شیوع اختلال ضد اجتماعی در پسران در مقایسه با دختران بسیار بیشتر است.

## فرد ضداجتماعی به عنوان شریک زندگی

اگر چه رابطه شما با یک فرد ضداجتماعی می تواند به سرعت آغاز شده و به زودی شدت یابد، اما به تدریج متوجه خواهید شد که زندگی با یک فرد ضد اجتماعی بسیار دشوار است. در مراحل مختلفی از رابطه، شما ممکن است احساس کنید که مبدل به کارآگاه، افسر پلیس، قاضی، والد، رئیس یا یک کودک شده اید.

از آنجایی که رفتارهای شریک زندگی شما، غیرمسئولانه و براساس هوا و هوس صورت می گیرد، شما غالباً مجبور می شوید نقش های خود را یکی پس از دیگری تغییر دهید. شما متوجه خواهید شد که محبوب ضداجتماعی شما، محدودیت هایی را به شما یا هر فرد دیگری که در برابر رفتارهای او موضع گیری کند، تحمیل می کند، و تنها هنگامی که تصمیم قاطع به ترک او می گیرید، برای آنکه همچنان به سوءاستفاده از شما ادامه دهد، زبان چرب و نرم خود را به کار می گیرد و در صورت لزوم اشک تمساح می ریزد و به شما قول می دهد که برای همیشه به دروغگویی، فریبکاری و سوء استفاده گری های خود پایان دهد.

متأسفانه اگر شما عاشق یک فرد ضداجتماعی شده باشید، باید بدانید که او احتمالاً در نحوه برخوردش با شما ایرادی نمی بیند. در واقع، او قدرت درک چیزی به نام احساس درد را ندارد. هنگامی که از مغز افراد ضد اجتماعی در حال تماشای صحنه های غمناک، وحشتناک، خوشحال کننده و خشم آور تصویربرداری گردید، نتایج نشان داد که مغز آنها از نظر هیجانی در مقایسه با دیگر افراد، واکنش کمتری از خود نشان می دهد. به

عبارت دیگر مغز آنها توانایی هم حسی با دیگران را ندارد، یعنی آنها هرچقدر هم که تلاش کنند نمی توانند احساس کنند که شما چه احساسی دارید.

شخصیت های ضداجتماعی در حیطه ارتباط، افراد متقلب و حقه بازی هستند و می توانند ارزیابی خوبی از طرف مقابل خود داشته باشند. یعنی اینکه محبوب ضداجتماعی شما به خوبی می داند تا چه حدی می تواند شما را تحت فشار قرار دهد و تا چه اندازه اجازه می دهید که قوانین و ارزش های شما را زیر پا بگذارد و توقعات شما را نادیده بگیرد. او می داند که هر چه بیشتر شما را بشناسد، بیشتر می تواند از شما سوء استفاده کند. او با همه افراد بیرامون خود، از جمله افراد مافوق اش نیز چنین برخوردی دارد. همچنین او با زیر پا گذاشتن قوانین خطوط قرمز شما یکی بعد از دیگری، نیاز محرک جویی خود را نیز ارضا می کند.

در نهایت احساس عذاب آور شک و تردید شما نسبت به شریک زندگی خود، به جایی می رسد که نمی دانید چه چیزی را از او باور کنید یا نکنید. اگر شما به شدت عاشق او شده باشید آنگاه نسبت به هر حرکت، انگیزه، رفتار و توجیحات او مشکوک خواهید شد، علاوه بر این، شما در نهایت از اینکه بایستی همواره همچون یک پلیس مخفی رفتارهای او را زیر نظر بگیرید، خسته خواهید شد. البته شما با توجه به رفتارهایی که در گذشته از او دیده اید، حق دارید نسبت به او شک داشته باشید. همچنین شما وقتی بسیار ناراحت خواهید شد که می بینید او در قبال کارهای ناشایست خود، چندان احساس پشیمانی نمی کند، حتی هنگامی که شما او را با کارهای ناشایست اش روبه رو می سازید.

اگر احساس بدی به او دست دهد به خاطر دروغها و صدماتی نیست که به شما وارد ساخته است، بلکه به خاطر این است که چرا به گونه ای عمل کرده است که شما متوجه عملکرد ناشایست او شده اید. همچنین به یاد داشته باشید که او مهارت زیادی در این دارد که به شما ثابت کند که در مورد او اشتباه می کنید.

اگر شما در یک رابطه عاطفی به عقل خود شک کرده اید، به احتمال زیاد، طرف مقابل شما یک فرد ضداجتماعی است. به یاد داشته باشید که فرد ضداجتماعی قادر به درک احساس آزرده‌گی شما نیست و اعتنایی به آن ندارد. کنترل رابطه و همواره خود را محق دانستن، چیزی است که یک فرد ضداجتماعی به منظور حفظ بقای خود بسیار در آن مهارت یافته است.

اگر چه همه ما دوست داریم که در یک رابطه عاطفی مورد عشق و محبت قرار گیریم، اما باید بدانیم که وقتی فرد مقابل ما یک فرد ضداجتماعی است، چنین چیزی رخ نخواهد داد. یک فرد ضداجتماعی در برابر درد و رنج دیگران بی تفاوت است و حتی گاهی به طور بی رحمانه با آنها برخورد می کند. بنابراین، اگر شما از او توقع داشته باشید که احساسات شما را درک کند، به طور مداوم با ناکامی روبه رو خواهید شد. البته به یاد داشته باشید که او به طور عمد این کار را نمی کند، بلکه همچنان که گفتیم از نظر ساختار مغزی قادر به انجام چنین کاری نیست.

شما به عنوان شریک زندگی یک فرد ضد اجتماعی به زودی متوجه خواهید شد که او فردی بی عاطفه و سطحی است. او که در ابتدا فردی جذاب و عاطفی به نظر می آمد، به زودی خواهید دید که به فردی بی عاطفه و خودخواه تبدیل خواهد شد.

افراد ضداجتماعی از اعتماد به نفس بسیار بالایی نسبت به خود و مهارت هایی که دارند، برخوردار هستند و بدون هیچ تردیدی نقطه نظرهای خود را ابراز می دارند. آنها با اینکه عاشق صحبت و مناظره هستند، اما گوش دادن به افکار و عقاید طرف مقابل برای شان دشوار است. آنها می توانند به سادگی بحث و مناظره را بدون هیچ علامت هشدار دهنده ای به جنگ و دعوا بکشانند و شما به عنوان شریک زندگی او نخواهید توانست که در هیچ بحثی او را قانع سازید.

عهد و وفاداری جنسی یکی دیگر از مشکلات شایع در میان افراد ضداجتماعی است. در حقیقت، یکی از ویژگی های اصلی یک فرد ضد اجتماعی، بی وفایی جنسی و ارتباط با تعدادی از افراد جنس مخالف در یک زمان است.

به همین دلیل رابطه آنها با جنس مخالف شکننده و کوتاه مدت خواهد بود. به یاد داشته باشید که یک فرد ضداجتماعی کنترل اندکی بر روی تکانه های جنسی و پرخاشگری خود داشته و به طور مطلوبی قادر به پیش بینی عواقب برونریزی چنین تکانه هایی نیست. بنابراین شما به عنوان شریک زندگی چنین فردی، به طور مثال، بارها با اجبار او به تمکین جنسی روبه رو شده و در صورت امتناع با پرخاشگری شدید او مواجه خواهید شد.

در نهایت، عدم مسئولیت پذیری مزمن یک فرد ضداجتماعی، در غالب موارد موجب قطع رابطه شریک زندگی او خواهد شد. بنابراین، در زندگی با چنین فردی همه مسئولیت های مالی، شغلی و حتی تربیت فرزندان نیز به دوش شما خواهد افتاد و آنگاه که به طور جدی از او می خواهید که بخشی از مسئولیت های زندگی مشترک را برعهده گیرد، ممکن است به شما بگوید که خود را اصلاح خواهد کرد و یا آنکه شما را به



عنوان یک فرد پرتوقع مورد سرزنش قرار می دهد و یا نسبت به اعتراضات شما بی توجهی پیشه می سازد.

زندگی با یک فرد ضداجتماعی چنان است که پس از مدت کوتاهی احساس خواهید کرد با یک کودک سرکش و نافرمان هم اطاق شده اید.

## چرا من جذب افراد ضداجتماعی می شوم

اکنون که شما به خوبی نسبت به ویژگی های یک فرد ضداجتماعی آگاهی یافته اید، ممکن است تفکر پیرامون این موضوع که چه چیزی سبب شد که در همان برخورد اول شیفته او شوید، بتواند در پاسخ به پرسش فوق مؤثر واقع شود. همچنین فکر کنید که تا به حال چند بار جذب یک فرد ضد اجتماعی شده اید. فردی که در طی رابطه با شما:

1. به طور مکرر قوانین و ارزش های شما را نقض کرده است.
2. بارها به شما دروغ گفته و فریب تان داده است.
3. به عنوان فردی هوسباز و بدون برنامه، عمل کرده است. ، شما را کتک زده و یا به شما اهانت کرده است.
4. به طور قابل توجهی نسبت به رفاه و سلامتی شما و فرزندانتان بی توجه بوده است.

5. همه مسئولیت مالی و عاطفی زندگی را بردوش شما نهاده است، هیچ گاه قادر به احساس همدلی با احساسات و نیازهای شما نبوده است.

ما می پذیریم که یادآوری موارد فوق نمی تواند خوشایند شما باشد. به هر حال اگر هنوز هم در رابطه عاطفی با فردی از این نوع قرار دارید، باید بدانید که اجباری درونی شما را به سمت افراد ضد اجتماعی سوق می دهد. یک فرد ضداجتماعی در نگاه اول بسیار جذاب و جالب به نظر می آید. همین کافی است که شما ترغیب شوید که بار دیگر نیز با او ملاقات کنید. اوایل، همه چیز به خوبی پیش می رود. در این دوران شما احساس می کنید که در یک رابطه عاطفی هیجان انگیز دوسویه قرار دارید و فرد محبوب شما به طور مداوم دور شما می گردد و قربان صدقه شما می رود. در همین دوران است که شما به اشتباه، به خودتان می گوئید که آینده خوب و خوشایندی را با او خواهید داشت.

افراد ضداجتماعی در پیش بینی واکنش های دیگران مهارت زیادی دارند. آنها به خوبی می دانند که تا کجا اصول و ارزش های شما را نقض کنند و سپس با اندکی عقب نشینی دوباره به پیشروی بیشتری پردازند. به نظر می رسد که شما نیز به طور ناخود آگاه تمایل به این نوع روابط به قول معروف «شل کن، سفت کن» با فردی فاقد حس مسئولیت دارید.

شاید شما از نظر روانشناختی به گونه ای باشید که تنها قادر به برقراری همین نوع روابط هستید. درک اینکه چرا شما وارد رابطه عاطفی با فردی ضداجتماعی شده اید، بسیار آسان است. شما در همان آغاز شیفته شخصیت هیجان انگیز و قدرتمند او شده

اید. معمولا ما از اینکه فردی جذاب به دورمان می‌گردد و قربان صدقه مان می‌رود، بسیار خرسند می‌شویم.

یک فرد ضداجتماعی در آغاز شخصیتی فریبنده، مهربان، شوخ طبع و با اعتماد به نفس بالا از خود به نمایش می‌گذارد. اما به زودی متوجه می‌شوید که برداشت شما از شخصیت او، برداشت بسیار اشتباهی بوده است. می‌پذیریم که رویارویی با چنین حقیقتی برای بسیاری از افراد، از جمله شما، می‌تواند دردناک باشد، اما آنچه اکنون برای ما اهمیت دارد این است که شما متوجه شوید که محبوب ضد اجتماعی شما در حال حاضر نیز به شما دروغ می‌گوید، شما را فریب می‌دهد و از شما سوء استفاده می‌کند.

ویژگی اساسی یک فرد ضد اجتماعی فقدان حس احترام نسبت به عواطف و نیازهای دیگران است. اگر چه او در آغاز رابطه با شما خود را فردی بسیار عاطفی و با وجدان نشان می‌دهد، اما به تدریج شما متوجه خواهید شد که او اساساً فاقد حس همدلی با احساس درد و رنج دیگران است. رابطه او با دیگران، رابطه‌ای سطحی و غیر صمیمانه است. علاوه بر این متوجه خواهید شد که محبوب ضد اجتماعی شما با به کارگیری مهارت خود در گمراه ساختن دیگران، آنچنان تفسیری منفی از احساسات و گلیایه‌های شما ارائه می‌دهد که شما در درستی احساسات و گلیایه‌های خود به شک می‌افتید.

راستی چرا شما عاشق چنین فردی شده اید؟ شاید شما در خانواده‌ای رشد یافته اید که در آن تلاش می‌کردید تا با والد یا والدین ضداجتماعی یا بی‌عاطفه خود رابطه برقرار کنید. یا اینکه شما با گمان اینکه با دیگران فرق دارید و می‌توانید او را تغییر دهید، به رابطه با او ادامه می‌دهید؟ و یا اینکه اگر شما به ایجاد رابطه عاطفی با افراد ضد

اجتماعی عادت دارید، احتمالاً در جایی عزت نفس شما به شدت آسیب دیده است و به همین جهت، شما در یک رابطه عاطفی، ارزش چندانی برای خود و نیازهای تان قایل نمی شوید.

روابط عاطفی افرادی با شخصیت ضد اجتماعی غالباً مدت زیادی به طول نمی انجامد. آنها فاقد وفاداری جنسی هستند و برخی از آنها در گذشته چندین بار ازدواج کرده اند که هر کدام از آنها مدت زیادی به طول نیانجامیده است. بنابراین، به خوبی مشخص است که به یک فرد ضد اجتماعی به عنوان شریک زندگی نمی توان اعتماد کرد. اگر شما همواره با افرادی که فاقد وفاداری جنسی هستند نرد عشق و عاشقی می بازید و یا به سادگی از خطاهای آنها چشم می پوشید، ما به شما توصیه می کنیم از خودتان بپرسید، چرا؟ اکنون زمان آن فرا رسیده است که از خودتان بپرسید، چرا با افرادی وارد رابطه عاطفی می شوید که از همان آغاز سبب آزردهی خاطر شما می شوند، به ویژه هنگامی که نمی توانید به محبوب خود اعتماد کنید و نیازهای عاطفی شما از سوی او نادیده گرفته می شود. اما به هر حال، ممکن است که شما خودتان را با گفتن اینکه «او واقعا این بار تغییر خواهد کرد» گول بزنید و یا اینکه به سبب ترس از تنهایی همچنان به این رابطه ناخوشایند ادامه دهید.

مشکل افرادی که در رابطه عاطفی با افراد ضد اجتماعی قرار دارند این است که آنها متوجه نیستند که در چنین رابطه ای حقوق، نیازها و آرزوهای شان نادیده گرفته می شود. شما به طور مداوم مورد بهره کشی قرار می گیرید، دروغ می شنوید و در نهایت، مسئولیت های مالی، خانه داری و حتی تربیت فرزندان نیز به عهده شما گذاشته می شود.

حتی ممکن است که شما به کنترل شدن از سوی او عادت کنید و به او وابسته شوید؛ آنچنان که یک روز از این تعجب کنید که چه بلایی بر سر آن فرد قوی و مستقل که شما بودید، آمده است و در جایی از زندگی، شما ناگهان متوجه شوید که شما همزمان، به یک همسر، یک والد کودک، البته از نوع بزرگسال آن مبدل شده اید.

اگر شما عاشق فردی ضداجتماعی شده اید، خوب است از خودتان بپرسید: چرا من همواره در روابط عاطفی خود مورد آزار و سوء استفاده قرار می گیرم؟ ایجاد رابطه با یک فرد ضد اجتماعی می تواند آثار روانی بسیار زیانباری به همراه داشته باشد. راستی چه چیزی در گذشته شما اتفاق افتاده است که اکنون شما را به سوی ارتباط عاطفی با این نوع افراد سوق می دهد. آیا در کودکی به شما این طور القا شده است که لیاقت یک رابطه صادقانه و صمیمانه را ندارید؟ آیا شما همواره در این خیالبافی به سر می برید که اگر به خوبی تلاش کنید، در نهایت یک روز موفق به اصلاح محبوب سرکش و فریبکار خود خواهید شد؟ آیا شما متوجه شده اید که در طی مدتی که با محبوب ضداجتماعی خود به سر برده اید، به تدریج، احساس اینکه چه کسی هستید و چه چیزی برای تان اهمیت دارد را از دست داده اید؟ اگر پاسخ هر کدام از پرسش های فوق «آری» است، ما به شما توصیه می کنیم حتما در این باره با یک فرد متخصص به مشاوره بپردازید.

در نهایت، هیچگاه فراموش نکنید که محبوب ضد اجتماعی شما می تواند در سطوح مختلف برای شما خطرناک باشد. شاید بتوان از کنار آسیبهای عاطفی که شما در چنین رابطه ای متحمل می شوید، به آسانی گذشت، اما شما با حضور مداوم خود در چنین روابطی، ناخودآگاه به خودتان این طور القا می کنید که لیاقت بیش از این را ندارید. از

آنجا که محبوب شما در واقع، فرد خود شایسته ای است که فقط به منافع و تحقق نیازهای خودش توجه دارد، بنابراین، اگر شما به فکر نیازهای خود نباشید، هیچگاه برآورده نخواهند شد. علاوه براین، اگر فرد هوشیاری نباشید، ممکن است مورد آزار جسمی نیز قرار بگیرید. اکنون زمان خوبی است که از خودتان پرسید چرا به فکر سلامتی و رفاه خودتان نیستید.

زندگی با همسر ضداجتماعی اگر همسر کنونی شما فردی ضداجتماعی است، بایستی تصمیم صریح بگیرید که آیا می خواهید همچنان با او بمانید یا خیر؟ ما باید صادقانه به شما بگوییم که

ادامه رابطه با یک فرد ضداجتماعی می تواند خطرناک باشد. تجربه های ما به عنوان یک روان درمانگر نشان می دهد که اختلال شخصیت ضداجتماعی، اختلالی عمیقاً ریشه دار، مزمن و جز در موارد نادر غیرقابل درمان است. شما نباید امیدواری زیادی داشته باشید که روزی همسر ضداجتماعی شما دروغگویی، فریبکاری و سوء استفاده از دیگران، از جمله شما را ترک خواهد کرد. ما قویا به شما توصیه میکنیم این حقیقت را بپذیرید که رابطه ی عاطفی شما، رابطه ای سالم نیست و بایستی که بسیار نگران آینده خود باشید.

البته ممکن است که در نهایت بنا به دلایل مختلف تصمیم بگیرید که به زندگی با همسر ضد اجتماعی خود ادامه دهید. شاید شما براین باور هستید که اختلال شخصیت همسر شما شدت چندانی ندارد و بنابراین، خطری متوجه شما نیست.

یا شاید شما اکنون فاقد فرزند هستید و خیالتان راحت است که خطری متوجه فرزندان شما نیست. شاید هم شما تصمیم گرفته اید که هر طور شده تعهد خود را نسبت

به همسران حفظ کرده و از او طلاق نگیرید. حال اگر شما واقعا تصمیم به ادامه رابطه با او را دارید، امیدواریم که توصیه های زیر بتواند برای شما مفید واقع شود:

تغییر زود هنگام رخ نخواهد داد سابقه افراد ضد اجتماعی نشان می دهد که این افراد از همان ابتدای دوران نوجوانی، آغاز به روابط جنسی و اقدام به دروغگویی، فریبکاری و قانون شکنی کرده اند. به طور کلی افراد ضد اجتماعی متوجه اختلال تفکر و رفتارهای خود نیستند و هیچ گونه ناراحتی از جانب افکار و رفتارهای خود احساس نمی کنند. یک فرد ضد اجتماعی تلاش می کند تا همسرش را متقاعد سازد که اگر از رابطه با او لذت نمی برد، مشکل از خودش است. بنابراین، به غیر از احتمال تغییرات کوچک، امیدوار به تغییر و تحولی چشمگیر در ویژگی های شخصیتی همسر خود نباشید.

مراقب امنیت جانی خود باشید از آنجایی که افراد ضد اجتماعی، افراد مسئولیت پذیری نیستند، ممکن است که شما ناگهان متوجه شوید که در موقعیتی به سر می برید که برای سلامتی شما یا دیگران خطرناک است. به یاد داشته باشید که برخی افراد ضد اجتماعی می توانند آسیب رسان باشند. بنابراین، در جهت کسب اطمینان از حمایت های بیرونی اقدام کنید

به طور مثال ممکن است لازم باشد تا زمانی که شما با همسران تحت درمان به سر می برید، در مکانی جدا از همسران اقامت کنید و یا شماره تلفن هایی را در دسترس داشته باشید که در صورت تهدید جانی از سوی او، بتوانید با آنها تماس گرفته و کمک بخواهید. اگر شما دارای فرزند هستید، آنها را از نظر عاطفی و جسمی تحت پوشش حمایتی خود قرار دهید. اگر همسر شما سابقه اقدام به اعمال خشونت آمیز داشته باشد، هنگامی که دست به اعمال تهدید آمیز از جمله فحاشی علیه شما می زند، بدون

هیچ تردیدی به پلیس تلفن کنید. همچنین اگر شواهد نشان می دهد که همسر شما با افراد دیگری رابطه جنسی دارد، به هنگام رابطه جنسی با او، موارد احتیاطی لازم را رعایت کنید. همچنین در موارد لازم، در مورد رجوع به وکیل، متخصصین امور مالی، کارآگاه خصوصی و پزشک متخصص تردید به خود راه ندهید.

به طور دوستانه اما قاطعانه از او بخواهید که مسئولیت پذیر باشد با توجه به اینکه همسر شما تلاش می کند از زیر بار مسئولیت های زندگی شانه خالی کرده و آنها را به دوش شما بیندازد، لازم است که دوستانه اما به طور قاطع از او بخواهید که مسئولیت زندگی، به ویژه مسئولیت خرابکاری های خود را بپذیرد. در چنین مواردی هرگز کوتاه نیایید. اگر شما از روی مهربانی و دلسوزی به اصلاح خرابکاری های او بپردازید، او نه تنها هیچ دلیلی برای تغییر خود پیدا نخواهد کرد، که به تدریج، هر چه بیشتر حریم اصول و ارزش های شما را زیر پا گذاشته و هر بار بیش از پیش به سوء استفاده از شما خواهد پرداخت. شما از طریق تاکید به اصول و ارزش های خود، از طریق درخواست کمک از پلیس و یا تقاضای طلاق در صورت لزوم، بهترین شرایط را برای تغییر او مهیا خواهید کرد. به یاد داشته باشید هنگام برخورد قاطع با او از واژه «من» که نشانگر قدرت و شهامت شماست، استفاده کنید. بگذارید او بداند که شما نیز برای خودتان کسی هستید.

به او اعتماد کنید، اما مراقب هم باشید در دوران جنگ سرد میان آمریکا و شوروی سابق، رونالد ریگان رئیس جمهوری آمریکا در یکی از سخنرانی های خود اظهار داشت: «ما به تعهد نامه های شوروی مبنی بر عدم گسترش سلاح های هسته ای اعتماد می کنیم، اما نیروهای اطلاعاتی ما نیز اعمال آنها را زیر نظر دارند تا ما نسبت به درستی



اعتماد خویش مطمئن شویم.» به نظر می‌رسد که چنین راهبردی در مورد افراد ضد اجتماعی که با آنها رابطه داریم، صدق می‌کند.

فرد ضداجتماعی به اجبار دروغ می‌گوید. او حتی دروغهایی را به زبان می‌آورد که هیچ نفعی از آنها عایدش نمی‌شود. به همین دلیل شما بایستی که با صراحت نسبت به پرداخت صورتحساب، تداوم شغلی همسران و انجام کارهایی که او قول آن را داده است، اطمینان حاصل کنید. به طور مثال، هنگامی که متوجه می‌شوید همسران در مورد دیگر روابطش با جنس مخالف به شما دروغ گفته است، برای آنکه یک فرصت دیگر برای زندگی با او در اختیارش قرار دهید، او باید مبلغی را در اختیار شما قرار دهد، تا در مواقعی که نسبت به درستی حرف‌های او تردید دارید، با استخدام یک کارآگاه خصوصی، حقیقت امر برای تان روشن شود.

روان‌درمانی احتمالاً مؤثر نخواهد بود افراد دچار اختلال شخصیت ضد اجتماعی، هیچگاه احساس نمی‌کنند که نیاز به روان‌درمانی دارند. آنها باور نمی‌کنند که ایرادی در نحوه افکار و احساس و رفتارشان وجود داشته باشد. هنگامی که شما از همسر خود می‌خواهید که برای اصلاح رفتار خود به یک مشاور مراجعه کند، توقع نداشته باشید که از تقاضای شما باروی گشاده استقبال کند و حتی از این متعجب نشوید که همسر شما علت مشکلات به وجود آمده در زندگی را به گردن شما بیاندازد و یا شاید همسر شما تلاش کند که شما را متقاعد سازد که با تلاش خودش به تنهایی یا همراه با شما و بدون دریافت هیچگونه کمکی از بیرون، مشکلات حل خواهد شد.

اگر همسر شما موافقت کرد که تحت روان‌درمانی قرار گیرد، شاید قصد او این باشد که اسباب رضایت شما را فراهم آورده و شما را همچنان برای خود نگاه دارد. تحقیقات

نشان می دهند که افراد ضد اجتماعی، روان درمانی خود را پس از مدت کوتاهی متوقف می سازند. آنها معمولاً درمانگر را مستأصل می سازند، به طور منظم در جلسات درمان، حضور نمی یابند و یا آنکه در جلسات درمان حضور می یابند، بدون آنکه هیچ تغییر بنیادینی را در خود به وجود آورند.

اگر همسر شما واقعاً یک فرد ضد اجتماعی باشد، تصور اینکه هیچگاه کاسه صبر شما لبریز نشود و قصد جدایی از او را نداشته باشید، بسیار دشوار است. چنین همسری بسیار بی مسئولیت، غیرقابل اطمینان، هوسباز، مستعد پرخاشگری، دارای روابط تصنعی و سطحی، بی تفاوت نسبت به نیازهای شما، فاقد وفاداری جنسی و مستعد سوء استفاده از دیگران از جمله خود شماست. با این اوصاف تعجبی ندارد اگر شما تصمیم بگیرید که از همسرتان جدا شوید و زندگی سالم تری را برای خود رقم بزنید. از آنجایی که همسر ضد اجتماعی شما، فرد خطرناکی است، لطفاً به هنگام جدا شدن از او موارد لازم در جهت حفظ امنیت جانی خود و احیاناً فرزندانتان را رعایت کنید

نخست به منظور دریافت حمایت لازم، پلیس و افراد خانواده و دوستان خود را در جریان جدایی خودتان و خطرات احتمالی آن بگذارید. در صورت لزوم تا مدتی به تنهایی از منزل خارج نشوید. در مرحله بعد به منظور جلوگیری از زبان های مالی احتمالی، مسئولین بانکی را که در آن حساب پس انداز دارید، در جریان جدایی خود از همسرتان قرار دهید. سوم، به همراه یک وکیل مراحل قانونی طلاق را طی کنید، به ویژه اگر شما و همسرتان دارای حساب پس انداز مشترکی هستید. از آنجایی که همسر شما در چنین موقعیتی به دنبال آن است که تا جایی که می تواند شما را مورد بهره کشی قرار

دهد، با قاطعیت کامل با او برخورد کنید و در صورت لزوم از واسطی مطمئن برای  
رساندن پیامهای خود به او و پیام های او به خودتان استفاده کنید.