

## معرفی شخصیت اسکیزوتایپال

### محبوب عجیب و غریب

#### ویژگی های شخصیت اسکیزوتایپال

1. افکار او غالباً به نظر شما دوستان و خانواده تان عجیب جلوه می کند  
1. حوادث و اتفاقات عادی معنای خاصی برای او دارند
2. او به طریقه خاصی جهان را تجربه می کند؛ چنان که در برخی مواقع، شما از آنچه او می بیند و با تجربه می کند، سر در نمی آورید
3. بارها اتفاق می افتد که او به فردی مشکوک مبدل می شود
4. عواطف و هیجانات او غالباً نامناسب و عجیب به نظر می رسند
5. غالباً ظاهر عجیب و غریبی دارد
6. دوستان صمیمی معدودی دارد
7. غالباً در موقعیت های اجتماعی به شدت احساس ناراحتی می کند، زیرا احساس می کند که دیگران با ظاهر و رفتار عجیب و غریب او رفتار مناسبی ندارند

#### داستانی از اختلال شخصیت

داستان این مقاله مربوط به یگانه است ، او می گوید که اگر فرهاد را به خوبی شناخته بودم، حتی برای یک بار هم می خواستم با او قرار ملاقات بگذارم. البته اشتباه نشود، من هنوز هم عاشق فرهاد هستم و بسیاری از ویژگی های او را دوست دارم.

در حدود شش سال از زمان طلاق من می گذشت که از طریق یکی از همکارانم با فرهاد آشنا شدم. البته از همان آغاز قدری به او مشکوک شدم. در واقع، دوست همکار من نیز قدری عجیب و غریب به نظر می رسید. او دختر بسیار شوخی بود که همیشه ذهنش مشغول زندگی اسرارآمیز ارواح بود. من از طریق او به یک گروه کتابخوانی که پیرامون موضوعات عجیب و غریب از جمله ارواح بحث و گفتگو می کردند وارد شدم و در آنجا با فرهاد آشنا گشتم. به طور کلی من از همان آغاز فرهاد را فردی دوست داشتنی یافتم. اگرچه او چند سالی از من کوچکتر بود، اما به نظر می رسید که این موضوع برایش چندان مهم نیست. او از ظاهر عادی برخوردار بود، اما در آن زمان ظاهر مردان برایم اهمیتی نداشت و به خاطر تجربه تلخی که از ازدواج قبلی خود داشتم، تنها چیزی که برایم مهم بود، این بود که همسر آینده ام فردی باشد که نسبت به همسر خود وفادار بماند.

فرهاد از حس شوخ طبعی عجیبی برخوردار بود که مرا شدیداً به خنده می انداخت. از آنجایی که در گروه کتابخوانی مزبور همه درباره موضوعات اسرار آمیز بحث و گفتگو می کردند، اعتقاد شدید فرهاد به ارواح و دخالت آنها در زندگی افراد، برایم چندان عجیب جلوه نکرد. فرهاد در اولین ملاقاتش با من دست و پای خودش را گم کرده بود و این برای من بسیار خوشایند بود و به من احساس غرور می بخشید.

اولین ملاقاتم با فرهاد در بیرون از گروه کتابخوانی بسیار لذت بخش بود. بنابراین، تصمیم به ادامه رابطه با او گرفتم. هفته بعد ما به سینما رفتیم و با هم شام خوردیم. من از بودن با فرهاد لذت می بردم. او از حس شوخ طبعی عجیبی برخوردار بود. با وجود این من متوجه شدم که گفتگوهای ما بیشتر پیرامون افراد، ارواح، افسانه ها و

شواهدی بود که به قول فرهاد حکایت از آن داشتند که دولت از نشر اخبار مربوط به وقایع فوق طبیعی جلوگیری می کند. به عقیده من چنین چیزی سخت باورنکردنی بود، اما فرهاد به طور جدی به آن عقیده داشت. آن شب به حالت شوخی و جدی به من اصرار کرد که شماره تلفن او را داشته باشم و در صورت برخورد با هر واقعه غیرمترقبهای سریع او را در جریان بگذارم.

ملاقات من با فرهاد کم و بیش ادامه یافت. اگرچه رابطه ما بیش از آنکه رابطه ای عشقی باشد، رابطه ای عجیب و غریب بود. فرهاد علاقه زیادی به نوشتن اظهارنظرهای طولانی در مورد پدیده های اسرارآمیز فوق طبیعی در اینترنت داشت و آنها را به انواع و اقسام سایت های عجیب و غریب ارسال می کرد. همچنین من متوجه شدم فرهاد علاقه زیادی به بازی نقش های خیالی دارد؛ چنانکه گاهی هنگام صرف غذا یا هنگامی که با هم صحبت می کردیم او ناگهان از زبان یکی از آن شخصیت های خیالی شروع به صحبت می کرد. در ابتدا این کار او برای من بسیار جالب و خشنود کننده بود، اما پس از مدتی، این کار او بیش از هر چیز دیگری مرا عصبانی می کرد.

نقطه پایانی رابطه ما هنگامی بود که من او را به پیک نیک در پارک نزدیک محل سکونتم دعوت کردم. در این پیکنیک که دوستان همسایه من نیز حضور داشتند، من متوجه شدم که فرهاد در بودن و صحبت کردن با دیگران بسیار احساس اضطراب و ناراحتی می کنند و این سبب می شد که بیش از پیش رفتارش عجیب و غیرعادی جلوه کند. دوستان همسایه من در همان پیک نیک چندساعته از رفتار و گفتارهای عجیب و غریب فرهاد نتیجه گرفتند که او یک فرد غیر عادی است. در نهایت، فرهاد بر سر تعدادی از آنها که از حرف های او خنده شان گرفته بود

البته من مطمئن بودم که قصد تمسخر او را نداشتند. فریاد کشید. بدتر از همه داستان ترسناکی بود که او برای کودکان تعریف و آنها را به شدت وحشت زده کرد. چند روز پس از واقعه پیک نیک، من به صراحت به فرهاد گفتم که تصمیم گرفته ام که به رابطه خودم با او پایان دهم. تصمیم من او را تا مدتی ناراحت ساخت، اما سپس قبول کرد که درک او برای زنان بسیار دشوار است، اما جالب اینکه او هنوز هم برخی مواقع پیامی در تلگرام برای من ارسال می کند و در آن به من هشدار می دهد که مراقب ارواح سرگردانی که در حوالی خانه من مشاهده کرده است، باشم.

فردی که از اختلال شخصیت اسکیزوتایپال رنج می برد، دارای ظاهر، افکار و رفتاری عجیب و غیر عادی است که می تواند برای شما در اوایل آشنایی تان با او خوشایند و جالب توجه باشد. مشخصه افکار اینگونه افراد، باور به قدرت ها و توانایی های جادویی است.

آنها عقیده دارند که این نیروهای فوق طبیعی یا فوق زمینی بر وقایع روزانه افراد تأثیرگذار هستند. ممکن است شما متوجه شوید که فرد محبوب شما بر این باور است که شخصیت های فیلم سعی دارند چیزی مهم را به او بگویند و یا به طور جدی به تله پاتی اعتقاد داشته باشد و از اینکه شما نمی توانید افکار و احساسات او را درک کنید، ناراحت شود.

وقایع و اتفاقاتی که به نظر ما تصادفی و عادی به نظر می رسد، غالباً از سوی این گونه افراد دارای معانی و اهمیت خاصی هستند و یا به نحوی آنها را با خودشان در رابطه می بینند و یا ممکن است فردی اسکیزوتایپال که علاقه زیادی به بازی و ایفای نقش دارد و

برای پنجاهمین بار در حال دیدن فیلم ارباب حلقه هاست، ناگهان به طور جدی به جای یکی از شخصیت های فیلم شروع به صحبت کند و افراد پیرامون خود را که چنین توقعی از او ندارند، به شدت شگفت زده و هراسان سازد.

افراد اسکیزوتایپال غالباً به بهداشت و آرایش ظاهر خود توجهی ندارند، زیرا هر دو این موارد از مواردی هستند که موجب به هم خوردن تمرکز آنها پیرامون افکار و تخیلات عجیب و غیر عادی آنها می شوند. این گونه افراد حتی ممکن است الگوهای رفتاری و یا احوالپرسی عجیب و غریبی نیز داشته باشند؛

به طور مثال: سلام، من فرانک هستم که بیست و هشت سال است بر روی این سیاره ساکن هستم. یک شاگرد دبیرستانی غیرعادی را تصور کنید که در گوشه یک کافه تریا تنها نشسته و موهای او شانه نشده و لباس های عجیب و غریبی به تن دارد. هنگامی که یکی از دانش آموزان به سر میز او می رود، او پس از آنکه چند لحظه به طور نامناسبی به چشم های او خیره می شود، دست خود را دراز می کند و به شیوه مریخی ها، آنچنان که در فیلم ها دیده است، با او دست می دهد.

همین حرکت او کافی است که فرد مقابل احساس کند روبه روی آدم عجیب و غریبی نشسته است، به همین دلیل میز او را ترک می کند و نوجوان اسکیزوتایپال بار دیگر تنها می شود.

همچنان که می بینید، یک فرد اسکیزوتایپال احتمالاً دوران نوجوانی و جوانی خود را در رنج و تنهایی به سر برده است. تجربه او از دیگران، مملو از طرد و تمسخر است و موجب شده است تا او نتواند به دیگران اعتماد کند. بنابراین، او به طور قابل توجهی فاقد مهارت های ارتباطی است و از بودن در میان جمع، به ویژه افراد غریبه احساس

اضطراب و ناراحتی می کند. ورود او به یک جمع ناشناخته به احتمال زیاد او را بسیار مضطرب می سازد. همچنین ممکن است که فرد اسکیزوتایپال هنگام صحبت کردن از شاخه ای به شاخه دیگری بپرد و دیگران را به این فکر بیاندازد که او یا دیوانه است و یا مواد مخدر مصرف کرده است.

متأسفانه افراد اسکیزوتایپال به ندرت جز افراد خانواده خود، با افراد دیگری رابطه نزدیک و صمیمانه دارند. فرد اسکیزوتایپال برخلاف فرد اسکیزوتیپ، علاقمند به ارتباط با دیگران است و از انزوا و تنهایی خود رنج می برد.

یک فرد اسکیزوتایپال به دلیل انزوا و طرد اجتماعی مزمن، از هوش هیجانی پایینی برخوردار است و در نتیجه در روابط خود با دیگران قادر به درک دقیق نشانه های کلامی و غیرکلامی آنها نیست. او توانایی درک پیام های تلویحی مندرج در گفتار دیگران را ندارد. همچنین به دلیل آنکه بارها و بارها از سوی دیگران مورد تمسخر و تحقیر قرار گرفته است، همواره با دیده شک و تردید به دیگران می نگرد.

چنین بازخوردی متأسفانه منجر به شکل گیری یک حلقه معیوب می گردد که در نتیجه آن هرچه بیشتر فرد اسکیزوتایپال نسبت به دیگران بی اعتماد می گردد، بیشتر و بیشتر از سوی آنها مورد تمسخر، طرد و تحقیر قرار می گیرد و این روند بار دیگر به بی اعتمادی هرچه بیشتر او نسبت به دیگران منجر خواهد شد. از سوی دیگر، هرچه او بیشتر از دیگران کناره می گیرد، بیش از پیش از توسعه مهارت های اجتماعی که به شدت به آن نیاز دارد، باز می ماند.

ما (نویسندگان) غالباً در شناساندن ویژگی‌های کامل یک فرد دارای اختلال شخصیت اسکیزوتایپال به دانشجویان خود دچار مشکل هستیم، اما نمایش فیلم سینمایی دینامیت ناپلئونی کار ما را ساده کرده است. شخصیت اول این فیلم که ناپلئون نام دارد، یک دانش‌آموز دبیرستانی بسیار بی‌عرضه‌ای است که همواره ذهنش مشغول شخصیت‌های افسانه‌ای، جادویی و خیالی مانند اسب تک شاخ، ارواح خبیثه و حتی موجود خیالی دست‌ساخت خودش به نام «لیگر» (ترکیبی از شیر (lion) و ببر (Tiger)) است.

ناپلئون دوستان کمی دارد و ارتباط با دیگران در موقعیت‌های اجتماعی برایش دشوار است. او همچنین نسبت به هم‌مدرسه‌ای‌های خودش بدبین است و تا می‌تواند از آنها فاصله می‌گیرد. شیوه لباس پوشیدنش غیرعادی است و ظاهر او نشان می‌دهد که نسبت به وضع ظاهری خود اعتنایی ندارد.

در مورد دیگر ویژگی‌های فرد اسکیزوتایپال باید گفت که احتمالاً در حیطه شغلی خود دچار مشکل است، زیرا حفظ یک شغل در شرایطی که فرد با ظاهری نامناسب در محیط کاری حضور می‌یابد، حرف‌های عجیبی بر زبان می‌آورد و در حالی که از بودن در میان جمع همکارانش احساس اضطراب شدید می‌کند، بسیار دشوار است. چنین فردی می‌تواند برای همکاران و مشتریان خود فرد ترسناکی جلوه کند. بنابراین، تا هنگامی که او نتواند شغلی مناسب حس و حال خود به طور مثال، کار در تنهایی پیدا کند، همچنان از نظر شغلی در شرایط دشواری به سر خواهد برد.

همچنین باید دانست که فرد اسکیزوتایپال در برخی مواقع همچون یک فرد روان‌پریش، به طور کلی با واقعیت قطع رابطه می‌کند. در چنین مواقعی او به مدت کوتاهی

دچار توهمات بینایی، شنوایی یا هر دو می‌گردد. به طور مثال، با جدیت تمام اظهار می‌دارد. در همین لحظه یک روح خبیث که من فقط می‌توانم او را ببینم قصد دارد مرا تحت سلطه خود بگیرد. در چنین مواقع نادری، فرد محبوب شما نیاز به دارودرمانی یا بستری شدن در بیمارستان دارد.

شکل‌گیری شخصیت اسکیزوتایپال احتمال بسیار کمی دارد که فرد اسکیزوتایپال دوران کودکی عادی یا شادی را پشت سر گذاشته باشد. عوامل ژنتیکی، زندگی با والدین اسکیزوتایپال یا بدتر از آن اسکیزوفرنیا، به ویژه در اوایل دوران کودکی می‌تواند نقش مهمی در ابتلای فرد به اختلال شخصیت اسکیزوتایپال داشته باشد.

ممکن است که والدین فرد اسکیزوتایپال، افراد سرد و بی‌احساسی بوده و در نتیجه سبب شده‌اند که فرزندشان در تنهایی خود به دنیای تخیلات پناه ببرد. علاوه بر این، ممکن است والدین فرد اسکیزوتایپال، افرادی خشن، تحقیرگر بوده و یا از داشتن چنین فرزندى احساس شرم می‌کرده‌اند. در نتیجه، این فضا سبب شده است که او در هراس از آزار و اذیت، از آنها و دیگران کناره‌گیری کند. این افراد بعدها در بزرگسالی و به هنگام حضور در موقعیت‌های جدید نیز دچار اضطراب شده و از جهت سازگاری، بسیار کند عمل میکنند.

یکی از اصلی‌ترین عوامل شکل‌گیری اختلال شخصیت اسکیزوتایپال، رفتار عجیب و غریب و مختل والدین با کودک است. این‌گونه والدین ممکن است چیزی بگویند یا کاری انجام دهند که به نظر کودک، آشفتنه و بی‌معنی جلوه کند. به طور مثال، آنها ممکن است کودک را به خاطر انجام کاری عادی و بی‌ضرر و بدون آنکه قبلاً به او تذکر داده باشند، تنبیه یا مسخره کنند. چنین کودکی همواره نمی‌داند که والدین او چه



واکنشی در قبال او از خود نشان خواهند داد و بنابراین، قدرتی جادویی را به والدین خود نسبت خواهد داد، چیزی که بعدها منجر به شکل گیری تفکر جادویی در کودک خواهد شد. ممکن است که او همراه با ترس به کنجکاوی هرچه بیشتر پیرامون آنچه گمان می کند از قدرتی جادویی برخوردار است، پردازد. همچنین ممکن است که والدین، در کودک نسبت به ترک خانه ایجاد احساس گناه کنند. به طوری که مانع از رشد مهارت های اجتماعی لازم در او شده و او را ناخواسته به سمت اتخاذ الگوی کناره جویی از اجتماع، تخیلات غیر عادی و عادات عجیب و غریب سوق دهند.

### فرد اسکیزوتایپال به عنوان شریک زندگی

در اینجا یک تناقض به چشم می خورد: بسیاری از افراد اسکیزوتایپال از آنجایی که نسبت به طرد شدن بسیار حساس هستند، غالب اوقات عمر خود (اگر نگوئیم همه عمر) را در تنهایی به سر می برند. اگر شما وارد رابطه عاطفی با فردی اسکیزوتایپال شده اید، شاید بخواهید بدانید که از رابطه و زندگی با او چه انتظاری می توانید داشته باشید. شما باید بدانید که عادات عجیب او احتمالاً در تمام مدتی که با او رابطه دارید باقی خواهد ماند. واقعیت این است که ویژگی های عجیب او نسبت به هرگونه تغییری بسیار مقاوم هستند. در اینجا به برخی ویژگی های مادام العمر اسکیزوتایپال شما اشاره می شود:

1. محبوب شما بارها و بارها رفتارهای عجیب و غریبی را از خود به نمایش خواهد گذاشت.

ممکن است شما در ابتدا شیفته برخی از همین رفتارهای او شده باشید، اما اکنون دوستان و خانواده و همکاران او، چنین رفتارهایی را نه تنها خوشایند نمی بینند بلکه آنها را عجیب و غیر عادی تلقی می کنند. این احتمالاً عواقب ناخوشایندی را برای شما به همراه خواهد داشت. پس از مدتی دوستان و خانواده شما به تدریج از شما فاصله می گیرند و شما دچار خط روابط اجتماعی فزاینده شده، ممکن است با برخی عزیزان خود اختلافاتی پیدا کنید که قبلاً نداشتید. یا اینکه ممکن است آنها برای شما نگران شوند که مبادا محبوب اسکیزوتایپال شما بلایی بر سرتان بیاورد.

هنگامی که او عنوان می دارد که متعلق به سیاره دیگری است و یا لحظه به لحظه فیلم تخیلی فضایی استار ترک را کاملاً حفظ است، به سادگی می توان درک کرد که چرا عزیزان شما نگران امنیت جانی شما هستند. رابطه عاطفی با یک فرد اسکیزوتایپال علاوه بر طرد اجتماعی، عواقب دیگری همچون استرس مالی را نیز برای شما به همراه دارد.

در صورتی که محبوب شما نتواند شغل مناسبی را برای خود دست و پا کند، ممکن است مجبور شود که به شغلی سطح پایین با حقوقی اندک تن دهد. حتی ممکن است شرایط به گونه ای شود که شما احساس کنید بار اصلی مالی خانواده بر دوش شما افتاده است؛ به ویژه در ایامی که او به هذیان های موقتی دچار شده باشد.

شما علاوه بر مشکلات اجتماعی و اقتصادی، متوجه خواهید شد که محبوب شما قادر به برآورده ساختن نیازهای عاطفی شما نیست. به یاد داشته باشید که او احتمالا در یک شرایط انزوای کامل اجتماعی و اجتناب از دیگران رشد یافته است. بنابراین، برای او بسیار دشوار است که پیام های غیرکلامی شما را به درستی دریافت کرده و به خواسته های شما پی ببرد.

از بسیاری جنبه های شما به زبانی سخن می گویند که او قادر به درک و در نتیجه پاسخگویی به آنها نیست. هرچند یک فرد اسکیزوتایپال در بزرگسالی می تواند مهارت خواندن علائم هیجانی به ویژه از نوع ظریف آنها را کسب کند، اما چنین چیزی مستلزم صرف زمان و تلاش فراوان است.

پس از گذراندن دوران سخت کودکی و نوجوانی و مواجهه با طرد و تحقیرهای فراوان، به نظر می رسد که برای فرد محبوب شما اعتماد و اجتناب از بدبینی نسبت به دیگران تا حدی دشوار باشد؛ چنانکه ممکن است حرفهای عادی دیگران را حمل بر کنایه، طعنه و توهین کند و در پی آن مدتی را به دور از اجتماعات به سر ببرد و حتی ممکن است تا مدتی او را اندوهگین و افسرده سازد.

افراد اسکیزوتایپال به آسانی دچار افسردگی می شوند. یک عمر تمایل به دیگران و تجربه بارها و بارها طرد و تحقیر، ممکن است که منجر به ایجاد احساس بی ارزشی در آنها شود. هنگامی که از رابطه با او احساس خوبی ندارید و تلاش می کنید به او بگویید که برخی از رفتارهای او شما را آزار می دهد، اگر با کناره جویی و افسردگی او مواجه شده اید، اصلا تعجب نکنید؛ چرا که صحبت

صادقانه با فرد اسکیزوتایپال بسیار دشوار است.

بسیاری از این اطلاعاتی که به شما می دهیم، اگر ناامیدکننده نباشد، می تواند هشداردهنده باشد و برای آنهایی که در رابطه عاطفی با فرد اسکیزوتایپال قرار دارند، مفید واقع شود. از سوی دیگر، افراد اسکیزوتایپال غالباً افراد بسیار خلاق هستند. همین ویژگی می تواند موجب خوشایندی شما شود و اگر حالت افراطی نداشته باشد می تواند موجب موفقیت آنها در برخی از مشاغل گردد.

آلیس سبولد در یک مصاحبه که پس از موفقیت چشمگیر رمان اش با نام استخوان های دوست داشتنی با او انجام گرفت، گفت که همواره، قدری عجیب و غیر عادی بوده است و به نویسندگان همسان خودش توصیه می کند برای دستیابی به موفقیت، عجیب و غیر عادی باقی بمانند. خانم سبولد اگر چه تا آنجا که ما می دانیم دارای هیچ یک از اختلالات شخصیت نبوده، با وجود این، در طول زندگی خود وقایعی غیر عادی از قبیل: والدین الکلی، تجاوز جنسی، اعتیاد به هرئین و استرس پس از ضربه را تجربه کرده بود.

البته ناگفته نماند که تنها اندکی از افراد اسکیزوتایپال از طریق پیگیری افکار غیر عادی خود به موفقیت هنری دست می یابند و غالب آنها به سبب ویژگی های شخصیتی خود، از سوی دیگران مورد طرد و تحقیر واقع شده و مجبور به تجربه بدفهمی ها و ناکامی های فراوان می شوند

## چرا من جذب افراد عجیب و غیرعادی می‌شوم

باید دید واقعا چه چیزی در این نوع افراد وجود دارد که شما را شیفته خود می‌سازد. در پاسخ باید گفت اگر زمانی شما خود را مایل به ارتباط با فردی اسکیزوتایپال دیده اید، شما در حال ایجاد ارتباط با فردی هستید که دارای تعدادی از ویژگی‌های زیر است:

1. او به اشتباه گمان می‌کند که اشخاصی که با او برخورد می‌کنند یا وقایعی که اتفاق می‌افتند به نحوی از پیش تعیین شده و در رابطه با او شکل گرفته است.  
2. او دارای باورهای خنده دار، افکار جادویی با طرز صحبتی غیرعادی است که می‌تواند از نظر دیگران عجیب و خجالت آور باشد.

3. او به دفعات دارای احساسات و تجربه‌هایی عجیب و غریب و غیر عادی است.  
4. او غالباً نسبت به دیگران مشکوک و بی‌اعتماد است و دوستان بسیار کمی دارد  
5. احساسات و عواطف او با آنچه اتفاق می‌افتد و یا درباره آن صحبت می‌شود،

تناسب و هماهنگی ندارد

6. طرز پوشش او غیر عادی است

7. او از بودن در موقعیت‌های اجتماعی احساس ناراحتی میکند و انتظار دارد که از سوی دیگران طرد شود.

برای فردی که این کتاب را می‌خواند بسیار آسان است که بفهمد چرا یک فرد وارد رابطه عاطفی با فرد اسکیزوتایپال می‌شود و به آن ادامه می‌دهد. شاید او در نگاه اول فردی متمایز از دیگران، جذاب، اسرار آمیز یا حداقل سرگرم کننده و خوشایند جلوه می‌کند.

کند، افراد اسکیزوتایپال می توانند افرادی جذاب، خلاق و در برخی زمینه ها بسیار موفق باشند.

بنابراین، احساس شیفتگی نسبت به یک یا دو فرد اسکیزوتایپال در مقاطع زمانی مختلف می تواند عادی تلقی شود، اما اگر شما به طور پی در پی در چندین رابطه عاطفی فقط و فقط عاشق افراد اسکیزوتایپال می شوید، چه باید گفت؟ یا اگر نه تنها عاشق چنین افرادی شده اید، بلکه در نهایت با یکی از آنها ازدواج کرده اید، در مورد شما چه باید گفت؟

در ابتدا باید گفت شاید شما از جمله افرادی باشید که جذب افرادی متفاوت و متمایز از دیگران می شوند. شاید سرکشی آنها در قبال هنجارهای جامعه را تحسین برانگیز می دانید و یا شاید شیفته تمرکز کامل آنها بر روی فعالیتی غیرعادی شده اید.

اگر شما در خانواده ای رشد یافته باشید که حداقل یکی از والدین دارای افکار و رفتارهایی عجیب و غیر عادی بوده است، آنگاه رابطه با یک فرد اسکیزوتایپال می تواند برای شما بسیار خوشایند باشد. بنابراین، در درجه اول دل باختن به فردی اسکیزوتایپال و رابطه با او می تواند برای شما به معنای گسستن از یک گذشته تکراری و کسب یک هویت جدید باشد، و در درجه دوم می تواند به معنای جذب شدن به سمت کسی باشد که حداقل شبیه به یکی از والدین شماست و بودن با او برای تان راحت است.

دلیل دیگری که برای گرایش فراوان و پی در پی شما به سمت افراد اسکیزوتایپال می تواند وجود داشته باشد این است که بایستی خود شما نیز حدی دارای ویژگی های مربوط به اختلال شخصیت اسکیزوتایپال باشید. لطفا ما را ببخشید که درباره شما چنین اظهارنظر می کنیم. به هر حال، این هم یکی از دلایلی است که نباید آن را نادیده

گرفت. باورهای کلیشهای قدیمی مبنی بر اینکه فقط یک نفر است که فرد دیگر را درک می کند، و یا «کبوتر با کبوتر، باز با باز» ممکن است در اینجا مصداق پیدا کند. یعنی شما در واقع به دنبال فردی مانند خودتان هستید. تجربه درمانی ما نشان می دهد که در بسیاری مواقع فرد در واقع عاشق چیزی همانند خود در دیگری می شود. بنابراین، حتی اگر خود شما نیز متوجه رفتارهای عجیب و غیر عادی خودتان نباشید، این امکان وجود دارد که در بسیاری از باورهای عجیب و غیر عادی فرد محبوب خود با یکدیگر هم رأی و هم داستان باشید. آیا خود شما به خاطر برخی از دشواری ها در هماهنگی با جمع، خود را از موقعیت های اجتماعی دور نگاه نمی دارید؟ توصیه ما این است که به آن دسته از مشخصات ویژه افراد اسکیزوتایپال که در آغاز این فصل آورده ایم نگاه کنید و صادقانه ببینید آیا این مشخصات درباره شما نیز صدق می کند؟ البته گرایش شما به سمت افراد عجیب و غیر عادی نمی تواند خالی از تمایل شما به مراقبت و حمایت از آنها باشد.

آیا شما از نظر درونی خود را مجبور به حمایت از افراد زخم خورده و طردشده از اجتماع می بینید؟ این تمایل قوی در شما از کجا سرچشمه گرفته است؟ شاید یکی از والدین یا دیگر اعضای خانواده شما فردی از نوع اسکیزوتایپال است و اکنون شما کاری را که در زمان کودکی خود نتوانستید برای او انجام دهید، قصد دارید که در بزرگسالی برای فرد دیگری که عاشق او هستید انجام دهید.

این پدیده ای است که در بسیاری از انسان ها دیده می شود و آنها را از سر دلرحمی و دلسوزی عاشق این گونه افراد می سازد؛ و چنان که می دانید رحم و دلسوزی نمی تواند اساس محکمی را برای یک رابطه صمیمانه به وجود آورد زیرا فرد محبوب شما به شیوه

های مختلف به رفتار عجیب و غیر عادی خود ادامه خواهد داد و شما نیز برای همیشه بایستی که نقش یک حامی را برای او ایفا کنید.

زندگی با فرد اسکیزوتایپال شما پس از خواندن این فصل و یا شاید پس از تجربه رابطه عاشقانه با یک یا چند فرد اسکیزوتایپال، ممکن است به خوبی متوجه شده باشید که زندگی با چنین افرادی تا چه حد می تواند عجیب و غیر عادی باشد. اگر قصد دارید به مدتی طولانی با چنین فردی زندگی کنید، بایستی که روحیه کنار آمدن با دوری کردن او از اجتماعات را در خود پرورش دهید. همچنین باید توقع این را داشته باشید که دوستان و آشنایان و حتی خانواده شما به خاطر همنشینی شما با چنین فردی، از شما فاصله بگیرند.

همچنین شما نیاز دارید که برای تحمل افکار عجیب و غیرعادی محبوب خود و یا نیش و کنایه هایی که به احتمال زیاد از سوی دوستان و آشنایان و خانواده خود دریافت می کنید، پوست کلفتی داشته باشید و باید بدانید که بارها و بارها از دست کارهای او به شدت عصبانی خواهید شد. به هر حال، اگر شما تصمیم گرفته اید که همچنان با او باشید به راهبردها و توصیه های زیر توجه کنید:

1. پذیرش غیرمشروط محبوب فرد اسکیزوتایپال به احتمال زیاد زندگی دشواری را پشت سر گذاشته است.

زندگی برای او مملو از تجربه های تلخ طرد و تحقیر و توهین و گوشه و کنایه از سوی دیگران بوده و در نهایت منجر به احساس بی اعتمادی او نسبت به دیگران شده است.



بسیاری از روان درمانگرانی که به درمان افراد اسکیزوتایپال اشتغال دارند، خود را در نقش اصلاح تجربه هیجانی گذشته و پرستاری از کودکی زخمی می بینند.

فرد اسکیزوتایپال جهان را از دریچه ترک و وانهادگی، زخمی شدن، انزوا و بی اعتمادی نگاه می کند. بنابراین، همسر چنین فردی بایستی با داشتن صبر و تحمل فراوان، محیط امنی را برای او فراهم سازد تا او احتمالا به تجربه ای خوشایند در ارتباط با دیگران دست یابد.

شما چه کاری می توانید انجام دهید؟ علی رغم هر فکر یا رفتار عجیبی که از خود به نمایش می گذارد، او را مورد پذیرش غیر مشروط قرار دهید.

برای خنثی سازی مکانیسم های شدید دفاعی او، شما نیاز دارید که به طور مداوم او را با مهربانی و توجه مثبت و بدون هیچ نشانه ای از تمسخر و طرد پذیرا شوید. به این ترتیب، پس از مدتی ممکن است که محبوب شما به احساس راحتی و اعتماد بیشتری دست یافته و رابطه صمیمانه تری را با شما به وجود آورد.

2. زیاد عجله نداشته باشید غالبا ما دوست داریم که رابطه عاشقانه دوسویه ای را تجربه کنیم.

اگرچه شما محبوب اسکیزوتایپال خود را درک می کنید، اما در نهایت ممکن است در مورد ابراز عشق و علاقه اش به خودتان و حضور در میان جمع و کاهش رفتارهای عجیب و غیر عادی، به او فشار بیاورید. چنین کاری اشتباه است.

به یاد داشته باشید که رفتار کنونی او حاصل گذشته ای مملو از تجربه های تلخ و تحقیر و تمسخر از سوی دیگران است. بنابراین، اگر شما بیش از حد تحمل و

توانایی او، در مورد ایجاد رابطه با خودتان و دیگران فشار بیاورید، او بیش از پیش به داخل لاک دفاعی فرو می رود و عقب نشینی خواهد کرد. اگر به او فشار بیاورید که به شما اعتماد کند، به شما بگوید چه احساسی دارد و یا خاطرات کودکی خود را با جزئیات کامل برای شما تعریف کند، آنگاه ممکن است که او به سمت سکوت و رفتارهای عجیب و غیر عادی بیشتری سوق داده شود.

3. به او در جهت برقراری روابط اجتماعی کمک کنید

اگر محبوب شما یک فرد اسکیزوتایپال است، برنامه دراز مدت شما این خواهد بود که مهارت های لازم برای ایجاد و حفظ یک رابطه پایا و معنی دار را به او بیاموزید. البته ما به شما پیشنهاد نمی کنیم که شما در نقش واسط روابط اجتماعی او ظاهر شوید، بلکه تا جایی که ممکن است، ایجاد چنین روابطی را برای او ساده و آسان سازید.

از آنجایی که محبوب شما تمایل دارد که به روابط خود وسعت بیشتری دهد، شما می توانید این کار را برای او ساده تر سازید. البته هر اس محبوب شما از موقعیت های اجتماعی جدید و برخورد با غریبه ها ممکن است مانع این کار شود، بنابراین، سعی کنید آن دسته از فعالیت های اجتماعی را انتخاب کنید که مورد علاقه محبوبه شما است (به طور مثال، سینما یا بازی های کامپیوتری). برای این کار افراد یا گروه هایی را انتخاب کنید که مطمئن هستید تحمل روحیات عجیب و غیر عادی محبوب شما را دارند و در نهایت تلاش محبوب خود را در ایجاد و حفظ روابط اجتماعی، به شیوه های مختلف مورد تقویت قرار دهید.

مهارت های اجتماعی او را تقویت کنید بدون آنکه منتی بر محبوب خود بگذارید، مهارت های اجتماعی لازم را به او آموزش داده و در صورت اجرای صحیح، به شیوه های مختلف از جمله تحسین و تمجید، پاداش دهید. چنین چیزی احتمالا به اعتماد به نفس بیشتر او در موقعیت های اجتماعی منجر خواهد شد.

محبوب شما به عنوان فردی که موقعیت های اجتماعی برای او مانند میدان جنگ محسوب می شود، احتمالا فاقد مهارت های اجتماعی لازم است و نمی داند که در چنین موقعیت هایی باید چه بگوید و مهمتر از همه چه نگوید. دیگر مهارت های اجتماعی که بایستی به محبوب خود بیاموزید این است که در چه فاصله ای از دیگران بایستد، چگونه تماس چشمی برقرار کند، و چه نوع علائم غیرکلامی را به طرف مقابل خود ارسال دارد.

اگرچه این گونه مهارت های اجتماعی برای شما ساده به نظر می رسد، اما باید بدانید که چنین مهارت هایی برای یک فرد اسکیزوتایپال بسیار دشوار است و بدون اخذ آموزش و کمک، قادر به یادگیری آنها نیست. در این راستا هرگونه بهبود تدریجی در روابط اجتماعی محبوب خود را مورد تقویت قرار دهید. به محبوب خود کمک کنید که اعتبار باورهای خود را مورد ارزیابی قرار دهد یک مشکل بارز و مداوم فرد اسکیزوتایپال، تمایل او به افکار عجیب و جادویی درباره خود، دیگران و جهان است. هنگامی که محبوب شما در آغاز، به حسن نیت شما اعتماد می کند، شما احتمالا در موضعی قرار می گیرید که بتوانید به طور مسالمت آمیز و دوستانه باورهای غیر منطقی او را مورد چالش قرار دهید.

بنابراین، هنگامی که محبوب شما می گوید: قبل از اینکه من چیزی بگویم تو میدانی من چه می خواهم بگویم، این طور نیست؟ مؤدبانه، اما با قاطعیت به او بگویید: ما هر دو میدانیم که من نمی توانم ذهن تو را بخوانم، اما برخی اوقات می توانم حدس بزنم که تو چه می خواهی بگویی. اگر چنین چالش هایی به طور مؤدبانه و دوستانه انجام پذیرد، می توانید به محبوب خود کمک کنید که به تدریج تفاوت میان افکار جادویی و افکار منطقی را تشخیص دهد.

هدف شما نباید تغییر کامل او باشد اگر شما از رفتارهای عجیب و غیر عادی محبوب خود، بسیار ناراحت می شوید بهتر است از او جدا شوید. زیرا افراد اسکیزوتایپال برای همیشه عجیب و غیرعادی باقی خواهند ماند. شاید برخی از این رفتارهای عجیب و غیر عادی، همان رفتارهایی باشد که شما در ابتدا شیفته آنها بودید و به همین سبب شیفته محبوب کنونی خود شده اید. اگر شما قصد دارید تمامی این رفتارها را از بین ببرید، باید گفت که تنها وقت خود را تلف می کنید و در پایان جز ناکامی و ناراحتی چیز دیگری نصیب شما نخواهد شد. در مقابل، بهتر است هدف شما این باشد که تعاملات اجتماعی و در نتیجه اعتماد به نفس او را افزایش دهید. باید بدانید که محبوب شما برای همیشه برخی از افکار، عادات عجیب و غیر عادی خود را حفظ خواهد کرد و هیچگاه در برابر نگاه غریبه ها احساس راحتی نخواهد کرد، اما او می تواند به طور چشمگیری در رابطه با شما و خودش و دوستان و آشنایان، احساس راحتی بیشتری کند.

زمان ترک رابطه ممکن است زمانی پیش آید که شما متوجه شوید که پیش از این قادر به تحمل رفتارهای بسیار عجیب و غیر عادی و کناره گیری بیش از حد او از اجتماع

نیستید. در آن صورت، این پرسش پیش می آید که اگر او را ترک کنید از سوی او با چه نوع واکنشی مواجه خواهید شد؟ هر چند تاکنون شواهدی مبنی بر تمایل فرد اسکیزوتایپال به واکنش خشونت آمیز دیده نشده است. اما با وجود این، باید گفت که او پس از ترک شما از نظر روحی بسیار آشفته و پریشان خواهد شد، از سوی دیگر، باید دانست که شخصیت اسکیزوتایپال در طول زندگی، تجربه زیادی در مورد طرد شدن از سوی دیگران دارد و نسبت به این مسئله بسیار حساس است. بنابراین، در صورت امکان، قطع رابطه با او را نه یکباره، بلکه در طی یک روند

تدریجی انجام دهید تا آمادگی لازم را در او به وجود آورید. در این دوران از دیگر دوستان و آشنایان او نیز بخواهید که حمایت و توجه لازم را از او به عمل آورند.

خلاصه فرد اسکیزوتایپال ممکن است در ابتدای آشنایی فردی جالب و منحصر به فرد به نظر آید، اما با گذشت زمان شما متوجه خواهید شد که با فردی کاملاً عجیب و غیرعادی رابطه عاطفی برقرار کرده اید. اگرچه همه ما ممکن است تا اندازه‌های دارای عادات و خصلتهای عجیبی باشیم، اما یک فرد اسکیزوتایپال اینگونه عادات و خصلت‌ها را به گونه ای دارد که او را دچار اختلال شخصیت می سازد. چنین فردی دارای افکار و رفتارهای عجیب و غیر عادی است و هنگام حضور در یک موقعیت اجتماعی کاملاً احساس ناراحتی می کند و ممکن است چیزی بگوید یا کاری انجام دهد که دیگران او را مورد تمسخر قرار داده و از جمع خود طرد سازند. اگر شما عاشق چنین فردی شده اید، ممکن است که در ابتدا رابطه خوبی با او داشته باشید، اما باید بدانید که با گذشت زمان در رابطه با چنین فردی دچار مشکلات جدی، به ویژه در زمینه روابط اجتماعی با دیگران خواهید شد