

پرخاشگری

عبارت است از هرگونه رفتاری که با هدف آزاد خود و یا دیگران که به مقابله با او ایستاده اند. برانگیخته شدن خشم از سوی فرد به دنبال هر عاملی که باعث احساس ناکامی در وی گردد، دیده می شود.

تحقیر، توهین، سرزنش، و پرخاشگری از طرف دیگران نسبت به فرد از جمله عوامل مهمی هستند که منجر به برانگیختن خشم وی می گردد.

در بسیاری موارد شخصیت بیمارگونه فرد احساس عدم امنیت میکند و تصور می کند که علیه او توطئه می کنند و او را مسخره می نمایند و قصد کشتن وی را دارند و گاهی صداهایی می شنوند که مثلا به او می گویند: ما تو را می کشیم و یا تو انسان پستی هستی و مستحق توبه می باشی. این ادراکات برای بیمار واقعیت دارد و او نسبت به این پندارهای غیر واقعی و توهنات عکس العمل نشان می دهد.

و می کوشد راهی برای خلاصی خود از این مخمصه پیدا کند.

بیمار احساس می کند که جان او در خطر است و خود را از دیگران مخفی می نماید تا به خیال خود در امان باشد و یا به افرادی که فکر می کند دشمن او هستند حمله می کند با آن ها درگیر می شود.

تهاجم و پرخاشگری در بیمار اسکیزو فرنی نه بخاطر احساس قدرت بلکه برای دفاع از خود می باشد.

خانواده باید تشخیص دهد که :

۱- چه موقع و یا چه موقعیتی، در مواجهه با کدام عوامل بیمار خشمگین می شود.

الف: درونی (خاطرات، توهنات، هذیانها)

ب- عوامل خارجی (افراد غریبه و آشنای محیط)

۲- چه عواملی پرخاشگری بیمار را تشدید می کند.

راههای مقابله با پرخاشگری بیمار:

۱- توجه به علت رفتار پرخاشگرانه بیمار

۲- پرهیز از نزدیک شدن به بیمار و دست زدن به او

چون موجب تحریک بیمار می شود.

۳- پس از شناخت عوامل برانگیزاننده خشم بیمار، بایستی احساسات او را درک نموده و به بیمار اجازه داد مشکل خود را بیان کند.

۴- از بیمار سوال می شود: عصبانی به نظر می رسد، حالتان خوب نیست این جملات به بیمار کمک می کند خود را با صحبت کردن تخلیه کند و تا حدی مشکلات خود را بشناسد.

۵- حفظ خونسردی و آرامش در همه حال لازم است.

۶- از تهدید، تمسخر و بی احترامی نسبت به بیمار جدا خودداری کرد.

۷- با بیمار طوری برخورد کنیم که نشانه پذیرش او از جانب اطرافیان باشد. گویا به او حق می دهیم که از چیزی نگران نباشد مثلا با گفتن جملاتی



آنچه که باید در مورد پر خاشگری بدانیم



واحد آموزش بیمار بیمارستان امام رضا (ع)

تهیه کننده: رقیه نودهی

با نظارت دکتر الهام اسماعیلی شاندیز

(متخصص بیماری های اعصاب و روان)

بازنگری: شهریور ۱۴۰۱



کند و زمانی که حال بیمار بهتر شد راههای کنترل خشم را به او آموزش دهیم.

۱۳- در صورتی که پر خاشگری بیمار زیاد است و با اقدامات ذکر شده قابل کنترل نباشد جهت درمان از طریق مهار فیزیکی (بستن با طناب پارچه ای که آسیبی به او نرسد) سریعا به مراکز پزشکی برده شود.

۱۴- از هر گونه برخورد کلامی و غیرکلامی سرزنش آمیز که عزت نفس بیمار را خدشه دار کند پرهیز کنید.



سایت آموزش به بیمار: www.nkums.ac.ir

تلفن: ۰۵۸۳۲۲۲۸۱۱۱-۸ داخلی ۲۱۷

مانند (من مایلم مشکل شما را گوش کنم یا نگران شما هستم).

۸- به بیمار نشان دهید که او را دوست دارید و درصدد کمک به او هستید.

۹- در حین برقراری ارتباط با بیمار بهتر است به او کمک کنیم که محل خود را تغییر دهد.

۱۰- در مواجهه با بیمار خشمگین نبایستی تنها در مقابل او قرار بگیریم و بهتر است چند نفر مراقب او باشند.

۱۱- به گونه ای در مقابل بیمار قرار بگیریم که اگر او خواست فرار کند ما را مورد حمله قرار ندهد و از طرفی راه فرار برای خود باز بگذاریم.

۱۲- پس از فروکش نمودن خشم بیمار بهتر است در صورت تمایل وی از کسانی که آن هارا ترسانده عذرخواهی