

## I disturbi della personalità

La personalità è il modo in cui una persona pensa, si sente e si comporta. Si tratta di chi siamo e di cosa pensiamo di noi stessi. Per la maggior parte delle persone la personalità rimane abbastanza coerente in tutte le situazioni e nel corso del tempo. Alcune persone, tuttavia, potrebbero avere difficoltà in merito al modo in cui pensano e considerano sé stesse e gli altri.

Un disturbo della personalità può essere un meccanismo di difesa a seguito di esperienze avverse o di un trauma; non si tratta della scelta di una persona di comportarsi in un certo modo.

La personalità di ogni persona è diversa. La personalità si sviluppa man mano che la persona attraversa diverse esperienze di vita. La maggior parte delle persone è sufficientemente flessibile da imparare da esperienze trascorse e cambiare all'occorrenza il proprio comportamento. Una persona con un disturbo della personalità ha molte più difficoltà a controllare la propria condotta. Tale persona coltiva pensieri estremi e sensazioni così intense da avere difficoltà a far fronte alle incombenze della vita quotidiana. Agisce in modi che non riesce a controllare e fa fatica a relazionarsi con persone e situazioni. A seguito di queste difficoltà, spesso incontra notevoli problemi e limiti nei propri rapporti, incontri occasionali, sul lavoro e a scuola.<sup>1</sup>

Talvolta, alcuni confondono i disturbi della personalità con il bipolarismo. Un disturbo della personalità comporta un quadro duraturo di sbalzi bruschi e improvvisi di umore e di comportamento. Il bipolarismo comporta casi distinti di episodi maniacali o depressivi. Maggiori informazioni sul bipolarismo si trovano nella scheda informativa sul disturbo bipolare in questa serie.

I disturbi della personalità sono patologie nel campo della salute mentale in cui la tua personalità e il tuo comportamento causano

angoscia a te stesso o ad altri. Molti e diversi sono i tipi e le cause potenziali dei disturbi della personalità e anche i segnali e i sintomi sono svariati.

I disturbi della personalità sono molto complessi e ve ne sono molti di tipo diverso. Può essere difficile diagnosticare un disturbo della personalità.

### Tipi di disturbi della personalità:

Alcuni di diversi tipi di disturbi della personalità sono:

**Disturbo della personalità antisociale:** Tendenza a non interessarsi degli altri al punto da essere aggressivi e violenti o da violare i diritti del prossimo.

**Disturbo evitante della personalità:** Sensazione di ipersensibilità alle critiche o al rifiuto e timidezza estrema.

**Disturbo della personalità borderline:** Agire d'impulso, correre grandi rischi, provare profonda angoscia, avere un carattere esplosivo o umore instabile.

**Disturbo della personalità narcisistico:** Credere di essere meglio di tutti gli altri.

**Disturbo della personalità ossessivo compulsivo:** Essere estremamente dominante, ossessionato dalla perfezione, da regole e dall'ordine; essere incapace di sbarazzarsi di cose vecchie o rotte.

**Disturbo schizotipico della personalità:** Non curarsi affatto di altre persone e coltivare pensieri insoliti, ad esempio 'pensieri magici' – ossia credere di poter influenzare persone ed eventi con il proprio pensiero.

Le persone con un disturbo della personalità non sempre si rendono conto di avere un disturbo perché il loro modo di pensare e di comportarsi sembra loro naturale e parte della propria personalità. I loro pensieri e comportamenti potrebbero essere una risposta protettiva contro i traumi e o avversità.

<sup>1</sup> [What are personality disorders? | Personality disorders | ReachOut Australia](https://au.reachout.com/articles/what-are-personality-disorders) - <https://au.reachout.com/articles/what-are-personality-disorders>



## Sintomi:

I sintomi dei disturbi della personalità sono tratti della personalità stessa che chiunque potrebbe manifestare in un qualche momento della vita. La differenza per le persone con disturbi della personalità è che il loro comportamento è estremo e, di solito, tali persone sono incapaci di cambiarlo o di adattarsi allo stesso.

Di norma i disturbi della personalità non vengono diagnosticati prima dei 18 anni perché la nostra personalità è in continuo sviluppo fino a tale età.

Bambini e adolescenti subiscono cambiamenti ormonali che incidono sul loro umore e i segnali possono essere simili o uguali ad un disturbo della personalità. Se noti comportamenti che ti preoccupano e turbano la tua vita normale, rivolgiti al medico.

### **Alcuni segnali che una persona ha un disturbo della personalità potrebbero includere:**

- frequenti sbalzi d'umore
- estrema dipendenza dagli altri
- narcisismo (vanità estrema)
- rapporti personali burrascosi
- isolamento sociale
- scatti d'ira
- essere sospettosi o diffidenti di altri
- difficoltà a fare amicizie
- bisogno di gratificazione immediata
- scarso controllo degli impulsi
- abuso di alcol o sostanze stupefacenti
- autolesionismo e minacce o tentativi di suicidio

Ogni persona potrebbe manifestare di tanto in tanto alcuni di questi segnali e non tutti coloro con un disturbo della personalità manifesteranno tutti questi sintomi. Se manifesti questi sintomi per la maggior parte della giornata – tutti i giorni – oppure sei preoccupato di uno o più di essi, dovresti richiedere l'assistenza del medico.

## Cause:

Non si conoscono le cause esatte dei disturbi della personalità. Tuttavia, determinati fattori potrebbero accrescere le probabilità del manifestarsi di alcuni di essi. Questi includono:

- precedenti in famiglia di disturbi della personalità o altre patologie nel campo della salute mentale
- abuso o abbandono durante l'infanzia
- vita familiare instabile o caotica durante l'infanzia
- diagnosi di un disturbo della condotta durante l'infanzia
- perdita dei genitori a causa della loro morte o di un divorzio traumatico durante l'infanzia
- altri traumi di notevole gravità

Le persone con un disturbo della personalità non scelgono di sentirsi come si sentono e non sono affatto responsabili del manifestarsi del disturbo.

## Dove trovare supporto:

Il tipo di trattamento dipende dal tipo di disturbo della personalità. Molti disturbi della personalità sono legati ad altre patologie nel campo della salute mentale anche se è il comportamento che solitamente è più persistente e cronico. Ad esempio, il disturbo della personalità ossessivo compulsivo è legato al disturbo ossessivo compulsivo, il disturbo schizoide della personalità è legato alla schizofrenia mentre il disturbo evitante della personalità è legato a fobie sociali. Pertanto, potrebbero essere impiegati approcci terapeutici simili. Nel caso del disturbo della personalità borderline, le terapie della conversazione costituiscono l'approccio principale. Possono venire usati medicinali per trattare aspetti del disturbo.

Può essere difficile diagnosticare un disturbo della personalità e talvolta gli stessi operatori sanitari possono essere un fattore scatenante. Potrebbe essere utile fare in modo che un assistente che conosce bene la persona si rechi dal medico per spiegare la situazione e faccia da supporto alla persona alle prese con i segnali e i sintomi del disturbo.



Benché la nostra comprensione del trattamento efficace di disturbi della personalità sia ancora in fase di crescita, quanto prima si ricorre al trattamento tanto prima questo sarà efficace.

Il tuo medico di base è un buon punto da cui partire quando cerchi assistenza nel campo della salute mentale. La scheda informativa in questa serie *Getting Professional Mental Health Help (Ottenere assistenza professionale nel campo della salute mentale)* contiene maggiori informazioni su come ottenere assistenza professionale.

Se non ti senti a tuo agio a parlare con il tuo medico di base della tua salute mentale, puoi rivolgerti ad un altro con cui hai maggiore confidenza. Potrebbe volerci del tempo per trovare il medico che fa per te.

**Project Air dispone di risorse per consumatori e loro familiari, partner e assistenti domiciliari tra cui schede informative, storie di esperienze vissute e video. Visita il sito <https://www.uow.edu.au/project-air/resources/> per maggiori informazioni.**

### Se ti serve assistenza adesso

Se ritieni che qualcuno potrebbe nuocere a sé stesso o ad altri, richiedi assistenza urgente.

#### Chiama i servizi di emergenza

Chiama lo zero-zero-zero (000)

#### Chiama Lifeline

Chiama il numero 13 11 14

---

#### Questa scheda informativa

Queste informazioni non costituiscono pareri di natura medica. Sono informazioni generiche e non tengono conto della tua situazione personale, del tuo benessere fisico e dei tuoi bisogni nel campo della salute mentale. Non devi usare queste informazioni per diagnosticare i disturbi tuoi o di un'altra persona e non devi mai ignorare i pareri del medico o rimandare la richiesta di assistenza medica a causa di quanto indicato in alcune di queste informazioni. Domande di carattere medico vanno rivolte ad un operatore sanitario abilitato. Nel dubbio, rivolgiti sempre ad un medico.

#### Fonti

Questa scheda informativa è stata adottata da un simile documento pubblicato sul sito di reachout.com. L'originale si può consultare sul sito <https://au.reachout.com/articles/what-are-personality-disorders>

#### Altre fonti includono

What is borderline personality disorder? - Mental health and psychosocial disability (nsw.gov.au) - <https://www.health.nsw.gov.au/mentalhealth/psychosocial/foundations/Pages/types-bpd.aspx>

Scheda informativa realizzata da:

#### Embrace Multicultural Mental Health

Mental Health Australia  
9-11 Napier Close  
Deakin, ACT 2600  
T +61 2 6285 3100  
E multicultural@mhaustralia.org  
embracementalhealth.org.au

