

تست تشخیص شخصیت مرزی در نوجوانان

راهنمای تکمیل

به رفتارهای نوجوان خود توجه کنید و برای هر کدام از موارد رفتاری یا هیجانی زیر که به طور مکرر یا شدید در رفتار وی دیده می‌شود، گزینه "بله" را علامت بزنید.

بله	خیر	علائم و نشانه‌های رفتاری
		ناپایداری خلق و هیجانات
		نوجوان شما اغلب خلق و خویهای شدید و ناگهانی دارد؟
		او به سرعت از خوشحالی به عصبانیت یا ناراحتی می‌رود؟
		واکنش‌های هیجانی او بیش از شرایط طبیعی است؟
		روابط بین فردی
		نوجوان شما ترس شدید از رها شدن یا طرد شدن دارد؟
		روابط دوستانه یا خانوادگی او ناپایدار یا پرتنش است؟
		به سرعت با دیگران مشاجره یا قطع ارتباط می‌کند؟
		رفتارهای تکانشی و پرخطر
		نوجوان شما رفتارهای پرخطر مانند رانندگی بی احتیاط، مصرف مواد یا خرج زیاد پول دارد؟
		او تصمیمات ناگهانی و بدون فکر قبلی می‌گیرد؟
		خود آسیب‌رسانی و افکار خودکشی
		نوجوان شما خودآسیب‌رسانی مانند بریدن یا زدن خود دارد؟
		او افکار خودکشی یا صحبت از مرگ دارد؟
		هویت و احساسات شخصی
		نوجوان شما احساس پوچی یا بی‌هدف بودن می‌کند؟
		او تصویر ذهنی از خود متغیر و ناپایدار دارد؟
		اغلب خود را بی‌ارزش یا ناکام می‌داند؟

روش نمره‌گذاری:

نمره کلی شما از جمع نمراتی که علامت زده‌اید بدست آمده و نمره‌ای بین ۰ تا ۱۳ خواهد بود.

تفسیر اولیه برای والدین

- ۰-۳ علامت: علائم موجود احتمالاً نشانه‌های طبیعی نوجوانی است، ولی مراقبت از هیجانات و رفتارهای او ادامه داشته باشد.
- ۴-۶ علامت: ممکن است برخی نشانه‌های BPD در نوجوان شما دیده شود. پیشنهاد می‌شود با روانشناس یا روانپزشک مشورت کنید.
- ۷ علامت یا بیشتر: احتمال وجود اختلال شخصیت مرزی جدی است. حتماً ارزیابی تخصصی و درمان زودهنگام انجام شود.

توجه: این چک‌لیست تشخیصی نیست و صرفاً برای افزایش آگاهی والدین طراحی شده است. در صورت مشاهده چند علامت، بهتر است با روانشناس بالینی یا روانپزشک متخصص مشورت کنید.

نکته: این چک‌لیست تشخیصی نیست و صرفاً برای افزایش آگاهی والدین طراحی شده است. در صورت مشاهده چند علامت، بهتر است با روانشناس بالینی یا روانپزشک متخصص مشورت کنید. برای اطمینان دقیق از وجود علائم و نشانه‌های شخصیت مرزی در نوجوان خود می‌توانید از **دکتر مژگان لطفی** مشاوره دریافت کرده و در صورت نیاز دوره رفتاردرمانی دیالکتیکی (DBT) را با ایشان شروع کنید.