



## KECELARUAN IDENTITI

Dalam meniti arus modenisasi, generasi millenium kini lebih cenderung ke arah hal-hal keduniaan sehingga menyebabkan mereka alpa terhadap kesihatan fizikal dan mental mereka. Jika perkara ini dibiarkan berterusan, ia akan sedikit sebanyak menjejaskan kemajuan negara kita. Mahukah kita, negara Malaysia masih kekal berada di takuk lama? Hari demi hari, pelbagai jenis penyakit semakin menular dalam kalangan masyarakat menyerang tidak mengira usia tua atau muda. Kita sering mendengar tentang penyakit fizikal seperti kencing manis dan darah tinggi, namun tahukah anda tentang penyakit atau masalah mental yang dipanggil kecelaruan identiti? Kecelaruan identiti adalah suatu gangguan mental yang bercirikan dengan pengekalan sekurang-kurangnya dua personaliti yang berbeza.

Kecelaruan identiti dikaitkan dengan trauma atau penderaan melampau yang dialami oleh seseorang ketika kanak-kanak. Dalam kiraan 90% kes, terdapat sejarah pengabaian atau penderaan kanak-kanak. Tambahan pula, kes lain yang dikaitkan dengan pengalaman peperangan dan prosedur perubatan pada zaman kanak-kanak merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada kecelaruan identiti. Individu yang mempunyai sejarah ahli keluarga menghadapi masalah ini juga berisiko untuk mengalaminya. Pengkaji mendapati mereka yang mengalami kecelaruan identiti mempunyai struktur dan fungsi yang berubah-ubah pada bahagian otak yang mengawal emosi dan dorongan. Walau bagaimanapun, pengkaji tidak pasti sama ada perubahan pada struktur otak yang menyebabkan kecelaruan identiti atau sebaliknya. Semua faktor tersebut bukanlah menjadi syarat wajib yang mesti ada pada setiap penghidap masalah kecelaruan identiti ini.

Antara ciri-ciri dan gejala kecelaruan identiti adalah kewujudan satu atau dua personaliti yang berbeza-beza dalam seseorang individu. Setiap personaliti yang berbeza ini mendominasi diri individu tersebut bergantung kepada waktu dan situasi yang tertentu. Personaliti yang asal sering kali tidak menyedari akan kewujudan personaliti sekunder manakala personaliti sekunder pula berlawanan sifatnya. Selain itu, individu tersebut mungkin akan mengalami beberapa serangan "amnesia" iaitu hilang ingatan yang seawal usia lima tahun. Gejala ini merupakan satu batu asas untuk menentukan individu tersebut menghadapi kecelaruan identiti atau sebaliknya. Ia dapat dilihat apabila doktor mengambil sejarah penyakit pesakit-pesakit dan menyedari terdapat jurang yang besar dan lompong-lompong dalam memori mereka seperti keluarga, sekolah, cikgu dan rakan-rakan.

Di samping itu, mereka juga mengalami masalah psikiatri yang lain seperti depresi, masalah batin, halusinasi, keinginan untuk mencederakan diri dan obesiti. Disebabkan individu-individu ini sering bertukar identiti, perasaan mereka juga akan berubah mengikut personaliti yang sedang mendominasi mereka pada ketika itu. Hal ini memberi kesan kepada hubungan yang tidak stabil seperti menyukai seseorang itu pada suatu ketika dan secara tiba-tiba berubah dengan mengatakan individu tersebut tidak penting malah membencinya tanpa sebab. Hubungan antara keluarga, rakan-rakan dan pasangan juga akan terjejas dan menjadi tegang. Dalam pada itu, individu-individu tersebut juga akan sering rasa kosong yang berpanjangan, ingin membunuh diri dan orang lain serta panas baran atau marah tidak bertempat.

Kita perlu mengenal pasti individu-individu yang menghadapi kecelaruan identiti sejak daripada usia muda lagi kerana perkara ini akan menjejaskan kualiti kehidupan individu tersebut jika dibiarkan tanpa tindakan. Pada tahun 1980-an, penyakit ini sukar dikenal pasti yang mengakibatkan tiada atau kurang usaha untuk merawatnya namun disebabkan oleh peralihan zaman yang kini semakin maju, doktor psikiatri dapat mengenal pasti dan membantu dalam proses rawatan penyakit ini. Antara contoh rawatan yang ada ialah psikoterapi. Ia merupakan pendekatan utama untuk penyakit ini. Ahli terapi yang bertauliah akan merangka terapi yang bersesuaian dengan individu tersebut. Contohnya ialah *Dialectical Behavior Therapy (DBT)*. Terapi ini melibatkan individu dan kumpulan. Ia direka khas untuk merawat kecelaruan identiti dengan mengajarkan teknik untuk mengawal dan mengurus emosi, perhubungan dan sikap bertolak ansur ketika mengalami kesukaran.

Kemudian, terdapat terapi yang membantu untuk mendominasi personaliti utama individu tersebut iaitu terapi tingkah laku kognitif (CBT) merupakan salah satu daripada rawatan psikoterapi. Terapi ini menolong mengurangkan perubahan emosi secara tidak stabil dan keinginan untuk mencederakan diri sendiri. Seterusnya, Terapi Berasaskan Mentalisasi (MBT) yang merupakan salah satu cara membantu dalam mengenal pasti pendapat dan perasaan pesakit pada setiap situasi dan mencipta perspektif alternatif terhadap situasi tersebut. Tambahan pula, ubat-ubatan yang digunakan untuk merawat simptom atau masalah yang turut berlaku juga boleh diberikan kepada mereka. Contohnya antidepresi, antipsikotik dan ubat penstabil emosi.

Akhir kata, kecelaruan identiti memberi kesan yang sangat besar dan boleh meninggalkan kesan luka yang mendalam terhadap seorang individu. Analogi mudah, seseorang yang mengalami kecacatan fizikal pada usia yang muda sudah tentu tidak akan mendapat kembali fizikal mereka yang sihat sempurna apabila menginjak ke usia tua nanti, bukan? Begitulah juga kecacatan psikologi. Rawat sebelum terlambat!

Nur Ummul Hasanah binti Nuhairi  
Tahun 6 Perubatan,  
Cawangan al-Azhar.