

خودشیفتگی پنهان

نویسنده:

لوییزا کاکس

مترجم:

زهرا نوری



نشر ساوالان

سرشناسه	: لوئیزا کاکس
عنوان و نام پدیدآور	: خودشیفتگی پنهان؛ نویسنده: لوئیزا کاکس؛ مترجم: زهرا نوری
مشخصات نشر	: تهران: ساوالان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۹۰ ص، قطع رقی
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۸-۲۵-۱
موضوع	: خودشیفتگی
شناسه افزوده	: نوری، زهرا، ۱۳۶۲ - مترجم
ویراستار	: سارا فخمی آقابالائی
پیگیری ارشاد	: ۲۱۱۷۰۶۴
رده بندی کنگره	: BF575
رده بندی دیویی	: 158/2
شماره کتاب شناسی ملی	: ۶۱۷۴۶۲۰



نشر ساوالان

خودشیفتگی پنهان

نویسنده: لوئیزا کاکس	مترجم: زهرا نوری	ویراستار: سارا فخمی آقابالائی
طراح جلد: مریم نوری		صفحه بندی: فربا بادامی
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۸-۲۵-۱		نوبت و تاریخ چاپ: اول، ۱۳۹۹
تعداد صفحات: ۹۰	قطع: رقی	تیراژ: ۱۰۰
آدرس: روبروی دانشگاه تهران، پاساژ فروزنده، واحد ۲۱۴، نشر ساوالان؛	تلفن: ۶۶۹۵۱۹۴۳	قیمت: ۲۷۰۰۰۰ ریال
اینستاگرام: nashr_savalan	تلگرام: https://t.me/SavalanBooks	

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۷..... پیشگفتار

فصل اول

۹..... خودشیفتگی پنهان

فصل دوم

۱۳..... آشکار ساختن مشخصه‌های اصلی خودشیفتگی پنهان

فصل سوم

۲۳..... آیا یک فرد خودشیفته پنهان می‌تواند عشق بورزد؟

فصل چهارم

۴۷..... مکالمات و مباحث گیج‌کننده با یک خودشیفته پنهان

فصل پنجم

۵۷..... تأثیراتی که خودشیفتگی پنهان روی شما دارد

فصل ششم

هنگام تعامل با یک خودشیفته مرزهای خود را به‌طور دقیق

مشخص کنید ۶۷

فصل هفتم

روش‌های ترک یک فرد خودشیفته آسیب‌پذیر ۸۱

پیشگفتار

قبل از هر چیز لازم است مختصری درباره اختلال شخصیت خودشیفته توضیحاتی را ارائه دهیم، اختلال شخصیت خودشیفته نوعی اختلال شخصیت فراگیر است که از مشخصه‌های اصلی آن خودمحوری، کمبود احساس همدلی، بهره‌کشی و سوءاستفاده از دیگران برای کسب منافع شخصی، حس اغراق شده‌ای از توانایی‌ها و دستاوردهای خود را می‌توان نام برد. از نقاط بارز این افراد حساسیت زیاد نسبت به انتقاد و در نظر گرفتن آن به عنوان حمله شخصی است. خودشیفتگی در اصلاح روان‌شناسی به نارسسیسم^۱ مشهور است که برگرفته از یک افسانه یونانی است؛ «نارسیوس» عاشق تصویر منعکس شده‌ی خودش در آب رودخانه می‌شود و زمانی که در راه رسیدن به معشوق به رودخانه می‌پرد غرق می‌شود، بعدها از این اصطلاح در روان‌شناسی برای توصیف طبقه‌ای از اختلال شخصیت استفاده شد. پیچیدگی‌ها و بالا و پایین شدن‌های زندگی (در کودکی فرد) می‌تواند منجر به خلق فردی با خصایص خودشیفته و ایجاد احساس برتری نسبت به دیگران شود. لازم به ذکر است که برتری‌طلبی و جبران یک انگیزه طبیعی و

بنیادین است ولی عقده برتری این گونه نیست، این گونه افراد با برتری جویی خود را بزرگ جلوه می دهند تا بر احساس حقارت خویش غلبه کنند. آنها یک تصویر اغراق شده از خودشان به وجود می آورند، صرفاً برای اینکه عزت نفس آسیب دیده خود را حفظ کنند، این افراد از بیرون خود بزرگ بین به نظر می آیند، اما از درون حتی به کوچک ترین انتقادی نسبت به شخصیت خود بسیار حساس هستند. لازم است این نکته را گوشزد کنم که در این کتاب قصد تخریب و یا قضاوت افرادی با ویژگی های خودشیفته را نداریم. دو هدف عمده برای دو دسته افراد در نظر گرفته شده است، دسته اول قربانیان و کمک به کسانی است که درگیر رابطه با چنین افرادی می شوند تا کمتر آسیب ببینند و این توانایی را کسب کنند تا دنیا را از دریچه چشم این افراد ببینند و رابطه را به بهترین نحو مدیریت کنند و یا به درون خود نگاهی بیندازند که چرا همیشه درگیر چنین روابطی می شوند و با شناخت بیشتر خود، این چرخه باطل را متوقف نمایند. دسته دوم کسانی هستند که شاید با خواندن این کتاب برخی از ویژگی های خودشیفتگی را درون خودشان پیدا کنند و با تلاش برای شناخت بیشتر و رسیدن به بینش و رفع مشکلاتشان در مسیر رسیدن به رشد قرار بگیرند.

زهرای نوری

بهار ۱۳۹۹