



# زندگی بر روی تَرَن هوایی

اختلال شخصیت مرزی به زبان ساده

www.ketab.ir

حسین رضا میرزایی

نشر آقای کتاب

۱۴۰۰

|                         |                                                                          |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه                 | میرزایی، حسین‌رضا، ۱۳۶۹ -                                                |
| عنوان و نام پدیدآور     | زندگی بر روی ترن هوایی: اختلال شخصیت مرزی به زبان ساده/حسین‌رضا میرزایی. |
| مشخصات نشر              | تهران: انتشارات آقای کتاب، ۱۴۰۰.                                         |
| مشخصات ظاهری            | ۱۱۶ ص.                                                                   |
| شابک                    | 978-622-217-233-6                                                        |
| وضعیت فهرست نویسی       | فیبا                                                                     |
| یادداشت                 | کتابنامه.                                                                |
| موضوع                   | اختلال شخصیت مرزی                                                        |
| موضوع                   | Borderline personality disorder                                          |
| موضوع                   | اختلال شخصیت مرزی -- درمان                                               |
| موضوع                   | Borderline personality disorder -- Treatment                             |
| موضوع                   | طرحواره (روان‌شناسی)                                                     |
| موضوع                   | Schemas (Psychology)                                                     |
| رده بندی کنگره          | ۵/۲۵۵۶۹                                                                  |
| رده بندی دیویی          | ۶۵۵/۱۶۱۶                                                                 |
| شماره کتابشناسی ملی     | ۷۶۷۱۲۴۲                                                                  |
| اطلاعات رکورد کتابشناسی | فیبا                                                                     |

|            |                                                         |
|------------|---------------------------------------------------------|
| ناشر       | آقای کتاب                                               |
| عنوان      | زندگی بر روی ترن هوایی (اختلال شخصیت مرزی به زبان ساده) |
| مؤلف       | حسین رضا میرزایی                                        |
| نویت چاپ   | اول / ۱۴۰۰                                              |
| تیراژ      | ۱۰۰ جلد                                                 |
| قیمت       | ۵۰ هزار تومان                                           |
| شماره شابک | ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۷-۲۳۳-۶                                       |

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هرکس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر یا مؤلف، نشر یا پخش کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به ناشر می‌باشد.

ادرس نشر و محل توزیع: تهران، میدان انقلاب، ابتدای خ وحید نظری، بن‌بست بختیاری، پلاک ۷، واحد ۱ تلفن و دورنگار: ۶۶۱۷۶۸۹۱

سایت: [www.aghayeketab.ir](http://www.aghayeketab.ir) | ایمیل: [Info@aghayeketab.com](mailto:Info@aghayeketab.com)

"مسئولیت صحت مطالب کتاب با مؤلف می‌باشد"

## فهرست مطالب

|                                                    |    |                                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------|----|
| چگونه اختلال شخصیت مرزی تشخیص داده می شود؟.....    | ۵۹ | پیشگفتار.....                                                      | ۵  |
| تست اختلال شخصیت مرزی.....                         | ۶۰ | مقدمه.....                                                         | ۶  |
| فصل پنجم انواع شخصیت مرزی از دید تئودور میلون..... | ۶۱ | فصل اول زاییدن هنر نیست.....                                       | ۹  |
| شخصیت مرزی ناامید.....                             | ۶۱ | نقش مادر در تربیت کودکان.....                                      | ۱۶ |
| شخصیت مرزی تکانشی.....                             | ۶۲ | نقش پدر در تربیت کودک.....                                         | ۱۸ |
| شخصیت مرزی کج خلق.....                             | ۶۲ | فصل دوم نیازهای بنیادین کودک.....                                  | ۲۳ |
| شخصیت مرزی خود تخریبگر.....                        | ۶۳ | فصل سوم کالبد شکافی مفاهیم و الگوهای شناختی اختلال شخصیت مرزی..... | ۳۳ |
| فصل ششم طرحواره ها؛ اولین خشت های کج زندگی.....    | ۶۵ | شخصیت.....                                                         | ۳۳ |
| طرحواره رها شدگی.....                              | ۶۶ | سرنخ های شناسایی حالات شخصیت.....                                  | ۳۷ |
| ریشه های تلخ زندگی رها شدگی.....                   | ۶۷ | حالت من کودک.....                                                  | ۳۷ |
| طرحواره بی اعتمادی/ بد رفتاری.....                 | ۶۸ | حالت من والد.....                                                  | ۳۸ |
| چگونگی شکل گیری طرحواره بی اعتمادی- بد رفتاری..... | ۶۹ | حالت من بالغ.....                                                  | ۳۹ |
| نقش طرحواره بی اعتمادی- بد رفتاری در روابط.....    | ۷۰ | سرنخ های شناسایی حالات شخصیت.....                                  | ۳۹ |
| طرحواره محرومیت هیجانی.....                        | ۷۰ | خلاصه و نتیجه گیری.....                                            | ۴۱ |
| ریشه های محرومیت هیجانی.....                       | ۷۱ | ابعاد اختلال شخصیت مرزی.....                                       | ۴۲ |
| طرحواره محرومیت هیجانی در روابط همسری.....         | ۷۲ | نوروز، سایکوز و تفاوت آنها.....                                    | ۴۳ |
| طرحواره نقص و شرم.....                             | ۷۲ | طبقه بندی اختلالات شخصیت.....                                      | ۴۳ |
| دلایل و ریشه های شکل گیری طرحواره نقص و شرم.....   | ۷۳ | فصل چهارم اختلال شخصیت مرزی.....                                   | ۴۷ |
| نقش طرحواره نقص و شرم در روابط.....                | ۷۴ | مفهوم مرزی.....                                                    | ۴۷ |
| طرحواره وابستگی.....                               | ۷۴ | معیارهای تشخیصی اختلال شخصیت مرزی.....                             | ۴۸ |
| منشأ طرحواره وابستگی.....                          | ۷۵ | تشابه و تمایز اختلال دوقطبی و شخصیت مرزی.....                      | ۴۹ |
| منشأ وابستگی بیش از حد در طرحواره وابستگی.....     | ۷۶ | نمای کلی از اختلال دوقطبی.....                                     | ۴۹ |
| طرحواره وابستگی در روابط صمیمانه.....              | ۷۷ | ویژگیهای شخصیت مرزی.....                                           | ۵۰ |
| طرحواره آسیب پذیری.....                            | ۷۸ | شخصیت مرزی چگونه شکل میگیرد؟.....                                  | ۵۱ |
|                                                    |    | سبب شناسی اختلال شخصیت مرزی.....                                   | ۵۳ |
|                                                    |    | با شخصیت مرزی چگونه باید برخورد کرد؟.....                          | ۵۸ |

- ریشه‌های تحولی طرحواره آسیب‌پذیری... ۸۰  
 طرحواره خویش‌ننداری - خود انضباطی ناکافی ۸۰  
 سیمای بالینی طرحواره خویش‌ننداری ناکافی ۸۰  
 طرحواره اطاعت ۸۲  
 تجارب منجر به شکل‌گیری تله اطاعت... ۸۲  
 ریشه‌های تحولی طرحواره اطاعت ۸۵  
 علائم خطر در زوجها در طرحواره اطاعت ۸۶  
 نشانه‌های تله اطاعت در زندگی ۸۷  
 طرحواره بازداري هیجانی ۸۷  
 سیمای بالینی طرحواره بازداري هیجانی ۸۸  
 گرفتار کدام تله زندگی هستید؟ ۸۹  
 رتبه‌بندی پاسخ‌ها ۹۰  
 تفسیر نمره‌های شما ۹۳  
 فصل هفتم دارو درمانی در اختلال  
 شخصیت مرزی ۹۵  
 فصل هشتم افرادی که کالای ازدواج  
 نیستند ۹۹  
 چرا افراد با اختلال شخصیت جذابند؟ ۹۹
- ۱۰۱... شخصیت پارانویید  
 ۱۰۱... شخصیت اسکیزوئید  
 ۱۰۲... شخصیت اسکیزوتایپال  
 ۱۰۲... شخصیت ضد اجتماعی  
 ۱۰۳... شخصیت هیستریونیک (نمایشی)  
 ۱۰۳... شخصیت خود شیفته  
 ۱۰۳... شخصیت منفعل - مهاجم  
 ۱۰۴... شخصیت اجتنابی  
 ۱۰۴... شخصیت وابسته  
 ۱۰۵... شخصیت وسواسی - جبری  
 ۱۰۵... شخصیت افسرده  
 ۱۰۶... شخصیت مرزی  
 ۱۰۹ فصل نهم متخصصان بهداشت روان  
 ۱۰۹... روانپزشک  
 ۱۱۰... روانشناس بالینی  
 ۱۱۰... مددکار اجتماعی  
 ۱۱۲... مشاور  
 ۱۱۴... References

## پیشگفتار

یکی از دغدغه‌های بشر امروزی این است که مشکلات و آسیب‌های روانشناختی از کجا می‌آید، چه سیری دارد و نهایتاً خوب می‌شود یا خیر.

بدیهی است توجه به آسیب‌شناسی روانی - اجتماعی و جسمانی یکی از نیازهای اساسی به شمار می‌رود. در این بین آگاهی و افزایش دانش در خصوص مشکلات و رنج‌های فردی و مسائلی که از آن ناشی می‌شود می‌تواند راه را برای توسعه دانش و کسب مهارت‌های فردی و بهبود مناسبات هموار کند.

کتاب حاضر که به بررسی ویژگی خاصی از اختلالات شخصیت به صورت تخصصی اقدام کرده است تلاش آقای حسین‌رضا میرزایی از دانشجویان گذشته و از همکاران حال حاضر می‌باشد. بررسی این اختلال شخصیت به صورت کاملاً مدون از تعریف تا ارائه راهکار یکی از نکات جالب این کتاب محسوب می‌شود. برای نگارنده کتاب آرزوی سلامتی و تألیفات بیشتر را دارم.

دکتر صالح شریف نسب

روانشناسی سلامت - بالینی

بهار ۱۴۰۰