

ایان روری اُون

دلیستگی از دیدگاه روانشناسی تحولی

مترجمان

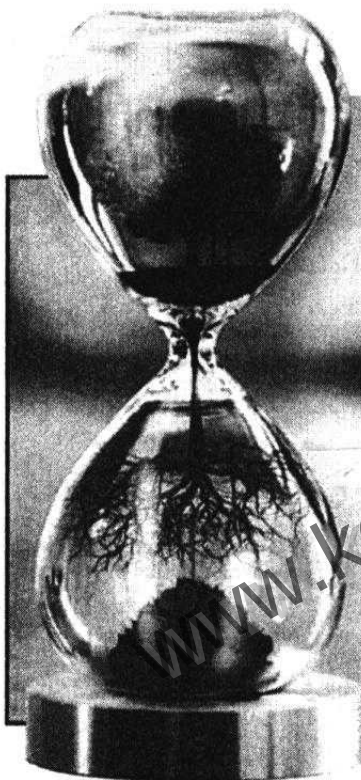
دکتر شهلا پاکدامن

(دانشیار روان‌شناسی دانشکده روان‌شناسی

و علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی)

فاطمه (رویا) رئیس

(کارشناسی ارشد روان‌شناسی و دانشگاه شهید بهشتی)



دلبستگی از دیدگاه روان‌شناسی تحولی



ایان روری اون

نشر ورجاوند

دکتر شهلا پاکدامن

اونن ایان روری، ۱۹۶۰-م.

فاطمه (رؤیا) رئیسی

Owen, Ian Rory, 1960.

چاپ اول، زمستان ۱۴۰۰

دلبستگی از دیدگان روان‌شناسی

۱۰۰۰ نسخه

تحولی / ایان روری اون؛ مترجمان

ویراستار علمی: سحر صوفی

دکتر شهلا پاکدامن، فاطمه (رویا)

ویراستار ادبی: ساقی جهانشاهی قاجار

رئیس، ویراستار علمی سحر صوفی.

صفحه‌آرایی: مرضیه امانت

تهران: ورجاوند، ۱۴۰۰

طرح جلد: آزاده پوربافرانی

۳۷۴ ص: ۱۱/۵×۱۴/۵ س.م.

چاپ و صحافی: دوستان

۹۷۸-۶۰۰-۸۷۵۷-۹۵-۵

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

فیفا، عنوان اصلی:

On attachment: the view from
developmental psychology,
2017.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۵۷-۹۵-۵

دلبستگی

ISBN:978-600-8757-95-5

Attachment behavior

آدرس: تهران، میدان توحید، خیابان نصرت غربی

پاکدامن، دکتر شهلا. ۱۳۴۰-، مترجم

پلاک ۱۰۸، طبقه همکف.

رئیس، فاطمه، ۱۳۶۲-، مترجم

صوفی، سحر ۱۳۷۳-، ویراستار

BF۵۷۵

۱۵۵/۹۲

تلفن: ۶۶۵۷۶۳۹۷-۹

کتابشناسی ملی: ۷۵۲۲۹۲۳

www.vnco.ir

۱۳۰۰۰۰ تومان

فهرست مندرجات

صفحه	عنوان
۸	درباره‌ی نویسنده.....
۹	پیشگفتار مترجمان.....
۱۳	مقدمه.....
بخش اول: آنچه درباره‌ی دلبستگی می‌دانیم	
۲۱	مقدمه‌ای بر بخش اول.....
۲۴	فصل ۱/ پدیده‌های روان‌شناختی و تاریخیچه‌ی آنها.....
۲۵	مقدمه‌ای بر روان‌شناسی دلبستگی.....
۳۳	خلاصه‌ای از تاریخچه دلبستگی.....
۴۰	پدیده پایگاه ایمن در کودکان و اولین تعریف از دلبستگی.....
۴۴	مدل‌های کاری درونی نسبت به تغییر مقاوم هستند و به روزرسانی می‌شوند.....
۴۷	بررسی ابعاد اضطراب و اجتناب.....
۴۹	نظام‌های کنترل، مفهومی در قلب روان‌پویایی دلبستگی.....
۵۵	بافتارگرایی دلبستگی به عنوان بخشی از تحول کودک.....
۵۷	نیاز کودکان در ارتباط با تحول و بهزیستی ذهنی.....
۶۲	بافت اول: توانمندی مراقب در تامین نیازهای کودک.....
	بافت بیرونی: دریافت مراقبت و حمایت از سوی خانواده بسط‌یافته، بهزیستی،
۶۵	آموزش حرفه‌ای و مراکز خدمات‌دهی به کودک.....
۶۷	نتیجه‌گیری.....
۶۹	فصل ۲/ تفسیر استاندارد و فرایندهای آن.....
۷۲	دلبستگی ایمن در کودکی.....
۷۶	الگوی دلبستگی ناایمن اضطرابی ناشی از مراقبت غیرقابل پیش‌بینی است.....
۷۹	دلبستگی اجتنابی ناشی از دریافت حداقل مقدار مراقبت و عدم تامین نیازهاست.....
۸۱	دلبستگی سازمان‌نیافته.....
۸۴	روان‌شناسی تحولی دلبستگی در بزرگسالان.....

۹۴	دلبستگی ایمن در بزرگسالان
۹۶	دلبستگی اضطرابی به ناکامی کوتاه مدت و حفظ آشفته گی ربط دارد
	دلبستگی اجتنابی با تلاش برای انکا به خود و پذیرش فقدان ارتباط با دیگران ربط دارد
۹۸	
۱۰۰	دلبستگی سازمان نیافته در بزرگسالان
۱۰۴	توجه کردن به فرایندهای دلبستگی
۱۱۱	دیدگاه زیستی - روانی - اجتماعی نسبت به دلبستگی طبق ژنتیک رفتاری
۱۱۳	نتیجه گیری
۱۱۶	فصل ۳ / روان پویایی، انگیزه و دفاع
۱۱۷	روان پویایی به مثابه تغییراتی در مسیر و زمان
۱۲۴	روان پویایی دلبستگی
۱۲۸	دفاع و سرکوب به مثابه بخشی از فرایند تحول
۱۳۳	گزینه میان زمانی
۱۳۷	پویایی میان من و هشیاری آگاهی
۱۳۹	ارتباط عصب شناسی و هشیاری معنادار
۱۴۱	بحث پایانی
۱۴۶	نتیجه گیری

بخش دوم: نقش دلبستگی در کاهش آشفته گی

۱۴۹	مقدمه ای بر بخش دوم
۱۵۱	فصل ۴ / فرابازنمایی و انگیزه
۱۵۲	تعریف فرابازنمایی
۱۵۷	فرابازنمایی در گذر زمان
۱۶۳	توالی های انگیزشی به مثابه پیامد رفتاری مقایسه های فرابازنمایی در طی زمان ..
۱۶۵	مدل های کاری درونی
۱۷۰	فرابازنمایی توالی های انگیزشی در دلبستگی
۱۷۴	نتیجه گیری

فصل ۵ / یک زندگی خوب عدم تعادل را اصلاح می کند	۱۷۷
زندگی خوب: آگاهی ایمن و بازایی تعادل	۱۷۹
تعادل پویا میان مقابله و دفاع	۱۸۳
آگاهی و گشودگی	۱۸۹
مسئولیت من برای اصلاح خود	۱۹۲
کار با عامل شخصیتی نوروژگرای (گرایش بدون آزرده‌گی) در رفتار درمانی	۱۹۵
دیالکتیک	۲۰۴
بحث پایانی	۲۰۵
نتیجه‌گیری	۲۰۶
فصل ۶ / بازگشت به حالت تعادل	۲۰۶
چرخه‌های تعادل و عدم تعادل	۲۱۰
آسیب‌پذیری شخصیتی و ضعف نسبت به آشفتگی	۲۱۵
خود-نظم‌دهی هیجانی ایمن نتیجه استفاده صحیح از آگاهی و بازخورد هیجانی	۲۱۸
بحث	۲۲۰
آنچه آموخته شده است ممکن است فراموش شود	۲۲۴
تجربه‌ی تصحیح‌گر	۲۲۵
رابطه میان من و هشیار انفعالی آن	۲۲۷
افسردگی به مثابه مثالی از عدم تعادل میان من و بخش‌هایی از دنیا - کل اطراف آن	۲۳۲
نتیجه‌گیری	

بخش سوم: درمان موفقیت‌آمیز، دلبستگی ایمن می‌آفریند

فصل ۷ / روان‌پویایی دلبستگی	۲۴۰
بازگشت به فروید	۲۴۲
درک مقاومت	۲۴۵
اهمیت گشودگی	۲۵۰
رابطه میان حضور هشیار، ناهشیار، و لایه زیست‌شناختی	۲۵۵
تقریباً، آن را می‌توان به روشی دیگر بیان کرد	۲۵۷

۲۶۶	 رابطه به مثابه یک کل
۲۷۱	 احساسات مربوط به درمان
۲۷۶	 نتیجه گیری
۲۷۹	 فصل ۸ / سنجش فرایندهای دلبستگی
۲۸۱	 اهمیت سنجش
۲۸۴	 روش سنجش
۲۸۷	 دلبستگی اضطرابی به ناکامی کوتاهمدت و بقایای آشفته‌گی ربط دارد
۲۹۳	 اجتناب به مثابه تلاش برای تقویت اعتماد به نفس و کنار آمدن با فقدان ارتباط
۲۹۸	 دلبستگی سازمان‌نیافته در بزرگسالان
۳۰۳	 درخواست‌های مشکل‌آفرین برای دریافت کمک
۳۱۰	 نتیجه‌گیری: احساس امنیت و شفاف‌سازی درمان
۳۱۶	 فصل ۹ / بررسی موارد پیچیده
۳۱۷	 دانش ما در مورد پیچیدگی فرایندهای دلبستگی
۳۲۴	 پیچیدگی نشانگانهای بافتی و شخصیتی
۳۲۷	 تفسیر دلبستگی
۳۲۹	 فرایند دلبستگی اضطراب
۳۳۲	 فرایند دلبستگی اجتنابی
۳۳۷	 فرایند دلبستگی سازمان‌نیافته
۳۴۲	 نتایج درمان
۳۴۵	 نتیجه‌گیری
۳۴۷	 فصل ۱۰ / درمان به مثابه یک فرایند دلبستگی ایمن
۳۶۰	 منابع

پیشگفتار مترجمان

دلبستگی به عنوان یک تجربه‌ی احساس شده در اولین بافت مراقبت اولیه از کودک پدیدار می‌شود و آثار آن نه تنها در دوران نوزادی و کودکی که طی بزرگسالی تا زمان مرگ نیز ادامه می‌یابد. همان‌گونه که **جان بالبی** بنیان‌گذار نظریه‌ی دلبستگی بیان می‌کند؛ «دلبستگی رفتاری از گهواره تا گور است.» او پایه‌های نظریه‌ی خود را بر اساس چهار رکن بنا گذاشته است: روان‌تحلیل‌گری فروید، دیدگاه شناختی پیاز، سایبرنتیک و رفتارشناسی طبیعی.

از زمان بالبی تاکنون مطالعات بسیار زیادی درباره‌ی دلبستگی و ارتباط آن با زمینه‌های مختلف زندگی روانی فرد و در حیطه‌های کاربردی گوناگون آن نظیر درمانگری و مراقبت از سلامت روان، آموزش والدین، پیشگیری از بروز مشکلات روان‌شناختی، بهبود محیط کار و... صورت گرفته است، اما نویسنده‌ی کتاب حاضر تمرکز خود را بر مسئله‌ی دلبستگی از دیدگاه روان‌شناسی تحولی با تأکید بیشتر بر روی به‌کار بستن آخرین اطلاعات پژوهشی در زمینه‌ی بهبود سلامت روان و درمانگری مبتنی بر دیدگاه دلبستگی قرار داده است.

ایان روی اون مطالب کتاب حاضر را با تکیه بر تجاربش به عنوان یک مشاور و روان‌درمانگر و استفاده از آخرین یافته‌های پژوهشی تجربی تدوین کرده است.