

طرحواره درمانی برای اختلال شخصیت مرزی

نویسندگان:

آرنورد آرنتز، هانبه وان جندرن

مترجمان: دکتر ابراهیم محمدیان

دکتر رزیتا شرافتی

دکتر مرجان پوردهقان

دکتر سروش علیمردانی



نشر ساوالان

سرشناسه	: آرنتز، آرنود
عنوان و نام پدیدآور	: طرحواره درمانی برای اختلال شخصیت مرزی، نویسندگان: آرنود آرنتز، هانیه وان جندرن؛ مترجمان: دکتر ابراهیم محمدیان، دکتر رزیتا شرافتی، دکتر مرجان پوردهقان، دکتر سروش علیمردانی
مشخصات نشر	: تهران، ساوالان، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	: ۲۵۶ صفحه
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۸-۹۹-۲
وضعیت فهرست‌نویسی	:
عنوان اصلی	: Schema Therapy for Borderline Personality Disorder
موضوع	: شناخت‌درمانی طرحواره
موضوع	: اختلال شخصیت مرزی - درمان
شناسه افزوده	: ابراهیم محمدیان، مترجم، ۱۳۵۳
شناسه افزوده	: رزیتا شرافتی، مترجم، ۱۳۵۵
شناسه افزوده	: مرجان پوردهقان، مترجم، ۱۳۶۰
شناسه افزوده	: سروش علیمردانی، مترجم، ۱۳۷۲
شماره پیگیری ارشاد	: ۲۲۸۳۹۹۵
رده‌بندی کنگره	: RC۵۶۹/۵
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۵۸۵۲
شماره کتاب‌شناسی ملی	: ۸۸۱۴۸۹

www.ketab.ir



نشر ساوالان

طرحواره درمانی برای اختلال شخصیت مرزی

نویسندگان: آرنود آرنتز، هانیه وان جندرن
مترجمان: دکتر ابراهیم محمدیان، دکتر رزیتا شرافتی،
دکتر مرجان پوردهقان، دکتر سروش علیمردانی

نوبت و تاریخ چاپ: اول، ۱۴۰۱

ISBN: 978-622-6778-99-2

قیمت: ۱۰۰۰۰۰۰ ریال

تلفن: ۶۶۹۵۱۹۴۳

www.savalane.com

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۸-۹۹-۲

تیراژ: ۱۰۰ نسخه

تعداد صفحات: ۲۵۶

آدرس: روبروی دانشگاه تهران، پاساژ فروزنده، واحد ۲۱۴، نشر ساوالان؛

کدپستی: ۱۳۱۴۷۴۳۹۸۹

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۹	فصل ۱ اختلال شخصیت مرزی
۱۳	فصل ۲ طرحواره درمانی مربوط به اختلال شخصیت مرزی
۳۷	فصل ۳ درمان
۵۷	فصل ۴ رابطه درمانی
۷۷	فصل ۵ تکنیک‌های تجربی
۱۳۳	فصل ۶ تکنیک‌های شناختی
۱۵۱	فصل ۷ تکنیک‌های رفتاری
۱۵۷	فصل ۸ روش‌ها و تکنیک‌های خاص
۱۹۶	فصل ۹ تکنیک احساسات و افکار در طرحواره درمانی (بررسی حالت)
۲۰۳	فصل ۱۰ طرحواره درمانی در سایر محیط‌ها و شرایط
۲۲۷	فصل ۱۱ مرحله‌ی نهایی درمان
۲۳۱	فصل ۱۲ نتیجه
۲۳۵	پیوست‌ها

یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی اختلال شخصیت مرزی (BPD) می‌باشد. شیوع این اختلال در جمعیت بالینی ۱۰ درصد گزارش شده است. بررسی‌ها نشان داده است این اختلال در جامعه به دلیل ویژگی‌های پنهان شده و دلایل کشف نشده برای عموم مردم، مورد توجه کمی واقع شده است. اختلال شخصیت مرزی (BPD) یک اختلال بسیار مهم است که در زندگی بیمار و نزدیکان به آسیب‌های جبران ناپذیری منجر می‌گردد. پژوهش‌های روانشناختی نشان داده است بین اختلال شخصیت مرزی و تجربه‌های آسیب‌زا دوران کودکی از جمله سوء استفاده جنسی و جسمی و آسیب‌های عاطفی رابطه نزدیکی می‌باشد و این آسیب‌ها در دوران بزرگسالی با ویژگی‌های زیر خود را نشان می‌دهد:

ترس از رهاشدگی: این افراد اغلب از رها شدن یا تنها ماندن بسیار وحشت زده می‌شوند و این ترس به تلاش‌های غیرمنطقی برای حفظ یک رابطه بیمار گونه ختم می‌شود.

روابط عاطفی ناپایدار: افراد دارای اختلال شخصیت مرزی در روابط عاطفی و عاشقانه افراط زیادی از خود نشان می‌دهند و معمولاً برای بدست آوردن افراد در زندگی و روابط عاطفی دست به کارهای غیرمنطقی مانند خودکشی‌های نمایشی یا تمارض می‌زنند.

احساس پوچی مداوم: افراد دارای اختلال شخصیت مرزی غالباً در مورد زندگی، آینده، و روابط زود به پوچی می‌رسند و معمولاً این افراد دنیا را به صورت صفر یا یک، سفید یا سیاه نگاه می‌کنند و برای نجات خود از این افراد که برایشان بسیار دردناک می‌باشد، دست به خودکشی یا رفتارهای پرخطر جنسی یا مصرف مواد یا الکل می‌زنند.

عصبانیت و از کوره در رفتن: این افراد بطور مشخص دارای عصبانیت شدید و غیرمنطقی هستند که به طور انفجاری تا تکانشی در روابط بین خشم را نشان می‌دهند و معمولاً به خاطر این رفتارها بسیار منزوی و طرد می‌شوند.

طرحواره درمانی:

قبل از طرحواره درمانی شاید مهمترین درمان افراد با اختلال شخصیت مرزی روانکاو بوده است. اما از زمان معرفی این درمان توسط دکتر جفری یانگ پژوهش‌های زیادی برای این بیماران صورت گرفته است که از نظریه شناختی - رفتاری، روان پویشی و دیدگاه‌های دیگری مشتق شده است که با استفاده از درمان‌های تجربی با پردازش در زمینه شناخت تجربه‌های آسیب‌زا پرداخته است. اولین درمان مؤثر از نوع شناختی رفتاری توسط مارشال لینهان بر روی این بیماران در سال ۱۹۹۱ انجام شد که بعداً به درمان رفتار درمانی دیالکتیکی (DBT) مشهور شد.

در حقیقت طرحواره درمانی یک روش خلاقانه برای حل مشکلات می‌باشد. مشکلاتی که از شناخت‌های معیوب حاصل می‌شود. این روش به همه افراد کمک می‌کند تا به شناسایی الگوهای ناسازگار و بیمارگونه خود در زندگی نگاه متفاوتی داشته باشند و بتوانند این الگوهای غلط را تغییر دهند.

شاید اغراق نباشد این مدل از درمان روانشناختی یک روش فوق العاده و خردمندانه می‌باشد که هر فرد را متوجه بحران‌های ارتباطی خویش می‌کند. شاید اثربخشی طرحواره درمانی در افراد با اختلال شخصیت مرزی به این نکته ختم می‌شود که این افراد بفهمند چگونه فکر می‌کنند و چطور در رابطه با دیگران رفتار می‌کنند تا بتوانند تغییر اساسی را در این افراد شروع کنند.

کتاب حاضر اثربخشی طرحواره درمانی را در میزان کاهش علائم اختلال شخصیت مرزی نشان می‌دهد و این کتاب با بهره‌گیری از تکنیک‌های مؤثر به مدت ۴ سال بر روی بیماران به بهبودی شگفت‌انگیزی در درمان رسیده است. این مدل درمان همچنین روی بیماران بستری در بیمارستان‌های روانی پرداخته است که در بهبود عملکرد و کیفیت زندگی این افراد نسبت به سایر روش‌های درمانی اشاره دارد.

این کتاب از بخش سوم تکنیک‌های درمانی را ارائه می‌دهد که کمک می‌کند به درمانگر برای شناخت طرحواره‌های ناسازگاری که در بیماران مرزی شکل پیدا کرده است همچنین با استفاده از تکنیک‌های شناختی و تجربی چه بطور انفرادی و گروهی به درمان بیماران می‌پردازد.

دکتر ابراهیم محمدیان

www.ketab.ir