

عشق دیوانه‌وار

آیا اختلال شخصیت دارد؟

«شناخت اختلالات شخصیت قبل و بعد از ازدواج»

نویسندگان

دبلیو. برد جانسون

کلی موری

مترجم

مهرداد فیروزبخت



چونان رشد

تهران - ۱۳۹۴

جانسون، دبلیو. برد (Johnson, W. Brad)

عشق دیوانه وار: آیا اختلال شخصیت دارد؟ «شناخت اختلالات شخصیت قبل و بعد از ازدواج» / نویسندگان

دبلیو. برد جانسون، کلی موری؛ مترجم مهرداد فیروزبخت.

مشخصات نشر: تهران: جوانه رشد، ۱۳۹۴. مشخصات ظاهری: ۲۴۸ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۱۶-۰۱-۵ وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: Crazy love: dealing with your partner's problem personality, c2007.

عنوان دیگر: عشق ویرانگر. عنوان دیگر: شناخت اختلالات شخصیتی قبل و بعد از ازدواج.

موضوع: شخصیت موضوع: روابط بین اشخاص شناسه افزوده: موری، کلی

شناسه افزوده: Murray, Kelly شناسه افزوده: فیروزبخت، مهرداد، ۱۳۴۷ - ، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ ع ۵ ج ۲ / BF۶۹۸ رده بندی دیویی: ۱۵۵/۲ شماره کتابشناسی ملی: ۲۸۵۴۰۱۳

حق چاپ محفوظ است

عشق دیوانه‌وار

آیا اختلال شخصیت دارد؟
«شناخت اختلالات شخصیت قبل و بعد از ازدواج»

نویسندگان: دبلیو. برد جانسون - کلی موری

مترجم: مهرداد فیروزبخت

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۴ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی: آرمانسا



ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱، تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶
فروشگاه: خیابان انقلاب، روبه‌روی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید، شماره ۷۲، تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲
۶۶۴۹۸۳۸۶، دورنگار: ۶۶۴۹۷۱۸۱

فهرست مطالب

۱۳	 مقدمه ناشر
۲۱	 فصل اول: عشق دیوانه‌وار
۲۱	 تشخیص طرف غیر عادی و راهنمای نجات
۲۲	 آیا طرف مقابل تان اختلال شخصیت دارد؟
۲۴	 چرا راهنمای تشخیص شخصیت‌های غیر عادی؟
۲۶	 طرز استفاده از این کتاب راهنما
۲۷	 فصل دوم: اختلالات شخصیت
۲۷	 فهمیدن آدم‌های غیر عادی
۳۰	 ویژگی‌های کلیدی اختلالات شخصیت
۳۱	 شناسایی اشخاص دچار اختلال شخصیت
۳۳	 افراد دچار اختلال شخصیت، مشکلات دیگری هم دارند
۳۴	 احتمال تغییر: ضعیف
۳۷	 فصل سوم: چطور مجذوب کسانی می‌شوم که اختلال شخصیت دارند؟
۳۷	 اجازه دهید نه روش (اصل) آن را برشمردم!
۴۲	 نه دلیل اصلی که باعث می‌شوند جذب اشخاص دچار اختلال شخصیت شویم
۴۲	 دلیل ۱: به‌نظر می‌رسد فریب برداشت‌های اول را می‌خورم.
۴۳	 دلیل ۲: به‌نظر می‌رسد درگیر دید تونلی می‌شوم

دلیل ۳: دائم دنبال تیپ‌های شخصیتی ناکارآمد هستم.....	۴۴
دلیل ۴: محتاج مورد احتیاج بودن هستم.....	۴۴
دلیل ۵: لیاقتم همین است.....	۴۵
دلیل ۶: دائم در حال پر کردن خلأ در خودم هستم.....	۴۶
دلیل ۷: از این که ولش کنم احساس گناه می‌کنم.....	۴۶
دلیل ۸: شاید مشکل از او نباشد.....	۴۷
دلیل ۹: وای! (اتفاقی بود).....	۴۷
خلاصه.....	۴۸
فصل چهارم: شخص شکاک.....	۵۱
شخصیت پارانویید.....	۵۱
فهرست مشخصات شخصیت پارانویید.....	۵۱
آدم شکاک.....	۵۴
از قبل مطلع باشید.....	۵۶
چه چیزی یک آدم را پارانویید می‌کند؟.....	۵۶
پارانویید به عنوان طرف رابطه.....	۵۷
چرا جذب طرف‌های شکاک می‌شوم؟.....	۵۸
زندگی با شخص پارانویید.....	۶۱
از او انتظارات واقع‌بینانه‌ای داشته باشید.....	۶۱
صبورانه اعتمادسازی کنید.....	۶۲
اگرچه وسوسه می‌شوید واکنش نشان دهید ولی جلوی خود را بگیرید.....	۶۲
جلوی زبان‌تان را بگیرید.....	۶۲
در مورد سلامتی خود (و بچه‌ها) مصالحه نکنید.....	۶۳
درمان احتمالاً مفید نخواهد بود.....	۶۳
چه موقع وقت ترک کردن او است.....	۶۳
خلاصه.....	۶۴
فصل پنجم: طرف سرد و خالی از احساس.....	۶۵
شخصیت اسکیزوئید.....	۶۵
فهرست مشخصات شخصیت اسکیزوئید.....	۶۵

۶۹	شخصیت سرد و خالی از احساس
۷۱	چه چیزی یک آدم را اسکیزوئید می‌کند؟
۷۲	اسکیزوئید به عنوان طرف رابطه
۷۳	چرا مجذوب طرف‌های سرد و خالی از احساس می‌شوم؟
۷۶	زندگی با یک اسکیزوئید
۷۷	انتظارات واقع‌بینانه‌ای داشته باشید
۷۷	زیاد به او فشار نیاورید
۷۸	به کارهایی که طرف مقابل‌تان از آن لذت می‌برد، ملحق شوید!
۷۸	او را تقویت کنید نه تنبیه
۷۹	بعید است درمان فایده‌ای داشته باشد
۷۹	چه موقع وقت ترک کردن او است؟
۸۰	خلاصه
۸۱	فصل ششم: طرف عجیب و غریب
۸۱	شخصیت اسکیزوتایپال
۸۱	فهرست مشخصات شخصیت اسکیزوتایپال
۸۴	شخصیت عجیب و غریب
۸۶	چه چیزی یک نفر را اسکیزوتایپال می‌کند؟
۸۷	اسکیزوتایپال به عنوان طرف رابطه
۸۹	چرا مجذوب آدم‌های عجیب و غریب می‌شوم؟
۹۱	زندگی با شخصیت اسکیزوتایپال
۹۱	او را به‌طور نامشروط بپذیرید
۹۱	زیاد سخت نگیرید و عجله نکنید
۹۲	به طرف مقابل‌تان کمک کنید روابط باثباتی برقرار کند
۹۲	مهارت‌های اجتماعی مناسب او را تقویت کنید
۹۳	به طرف مقابل خود کمک کنید اعتبار باورهایش را ارزیابی کند
۹۳	یادتان باشد قرار نیست عجیب و غریب بودن او را از بین ببرید
۹۳	چه موقع وقت ترک کردن است
۹۴	خلاصه

فصل هفتم: شخص خطرناک	۹۷
شخصیت ضداجتماعی	۹۷
فهرست مشخصات شخصیت ضداجتماعی	۹۷
شخصیت خطرناک	۹۸
هشدار	۱۰۳
چه چیزی یک شخصیت را خطرناک می‌سازد؟	۱۰۴
ضداجتماعی به عنوان طرف رابطه	۱۰۵
چرا جذب طرف‌های خطرناک می‌شوم؟	۱۰۸
زندگی با شخصیت ضداجتماعی	۱۱۰
تغییر، دره دره اتفاق می‌افتد	۱۱۱
اقدامات احتیاطی لازم را انجام دهید	۱۱۱
طرف مقابل‌تان را مهربانانه ولی قاطعانه موظف به پاسخگویی کنید	۱۱۲
اعتماد کنید ولی درباره‌اش تحقیق کنید	۱۱۲
درمان احتمالاً فایده ندارد	۱۱۳
چه موقع وقت ترک کردن او است	۱۱۳
خلاصه	۱۱۴
فصل هشتم: شخص توفانی و تندمزاج	۱۱۵
شخصیت مرزی	۱۱۵
فهرست مشخصات شخصیت مرزی	۱۱۵
شخصیت توفانی و تند مزاج	۱۱۸
چه چیزی انسان را مرزی می‌کند؟	۱۲۰
شخصیت مرزی به عنوان طرف رابطه	۱۲۱
چرا مجذوب طرف‌های توفانی می‌شوم؟	۱۲۴
احتیاط	۱۲۶
زندگی با شخصیت مرزی	۱۲۷
کمک گرفتن از متخصص، ضروری است	۱۲۸
منتظر آشوب باشید!	۱۲۸
برای او مجدداً پدر یا مادری کنید	۱۲۹

۱۲۹	رفتار خود مخربش را تقویت نکنید.....
۱۳۰	درافتادن با سفید و سیاه‌اندیشی.....
۱۳۱	نقاط قوت او را تقویت کنید.....
۱۳۱	چه موقع وقت ترک کردن او است؟.....
۱۳۲	خلاصه.....
۱۳۳	فصل نهم: شخص‌تثاتری.....
۱۳۳	شخصیت‌نمایشی.....
۱۳۳	فهرست مشخصات شخصیت‌نمایشی.....
۱۳۶	شخصیت‌تثاتری.....
۱۳۸	چه چیزی یک آدم را نمایشی می‌کند؟.....
۱۳۸	شخصیت‌نمایشی به عنوان طرف رابطه.....
۱۴۱	چرا مجذوب طرف‌های تثاتری می‌شوم؟.....
۱۴۲	زندگی با شخصیت‌تثاتری.....
۱۴۳	حد و مرزهای محکمی تعیین کنید.....
۱۴۳	بازخورد هماهنگ بدهید.....
۱۴۴	او را گرم و همدلانه تشویق کنید.....
۱۴۴	مثل همیشه از او انتظارات واقع‌بینانه داشته باشید.....
۱۴۵	چه موقع وقت ترک کردن او است؟.....
۱۴۵	خلاصه.....
۱۴۷	فصل دهم: شخص‌خودبین و غرق‌خود.....
۱۴۷	شخصیت‌خودشیفته.....
۱۴۷	فهرست مشخصات شخصیت‌خودشیفته.....
۱۵۱	شخصیت‌غرق‌خود.....
۱۵۳	چه چیزی یک نفر را خودشیفته می‌کند؟.....
۱۵۳	خودشیفته به عنوان طرف رابطه.....
۱۵۵	چرا جذب طرف‌های غرق‌خود می‌شوم؟.....
۱۵۷	زندگی با شخصیت‌خودشیفته.....
۱۵۸	قبل از هر چیز مراقب خودتان باشید.....
۱۵۸	آینه‌طرف‌خودشیفته‌تان باشید.....

- گرایش طرف مقابل تان به حسادت انگاشتن رفتارها را ببینید ۱۵۹
- برای متوقع بودن و خشم خودشیفته‌وار او، حد و مرز بگذارید ۱۵۹
- گاهی اوقات از خودشیفتگی او به نفع خود استفاده کنید ۱۶۰
- کمترین همدلی‌های او را تقویت کنید ۱۶۰
- روان‌درمانی طول می‌کشد ۱۶۱
- چه موقع وقت ترک کردن او است ۱۶۱
- خلاصه ۱۶۲
- فصل یازدهم: شخص متزلزل** ۱۶۳
- شخصیت منفعل - پرخاشگر ۱۶۳
- فهرست مشخصات شخصیت منفعل - پرخاشگر ۱۶۳
- شخصیت متزلزل ۱۶۶
- چه چیزی یک نفر را منفعل - پرخاشگر می‌کند؟ ۱۶۸
- منفعل - پرخاشگر به عنوان طرف رابطه ۱۶۹
- چرا جذب طرف‌های منفعل - پرخاشگر می‌شوم؟ ۱۷۱
- زندگی با شخصیت منفعل - پرخاشگر ۱۷۳
- ببینید طرف مقابل تان چرا چنین رفتاری می‌کند ۱۷۳
- محدوده‌ها را مشخص کنید و به آن‌ها پای بند باشید ۱۷۴
- درمان به ندرت راه حل محسوب می‌شود ۱۷۴
- عصبانیت و نفرت از مظاهر قدرت را تصدیق نکنید ۱۷۵
- چه موقع وقت ترک کردن او است ۱۷۶
- خلاصه ۱۷۶
- فصل دوازدهم: شخص ترسو** ۱۷۹
- شخصیت اجتنابی ۱۷۹
- فهرست مشخصات شخصیت اجتنابی ۱۷۹
- شخصیت ترسو ۱۸۲
- چه چیزی یک نفر را اجتنابی می‌کند؟ ۱۸۴
- شخصیت اجتنابی به عنوان طرف رابطه ۱۸۵
- چرا مجذوب طرف‌های ترسو می‌شوم؟ ۱۸۷
- زندگی با طرف اجتنابی ۱۸۹

انتظارات واقع‌بینانه‌ای داشته باشید.....	۱۸۹
نیازتان را با ظرافت ولی صادقانه با او در میان بگذارید.....	۱۸۹
به روی خودتان و طرف مقابل‌تان درهای جدیدی باز کنید.....	۱۹۰
طرف مقابل خود را ترغیب کنید از متخصص کمک بگیرد.....	۱۹۰
چه موقع وقت ترک کردن او است.....	۱۹۱
خلاصه.....	۱۹۱
فصل سیزدهم: شخص چسبنده.....	۱۹۳
شخصیت وابسته.....	۱۹۳
فهرست مشخصات شخصیت وابسته.....	۱۹۳
شخصیت چسبنده.....	۱۹۶
چه چیزی یک نفر را وابسته می‌کند؟.....	۱۹۸
وابسته به عنوان طرف رابطه.....	۱۹۹
چرا مجذوب طرف‌های چسبنده می‌شوم؟.....	۲۰۰
زندگی با آدم وابسته.....	۲۰۲
مثل همیشه خوش‌بینی محتاطانه را در پیش گیرید.....	۲۰۲
به او کمک کنید از موفقیت‌های کوچک لذت ببرد.....	۲۰۳
درهای دنیای طرف مقابل‌تان را باز کنید.....	۲۰۳
فراگیری قابلیت‌های جدید را تقویت کنید.....	۲۰۴
اجازه دهید متخصص و صاحب اختیار شود.....	۲۰۴
آیا درمان کمک می‌کند؟.....	۲۰۵
چه موقع وقت ترک کردن او است.....	۲۰۵
خلاصه.....	۲۰۶
فصل چهاردهم: شخص خشک و انعطاف‌ناپذیر.....	۲۰۷
شخصیت وسواسی - اجباری.....	۲۰۷
فهرست مشخصات شخصیت وسواسی - اجباری.....	۲۰۷
شخصیت خشک و انعطاف‌ناپذیر.....	۲۱۱
چه چیزی یک نفر را خشک و انعطاف‌ناپذیر می‌کند؟.....	۲۱۵
شخصیت وسواسی - اجباری به عنوان طرف رابطه.....	۲۱۶
چرا مجذوب طرف‌های خشک و انعطاف‌ناپذیر می‌شوم؟.....	۲۱۷

۲۱۹	زندگی با شخصیت وسواسی - اجباری
۲۲۰	انتظارات واقع‌بینانه‌ای داشته باشید
۲۲۱	به طرف مقابل تان کمک کنید کَلِّت را ببیند
۲۲۱	به طرف مقابل تان همدلانه کمک کنید
۲۲۲	روی نقاط قوت طرف مقابل تان سرمایه گذاری کنید
۲۲۲	درمان احتمالاً ضرری ندارد
۲۲۳	چه موقع وقت ترک کردن او است
۲۲۳	خلاصه
۲۲۵	فصل پانزدهم: شخص غمگین
۲۲۵	شخصیت افسرده
۲۲۵	فهرست مشخصات شخصیت افسرده
۲۲۹	شخصیت غمگین
۲۳۰	چه چیزی از یک نفر شخصیت غمگین می‌سازد؟
۲۳۱	شخصیت افسرده به عنوان طرف رابطه
۲۳۳	چرا مجذوب طرف‌های افسرده می‌شوم؟
۲۳۴	زندگی با شخصیت افسرده
۲۳۵	انتظار تغییرات کوچک داشته باشید
۲۳۵	مراقب نقش خود در رفتار طرف مقابل تان باشید
	به طرف مقابل تان یاد بدهید جلوی خودش را بگیرد و از چیزهای
۲۳۵	کوچک زندگی لذت ببرد
۲۳۶	چارچوب‌بندی شناختی انجام دهید
۲۳۶	درمان می‌تواند مفید باشد
۲۳۷	چه موقع وقت ترک کردن او است
۲۳۷	خلاصه
۲۳۹	فصل شانزدهم: اگر با کسی که اختلال شخصیت دارد، ازدواج کرده باشم چه؟
۲۴۵	نمایه موضوعی
۲۴۷	کتابشناسی

مقدمه ناشر

نگرانی بسیار جدی است!

به گواهی آمارهای رسمی و گفته‌های هرچند کوتاه و گذرای مسئولان و کارشناسان دولتی، بنیاد خانواده - اساسی‌ترین نهاد اجتماعی - هر سال سست‌تر از سال پیش می‌شود.

● صدها هزار دختر و پسر جوان، که بیشترشان دانش‌آموختگان دانشگاه‌اند، نمی‌توانند یا نمی‌خواهند تشکیل خانواده دهند.

● بیش از ۳۵ درصد زوج‌های جوان در تهران و نزدیک به ۹ درصد آنها در شهرهای بزرگ، در کمتر از پنج سال اول از دواج، زندگی زناشویی خود را به پایان می‌رسانند و به گروه پر شمار «طلاق گرفته‌ها» می‌پیوندند. طلاق گرفته‌هایی که هم نسبت به مجردها شانس کم‌تری برای ازدواج دارند و هم دچار آسیب‌های فراوان فردی، خانوادگی و اجتماعی می‌شوند.

● نیمی از خانواده‌ها، به‌منظور رهایی از فشارهای فرهنگی، نداشتن امنیت اجتماعی و اقتصادی و به‌خاطر فرزندی که خواسته یا ناخواسته به دنیا آمده‌اند نمی‌خواهند طلاق

بگیرند و در فضایی سرد و پرتنش می‌سوزند و می‌سازند. پیامد این زندگی بی‌روح و رنج‌آور، یا فرورفتن در منجلاب خیانت یا افتادن در چنبره اعتیاد یا گرفتارشدن در چنگال بیماری‌های روانی است. قربانیان اصلی این طلاق‌های عاطفی کودکانی هستند که آینده‌ای پرابهام افق زندگی‌شان را تیره و تار می‌سازد.

بدین ترتیب، پنج سال پس از ازدواج حدود ۲۰ درصد همسفران کاروان زندگی در مسیر بالندگی به حرکت خود ادامه می‌دهند و ۸۰ درصد آنها در کژراهه‌های گسستگی و آشفتگی، از شادکامی و کامروایی باز می‌مانند. این وضع ناراحت‌کننده و آسیب‌زا معلول عوامل گوناگون فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و روان‌شناختی است. در این جا ما تنها به عامل روان‌شناختی قضیه می‌پردازیم.

دست‌یابی به خانواده‌ای شادی‌آفرین، رشد‌دهنده، استوار و پایدار سه شرط دارد:

۱. انتخاب عاقلانه و مناسب

۲. مراقبت آگاهانه و مداوم

۳. بهره‌گیری از مشاوره به‌هنگام ضرورت

اگر گزینش همسر نابخردانه، یعنی از روی هوس‌کور، عشقی تند، انگیزه‌ای نادرست و تصمیمی شتابزده باشد، نه آموزش‌ها و مراقبت‌های پس از ازدواج می‌تواند بحران‌های فزاینده زندگی را کاهش دهد و نه از مشاور توانا و دلسوز کار چندانی بر می‌آید. اساساً هر دو نفری که می‌خواهند مدتی دراز با یکدیگر همراهی و همکاری کنند، باید از دو ویژگی «سلامت» و «هماهنگی» برخوردار باشند. اولی ابعاد گوناگون و دومی زمینه‌های متعددی دارد. این ابعاد و زمینه‌ها، بسته به کیفیت و مدت همدلی و همراهی دو نفر، متفاوتند.

در ازدواج، که لازمه‌اش هماهنگی عمیق و پایدار ابعاد وجودی زن و مرد است، اگر دو نفر از نظر سنی، تحصیلی، وضعیت فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی، میزان دینداری، گرایش سیاسی، میزان برون‌گرایی، و سنتی و غیرسنتی بودن، هماهنگ و از نظر جسمی، روانی، شخصیتی، اعتقادی و خانوادگی نیز سالم باشند، انتظار می‌رود راه خود را در مسیر بالندگی، به سوی شادمانی و سعادت بپیمایند و فرزندی شایسته و موفق به جامعه انسانی تقدیم کنند.

علت مهم گسستگی‌ها و آشفتگی‌های خانوادگی این است که در هنگام انتخاب همسر به هماهنگی زن و مرد و سلامت آنها توجه نمی‌شود. سهم سلامت از هماهنگی بیشتر است؛ زیرا دو نفر اگر سالم باشند، تلاش می‌کنند ناهماهنگی‌های قابل تغییر را به تدریج کاهش دهند و نقش و تأثیر آنهایی را که تغییر ناپذیرند، در زندگی مشترک خود پررنگ و برجسته نسازند.

اما «بیماری»، از هر نوعی که باشد رنج‌آور و آسیب‌رسان است. اگر درمان نشود گسترش می‌یابد، مزمن می‌شود و فرد و همراهش را از پای می‌اندازد. بیشتر مردم بیماری‌های جسمی را می‌شناسند و راه‌های پیشگیری و درمان آنها را می‌دانند. پزشکان متخصص و مجرب، و داروهای مؤثر و کارآمدی برای فهم و مداوای بیشتر امراض جسمانی وجود دارد. اما تشخیص و درمان بیماری‌های روانی به این آسانی نیست. در طبقه‌بندی‌های کلاسیک، آنها را در سه گروه روان‌رنجوری‌ها (نوروزها)، روان‌پریشی‌ها (سایکوزها) و اختلالات شخصیت جای می‌دهند. روان‌رنجوری‌ها، بیماری‌های شایع و کم‌ضرری هستند که با روان‌درمانی و دارودرمانی بهبود می‌یابند و مشکلی جدی برای فرد و زندگی خانوادگی به وجود نمی‌آورند.

مبتلایان روان‌پریشی، شمار بسیار اندکی دارند، تشخیص آنها چندان دشوار نیست و با چند جلسه ملاقات و ارزیابی دقیق، بررسی زندگی گذشته آنان و نیز نظر خواستن از روانپزشک و روان‌شناس بالینی می‌توان به شدت بیماری‌شان پی برد و از ازدواج با آنها خودداری کرد. اما اختلال‌های شخصیت مجرای پیچیده‌تری دارند؛ هم رنج‌آفرین و ویرانگرند و هم دیرپا و تغییرناپذیر. برای آشنایی با ویژگی‌های این بیماری‌های پر راز و رمز و فریبنده به صفحات ۲۱، ۳۰ و ۳۱ همین کتاب مراجعه کنید.

آیا بعد از ازدواج می‌توان با عشق، شکیبایی، کسب اطلاعات علمی مفید و به کار گرفتن روش‌های ارتباطی و درمانی مناسب تلاش کرد و همسر دارای اختلال شخصیت را بهبود بخشید؟ نویسندگان عشق دیوانه‌وار معتقدند که درمان این اختلال تقریباً غیرممکن است (بنگرید به صص ۳۵-۳۴).

با توجه به آن‌چه که گفتیم، عاقلانه‌ترین کار برای کسی که می‌خواهد ازدواج کند این است که از سطح لایه‌های پر زرق و برق ظاهری (مانند چهره زیبا، تیپ برازنده، موقعیت و شهرت اجتماعی، وضعیت مالی خوب، مدرک تحصیلی بالا، خانه و اتومبیل و دیگر امکانات چشم‌نواز - که البته هر کدام در حد خود برای رضایت و رفاه زندگی اهمیت دارند) عبور کند و به درون پنهان

فرد مقابل نظر بیفکند تا اگر رگه‌هایی از اختلال شخصیت در اوست، عطایش را به لقایش ببخشد و از زندگی مشترک با او چشم ببوشد.

چگونه می‌توان اختلال شخصیت را که چنین پنهان، پویا و آسیب‌رسان است تشخیص داد؟ شناخت آدمی و لایه‌های پنهان شخصیت او را بسیار دشوار و زمان‌بر و مولوی ناممکن‌تر از شناخت پری یا جن - که وجودش فراتر از مرزهای ادراک بشری است - می‌داند!

نه هر چه در صورت نکوست، سیرت زیبا در اوست. کار اندرون دارد نه پوست.

توان شناخت به یک روز در شمایل مرد که تا کجاش رسیده است پایگاه علوم
ولی زبانش اینم مباحث و غره مشو که خُبث نفس نگردد به سالها معلوم

(سعدی / گلستان باب هشتم)

مرد را صد سال عم و خال او یک سر موئی نبیند حال او
گر به صورت آن پری، پنهان بود آدمی پنهان‌تر از پریان بود
نزد عاقل زان پری که مضمهر است آدمی صدار خود پنهان‌تر است

(مثنوی، دفتر سوم)

بیشتر متخصصان حوزهٔ شخصیت معتقدند که برای تشخیص ویژگی‌های شخصیتی یک فرد نیازمند روان‌شناس آگاه و با تجربه‌ای هستیم که نخست اطلاعات لازم را با شکیبایی و دقت از چهار منبع بدست آورد و سپس آنها را همگرا و یک پارچه سازد. این منابع که سرواژه‌های آنها کلمهٔ (Lots) را می‌سازند عبارتند از:

۱- داده‌های مربوط به پیشینهٔ زندگی فرد^۱: مدرسه، دانشگاه، محل کار، نهادهای

قضائی،... (L)

۲- داده‌های جمع‌آوری شده از مشاهدهٔ گران^۲: خویشاوندان، دوستان، همسایگان،

همکاران،... (O)

۳- داده‌های حاصل از آزمون‌های معتبر روان‌شناختی^۳ (T)

۴- اطلاعاتی که توسط خودآزمودنی از طریق گفتگو، مصاحبه و پرسشنامه‌های گزارش

شخصی به دست می‌آیند^۴ (S)

(پروین ۱۳۸۱، فاندرا ۲۰۱۰^۵، بلاس^۶ و لارسن^۷ ۲۰۱۱)

1. life-out^come data

2. observer-report data

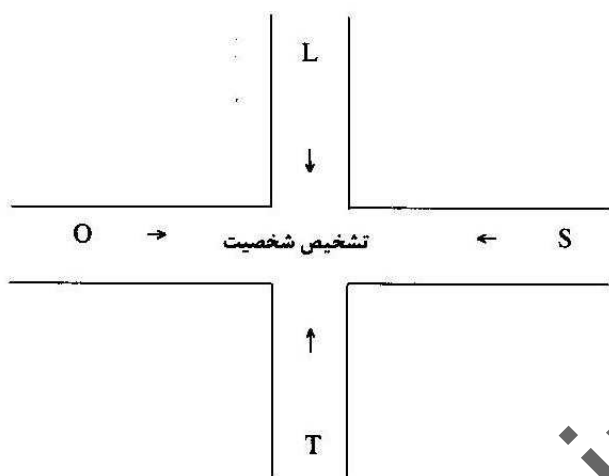
3. test-data

4. self-report data

5. Funder

6. Buss

7. Larsen



نویسندگان «عشق دیوانه‌وار»، برای شناخت اختلال شخصیت، پنج روش را پیشنهاد می‌کنند:

- بررسی زندگی گذشته فرد، به خصوص پی بردن به سبک دلبستگی‌های او در دوران کودکی.
- برقراری ارتباط طولانی‌مدت با او، زیرا در قرارها و گفتگوهای آغازین، تشخیص اختلال شخصیت بسیار دشوار است.
- آگاه‌بودن از نشانه‌های دوازده اختلال شخصیت از طریق مطالعه این کتاب
- ارزیابی کردن صادقانه و هوشیارانه اختلال شخصیت طرف مقابل
- کمک گرفتن از یک متخصص، در صورت لزوم (ص ۲۸)

از این پنج روش، روش اول همان است که روان‌شناسان شخصیت، به‌صورت کامل‌تر (و نه فقط پی بردن به سبک دلبستگی در دوران کودکی)، با عنوان «داده‌های مربوط به پیشینه زندگی فرد» از آن یاد می‌کنند. برقراری ارتباط طولانی‌مدت با فردی از جنس مخالف، به قصد ازدواج، با فرهنگ اسلامی-ایرانی ما همخوان و سازگار نیست. تازه اگر هم خانواده و فرهنگ پذیرای این نوع رابطه باشند، آیا عشق چشم‌ها را کور و گوش‌ها را کر نمی‌کند؟ به فرض آن که این نشست و برخاست‌های درازمدت صورت بگیرد و شور دلدادگی، مانع روشنگری عقل نشود، آیا می‌توان از هر طالب ازدواج، هر چند دارای تحصیلات دانشگاهی باشد، انتظار داشت که به صرف مطالعه کتاب‌های روان‌شناسی، شناخت کاملی از شخصیت طرف مقابل به دست آورد و به ارزیابی «صادقانه» و «هوشیارانه» او بپردازد؟ این نکات از چشم نویسندگان کتاب حاضر دور نمانده‌اند.

آنها می‌نویسند:

شناسایی دقیق و زود هنگام اختلال شخصیت، در مراحل اولیه رابطه کار دشواری است. وقتی مجذوب رفتار طرف مقابل می‌شویم دیدن شواهد موجود - حتی شواهد صریح و روش مربوط به اختلال شخصیت - سخت می‌شود. برخی از عناصر و رفتارهای شخصیت مشکل‌دار برای ما جالب، مهیج، حتی تحریک‌کننده می‌شوند! (ص ۳۳)

حتی متخصصان حرفه‌ای هم وقتی می‌خواهند شبکه پیچیده عوامل رشدی دخیل در سال‌های نخست زندگی افراد دچار اختلال شخصیت را بفهمند، تا حد زیادی به حدس و گمان رو می‌آورند. همچنین یادتان باشد برخی از مبتلایان به اختلال شخصیت (مثل شخصیت ضد اجتماعی) معمولاً در مورد پیشینه خود دروغ می‌گویند و خاطرات دوران کودکی بسیاری از آنها شک‌برانگیز است، چون تجربه‌های زندگی خود را با عینک اختلال شخصیت فعلی خویش می‌بینند. (ص ۲۸)

چه باید کرد؟!

نگارنده پس از سالیان دراز تحقیق و تدریس روان‌شناسی شخصیت و ارزشیابی و تشخیص آن، در دانشگاه و بررسی و تدقیق در متون معتبر و اصلی اسلامی در حوزه‌های ازدواج و خانواده و نیز تجربه عملی مشاوره ازدواج با صدها خواستار تشکیل خانواده، در مرکز مشاوره، رویکرد و شیوه‌های زیر را برای مشاوره همسرگزینی به کار می‌برد و پیشنهاد می‌کند:

۱- آموزش بیست ملاک انتخاب همسر و راه‌های تشخیص آنها، به دو نفری که می‌خواهند ازدواج کنند، در جلسه‌های جداگانه.

۲- انجام آزمون‌های معتبر عینی و فراقکن روان‌شناختی مانند EPQ، NEO، MMPI-۲،

KHTP

۳- درخواست از هر دو نفر و والدین آنها (در صورتی که جوانانی باشند که با پدر و مادر خود زندگی می‌کنند) برای این که موارد زیر را به صورت کتبی و خصوصی به مشاور تحویل دهند:

الف - تکمیل برگه ملاک‌ها درباره طرف مقابل

ب - نتایج تحقیقاتی که در مورد فرد و خانواده‌اش بدست آورده‌اند.

ج - نکات اصلی گفتگوها و توافق‌هایی که درباره انتظارات و حساسیت‌های خود بیان کرده‌اند.

د- نگرانی‌ها و تردیدهایی که در برخوردها، گفتگوها و تحقیقات برایشان به وجود آمده است.

۴- برگزاری جلسه خصوصی با هر کدام و در صورت لزوم با بزرگترهای آنان

۵- اعلام نظر نهایی به صورت «تأیید»، «رد» یا «نیاز به بررسی بیشتر».



فایده‌های کتاب

با توجه به پیچیدگی وجود انسان و نیز تفاوت‌های فرهنگی بین ما و غربیان، نمی‌توان انتظار داشت که کتاب‌هایی هرچند علمی و راه‌گشا مانند «عشق دیوانه‌وار» بتوانند به همه پرسش‌های خوانندگان ایرانی درباره‌ی همسرگزینی و همسرمداری پاسخ دهند. می‌پرسید پس فایده این کتاب چیست؟

عشق دیوانه‌وار برای گروه‌های زیر، بهره‌های فراوان دارد:

۱- افراد مجردی که زود یا دیر می‌خواهند تشکیل خانواده دهند، اما هم‌اکنون کسی را برای ازدواج ندارند. ایشان با مطالعه کتاب در می‌یابند که در زیر ظاهر آرام و آراسته بسیاری از افراد، دوازده نوع بیمار شخصیتی پنهان شده است که شناخت آنها نیازمند آگاهی، دقت و رهاشدن از وابستگی‌های ظاهری و عاطفی است.

۲- آنهایی که در مرحله آغازین آشنایی و یا دوران نامزدی هستند و می‌خواهند با چشم باز پا به دنیایی ناشناخته ازدواج نگذارند.

مطالعه کتاب راهنمای خوبی است که هر نشانه کوچک و بزرگ اختلال شخصیت را جدی بگیرند و با عمق بخشیدن به اطلاعات خود، و مشورت خواستن از روان‌شناسی با تجربه، دست به انتخابی شتابزده و ناآگاهانه نزنند.

۳- کسانی که خواسته و ناخواسته با فردی که دچار اختلال شخصیت است ازدواج کرده‌اند و پس از تحمل ناراحتی‌ها و مشکلات فراوان و تکرارشونده، نمی‌دانند از این پس چگونه با شریک ناهل خود برخورد کنند، بمانند یا بروند؟ اگر بمانند با چه شیوه‌هایی با او روزگار بگذرانند و اگر بروند چه سان خود و دیگران را قانع کنند که جدایی بهترین گزینه ادامه رهاشان بوده است؟!

۴- روان‌شناسان و مشاورانی که همراه با بررسی‌های دقیق خود می‌خواهند به مراجعه‌کنندگان ذکر شده در بالا، مطالب علمی و قانع‌کننده‌ای بدهند تا به‌شونده‌ها و راهنمایی‌های جلسات کوتاه مشاوره عمق بیخشند و این همان است که به کتاب‌درمانی معروف شده است.

امید است «عشق دیوانه‌وار» بتواند برای خوانندگان عزیز این چهار فایده و بیشتر از آن را به ارمغان بیاورد.

منابع

۱. پروین. جان (۲۰۰۱) شخصیت: نظریه و پژوهش، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور (۱۳۸۱)، تهران، آییژ.

1. Funder, David, c (2010, 5th edition). *The personality puzzle*, New york, Norton &, Company

2. Larsen, Randy J and Buss, David, M. (2011, edition) *personality psychology*, New York, McGraw Hill.

دکتر محمود گلزاری