

مسابنی شخصیت

در
روان درمانی

نوشته‌ی دکتر بیتا حسینی

انتشارات جنگل

سرشناسه : حسینی، بیتا، ۱۳۵۴-
 عنوان و نام پدیدآور : مبانی شخصیت در روان‌درمانی / نوشته‌ی: بیتا حسینی.
 مشخصات نشر : تهران: جنگل، جاودانه، ۱۳۹۱.
 مشخصات ظاهری : ۳۳۶ ص.
 شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۹۸۱-۹۵۴-۹
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیپا
 موضوع : شخصیت - جنبه‌های روان‌شناسی
 موضوع : روان‌درمانی
 موضوع : شخصیت‌سنجی
 رده‌بندی کنگره : ۱۳۹۱ م ۵۲ ج ۶۹۸ BF
 رده‌بندی دیویی : ۱۵۵/۲
 شماره کتابخانه ملی : ۲۸۶۱۶۴۹

جنگل

عنوان کتاب: مبانی شخصیت در روان‌درمانی
 نوشته‌ی: دکتر بیتا حسینی
 ناشر: انتشارات جنگل، جاودانه
 ناظر فنی: امین لشکری
 نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۱
 قطع و تیراژ: وزیری، ۱۰۰۰ نسخه
 قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال با جلد نفیس
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۸۱-۹۵۴-۹

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۸۶۱۱۵-۹-۶۶۴۸۲۸۳۰ <http://www.junglepub.org>
 email:// Info@junglepub.org ۰۳۱۱-۳۲۰۵۰۶۷-۳۲۰۳۸۰۰-۹

«حق چاپ برای مؤلف محفوظ است»

قلم از عشق بشکند چو نویسد نشانِ تو
همه خَلقان چو مورکان به سوی خرمیت روان
به امینان و نیکوان بنمودی تو نردبان
خمش ای دل دگر مگو دگر اسرار او مجو
خردم راه گم کند ز فراق گرانِ تو
همه عالم نواله‌ای ز عطاهای خوانِ تو
که روان است کاروان به سوی آسمانِ تو
که ندانی نهان آن که بداند نهانِ تو

مولانا

www.ketab.ir

فهرست مطالب

درباره‌ی شخصیت‌شناسی ۱

بخش اول: جایگاه شخصیت‌شناسی در روان‌درمانی

پیشگفتار ۷

فصل ۱: شخصیت‌شناسی: یک عامل اشتراکی در روان‌درمانی ۹

کثرت‌گرایی رویکردهای درمانی ۱۳

مواضع فلسفی در نظام‌های روان‌درمانی ۱۴

عوامل اشتراکی در روان‌درمانی نوین ۱۸

شخصیت‌شناسی: یک عامل اشتراکی ۲۰

رابطه‌ی مؤلفه‌های اثربخش روان‌درمانی با شخصیت‌شناسی ۲۶

فصل ۲: شخصیت‌شناسی، آسیب‌شناسی روانی و نظام‌های نوین روان‌درمانی ۳۳

• تشخیص ساختارها و کارکردهای شخصیتی در آسیب‌شناسی روانی ۳۷

مشخصه‌های زمینه‌ی کارکردی شخصیت ۳۹

ویژگی‌های زمینه‌ی ساختاری ۴۱

شخصیت‌شناسی در نظام‌های نوین روان‌درمانی ۴۳

یکپارچه‌نگری ۴۳

درمان چند وجهی لازاروس (BASIC ID) ۴۳

• درمان‌های میان نظریه‌ای: پلی از روان‌درمانی به شخصیت‌شناسی ۴۵

۱- مدل میان نظریه‌ای پروچاسکا (TTM) ۴۶

ابعاد تغییر در مدل میان نظریه‌ای پروچاسکا ۴۶

سطوح تغییر ۵۰

۲- مدل «انتخاب نظام‌مند درمان» (STS) بوتلر ۵۱

سبک مقابله‌ای ۵۴

آشفته‌گی انگیزشی ۵۸

۳- یکپارچه‌سازی «مدل میان نظریه‌ای» و «مدل انتخاب نظام‌مند درمان»: مدل میان

نظریه‌ای نظام‌مند ۶۰

مراحل درمان در مدل میان نظریه‌ای نظام‌مند ۶۳

- ۶۳.....گردآوری اطلاعات ضمن ایجاد اتحاد درمانی.....
- ۶۳.....آغاز کردن جلسه‌ی اول.....
- ۶۴.....جمع‌آوری اطلاعات.....
- ۶۷.....بررسی حالات روانی.....
- ۶۹.....ارزیابی مخاطره (میزان خطرپذیری مراجع).....
- ۷۲.....مفهوم‌سازی موردی در رویکرد میان نظریه‌ای یکپارچه‌نگر.....

بخش دوم: مبانی شخصیت‌شناسی

- ۷۷.....پیشگفتار.....
- ۷۹.....فصل ۳: اصول شخصیت‌شناسی و تاریخچه‌ی علم شخصیت.....
- ۸۱.....روان‌شناسی شخصیت.....
- ۸۳.....اصول شخصیت‌شناسی.....
- ۸۳.....ایجاد ساختار علمی برای شخصیت‌شناسی.....
- ۸۵.....چالش‌های فرضیات فلسفی در نظریه‌های شخصیت.....
- ۸۶.....تاریخچه‌ی نظریه و پژوهش در علم شخصیت.....
- ۸۶.....● پیش از سال ۱۹۰۰.....
- ۸۷.....● سال‌های ۱۹۰۰ - ۱۹۳۰.....
- ۹۰.....● سال‌های ۱۹۳۰ - ۱۹۵۰.....
- ۹۴.....● سال‌های ۱۹۵۰ - ۱۹۸۵.....
- ۹۵.....● انتقاد میشل.....
- ۹۹.....● سال‌های پس از ۱۹۸۵.....
- ۱۰۷.....فصل ۴: چیستی، واحدها و خاستگاه شخصیت.....
- ۱۰۹.....چیستی شخصیت.....
- ۱۱۰.....واحدهای سازنده‌ی شخصیت.....
- ۱۱۳.....سرشت (پایگاه مغزی: ساختار لیمبیک).....
- ۱۱۴.....منش (کاراکتر): پایگاه مغزی، لب گیجگاهی و هیپوکامپ.....
- ۱۲۰.....● لایه‌ی اول.....
- ۱۲۰.....● لایه‌ی دوم.....
- ۱۲۱.....● لایه‌ی سوم.....
- ۱۲۲.....خصیصه (Trait).....
- ۱۲۴.....پنج خصیصه‌ی گسترده در شخصیت (مدل پنج عاملی) (Big Five Personality Traits).....

۱۲۵.....	رابطه‌ی خصیصه‌های مدل پنج عاملی با عملکرد حرفه‌ای
۱۲۶.....	رابطه‌ی خصیصه‌های مدل پنج عاملی با ترتیب تولد
۱۲۷.....	رابطه‌ی اختلالات شخصیتی با مدل پنج عاملی
۱۲۷.....	خصیصه‌های شانزده‌گانه‌ی کتل (مدل شانزده عاملی)
۱۳۱.....	نظریه‌ی سه خصیصه‌ای هورنای
۱۳۱.....	انگیزش
۱۳۲.....	انواع انگیزش
۱۳۴.....	نظریه‌های انگیزشی
۱۳۵.....	● لایه‌ی چهارم
۱۳۶.....	● لایه‌ی پنجم
۱۳۸.....	● لایه‌ی ششم
۱۳۸.....	نظریه‌های هیجان محور
۱۴۰.....	نیاز
۱۴۴.....	● لایه‌ی هفتم
۱۴۴.....	اسناد
۱۴۵.....	سه مدل ابعادی پیرامون اسنادها
۱۴۶.....	نظریه‌های اصلی درباره‌ی اسنادها
۱۴۸.....	نگرش
۱۴۹.....	سبک تبیینی
۱۵۰.....	عوامل مؤثر بر شکل‌گیری سبک تبیینی
۱۵۱.....	● لایه‌ی هشتم و مدارهای پس‌آیند: روابط ثانویه و ...
۱۵۱.....	رویدادهای آسیب‌زاد
۱۵۷.....	طبقه‌بندی مایر
۱۵۸.....	طبقه‌بندی مارتیردام
۱۵۹.....	فصل ۵: مدل‌هایی پیرامون خاستگاه تحول شخصیت
۱۶۱.....	۱- دیدگاه قطبیت‌های تکاملی (خاستگاه‌های سبک‌های هنجار و الگوهای آسیب‌شناختی در شخصیت)
۱۷۱.....	۲- دیدگاه بافتارگرایی تحولی
۱۷۳.....	نظریه‌ی نظام‌های تکوینی فراگیر (اپی‌ژنتیک) در تحول و کارکرد انسان
۱۷۶.....	۳- دیدگاه بنیان‌های هفت‌گانه

- ۱۷۸..... ژنتیک
- ۱۷۸..... دشواری مطالعه‌ی تأثیرات ژن‌های خاص روی شخصیت
- ۱۸۴..... بعد عاطفی در فرزندپروری
- ۱۸۵..... پرورش بعد رفتاری
- ۱۸۶..... بعد شناختی در والدین
- ۱۸۷..... ۴- دیدگاه ژنتیکی، تکاملی، محیطی
- ۱۹۵..... ۵- دیدگاه ایماگویی (درمان تصویرسازی- ارتباطی)

بخش سوم: اختلالات شخصیت

- ۲۰۱..... پیشگفتار
- ۲۰۳..... فصل ۶: طبقه‌بندی، شیوع و سبب‌شناسی اختلالات شخصیت
- ۲۰۷..... * طبقه‌بندی شخصیت
- ۲۲۱..... * شیوع و تأثیرگذاری اختلالات شخصیت در جامعه‌ی معاصر
- ۲۲۴..... * سبب‌شناسی اختلالات شخصیت
- ۲۲۵..... - الگوهای چهارگانه‌ی سبب‌شناسی در اختلالات شخصیت
- ۲۲۷..... عوامل سبب سازنده در اختلالات شخصیت
- ۲۳۳..... فصل ۷: نقش ضربه روانی، حافظه، عصب‌شناسی زیستی و سلف در ایجاد اختلال شخصیت
- ۲۳۶..... شرحی بر سیستم یادآوری خویشتن (حافظه‌ی خود)
- ۲۴۱..... حافظه و نور
- ۲۴۳..... فشرده‌سازی خاطرات آسیب‌زا
- ۲۴۴..... تحول به مثابه‌ی حرکت در طول زمان
- ۲۵۳..... شخصیت و سالمندی
- ۲۵۵..... شکاف گسستی
- ۲۶۰..... جنبه‌های اخلاقی در حافظه‌ی مرتبط با خویشتن
- ۲۶۲..... اختلالات شخصیت از نظر عصب‌شناسی زیستی
- ۲۶۸..... زمان، مکان و نور
- ۲۶۹..... نقش جنسیت در اجتماعی شدن و ایجاد اختلال شخصیت
- ۲۷۲..... نتیجه‌گیری
- ۲۷۵..... فصل ۸: مدل‌های نوین روان‌درمانی در درمان اختلالات شخصیتی
- ۲۷۷..... • درمان بازسازی میان فردی (IRT) برای اختلالات شخصیت

۲۷۷	مؤلفه‌های نظریه‌ای مدل
۲۷۷	- نظریه‌ی آسیب‌شناسی روانی
۲۸۱	نظریه‌ی تغییر
۲۸۳	فرایند درمان
۲۸۴	چالش‌های درمانی چگونه مفهوم‌سازی و مدیریت می‌شوند؟
۲۸۶	● درمان تصمیم‌گیری دوباره برای ناسازگاری‌های شخصیتی (RDT)
۲۸۸	مؤلفه‌های نظریه‌ای مدل ترکیبی
۲۹۲	درمان تصمیم‌گیری دوباره
۲۹۵	آسیب‌شناسی روانی و مداخلات درمانی
۲۹۷	تماس
۲۹۸	قاب‌دهی به مشکل فعلی به‌طوری که قابل حل ادراک شود
۲۹۹	ناخالصی زدایی
۲۹۹	تحلیل راکت
۳۰۰	تحلیل بازی
۳۰۰	کار کردن روی صحنه‌ی اولیه
۳۰۰	مداخلات هدف
۳۰۱	تکنیک تصمیم‌گیری دوباره
۳۰۲	● رفتار درمانی جدلی برای اختلالات شخصیتی حاد
۳۰۵	فرایند رفتار درمانی جدلی برای اختلال شخصیت مرزی
۳۰۹	راهنماهای درمانی
۳۱۲	فرایند درمان در رفتار درمانی جدلی
۳۱۵	منابع فارسی
۳۱۷	منابع لاتین

دوباره می‌شخصیت‌شناسی

- روزگاری یک کاروان پرهیاهو به سوی مقصدی دور و دراز سفر آغاز کرد. کاروان هستی، سوار بر مرکب وحدت کائنات به سمت نور رهسپاری می‌کرد و مسافران، جملگی مخلوقان بودند. آسمان و اقیانوس و خورشید و باد؛ کوه و دشت و کویر و در این میان آدمی.

- هر یک از مسافران داستانی داشتند با درون مایه‌ای و فراز و نشیبی خاص خودشان. داستان هر یک از مرکب‌سواران ظاهراً با سرنوشت‌های سایرین فرق می‌کرد اما درون‌مایه‌ی حکایت‌های آنها یک چیز بود: بازگشت به سوی حقیقت خویشتن. و حقیقت وجودی اجزاء حیات چیزی نبود جز رسیدن به نهایت آگاهی:

به امانان و نیکوان بنمودی تو نور میان که روان است کاروان به سوی آسمان تو

- آسمان و کوه و آدمی، بخش‌های ظاهراً نامگون این کاروان، با یکدیگر سنخیتی دیرینه و همانندی‌ای ژرف داشتند؛ چرا که در دل تمامشان پروهایی از نور مطلق قرار داده شده بود.

- اما کاراکترهای منفی جهل، ایمان وارونه (اضطراب) و یأس، سوی دیدگان این مسافران را ربوده و قابلیت شدن لحظه به لحظه را از ایشان می‌ستاندند.

- باری، هر صبح آفتاب صبور و پرتلاش دوباره و دوباره نور را بر وجود هر ذره‌ای ساطع می‌کرد و اجزاء هستی با تأثیرگذاری آرام بر یکدیگر - بی‌صدا اما پرتلاش - توانش‌های روشن‌همدیگر را به تجربه بدل می‌کردند. نور اعظم نیز ردپای طلایی خود را بر دل خورشید حک می‌نمود:

یک شبی خورشید پای تخت او را برگرفت لاجرم بر چرخ گردون تا ابد تابنده شد^۱

و خورشید طبق قانون وحشی طبیعت، از هر آنچه خود بیشتر داشت به سایرین می‌بخشید:

خورشید گوید سنگ را زان تا فتم بر سنگ تو تا تو ز سنگی واره‌ی پا در نهی در گوهری

۱. کلیه‌ی ابیات این نوشته از دیوان شمس برگرفته شده است.

- تبار بشر که با نگرانی و سوار بر مرکب انسجام اجزاء می‌رفت تا به وسعت ابدی دست یابد، از نور ازلی بهره‌ی زیادی برده بود و بی‌آنکه بداند هر لحظه به مقام وصل نزدیکتر می‌شد:

خورشید عشق لم یزل زان تافته است اندر دلت کاوَل فزایی بندگی و آخر نمایی مهتری
- یک صبح آدمی خسته از غرش گاه به گاه آسمان و خروش وقت و بی وقت دریا، از کاروان فاصله گرفت و از دور به نظاره‌ی مسافران حیات پرداخت:

آنکه شد هم بی‌خبر هم بی‌اثر از میان جمله او دارد خبر
تا نگرانی بی‌خبر از جسم و جان کی خبر یابی ز جانان یک زمان

و در این خلوت گزینی بود که دانست تحول اقیانوس، حالات گوناگون آسمان، دگرگونی سنگ‌ها و گذر فصل‌ها همه و همه مراحلی از تکامل وجودی آن مسافرانند؛ دانست که داستان‌های هر یک از سواران برخلاف ظاهرهایی ناهمگون، خط سیر واحدی دارند و به این اندیشید که چه بسا تحول آب و خاک و کوه و دشت، ژرفنایی داشته باشند همجنس با تحول روان در وجود خودش ... او اندیشید که جاه‌طلبی‌هایش برای تصاحب، چه خیال‌های کودکانه‌ای بوده‌اند...

- زمانی که تبار آدمی به این درجه‌ی آگاهی رسید، ندایی با شادمانی او را به پیوستن به همسفرانش فراخوانی کرد. حالا، مرکب یگانگی اجزای حیات، بار روان آدمیان را دوباره بر دوش جان حمل کرد و گذر زمان به سواران تعدد داد که مرکبانشان را بدون سوخت رها نخواهد کرد. او به کاروانیان پیوست و به زودی دانست که برای پیوستن زمانیست همچنانکه برای گسستن ... و اندیشید که در عمق روان، هر زیررنگ و در درون تمام هیاهوهای کاروان، سکوتی وسیع و صلحی جاودان موج می‌زند. و او به مسیر پیش رو «اعتماد» کرد ...

- تبار آدمیان حالا عظمتی دیگر یافته بود. حالا دیگر نوسانات کوه‌ها و رودها و آسمان نمی‌توانست او را تکان دهد و در عوض این او بود که بر سایر مسافران اثرگذاری کرده و آنها را به تسخیر خویش در می‌آورد. هم‌اکنون این مسافر آگاه با آسودگی اجازه می‌داد تا ایستگاه‌های بین‌راهی (مقاطع گوناگون عمر)، هر یک رنگ خودشان را بر روح و روان وی بر جای گذارند. چرا که می‌دانست با باز بودن و دریافت رنگ‌های گوناگون، سرانجام ترکیبی پیدا می‌کند از تمام رنگ‌ها و می‌دانست که این یعنی سپیدی ...

جان من و جان تو گویی که یکی بوده‌ست سوگند بدین یک جان کن غیر تو بیزارم

- تجربه‌ی وصال با نویسنده‌ی دهر، مسافر داستان ما را به یکپارچگی زلالی با کائنات رسانید. او بر سایر مسافرین عشق می‌ورزید و نورافشانی می‌کرد و با وجود حرارت و جنبشی کم‌نظیر، در تمام لحظات نسیم سکون و ثبات را در درون تجربه می‌نمود. و در این مرحله از شدن بود که آدمی در سکوت برکه‌ی انرژی خویش، در گرمایی هیجان‌آور، باز شد و رها گردید. و این رهایی بدلیل دریافت موهبت «اختیار» بود.

- دوباره روز شد و مسافر حکایت ما هم اکنون سایر مرکب‌سواران را به تسخیر خود درآورده بود. او حالا از خود اراده داشت و خمیره‌ی وجودی‌اش دخل و تصرف در حیات خویشتن را برایش ممکن می‌ساخت ... حالا اراده‌ی مسافر با قدرت برتر همکاری و هم‌افزایی می‌کرد و لیس لانتان الامسعی را برای او ترجمانی می‌نمود:

گفتم ای جان تو عین‌هایی گفتم عین چه بود در این عیان که منم
گفتم آنی بگفت‌های حموس در زبان ناقده‌ست آن که منم
گفتم اندر زبان چو در نامد انت گویای بی‌زبان که منم
بانگ آمد چه می‌دوی بنگر در چنین ظاهر نهان که منم

- تبار آدمی حالا بی‌تردید قدرتمندترین و ظفرمندترین مسافر کاروان شده بود و توان این را داشت که دست به دست گشتالت زندگی، تحول روان خویشتن به سوی نور را تسریع کند. به راستی که این توانش یعنی همان علم روان‌درمانی است.

- نظر به آنکه دستیابی به این سطح وجودی به میمنت حضور خلوت‌گزینی و عمیق نگرستن به کاروان میسر شده بود، مسافر آگاه حالا هر چند یکبار از مسیر عادی راه دور می‌شد و به تسخیر هر چه بیشتر خویشتن و سایر رهروان می‌اندیشید. او برای تسخیر کوه‌ها و اقیانوس‌ها و گذر از آنها به شناخت خواص سنگ و آب نیاز داشت و برای عبور از روان تبار آدم، به شناخت شخصیت‌ها.

- شاید همانگونه که خورشید و آسمان و آب و خاک با وجود داستان‌هایی ناهمگون با یکدیگر در اتحادی ژرف به سر می‌بردند، شخصیت‌های گوناگون نیز درونمایه‌ای مشترک و مقصدی یکسان پیش رو داشته باشند. شاید همچنانکه طوفان‌های سهمگین، خروش امواج و غرش آسمان بخشی از نظم عمومی و ثبات سفر را رقم می‌زدند، بی‌قراری و خروش روان آدمی و شخصیت گاه‌تاریک و پرآشوب او نیز بخشی از تکامل روانش

باشند. چه بسا که با شناخت اجزاء شخصیت تبار آدم، بتوان پیرامون اجزاء وجودی تمام کاروان نیز به آگاهی بیشتری دست پیدا کرد. شاید شخصیت‌شناسی آدمیان، کاروان‌شناسی (هستی‌شناسی) و در نتیجه بهبود اوضاع عمومی سفر را بدنبال داشته باشد. کسی چه می‌داند؟

- در روزگارِ اکنون نیز کاروان پرهیاهوی هستی هنوز در راه بود ... کاروانِ هنوز سوار بر مرکبِ وحدت و یگانگی به سمت نور شدن ره‌پاری می‌کرد و مسافرانِ آن، جملگی مخلوقان بودند: جملگی مخلوقان در همراهی با مسافر آگاهتر. حالا هر سپیده‌دم تمام مسافران با تبسم و شور زمزمه می‌کردند:
در قلب سفر ما یک شعور جاودان می‌تپد
و تمام ما مسافرین - چه آگاه و آرام و چه تاریک و شتابزده - ، بخشی از این خرد هستیم.

با احترام

بی‌تا حسینی ✉ اردیبهشت ماه ۱۳۹۱