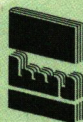


عشق ویرانگر

دکتر براد جانسون - دکتر کلی موری
مترجمان: زهرا حسین زاده - الهام شفیعی



فهرست مطالب

۹	قدمه ناشر
۱۳	عشق ویرانگر / شناسایی محبوب غیرعادی و برخورد سازنده ...	مجله ۱
۲۱	اختلالات شخصیت ۱۰۱ / درک محبوب غیرعادی	مجله ۲
	چگونه جذب افراد دچار اختلال شخصیت شدم؟ / ۹ دلیلی که	مجله ۳
۳۳	جذب این افراد می شویم!	

بخش ۱

عشاق عجیب و غریب و غیرعادی

(۴۹ - ۱۱۲)

۵۱	محبوب شکاک / شخصیت پارانوئید	مجله ۴
۷۱	محبوب منزوی / شخصیت اسکیزوئید	مجله ۵
۹۳	محبوب عجیب و غریب / شخصیت اسکیزوتایپال	مجله ۶

بخش ۲

عشاق نمایشی، نابهنجار و خطرناک

(۱۱۳ - ۲۲۰)

۱۱۵	محبوب خطرناک / شخصیت ضداجتماعی	مجله ۷
-----	-------	--------------------------------	--------

- فصل ۸: محبوب طوفانی / شخصیت مرزی ۱۳۹
- فصل ۹: محبوب نمایی / شخصیت هیستریونیک ۱۶۱
- فصل ۱۰: محبوب خودپسند / شخصیت خودشیفته ۱۷۹
- فصل ۱۱: محبوب تحلیل برنده / شخصیت منفعل - مهاجم ۲۰۱

بخش ۳

محبوب‌های مضطرب کناره‌گیر و نیازمند

(۲۲۱ - ۳۰۴)

- فصل ۱۲: محبوب هراسان / شخصیت اجتنابی ۲۲۳
- فصل ۱۳: محبوب چسب / شخصیت وابسته ۲۴۳
- فصل ۱۴: محبوب سرسخت / شخصیت وسواسی - جبری ۲۶۳
- فصل ۱۵: محبوب اندوهگین / شخصیت افسرده ۲۸۷

بخش ۴

توصیه‌های نهایی

(۳۰۵ - ۳۱۲)

- فصل ۱۶: اگر با فردی مبتلا به اختلال شخصیت ازدواج کرده باشم،
چه کار کنم ۳۰۷
- کتاب‌شناسی ۳۱۳

فصل ۱

عشق ویرانگر



شناسایی محبوب غیرعادی و برخورد سازنده

اغلب این طور اتفاق می افتد که دختری پسری را ملاقات می کند (یا برعکس) و در همان برخورد اول شیفته زیبایی، فریبندگی و رفتار خوشایند او می گردد، اما به تدریج که رابطه آنها نزدیک و نزدیک تر می شود، مشکلات شخصیتی پسر خودش را به نمایش می گذارد و دختر تازه متوجه عادات و تمایلات ناخوشایندی در پسر می گردد که در برخورد اول متوجه آنها نشده بود:

■ اینکه محبوب او نیاز دارد که دختر همواره به او توجه داشته باشد، به قدری که دختر توان تحمل آن را ندارد.

■ اینکه محبوب او به تدریج شخصیت کنترل گر و شکاک خود را نمایان می سازد.

■ اینکه محبوب او فردی منزوی و غیراجتماعی است.

■ اینکه محبوب او فردی سودجو و فریب کار است.

■ اینکه محبوبش هر لحظه در اضطراب جدایی از او به سر می برد.

■ اینکه محبوب او فرد خشک، بسیار منضبط و فاقد حس شوخ طبعی است.

آنگاه او به طور روزافزونی در رابطه با محبوب خود احساس ناکامی و ناامنی

می‌کند. احساس می‌کند تا حدی عقل خود را از دست داده است و از خودش می‌پرسد: چگونه توانستم در همان برخورد اول عاشق او بشوم؟ چرا همیشه عاشق چنین مردهای عجیب و غریبی می‌شوم؟ آیا او متوجه است که رفتارش چه تأثیری بر روی من دارد؟ آیا امیدی به تغییر او هست؟

اگر چنین جریانی برای شما آشنا به نظر می‌رسد، اگر با فردی که رفتارهایش به‌طور مکرر شما را آزار می‌دهد، رابطه عاطفی دارید و یا با او زندگی می‌کنید، به احتمال زیاد فردی را وارد زندگی خود کرده‌اید که دچار اختلال شخصیت است. همچنین ممکن است در گذشته شما نیز مواردی از این قبیل وجود داشته باشد و این بار دوم یا چندم باشد که شما عاشق فردی منزوی، غیرعادی، خطرناک و یا حتی فردی وابسته می‌شوید. با نگاهی به گذشته خود، احتمالاً شما شباهت‌های هشداردهنده‌ای را میان افرادی که عاشق آنها شده‌اید، پیدا می‌کنید و از خودتان می‌پرسید که چرا باید به قول معروف از یک سوراخ دو بار یا حتی بیشتر نیز گزیده شوید؟ در فصل سوم ما به این پرسش پاسخ خواهیم داد. در حال حاضر فقط خوب است بدانید که یک فرد دچار اختلال شخصیت، تقریباً همواره فردی غیرعادی و دشوار است که برقراری رابطه عاطفی با او نتیجه خوشایندی دربر نخواهد داشت. ما در بخش‌های مختلف این کتاب به شما خواهیم گفت چگونه در همان ابتدای آشنایی بتوانید به سلامت یا اختلال شخصیت محبوب احتمالی خود پی ببرید.

آیا محبوب شما دچار اختلال شخصیت است؟

برای چند لحظه به روابط عاطفی خود در گذشته فکر کنید. برخی از این رابطه‌ها با اشک و آه و ناله و برخی دیگر با داد و فریاد و یا جنگ و دعوا به پایان رسیده‌اند. حال در مورد ویژگی‌ها و صفات افراد محبوب خود در روابط مزبور صادقانه فکر

کنید. اگر اکنون نیز در یک رابطه عاطفی قرار دارید یا اینکه ازدواج کرده‌اید، لحظه‌ای طرف مقابل خود را در نظر بیاورید و سپس به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:

- آیا رابطه شما بسیار شورانگیز آغاز شد و سپس بنا به دلایلی به سردی گرایید؟
- آیا محبوب شما از تأثیر رفتارهایش بر دیگران کاملاً ناآگاه است؟
- آیا محبوب‌تان با رفتارهایش که به نظر شما نامناسب به نظر می‌رسد، مشکلی ندارد؟
- آیا هنگامی که شما به تصحیح رفتار او اقدام می‌کنید، با بی‌اعتنایی یا با واکنش منفی از سوی او روبه‌رو می‌شوید؟
- آیا محبوب شما در ابتدا تأثیر مثبتی بر دیگران می‌گذارد و سپس کارش با آنها به خشم و کنترل و کناره‌جویی می‌کشد؟
- آیا رفتار محبوب شما به قدری عجیب و غیرعادی است که دیگران از برقراری رابطه با او اجتناب می‌کنند؟
- آیا محبوب شما آنقدر به توجه و محبت شما نیاز دارد که شما را به ستوه می‌آورد؟
- آیا محبوب شما به حدی منظم و منضبط است که هرگونه تغییری در روش معمول، سبب اضطراب یا خشم او می‌گردد؟
- آیا چیز عجیب و غریبی در محبوب خود مشاهده کردید که تصمیم به گسترش رابطه با او گرفتید؟

پاسخ مثبت به پرسش‌های فوق می‌تواند حاکی از این باشد که احتمالاً محبوب شما دچار اختلال شخصیت است. با اینکه هیچ‌کدام از موارد فوق به‌تنهایی نمی‌تواند حاکی از اختلال شخصیت محبوب شما باشد، اما مشاهده هرکدام از آنها می‌تواند علامتی هشداردهنده باشد و مشاهده بیش از یک مورد