



شناخت درمانی اختلالات شخصیت

ویراستاران: آهمن بک، دنیس دیویس، آرتور فریمن

ترجمه دکتر بنواد ملعتبری، دکتر شهره قربان شیرودی

دکتر مانا عطاری، خیام کاشانی نژاد

www.kerapdf.com

شناخت‌درمی اختلالات شخصیت

[ویراستاران] آرون تی. بک، دنیس دی. دیویس، آرتور فریمن

ترجمه جواد خلعتیری، مانا عطاری، بهره قربان‌شیرودی، خیام کاشانی‌نژاد

تهران: نشر ثالث، ۱۳۹۹

۸۷۲ ص

شابک: 978-600-405564-2

عنوان اصلی: Cognitive therapy of personality disorders, Third edition, 2014

اختلالات شخصیتی - درمان

شناخت‌درمانی

بک، آرون تی.، ۱۹۲۱ - م.، ویراستار

دیویس، دنیس دی.، ۱۹۵۶ - م.، ویراستار

فریمن، آرتور، ۱۹۴۲ - م.، ویراستار

خلعتیری، جواد، ۱۳۴۷ - م.، مترجم

عطاری، مانا، ۱۳۵۸ - م.، مترجم

قربان‌شیرودی، شهره، ۱۳۵۱ - م.، مترجم

کاشانی‌نژاد، خیام، ۱۳۶۳ - م.، مترجم

رده‌بندی کنگره: RC۵۵۴

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۶۲۳۶۸۴۸



شناخت درمانی اختلالات خصی،

آرون تی. بک، دنیس دی. دیویس آرتور، ریمز
ترجمه جواد خلعتبری - مانا عطاری، شهلا شیردی، خیام کاشانی نژاد
صفحه آرای: مهسا خوشنیت - فریدون سامان پور

طراحی جلد: حمید باهو

مجموعه روانشناسی و ماوراء الطبیعه

چاپ اول: ۱۳۹۹ / ۷۷۰ نسخه

لیتوگرافی و چاپ: نشر ثالث

صحافی: فرزانه

شابک: ۲ - ۵۶۴ - ۴۰۵ - ۶۰۰ - ۹۷۸

ISBN: 978 - 600 - 405 - 564 - 2

کلیه حقوق محفوظ و متعلق به نشر ثالث است.

دفتر مرکزی: خیابان کریمخان زند / بین ایران شهر و ماه شهر / پ ۱۵۰ / طبقه چهارم

فروشگاه شماره یک: خیابان کریمخان زند / بین ایران شهر و ماه شهر / پ ۱۴۸

فروشگاه شماره دو: اتوبان شهید همت / مجتمع ایران مال / طبقه G3 / شماره ۱۸۳

تلفن گویا: ۸۸۳۱۰۷۰۰ - ۸۸۳۱۰۵۰۰ - ۸۸۳۰۲۴۳۷ - ۸۸۳۲۵۳۷۶

سایت اینترنتی: www.salesspublication.com

پست الکترونیکی: info@salesspublication.com

فهرست مطالب

۱۱	در باره پدیدآورندگان
۱۳	نویسندگان
۱۷	پیشگفتار
۲۹	سپاسنامه

بخش یکم: تئوری‌ها و متدهای بالینی

۳۳	فصل یکم: تاریخچه درمان رفتاری-شناختی اختلالات شخصیت دانیل ا. دیوید-آرتور فریمن
۶۳	فصل دوم: نظریه اختلالات شخصیت آرون تی. بک
۱۴۹	فصل سوم: ارزیابی آسیب‌شناسی شخصیت جی سی. فورنیر
۱۸۵	فصل چهارم: مکانیزم‌های عصبی-طرحواره‌ها و ذهنیت‌های غیرانطباقی در اختلالات شخصیت مایکل تی. تریدوی
۲۰۳	فصل پنجم: اصول اولیه و تکنیک‌های تخصصی در درمان شناختی اختلالات شخصیت آرون تی. بک-آرتور فریمن-دنيس دی. دیویس
۲۵۱	فصل ششم: اتحاد درمانی با بیماران مبتلا به اختلالات شخصیت دنيس دی. دیویس-جو دیت اس. بک

فصل هفتم: تنوع، فرهنگ و اختلال شخصیت ۲۷۷
جیمز. ال. ریبا

بخش دوم: کاربردهای بالینی

فصل هشتم: اختلال شخصیت وابسته ۳۰۱
لیندزی پرویر-مارک ای. رینک

فصل نهم: اختلال شخصیت اجتنابی ۳۳۳
کریستین ای. پادسکی-جودیت اس. بک

فصل دهم: اختلال شخصیت وسواسی-جبری ۳۸۵
کارن ام. میمون

فصل یازدهم: اختلال شخصیت افسرده ۴۲۳
دیوید ای. کلاک و مین ای. هیلشی

فصل دوازدهم: اختلال شخصیت پارانوئید، اسکیزوتایپال و اسکیزوئید ۴۶۱
جولیا سی. رنتون و اولیویرا منکریچ

فصل سیزدهم: اختلال شخصیت منحل و عاشق ۵۱۵
جینا ام. فوسکو

فصل چهاردهم: اختلال شخصیت خودشیفته ۵۵۹
وندی تی. بهاری و دنیس دی. دیویس

فصل پانزدهم: اختلال شخصیت نمایشی ۶۰۹
مهمت زده. سونگور و آنیل گوندوز

فصل شانزدهم: اختلال شخصیت ضداجتماعی ۶۴۹
دامون میشل، ریموند چپ نفرت و آرتور فریمن

فصل هفدهم: اختلال شخصیت مرزی ۶۸۳
آرنود آرنتز

بخش سوم: اختلالات همراه و مدیریت بالینی

فصل هجدهم: اختلالات دارای نشانه همراه با اختلالات شخصیت ۷۳۱
رابرت ای. دیتوماسو-برادلی روزنفیلد

پیشگفتار

اختلالات شخصیت به یک معنا عمیقاً در حسی که فرد از خودش دارد، جای گرفته است. در غالباً عوارض سنگینی را به زندگی فردی و شبکه اجتماعی و از جمله زدیکانش تحمیل می‌کند. اصطلاحاتی همچون «سخت» «غامض»، «چالش‌برانگیز» «پایدار» یا حتی «لجوج» در باره دوره درمان افرادی که دارای مشکلات شخصیتی‌اند، استفاده شده است. همچنان که ما ویرایش سوم این کتاب را به پایان می‌بریم، این واقعیت‌های بنیادین را در باره اختلالات شخصیت به خوبی درک و احساس می‌کنیم و همزمان بر این باوریم که از این پس «با انگیزه بودن»، «تشریک مساعی» و «امیدواری» واژه‌هایی مناسب برای توصیف سیر تکاملی و نویدبخش بودن شناخت درمانی برای درمان اختلالات شخصیت به شمار می‌روند.

هنگامی که آرون بک در ابتدا در ۱۹۸۸ از آرتور فریمن بران نوشت: کتابی در درمان مراجعان مبتلا به اختلالات شخصیت تقاضای همکاری کرد، فقط چند کتابچه راهنما برای کمک به این گروه از بیماران که از نیمرخ بالا^۱ و موفقیت درمانی پایینی برخوردار بودند، وجود داشت. در

آن زمان غالب کتاب‌ها و متونی که در این باره وجود داشت، بر اساس دیدگاه روان‌پویشی به نگارش درآمده بودند و اختلالات شخصیت را به عنوان «نوروز» یا «سبک‌های روان‌نزدی» مفهوم‌سازی می‌کردند (شاپیرو، ۱۹۶۵). تأثیر باورنکردنی کتاب‌های شناخت‌درمانی افسردگی (بک، راش، شاو و امری، ۱۹۷۹) و اختلالات اضطرابی و فوبیا: رویکردی شناختی (بک، امری و گرینبرگ، ۱۹۸۵) این انگیزه قوی را به وجود آورد که گام رو به جلوی بعدی در ارزیابی مدل درمان شناختی، به سوی اختلالات شخصیت برداشته شود. انبوهی از شواهد به دست آمده از کارهای بالینی در درمان اختلالات دارای نشانه^۱ از قبیل افسردگی یا اضطراب، انگیزه بیش‌تری را برای کار فراهم ساخت؛ بود؛ مضاف بر این‌که همواره بیماران زیادی بودند که از روند درمان کنار گذاشته می‌شدند یا به شیوه‌های متعارف پروتکل‌های درمانی پاسخ مطلوب نمی‌دادند. غالباً این بیماران به عنوان افراد دچار اختلالات شخصیت یا «سبک‌ها» به این نوع اختلالات شناخته می‌شدند. با توجه به نیاز صریح بالینی و همچنین فقدان نسبی درمان‌های معتبر برای این اختلالات، به نظر می‌رسید شفاف، شیوه‌هایی برای بسط و تطبیق مدل شناختی برای درمان این گروه از افراد جامعه، توجیه کافی داشته باشد. در آن زمان کمبودی از نظر بیماران چالشی برانگیز وجود نداشت و اولین درمانگرانی که از رویکرد شناخت‌درمانی در درمان استفاده می‌کردند، سخت تلاش داشتند تا به شیوه‌هایی برای کسب موفقیت و غلبه بر موانع دست یابند. در این راستا بسیاری از افکار خلاقانه طی دهه‌های گفتگو میان همکاران در باره هر یک از بیماران شکل می‌گرفت و سپس به داخل جلسات مشاوره برده می‌شد تا کارایی آن مورد آزمون قرار گیرد. بک و فریمن تصمیم گرفتند این دیدگاه را خلاصه‌سازی کنند، سپس آن را از نظر بالینی در سطح وسیع‌تری مورد آزمایش قرار دهند. برای این

کار از تعدادی از درمانگران برجسته که توسط خود یک آموزش دیده بودند یا تحت تأثیر شدید کارهای سبک یک در مرکز شناخت درمانی در دانشگاه پنسیلوانیا بودند، تقاضای همکاری کردند و در نهایت یک جمع کوچک که نه تن از همکاران اولیه در مرکز یک (که اینک به نام اعضای بنیانگذار آکادمی شناخت درمانی شناخته می‌شوند) گرد هم آمدند و به من، رابرت ای. که چگونه می‌توان شناخت درمانی را به ابزاری برای درمان بیماران با اختلالات شخصیت تبدیل کرد، همفکری کردند. آن‌ها در ۱۹۹۰ با همکاری یکدیگر کتاب *شناخت درمانی اختلالات شخصیت* (چاپ اول) را چاپ رساندند؛ یک کار بی‌سابقه که در آن خطوط کلی رویکرد فراگیر درمان شناختی را در درمان هر یک از اختلالات شخصیت که در DSM-III-R از آن نام برده شده بود، مشخص می‌ساخت. همکاران ما با خواندن این اثر آن را کتابی «سودمند»، «محققانه»، «ارزشمند از نظر بالینی» و «پیشرفتی در درمان این گروه دشوار» نامیدند. در این کتاب متدهای فعال با تأکید بر حل مسئله همراه با شناخت درمانی، جان تازه‌ای به درمان پیداوان که از مشکلات پیچیده یا سرسخت رنج می‌بردند، بخشید و این رویکرد را در فزاینده از سوی درمانگران مورد استقبال واقع شد.

پس از استقبال گسترده‌ای که از ویرایش اول کتاب ما از یک و فریمن تقاضا شد که بار دیگر آن را به چاپ برسانند. یک و فریمن در این باره همفکری کردند که با توجه به یافته‌های جدید و نقدهایی که بر این کتاب شده بود، در ویرایش دوم آن، مواردی را تجدیدنظر، اصلاح، تعدیل کنند یا تغییر دهند. آن‌ها با تصمیم به تداوم همکاری، به این نتیجه رسیدند که از یکی از نویسندگان ویرایش اول به نام دنیس دیویس به عنوان هم نویسنده و هم ویراستار عمومی در ویرایش دوم این کتاب دعوت به همکاری کنند. دکتر دیویس نیز با پاسخ مثبت به این دعوت،

نقش خود را در کمک به جهت‌دهی به تجدیدنظرها، پل زدن میان ویرایش اول و دوم و ایجاد یکپارچگی میان «لحن» و حال‌وهوای حاکم بر کل کتاب، به خوبی ایفا کرد.

ما بار دیگر به تشکیل یک گروه کوچک شامل ده نفر از نویسندگان چاپ اول اقدام کردیم تا نه تنها جمعی از نویسندگان را به عنوان شالوده اصلی کار حفظ کنیم، تعداد دیگری را نیز به جمع نویسندگان کتاب اضافه کنیم تا ویرایش دوم کتاب ابعاد و دیدگاه‌های جدیدتری را در بر داشته باشد. به همین دلیل به جای اعمال قدری تغییر در آنچه که چهارده سال پیش آن را بیان کرده بودیم، این بار در ویرایش دوم کتاب در مقایسه با ویرایش اول پیشرفت‌های چشمگیری هم از نظر تئوری و هم بالینی دیده می‌شد. بدین ترتیب بار دیگر تجربه الهام‌بخش و امیدوارانه ما و دیگر نویسندگان کتاب به چاپ رسید.

در ۲۰۱۲ انتشارات یافرد از ما تقاضا کرد که در صورت امکان ویرایش سوم کتاب شناخت‌درمانی و اختلالات شخصیت را بنویسیم. اکنون این پرسش‌ها برای ما مطرح شده بود که این بار ما چه چیز بیشتری برای گفتن داریم؟ در ویراست قبلی کتاب از بیان چه چیزهایی غفلت کرده‌ایم که می‌توانستند که قدری بیش‌تر به حال بیماران دچار اختلالات شخصیت، مفید واقع شوند؟ در نهایت پس از تأمل زیاد تصمیم گرفتیم اقدام به چاپ سوم کنیم و از دیویس نیز خواستیم به عنوان سروراستار ما را در انجام این کار یاری رساند.

اکنون ما با چالش زیادی روبرو بودیم. DSM-5 با همه جنجال‌ها و عدم‌توافقی‌ها و تردیدهای بسیاری که در باره محتوای آن به ویژه در درمان اختلالات شخصیت وجود داشت، تا مدتی دیگر به چاپ می‌رسید. DSM در ویرایش جدید خود مجبور به حذف و اضافه چه مواردی شده بود؟ ما از دوستان خود خواستیم اگر اطلاعاتی در این باره دارند، آن را با ما در

میان بگذارند، اما آن‌ها هم که چیزی در این باره می‌دانستند، در واقع چیزی نمی‌دانستند. بنابراین تصمیم گرفتیم که همچنان تمرکز بالینی خود را حفظ کنیم و ویراست سوم کتاب را با توجه و تمرکز بر کارهای روزانه درمانگران پیشرو به انجام رسانیم. ما همچنان به پیش می‌رفتیم با این انتظار که با چاپ DSM-5 و به‌روز شدن مفاهیم آن به سرعت یافته‌های خودمان را با اطلاعات جدید آن هماهنگ سازیم. ما بر اساس تجربیات خود به عنوان دبیر، پژوهشگر، ویراستار و خواننده مقالات تحقیقی، تصمیم گرفتیم برخی از استدلالات را که سال‌ها از سوی DSM با بی‌اعتنایی روبرو شده یا حتی نادیده گرفته شده بود، در چاپ جدید لحاظ کنیم. به طور مثال در این زمانه همه ما در کار بالینی، با بیمارانی روبرو شده بودیم که با معیار شخصیت منفعل-پرخاشگر (که در چاپ‌های اولیه DSM آورده شده است) مناسبت داشتند. بنابراین به این توجه رسیدیم که این مورد بالینی را در ویراست سوم کتاب خود مورد بحث و بررسی قرار دهیم و بدین وسیله به درمانگران در فهم، مفهوم‌سازی و درمان بیمارانشان کمک کنیم. همچنین تصمیم گرفتیم با اختصاص دادن فصلی به اختلال شخصیت افسرده جای خالی این مبحث در متون روان‌شناختی را پر کنیم.

از همان آغاز تلاش ما بر این بود که غنا و جزئیات مباحثی را که در ویرایش دوم از سوی خوانندگان با استقبال روبرو شده بود حفظ کنیم و در عین حال اطلاعات مندرج در تمامی فصل‌ها را به‌طور فزاینده و اساسی به‌روز کنیم. به طوری که در ویرایش سوم که اینک پیش روی خوانندگان است، در حدود شصت و پنج درصد مطالب در مقایسه با ویرایش دوم جدیدند. در چاپ جدید علاوه بر حفظ دو بخش موجود در چاپ قبلی (که با بخش مربوط به تئوری، پژوهش و متدهای بالینی عمومی آغاز شده و سپس وارد بخش مربوط به کاربرد بالینی در باره هر یک از اختلالات شخصیت می‌شود) بخش سومی هم که مربوط به

اختلالات همبود و مدیریت بالینی می گردد، به چاپ جدید اضافه شده است. در کل پنج فصل با محتوایی جدید در چاپ کنونی به چشم می خورد که در چاپ های قبلی وجود نداشته اند. عناوین این پنج فصل عبارتند از: مکانیسم های عصبی طرحواره ها و ذهنیت های ناسازگار، گوناگونی و فرهنگ، اختلال شخصیت افسرده، اختلالات نشانه دار، و مدیریت بالینی. هر یک از فصل های مربوط به تاریخچه تحقیق، ارزیابی بالینی، اختلال شخصیت وابسته، اختلال شخصیت خودشیفته، اختلال شخصیت نمایشی و اختلال شخصیت صدا اجتماعی به قلم یک نویسنده جدید یا نویسنده قبلی همراه با یک نویسنده دیگر طور کامل بازنویسی شده است. همچنین اختلال شخصیت پارانوئید همراه اختلالات شخصیت اسکیزوتایپال و اسکیزوئید در یک فصل آورده شده است. علاوه بر این، همه فصل های مربوط به تئوری، اصول عمومی و تکنیک های ویژه راتج در درمانی به طور اساسی به روز شده اند.

اکنون این پرسش ها مطرح می شود که ما چه چیزهایی را به چاپ جدید اضافه کرده ایم و چگونه مانع از حجج بر شدن کتاب شده ایم برای آن که مجبور نشویم کتاب حاضر را به صورت دو جلدی ارائه دهیم، تصمیم گرفتیم جدول های مربوط به معیارهای تشخیصی را که در کتاب آن ها را به آسانی در هر جای دیگری پیدا کرد، حذف کنیم. مباحث تاریخچه را تا حد امکان خلاصه سازی کردیم؛ و روی ارائه مثال های موردی و جریانات مربوط به مداخلات درمانی موفقیت آمیز تمرکز کردیم. در فصل های کاربردهای بالینی برای هر یک از اختلالات شخصیت، هر یک از نویسندگان در باره اهداف کلیدی درمان، دوره زندگی یا ملاحظات رشدی و تحولی، مباحث ویژه پایان درمان در باره اختلال مربوط به آن فصل، چالش های عمومی با اختلال مزبور و اطلاع رسانی به درمانگر در باره خود مراقبتی، اظهاراتی را اضافه کرده اند. فصل های بنیادین در باره تئوری و متدهای بالینی اساسی و همچنین فصل های کاربردهای بالینی به اندازه کافی به روز شده و بسط داده شده اند تا بدین وسیله

تکنیک‌های تازه ابداع‌شده را که با کلیت شناخت‌درمانی توافق داشتند و مناسب به‌کارگیری در درمان اختلالات شخصیتند، جذب کنند و با خود یکپارچه سازند؛ مصاحبه انگیزشی، ذهن‌آگاهی، ایفای نقش طرحواره و دیگر تمرین‌های تجربه‌ای^۱، بازخورد متمرکز بر طرحواره، ساخت باورهای بنیادین کاربردی و مدل‌های شخصی با هدف انعطاف‌پذیری، تصریح ارزش‌ها و راهبردهای ویژه برای مدیریت اتحاد‌درمانی ازجمله این تکنیک‌هایند. به عنوان یک موضوع بسیار جالب، یک در فصل به‌روزشده تئوری به خوبی و با تفصیل بیشتر از نحوه انعطاف‌پذیر خود را به نمایش می‌گذارد. او در آن‌جا آخرین یافته‌های خود را در باره این‌که چگونه نیازهای اولیه با ایجاد راهبردهای رفتاری مرتبط، شکل‌گیری صفات اصلی شخصیت می‌شوند، با این ایده که اختلالات شخصیت به‌خاسته از بزرگ شدن و عدم انعطاف‌پذیری طرحواره‌ها و ذهنیت‌های فعال شده^۲، به خوبی پیوند می‌زند. به مانند ویرایش قبلی کتاب، در این ویرایش نیز اسواری ماضی مشفقانه یک و مهارت او در یکپارچه‌سازی تئوری و شواهد بالینی بنیادی الهام‌بخش، امیدوارانه و ضروری را در دیدگاهش در باره مدل مفهومی شناخت‌درمانی فراموش آورده است. ما بر این باوریم که یک درک قوی از این تئوری بنیادی، کتاب درک مؤثر و استفاده انعطاف‌پذیر از متدهای ارائه‌شده در سراسر این کتاب است.

در طی بیست‌وپنج سالی که از چاپ اول این کتاب می‌گذرد، شناخت‌درمانی به طور وسیعی در مقیاس جهانی به عنوان یک درمان پذیرفته شده است. بنابراین تعجبی ندارد که فهرست نویسندگان ویرایش جدید بیش از دو برابر نویسندگان ویراست اول شده باشد. برخی از نویسندگان ویراست‌های قبلی قادر به همکاری با ما در چاپ کنونی نبودند. لازم است همین‌جا از تلاش و کمک بی‌شائبه آن‌ها در خلق اثری با استانداردهای بالا در این زمینه، سپاسگزاری کنیم. همچنین از سه تن از این

افراد که در هر سه چاپ این کتاب با ما همکاری داشتند، به طور ویژه سپاسگزاریم: جودیت بک، کریستین یادسکی و کارن سیمون. همچنان که گفته شد ما فصل‌های جدیدی را به چاپ حاضر اضافه کردیم. به همین دلیل از نویسندگان جدیدی برای نگارش این فصل‌ها دعوت کردیم که به گروه ما ملحق شوند. بسیار خوشحالیم که این گروه بسیار معتبر و ارزشمند از مانگان و دانشمندان، علاوه بر آمریکا به پنج قاره دیگر جهان تعلق دارند و این تفاوت‌های ظریف فرهنگی به درک عمیق‌تر ما از شخصیت کمک می‌کند. همزمان ما به نیم که مدل شناختی به طور چشمگیری در سراسر جهان کاربرد یافته بدین وسیله می‌توان گفت که بر قابلیت کاربرد بین‌فرهنگی آن دلالت دارد.

صمیمانه از افراد بسیاری که با تلاش بی‌شائبه خود موجب شکل‌گیری این اثر شدند و باعث ارتقای روان‌دمانی به طور عام و شناخت‌درمانی به طور خاص شدند، سپاسگزاریم. همچنین خرد آینده‌نگر انتشاراتی گیلفورد به شدت ما را تحت تأثیر قرار داده است و از این‌که در این کتاب با مطالب دانشجویان، و دانشجویان دانشجویان خود روبه‌رویم، احساس فروتنی می‌کنیم. ما همچنان به یادگیری از بیماران خود ادامه می‌دهیم و پاسخ مثبت آن‌ها به تلاش‌های ما انگیزه بیش‌تری به ما می‌بخشد. باید از زحمات همکارانم بر این واقعیت اذعان کنم که انعطاف‌پذیری، نبوغ و مهر و محبت همکارانگی ویراستار ارشد کتاب آرون بک که بی‌تردید از بزرگان و نوابغ عصر حاضر به شمار می‌رود، همواره الهام‌بخش ما بوده است و امیدواریم ایده‌های ارزشمند او در چاپ سوم کتاب شناخت‌درمانی اختلالات شخصیت برای شما خوانندگان، جالب، حاوی اطلاعات مفید و سودمند باشد و بیش از هر چیز منبع امید برای فعالیت شما در کمک به افرادی باشد که سعی دارند به اختلالات شخصیت خود غلبه کنند.