

خودشیفتگی روان رنجوری عصر حاضر

(سبب شناسی و درمان)

نویسندگان:

دکتر محمد سعید سپهرانی

مریم بندر

مسعود سعیدی مهر

انتشارات آزمون یار پویا

(حق چاپ محفوظ است)

سرشناسه: سبھانی، محمدسعید، ۱۳۴۴-

عنوان ونام پدیدآور: خودشیفتگی روان رنجوری عصر حاضر (سبب شناسی و درمان) نویسندگان

محمدسعید سبھانی، مریم بندر، مسعود سعیدی مهر.

مشخصات نشر: تهران: آزمون یار پویا، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۲۶۰ ص.

شابک: ۲- ۸۴- ۷۸۴۹- ۶۰۰- ۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: خودشیفتگی - Narcissism - خودشیفتگی - درمان - Narcissism -- Treatment

رده بندی کنگره: ۵۷۵BF

رده دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتاب شناسی ملی: ۸۶۸۶۵۳۳

شایب: ۸۱۵۰



نشره اول سال ۱۳۷۴

عنوان: خودشیفتگی روان رنجوری عصر حاضر (سبب شناسی و درمان)

نویسندگان: دکتر محمدسعید سبھانی، مریم بندر، مسعود سعیدی مهر

ناشر: آزمون یار پویا

مدیر تولید: امیر حیدری

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

چاپ اول: پاییز ۱۴۰۰

شابک: ۲- ۸۴- ۷۸۴۹- ۶۰۰- ۹۷۸

۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰

تهران - انقلاب - خیابان منبری جاوید - بن بست مبین - شماره ۲

تلفن: ۶۶۴۶۸۹۲۱ - همراه: ۰۹۱۰۰۵۱۱۰۰۳

Email: pub@azmonyiar.com

فهرست

صفحه	عنوان
۵	مقدمه

فصل اول

تاریخچه، علل، علائم و ویژگی های خودشیفتگی

۱۲	پیشینه در روان شناسی
۱۲	نظریه خودشیفتگی از فروید تا نظریات اخیر
۱۵	خودشیفتگی به عنوان یک مقوله روان پزشکی
۱۹	کریستوفر لش و فرهنگ خودشیفتگی
۲۷	خودشیفتگی در روانشناسی تکامل
۳۱	عوامل ایجادکننده اختلال شخصیت خودشیفته
۳۸	انواع شخصیت خودشیفته
۴۰	آشنایی با مهمترین ویژگی افراد خودشیفته از نظر روانشناسی
۴۷	دیگر علائم اختلال شخصیت خودشیفته
۴۹	با دیگر خصوصیات افراد خودشیفته آشنا شویم
۴۹	خصوصیات رفتاری افراد خودشیفته
۶۱	علائم خودشیفتگی پنهان
۶۴	زبان بدن افراد خودشیفته
۶۹	ویژگی افراد خودشیفته:
۷۳	عاقبت افراد خودشیفته

فصل دوم

خودشیفتگی از منظر دین

۸۵	خودشیفتگی دینی
۸۹	خودشیفتگی از منظر قرآن
۹۳	خودشیفتگی از منظر روایات
۹۶	مراتب و درجات خودشیفتگی

- ۹۹..... جهالت بنیاد خودپسندی و عجب
- ۱۰۰..... مفهوم شناسی عجب
- ۱۰۲..... مراتب و درجات عجب
- ۱۱۰..... عوامل و بسترهای ایجاد خودشیفتگی
- ۱۱۶..... عوارض و درمان خودشیفتگی

فصل سوم

والدین و فرزندان خودشیفته

- ۱۳۷..... ویژگی والدین خودشیفته
- ۱۳۹..... افکاری که والدین خودشیفته به فرزند خود القا می کنند
- ۱۴۰..... نشانه های والدین خودشیفته
- ۱۴۲..... نشانه های خودشیفتگی کودک چیست؟
- ۱۴۵..... سبک والد فرزندی والدین خودشیفته
- ۱۵۰..... دختران مادران خودشیفته
- ۱۵۲..... باقی ماندن در کودکی
- ۱۵۴..... علل شیوع خودشیفتگی در فرزندان امروز
- ۱۶۲..... معیارهای DSM-V برای اختلال شخصیت خودشیفته
- ۱۶۲..... آیا سلفی گرفتن علامت خودشیفتگی است؟
- ۱۶۵..... کودکان خودشیفته چه علائمی دارند؟
- ۱۶۶..... درمان کودک خودشیفته
- ۱۶۷..... راه های پیشگیری

فصل چهارم

ازدواج با افراد خود شیفته

- ۱۷۴..... ازدواج با فرد خودشیفته یعنی بردگی
- ۱۷۵..... خودخواهی چه تفاوتی با خودشیفتگی دارد؟
- ۱۷۵..... با همسران خودشیفته چگونه باید رفتار کرد؟
- ۱۷۶..... مشکلات ازدواج با افراد خودشیفته
- ۱۸۰..... عواقب ازدواج با افراد خودشیفته
- ۱۸۷..... با افراد خودشیفته چه کنیم؟

- نشانه های همسر خودشیفته ۱۹۰
- شش اثر مضر خودشیفتگی بر رابطه ۱۹۳
- چگونه از یک رابطه‌ی خودشیفتارانه نجات پیدا کنیم؟ ۱۹۴
- ویژگی های اخلاقی یک همسر خود شیفته ۲۰۲
- چگونه از رابطه با یک فرد خودشیفته بیرون بیاییم؟ ۲۰۴
- خودشیفتگی اغلب به چه اشکالی ظاهر می‌شود؟ ۲۰۹

فصل پنجم

درمان خودشیفتگی

- درمان روانکاوی ۲۱۴
- روان‌درمانی حمایتی مبتنی بر روانکاوی ۲۱۵
- رویکرد بین فردی ۲۱۷
- درمان شناختی-رفتاری ۲۲۲
- روش‌های آرام‌سازی برای درمان اختلال شخصیت خودشیفته ۲۲۲
- درمان‌های هیجان‌مدار ۲۲۲
- رواندرمانی با محوریت انتقال ۲۲۴
- درمان متمرکز بر طرحواره ۲۲۴
- درمان مبتنی بر ذهن ۲۲۴
- رفتار درمانی دیالکتیکی ۲۲۵
- درمان فراشناختی ۲۲۵
- چه زمانی برای درمان خودشیفتگی مراجعه کنیم؟ ۲۲۷
- پيامدها و آسیب‌های خودشیفتگی ۲۲۸
- آسیب‌های جسمانی ۲۲۸
- ۱۰ گام در درمان اختلالات خودشیفته ۲۳۱
- چرا مبتلایان به خودشیفتگی اکثراً تنها هستند؟ ۲۴۰
- آموزش روش‌های تن‌آرامی ۲۴۱
- پرسشنامه خودشیفتگی ۲۴۷

مقدمه

امروزه بیش از هر زمان دیگری در طول تاریخ، خودشیفتگی در میان اعضای جوامع مختلف در حال گسترش است. والدینی که بیش از حد خواسته‌های فرزندان را اجابت می‌کنند، فرهنگی که بر شهرت و معروفیت پایه‌گذاری شده، ظهور انواع شبکه‌های اجتماعی و افزایش روز افزون اعضای آنها جهت جذب پیروان بیشتر برای صفحه‌های شخصی، ارج نهادن به ویژگی‌های کلاب جذابیت فردی، مراجعات فزاینده برای جراحی‌های زیبایی و حتی مُد شدن عکس‌های سلفی، همگی باعث انتشار و تشدید خودشیفتگی می‌شوند و حتی این خطر وجود دارد که این مشکل به تدریج به عنوان نوعی رفتار طبیعی تلقی گردد.

امروزه با گسترش رسانه‌های اجتماعی و فرهنگ سلفی محوری، داریم در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که اغلب این ویژگی بالقوه مضر را جشن می‌گیرد نه اینکه آن را به عنوان یک اختلال روانی درک کند. یافته‌های جدید دانشمندان چون جوزف بورگو نشان می‌دهد که خودشیفتگی در یک طیف وجود دارد - دقیقاً مانند اوتیسم - و بیشتر ما برخی از گرایش‌های خودشیفتگی خفیف را از خود نشان می‌دهیم. اما از هر بیست نفر یک نفر در گروهی قرار می‌گیرد که خودشیفتگی افراطی می‌توان نامید. ، که این ویژگی‌های خود بینی منجر به یک رفتار مخرب می‌شود که نه تنها به فرد