

# دلبستگی از دیدگاه روانشناسی تحولی



ایان روری اون

نشر ورجاوند

دکتر شهلا پاکدامن

اوتن ایان روری، ۱۹۶۰-م.

Owen, Ian Rory, 1960.

فاطمه (رؤیا) رئیسی

دلبستگی از دیدگان روان‌شناسی

چاپ اول، زمستان ۱۴۰۰

تحولی / ایان روری اون؛ مترجمان

۱۰۰۰ نسخه

دکتر شهلا پاکدامن، فاطمه (رویا)

ویراستار علمی: سحر صوفی

رئیسی، ویراستار علمی سحر صوفی.

ویراستار ادبی: ساقی جهان‌شاهی قاجار

تهران: ورجاوند، ۱۴۰۰

صفحه‌آرایی: مرضیه امانت

۳۷۴ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵س.م.

طرح جلد: آزاده پوربافرانی

۹۷۸-۶۰۰-۸۷۵۷-۹۵-۵

چاپ و صحافی: دوستان

فیپا، عنوان اصلی:

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

On attachment: the view from  
developmental psychology,  
2017.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۵۷-۹۵-۵

دلبستگی

ISBN:978-600-8757-95-5

Attachment behavior

آدرس: تهران، میدان توحید، خیابان نصرت غربی

پاکدامن، دکتر شهلا، ۱۳۴۰- مترجم

رئیسی، فاطمه، ۱۳۶۲- مترجم

صوفی، سحر ۱۳۷۳- ویراستار

پلاک ۱۰۸، طبقه همکف.

BF۵۷۵

۱۵۵/۹۲

تلفن: ۶۶۵۷۶۳۹۷-۹

کتابشناسی ملی: ۷۵۲۲۹۲۳

www.vjco.ir

2200000

## فهرست مندرجات

صفحه	عنوان
۸	درباره‌ی نویسنده.....
۹	پیشگفتار مترجمان.....
۱۳	مقدمه.....
بخش اول: آنچه درباره‌ی دلبستگی می‌دانیم	
۲۱	مقدمه‌ای بر بخش اول.....
۲۴	فصل ۱/ پدیده‌های روان‌شناختی و تاریخچه‌ی آنها.....
۲۵	مقدمه‌ای بر روان‌شناسی دلبستگی.....
۳۳	خلاصه‌ای از تاریخچه دلبستگی.....
۴۰	پدیده پایگاه ایمن در کودکان و اولین تعریف از دلبستگی.....
۴۴	مدل‌های کاری درونی نسبت به تغییر مقاوم هستند و به روزرسانی می‌شوند.....
۴۷	بررسی ابعاد اضطراب و اجتناب.....
۴۹	نظام‌های کنترل، مفهومی در قلب روان‌پویایی دلبستگی.....
۵۵	بافتارگرایی دلبستگی به عنوان بخشی از تحول کودک.....
۵۷	نیاز کودکان در ارتباط با تحول و بهزیستی ذهنی.....
۶۲	بافت اول: توانمندی مراقب در تامین نیازهای کودک.....
	بافت بیرونی: دریافت مراقبت و حمایت از سوی خانواده بسط‌یافته، بهزیستی،
۶۵	آموزش حرفه‌ای و مراکز خدمات‌دهی به کودک.....
۶۷	نتیجه‌گیری.....
۶۹	فصل ۲/ تفسیر استاندارد و فرایندهای آن.....
۷۲	دلبستگی ایمن در کودکی.....
۷۶	الگوی دلبستگی ناایمن اضطرابی ناشی از مراقبت غیرقابل پیش‌بینی است.....
۷۹	دلبستگی اجتنابی ناشی از دریافت حداقل مقدار مراقبت و عدم تامین نیازهاست.....
۸۱	دلبستگی سازمان‌نیافته.....
۸۴	روان‌شناسی تحولی دلبستگی در بزرگسالان.....

دلبستگی ایمن در بزرگسالان .....	۹۴
دلبستگی اضطرابی به ناکامی کوتاه مدت و حفظ آشفستگی ربط دارد .....	۹۶
دلبستگی اجتنابی با تلاش برای اتکا به خود و پذیرش فقدان ارتباط با دیگران ربط دارد .....	۹۸
دلبستگی سازمان نیافته در بزرگسالان .....	۱۰۰
توجه کردن به فرایندهای دلبستگی .....	۱۰۴
دیدگاه زیستی-روانی-اجتماعی نسبت به دلبستگی طبق ژنتیک رفتاری .....	۱۱۱
نتیجه گیری .....	۱۱۳
<b>فصل ۳ / روان پویایی، انگیزه و دفاع .....</b>	<b>۱۱۶</b>
روان پویایی به مثابه تغییراتی در مسیر و زمان .....	۱۱۷
روان پویایی دلبستگی .....	۱۲۴
دفاع و سرکوب به مثابه بخشی از فرایند تحول .....	۱۲۸
گزینه میان زمانی .....	۱۳۳
پویایی میان من و هشیاری انفعالی آن .....	۱۳۷
ارتباط عصب شناسی و هشیاری معنادار .....	۱۳۹
بحث پایانی .....	۱۴۱
نتیجه گیری .....	۱۴۶

### بخش دوم: نقش دلبستگی در کاهش آشفستگی

مقدمه ای بر بخش دوم .....	۱۴۹
<b>فصل ۴ / فرابازنمایی و انگیزه .....</b>	<b>۱۵۱</b>
تعریف فرابازنمایی .....	۱۵۲
فرابازنمایی در گذر زمان .....	۱۵۷
توالی های انگیزشی به مثابه پیامد رفتاری مقایسه های فرابازنمایی در طی زمان ..	۱۶۳
مدل های کاری درونی .....	۱۶۵
فرابازنمایی توالی های انگیزشی در دلبستگی .....	۱۷۰
نتیجه گیری .....	۱۷۴

۱۷۷	فصل ۵ / یک زندگی خوب عدم تعادل را اصلاح می کند
۱۷۹	زندگی خوب: آگاهی ایمن و بازیابی تعادل
۱۸۳	تعادل پویا میان مقابله و دفاع
۱۸۹	آگاهی و گشودگی
۱۹۲	مسئولیت من برای اصلاح خود
	کار با عامل شخصیتی نوروزگرایی (گرایش بدون آزدگی) در رفتار درمانی
۱۹۵	دیالکتیک
۲۰۴	بحث پایانی
۲۰۵	نتیجه گیری
۲۰۶	فصل ۶ / بازگشت به حالت تعادل
۲۰۶	چرخه های تعادل و عدم تعادل
۲۱۰	آسیب پذیری شخصیتی و ضعف نسبت به آشفتگی
۲۱۵	خود-نظم دهی هیجانی ایمن نتیجه استفاده صحیح از آگاهی و بازخورد هیجانی
۲۱۸	بحث
۲۲۰	آنچه آموخته شده است ممکن است فراموش شود
۲۲۴	تجربه ی تصحیح گر
۲۲۵	رابطه میان من و هشیار انفعالی آن
	افسردگی به مثابه مثالی از عدم تعادل میان من و بخش هایی از دنیا - کل اطراف
۲۲۷	آن
۲۳۲	نتیجه گیری

بخش سوم: درمان موفقیت آمیز، دل بستگی ایمن می آفریند

۲۴۰	فصل ۷ / روان پویایی دل بستگی
۲۴۲	بازگشت به فریود
۲۴۵	درک مقاومت
۲۵۰	اهمیت گشودگی
۲۵۵	رابطه میان حضور هشیار، ناهشیار، و لایه زیست شناختی
۲۵۷	تقویت ادراک: مورد شهود

۲۶۶	..... رابطه به مثابه یک کل
۲۷۱	..... احساسات مربوط به درمان
۲۷۶	..... نتیجه گیری
۲۷۹	..... فصل ۸ / سنجش فرایندهای دل بستگی
۲۸۱	..... اهمیت سنجش
۲۸۴	..... روش سنجش
۲۸۷	..... دل بستگی اضطرابی به ناکامی کوتاه مدت و بقایای آشفتگی ربط دارد
۲۹۳	..... اجتناب به مثابه تلاش برای تقویت اعتماد به نفس و کنار آمدن با فقدان ارتباط
۲۹۸	..... دل بستگی سازمان نایافته در بزرگسالان
۳۰۳	..... درخواست های مشکل آفرین برای دریافت کمک
۳۱۰	..... نتیجه گیری: احساس امنیت و شفاف سازی درمان
۳۱۶	..... فصل ۹ / بررسی موارد پیچیده
۳۱۷	..... دانش ما در مورد پیچیدگی فرایندهای دل بستگی
۳۲۴	..... پیچیدگی نشانگانهای بافتی و شخصیتی
۳۲۷	..... تفسیر دل بستگی
۳۲۹	..... فرایند دل بستگی اضطراب
۳۳۲	..... فرایند دل بستگی اجتنابی
۳۳۷	..... فرایند دل بستگی سازمان نایافته
۳۴۲	..... نتایج درمان
۳۴۵	..... نتیجه گیری
۳۴۷	..... فصل ۱۰ / درمان به مثابه یک فرایند دل بستگی ایمن
۳۶۰	..... منابع