

به نام خدا

طرح واره درمانی

میشل ون ویرسویج، چنی پروتسین،

مارجون نادورت

ترجمه: حمدالله خواجه حسینی

ویراستار: علی اوسط چراغزاده

فہرست مطالب

۷

بخش اول

۱۰ - مقدمه‌ای بر طرح واره‌های انی

۱۱ - فصل ۱ - طرح واره‌های انی از منظر تاریخی - دیوید ادواردز و آرنولد آرنز

فصل ۲ - مدل نظری طرح واره‌ها، سبک‌های مقابله، و ذهنیت‌ها

۵۳ - هانی ون گندرن، مارلین راجب، و آرنولد آرنز

۷۵ - فصل ۳ - نگاهی جدید به نیازهای هیجانی اساسی - جرج لاکوود و پول ب

بخش دوم

۱۱۸ فرایند دلالت در طرح‌واره‌درمانی

فصل ۱ - فرایند تدوین موردی در طرح‌واره‌درمانی: اختلال مزمن

۱۱۹ محور (اختلال عاطفی / اضطرابی) - ایسل هوفارت

فصل ۲ - طرح‌واره‌درمانی برای خودشیفتگی - یک مطالعه موردی

۱۳۹ - وندی بهاری

فصل ۳ - ارزیابی طرح‌واره‌درمانی - آنوک ویرتمان و هیلده د سایگر

۱۵۵ فصل ۴ - استفاده از تکنیک‌های تجربی برای شیوه‌های تشخیصی

۱۶۹ - آنوک ویرتمن

فصل ۵ - استفاده بالینی از پرسشنامه‌های طرح‌واره - الکساندرا شفیلد

۱۸۲ و گلن والر

فصل ۶ - تصور موردی در طرح‌واره‌درمانی - هانی ون گندرن

۲۰۱

بخش سوم

- ۲۲۳ تکنیک‌های طرح‌واره درمانی
- فصل ۱ - طرح‌واره درمانی برای اختلالات خوردن -
- ۲۲۴ تصویر یک مطالعه موردی از رویکرد ذهنیت - سوزان سیمپسون
- فصل ۲ - درمان OCD با مدل ذهنیت طرح‌واره‌ها -
- ۲۵۴ الن گروس، نیکولا استلزر و گتا جاکوب
- فصل ۱ - تکنیک‌های طرح‌واره درمانی -
- ۲۷۶ میشا دن ویریسویج، جنی برنرسن، ژوزفین بلو و سوزان هاین
- فصل ۴ - بیان ندیده‌ها: فرد: با استفاده از گفتگو‌های کار صندلی
- ۲۹۲ در طرح‌واره درمانی - اسکات کلاگ
- فصل ۵ - طرح‌واره درمانی در نقش شادی و بازی - جرج لاک رود و ایدا شاول
- ۳۱۰ فصل ۶ - طرح‌واره درمانی، تمرکز حواس و ACT -
- ۳۲۹ تفاوت‌ها و نقاط تماس - اروین پرفی
- فصل ۷ - چرا تمرکز حواس و ذهنیت‌های متعارف بر تغییر درمان‌بخشی
- ۳۴۲ در طرح‌واره درمانی نیز هستند؟ یک پسماند یکپارچه - اکهارد رودیگر
- فصل ۸ - تمرکز حواس و ACT به عنوان راهبردهای ارتقای ذهنیت بالغ سالم
- ۳۵۷ - استفاده از فلش کارت‌های تمرکز حواس به عنوان یک نمونه - پیر گازینو
- فصل ۹ - آموزش مراقبه تمرکز حواس در چارچوب طرح‌واره درمانی -
- ۳۷۱ دیوید بریکر و میریام لاین
- فصل ۱۰ - تمرکز حواس طرح‌واره - محور: پروتکل هشت جلسه‌ای -
- ۳۸۷ میشا دن ویریسویج و جنی برنرسن
- فصل ۱۱ - تأثیر اندازه‌گیری نتایج درمانی و اتحاد درمان‌بخش -
- ۴۰۰ میشا دن ویریسویج، جنی برنرسن و فیلیپ اسپین هاون

بخش چهارم

- ۴۲۲ مجموعه‌های طرح‌واره درمانی و جمعیت‌های بیمار
- فصل ۱ - طرح‌واره درمانی برای بیماران بستری مبتلا به اختلال شخصیت مرزی -
- ۴۲۳ یک مطالعه موردی - نیل ریس، گتا جاکوب و یانگ فارل
- فصل ۲ - طرح‌واره درمانی فردی تجربه عملی با بالغ‌ها -

- ۴۳۵ بین ون دن کیوم و دان یونکر
- فصل ۳ - طرح‌واره درمانی برای زوجین: حل مشکل روابط - تراویس انکینسون ۴۵۱
- فصل ۴ - مقدمه به طرح‌واره درمانی گروهی - یانگ فارل ۴۷۲
- فصل ۵ - طرح‌واره درمانی گروهی برای بیماران مبتلا به اختلال شخصیت مرزی تسریع تغییر طرح‌واره و ذهنیت - یانگ فارل، ایدا شاو و نیل ریس ۴۷۸
- فصل ۶ - اجرای طرح‌واره درمانی در مجموعه گروه درمانی بستری و روزانه - الکو ماست ۵۰۲
- فصل ۷ - طرح‌واره درمانی در گروه‌ها: پروتکل طرح‌واره CBT کوتاه مدت - یی یازسن و میشل ون ویرسویچ ۵۲۴
- فصل ۸ - طرح‌واره درمانی در یک گروه روان‌پویا - هلگا آلدرز و جینی ون دایک ۵۳۸
- فصل ۹ - طرح‌واره درمانی برای نوجوانان - ماریک گیردینک، اریک یونگمر و اگن - لینگ ۵۴۹
- فصل ۱۰ - طرح‌واره درمانی برای اختلال شخصیت خوشه C - آرون آرنز ۵۵۷
- فصل ۱۱ - طرح‌واره درمانی در اختلالات شخصیت و اعتیاد - تراس کرس ۵۸۳
- فصل ۱۲ - طرح‌واره درمانی در مجرمین - مای جنایی - دیوید برنشتاین، مارج کولن - دوس، فیلیپ یونکرز، الیاس جانت و آرون آرنز ۵۹۷

بخش پنجم

- درمانگر: آموزش، نظارت و مراقبت از خود در طرح درمانی ۶۱۸
- فصل ۱ - آموزش و ثبت نام طرح درمانگران - مارجان نادورت ۶۱۹
- هانی ون جندن و وندی بهاری
- فصل ۲ - آموزش و نظارت در طرح‌واره درمانی - اسکروته هما مارجان نادورت، هانی ون جندن و وندی بهاری ۶۳۴
- فصل ۳ - مدل ذهنیت طرح‌واره در درمان شخصی - گیتا یعقوب ۶۴۶
- فصل ۴ - مراقبت از خود درمانگر در بستر بازوالدی محدود - پول پرریس، هدر فتول و ایدا شو ۶۵۹

بخش ششم

- پژوهش در طرح‌واره درمانی ۶۸۸
- فصل ۱ - مطالعات اثربخشی - لوته باملیس، جوزفین بلو،

۶۸۹	دیوید برنشتاین و آرنوود آرنتر
۷۱۴	فصل ۲ - مطالعات تجربی درباره ذهنیت‌های طرح‌واره - جیل لوپستاسل
۷۲۵	فصل ۳ - مطالعات تجربی برای طرح‌ها - سیمکیه سیسوردا
۷۴۳	فصل ۴ - اعتبار سنجی پرسشنامه طرح‌واره یانگ - مارلین ریکویر
۷۵۸	فصل ۵ - اعتبار سنجی سیاهه ذهنیت طرح‌واره - جیل لوپستاسل

بخش هفتم

۷۷۴	پیاده سازی روابط عمومی در طرح‌واره‌درمانی
	فصل ۱ - پیاده سازی طرح‌واره‌درمانی در مؤسسات بهداشت عمومی -
۷۷۵	مارجان نادورت
	فصل ۲ - استفاده از اصول ST برای افزایش اثربخشی درمانی تیم‌های پزشکی قانونی در تماس با مراجعان با شخصیت ناسازگار -
۷۹۵	ناثومی مورفی، دس مدیری و جف هوپینگ
	فصل ۳ - پیاده‌سازی طرح‌واره‌درمانی در مرکز روانشناسی قانونی
۸۰۹	رویس وسیل - تروس کرسستین و ریچارد دوس
۸۱۷	فصل ۴ - اثربخشی هزینه طرح‌واره‌درمانی سی ون آسلت و ژوزفین بلو
	فصل ۵ - روابط عمومی برای طرح فیزیکی - میشل ران ویسوایک،
۸۳۸	مارجان نادورت و جنی برسن
۸۵۲	فصل ۶ - سخن پایانی - میشل ون ویسوایک، جنی برسن و مارجان نادورت

پیش‌گفتار

جعفری یانگ

من هیجا رده‌ام که فرصتی برای نوشتن مقدمه‌ای برای این هندبوک فوق‌العاده در زمینه طرح درمانی پیش‌گفته ام. این کتاب یک گام مهم در پیشبرد کتاب‌هایی است که پیش از این در رویکرد طرح-واره‌درمانی منتشر شده‌اند.

تابه حال، دسترسی خوانندگان هندبوک‌های طرح‌واره‌درمانی به مواردی مربوط می‌شد که در آن نظریه اساسی طرح-واره و راهبردهای بالینی برای درمان اختلالات شخصیتی مطرح می‌گردید؛ یعنی کتاب‌های خودآموز که برای جامعه عمومی نوشته شده بودند؛ و یک پروتکل دقیق برای درمان اختلال شخصیت مرزی اما این کتاب دارای یک مدل اساسی فراتر از BFD، خودشیفتگی در طیف گسترده‌ای از جمعیت مراجعان و اختلالات است، و همچنین در آن ملاحظات نظری و پژوهشی که پیش از این در یک کتاب مورد بحث قرار نگرفته پرداخته شده است. این کتاب نشان‌دهنده گام منطقی بعدی در توسعه طرح‌واره‌درمانی است. پیشرفت رویکرد طرح‌واره در حوزه‌های جدیدی از نظریه، پژوهش و کاربردها.

سه ویراستار، که همه آن‌ها در این حوزه بسیار محترم هستند، کارهای قابل توجهی را برای به خدمت گرفتن طرح‌واره درمانگران برجسته از سراسر جهان انجام داده‌اند تا فصل‌های مختلف در این زمینه موضوعات وسیعی در حیطه تخصصی آن‌ها در بر گیرند. در هر فصل به دیدگاه‌های نظری، پژوهشی و عملی اشاره می‌شود.

من می‌خواهم یادآور شوم که چگونه این کتاب سازمان‌دهی شده است و برخی از نکات برجسته را بیان کنم تا خوانندگان با طیف وسیعی از موضوعات مورد بحث آشنا شوند. بخش اول مقدمه‌ای را برای طرح‌واره‌درمانی فراهم می‌سازد که تاریخ و مدل مفهومی طرح اولیه را بررسی می‌کند، و با فصلی همراه است که توسط بلیک وود و

پریس ارایه شده است. در این فصول به نحو قابل توجهی مفهوم نیازهای اصلی هیجانی که تنها در کتاب‌های قبلی به آنها اشاره شده بود گسترش می‌یابد.

بخش دوم بر ملاحظات تشخیصی تمرکز می‌کند. این بخش شامل فصل‌هایی در مورد نشانه‌های استفاده از **ST**، ارتباط بین اختلالات مزمن محور **I و ST**، رویکردهای تجربی و پرسشنامه‌ای برای ارزیابی، مفهوم‌سازی موردی و یک مطالعه موردی برای تشخیص نارسسیم از منظر طرح‌واره می‌شود.

بخش سوم و چهارم برای بالینگران از اهمیت خاصی برخوردار خواهند بود. این فصل‌ها شامل مطالعات موردی و پروتکل‌هایی می‌شوند که نشان دهنده نحوه استفاده از طرح‌واره درمانی برای گروه‌های بالینی خاص، از جمله تکنیک‌های مهم جدید است که قبلاً مورد بحث قرار نگرفته‌اند. دو سؤال که اغلب در کارگاه‌ها مطرح می‌شود این است که آیا **ST** تکنیک‌های ذهن آگاهی هماهنگ است یا نه یا اینکه آیا این رویکرد برای جمعیت عام خاص مانند نوجوانان بکار رفته است یا خیر. در چند فصل جذاب در مورد ادغام **ST** با تکنیک‌های مبتنی بر ذهن و با **ACT** صحبت شده است. فصل دیگر استفاده از **ST** را با یک جمعیت بسیار دشوار توصیف می‌کند - بیماران با تشخیص دوگانه که هم از یبوست اعتیاد و هم از اختلالات شخصیت رنج می‌برند. فصل‌های دیگر بر **ST** برای اختلالات **OCD**، "کار صندلی" گشتالت، تکنیک‌های "مفرح" (مانند عروسک‌ها و بازی‌ها)، تطبیق **ST** با نوجوانان و کار با اختلالات شخصیت خوشه **C** تمرکز می‌کنند. فصل دیگر که توسط تراویس اتکینسون نوشته شده سهمی باارزش در استفاده از طرح‌واره درمانی برای کار زوجین دارد، و در آن **ST** با کار گاتمن و درمان هیجان محور ادغام می‌شود.

من همچنین می‌خواهم دو موضوع مهم را در این هنارک برجسته کنم که نشانگر گسترش‌های عمده طرح‌واره درمانی می‌شود. نخستین آن، "سلسله فصول بسیار عالی در مورد طرح‌واره درمانی در گروه است. من این را یکی از پیشرفت‌های امیدوارکننده در زمینه **ST** تا به امروز در نظر می‌گیرم، زیرا قالب گروه می‌تواند به بالینگران و مؤسسات اجازه دهد تا به ارائه درمان طرح‌واره‌ای با هزینه‌های بسیار پایین‌تر اما نتایج معادل یا شاید بهتر از رویکردهای فردی بپردازند. مطالعات اولیه انجام شده توسط فارل، شاو، آرنز، و دیگران نشان امید فراوان بیه اثر بخشی طرح‌واره درمانی برای **BPD** مراجعان است.

پیشرفت بطور ویژه هیجان‌انگیز جدید دوم استفاده **ST** برای بیماران جنایی، به رهبری دیوید برنشتاین و گروهش در هلند است. کار مقدماتی آنها نشان می‌دهد که

استفاده از **ST** می‌تواند به درمان بسیار کارآمد جمعیتی که به‌طور کلی تقریباً غیرقابل درمان در نظر گرفته می‌شود کمک کند. در این فصل خلاصه پروتکل‌هایی که آن‌ها تهیه کرده‌اند ارائه می‌شود.

بخش پنجم به آموزش و نظارت بر طرح‌واره درمانگران مربوط می‌شود. این بخش مورد علاقه خاص بالینگرانی است که به کسب اعتبار در زمینه طرح‌واره درمانی علاقه‌مند هستند.

بخش پنجم برای خوانندگان علاقه‌مند به پژوهش در زمینه طرح‌واره درمانی نوشته شده است. این کتاب تا آنجا که من می‌دانم نخستین کاری است که به روش در طیف گسترده‌ای از موضوعات می‌پردازد، که شامل این موارد می‌شود: مطالعات اثربخشی در زمینه چندین اختلال بالینی؛ پژوهش‌های تجربی درباره ساختار طرح‌واره و ذهنیت؛ و مطالعات اعتبار سنجی پرسشنامه طرح‌واره‌های یانگ و پرسشنامه ذهنیت طرح‌واره.

بخش آخر به موضوع نادیده گرفته‌شده در هندبوک‌های روان‌درمانی می‌پردازد: ملاحظات سیاسی. من می‌میرم به اجرای **ST** در انواع مراکز سلامت روان، از جمله اثربخشی هزینه این مدل، موارد علاقه‌خاص مدیران بهداشت روانی و برنامه ریزان سیاست هستند.

به‌عنوان بنیان‌گذار طرح‌واره درمانی، دشوار است بیان کنم که چقدر برایم لذت‌بخش است که می‌بینم چگونه حوزه طرح‌واره درمانی از آن زمان آغاز آن در دهه‌های ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ گسترش یافته است. هیئت مدیره برای خوانندگان جهت درک کارهای جدید نظری، پژوهشی و بالینی که در سال‌های اخیر انجام شده است بهتر از فصل‌های این کتاب نیست. این کتاب بالینگران، مدیران، پژوهشگران و مدیران بهداشت روان را با نقشه راه برای تعیین جهت آینده طرح‌واره درمانی آشنا می‌کند. به‌باور من خواندن این هندبوک برای هر کسی که علاقه‌مند به این رشته است ضروری است.

به میشل، جنی، و مرجان برای این سهم برجسته تبریک می‌گویم!

جفری یانگ

دانشگاه کلمبیا، موسسه طرح‌واره درمانی دپارتمان روان‌پزشکی نیویورک