

دستور کار گروه درمانی برای افسردگی مداوم

سیستم روان درمانی تحلیل شناختی رفتاری (CBASP)

راهنمای درمانگران

نویسندگان

الین سایق

ج. کام پرتو

مترجمان

لیلا السادات میرصیسی فرد

هانیه پورجبار

دکتر فرهاد محمدی مصیری

(عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد کاشان)

انتشارات بخت

سرشناسه	سایق، لیلین / Sayegh, Liliane
عنوان و نام پدیدآور	دستور کار گروه درمانی برای افسردگی مداوم (سیستم روان درمانی تحلیل شناختی رفتاری (CBASP): راهنمای درمانگران / نویسندگان: لیلین سایق، ج. کیم پنبرتی؛ مترجمان: لیلا السادات میرصیفی فرد، هانیه پورجبار، فرهاد محمدی مصیری
مشخصات نشر	تهران: جنگل: جاودانه، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری	۲۵۶ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۸۸۰-۰
وضعیت فهرست نویسی: فیپا	
یادداشت	عنوان اصلی: Group Treatment Manual for Persistent Depression Cognitive: Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) Therapist's Guide, 2016.
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	افسردگی - درمان - دستنامه ها
موضوع	Depression, Mental- - Treatment- - Handbooks, Manuals, etc. :
موضوع	شناخت درمانی - دستنامه ها
موضوع	Cognitive Therapy- - Handbooks, Manuals, etc. :
ناسه افزوده	پنبرتی، ج. کیم / Penberthy, J. Kim
شناسه افزوده	میرصیفی فرد، لیلا السادات، ۱۳۵۸ - مترجم
شناسه افزوده	پورجبار، هانیه، ۱۳۶۷ - مترجم
شناسه افزوده	محمدی مصیری، فرهاد، ۱۳۶۵ - مترجم
رده بندی کتب	۱۷۱۲ ۵۷۴۵۳/س RC۵۳۷
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۵۲۲ ۶۵۱
شماره کتابشناسی	۱۲۵۰۵۲



عنوان کتاب: دستور کار گروه درمانی برای افسردگی مداوم

مترجمان: لیلا السادات میرصیفی فرد، هانیه پورجبار، دکتر فرهاد محمدی مصیری

ناشر: انتشارات جنگل، جاودانه

ناظر فنی: امین لشکری

ویراستار: دکتر سید علی دربانی

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۷

قطع و تیراژ: رقعی، ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۳۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۸۸۰-۰

تلفن: ۵۴۱۱۳ - ۶۶۴۸۲۸۳۰ - ۹ - ۶۶۴۸۶۱۱۵ - ۰۲۱

http://www.jungal.com

۰۳۱ - ۳۳۲۰۵۰۰۵ - ۳۳۲۰۳۸۰۰ - ۹

email: info@junglepub.org

«حق چاپ برای مترجمان محفوظ است»

فهرست مطالب

پیشگفتار

مقدمه

سیاس گزاری

بخش ۱: مقدمه

- ۲..... افسردگی مداوم
- ۵..... ویژگی‌های پس‌اندازی: مبار مبتلا به افسردگی مداوم
- ۹..... تاریخچه‌ی سیستم روان‌درمانی تحلیل شناختی - رفتاری (CBASP)
- ۱۱..... شواهد پژوهشی CBASP
- ۱۴..... روش CBASP گروهی
- ۲۰..... شواهد پژوهشی CBASP گروهی

بخش ۲: روش CBASP گروهی و فرایند آن

- ۳۰..... فلوجارت CBASP گروهی
- ۳۰..... معیار انتخاب
- ۳۲..... آموزش برای متخصصان بالینی
- ۳۵..... تمرین تاریخچه‌ی مورد خاص (SOH) و فرضیه‌ی اتصال (IH)
- ۴۵..... تحلیل موقعیتی (SA) (فرم نظرسنجی برای مقابله) در یک جلسه‌ی گروهی
- ۴۶..... مشارکت شخصی حد و مرزدار (DPI)
- ۴۹..... تمرین افتراق بین فردی (IDE)
- ۵۳..... پاسخ‌دهی مشروط شخصی (CPR)
- ۵۴..... خلاصه‌ی جلسات CBASP گروهی

بخش ۳: جلسات CBASP گروهی

- ۵۸..... CBASP گروهی، جلسات ۱ تا ۲۰

۶۲	معرفی نقش‌های اعضای گروه و رهبر گروه
۶۳	نقش اعضای گروه
۶۴	نقش رهبر گروه
۶۴	افسردگی
۶۵	هزینه افسردگی
۶۶	نمونه‌های خلق و خو
۷۰	دامنه‌های بین فردی
۷۵	چرخه‌های افروختگی و عدم فعالیت
۷۸	راهبردهای مقابله‌ای و شناختی ناسازگارانه در بیمارانی با افسردگی مداوم
۸۴	تحلیل موقعیتی (SA) اقتباس از مدل گروهی
۸۶	مرحله فراخوانی در تحلیل موقعیتی (SA)
۹۸	مرحله درمان (به کمک گروه) در تحلیل موقعیتی (SA)
۱۰۴	استفاده از تحلیل موقعیتی (SA) برای آینده
۱۲۹	تعاملات مکمل و غیر مکمل
۱۳۳	درک مشکلات بین فردی و مشخصات خود در یک چرخه بین فردی
۱۳۷	نمونه‌هایی از پاسخدهی مشروط شخصی (CPR) در CBASP گروهی
۱۴۸	قرار دادن همه در کنار هم
۱۴۸	مشخصات بین فردی شما
۱۵۳	خاتمه
۱۵۵	نگهداری از CBASP گروهی و پیگیری برای جلوگیری از عود
۱۵۷	ملاحظات اخلاقی برای CBASP گروهی

بخش ۴: ارزیابی تغییرات در گروه CBASP

۱۶۰	ارزیابی مهارت‌های به دست آمده در CBASP گروهی
۱۶۱	تمرین افتراق بین فردی (IDE) خود-مدیریتی
۱۶۲	پرسشنامه شخصی (PQ)

فرم امتیازدهی به عملکرد بیمار (PPRF) - فرم ۸	۱۶۵
ارزیابی تمایلات بین فردی در افراد با افسردگی مداوم	۱۶۶

ضمیمه ها

فرم ۱: آیا شما افسردگی اساسی دارید؟	۱۷۴
فرم ۲: آیا دچار اختلال افسردگی مداوم (افسرده خوبی) هستید؟	۱۷۵
تاریخچه مورد خاص در CBASP	۱۸۲
تاریخچه مورد خاص در CBASP	۱۸۳
پرسشنامه بین فردی (CIQ) CBASP	۱۸۴
پرسشنامه بین فردی (CIQ) CBASP - مدیریت و امتیازدهی	۱۸۷
تغییرات در علائم افسردگی	۱۹۸
خلاصه پرسش نامه شخصی	۱۹۹
تحلیل موقعیتی (SA) برای درمان فردی	۲۰۱
تحلیل موقعیتی (SA) برای درمان گروهی	۲۰۳
تحلیل موقعیتی (SA) (فرم یک صفحه‌ای)	۲۰۹
تحلیل موقعیتی (SA) برای آینده	۲۱۱
تحلیل موقعیتی (SA): مرحله درمان	۲۱۳
فرم امتیازدهی تمرین افتراق بین فردی خود-مدیریتی (SAD 'DE)	۲۱۵
فرم امتیازدهی عملکرد بیمار (PPRF) برای تحلیل موقعیتی (SA)	۲۱۶
معیارهای چرخه	۲۲۰
میانگین ها برای تعیین مقیاس چرخه ارزش های بین فردی (CSIV)	۲۲۲
میانگین ها برای تعیین مقیاس چرخه تأثیرات بین فردی (CSIE)	۲۲۲
REFERENCES	۲۲۷
موضوع نما	۲۳۵

پیشگفتار

آموزش درمانگران برای درمان بیماران مبتلا به اختلال افسردگی مداوم (PDD) همیشه یک کار دشوار محسوب می‌شده است. دلیل اصلی آن است که این بیماران نه مانند روانپزشکان خود فکر می‌کنند و نه مانند آن‌ها رفتار می‌کنند. بسیاری از بیماران با افسردگی مداوم، ممکن است صورت احساسی در سطحی عمل کنند که شبیه عملکرد کودکان، قبل از مرحله پیش بلوغ است (پیاژه، ۱۹۲۶). این بدان معناست که متخصصان بالینی، قبل از آنکه بتوانند مشکلات بیماران را به صورت مناسب تشخیص دهند، در ابتدای کار مراحل زیر را انجام دهند: ۱. عملکرد ضعیف این افراد و تفاوت درک آن‌ها را با بیماران به در کنار آن‌ها در اتاق نشسته‌اند را جدی بگیرید؛ ۲. انتظار آن‌ها را با آنچه که بیماران می‌توانند انجام دهند سازگار کنید (در ابتدای درمان) و به تشخیص‌یمنح احساسی برای بیمار کمک کنید؛ ۳. در مورد آنچه که بیماران به مرور از دوره درمان خود یاد می‌گیرند، فکر کرده و از آن استفاده کنید.

افرادی که به آن‌ها آموزش داده می‌شود مدیریت دستور کار درمان گروهی CBASP را برای کار با بیمارانی با افسردگی مداوم یاد بگیرند، باید قبل از آنکه مدیریت یک گروه CBASP را به دست بگیرند، سه هدف آموزشی ذکر شده در بالا مهارت کسب کنند. گروه CBASP اهداف یادگیری در هر جلسه را برای بیماران مشخص می‌کند. دستور کار (کتابچه راهنما) مراحل یادگیری را توسط بیمار به عنوان شرکت کننده‌ای که در ۲۰ جلسه گروهی شرکت می‌کند، مشخص می‌کند. در نهایت به متخصصان بالینی آموزش داده می‌شود که چگونه میزان یادگیری بیمار را تعیین کنند و از آن مهم‌تر، به آن‌ها آموزش داده می‌شود تا بررسی کنند که آموزش‌های داده

شده به بیمار چگونه علائم افسردگی و همچنین PDD را برای افراد گروه آنها تغییر داده است.

آموزش CBASP گروهی به متخصصان چالش برانگیز است. به طور خلاصه، آموزش به متخصصان دشوار خواهد بود اما بر اساس روشی که در دستور کار درمان گروهی آمده است، مطمئناً قابل دستیابی است. کارهای مورد نیاز در هر جلسه به صورت کامل و واضح توضیح داده شده است. فرمت انجام آنها به نحوی است که پرسیدن سؤالات مربوطه را تحریک کند. همچنین باید بحث‌های جالبی را ایجاد کند تا درک اهداف CBASP را برای افراد عمیق‌تر کند. دستور کار درمان گروهی CBASP برای افسردگی مداوم باید متخصصینی را که برای درمان شدن تمرین می‌کنند، برای این وظیفه‌ی دشوار آماده کند تا آنها بتوانند به نحوی مؤثر مشکلاتی که بیماران PDD برای ما ایجاد می‌کنند را به ما نشان دهند.

جیمز پی. مک کولاجی آر

استاد روانشناسی و روان‌پزشکی

بخش روانشناسی دانشگاه کامن ویلس، اوکلاهما، جیموند، ویرجینیا