

# مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روانی

نویسندگان

هال آر کویتز - هنی ای وسترا - ویلیام آر. میلر - استفان رولنیک

مترجمان

دکتر سید جلال صدرالسادات - دکتر لیلا صدرالسادات

علیرضا مقدمی - رقیه سهرابی



سازمان اسناد و کتابخانه ملی



انتشارات اطلاعات  
تهران ۱۳۹۱

عنوان و نام پدیدآور: مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روانی / نویسندگان هال آرکویتز... (و دیگران)؛

مترجمان سیدجلال صدرالسادات... (و دیگران).

مشخصات نشر: تهران: اطلاعات: ستاد مبارزه با مواد مخدر، دفتر تحقیقات و آموزش، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهری: ۴۸۲ ص.

شابک: 978-964-423-871-0

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Motivational interviewing in the treatment of psychological problems, 2008

یادداشت: نویسندگان: هال آرکویتز، هنی ای. وسترا، ویلیام آر. میلر، استفان رولنیک

یادداشت: مترجمان سیدجلال صدرالسادات، لیلا صدرالسادات، علیرضا مقدمی، رقیه سهرابی

یادداشت: کتاب حاضر قبلاً تحت عنوان «مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روان‌شناختی» توسط

انتشارات سخن گستر: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، معاونت

تحقیقات و فناوری در سال ۱۳۸۹ منتشر شده است.

عنوان دیگر: مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روان‌شناختی

موضوع: مصاحبه روانی

شناسه افزوده: آرکویتز، هال، ۱۹۴۱- م

شناسه افزوده: Arkowitz, Hal

شناسه افزوده: صدرالسادات، سیدجلال، ۱۳۲۶- ، مترجم

شناسه افزوده: مؤسسه اطلاعات

شناسه افزوده: ستاد مبارزه با مواد مخدر، دفتر تحقیقات و آموزش

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۰ م/۵۸ RC۲۸۰/۷

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹

شماره کتابشناسی ملی: ۲۷۰۳۸۵۹



ستاد مبارزه با مواد مخدر



انتشارات اطلاعات

تهران: خیابان میرداماد، خیابان نفت جنوبی، روزنامه اطلاعات، شماره پستی ۱۵۲۹۹۵۳۱۱

تلفن: ۲۹۹۹۳۲۵۵-۶ تلفن دفتر توزیع و فروش: ۲۹۹۹۳۲۲۲

فروشگاه مرکزی: بزرگراه حقانی، رویروی ایستگاه مترو، ساختمان روزنامه اطلاعات، تلفن: ۲۹۹۹۳۲۶۸۶

فروشگاه شماره (۱): خیابان انقلاب اسلامی، رویروی دانشگاه تهران، تلفن: ۶۶۴۶۰۷۳۳

مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روانی

نویسندگان: هال آرکویتز - هنی ای. وسترا - ویلیام آر. میلر - استفان رولنیک

مترجمان: دکتر سیدجلال صدرالسادات - دکتر لیلا صدرالسادات - علیرضا مقدمی - رقیه سهرابی

ویراستار: سارا منوچهری نائینی

طراح جلد: شهرام شهیدی‌نژاد

صفحه آردا: لولاق‌نژاد

چاپ و صحافی: مؤسسه اطلاعات

چاپ اول: ۱۳۹۱

قیمت: ۱۰۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۲۳-۸۷۱-۰ ISBN: 978-964-423-871-0

Printed in Iran

همه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

## سخن اول

ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری، در اجرای منویات، مقام معظم رهبری «مدظله العالی» به مثابه مرجع اصلی تدوین راهبردهای نظام در پیشبرد مبارزه با مواد مخدر و همچنین تسهیل فرآیند تصمیم‌سازی دستگاه‌های اجرایی به منظور ارتقای سطح علمی و فرهنگی جامعه، وظیفه دارد نسبت به تبیین دیدگاه‌های متنوع اندیشمندان داخلی و خارجی در بخش‌های پیشگیری، درمان، مقابله با عرضه، سازمان‌های مردم‌نهاد و موضوعات حقوقی، به ایجاد کرسی‌های نظریه‌پردازی به روش‌های متفاوت اقدام نماید.

در این راستا، یکی از رایج‌ترین روش‌ها، ترجمه، تألیف و بهره‌گیری از تجربیات صاحب‌نظران سایر ملل با حفظ فرهنگ بومی، و بومی‌سازی مطالب ترجمه شده می‌باشد؛ ستاد مبارزه با مواد مخدر، از ابتدای سال ۱۳۸۷، تلاش‌های زیادی را برای تأمین این هدف به عمل آورده و حمایت از چاپ کتاب «مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روانی» نوشته هال آرکویتز - هنی ای. وسترا - ویلیام آر. میلر - استفان رولنیک و با ترجمه دکتر سید جلال صدرالسادات - دکتر لیلان صدرالسادات - علیرضا مقدمی - رقیه سهرابی به رشته تحریر درآمده است، حاصل این تلاش

می‌باشد. جا دارد، از کلیه اندیشمندان، نظریه‌پردازان، محققین و پژوهشگران دعوت شود تا با راهنمایی‌ها و انتقادهای خود، ما را در چاپ سایر آثار یاری نمایند. همچنین دفتر تحقیقات و آموزش ستاد مبارزه با مواد مخدر بر آن است تا با تهیه و ترجمه کتب منتشر شده‌ی این دفتر به سایر زبان‌های رایج دنیا در حوزه سوء مصرف، بتواند بخشی از نیازهای علمی پژوهشگران کشور عزیزمان را تأمین کند.

دفتر تحقیقات و آموزش

ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری

مهر ماه ۱۳۹۱

## پیشگفتار

مصاحبه انگیزشی، روشی است که به افراد کمک می‌کند تا آنچه را در اصل «ویلیام ار. میلر» و «استفان رولنیک» ایجاد کرده‌اند، تغییر دهند. مصاحبه انگیزشی تأثیری بسیار زیاد بر تحقیق و عمل در زمینه مسائل مربوط به سلامت و اعتیاد در امریکا و بسیاری از کشورهای دیگر داشته است.

چندین دلیل برای جذابیت این روش وجود دارد:

- (۱) مستقیم به مسئله مهم مشترک میان همه روان‌پزشکان، یعنی ایجاد مقاومت برای تغییر اهداف می‌پردازد و به درمان‌جویان برای افزایش انگیزه درونی و رفع دودلی به منظور ایجاد تسهیل در تغییر رفتار کمک می‌کند.
  - (۲) انعطاف‌پذیر است و می‌تواند در تمام روشی با اتکاء به خود، همراه درمان‌های دیگر یا در ترکیب با درمان‌های دیگر به کار رود.
  - (۳) تحقیق‌های بسیاری از کارایی و اثربخشی آن، برای [درمان] اعتیاد و [رفع] مشکلات سلامتی حمایت می‌کنند.
  - (۴) تحقیق‌ها ثابت می‌کنند که مصاحبه انگیزشی، قابل یادگیری است و در چند جلسه، اثرهای درمانی زیادی دارد.
- با وجود همه این خصوصیات، روش یادشده، بیشتر در زمینه اعتیاد و مشکلات سلامتی به کار گرفته شده است. در زمینه روان‌شناسی، به مصاحبه انگیزشی، بیشتر توجه شده است؛ این روش در چند سمپوزیوم، کارگاه آموزشی و کنفرانس روان‌شناسی ارائه شده و از چندین مورد کاربرد یا تحقیق ارائه شده درخصوص آن اطلاع داریم که کاربردهای بالینی مختلف این روش را بررسی می‌کنند.

اکنون زمان آن رسیده است که محققان بالینی و مددکاران، به طور جدی این روش را برای افزایش آمادگی، به منظور تغییر و افزایش نتایج درمان مشکلات روانی در نظر بگیرند؛ امیدواریم این کتاب، دستیابی به این هدف را تسهیل کند. از محققان و مددکارانی که مصاحبه انگیزشی را از قبل برای

مشکلات مختلف بالینی به کار برده‌اند دعوت کرده‌ایم تا با ارائه شرح کار خود، ما را یاری دهند. هر فصل این کتاب، مشکلات بالینی و درمان‌های معمول آن و چگونگی به کارگیری مصاحبه انگیزشی را توضیح می‌دهد و تفسیراتی را که برای تطبیق این روش با مشکلات جمعیت مورد نظر صورت گرفته است و همچنین، سوابق دقیق و کامل بالینی و خلاصه‌ای از تحقیقات مرتبط را شرح می‌دهد.

این اثر، کاری را ارائه می‌دهد که به طور کامل، بر همکاری مؤلفان، مبتنی بوده است. میلر و رولنیک، مبتکران اصلی مصاحبه انگیزشی، تحقیقات و کارهای بالینی زیادی را با استفاده از این روش در حیطه اختلالات مصرف مواد و مشکلات سلامتی انجام داده‌اند. آرکوویتز<sup>۱</sup> و وسترا<sup>۲</sup>، تحقیق و کاری بالینی دربارهٔ با گسترش کاربرد این روش در زمینهٔ افسردگی و اضطراب، انجام داده‌اند.

مددکاران می‌توانند دربارهٔ کاربردهای بالینی این روش، اطلاعاتی فراوان را همراه با توضیحاتی از این کتاب به دست آورند. برای محققان بالینی، این تألیف، منبع غنی فرضیه‌هایی است که می‌تواند راجع به کارایی و ثمر بخشی ساختارهای مصاحبه انگیزشی توضیح دهد؛ همچنین این اثر برای دانشجویان روان پزشکی و فارغ التحصیلان روان شناسی، مشاوره، توان بخشی و برنامه‌های اجتماعی نیز جالب خواهد بود.

یکی از ما (هنی/ای) به مدت سه سال در زمینهٔ آموزش عملی، تحقیقی - بالینی دربارهٔ مصاحبهٔ انگیزشی در دانشگاه آریزونا سابقه داشت؛ این آموزش، مورد استقبال دانشجویان واقع شد و انتظار می‌رفت که اغلب آنها این شیوه را به کار گیرند. تماس‌های بعدی با این دانشجویان نشان داد که تا حد زیادی این کار را انجام داده‌اند. در این صورت، کتاب حاضر می‌تواند مرجعی برای چنین پیشنهادها، یا مکملی برای سمینارها و ابعاد دیگر روان شناسی باشد.

## درباره مؤلفان

**دکتر هال آرکویتز**، استاد روان‌شناسی در دانشگاه آریزونا است. توجه عمده‌ی به این موضوع است که «چرا مردم تغییر می‌کنند و چرا تغییر نمی‌کنند؟». دکتر آرکویتز در زمینه‌های اضطراب، افسردگی، روان‌درمانی، و تکمیل روان‌درمانی، مقالات زیادی را منتشر کرده است. وی به‌تازگی در نوشتن مقاله «دودلی در روان‌درمانی» همکاری کرده است: تسهیل آمادگی برای تغییر (با دیوید ای. ابل، ۲۰۰۶، انتشارات گیلبرت). دکتر آرکویتز همراه با اسکات لیلیان فلر، نویسنده ستون مقالات مجله *ذهن علمی امریکایی* است. او ده سال سردبیر مجله *یکپارچه‌سازی روان‌درمانی* بوده است. از زمان دریافت دکترای خود، عملکرد بالینی فعالی را حفظ کرده و برای تأثیر متقابل تحقیق و عمل، ارزشی بسیار قائل است.

**دکتر هنی ای. وسترا**، استاد دانشکده روان‌شناسی و سرپرست کلینیک تحقیقی اضطراب در دانشگاه تورنتو است و قبل از آن، سرپرست بالینی اختلالات اضطراب و عاطفی در مرکز علوم سلامت لندن بوده. وی بیش از سی مقاله و کتاب منتشر کرده و نیز بیش از یکصد سخنرانی و کارگاه آموزشی درباره درمان اضطراب داشته است. برای تحقیق خود درباره مصاحبه انگیزشی و پیش‌بینی‌های تغییر و حضور در درمان، مبالغی را از «مؤسسه ملی سلامت ذهن» و «مؤسسه کانادایی تحقیق درباره سلامت»، دریافت کرده است.

**دکتر ویلیام ار. میلر**، استاد بازنشسته روان‌شناسی و روان‌پزشکی در دانشگاه نیومکزیکو، است. وی با بیش از چهارصد مورد نشر که شامل ۲۸ کتاب است مفهوم مصاحبه انگیزشی را در سال ۱۹۸۳ در مقاله‌ای مطرح کرد. «مؤسسه اطلاعات علمی» از او در مقام یکی از دانشمندان مطرح جهان، نام برده است.

**دکتر استفان رولنیک**، روان‌شناس بالینی و استاد «انجمن مراقبت‌های سلامت در بخش مراقبت‌های اولیه و سلامت عمومی» در دانشگاه کاردیف

شهر ویلز در بریتانیاست. او دربارهٔ مصاحبه انگیزشی و تغییر رفتار سلامت، آثار منتشرشده زیادی داشته و توجهی ویژه به مشاوره‌های چالشی در مراقبت‌های سلامتی و اجتماعی داشته‌است.

### سایر همکاران

- بریال ال. بورکه: عضو گروه روان‌شناسی، کالج فورت لویز، دورانگو، کلرادو؛
- پاتریک دلبیو. کوریگان: عضو مؤسسه روانشناسی ایلی نویز، مؤسسه تکنولوژی، شیکاگو، ایلی نویز؛
- کاترین ام. دیسکین: عضو مرکز اعتیاد مؤسسه پزشکی فوت هیلز، کالگری، آلبرتا، کانادا؛
- دیوید جی. ای. دوزویس: عضو گروه روان‌شناسی، دانشگاه وسترن اونتوریو، لندن، اونتوریو، کانادا؛
- کارل آک فاربرینگ: عضو وزارتخانه ملی زندان و آزادی، استکهلم، سوئد؛
- نانسی کی. گروته: مددکار، مدرسه، دانشگاه واشنگتن، سیاتل، واشنگتن؛
- دیوید هود گینز: عضو گروه روان‌شناسی، دانشگاه نیومکزیکو، آلبوکوئرکو، نیومکزیکو؛
- نیکلاس مالت بی: عضو مرکز اختلالات اضطرابی، مؤسسه زندگی هارت فورد، کان نکتیکوت؛
- استیو مارتینو: عضو گروه روان‌پزشکی، دانشکده پزشکی دانشگاه یاله، نیوهایون، کان نکتیکوت، و واکان نکتیکوت سیستم مراقبت سلامت، وست هاون، کان نکتیکوت؛
- استنلی جی. مک کراکن: عضو دانشکده کل خدمات اجتماعی دانشگاه شیکاگو، شیکاگو ایلی نویز؛
- ترزا بی. مویرس: فعال در مرکز الکلی‌ها، سوءاستفاده از مواد و معتادان، دانشگاه نیومکزیکو، آلبوکوئرکو، نیومکزیکو؛
- رونالد تی مورفی: عضو گروه روان‌شناسی، دانشگاه فرانسیز ماریون، فلورانس، کارولینای جنوبی؛
- الریک شمیدیت: عضو بخش اختلالات خوردن، مؤسسه روان‌پزشکی، لندن، ایالت کیندام؛
- هالی ای. اسوارتز: عضو گروه روان‌پزشکی، مؤسسه و کلینیک روان‌پزشکی وسترن، دانشکده پزشکی دانشگاه پیت اسبورژ، پیت اسبورژ، پنسیلوانیا؛

• دیوید اف. تولین: عضو مرکز اختلالات اضطرابی، مؤسسه زندگی، هارت فورد، کان نکتیکوت و گروه روان پزشکی، دانشکده پزشکی دانشگاه کان نکتیکوت، فارمینگتون، کان نکتیکوت؛

• ژانت تریشور: عضو گروه آکادمی روان پزشکی، کالج کینگ لندن، ایالت کیندام؛

• هری زرلر: عضو مرکز پزشکی هونتردون، فلمینگتون، نیوجرسی؛

• آلان زوکوف: عضو گروه روان پزشکی، کلینیک و مؤسسه روان پزشکی و سترن، دانشکده پزشکی دانشگاه پیت اسبورژ، پیت اسبورژ، پنسیلوانیا.

www.ketab.ir

## کاربرد مصاحبه انگیزشی

ویراستاران این نسخه: استفان رولنیک و ویلیام. آر. میلر  
از زمانی که رولنیک و میلر، مصاحبه انگیزشی کلاسیک را منتشر کرده‌اند،  
این روش، بیشتر با عنوان ابزاری برای تسهیل انواعی گوناگون از تغییر  
مثبت رفتار مشهور شده‌است. سودمندی فراوان این نسخه‌ها ثابت می‌کنند  
که روش‌های مصاحبه انگیزشی، بخشی از متون کاربردی را به خود  
اختصاص داده‌اند و اعتباری بالا در جامعه دارند. هریک از نسخه‌های  
بازنگری‌شده در دسترس، برابری شواهد تجربی ارائه‌شده (مصاحبه  
انگیزشی)، اجرای آسان فنون قابل شرح را همراه با نمونه‌های عینی دربر-  
می‌گیرند.



## فهرست مطالب



### فصل اول

- یادگیری، کاربرد و گسترش مصاحبه انگیزشی..... ۱۱  
نتیجه..... ۴۵

### فصل دوم

- ادغام مصاحبه انگیزشی برای درمان اضطراب..... ۴۷  
نتیجه‌گیری..... ۸۷

### فصل سوم

- ارتقای انگیزه مبارزه طلبی کهنه سربازان برای تغییر اعلام اختلال استرس پس  
ضربه‌ای..... ۸۹  
نتیجه‌گیری‌ها..... ۱۱۸

### فصل چهارم

- انگیزه دادن به بیماران دچار اختلال وسواسی جبری خودداری کننده از درمان  
..... ۱۲۵

### فصل پنجم

- مصاحبه انگیزشی، پیش درآمدی برای روان‌درمانی افسردگی..... ۱۵۷  
تحقیق و نتایج..... ۱۹۴

### فصل ششم

- مصاحبه انگیزشی، چارچوبی مکمل برای درمان افسردگی..... ۱۹۷  
نتیجه‌گیری‌ها..... ۲۳۷

### فصل هفتم

- مصاحبه انگیزشی و خودکشی..... ۲۶۹  
نتیجه‌گیری‌ها..... ۲۶۷

### فصل هشتم

- مصاحبه انگیزشی در درمان اختلالات خوردن..... ۲۶۹  
نتیجه‌گیری..... ۳۱۰

### فصل نهم

- مصاحبه انگیزشی در درمان قمار آسیب‌شناسی و پیچیده..... ۳۱۳  
نتیجه‌گیری..... ۳۴۲

## فصل دهم

مصاحبه انگیزشی برای ترغیب بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی..... ۳۴۵

نتیجه‌گیری..... ۳۸۱

## فصل یازدهم

مصاحبه انگیزشی با بیماران دوگانه شخصیت..... ۳۸۵

نتیجه‌گیری..... ۴۲۳

## فصل دوازدهم

مصاحبه انگیزشی در سیستم‌های تادیبی..... ۴۲۵

نتیجه‌گیری..... ۴۴۹

## فصل سیزدهم

مصاحبه انگیزشی در درمان مشکلات روان‌شناختی..... ۴۵۳

نتیجه‌گیری..... ۴۸۱

www.ketabchi.ir