

# روش شناخت درمانی رفتاری متمرکز بر آسیب و راهنمایی برای رهنمودهایی برای درمانگران

نویسنده: اکلین اس. فیدر و کوین آر. رونان

مجموعه:

سارا اکبر - حامد رشیدی اصل

فرزانه باغجری - خدیجه حیدرنیا



انتشارات کنجه

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | فدر، جکلین اس، ۱۹۵۴ - م.<br>Feather, Jacqueline S                                                                                                                                                                                                                  |
| عنوان و نام پدیدآور | روش شناخت درمانی رفتاری متمرکز بر آسیب و راهنمایی برای رهنمودهایی برای درمانگران/ نویسندگان ژاکلین اس. فیدر، کوین آر. رومان؛ مترجمان سارا اکبری... او دیگران.                                                                                                      |
| مشخصات نشر          | سنندج: کتابچه، ۱۳۹۸.                                                                                                                                                                                                                                               |
| مشخصات ظاهری        | ۱۶۰ ص.                                                                                                                                                                                                                                                             |
| شابک                | ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۳۷-۲۵-۷                                                                                                                                                                                                                                                  |
| وضعیت فهرست نویسی   | فیبا                                                                                                                                                                                                                                                               |
| یادداشت             | عنوان اصلی: Cognitive behavioural therapy for child trauma and abuse : a step-by-step approach, ۲۰۱۰.                                                                                                                                                              |
| یادداشت             | مترجمان سارا اکبری، حامد رشیدی اصل، فرزانه باغجری، خدیجه حیدرنیا.                                                                                                                                                                                                  |
| یادداشت             | کتاب حاضر قبلاً با عنوان "درمان شناختی- رفتاری اختلال استرس پس از سانحه: راهنمای گام به گام درمان رویدادهای آسیبزا و سوءاستفاده در کودکان و نوجوانان" با ترجمه‌ی جعفر حسنی، محمد درهرج، فاطمه ایتمه‌ر توسط انتشارات کتاب ارجمند: ارجمند در سال ۱۳۹۵ منتشر شده است. |
| عنوان دیگر          | درمان شناختی- رفتاری اختلال استرس پس از سانحه: راهنمای گام به گام درمان رویدادهای آسیبزا و سوءاستفاده در کودکان و نوجوانان.                                                                                                                                        |
| موضوع               | شناخت درمانی کودکان                                                                                                                                                                                                                                                |
| موضوع               | Cognitive therapy for children                                                                                                                                                                                                                                     |
| موضوع               | آسیب روانی در کودکان - درمان                                                                                                                                                                                                                                       |
| موضوع               | Psychic trauma in children -- Treatment                                                                                                                                                                                                                            |
| موضوع               | شناخت درمانی - روش‌ها                                                                                                                                                                                                                                              |
| موضوع               | Cognitive therapy--Methods                                                                                                                                                                                                                                         |
| موضوع               | کودک‌آزاری - کودکان                                                                                                                                                                                                                                                |
| موضوع               | Child abuse - Children                                                                                                                                                                                                                                             |
| شناسه افزوده        | رونن، کوین آر، ۱۹۶۰ - م.                                                                                                                                                                                                                                           |
| شناسه افزوده        | Ronan, Kevin R                                                                                                                                                                                                                                                     |
| شناسه افزوده        | فیدر، سارا، ۱۳۲۵ - مترجم                                                                                                                                                                                                                                           |
| رده بندی کنگره      | ۵۰۸                                                                                                                                                                                                                                                                |
| رده بندی دیویی      | ۶۱۸.۹۱۲                                                                                                                                                                                                                                                            |
| شماره کتابشناسی ملی | ۷۱۶۵                                                                                                                                                                                                                                                               |



انتشارات کتابچه

|                                                      |
|------------------------------------------------------|
| روش شناخت درمانی متمرکز                              |
| بر آسیب و راهنمایی برای رهنمودهایی برای درمانگران    |
| نویسندگان: ژاکلین اس. فیدر، کوین آر. رومان           |
| مترجمان: سارا اکبری - حامد رشیدی اصل - فرزانه باغجری |
| خدیجه حیدرنیا                                        |
| ناشر: انتشارات کتابچه                                |
| جلد و صفحه‌آرایی: شاهو احمدیان                       |
| چاپ: اول - ۱۳۹۸                                      |
| شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه                                   |
| قیمت: تومان                                          |

مرکز پخش: سنندج، مجتمع تجاری کردستان، واحد ۲۲۳  
تلفن: ۰۸۷۳۳۳۲۹۶۸

## فهرست

|     |                                                      |
|-----|------------------------------------------------------|
| ۱۳  | .....مقدمه                                           |
| ۱۶  | .....امنیت کودک و درگیری والد /مراقب                 |
| ۱۶  | .....اصول و فلسفه کار                                |
| ۱۸  | .....ملاحظات فرهنگی                                  |
| ۲۰  | .....آسیب و سخنرانی های مرتبط با آزار در کودکان      |
| ۲۲  | .....تمرکز بر مفهوم سازی شناختی رفتاری               |
| ۲۵  | .....بازنگری و بایه                                  |
| ۳۲  | .....تمرکز در رنگ                                    |
| ۳۸  | .....مرحله اول: تقویت روانشناختی                     |
| ۳۸  | .....مرحله اون: آه ساز، والد / مراقب از درمان        |
| ۹۵  | .....سفالگری                                         |
| ۹۶  | .....نقاشی                                           |
| ۹۶  | .....عروسک ها                                        |
| ۹۹  | .....مواجهه تدریجی                                   |
| ۱۰۸ | .....مرحله چهارم :جلسه والدین /مراقبان               |
| ۱۰۹ | .....پرسشها ، نگرانی هاو نکات اضافی والدین / مراقبان |
| ۱۱۳ | .....شرم و گناه                                      |
| ۱۱۵ | .....جدایی، فقدان و داغدیدگی                         |
| ۱۲۱ | .....جشن فعالیت ها                                   |
| ۱۲۶ | .....صفحه مردم                                       |
| ۱۳۱ | .....نمودار احساسات                                  |
| ۱۳۲ | .....دیاگرام بدن                                     |
| ۱۳۴ | .....افکار مردم                                      |
| ۱۳۶ | .....گواهی تکمیل دورم                                |

## مقدمه

کتاب حاضر برنامه درمان شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب را برای کودکان و نوجوانان کم سن و سالی (۹ تا ۱۵ سال) که نشانه های اختلال استرس پس از سانحه را که به دنبال کودک آزاری یا رفتارهای مرتبط با آسیب را تجربه کرده اند، توصیف می کند. روش گام به گام در یک ساختار شانزده جلسه ای جهت منطبق کردن با نیازهای فردی هر کودک در درمان آماده شده است. چهار جلسه برای مراقبان/والدین در نظر گرفته شده (تعبیه شده)، یک جلسه برای آغاز هر مرحله از درمان.

## پژوهش و رشد

الگوی درمان اساساً توسط متخصصان بالینی در دنیای واقعی برای درمان کودکانی که به چند روش مورد آزار و کودک آزاری قرار گرفته بوند طراحی شده بود (فیدر و رونان، ۲۰۰۴). الگوی اولیه بر پایهٔ رور ادبیات پژوهش کودک آزاری و آسیب به کودکان با نگاه خاص به پیشرفت های - رفته ای و نقش روانشناسان در بهتر کردن تاثیر درمان (۲). مفهوم سازی بالینی کودک آزاری و آسیب به کودکان (۳) مروری بر رشته تروما تولوژی روانی و سایر الگوهای نظری مرتبط (۴) مروری بر تجارب مستند الگوهای نتیجه درمانی و پژوهش های تجربی اخیر مرتبط با پیشرفت و اثربخشی الگوی درمان در این حوزه (فیدر، ۲۰۰۸). ضرورتاً درمان شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب بر مبنای تمرین لی (محدود) و دارای حمایت های تجربی برای درمان اضطراب کودکان (کندال و دیگران، ۱۹۹۲؛ کندال، کین، هوارد و سیکولند، ۱۹۸۰) و اختلال استرس پس از سانحه ناشی از آزار جنسی (دبلینگر و هفلین، ۱۹۹۸) می باشد. این نتایج در یک سری درمان های تک آزمودنی و ارزیابی شده که نتایج حاصل امید بخش بوده است (فیدر و رونان، ۲۰۰۹، ۲۰۰۸).

شواهد تجربی برای اثربخشی شناخت درمانی رفتاری در درمان اختلال استرس پس از سانحه و سایر نشانه های مرتبط با اضطراب در کودکان بیش از سایر روش های

رواندرمانی است (کوهن، برلینر و مارچ، ۲۰۰۰؛ کامپتون و دیگران، ۲۰۰۲) و شناخت درمانی متمرکز بر آسیب برای درمان مسائل مربوط به کودک آزاری به صورت ویژه توصیه شده است (ساندرز، برلینر و هانسون، ۲۰۰۱). داده های تجربی از اثربخشی شناخت درمانی رفتاری متمرکز بر آسیب برای طیفی از مسائل آسیب زا حمایت می کنند (کوهن و دیگران، ۲۰۰۴؛ دبلینگر و ستافر و استیر، ۲۰۰۱؛ کینگ و دیگران، ۲۰۰۰، مارچ و دیگران، ۱۹۹۸). این روش درمانی آموزش روانی و آموزش مهارت های مقابله ای را از طریق مداخلات رفتاری از قبیل ابراز هیجانات و آرامسازی و مداخلات شناختی مانند خودگویی مقابله ای حل مسئله با هم یکپارچه و ترکیب می کند. فرآیند مواجهه تدریجی برای فرایند آسیب سودمند هستند. مداخله به شکل ابتدایی با توان درمان فردی آزاد می شود و با جلسات والدین/مراقب برای آموزش روانی و حمایتی فرایند شناختن به انتقال آنچه در جلسه درمان آموخته شده به محیط زندگی کودک همراه می شود.

ساختار گام بام ۱۶ جلسه ای از ۱۶ - سه مداخلات شناختی رفتاری دستنامه ای برای درمان اختلالات اضطرابی کودکان ۶ تا ۱۲ ساله الهام گرفته که نویسنده دوم کتاب جزو تیم درمان بوده است (کندال و دین، ۱۹۹۲، کندال و دیگران، ۱۹۸۹؛ رونان و دین، ۱۹۹۸). این الگوی مداخله ای بر اکتساب و توان مهارت های مقابله ای برای کمک به کودک جهت مدیریت نشانه های اضطرابی در مرکز می کند. یک ملاحظه ویژه در انطباق روش مبتنی بر اضطراب برای درمان نشانه های اختلال استرس پس از سانحه مربوط به عوامل تهدید کننده کنونی و آینده اختلال استرس پس از سانحه است در حالی که اختلالات اضطرابی بیشتر با وقایع گذشته مرتبط هستند. کودکی که نشانه های اختلال اضطراب پس از سانحه را دارد در فرایند آسیب شدن هستند یا به شیوه ای به پریشانی های کنونی فرد مربوط می شوند (اهلرز و کلارک، ۲۰۰۰). بنابراین در تطابق عناصر از برنامه مدیریت اضطراب اصلی هدف

هدف شناخت درمانی متمرکز بر آسیب شامل تعدادی از اجزای اضافه شده برای درمان آسیب کنونی و آزار مرتبط متعاقب برای کمک به کودکان جهت رشد مهارت هایی جهت مدیریت نشانه ها و طی مراحل آسیب زای تجارب مربوط به اتفاقات گذشته که می تواند به روشی اثربخش توسط والدین/مراقبان مدیریت شود. ملاحظه مهم دیگر در توسعه این برنامه درمانی بافت روانشناختی کودکان آسیب دیده است. تجربیات آسیب اغلب بر روابط کودکان با والدینشان، اعضای خانواده همسالان، دیگران تاثیر می گذارد به این ممکن است شامل سایر بزرگسالان درگیر در زندگی، از قبیل پلیس، فعالان اجتماعی، و سایر حرفه های کمک رسان باشد. در مورد کودکان آزار می ممکن است کودکان برای اطمینان از امنیتشان تحت مراقبت موقت یا دائم قرار بگیرند. جدا شدن از والدین نه تنها منجر به آسیب دیگری برای این کودکان می شود، بلکه مستلزم شکل دادن روابط جدید با مراقبان است. بخش اولیه درمان به تقویت بافت روانشناختی کودک به عنوان پایه ای برای مداخلات بعدی درمان اختصاص داده می شود.

قطعا تجارب دل بستگی کودک می تواند بر رشد رابطه با درمانگر تاثیر بگذارد و زمان سپری شده به وسیله درمانگر منجر به کاهش و تقویت بافت روانشناختی کودک می شود و می تواند فرصت های فراوانی را برای شکل دهی رابطه درمانی ایجاد کند. برنامه حاضر صرفا برای ملاحظات مربوط به دل بستگی تهیه شده، بلکه پیش بینی می کند که تسهیل رابطه درمانی مثبت برای کودکان مفید خواهد بود. بعضی از آنها ممکن است تجارب کمی از روابط دل بستگی ایمن داشته باشند همچنین تعدادی از عوامل بافتی وجود دارند که می بایست که در جایگاهی قرار داده شوند که بهترین نتیجه ممکن را در درمان شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب برای کودک و خانواده فراهم کند. این عوامل شامل امنیت کودک، درگیری والد/مراقب در

درمان، ملاحظات فرهنگی و درمان مناسب بر مبنای تجارب فردی کودک و پاسخ به آسیب می باشند.

### امنیت کودک و درگیری والد / مراقب

برای این که هر درمان مربوط به کودک اثربخش باشد ضروری است که کودک در محیط خانه امن قرار گرفته باشد و پشتیبانی برای فرایند درمان در خارج از اتاق وجود داشته باشد.

جلسات والد / مراقب یک یا چند والد / مراقب ایمن را در برنامه درمان مشخص می کند. این جلسات برای دادن اطلاعات تازه درباره عناصر درمان و پیشرفت کودک به بزرگسال (ان) طراحی شده و به بزرگسالان فرصتی برای پرسیدن سوالات و دریافت پاسخورندها است. این جلسات شامل آموزش روانی درباره تاثیر تجربیات آسیب بر کودک، مهارت های مقابله، تشویق به کمک رساندن به کودکان برای به کار بردن و تمرین این مهارت ها در خانه و یاری رساندن و پشتیبانی از کودکان در طول هر مرحله درمان می شود. به علاوه درمانگر باید با مدرسه کودک و هر ارگان مرتبط با کودک به عنوان یک ضرورت و دای پشتیبانی از نتایج درمانی موفق، ارتباط برقرار کند.

توجه داشته باشید با وجود آن که برنامه درمانی حاضر (این) مراقبان را درگیر می سازد، اما در اصل به عنوان مداخله بزرگسالان طراحی نشده است. انتظار می رود که مداخلات اضافی دیگر در مورد کودکانی که والدین متخلف یا غیر متخلف دارند در کنار این برنامه درمانی با خدمات مناسب فراهم گردد.

### اصول و فلسفه کار

از آنجایی که کودک نمی تواند بدون ارجاع از محیطش ادراک و فهمیده شود برای بالینگران مجری این درمان مهم است که درباره بستر و بافتی که درمان در آن

رشد کرده و اصولی که روش را رهنم می شود آگاه باشند. برنامه گام به گام درمان شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب در اساس وسیله ای برای سرگرمی و بسته ای برای تغییر استراتژی های مولد تغییر می باشد. الگوی شناختی درمانی نه تنها تکنیک، بلکه اجزای ضروری تغییر را نیز فراهم می آورد. در این میان کلید اصلی همانگونه که ذکر شد رابطه درمانی است. نفس (طبیعت) ارتباط می تواند تاثیر قوی بر پیشرفت درمان و نتایج داشته باشد این برنامه شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب بر دیدگاه و باورهای از اجزای لخواهی از آن ارتباط بنا شده است. در یک بافت ویژه آوترو/زلان نو که دارای مدارک اساسی از معاهده ویتانگی است- ضرورتا یک توافق برای شرکت در مواروی بومی و کارکنان اروپایی شاغل در سال ۱۸۴۰ با روسای مواروی و ج.یت، انگلیسی است. معاهده به عنوان سند زنده ای که رهنمودهایی برای ملیت دوفراهم می آورد.

روح اصول شرکت، شراکت و مراقب فعال در پیمان ویتنگی به شدت بر سیاست و تسلیم تاثیر گذاشته است (کمیته مشاور ملی سلامت و بیماری، ۲۰۰۲) و در این درمان گنجانیده شده است.

جهت شفاف سازی، شراکت کار کردن باهم را در روح همکاری تشویق می کند، شرکت درگیری فعال کودک، خانواده و مراقبان را بهبود می بخشد و محافظت فعال شامل نظارت کامل برای اطمینان از بهبود است. این اصول به شرح مشابه (قابل قیاس) با عناصر ضروری شناخت درمانی رفتاری هستند که در پایین توضیح داده می شوند.

ضرورتا برنامه درمانی شناختی رفتاری متمرکز بر آسیب یک الگو و میانگینی برای شراکت بین درمانگر و کودک، خانواده و سایر بستگان مهمش برای پذیرش و تغییر فراهم می کند.