

بنام خداوند جان و خرد



فرمول بندی مراحل درمان هیجان مدار

مؤلفان

روانداکله من

انلی کریمرک

مترجمان

فاطمه فاضلی ثانی

دانشجوی دکتری روانشناسی

دکتر حواد خلعتبری

فهرست نویسی فیبا

سرشناسه	گلدن، روندا، ۱۹۶۵ - م. Goldman, Rhonda N
عنوان و نام پدیدآور	فرمول‌بندی مراجع در درمان هیجان‌مدار / مولف رواندا گلدن، لزل گرینبرگ؛ مترجمان فاطمه فاضلی‌ثانی، جواد خلعتبری.
مشخصات نشر	تهران، رشد فرهنگ، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۲۵۶ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۲۰۵-۱۴۵-۷
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: [2015]. Case formulation in emotion-focused therapy : co-creating clinical maps for change.
موضوع	درمان متمرکز بر عواطف Emotion-focused therapy
موضوع	درمان متمرکز بر عواطف — نمونه‌پژوهی Emotion-focused therapy — Case studies
شناسه افزوده	گرینبرگ، لسل، اس، ۱۹۴۵ - م. Greenberg, Leslie S., 1945
شناسه افزوده	فاضلی‌ثانی، فاطمه، ۱۳۶۱ - مترجم. Fazeli Sani, Fatemeh
شناسه افزوده	خلعتبری، جواد، ۱۳۳۹ - مترجم.
رده‌بندی کنگ	RC۲۸۹
رده‌بندی دربی	۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتابشناسی ملی	۵۸۹۰۳۸
نام کتاب: فرمول‌بندی مراجع در درمان هیجان‌مدار	
مؤلفان: رواندا گلدن؛ لزل گرینبرگ	
مترجمان: فاطمه فاضلی‌ثانی، جواد خلعتبری	
ویراستار ادبی: گلایول پوررض	
ناشر: رشد فرهنگ	
طراح جلد: ریحانه رحیمی	
صفحه‌آرایی: انتشارات رشد فرهنگ	
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: واصف	
نویت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۸	
تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه	
قیمت: ۵۸۰۰۰ تومان	



انتشارات رشد فرهنگ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۰۵-۱۴۵-۷

ISBN: 978-622-205-145-7

کلیه حقوق این اثر برای مؤلف محفوظ است

آدرس: تهران، خیابان مرتضوی، بعد از تقاطع جیحون، پلاک ۷۰۶

تلفن: ۰۲۱-۶۶۳۷۷۵۷۰

Email: roshtdefarhang@yahoo.com

گاهی گذرا به تاریخ عمر انسان نشان می‌دهد که هیجان همواره نقش مهمی در شناسایی، تصمیم‌گیری و سازگاری بشر با محیط پیرامونش ایفا کرده است. هیجان، دارایی مهم و غیرقابل چشم‌پوشی است که رویکردهای روان‌درمانی گوناگون برای دستیابی به موفقیت راه‌گیزی از آن ندارند.

صورت‌بندی موردی، نقشه و یا طرح کلی‌ای است که درمانگران در طی فرایند خلاقانه‌ی درمان می‌توانند از آن استفاده کنند.

صورت‌بندی موردی، به توضیح مشکلات مراجع، چگونگی شکل‌گیری آنها و دلیل باقی‌ماندن‌شان می‌پردازد. صورت‌بندی موردی طرحی را به تصویر کشیده و به روایت داستان زندگی شخصی خاص می‌پردازد. صورت‌بندی موردی به درمانگران در سازماندهی افکارشان درخصوص مسائل، درمان‌جو و تعیین چگونگی عملکرد از طریق فرایند روان‌درمانی به‌طور مفید و مؤثر کمک می‌کند.

صورت‌بندی موردی می‌تواند برای درمانگران مفید باشد. زیرا آنها سعی می‌کنند تکالیف بسیاری را در یک جلسه یا یک لحظه‌ی خاص انجام دهند و استفاده از صورت‌بندی موردی بهترین راه برای مواجهه با آن‌ها است.

در طول فرایند درحال‌تکامل درمان، درمانگران باید به‌طور مداوم تصمیمات پیچیده‌ای را برای رفع نیازهای درمان‌جو و کسب نتایج مطلوب اتخاذ نمایند. صورت‌بندی موردی، نقشه و یا طرح کلی‌ای است که درمانگران در طی فرایند خلاقانه‌ی درمان می‌توانند از آن استفاده کنند.

صورت‌بندی موردی، به توضیح مشکلات مراجع، چگونگی شکل‌گیری آنها و دلیل باقی‌ماندن‌شان می‌پردازد. صورت‌بندی موردی طرحی را به تصویر کشیده و به روایت داستان زندگی شخصی خاص می‌پردازد.

با امید به اینکه کتاب حاضر راهنمای مناسب و مفیدی برای درمانگران هیجان‌مدار باشد، از همکاران و دوستان بزرگوaram می‌خواهم تا پیشنهادات و انتقادهای خود را در آدرس ایمیل زیر بفرستید تا برای رفع آنها در چاپ‌های بعدی کتاب اقدام نمایم.

فاطمه فاضلی ثانی (دکتری سلامت)

arezoufazelisani@gmail.com

دکتر جواد خلعتبری (دانشیار دانشگاه آزاد)

فهرست مطالب

۱۳	مقدمه
۱۵	فصل یکم: مقدمه‌ای بر صورت‌بندی موردی در درمان هیجان‌مدار
۱۷	درمان هیجان‌مدار
۱۸	صورت‌بندی موردی در روان‌درمانی
۱۹	اصول راهنمای صورت‌بندی موردی هیجان‌مدار
۲۰	فرایند ساختاری / فرایند تشخیصی
۲۱	درد هیجانی درمان‌جو به عنوان راهنما
۲۲	ابطالی درمانی هیجان‌مدار
۲۳	هیجان و روایت: دو مسیر تعاملی
۲۳	فایده و پردازش صورت‌بندی موردی
۲۵	مراحل و گام‌های صورت‌بندی موردی
۲۸	نمونه‌ای از صورت‌بندی موردی
۳۰	در این کتاب
۳۳	فصل دوم: بازنگری و دسته‌بندی درمان هیجان‌مدار
۳۳	اصول درمان هیجان‌مدار
۳۳	نقص عملکرد از دیدگاه EFT
۳۴	فقدان آگاهی
۳۵	طرح‌های هیجانی ناسازگار
۳۷	نارسایی هیجانی
۳۷	مشکلات مربوط به ساختار روایی و ایجاد معنای وجودی
۳۸	انواع هیجان
۴۰	توالی هیجان و روایت
۴۲	کشف همدلانه
۴۵	تکالیف درمانی هیجان‌مدار
۴۵	تکالیف ارتباط‌مدار و مبتنی بر همدلی
۴۷	تکالیف تجربی
۴۸	تکالیف باز پردازشی
۴۹	تکالیف بیان فعال
۵۳	مباحث فرهنگی در درمان هیجان‌محور
۵۴	حمایت تجربی از درمان هیجان‌مدار
۵۹	فصل سوم: شالوده‌ی تاریخی، معرفت‌شناختی و فلسفی صورت‌بندی موردی در درمان هیجان‌مدار
۶۰	تاریخچه‌ی صورت‌بندی موردی در درمان هیجان‌مدار
۶۲	در باب تشخیص
۶۳	رویکردهای دیگر نسبت به صورت‌بندی موردی

- ۶۵ رویکرد کیفی - تفسیری برای صورت‌بندی موردی
- ۶۶ حالت‌های منطقی در مفهوم‌سازی موردی و علم
- ۷۱ استدلال معکوس، صورت‌بندی موردی و آنالیز تکالیف
- ۷۳ انتخاب علل
- ۷۴ نتیجه‌گیری
- ۷۵ فصل چهارم: گام سوم از صورت‌بندی مورد در درمان هیجان‌مدار
- ۷۵ مرحله‌ی ۱: تاگشایی روایت و مشاهده سبک پردازش هیجانی درمانجو
- ۷۶ گام ۱: گوش‌دادن به مشکلات فعلی (مشکلات ارتباطی و رفتاری)
- ۷۷ تشکیل رابطه‌ی درمانی و ایجاد اتحاد
- ۸۰ سسه‌ی اول
- ۸۰ تابلو روان‌درمانی
- ۸۱ عوامل بازدارنده و تسریع‌کننده
- ۸۱ تاریخچه‌ی دلبستگی و هویت
- ۸۲ منابع درمان هیجان‌مدار
- ۸۲ تجربیات گروه درمانی، هم‌الان مدرسه یا محیطی
- ۸۳ درمان قبلی
- ۸۳ مرحله ۲: گوش‌دادن و تشخیص تجربیات هیجانی دردناک و غم‌انگیز
- ۸۴ تلخ‌زبانی
- ۸۵ قطب درد
- ۸۶ مرحله‌ی ۳: توجه و مشاهده سبک پردازش هیجانی درمانجو
- ۸۶ حالات تولید معنای مؤثر
- ۸۹ کیفیت آوایی درمانجو
- ۹۰ برانگیختگی هیجانی
- ۹۱ تجربه‌ی درمانجو
- ۹۲ بهره‌وری هیجانی
- ۹۳ توجه
- ۹۳ نمادسازی کردن
- ۹۴ تناسب
- ۹۴ پذیرش
- ۹۴ تنظیم
- ۹۵ عاملیت
- ۹۶ تمایز
- ۹۶ مرحله ۴: تاگشایی داستان یا روایت زندگی بر مبنای هیجان (در رابطه با دلبستگی و هویت)
- ۱۰۱ نتیجه‌گیری
- ۱۰۳ فصل پنجم: مرحله‌ی ۲: تمرکز مشارکتی و شناسایی هیجان اصلی
- ۱۰۵ شناسایی نشانه‌ها برای انجام تکالیف
- ۱۰۸ شناسایی طرح‌های هیجانی اصلی و پنهان، سازگار یا ناسازگار

۱۱۲	شناسایی نیازها
۱۱۲	شناسایی هیجانات ثانویه
۱۱۴	شناسایی وقعه‌ها و یا موانع در دسترسی به طرح‌های هیجانی اصلی
۱۱۴	شناسایی تم‌ها: روابط خود-خود، روابط خود-دیگران، مسائل وجودی
۱۲۱	نتیجه‌گیری
۱۲۳	فصل ششم: مرحله‌ی ۳: توجه به نشانه‌گرهای فرایند و معانی جدید
۱۲۵	مرحله ۱۲: شناسایی نشانه‌گرهای درحال ظهور تکالیف
۱۲۵	نشانه‌گرهای تعارض‌های درون فردی
۱۲۵	نشانه‌گرهای شرم
۱۲۸	نشانه‌گرهای ناتوانی در دسترسی به هیجانات
۱۳۱	نشانه‌گرهای هیجان غرق شده
۱۳۲	نشانه‌گرهای تجارب آسیب‌زا
۱۳۳	نشانه‌گرهای بحران معنا
۱۳۵	نشانه‌گرهای نشانه‌گرها: تکلیف نوظهور در لابلای تکالیف دیگر
۱۳۵	صورت‌بندی خرد و وقفه: حین انجام تکلیف صندلی خالی برای کار ناتمام
۱۳۶	صورت‌بندی نشانه‌گرها در تکلیف دو صندلی برای خود-انتقادی
۱۳۶	منتقد سرسخت
۱۳۹	منتقد ترسیده
۱۴۱	مرحله ۱۳: شناسایی نشانه‌گرهای خرد
۱۴۴	حالت ارتباطی یا تکلیفی؟
۱۴۵	کشف هیجانات اصلی و تشویق به تجربه هیجان بیان شده
۱۴۷	تمرکز بر معنا یا تمرکز بر هیجان؟
۱۴۸	نشانه‌گرهای خرد، بین تکالیف
۱۴۸	صورت‌بندی بیان نیاز
۱۴۹	صورت‌بندی ناامیدی و یاس
۱۴۹	نشانه‌گرهای خرد بخصوصی که در تکلیف دو صندلی برای خود انتقاد، خرد می‌شوند
۱۴۹	صورت‌بندی نوپارگی اضطراب در برابر افسردگی
۱۵۰	صورت‌بندی بیان نگرش نسبت به "خود"
۱۵۱	صورت‌بندی هنگام تشویق منتقد به بیان احساسات اصلی
۱۵۲	نشانه‌گرهای خرد که بطور خاص در تکلیف صندلی خالی برای کار ناتمام ظاهر می‌شوند
۱۵۲	صورت‌بندی برای تشویق به ظهور خود منفی دیگران
۱۵۲	صورت‌بندی برای تشویق به شرح تفصیلی یک خاطره‌ی رویدادی در برابر بیان هیجان
۱۵۳	صورت‌بندی هنگام ابراز غم یا خشم نسبت به فرد مهم دیگر
۱۵۴	صورت‌بندی هنگام تشریح دیدگاه دیگری
۱۵۴	صورت‌بندی برای کمک به درمانجو جهت رهایی از نیازهای برآورده نشده
۱۵۶	مرحله ۱۴: ارزیابی تأثیر معانی جدید بر بازسازی روایت‌های جدید و ارتباط دادن آنها به مشکلات مطرح شده
۱۵۸	نتیجه‌گیری

فصل هفتم: سوفی

- ۱۵۹ مرحله ۱: تاگشایی روایت درمانجو و بررسی سبک پردازش هیجانی وی
- ۱۵۹ گام اول: گوش فرادادن به مشکلات فعلی (مشکلات ارتباطی و رفتاری)
- ۱۶۳ گام دوم: گوش دادن و شناسایی تلخ‌زبانی و تجارب هیجانی دردناک
- ۱۶۴ گام سوم: توجه و مشاهده‌ی سبک پردازش هیجانی درمانجو
- ۱۶۸ کیفیت صدای درمانجو
- ۱۶۹ برانگیختگی هیجانی
- ۱۶۹ تجربه‌ی درمانجو
- ۱۷۰ بهره‌وری هیجانی
- ۱۷۰ رجه کردن
- ۱۷۱ ناسازی
- ۱۷۱ همبستگی
- ۱۷۲ پذیرش
- ۱۷۲ تنظیم
- ۱۷۳ عاملیت
- ۱۷۴ تمایز
- ۱۷۴ گام چهارم: تاگشایی داستان زندگی / روایت هیجان‌مدار (مرتبط با دلبستگی و هویت)
- ۱۸۳ مرحله ۲: تمرکز مشارکتی و ناسازی هیجان اصلی
- ۱۸۳ مرحله ۳: توجه به نشانگرهای فرایند هیجان
- ۱۸۵ نتیجه‌گیری

فصل هشتم: جینا

- ۱۸۸ مرحله ۱: تاگشایی روایت و مشاهده‌ی سبک پردازش هیجانی درمانجو
- ۱۸۸ گام ۱: گوش دادن به مشکلات فعلی (مشکلات رفتاری و ارتباطی)
- ۱۸۹ گام ۲: گوش دادن و شناسایی تجارب هیجانی دردناک و تلخ‌زبانی
- ۱۹۱ گام ۳: حضور و مشاهده‌ی سبک پردازشی هیجانی درمانجو
- ۱۹۲ گام ۴: تاگشایی داستان زندگی / روایت هیجان‌مدار (مرتبط با دلبستگی و هویت)
- ۱۹۷ مرحله ۲: ایجاد تمرکز مشارکتی و شناسایی هیجان اصلی
- ۲۰۵ گام ۵: شناسایی نشانگرها برای انجام تکالیف
- ۲۰۸ گامهای ۸-۶: شناسایی طرح‌های هیجان اصلی، سازگار و یا ناسازگار، نیازها، و هیجانات ثانویه
- ۲۰۹ گام ۹: شناسایی عوامل متوقف‌کننده و موانع در دسترسی به طرح‌های هیجان اصلی
- ۲۱۰ گام ۱۰: شناسایی موضوعات و تمها: روابط خود-خود، روابط خود-دیگری، مسائل وجودی
- ۲۱۰ گام ۱۱: ساخت- مشارکتی روایت صورت‌بندی‌موردی، ارتباط دادن مشکلات رفتاری و ارتباطی با رویدادهای
- ۲۱۰ چکان و طرح‌های هیجان اصلی
- ۲۱۱ مرحله ۳: توجه به معانی جدید و نشانگرهای فرایند
- ۲۱۱ گام ۱۲: شناسایی نشانگرهای تکالیف در حال ظهور
- ۲۱۲ گام ۱۳: شناسایی نشانگرهای خرد
- ۲۱۳ گام ۱۴: ارزیابی چگونگی تاثیر معانی جدید بر بازسازی روایات جدید و ارتباط دادن آنها به مشکلات حال حاضر

۲۱۵	نتیجه‌گیری
۲۱۷	فصل نهم: نمودار کاربردی صورتبندی موردی
۲۱۷	نمونه‌ی نمودار صورتبندی موردی
۲۱۹	نمودار صورتبندی موردی: افسردگی
۲۲۲	نمودار صورتبندی موردی: اختلال اضطراب فراگیر
۲۲۶	نمودار صورتبندی موردی: اضطراب اجتماعی
۲۳۱	نمودار صورتبندی موردی: ترومای پیچیده
۲۳۵	نمودار صورتبندی موردی: اختلال خوردن
۲۴۰	نتیجه‌گیری
۲۴۵	فهرست منابع