

شاید نیاز داری با یک نفر حرف بزنی

یک درمانگر، درمانگر او، و
زندگی های مادر فرآیند کشف

لوری گاتلیب

مترجم: بهار پرومند



گاتلیب، لوری Gottlieb, Lori	سیناسه
شاید نیاز داری با یک نفر حرف بزنی؛ یک درمانگر، درمانگر او و زندگی‌های ما در فرایند کشف/ لوری گاتلیب؛ برگردان بهاره پژومند؛ ویراستار افسانه رشیدیان.	عنوان و نام بدیدآور
مشهد: نشر شمشاد، ۱۳۹۹.	مشخصات سر
۴۵۳ ص: ۵/۲۱×۵/۱۴؛ س.م.	مشخصات ظاهری
۹۷۸-۶۰۰-۹۴۹۳۹	شابک
نیپا	وضعیت فهرست نویسی
Maybe you should talk to someone : a therapist. : نور اصانی HER therapist, and our lives revealed, 201	یادداشت
وگتسه حرف زد!	عنوان دیگر
گاتلیب، لوری - سلامتی	موضوع
Gottlieb, Lori -- Health	موضوع
روان درمانگران -- سرگذشتنامه	موضوع
Psychiatrists -- Biography	موضوع
درمانگر و بیمار	موضوع
Therapist and patient	موضوع
پژومند، بهاره، ۱۳۵۹. مترجم	شناسه افزوده
۸/RC۴۸۰	رده بندی کنگره
۶۱۶/۸۹۱۴۰۹۲۶	رده بندی دیویی
۶۱۱۰۱۵۰	شماره کتابشناسی ملی



شاید نیاز داری با یک نفر حرف بزنی

لوری گاتلیب

مترجم: بهاره پژومند

ویراستار: افسانه رشیدیان

نمونه خوان: مهدی نعیم آبادی

طراح جلد: عباس پرچمی

فحه آرا: حجت پرچمی

چاپ اول، ۱۳۹۹

چاپخانه: آسمان

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۰۰۹-۰۰۰-۰۰۰

حق هرگونه چاپ و انتشار محفوظ است

۷۹۰۰۰: مان

نشرشهاد مشهد، میدان تقی آباد، ابتدای خیابان دانشگاه کبک آبان،

۰۵۱-۳۸۴۳۳۱۵۷

تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، کوی فاتحی راد، پردیس

واحد ۱۰، انتشارات آبان ۰۲۱-۶۶۴۰۱۶۴۳

خرید اینترنتی: www.shemshadpub.ir



*** فهرست ***

۳۳ / ۳۰ / روی ساعت

بخش سوم

- ۴۲ / ۳۱ / رحم سرگردان من
- ۵۰ / ۳۲ / جلسه‌ی اضطراری
- ۵۸ / ۳۳ / کارما
- ۶۶ / ۳۴ / فقط در لحظه باش
- ۶۹ / ۳۵ / ترجیح می‌دهی؟
- ۸۴ / ۳۶ / سرعت خواستن
- ۹۱ / ۳۷ / نگرانی‌های غایبی
- ۹۸ / ۳۸ / لگولند
- ۱۱۰ / ۳۹ / انسان‌ها چگونه تغییر می‌کنند
- ۱۱۸ / ۴۰ / پدرها
- ۱۲۶ / ۴۱ / تمامیت در برابر ناامیدی
- ۱۳۷ / ۴۲ / نشامای من
- ۱۴۱ / ۴۲ / به فردی روبه مرگ چه چیزی را نگوییم
- ۱۴۶ / ۴۴ / ایمیل نامزد
- ۱۵۰ / ۴۵ / ریش وندل

بخش چهارم

- ۱۶۰ / ۴۶ / رنبورها
- ۱۶۹ / ۴۷ / کنیا
- ۱۷۱ / ۴۸ / سیستم‌های روان‌شناختی
- ۱۸۱ / ۴۹ / مشاوره در برابر درمان
- ۱۸۷ / ۵۰ / دسزیلا
- ۱۹۳ / ۵۱ / مایرون عزیز
- ۱۹۲ / ۵۲ / مادرها
- ۱۹۸ / ۵۳ / آغوش
- ۲۰۵ / ۵۴ / خرابش نکن
- ۲۰۶ / ۵۵ / این مهمانی من است و اگر بخواهی می‌توانی گریه کنی
- ۲۰۳ / ۵۶ / خوشبختی گاه گاه است
- ۲۰۲ / ۵۷ / وندل
- ۲۰۷ / ۵۸ / وقفه‌ای در مکالمه
- ۲۰۲ / سیاست‌گذاری

۷ / یادداشت نویسنده

بخش اول

- ۱۰ / ۱ / ابله‌ها
- ۱۹ / ۲ / اگر ملکه بیضه داشت
- ۲۶ / ۳ / فاصله‌ی یک قدم
- ۳۲ / ۴ / باهوشه، ندایه
- ۳۷ / ۵ / نامه درخت
- ۴۴ / ۶ / یافتن ریل
- ۵۲ / ۷ / شروع آشنایی
- ۶۱ / ۸ / رُزی
- ۶۹ / ۹ / عکس‌های فوری از خنجر
- ۷۱ / ۱۰ / آینده، اکنون هم هست
- ۸۱ / ۱۱ / خداحافظ هالیوود
- ۸۷ / ۱۲ / به هلند خوش آمدید
- ۹۵ / ۱۳ / بچه‌ها حطور با غصه کنار می‌آیند
- ۹۹ / ۱۴ / هارولد و مود
- ۱۰۵ / ۱۵ / مایونز اضافه نکن
- ۱۱۶ / ۱۶ / همه چیز تمام
- ۱۲۷ / ۱۷ / بدون خاطره یا علاقه‌ای

بخش دوم

- ۱۳۸ / ۱۸ / جمعه‌ها ساعت چهار
- ۱۴۶ / ۱۹ / رویاهای ما
- ۱۵۰ / ۲۰ / اولین اعتراف
- ۱۵۶ / ۲۱ / روان‌درمانی با پوشش
- ۱۶۹ / ۲۲ / زندان
- ۱۷۷ / ۲۳ / تریدر جو
- ۱۸۲ / ۲۴ / سلام، خانواده
- ۱۹۵ / ۲۵ / مرد نامه‌رسان
- ۱۹۹ / ۲۶ / مواجهات عمومی خجالت‌آور
- ۲۰۶ / ۲۷ / مادر وندل
- ۲۱۴ / ۲۸ / معتاد
- ۲۲۲ / ۲۹ / متجاوز

یادداشت نویسنده

این کتاب می پرسد: «چطور می توانیم تغییر کنیم؟» و پاسخ می دهد: «در رابطه داشتن با دیگران». رابطه ای که اینجا از آن می نویسم، رابطه ای میان درمان گرها و بیماران، نه انمن. اعتقادی مقدس است تا هرگونه تغییری بتواند صورت بگیرد. علاوه بر دریافت ابزارها و تکنیک های، تلاشی فراوان کرده ام تا هرگونه جزئیات قابل تشخیص در هویت افراد را تبیین دهم و در برخی موارد، موضوعات و داستان های چند بیمار را به یک نفر نسبت داده ام. تمامی تغییرات با دقت در نظر گرفته شده اند و با زحمات زیاد انتخاب شده اند. با روح هر داستان همسو باشند و در عین حال در خدمت هدف بزرگ تر هم باشند: انسانیت مشترکمان را مکشوف سازند تا بتوانیم خود را واضح تر ببینیم. به عبارت دیگر اگر خود را در صفحات این کتاب دیدید، هم عامدانه و هم تصادفی است.

یک نکته درباره ی انتخاب واژگان: کسانی که برای درمان مراجعه می کنند، به شیوه های گوناگونی نامیده می شوند، اغلب، آنها را با مراجع می نامند. به باور من هیچ کدام از این دو کلمه رابطه ام را با افرادی که با آنها کار می کنم، منتقل نمی کنند. اما عبارت «افرادی که با آنها کار می کنم»، نام مناسب است و کلمه ی «مراجع» هم، با توجه به معانی ضمنی فراوانش، می تواند گیج کننده باشد، بنابراین به خاطر سادگی و سراسر بودن، در این کتاب از کلمه ی بیماران استفاده می کنم.