

کتاب جامع

طرح واره درمانی

میشل ون وریسوجیک

حنی برویرسن

مارگرن نادورت

بانتا ورن

جفری یانگ

ترجمه:

علیرضا کاربخش



مؤسسه خدمات فرهنگی رسا

سرشناسه	وریسویک، میخیل وان	Vreeswijk, Michiel van
عنوان و نام پدیدآور	طرح‌واره درمانی / میشل ون وریسویک، جنی برورسن، مارجون نادورت؛ با مقدمه‌ای از جفری یانگ؛ ترجمه علیرضا کاربخش.	
مشخصات نشر	تهران: رسا، ۱۳۹۶.	
شابک	ISBN 978-964-317-948-9	
یادداشت	عنوان اصلی:	The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy: Theory, Research and Practice, 2012.
موضوع	شناخت درمانی -- روش‌ها	Cognitive Therapy -- Methods
موضوع	شناخت درمانی طرح‌واره	Schema-Focused Cognitive Therapy
موضوع	بیماری‌های روانی -- درمان	Mental Illness Treatment
موضوع	اختلالات شخصیتی -- بیماران -- درمان	Personality Disorders--Patients--Treatment
موضوع	طرح‌واره (روان‌شناسی)	Schemas (Psychology)
شناسه افزوده	برورسن، جینی	Broersen, Jenny
شناسه افزوده	نادورت، مارجون	Nadort, Marjon
شناسه افزوده	یانگ، جفری ای.، ۱۹۵۰ -	Young, Jeffrey E. ۱۹۵۰ -
شناسه افزوده	کاربخش، علیرضا، ۱۳۴۱ -	
رده‌بندی کنگره	۱۳۹۶ و ۹۷	RC ۴۸۹
رده‌بندی دیویی	۱۶۸۹۱	
	شماره کتابشناسی ملی:	۴۹۳۱۴۹۳

بیا بیا به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دست‌نخست چندین ساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده کاری غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی و کسب درآمد از دسترنج دیگران است، نتیجه این عمل نادرست، موجب رواج بی‌اعتمادی در جامعه و بروز پی‌آمدهای ناگوار در زندگی و محیطی سالم برای خود و فرزندان مان می‌گردد.



مؤسسه خدمات فرهنگی رسا

تلفن: ۴۵-۸۸۸۳۴۸۴۴ فاکس: ۸۸۸۳۸۱۲۵ WWW.RASABOOKS.IR

عنوان: طرح‌واره درمانی

نویسندگان: میشل ون وریسویک، جنی برورسن، مارجون نادورت — مترجم: علیرضا کاربخش

چاپ اول: ۱۳۹۷ — تیراژ: ۵۰۰ نسخه

مرکز توزیع: پخش رسا — تلفن: ۶۶۹۰۷۷۱۰ و ۶۶۹۰۷۷۱۲

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
---	----------

بخش ۱ درمانی بر طرح‌واره درمانی

۱۵	۱ تاریخچه
	دیوید ادواردز و آرنود آرتز
۴۸	۲ مدل تنوریک طرح‌واره‌ها، شیوه‌های مقابله‌ای و ذرات‌های طرح‌واره
	هانی ون‌گندرن، مارلین ریچ‌کپور و آرنود آرتز
۶۷	۳ نگاهی تازه به نیازهای هیجانی مرکزی
	جورج لاک‌وود و پل پریش

بخش ۲ ارزیابی، تشخیص و مفهوم‌سازی

۸۹	۴ فرایند فرمول‌بندی مشکلات بیمار اختلالات مزمن محور I (اختلال خلقی / اضطرابی)
	اسل هوفارت
۱۰۶	۵ ارزیابی برای درمان
	انوبک ویرتمن و هیلد دی سیجر

- ۱۱۸ ۶ کاربرد تکنیک‌های تجربی برای تشخیص
آنوک ویرتمن
- ۱۳۰ ۷ استفاده‌ی بالینی از پرسشنامه
الکساندر شفیلد و گلن والر
- ۱۴۹ ۸ مفارم‌سازی
هانز ون‌گندرن

بخش ۳

تکنیک‌ها

- ۱۷۳ ۹ تکنیک‌های طرح‌واره‌درمانی
میشل ون ورسویجک، جنی ورسن، ژوزف بلو و سوزان هی‌ین
- ۱۸۸ ۱۰ گفتگو با صندلی خالی
اسکات کلوگ
- ۲۰۳ ۱۱ آموزش ذهن‌آگاهی
دیوید بریکر و مریام لاین
- ۲۲۱ ۱۲ ذهن‌آگاهی و طرح‌واره‌درمانی: توافقنامه‌ی هشت جلسه‌ای
میشل ون ورسویجک و جنی پرورسن

بخش ۴

درمان

- ۲۳۹ ۱۳ طرح‌واره‌درمانی فردی: تجربه‌ی بالینی با بزرگسالان
پین ون دن کیوم و دان جونکر

۲۵۴	۱۴ طرح‌واره درمانی برای زوجین تراویس اتکینسون
۲۷۴	۱۵ طرح‌واره درمانی در یک گروه روان‌پویشی هلگا آلدروز و جانی ون دیجک
۲۸۴	۱۶ طرح‌واره درمانی: نوجه‌انان ماریک گی‌ینک، اریک جونگمن و اگنس شولینگ
۲۹۲	۱۷ طرح‌واره درمانی اختلالات شخصیت: خوشه C آرنود آرتز
۳۱۸	۱۸ درمان وسواس فکری - عملی بر اساس مدل ذهنیت طرح‌واره الن گروس، نیکولا استلزر و گیتا جادوب
۳۳۱	۱۹ طرح‌واره درمانی اختلالات شخصیت و اعتیاد توروس کرستن

بخش ۵

آموزش درمانگر و نظارت

۳۴۷	۲۰ آموزش طرح‌واره درمانگر مارجون نادورت، هانی ون‌گندرن و ون‌دی بهاری
-----	---

پیشگفتار

از این که این فرصت به من داده شد که پیشگفتار این کتاب برجسته درباره‌ی طرح‌واره درمانی را به نگارش درآورم، بسیار خرسندم. این کتاب گام مهمی به فراسوی کتاب‌هایی است که تاکنون درباره‌ی طرح‌واره درمانی به چاپ رسیده است.

تاکنون خوانندگان تنها به کتاب‌های درباره‌ی طرح‌واره درمانی دسترسی داشته‌اند که یا به منظور درمان اختلالات شخصیت، نوشته شده است و یا این که از نوع کتاب‌های خودیاری هستند که برای عموم مردم به نگارش درآمده‌اند؛ و یا از نوع پژوهش‌های تکاملی تفصیلی درباره نحوه‌ی درمان اختلال شخصیت مرزی می‌باشند. اما این نخستین کتابی است که طرح‌واره درمانی را به فراسوی درمان اختلالات شخصیت مرضی و خودشیفته برده و آن را تا حد طیف وسیعی از مراجعان و اختلالات گسترش داده است. علاوه بر این، از نظر تئوریک و تحقیقی، بسیاری را مورد لحاظ قرار داده که پیش از آن، همه‌ی آنها در یک کتاب ملاحظه نشده بود. این کتاب گام سطای بعدی را در توسعه‌ی طرح‌واره درمانی به نمایش گذاشته است؛ گسترش طرح‌واره درمانی به سیطه تئوریک، تحقیقی و درمانی جدید.

گردآورندگان مقالات این کتاب که دو تن از آنها در زمینه‌ی طرح‌واره درمانی بسیار شناخته شده هستند، در انتخاب طرح‌واره درمانگران برجسته از سراسر جهان برای نگارش هر یک از موضوعات گسترده‌ی این کتاب، که در آن تخصص ویژه داشته‌اند، کار واقعاً قابل تحسینی را انجام داده‌اند.

در اینجا قصد دارم سازماندهی فصول این کتاب را توضیح دهم و همچنین قدری درباره‌ی گستره‌ی موضوعاتی که این کتاب آنها را تحت پوشش داده است، صحبت کنم. بخش ۱ کتاب مقدمه‌ای بر طرح‌واره درمانی است که به مرور سیر تاریخی این رویکرد و اساس مدل مفهومی طرح‌واره می‌پردازد؛ همراه با فصلی از لاک‌وود و پریس که مفهوم نیازهای هیجانی را به‌طور

چشمگیری گسترش داده‌اند؛ به طوری که در همان آغاز کتاب می‌توان به درکی واضح از این نیازها دست یافت.

بخش ۲ کتاب درباره ملاحظات تشخیصی است. این بخش شامل فصل‌هایی در مورد نشانه‌هایی برای استفاده از طرح‌واره درمانی، رابطه میان اختلالات مزمن محور یک و طرح‌واره درمانی، رویکردهای تجربی و پرسشنامه‌ای به منظور ارزیابی، مفهوم‌سازی مشکل، از منظر طرح‌واره است.

بخش ۳ و ۴ توجه خاصی به درمانگران دارد. فصل‌های این بخش شامل مطالعات موردی و پروتکل‌هایی است که نشان می‌دهند چگونه طرح‌واره درمانی به طور موفقیت‌آمیزی در مورد گروه‌های بالینی خاص به کار گرفته شده است؛ از جمله تکنیک‌های جدیدی که در متون و کتاب‌های قبل، مورد بحث واقع شده بود. دو پرسشی که من بارها آن را در کارگاه‌های آموزشی خودم با شرکت‌کنندگان مطرح می‌نمایم این است که آیا طرح‌واره درمانی با تکنیک‌های مراقبه‌ای ادغام شده است؟ دیگر این که آیا طرح‌واره درمانی در مورد بخش‌های خاصی از جمعیت انسانی، از قبیل نوجوانان به کار گرفته شده است؟ این کتاب فصل‌های افسون‌کننده‌ای درباره‌ی ادغام طرح‌واره درمانی و تکنیک‌های مراقبه‌محور وجود دارند. یک فصل دیگر، به کارگیری طرح‌واره درمانی در درمان بیماران بسیار دشوار دو تشخیصی که هم از اعتیاد و هم از اختلال شخصیت رنج می‌برند را مورد ملاحظه قرار داده است. دیگر فصل‌ها تمرکز بر راه‌های استفاده از طرح‌واره درمانی در درمان، اختلال وسواس فکری- رفتاری، صندلی خالی، گسالت، به کارگیری طرح‌واره درمانی برای جوانان، و کار با خوشه C اختلالات شخصیت قرار داده‌اند. یک فصل دیگر نیز که توسط تراویس اتکینسون به نگارش درآمده، به استفاده از طرح‌واره درمانی در رواج درمانی اختصاص داده شده است که در آن طرح‌واره درمانی هم با روش گاتمن و هم با هیجان‌مدی، نه‌رزد، مانی ادغام گردیده است.

همچنین می‌خواهم روی دو موضوع در این کتاب تأکید کنم که بیانگر بسط چشمگیر طرح‌واره درمانی است. اولین موضوع فصلی عالی در مورد به کارگیری چشمگیر طرح‌واره درمانی در درمان گروهی است. من این را یکی از پیشرفت‌های نویدبخش از آغاز طرح‌واره درمانی تاکنون می‌دانم؛ زیرا گروه درمانی می‌تواند این امکان را برای درمانگران و مؤسسات درمانی فراهم آورد تا با هزینه‌ای بسیار اندک، طرح‌واره درمانی را در درمان بیماران به کار گیرد و این در حالی است که نتایج درمانی آن از دیگر رویکردهای فردی، اگر بیشتر نباشد، کم‌تر نیست. مطالعات اولیه که توسط فارل، شاو،

آرتز و دیگران انجام گرفته است، نشانگر این است که طرح‌واره درمانی در زمینه‌ی درمان اختلال شخصیت مرزی، بسیار مؤثر واقع شده است.

دومین پیشرفت هیجان‌انگیز، توسعه‌ی کاربردی طرح‌واره درمانی در درمان بیماران فورن‌سیک^۱ است که توسط دیوید برنستاین و همکارانش در هلند صورت گرفته است. تحقیقات مقدماتی آنها نشان می‌دهد که به احتمال قوی، به‌کارگیری طرح‌واره درمانی در درمان افرادی که غیرقابل درمان شمرده می‌شوند، می‌تواند بسیار مؤثر واقع شود.

بخش ۵ به مبانی آموزش و نظارت طرح‌واره درمانگران اختصاص دارد. این بخش برای درمانگرانی می‌تواند جالب توجه باشد که قصد دارند طرح‌واره درمانگر شده و با شرکت در کلاس آموزشی طرح‌واره درمانی، مجری می‌شوند.

به عنوان بنیانگذار طرح‌واره درمانی، برایم واقعاً دشوار است که بگویم تا چه اندازه خوشحالم از این‌که می‌بینم طرح‌واره درمانی زده را، از آغازین خود در دهه‌های ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ تا حال حاضر چقدر پیشرفت داشته است. برای منم به‌صرفت‌های جدید طرح‌واره درمانی در جنبه‌های تئوریک، تحقیقی و درمان هیچ راهی بهتر از خواندن و مطالعه‌ی این کتاب وجود ندارد. این کتاب برای درمانگران، تئوریسین‌ها، محققان و مسئولان بهداشت روان همچون نقشه راهی است که مسیر طرح‌واره درمانی را در آینده به نمایش می‌گذارد. من باور دارم که خواندن این کتاب برای همه‌ی علاقمندان به رویکرد طرح‌واره درمانی، ضروری است.

در پایان به میخائیل، جنی و مارجون به خاطر پدید آوردن این کتاب برجسته، صمیمانه تبریک می‌گویم.

جفریان

دانشگاه کلمبیا، گروه روان‌پزشکی

انستیتوی طرح‌واره درمانی نیویورک

۱. forensic مبتلایان به این بیماری معمولاً دارای مشکلات تکانشی به‌ویژه تهاجمی جنایی هستند.