

طهماسب
علیرضا

دیگرگونی زندگی

پیشگفتار و ویرایش علمی: نیما قربانی
تحویلی در روان‌درمانی پویایی
دیوید مالان - پاتریشیا کاگلین دلاسلوا

چاپ اول

www.ketab.ir

این کتاب ترجمه‌ای است از:

David Malan & Patricia Coughlin Della Selva

lives transformed:

A revolutionary method of dynamic psychotherapy

London and New York: Karnac Books, 2007

سرشناسه: ملان، دیوید هانتینگفورد

(Malan, David H. (David) Huntingford

عنوان و نام پدیدآور: دگرزینی زندگی‌ها: تحولی در روان‌درمانی پویایی/دیوید

ملان، پاتریشیا کولین دلا سلوا، مترجم علیرضا طهماسب.

مشخصات نشر: تهران: بینش نو، ۱۳۹۱.

مشخصات ظاهری: ۳۶۴ ص. جدول، نمودار.

شابک: ۳۵۰۰۰ ریال ۸-۰۷-۶۴۵۴-۶۰۰-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی:

.Lives transformed: A revolutionary method of dynamic psychotherapy , c2007

موضوع: روان‌درمانی روان‌بویایی

شناسه افزوده: دلا سلوا، پاتریشیا کولین، ۱۹۴۰ م.

شناسه افزوده: Della Seiva, Patricia Coughlin

شناسه: طهماسب، علیرضا، مترجم

رده بندی کنگره: ۴۸۹٫۹ م ۲ ۱۳۹۱

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۲۷۳۹۱۴۱



نشر بینه نو

www.binesheno.ir

info@binesheno.ir

تهران، پاسداران، پست پستی ۱۲۸۴۰۱۲

ساختمان بینه نو، پلاک ۱۲، واحد ۳۴

تلفک: ۰۲۱-۲۳۸۹۰۹۰۴

دگرگونی زندگیا

تحول‌ی در روان‌درمانی پیشینی
دیوید ملان / باتریشیا کاکلین دلاسلوا

مترجم: علیرضا طهماسب

چاپ اول: تهران ۱۳۹۵

تعداد: ۱۰۰۰ نسخه

صفحه‌آرایی: غزال نوروزی

چاپ دیجیتال

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

تمامی حقوق این اثر محفوظ است

تکثیر یا تولید مجدد آن بد هر

صورت چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و

انتشار بدون اجازه ناشر ممنوع است

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۵۴-۰۷-۸

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

پیش‌گفتار.....	۸
سپاس‌گزاری.....	۱۴

بخش نخست

پیش‌درآمد، فنون، پژوهش‌ها

۱. پیش‌درآمد.....	۱۶
۲. درآمدی بر نظریه و فنون روان‌درمانی (ISTD).....	
۳. روان‌درمانی پویای فشرده و کوتاه‌مدت.....	۲۴
۴. پژوهش‌ها: شواهد تجربی در تأیید روش دوانلو (ISTDP).....	۴۸

بخش دوم

شرح تفصیلی چهار مورد درمانی

۴. مرد چندپاره.....	۹۰
مصاحبه مقدماتی و درمان.....	۹۱
بیکری.....	۱۲۷
۵. تاجر خون‌سرد.....	۱۳۶
مصاحبه مقدماتی.....	۱۳۷
درمان.....	۱۴۶
بیکری.....	۱۷۰

۱۷۶	 ۶. دختر خوب مبتلا به زخم کولون
۱۷۷	 مصاحبه مقدماتی - درمان آزمایشی
۱۸۵	 درمان
۲۰۹	 پیگیری
۲۲۰	 ۷. زنی مبتلا به گسستگی ذهن
۲۲۱	 مصاحبه مقدماتی - درمانی آزمایشی
۲۳۴	 درمان و پیگیری

بخش سوم

کلیات

۲۵۶	 ۸. رابطه میان پیش بینی و نتایج
۲۶۲	 ۹. ارزیابی مقدماتی
۲۷۸	 ۱۰. درمان
۲۷۹	 خشم، اندوه و احساسات ادیپو
۲۹۲	 وجود دیگر درمان
۳۱۴	 ۱۱. پیامد درمانی

بخش چهارم

خلاصه و سخن آخر

۳۲۸	 ۱۲. اثر کنونی، روان درمانی پوشی ستی، و روان کاوی
۳۳۴	 ۱۳. جمع بندی
۳۴۰	 ۱۴. سخن آخر
۳۴۶	 ۱۵. پی گفتار
۳۵۰	 مآخذ

دوانلو و روان‌درمانی پیشی‌فرا رده و کوتاه‌مدت (ISTDP) دیگر نامی ناآشنا در میان متخصصان و دانشجویان ایرانی نیست. پس از نزدیک به یک دهه تلاش در آموزش مقدماتی این فن و نمایش ویدئوهای جلسات درمانی، حرکت به سوی آموزش‌های پیاپی و پیاپی‌تر در حال شکل‌گیری است. در این مدت همواره شاهد سه موضع‌گیری در خصوص این روش بوده‌ام: آرمانی‌سازی، بی‌ارزش‌سازی، و نقد واقع‌بینانه. برخی چنان محو و جذب ویدئوهای جلسات درمانی می‌شوند که روش، درمانگر، و مبتکر این فن را آرمانی می‌کنند، محدودیت‌های آن را درک نمی‌کنند، در نتایج درمانی اغراق می‌کنند، انتظار معجزه دارند، در پندار یادگیری این روش از طریق مطالعه کتاب و دیدن ویدئو می‌افتند و شکست خود را با سرزنش بیمار تسکین می‌دهند. در مقابل، اضطراب فزاینده گاهی باعث بی‌ارزش‌سازی این روش می‌شود. دیده‌ام چنین افرادی با مشاهده ویدئوی جلسات درمانی شروع به تمسخر عمیق بیجان‌های برخاسته در بیمار می‌کنند، مدعی می‌شوند درمانگر بیمار را هیپنوتیزم کرده است، و یا به جاذبه‌های روانی و باطنی با تظاهر به خونسردی، دیگر شرکت‌کنندگان و واکنش‌های آن‌ها را نظاره می‌کنند. گروهی نیز با مشاهده جلسات درمانی آن‌ها را آرمانی و یا بی‌ارزش جلوه نمی‌دهند، پرسش‌ها و نقدهای مفیدی از این روش را مطرح می‌کنند و با شناختی که از خود داشته و یا کسب می‌کنند ممکن است در یادگیری آن همت گمارند و یا خود را مناسب این روش نیندند. چنین موضع‌گیری‌هایی مختص جامعه ما نیست و جهان‌شمول است. درک نظام دارتر این امر در مقاله آلن عباس (۲۰۰۴) در باره واکنش‌های دفاعی افرادی که با این روش آشنا شده‌اند و یا تحت آموزش عملی قرار گرفته‌اند خواندنی است.

بر مبنای فراتحلیل‌هایی که اخیراً چاپ شده‌اند، روان‌درمانی پویایی درمان اثربخشی است (شدلر، ۲۰۱۰). بر این اساس، روان‌درمانی‌ای که بر پایه خودشناسی بنا می‌شود و به پرسش، روشن‌سازی، تحلیل دفاع‌ها، مواجهه، تأویل، و حمایت می‌پردازد در رهایی از نشانه‌های اختلال و در مواردی تغییر شخصیت راه‌گشاست.

در این میان، مطالعات کنترل‌شده اختصاصی در مورد ISTDP نیز نشان می‌دهد که این روش درمانی اثربخش و اقتصادی (عباس، ۲۰۰۲)، مؤثر در اختلالات شخصیت (وینسون، ۱۹۹۸، عباس، ۲۰۰۱)، مؤثر در درمان افسردگی مقاوم به درمان (عباس، ۲۰۰۲)، و در شکل تعدیل‌شده و تدریجی آن مؤثر در برخی حالت‌های سایکوتیک (عباس، ۲۰۰۱؛ فردریکسن، ۲۰۰۹) است.

حبیب دوانلو، روان‌کاو ایرانی و مبتکر ISTDP، یک مشاهده‌گر بالینی دقیق و از پیشگامان پژوهش در روان‌درمانی است. وی با ضبط ویدئویی ۶۳۲ جلسه درمانی و واریسی آن‌ها نظریه خود را درباره پدیدآیی نورز به عنوان واکنش کودکانه در مقابل سوءاستفاده و یا بی‌قیدی والدین نسبت به کودک ارائه کرد. وی دگماتیسم نظرم را که پشتوانه‌ای در مشاهده تجربی نداشت رها کرد، تعارض آدیبی و تثبیت غریزی را به عنوان عامل اصلی نورز مردود دانست، و نظریه خود در باب سرچشمه‌های نورز را صورتبندی کرد. بر پایه این نظریه، گسیختگی در دل‌بستگی ایمن به زنجیره‌ای از درد، غضب (خشم مرگبار)، گناه، و اندوه بر اثر عشق ناکام‌شده می‌جامد. شکل‌گیری مجموعه پیچیده‌ای از دفاع‌ها به محصورسازی این هیجان‌های بنیادی پویا می‌پردازند تا بیمار بتواند آن‌ها را ندارد. این سیستم پیچیده دفاعی با پرهیز از هر نوع ارتباط انسانی اصیل، بامعنا و گرانباز از احساس، ایست، تقویت می‌شود.

آن‌چه به صورت‌بندی این نظریه استوار است، مشاهدات وی با استفاده از فنون درمانی ابداعی‌اش جهت آشکارسازی عینی و تجربه‌ای پردازش‌های بالینی ناهشیار بود. اگر تأویل رؤیا، بر اساس فروید، شاهره ورود به این سیستم پردازش هیجانی است، تالی واریسی محوری که دوانلو ابداع کرد بزرگ‌راه مدرنی است که به ناهشیاری می‌رسد. محور توالی پویشی محوری مهارت درمانگر در بهوشیاری لحظه به لحظه به چگونگی عمل مثلث تعارض در سه گوشه مثلث شخص بیمار است، و در این میان بهوشیاری به مثلث تعارض در ارتباط لحظه به لحظه با درمانگر از اهمیتی بیشتر برخوردار است. آموزش ISTDP نه معنا دادن به محتوای گفتار و عمل بیمار، بلکه مشاهده لحظه به لحظه تجلی احساسات، اضطراب و واکنش‌های دفاعی در بیمار است. اما درمانگر در این فرایند یک مشاهده‌گر منفعل نیست، بلکه تسهیل‌گر فعال تجلی پردازش‌های ناهشیار است.

درمانگر این عمل را با استفاده از فنون فشار، چالش و درگیری مستقیم با مقاومت سوپرایگو انجام می‌دهد. فشار برای تجربه کامل احساسات بیمار، پیشگیری از تشدید فراتر از ظرفیت و یا مسیریابی ناهنجار اضطراب، و روشن‌سازی و خنثی‌سازی واکنش‌های مختلف دفاعی که در لحظه به لحظه جلسه درمانی، ظاهر می‌شوند. سادگی نظریه و فنون کارآمد ISTDP از برجستگی‌های آن است، اما به کارگیری این روش ساده نیست.

ضبط جلسات درمانی در قالب مقاله، کاری که دوانلو پیشگام آن بود، ممکن است این پندار را ایجاد کند که می‌شود همان مقالات را مبتنی‌قرار داد و ISTDP را به کار برد. اما این فن مهارت خاصی را می‌طلبد، و دلیل چاپ مقالاتی در خصوص فرایند جلسه درمانی به ماهیت این روش و همان مهارت خاص باز می‌گردد و آن تداوم بهوشیاری بر تجربه فرارونده ارتباط درمانی بر اساس الگوی عملیاتی است.

هنگامی که مشکل در پردازش‌های ناهشیار پویا و هیجانی نهفته است، و هدف انسجام این پردازش‌ها با پردازش‌های هشیار به واسطه سطوح عالی‌تر پردازش باشد، فرایند لحظه به لحظه ارتباط و آنچه در فکر، احساس، و عمل بیمار متجلی می‌شود اهمیت می‌یابد. بر این مبنا، عمق ناهشیاری نه خاطره رویدادهای گذشته، بلکه احساسات کنونی بیمار و نحوه مقابله با آن‌ها است که از گذشته‌های دور و نزدیک شکل گرفته‌اند و در حال اثرگذاری بر تجربه فعلی بیماراند. استعاره روان، در این جا نه یک کوه یخ، بلکه یک رودخانه است که جریان آن تابع محرک‌های موثر، و عمق و شدت و گستردگی جریان رودخانه است. اما هنگامی که الگوی نظری کوه یخ یا کامپیوتر باشد، مشاهده لحظه به لحظه بر پایه الگو اهمیتی کمتر می‌یابد و معنا کردن یا پیش‌بینی و کنترل رفتار در پرتو الگوی نظری هدف خواهد بود. به عبارت دیگر، صورت‌بندی ماهیت و علل مشکلات بیمار بر پایه یک نظریه کارآمد مبنای اغلب روش‌های درمانی است، اما در ISTDP هدف، مشاهده لحظه به لحظه رفتار و تجربه بیمار در پاسخ به مداخلات درمانگر است. این مشاهده فعال مشارکتی تا جایی که انسجام سیستم‌های پردازش هشیار و ناهشیار در بیمار تداوم می‌یابد. در درمان‌های دیگر، مشاهده حداقل و گستره است اما صورت‌بندی مشکلات بیمار بر پایه الگوی نظری حداکثر است. اما در ISTDP مشاهده حداکثر و پخته است و مشارکت در تجربه عمیق بیمار در این مسیر اهمیت دارد. الگوی نظری - عملیاتی ISTDP سه اصل مثلث تعارض در سه گوشه مثلث شخص محدود است. در الگوهای درمانی دیگر توجه درمانگر به بیمار بیشتر شنیداری است و در آمیخته با یک نظریه پیچیده، اما در ISTDP توجه بیشتر دیداری است و به سبب سادگی الگو هدایت‌گر آن - مثلث تعارض و شخص - مشاهده ناب‌تر و تجربه‌ای‌تر است. دشواری یادگیری و به کارگیری این روش حفظ تمرکز در مشاهده و مداخله، و تحمل نظاره دگر دیسی بیمار در فرایند انسجام پردازش‌های هشیار و ناهشیار است.

جالب است که فروید به اهمیت مشاهده خالص در قالب مفهوم توجه معلق فراگیر روان‌کاو و پیشگیری از فرافکنی نظریه به بیمار پی برده بود، اما در پشت بیمار نشاندن و هیبت تجلیات جسمانی فرایندهای روانی را تقریباً نادیده گرفت. اما دوانلو به اهمیت مشاهده و تجلیات جسمانی تجزیهات فرارونده پی برد و آن را مبنای نظریه و فنون قرار داد و روان‌کاوی را به درمانی کارآمدتر، سازمان‌یافته، سبقت‌بردار ساخت.

«فروید ناهشیاری را کشف کرد؛ دوانلو کشف کرد چگونه از آن استفاده درمانی کند». این جمله مشهور دیوید مالان نویسنده کتاب و رئیس سابق کلینیک تویستاک در لندن، انعکاس‌دهنده ارزش او به اهمیت نوآوری دوانلو در روان‌کاوی است. دستاوردهای روان‌کاوان پس از فروید ستودنی و همگی عمدتاً در جهت تنومندی نظریه‌پردازی در خصوص شخصیت و فرایندهای ناهشیار بوده است. اما جمله مالان بر این حقیقت استوار است که فنون و روش روان‌کاوی تا پیش از ظهور دوانلو دگر دیسی عمده‌ای به خود ندید. فروید بنیان‌گذار روان‌کاوی است، و دوانلو کاشف شیوه متمایزی در کاوش روان است.

در میان نسل دوم ISTDP که دست به قلم هستند، به اعتقاد من، آثار نورسکی، هابلاتز، عباس، فردریکسن، و کاگلین دلاسلوا در جهت فهم منسجم‌تر، دقیق‌تر، و کاربردی‌تر شکل اصیل ISTDP مفید هستند. برخی مؤلفین دیگر با تغییراتی که در فنون ارائه کرده‌اند، آن را از شکل یک درمان روان‌کاوی خارج

کرده‌اند زیرا توالی پویشی محوری در صورت‌بندی فنی آن‌ها جایی ندارد. مک کالو، به عنوان مثال، مفاهیم دوانلو را با طرح مفهوم عاطفه‌هراسی به زبان الگوهای رفتاری ترجمه کرده است. چنین تغییراتی بیشتر ماهیتی نظری و تبیینی دارد و تغییرات فنی بیش از آنی که دگرگونی عمده قلمداد شوند، انعکاسی از تناسب فنون با شخصیت درمانگران به کاربرنده ISTDP هستند. بر این اساس این آثار همگی کم و بیش در جهت روشن‌تر کردن و قابل‌درک‌تر کردن نظریه و فنون ISTDP هستند و کتاب حاضر از جمله آثار مفید در این راستا است. شایان ذکر است که ISTDP، اگرچه بر پایه‌ها و مفروضات روان‌کاوی استوار است، اما با روان‌کاوی، به معنای سنتی کلمه، تفاوت‌های عمده دارد. در حیطه نظر و تبیین، ISTDP ریشه در مزرعه روان‌کاوی دارد، اما میوه آن به ناظر روش با ذائقه طیف گسترده‌ای از رویکردهای نظری سازش دارد. از این روی مطالعه ISTDP صرفاً برای روان‌کاوان و دانشجویان مشتاق به آن را به خود نمی‌خواند. این امر با توجه به گره خوردن سابقه روان‌کاوی به مباحث و ادبانی و انزوای آن از بدنه روان‌شناسی علمی در اواسط قرن گذشته، محتاج توجه‌ای ویژه است.

کتاب پیش روی، بر پایه‌های دکترا کاکلین دلاسلوا تألیف شده است. پس از توصیف نظریه و فنون ISTDP و مرور شواهد پژوهشی که حمایتی نظریه و فنون این روش درمانی اند، کتاب بر گزارش تفصیلی فرایند درمان چند بیمار متمرکز می‌شود. در این بخش، نویسنده جلسات درمانی آن‌ها توسط دیوید مالان و جنیفر مالان ارزیابی شده‌اند. بر این اساس کتاب نه صرفاً به اساس گزارش فرایند درمان از دید درمانگر، بلکه با فرایند ارزیابی‌های جلسات درمانی به پیش می‌رود. بخش سوم کتاب به بررسی پیش‌بینی‌های محقق‌شده و نشده دو داور مستقل جلسات درمانی مربوط می‌شود و در ادامه به کتاب مباحثی در جهت درک روشن‌تر نظریه و فنون ISTDP ارائه شده است. این کتاب، از این روش جهت ورود به درک عمیق‌تر ISTDP برای مبتدیان راهگشاست و حسن آن در این است که درمان‌بیماران را از آغاز تا انتها گزارش کرده است، و دارای مباحثات علمی در خصوص ISTDP است. مقالات دوانلو سرسبز بر توصیف لحظه به لحظه فرایند درمان استوار است. وی، در عین حال، در کتاب روان‌درمانی پویشی فشرده (کتاب دوم، ۲۰۰۰) مثال‌هایی از فنون فشار، چالش و درگیری مستقیم و مقابله با دفاع‌های تاکتیکی را جهت آموزش مستقیم‌تر ISTDP مطرح کرده است که در مواردی درک آن‌ها برای مبتدیان غامض می‌نماید و انتقاداتی نیز در خصوص مقاله دفاع‌های تاکتیکی مطرح شده است که طرح آن‌ها از حوصله این مقدمه خارج است. نمی‌توان در مجموعه مقالات دوانلو متنی را یافت که مخصوص آموزش مقدماتی ISTDP باشد و از این روی مطالعه آن‌ها در فرایند آموزش عملی ISTDP مفیدتر است. اما آثار کاکلین دلاسلوا این حسن را دارد که برای مبتدیان مفیدتر است. در کتاب روان‌درمانی پویشی فشرده و کوتاه‌مدت: مبادی و فنون (قربانی، ۱۳۸۲) سعی کردم با تعدیل‌هایی در مقالات فشار، چالش، درگیری مستقیم و مقابله با دفاع‌های تاکتیکی دوانلو، و همچنین بهره‌گیری از آثار دلاسلوا و دیگر متون مرتبط در مفاهیم روان‌پویشی تألیفی مناسب مبتدیان پارسی زبان

ارائه کنم. کتاب پیش روی که به همت علیرضا طهماسب با دقت ترجمه شده و از این روی ویرایش آن نیز زحمت چندانی را بر من تحمیل نکرد، قدم دیگری در جهت فهم مقدماتی ISTDP، بدون نیاز به معلم، برای همکاران ایرانی است.

نیما قربانی

دانشیار دانشگاه تهران

۱۳۹۱

www.ketab.ir