

۹۵۲۷۸

به نام خداوند جان و خرد

برنامه‌ی مدیریت موفق لکنت

«راهکارهای عملی مواجهه با لکنت»

مترجمین

بیژن سفیعی

صبا صادقی

محمدامین حیدری

مرضیه کریمی

انتشارات ستایش هستی

۱۳۹۶

سرشناسه : برایتنفلت، دوروان ها، ۱۹۳۰م.

Breitenfeldt, Dorvan H

عنوان و نام پدیدآور : برنامه ی مدیریت موفق لکنت: راهکارهای عملی مواجهه با لکنت / [دوروان ها برایتنفلت، دلوریز راستدلارنژ]: مترجمین :

بیژن شفیعی ... [و دیگران].

مشخصات نشر : تهران : ستایش هستی : ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۲۱۵ ص.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۸۷-۶۸۰۰

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

یادداشت : مترجمین بیژن شفیعی، صبا صادقی، محمد امین حیدری، مرضیه کریمی.

یادداشت : عنوان اصلی: Successful Stuttering Management Program (SSMP): for adolescent and adult stutterer, 2nd ed., 1999.

موضوع : لکنت زبان - درمان

موضوع: Stuttering - Treatment

شناسه افزوده : لارنژ، دل، راستدل، ۱۹۳۳م.

شناسه افزوده : Lorenz, Dolores R.

شناسه افزوده : شفیعی، بیژن، ۱۳۴۲ - مترجم

رده بندی کنگره : RC۴۱۰.۴۰۰۱۳۹۶

رده بندی دیویی : ۶۱۶/۸۵۵۴۰۶

شماره کتابشناسی ملی : ۴۶۶۵۰۸۹



برنامه مدیریت موفق لکنت (راهکارهای عملی مواجهه با لکنت)

مترجمین : بیژن شفیعی - صبا صادقی - محمد امین حیدری - مرضیه کریمی

ناشر : ستایش هستی

به سفارش : مرکز تحقیقات اختلالات ارتباطی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

چاپ و صحافی : مؤسسه پگاه

صفحه آرای و طرح جلد : مؤسسه پگاه

قطع : وزیری

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۶

شمارگان : ۱۰۰۰

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۸۷-۶۸۰۰

قیمت : ۲۵۰۰۰ تومان

مرکز پخش : مؤسسه پگاه (۰۲۱-۲۲۹۰۱۹۵۴)

فروش آنلاین : WWW.MOHSENIBOOK.COM (ارسال به سراسر ایران)

فهرست مطالب

۱۰	مقدمه
۱۱	تاریخچه برنامه
۱۳	درمانگر
۱۵	تشخیص
۱۹	طول و تعداد جلسات
۲۰	تکلیف
۲۲	ابزار مورد نیاز

جلسه اول: آغاز یک روز جدید با شهامت

۲۶	مقیاس طرز تلقی برای افراد دارای لکنت
۳۰	پرسشنامه لکنت
۳۳	طرح ریزی برای اولین ضبط ویدئویی
۳۴	درمان فرد دارای لکنت ثانویه
۳۵	تماس چشمی
۳۶	تبلیغ کردن
۳۸	گزارش فرد دارای لکنت
۳۹	تکالیف منزل

جلسه دوم: از روزهایی که در آن‌ها لکنت می‌کنید اجتناب نکنید

۴۵	بررسی لکنت
۴۶	تکالیف منزل

جلسه سوم: روز حسابرسی

- حسابرسی ۵۵
- کار با آینه ۵۶
- یخ بستن ۵۶
- اجتناب‌ها ۵۷
- تکالیف منزل ۶۲

جلسه چهارم: روز تلفن کردن

- ضرورت تغییر نگرش برای مدیریت موفقیت آمیز لکنت ۶۸
- تلفن کردن ۶۸
- تکالیف منزل ۷۰

جلسه پنجم: روز بهییز از اجتناب‌ها

- روند رشد لکنت ۷۷
- موقعیت‌های خرید ۸۱
- تکالیف منزل ۸۶
- اهداف عینی برای بررسی لکنت ۸۹

جلسه ششم: اطلاعات بیشتری در مورد روز لکنت کردن بدانید

- نظریه‌های علل ایجاد کننده ی لکنت ۹۳
- خلاصه ۹۵
- تکالیف منزل ۹۹

جلسه هفتم: جنبه‌های ویژه از بروز لکنت

- جنبه‌های منحصر به فرد لکنت ۱۰۷
- تکالیف منزل ۱۰۹

جلسه هشتم: امروز اولین روز از زندگی جدید من با لکنت است

- «اهداف دست یافته در تکمیل اولین مرحله درمان» ۱۱۶
- کشیده‌گویی ۱۱۶
- تمرین کشیده‌گویی ۱۱۸
- تکالیف منزل ۱۲۴
- اهداف آموزش تکلیف‌های تغییر ۱۲۵

جلسه نهم: تناس نرم و ملایم همراه با کشیده‌گویی

- تمرین کلمات و جملاتی که با «آه» آغاز می‌شوند ۱۳۱
- بررسی لکنت ۱۳۳
- تکالیف منزل ۱۳۴

جلسه دهم: روز توانایی‌های عالی مغز

- لغو کردن (ابطال) ۱۴۰
- چند مورد قابل توجه ۱۴۱
- توانایی عالی مغز ۱۴۲
- تکالیف منزل ۱۴۳

جلسه یازدهم: شیوه زندگی امروز تغییر می‌کند

- رهایی اصلاحی ۱۴۸
- تغییر شیوه زندگی برای رسیدگی کردن به ترس‌ها و مدیریت موفق آن‌ها ۱۴۹

- ۱۵۱..... بر عهده گرفتن مسئولیت زندگی
- ۱۵۲..... گردش در مرکز خرید
- ۱۵۴..... تکالیف منزل

جلسه دوازدهم: انتقال به بیرون: روز اول

- ۱۶۰..... تکالیف منزل

جلسه سیزدهم: روز گفتار کنترل شده طبیعی

- ۱۶۸..... گفتار کنترل شده طبیعی
- ۱۶۹..... چند جمله‌ی خردمندانه
- ۱۷۰..... تمرین منفی
- ۱۷۳..... تکالیف منزل

جلسه چهاردهم: انتقال به بیرون: روز دوم

- ۱۷۸..... تکالیف منزل

جلسه پانزدهم: درمانگر خودت باش

- ۱۸۴..... شوخی
- ۱۸۵..... درمانگر خود باشید
- ۱۸۸..... پس از تکمیل برنامه درمان
- ۱۹۳..... تجدید دیدار در درمان لکنت
- ۱۹۴..... ارائه‌ی نهایی
- ۱۹۵..... تکالیف منزل

جلسه شانزدهم: روز تکمیل درمان

- ۱۹۹..... پیشنهادات کاربردی پس از خاتمه‌ی برنامه‌ی درمان

۲۰۱.....	تغییرات و رشد حاصل از برنامه درمانی در فرد مبتلا به لکنت
۲۰۲.....	داستان دو فرد مبتلا به لکنت
۲۰۳.....	پرسشنامه ارزیابی درمان
۲۰۶.....	تکالیف منزل

جلسه هفدهم: روز فراغت از درمان

۲۰۷.....	پیشنهادهای برای والدین افرادی که لکنت دارند
۲۱۲.....	خلاصه
۲۱۳.....	طول و تعداد جلسات
۲۱۳.....	تکالیف
۲۱۳.....	مواد و ابزار مورد نیاز

لکنت یکی از اختلالات روانی گفتار است، که معمولاً در کودکی شروع می‌شود و امکان دارد تا بزرگسالی ادامه پیدا کند و در فرد دارای لکنت تثبیت شود.

لکنت نیاز به یک درمان فراگیر دارد، که همه‌ی بخش‌هایی که در اثر لکنت دچار مشکل می‌شود را در نظر بگیرد و برای رفع هر یک از آن‌ها راهکاری اتخاذ کند. با این وجود، اکثر برنامه‌های درمانی موجود صرفاً بر اساس یکی از روش‌های درمانی روان‌تر صحبت کردن یا روان‌تر لکنت کردن طرح ریزی شده‌اند و اکثر برنامه‌های درمانی مورد استفاده‌ی درمانگران، برنامه‌های طولانی مدت هستند، که در برخی موارد تا سال‌ها به طول می‌انجامد.

این مجموعه ترجمه‌ای است از کتاب Successful Stuttering Management Program توسط Dorvan H. Breitfeldt & Douglas R. Lorenz نوشته شده و در سال ۱۹۸۹ برای اولین بار در کشور آمریکا چاپ شده است و مدیر بار تجدید چاپ شده است. در این مجموعه یکی از روش‌های موفق مدیریت درمان که برای افراد دارای لکنت استفاده می‌شود ترجمه شده و در اختیار مخاطبان عزیز قرار گرفته است که امیدواریم برای درمانگران و درمانجوانان مفید باشد.

از ویژگی‌های این روش درمان پرداختن به هر دو جنبه‌ی ظاهری و درونی لکنت و فشرده بودن برنامه‌ی درمانی است، که با اجرای صحیح برنامه در مدت زمان کوتاهی فرد دارای لکنت به رضایت مناسبی از شیوه‌ی صحبت کردن خود می‌رسد.

متن انگلیسی این کتاب روان و ساده نگاشته شده است بنابراین در ترجمه نیز سعی بر رعایت سادگی و شیوایی نگارش بود؛ همچنین در بخش‌هایی از متن از واژه‌های جدیدی استفاده شده است که سعی شده از معادل فارسی مناسب برای آن‌ها استفاده شود. با این حال این اثر خالی از اشکال نیست. امید است خوانندگان ما را از نظرات گرانمایه‌ی خود مطلع سازند.

خواندن این کتاب به درمانگران گفتار و زبان، دانشجویان رشته‌ی آسیب‌شناسی گفتار و زبان و همچنین افراد دارای لکنت توصیه می‌شود.

مقدمه

برنامه مدیریت موفق لکنت (SSMP)^۱، برای جوانان و بزرگسالان و افراد دارای لکنت پیشرفته طراحی شده است. این برنامه در مدارس، برنامه های دانشگاهی، کلینیک های گفتار و شنوایی ستجی، بیمارستان ها و توسط تمرین دهندگان خصوصی استفاده می شود. فردی که این کار را انجام می دهد باید گواهینامه آسیب شناسی گفتار و زبان را از ASHA دریافت کند. دانشجویان این رشته ملزم هستند تحت نظر متخصصی که این گواهینامه را دارد، کار کنند. افراد دارای لکنت که اشتیاق کافی دارند می توانند این برنامه را روی خودشان اجرا کنند. بطور کلی، در آخرین تجزیه و تحلیل و ارزیابی، فرد دارای لکنت تنها کسی است که می تواند بیاموزد که چگونه به صورت موفق، لکنت خود را مدیریت کند.

متخصصان تنها می توانند فرد دارای لکنت را راهنمایی، هدایت، سرپرستی، حمایت و تشویق کنند. این برنامه اختصاصاً برای یک گروه نوشته شده، اما هم برای درمان فردی و هم گروهی (بیش از یک نفر) قابل استفاده است. گروه برای نزدیک شدن به هدف، شدیداً با ایجاد هیجان و حمایت های همه جانبه تشویق می شود، این تشویق ها مرتباً در طی برنامه افزایش پیدا می کند و در هر صورت، در تمام دوره زندگی فرد دارای لکنت ادامه می یابد.

برنامه مدیریت موفق برای افراد دارای لکنت؛ تمرین های رود بازده را برای درمان افراد دارای لکنت فراهم آورده است و یک برنامه عملی است نه یک بحث فلسفی، تئوری یا مباحثه در مورد لکنت. منطق اساسی درباره این برنامه این است که لکنت پیشرفت یک انزال ارتباطی منحصر به فرد است که در حال حاضر دلیل یا دلایل آن نامشخص است و مانند بسیاری از اسلایدها در بخش امکان پذیر نیست. فرد دارای لکنت می تواند یاد بگیرد که گفتار و لکنت خود را مدیریت کند؛ در نتیجه می تواند به عنوان یک فرد دارای لکنت در هر موقعیتی بدون ترس و بدون فشار با خود یا شنوندگانش، ارتباط برقرار کند. درمانگر برنامه درمان را هدایت می کند و اجرا می کند اما این مسئولیت بر عهده فرد دارای لکنت است که نه تنها این واقعیت را که او یک فرد دارای لکنت است بپذیرد؛ بلکه مسئولیتی را هم که برای تغییر روش برقراری ارتباط به گونه ای که از نظر اجتماعی پسندیده تر و موثرتر است، بپذیرد.