

فنون روان‌پویشی

پرداختن به هیجان در رابطه درمانی

تألیف

کارن ج. مارودا

ترجمه

میشم بازانی

دانشجوی دکترای تخصصی روان‌شناسی بالینی

دانشگاه علم و پزشکی شهید بهشتی

مبصری آمله

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

دانشگاه علوم پزشکی ۹۴ - بهشتی

با مقدمه

دکتر مهرداد افتخار

دانشیار روان‌پزشکی

مرکز تحقیقات بهداشت روان دانشگاه علوم پزشکی ایران

Guilford Publication

(با مجوز رسمی ترجمه)



کتاب ارجمند



سرشناسه: مارودا، کارن ج.، Maroda, Karen J.

عنوان و نام پدیدآور: فنون روان‌پوشی پرداختن به هیجان در رابطه درمانی / مؤلف کارن جی مارودا؛ مترجمان میثم بازانی، مجتبی تاشکه؛ با پیشگفتار مهرداد افتخار.

مشخصات نشر: تهران، کتاب ارجمند؛ ارجمند، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۳۰۴ ص، قطع؛ وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۵۹۵-۳

عنوان اصلی: Psychodynamic Techniques:

Working with Emotion in the Therapeutic Relationship, c2010.

موضوع: روان‌درمانی روان‌پویایی - ایران، Psychodynamic

Psychotherapy-Iran، روان‌درمانگر و بیمار، Psychotherapist

Emotions and Patient

شناسه افزوده: بازانی، میثم، ۱۳۷۲- مترجم، تاشکه، مجتبی،

۱۳۷۱- مترجم، افتخار اردبیلی، مهرداد، ۱۳۴۷- مقدمه‌نویس

رده بندی کنگره: RC ۴۸۹/۹م۲ ۱۳۹۵

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۴۵۹۸۶۶۶

کارن ج. مارودا

فنون روان‌پوشی

پرداختن به هیجان در رابطه درمانی

ترجمه: میثم بازانی، مجتبی تاشکه

فروست: ۱۱۴۶

ناشر: کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: آیدا روستا

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: مه‌یه شکی

ناظر چاپ: سه‌خانکشلو

چاپ و صحافی: تاش تیرا

چاپ اول، خرداد ۱۳۹۷ ۱۱۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۵۹۵-۳

این اثر، مشمول قانون حمایت از اطفال و زنان مصدق و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا بخشی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا هر یک از این موارد بکشد، مجرم و قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۳۹۱، ت: ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، ت: ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۰۳۱-۳۲۱۸۷۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱-۳۲۱۳۷۷۶۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۰۱۷-۸۰۲۰۰۹۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن: ۰۸۱-۳۶۱۸۲۰۴۴

بها: ۳۳۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک

ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک

ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

۱۳.....	تقدیر و تشکر
۱۵.....	مقدمه
۱۷.....	پیش‌گفتار
۲۱.....	فصل ۱: درگیری هیجانی و تأثیرگذاری دوسویه: مشکلات اساسی در آغاز درمان
۲۳.....	اهمیت انطوائی مناسب
۲۹.....	عدم موفقیت در متعهد ساختن مراجع
۳۱.....	توجه کردن به آنچه مراجع می‌گوید
۳۲.....	گیر افتادن درمانگران در تجربهٔ مراجعان
۳۴.....	فهمتان را محک بزنید
۳۶.....	همدلی اساسی
۳۸.....	تقاضای فزاینده برای همدلی
۳۹.....	سؤال پرسیدن
۴۳.....	تعیین اهداف
۴۵.....	کار کردن با خمودی
۴۷.....	خلاصه
۴۹.....	فصل ۲: دوسویگی و همکاری: تأثیرگذاری بر همدیگر
۵۰.....	هم مراجع و هم درمانگر به تکرار گذشته می‌پردازند
۵۲.....	شناسایی الگوهای برقراری ارتباط
۵۳.....	تکرار گذشته از طرف درمانگران
۵۷.....	برقراری رابطهٔ همکاریانه
۶۰.....	مورد آندرا
۶۴.....	مورد لورا
۷۱.....	تأثیرگذاری دوسویه و افسانهٔ مراجع ضعیف و شکننده
۷۸.....	خلاصه
۷۹.....	فصل ۳: تعریف مجدد واپس‌روی: تسهیل کردن آسیب‌پذیری سودمند
۸۳.....	نشانه‌ها و علائم واپس‌روی
۸۵.....	فهمیدن واپس‌روی

۸۶		واپس روی سودمند
۸۷		مورد سالی
۹۳		واپس روی غیر سودمند
۹۴		تماس‌های تلفنی خارج از وقت کاری
۹۶		یک نمونه موردی از واپس روی غیر سودمند
۱۰۲		آیا درمانگر می‌تواند باعث واپس روی شود؟
۱۰۳		خطرات واپس روی در مراجعان ترومازده
۱۰۴		چگونه می‌توان واپس روی را در سطوح قابل کنترل نگه داشت؟
۱۰۶		خلاصه
۱۰۷		فصل ۴: مداخله‌های ارزیابانه: پیگیری پاسخ مراجع
۱۰۹		به شیوه آغاز جلسه از طرف مراجع توجه داشته باشید
۱۱۰		ارزیابی مداخلات ویژه
۱۱۳		پاسخ‌های ناپسندکننده
۱۱۴		پاسخ‌های غیر تأییدی
۱۱۷		مورد ربکا
۱۲۶		برون ریزی
۱۲۸		اندکی خارج از مسیر بودن
۱۳۱		«این یک سؤال خوب است»
۱۳۳		خلاصه
۱۳۵		فصل ۵: خودافشایی و توصیه: فهمیدن این مسئله که خودافشایی درمانگر چه زمانی و چگونه مؤثر واقع می‌شود
۱۴۱		آیا خودافشایی باید خودانگیخته باشد؟
۱۴۴		دلایلی علیه خودانگیخته بودن
۱۴۵		کارکرد درمانی خودافشایی چیست؟
۱۴۹		رهنمودهای اساسی برای خودافشایی
۱۵۳		خشم
۱۵۳		اندوه
۱۵۴		علاقه
۱۵۵		مورد جیمز
۱۵۵		مورد ربکا
۱۵۷		مورد جنیفر
۱۶۱		توصیه کردن
۱۶۲		چه چیزی نباید افشا شود

اطلاعات داوطلبانه.....	۱۶۴
خلاصه.....	۱۶۵
فصل ۶: مدیریت هیجانی: ارتباط عاطفی و نقش تعامل.....	۱۶۷
ژنتیک در برابر محیط.....	۱۶۹
پردازش هیجانی و آسیب‌شناسی روانی.....	۱۷۰
هیجان و کارکرد درمانی.....	۱۷۰
تسهیل کردن سطوح قابل مدیریت هیجان.....	۱۷۲
شناسایی تجلیات چهره‌ای هیجان.....	۱۷۵
هیجان و تعامل انتقال - انتقال متقابل.....	۱۷۶
تأمل در باب مل با ویکتوریا.....	۱۸۱
سهیم شدن در هیج‌های مراجع.....	۱۸۲
خلاصه.....	۱۸۴
فصل ۷: مشکلات و ژده مربوط به مدیریت عاطفه در درمان اختلال شخصیت مرزی.....	۱۸۵
طبیعت یا تربیت در اختلال شخصیت مرزی.....	۱۸۶
آشنایی نو با نانسی و ربکا.....	۱۸۸
اعتماد بنیادین و فراتر از آن.....	۱۹۰
شرم.....	۱۹۳
عاطفه کاذب.....	۱۹۵
قدرت و درماندگی.....	۱۹۶
توانایی‌های خارق‌العاده مراجعان مبتلا به اختلال شخصیت مرزی در تشخیص عاطفه.....	۱۹۸
مدیریت طوفان‌های هیجانی.....	۱۹۹
درمان و آموزش مراجع.....	۲۰۰
خودکشی.....	۲۰۴
سوگواری و مدیریت عواطف.....	۲۰۷
استعاره و مغز.....	۲۰۹
خلاصه.....	۲۱۱
فصل ۸: مواجهه‌سازی و خشم انتقال متقابل: غلبه بر بی‌زاری درمانگر از تعارض.....	۲۱۳
مواجهه‌سازی در ارتباط با پول.....	۲۱۵
مواجهه‌سازی در مورد تأخیر.....	۲۱۷
مواجهه‌سازی درباره تناقض‌ها.....	۲۱۸
مواجهه‌سازی مولی.....	۲۲۰
مواجهه‌سازی در مورد رفتارهای آسیب‌رسان.....	۲۲۳
سلطه‌پذیری آزارخواهانه درمانگر.....	۲۲۶

۲۲۷	مواجهه‌سازی مراجعان با آنچه می‌دانند اما نمی‌توانند بر زبان آورند
۲۲۸	کنترل خشم مراجع
۲۳۰	خشم و نفرت ناشی از انتقال متقابل
۲۳۲	رفتارهای پرخاشگر - منفعل درمانگر
۲۳۵	رهنمودهایی برای ابراز خشم
۲۳۸	خلاصه
۲۳۹	فصل ۹: احساس‌های شهوانی: چگونه به فرایند درمان کمک می‌کند یا سد راه آن می‌شود.
۲۴۱	تمایزگذاری میان انتقال شهوانی سودمند و غیرسودمند
۲۴۴	پرداختن به بی‌میلی مراجع برای گفت‌وگو درباره احساس‌های شهوانی
۲۴۴	عشق یا قدرت؟
۲۴۸	پذیرش و مدیریت انتقال متقابل شهوانی
۲۴۹	قربانیان ترس و "تخت‌ان ادیبی"
۲۵۱	درمانگران برای سبک دلبستگی جنسی شده
۲۵۲	تفاوت‌های جنسیتی در انتقال متقابل شهوانی
۲۵۳	عشق دگرجنس‌خواهانه عنوان‌ناهی در برابر احساس‌های هم‌جنس‌خواهانه
۲۵۴	افشای انتقال متقابل شهوانی
۲۵۴	پذیرش انتقال متقابل شهوانی و عاشقانه
۲۵۶	دوسویگی و توازن
۲۵۶	تسهیل ابرازگری مراجع
۲۵۷	سروکار داشتن با شهوانیت در انتقال - انتقال متقابل
۲۵۸	خلاصه
۲۶۱	فصل ۱۰: توانمندسازی مراجع رهیافتی به سوی استقلال
۲۶۶	فراگیری توانایی شناختن خود و دیگران
۲۶۷	فهمیدن نیازهای رقابت‌جویانه
۲۶۹	دوست داشتن و دوست داشته شدن
۲۷۱	بهبود بخشیدن به روابط: تغییرپذیری یک درونمایه
۲۷۵	بحث درباره خاتمه درمان
۲۷۹	خلاصه
۲۸۱	جمع‌بندی
۲۸۳	واژه‌نامه توصیفی
۲۸۸	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
۲۹۱	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

۲۹۴.....	کتاب‌شناسی
۲۹۶.....	منابع
۳۰۴.....	درباره مؤلف

www.ketab.ir

درمانی را که فروید با عنوان «درمان از طریق گفت‌وگو» پایه گذاشت در طی سال‌های پس‌از آن دستخوش پیشرفت‌هایی شد. یکی از این پیشرفت‌ها این بوده است که دیگر به درمان تنها به‌عنوان یک رابطهٔ کلامی آن هم محدود به تداعی آزاد از سوی بیمار و ارائهٔ تعبیر مناسب از سوی درمانگر نگریسته نمی‌شود. درواقع درمان فرآیند مفصل‌تری دارد که یک بخش مهم آن «تعامل عاطفی» است که برای رشد هیجانی عاطفی بیمار ضروری است.

رشد دیگر درمان‌های تحلیلی، رشد نگاه بین‌فردی و ارتباطی به این درمان است. بر این اساس دو نفر با دو ناخودآگاه در اتاق درمان وجود دارند که با هم یک زوج تحلیلی و یک رابطهٔ درمانی را می‌سازند. این زوج تحلیلی با هم به‌گونه‌ای تعامل می‌کنند که مختص آنهاست و آنچه در این فضا خلق می‌شود هم‌آفرینی این زوج است. در این شرایط علاوه بر آنکه می‌توان به یک بیمار که برای دریافت کمک وارد درمان شده فکر کرد، می‌توان به یک زوج و به یک رابطه هم فکر کرد و الگوها و مشکلات آن را بازشناخت. دارن مارودا نویسندهٔ کتاب از گروه این درمانگران رابطه‌ای است که اهمیت دوچندانی به تعامل هیجانی بین بیمار و تالیلگر می‌دهد. مارودا معتقد است که انسان‌ها نیاز دارند که ارتباط عاطفی‌شان توسط فردی درک شود. به شکلی به آنها بازگردانیده شود. بر این اساس رابطهٔ بین فردی کامل نیست، مگر آنکه ارتباط عاطفی به‌سوء بازگردانیده شود و چرخهٔ ارتباط عاطفی کامل شود. بنابراین درمانگر باید بتواند در جلسه حضور (بها) فیزیکی بلکه حضوری که فکر و احساس کند) داشته باشد، اجازه دهد عواطف بیمار بر او اثر بگذارد و آن را درون خود احساس کند و بفهمد و این فهم را به شکلی به بیمار بازگرداند. همانند کاری که بیون در تریج کارکرد آلفا بین مادر و بچه و بین تحلیلگر و بیمارش توضیح می‌دهد. این کار به‌ظاهر ساده است اما به غایت دشوار است.

ایدهٔ درمانگر «به‌خوبی تحلیل‌شده» که از تأثیر هیجانات جلسه مصون است و می‌تواند به‌تمامی روند درمان تحلیلی آگاهانه بیان‌دیشد و به‌درستی به همانندسازی‌های فرافکنانهٔ بیمار پاسخ دهد و از خود در برابر هیجانات جلسه به‌طور کامل محافظت کند، ایده‌ای آرمان‌گرایانه ولی امکان‌ناپذیر است. در این شرایط که درمانگر تصور تفکر آگاهانه به همهٔ اتفاقات فضای درمانی دارد می‌توان به‌درستی این تحلیل را داد که گویی درمانگر وجود ناخودآگاه خود را در جلسه انکار می‌کند. این نگرش باعث می‌شود تا درمانگر خود را در جایی والا تر از آنچه واقعیت روانی‌اش اجازه می‌دهد بنشاند و از انتقال متقابل خود غافل شود؛ و از بخش مهمی از تعاملاتی که به شکل ناخودآگاه در آن مشارکت داشته دور

بماند. تعاملاتی که حل و فصل آن به بهبود وضعیت بیمار کمک می‌کند. در درمان تحلیلی که مارودا مدافع آن است، دو فرد آسیب‌پذیر در اتاق درمان وجود دارند. یکی بیمار و دیگری تحلیلگر. این تغییر از درمانگری که درمان تحلیلی کلاسیک به تصویر می‌کشد به درمانگری که حس می‌کند و در میدان تحلیلی همگام با بیمار به پیش می‌رود، به گمان استغاف میچل باعث بحران اعتماد تحلیلگر به آنچه می‌داند، بحران اتوریتی و بحران خودنگاره تحلیلی درمانگر می‌شود. و همه این بحران‌ها باید توسط درمانگر امروز ادراک و هضم و تحمل شود.

کتاب مارودا با عنوان «فنون روان‌پویشی - پرداختن به هیجان در رابطه درمانی» که با ترجمه خوب آقایان میثم بازانی و مجتبی تاشکه نشر روان فارسی را به تن کرده است برای درمانگرانی که کار بالینی خود را به تازگی شروع کرده‌اند بسیار مناسب است. این کتاب به آنان کمک می‌کند تا با چارچوب نظری درمان‌های بین‌فردی با تمرکز بر تعامل عاطفی در اتاق درمان آشنا شوند. نویسندۀ کتاب در بخش‌هایی از این کتاب به ارائه موارد بالینی پرداخته است که بخش‌های نظری را قابل‌لمس و کاربردی‌تر می‌کند.

«مهرداد افتخار»

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران