

۱۴۰۹۴۴۰
۴۵/۵۱۷

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روان درمانی چهاروجهی

تألیف:

دکتر شهرمدوری

دانشیار و استادیار آزاد اسلامی

دکتر فرح لطفی کاشانی

دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی

اربابان

نشر اربابان

عنوان و نام پدیدآور: روان‌درمانی چهاروجهی / تألیف: دکتر شهرام وزیری، دکتر فرح لطفی کاشانی

مشخصات نشر: تهران: نشر ارسباران، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: شش - ۱۰۶ ص: جدول.

شابک: 978-600-7385-16-6

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

موضوع: روان‌درمانی چهاروجهی

Multimodal Psychotherapy موضوع:

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ و ۴ / ۸۷ ر / ۴۸۹

رده‌بندی ی‌بی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابخانه ملی: ۴۲۲۳۱۲۳

مخاطب عزیز، خرسندیم که این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مؤلف و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزان، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. پدید این عمل، صواب موجب بی‌اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز مخیضه ناامیدیت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان خود شما و فرزندان‌تان خواهد شد.

11-08-1608-16:20 P.U.

پست الکترونیکی
panahir91@yahoo.com

ارسلان
نشر ارسباران

روان‌درمانی چهاروجهی

تألیف: دکتر شهرام وزیری، دکتر فرح لطفی کاشانی

ناشر: ارسباران

نوبت چاپ: اول، بهار ۱۳۹۵

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طیف‌نگار

شمارگان: ۵۰۰

تعداد صفحات: ۱۱۲ صفحه

قیمت: ۶۰۰۰۰ ریال

ISBN : 978-600-7385-16-6

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۸۵-۱۶-۶

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان پنجم و ششم، پلاک ۶۳

تلفکس: ۸۸۹۶۲۷۰۷

تلفن: ۸۸۹۷۳۳۵۸-۹

فهرست

مقدمه پنج

فصل ۱: روایت روان رمانی ۱

الف: یکپارچه نظری ۳

ب: به گزینی ۴

پ: عوامل مشترک ۴

یکپارچه نگاری در فرایند درمان ۶

نظریه مؤثر ۹

فصل ۲: رابطه درمانی ۱۵

ایجاد رابطه ۱۵

بیمار و خودتان را در شرایط راحت و آسوده‌ای قرار دهید ۱۶

رنج و ناراحتی بیمار را دریابید و نسبت به آن واکنش نشان دهید ۱۸

بینش بیمار را در نظر بگیرید و همراه بیمار باشید ۱۹

توانایی و مهارت حرفه‌ای خود را نشان دهید ۲۲

راهبری کنید و نقش‌ها را متعادل سازید ۲۵

تمرین با خود ۲۹

فصل ۳: امید و انتظار درمان ۳۱

ایجاد امید و انتظار درمان ۳۲

موضع بیمار نسبت به مشکلش را کشف کنید (امید یابی) ۳۳

دورنمایی از مشکل موجود برای مراجع فراهم نمایید (تحکیم امید) ۳۵

- ۳۷ با فاجعه‌سازی‌های مراجع مقابله کنید (بالا بردن امید)
- ۳۸ انتظار و امید به درمان او را پایدار نگهدارید (ابقای امید)
- ۳۸ تمرین با خود

فصل ۴: آگاهی‌افزایی ۳۹

- ۴۲ گریز از آگاهی
- ۴۸ در درون آتش
- ۵۰ راهی به سوی آگاهی
- ۵۵ پرسش‌های روشنگر

فصل ۵: نظم‌بخشی رفتار ۵۹

- ۶۰ نظم‌بخشی اندیشه‌ها
- ۶۷ نظم‌بخشی هیجانات
- ۷۹ نظم‌بخشی و بازآرایی عملکرد (رفتار)

فصل ۶: طرح درمان ۸۵

- ۸۶ تشخیص
- ۸۷ تطبیق
- ۹۰ تعیین اهداف
- ۹۱ برنامه‌ریزی (طرح درمان)
- ۹۴ هرم درمانی

فصل ۷: تکنیک‌ها ۹۷

- ۹۸ ردیابی
- ۹۸ معنایابی
- ۹۹ تورینه‌گردی
- ۱۰۰ آگاهی‌افزایی
- ۱۰۰ بازآرایی

مقدمه

هر که اندر راه ما خاری فکند از دشمنی هر گلی کز باغ وصلش بشکفتد بی خار باد

سال‌ها قبل (۱۹۹۵)، هنگامی که یکی از ما (فرح لطفی کاشانی)، تلاش کرد تا عوامل مشترک میان رویکردهای درمانی را معرفی کند، ساختاری به دست آمد که خود می‌توانست مانند سایر کشورهای اهمیت‌دهنده به ایده‌های جدید، به عنوان رویکرد درمانی، به محک تجربه درآید. طی سال‌ها، روی این موضوع کار کردیم تا تجارب خود را در معرض قضاوت متخصصان قرار دهیم. مایل بودیم این کتاب را سه یا چهار سال دیگر منتشر کنیم اما، تشوق و اصرار آنها برای طرح موضوع و فراهم ساختن امکان قضاوت متخصصان، ما را برآن داشت تا ایده خودمان را کمی زودتر منتشر کنیم. در ابتدا، برای معرفی دیدگاه خود از عنوان «چهار عاملی استفاده می‌کردیم تا بر چهار عامل مشترک در روان‌درمانی، یعنی رابطه درمانی، امید و انتظار درمان، آگاهی‌افزایی و نظم‌بخشی رفتار، تأکید کنیم. بعدها تصمیم گرفتیم عنوان کار خود را به درمان چهاروجهی تبدیل کنیم تا بر وقوع همزمان و تداخل پذیر این چهار عامل در روان‌درمانی و لزوم برنامه‌ریزی برای هر یک از ابعاد فوق، دربرآمد روان‌درمانی، تأکید کرده باشیم. هدف ما این بود که خواننده در این کتاب، با مبانی درمان چهاروجهی آشنا شده و آن را به کار گیرد.

هر دو لازم می‌بینیم از پیگیری، دقت، تلاش، و صداقت دوست و همکارمان، سرکار خانم زهرا جمشیدی‌فر که سختی و پراستاری مکرر این کتاب را به عهده گرفتند، سپاسگزاری کنیم.

شهرام وزیری