

آشنایی با روان‌درمانی کوتاه روانکاوانه

نوشته

آلکس کورن
پاول سی. مول

گردآوری و ترجمه

سعید شجاع شفتی



مؤسسه انتشارات امیرکبیر

تهران، ۱۳۹۳

سرشناسه: کارن، الکس

Coren, Alex.

عنوان و نام پدیدآور: آشنایی با روان‌درمانی کوتاه روانکاوانه/ نوشته الکس کورن، پاول سی. مول؛ گردآوری و ترجمه سعید شجاع شفتی.

مشخصات نشر: تهران: امیرکبیر، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری: ۱۴۲ ص: جدول.

شابک: 978-964-00-1671-8

وضعیت فهرست‌نویسی: فنی.

یادداشت: کتابنامه: ض. [۱۴۱]-[۱۴۲].

موضوع: روان‌درمانی کوتاه مدت.

موضوع: مشاوره کوتاه مدت.

موضوع: روان‌درمانی روان‌پوایی.

موضوع: روابط شیء (روانکاوی).

کناسه افزوده: مول، پاول سی.

شابک افزوده: Mohl, Paul C.

شناسه افزوده: شجاع شفتی، سعید، ۱۳۳۸ - مترجم.

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ ۲۱۵/۵۵/۴۸-RC

رده‌بندی دیویی: ۶۴۴/۸۹۱۲

شماره کتابشناسی ملی: ۳۳۰۱۷۶۱

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۰۰-۱۶۷۱-۸

این کتاب ترجمه‌ای است از:

Alex Coren, *Short-Term Psychotherapy*, London: Palgrave, 2001.

Paul C. Mohl, *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, vi, New York: Williams & Wilkins, 1995.



مؤسسه انتشارات امیرکبیر

تهران: خیابان جمهوری اسلامی، میدان استقلال، صندوق پستی: ۱۱۳۶۵-۴۱۹۱

آشنایی با روان‌درمانی کوتاه روانکاوانه

© حق چاپ: ۱۳۹۳، مؤسسه انتشارات امیرکبیر www.amirkabir.net

نوبت چاپ: اول

نویسنده: الکس کورن، پاول سی. مول

مترجم: دکتر سعید شجاع شفتی

طراح جلد: محمدرضا نبوی

هروف متن: میترا ۱۳

چاپ و صحافی: اسپید، تلفن: ۸۸۸۴۲۷۶۵۶

شمارگان: ۵۰۰

بها: ۶۰۰۰۰ ریال

همه حقوق محفوظ است. هرگونه نسخه‌برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی و جزئی (به‌جز اقتباس جزئی در نقد و بررسی)، و اقتباس در کیومه در مستندنویسی، و مانند آنها بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

فهرست

۷	مقدمه مترجم
۱۳	منابع
۱۵	فصل اول: معرفی و آشنایی با مقوله روان‌درمانی کوتاه‌مدت
۱۵	۱. مقدمه و معرفی موضوع
۱۶	۲. تاریخچه بسط و تکوین روانکاوی کوتاه‌مدت در بستر
۳۱	۳. معرفی انواع روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت با اسلوب روانکاوی
۳۱	الف - روان‌درمانی کوتاه‌مدت اضطراب‌برانگیز و اضطراب‌تقلیل‌ده
۳۵	ب - دیوید مالان و مثلث بینش
۳۸	ج - روان‌درمانی روانکاوانه (ژرف) کوتاه‌مدت
۴۲	۴. تفاوت‌های تکنیکی بین روانکاوی اصیل و
۴۲	الف - تعیین کانون درمانی
۴۶	ب - نحوه عمل درمانگر
۴۹	ج - مقاومت
۵۰	د - تفسیر ترانسفرانس
۵۵	ه - مرور مطلب
۵۶	و - محدود ماندن یا آزاد گذاردن زمان
۵۷	ز - مقوله ختم درمان
۵۸	۵. نحوه ارزیابی در روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت روانکاوانه برای گزینش بیمار
۶۲	روند ارزیابی در روان‌درمانی‌های روانکاوانه کوتاه‌مدت
۶۵	۶. فرایند نقل حکایت و اهمیت نظریه‌دلبستگی در
۷۱	اهمیت چگونگی نقل حکایت از سوی مددجو در روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت
۷۴	اهمیت «تعجب» در درمان کوتاه‌مدت

۷۵	تشریک مساعی درمانی در روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت
۷۷	نقل حکایت و فرایند درمانی
۷۸	۷. چند نکته در باب فواید و نتایج بالینی
۸۲	۸. بحثی در باب نحوه آموزش و تعلیم
۸۵	منابع لاتین
۸۷	فصل دوم: رویکردهای بالینی روان‌درمانی کوتاه‌مدت
۸۷	۱. روان‌درمانی روانکاوانه کوتاه‌مدت
۹۴	۲. روان‌درمانی کوتاه‌مدت اضطراب‌برانگیز
۹۹	۳. روان‌درمانی روانکاوانه کوتاه‌مدت
۱۰۳	۴. روان‌درمانی محدود - مدت
۱۰۷	۵. روان‌درمانی روانکاوانه محدود - مدت
۱۱۳	۶. روان‌درمانی بین‌فردی
۱۱۶	۷. روان‌درمانی کوتاه برای سندرم‌های ناشی از استرس
۱۲۳	منابع لاتین
۱۳۱	توضیح پاره‌ای از اصطلاحات رایج در متن کتاب
۱۴۱	منابع
۱۴۱	منابع تکمیلی

مقدمه مترجم

شتاب هرچند فزاینده دنیای معاصر بالطبع بر جنبه‌های گوناگون زندگی، از جمله روانکاوی بی‌تأثیر نبوده است. افزایش هزینه‌های خدمات درمانی، محدودیت‌ها یا الزامات شرکت‌های بیمه در خصوص اثبات کفایت یا ساختاریندی سرویس‌های قابل ارائه به اجتماع جهت قبول پرداخت مخارج از سوی آنان، نوسانات مکرر در شیفت‌های کاری و مشکلات عدیده اقتصادی، ارائه بودجه یا وقت محدودی را برای اخذ بهره‌وری مطلوب، اعم از خدماتی یا درمانی، از خود به جا می‌گذارد. بنابراین روانکاوی، که از آن به‌عنوان یک درمان پرهزینه و بلندمدت نیز یاد می‌شود، در طول یک قرن گذشته و به موازات تغییرات حاصله در جهان صنعتی و توسعه‌یافته، متحمل یک سری دگردیسی‌های اجتناب‌ناپذیری گردید تا بتواند بدین‌وسیله خود را با الزامات فوق‌و فوق‌دهد. این فرایندهای تطبیقی که عمدتاً از نیمه دوم قرن بیستم آغاز گردیده بود، قبلاً و در نیمه اول همان قرن به‌صورت تعدیل تدریجی رویکردهای نظری در بستر روانکاوی کلاسیک و ظهور دیدگاه‌های نوین، مثل مکتب روان‌شناسی ایگو، رابطه با غیر خود و روان‌شناسی خویشتن، به‌منصه ظهور رسیده بود. اما در نیمه دوم همین قرن و همگام با رشد گسترش جوامع شهری و پیچیدگی‌های متعلق بدان، و نیز ورود تدریجی سایر دیدگاه‌های رقیب در عرصه روان‌درمانی، به‌ویژه رفتاردرمانی و شناخت‌درمانی، که یکه‌تازی روانکاوی را به‌عنوان تنها روش روان‌درمانی استاندارد به چالش می‌گرفت، لزوم اعمال تغییراتی که آن را با معضلات عصر خویش هماهنگ سازد

به‌شدت حس می‌گردید. بنابراین، در همین راستا، یکی از اولین ابداعات کاربرد روان‌درمانی روانکاوانه بود که در وجه حمایتی و بینش‌گرایانه‌اش از حیث اهداف، جلسات و تکنیک‌های به کار رفته، با روانکاوی اصیل تفاوت‌هایی داشت و سعی خود را در مسیر تسهیل نسبی فرایند درمان، توأم با تحدید اهداف قابل نیل، به کار گرفته بود. امروزه در انستیتوهای معتبر آموزش روانکاوی، علاوه بر دوره‌های چهار تا پنج ساله آموزشی برای تربیت روانکاو، دوره‌هایی دو ساله نیز برای تربیت روان‌درمانگر با رویکرد روانکاوی (روان‌درمانی روانکاوانه) و نیز دوره‌هایی یک ساله تحت عنوان فلوشیپ روان‌درمانی روانکاوانه به‌منظور آشنایی روان‌درمانگران با مفاهیم و اهداف روانکاوی اجرا می‌گردد.

اما در روان‌درمانی روانکاوانه با اینکه از حیث تعداد جلسات از انعطاف بیشتری در مقایسه با روانکاوی برخوردار بود (معمولاً ۲ تا ۳ جلسه در مقایسه با ۴ تا ۵ جلسه در هفته) لکن از بابت دوره کل درمان چندان تفاوتی با آن نداشت (۱ الی ۶ سال در مقایسه با ۳ الی ۶ سال به‌طور متوسط) و این امر نیز هنوز در چهارچوب الزامات پرداخت هزینه‌ها از سوی بیمه‌های درمانی و یا قابلیت جوابگویی سرویس‌های عمومی ارائه‌دهنده خدمات روان‌درمانی به سیل فزاینده متقاضیان و نیازمندیانی که عمدتاً توان مالی کافی برای اخذ خدمات بلندمدت بخش خصوصی را نداشتند، نبود. از این رو ایده اجرای روانکاوی به‌صورت کوتاه‌مدت و جمع و جور توسط پاره‌ای از روانکاوان مجرب که خود سال‌ها در وادی درمان‌های بلندمدت تعلیم دیده و به کار مشغول بودند مطرح شد و نهایتاً هم از قوه به فعل درآمد. کتاب حاضر نیز به‌منظور حصول یک آشنایی مقدماتی با همین مورد به رشته تحریر درآمده است و اگرچه رافع نیاز به مطالعه آثار اختصاصی صاحب‌نظران در این رشته نیست، لکن من‌باب معرفی موضوع و کسب یک درک جامع از ساختار آن خالی از فایده نیز نخواهد بود. اما اکنون ابداع این روش‌ها، صرف‌نظر از تعدیلات اجتناب‌ناپذیر تکنیکی و تئوریک ضمیمه بدانان، نیازمند اثبات کفایت اثرشان نیز بودند تا بدین‌وسیله از روش‌های بی‌اثر یا مضر تفکیک گردند.

بنابراین متعاقب یک سری تحقیقات گسترده، که قبلاً در خصوص اثربخشی روانکاوی در حد فاصل سال‌های ۱۹۳۰ - ۱۹۸۰ صورت گرفته بود، پژوهش‌های جدیدی در رابطه با کفایت اثربخشی درمان‌های کوتاه یا بلندمدت با اسلوب روانکاوی در خلال دههٔ اخیر به عمل آمد که اطلاع از آنان برای پیروان این گونه متدهای روان‌درمانی حائز اهمیت است. به عنوان مثال انجام یک متآنالیز بر روی ۲۲ مطالعهٔ کنترل‌شده و رندوم (تصادفی) که در خلال سال‌های ۱۹۶۰ - ۲۰۰۴ انجام شده بودند، مدلل ساخت که روان‌درمانی‌های روانکاوانه (غیر کوتاه‌مدت)، هم از عدم درمان یا مشاورهٔ عادی مؤثرترند و هم از روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت با اسلوب روانکاوی و در خصوص اثربخشی این گونه درمان‌ها بر ناپسامانی‌های روانی حداقل یک مطالعهٔ قابل قبول، از نظر متودولوژی، یافت می‌گردد؛ بیماری‌های طیف افسردگی (۴ مطالعه)؛ اختلالات اضطرابی (۱ مطالعه)؛ اختلال متعاقب استرس شوک‌آور (PTSD) (۱ مطالعه)؛ اختلال شخصیت مرزی (۲ مطالعه)؛ اختلالات شخصیتی وابسته و سواسی یا اجتنابی (۱ مطالعه) و بالاخره سوءمصرف مواد (۴ مطالعه)؛ در این خصوص کلاً قابلیت اجرای تکنیک‌های درمانی از سوی درمانگر و تأمین فرایند تشریک مساعی دوطرفه از سوی بیمار و درمانگر نیز تعیین‌کنندهٔ برآیند نهایی درمان محسوب می‌گردند.

در متآنالیز دیگری بر روی ۵ مطالعهٔ جداگانه که در حد فاصل سال‌های ۱۹۶۰ - ۲۰۰۸ صورت گرفته بودند، درمان‌های روانکاوانهٔ بلندمدت (بیش از ۵۰ جلسه یا بالاتر از یک سال) اثرات مفیدی را در خصوص امراض پیچیده یا متعدد روانی و اختلالات شخصیتی از خود نشان داده بودند. همچنین یک پیگیری سه تا پنج ساله در همین خصوص مشخص ساخت که درمان‌های بلندمدت روانکاوانه در مورد بیماران (به طور مزمن) افسرده و یا مضطرب دچار اختلال شخصیتی، می‌تواند موجب انطباق بیشتر استیل‌های دفاعی و تعدیل بهتر علائم بیماری گردند.

در مطالعهٔ دیگری بر روی ۳۲۶ بیمار سرپایی مبتلا به افسردگی (۸۴٪) و یا اضطراب (۴۳٪) چنین مشخص گردید که کلاً درمان‌های کوتاه روانکاوانه در دوره‌های درمانی کمتر از یک سال سریع‌تر از درمان‌های بلندمدت اثرات مفید

خود را نشان می‌دهند ولی این تفاوت اثر پس از یک سال کم‌رنگ و بالاخره در درمان‌های بالای سه سال روند کار برعکس شده و تکنیک بلندمدت کارآمدتر از کوتاه‌مدت خود را نشان می‌دهد.

در متاآنالیز دیگری بر روی ۱۴ مطالعه مستقل، مربوط به اثربخشی درمان‌های روانکاوانه بر روی اختلالات شخصیتی، در مقایسه با ۱۱ مطالعه دیگر که مربوط به تأثیر شناخت‌درمانی بر روی موارد مشابه بود، فایده‌ای نسبتاً هم‌پراز برای هر دو روش فوق تشخیص داده شد، و بالاخره در مقایسه بین تأثیر درمانی روان‌درمانی‌های کوتاه‌مدت روانکاوانه با شناخت‌درمانی، در خصوص بیماری اضطراب منتشر، جدیدترین مطالعه مدّال ساخته که هردو به یک اندازه و به میزانی قابل قبول مفیدند و این در شرایطی است که محققین قبلاً هم یک بهبودی نسبی حدود ۵۰٪ و یا رفع کامل علائم تا حدود ۲۰٪ را برای شناخت درمانی (در همین خصوص) گزارش کرده بودند. بنابراین از مجموع مطالعات اولیه و تحقیقات اخیر چنین می‌توان استنباط کرد که کلاً روان‌درمانی با اسلوب روانکاوی، اعم از کوتاه‌مدت یا بلندمدت، روشی مفید و حائز اهمیت درمانی است و همین امر مجدداً بر تمایلات کلی و گسترده روان‌درمانگران در طول یک قرن گذشته جهت توسل بیشتر به درمان‌های این‌چنینی، در مقایسه با سایر متدها، صحت می‌گذارد.

لازم به ذکر است که امروزه در دنیا کلیه روش‌های سابق‌الذکر، یعنی روانکاوی، روان‌درمانی روانکاوانه و بالاخره روش‌های کوتاه‌مدت ملهم از روانکاوی، به موازات یکدیگر، و به فراخور مقتضیات، ابعاد مشکل، علاقه و تجربه درمانگر، و بالاخره ترجیح مددجو در حال انجام بوده و متدولوژی تحقیقات مربوطه نیز در حال تکوین و بازنگری مستمر می‌باشد.

و اما نکاتی چند در باب اثر فعلی؛ پیکره اصلی کتاب حاضر اساساً در دو بخش تدوین گردیده است. بخش نخست که به معرفی موضوع و خط سیر بسط و تکوین آن و نیز تجارب نظریه‌پردازان مطرح در این وادی می‌پردازد، ترجمه‌ای تخیلی شده از چاپ دوم کتاب *روان‌درمانی کوتاه‌مدت با رویکردی روانکاوانه* (۲۰۰۹) نوشته آلکس کورن است. مؤلف کتاب فوق‌الذکر که خود از مدیران کمیته

مطالعات روان‌پویایی (سایکودینامیک؛ دیدگاه‌های ملهم از روانکاوی) دانشگاه اکسفورد انگلستان و سرپرست دوره‌های آموزشی مشاوره و عضو کمیته آموزش مداوم دانشگاه مزبور بوده و دارای تجارب گسترده‌ای در باب اجرای روان‌درمانی و روانکاوی در مراکز مختلف ارائه‌دهنده خدمات بهداشت روانی می‌باشد، سوابق آموزشی قابل توجهی نیز در امر روان‌درمانی (در مقطع فوق‌لیسانس به بالا) و همچنین تحقیقات در حوزه مشاوره با دانشجویان غیربومی و رسیدگی به مشکلات آکادمیک و فرهنگی آنان در بریتانیا و لزوم انجام تعدیلات از سوی روان‌شناسان مشاور برای تطبیق با این‌گونه مشکلات در کینگز کالج لندن دارد. از دیگر آثار او عبارت است از: *رویکردی روانکاوانه در امر آموزش* (۱۹۹۷).

در این راستا، گزینش مطالب از متن کتاب فوق‌الذکر بر مبنای دیدگاهی پراگماتیک (کاربردی) و تقریباً از تمامی فصول کتاب مزبور صورت پذیرفته است، تا ضمن ارائه تصویری منسجم از نقطه نظرات کلیدی مؤلف اصلی، موضوع مورد بحث را نیز به شیوه‌ای منظم و قابل درک برای خواننده ارائه نماید. اهمیت این بخش بالاخص برای دستیاران روان‌پزشکی یا روان‌شناسی بالینی و کلیه کارآموزان یا کارورزان حرف فوق، جهت تفکیک رویکردهای مختلف روان‌درمانی‌های این چنین از یکدیگر و نیز آگاهی یافتن بر الزامات یا علل تاریخی چنین تعدیلات یا تمایزاتی، که می‌توانند به‌عینه بر جهت‌گیری‌های حرفه‌ای خود آنان نیز در آینده تأثیرگذار باشند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. همچنین سعی شده است تا با افزودن یک جدول مقایسه‌ای در انتهای اثر فعلی و نمایش تفاوت‌های تکنیکی متدهای فوق‌الذکر به درک بهتر موضوع کمک گردد.

بخش دوم کتاب فعلی نیز ترجمه کامل یکی از فصول *درسنامه جامع روان‌پزشکی کاپلان و سادوک* (۱۹۹۵)، نوشته پاول سی. مول، استاد روان‌پزشکی دانشگاه تکزاس در دالاس امریکاست، که تحت عنوان *روان‌درمانی کوتاه‌مدت* به نگارش درآمده بود. دکتر مول که عضو کمیته اخلاق پزشکی و رئیس بخش مشاوره - رابط و طب روان‌تنی (سایکوسوماتیک) دانشگاه مزبور نیز هست، از مدیران شناخته‌شده سرویس‌های روان‌درمانی و نیز گردانندگان مهم برنامه‌های

آموزش دستیاری آمریکا محسوب می‌گردد. وی ضمن سردبیری مجله روان‌پزشکی آکادمیک آمریکا، تاکنون ده‌ها مقاله ارزشمند را در حوزه‌های مربوط به آموزش و اجرای روان‌درمانی، روان‌پزشکی مشاور - رابط، ارتباطات متقابل بین شاخصه‌های بیولوژیک (زیست‌شناسانه) و تأثیرات روان‌درمانی و نیز بالاخره روان‌درمانی کوتاه‌مدت در مجلات معتبر علوم پزشکی جهان به چاپ رسانده است (۳۴ مقاله اندکس شده در نمایه Pubmed در خلال سال‌های ۱۹۷۹ - ۲۰۰۹).

وی همچنین در زمره مؤلفین کتاب‌های مبانی آموزش روان‌پزشکی و ارتقای اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها (۱۹۹۹)، اصول روان‌پزشکی (۲۰۰۹) و درسینامه روان‌پزشکی تاسمن (۲۰۰۸) می‌باشد.

علت انتخاب این بخش نیز رویکرد کاملاً عملگرایانه آن، تا سرحد یک راهنمای مبانی خلاصه، برای مجریان فن روان‌درمانی است.

اساساً مول خود از جمله کسانی بود که در خصوص نقش آموزش و نحوه اجرای روان‌درمانی‌های روانکاوانه از سوی روان‌پزشکان نسل فردا به تعیین خط‌مشی پرداخته بود. (آموزش روان‌درمانی به روان‌پزشکان آینده، مجله روان‌پزشکی آمریکا، ۱۹۹۰).

سرآخر اینکه با افزودن لیستی از منابع تکمیلی در پایان اثر فعلی سعی شده تا باب مطالعه و تحقیق بیشتر از سوی خوانندگان علاقه‌مند و کنج‌کاو مفتوح گردد.

دکتر سعید شجاع شفتی

دانشیار روان‌پزشکی

بهار ۱۳۸۹