

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی

در زمینه و عمل

مهارت‌ها، راهبردها و فنون

پروفسور - فلناکن

پروفسور - فلناکن

ترجمه

مجتبی تمدنی، مهران آزاد

اعضای هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب

بهمن بهمنی

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی - تهران



واحد تهران جنوب

۱۳۹۲

سرشناسه: سامرز - فلناگن، جان ۱۹۵۷-م.

Sommers-Flanagan, John

عنوان و نام پدیدآور: نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی، در زمینه و عمل، مهارت‌ها، راهبردها و فنون / جان سامرز فلناگن، ریتا سامرز فلناگن؛ ترجمه مجتبی تمدنی، مهران آزادی، بهمن بهمنی

مشخصات نشر: تهران دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری: سی، ۳۶۶ص، مصور، جدول، نمودار

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۶۴۱-۹

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies, and techniques

یادداشت: کتابنامه

موضوع: مشاوره

موضوع: روان‌درمانی

ژانر: روان‌شناسی - فلناگن، ریتا ۱۹۵۳، م.

شناسه افزوده: Sommers-Flanagan, R

شناسه افزوده: تمدنی، مجتبی، ۱۳۴۰ - مترجم

شناسه افزوده: آزادی، مهران، ۱۳۴۴ - مترجم

شناسه افزوده: بهمنی، بهمن، ۱۳۴۳ - مترجم

شناسه افزوده: دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب

رده‌بندی کنگره: ۸۵BF۶۳۷، ۱۳۹۱

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۳

شماره کتابشناسی ملی: ۳۳۹۰۷۵۳



نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی

در زمینه و عمل - مهارت‌ها، راهبردها و فنون

تألیف: جان سامرز - فلناگن به همراه ریتا سامرز - فلناگن

مترجم: مجتبی تمدنی، مهران آزادی، بهمن بهمنی

رئیس انتشارات علمی: فرشته حاجی‌زاده

طراح جلد: محمد زمانی

ویراستار و نمونه‌خوان: مریم علیجانی

چاپ اول: ۱۳۹۲

تیراز: ۲۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سازمان چاپ دانشگاه آزاد اسلامی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۶۴۱-۹

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

نشانی فروشگاه کتاب دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب: خیابان شریعتی، بین اتوبان همت و حسینیه ارشاد، روبروی

شهرداری منطقه ۳، دانشکده مدیریت و حسابداری؛ شماره تماس ۲۲۸۹۵۸۵۳

بسم الله الرحمن الرحيم
ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ

سخن ناشر

بی‌تردید تعالی علمی و فرهنگی کشور، بازتاب میزان تفکری است که فرهیختگان در مقام عمل به منصه ظهور می‌رسانند. در این بین، مهم‌تر و حساس‌تر از همه، رسالت عالمان و علم‌جویان است. این رسالت همان‌گونه که در سنت پیش‌استعدادهای فردی، با قرائت و مطالعه انجام می‌گیرد، برای پیشبرد اهداف اجتماعی و تعالی فرهنگی، کتابت و مباحثه نیز محقق می‌شود.

از این رو، یکی از بنیادهای مهم مراکز فرهنگی در کنار تعلیم و تربیت، نشر آثار علمی است. معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب، برای ارتقای سطح علمی دانشجویان و تنویر افکار دانش‌پژوهان، به چاپ کتاب‌های علمی، مشاوره و روان‌درمانی، در زمینه و عملی، مهارت‌ها، راهبردها و فنون، اقدام کرده است. با این آیه که به استمرار آیت‌های انتشاراتی، بتواند گامی در راه رشد و بالندگی فرهنگی بردارد.

این کتاب در یک نگاه اجمالی، در ردیف کتاب‌ها قرار می‌گیرد که درباره نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی نگاشته شده است. باوجوداین، نویسندگان این کتاب، بخش مهمی از حرفه‌ای، به‌طور عمده بر جنبه کاربردی نظریه‌ها تمرکز کرده‌اند. بنابراین نظریه‌های اصلی مشاوره و روان‌درمانی را مطابق با رویه مرسوم به موضوع شرح حال، ریشه‌های تاریخی، اصول نظری و فنون درمان اختصاص داده‌اند؛ اما نوآوری و تفاوت این کتاب پس از شرح کلی نظریه آغاز می‌شود. درواقع، بخش دوم هر فصل بر کاربردهای درمانی نظریه، با توجه زمینه و اقدام درمانی متمرکز شده است؛ به‌ویژه بحث از توافق آگاهانه، نقش آماده‌شدن درمانگر برای درمان و آماده‌سازی مراجع، کاربرد فنون در درمان، بخش‌های بدیع و به‌ویژه این کتاب است. با اطمینان می‌توان گفت تمام دانشجویان روان‌شناسی، مشاوره و رشته‌های مرتبط؛ همچنین، علاقه‌مندان مبتدی تا حرفه‌ای از این کتاب سود خواهند برد.

پیش از هر چیز، شایسته است از عنایات ریاست محترم دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب، به پاس ارجمند و نیز دست‌اندرکاران ویرایش، حروفچینی و چاپ کتاب، قدردانی و تشکر به‌عمل آید. از صاحب‌نظران گرامی خواهشمند است با ارائه پیشنهادهای خود، در جهت اصلاح نواقص احتمالی این کتاب و تهیه مطالب مناسب متون درسی دانشگاهی، انتشارات این واحد را یاری کنند. امید است این اثر علمی مورد استفاده استادان و دانش‌پژوهان قرار گیرد.

و من الله التوفیق و علیه التکلان
دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب

فهرست مطالب

پیشگفتار	۱
زمینه و مرور	۱
زمینه تاریخی	۲
پدرین درون کیست؟	۳
واقعیت‌های تاریخی و فرهنگی قابل جایگزین: سه چشم‌انداز	۴
چشم‌انداز زیست‌پزشکی	۴
چشم‌انداز معنوی و خانگی	۵
چشم‌انداز روان‌شناختی	۵
بحث ویژه مترجمان	۶
فصل یکم: نظریه انسان‌نگری و شخصیت	۹
مقدمه	۱۰
مرور نظری	۱۰
نکات اصلی مشاوره انسان‌نگری با کندرا	۱۲
نتیجه درمان	۱۸
نظریه شخص‌محور	۱۸
مقدمه	۱۸
اطلاعات شرح حال	۱۹
زمینه تاریخی	۲۱
عزت و احترام به درمان‌جو	۲۲
مبارزه با روان‌پزشکی و روان‌شناسی	۲۲
تکامل درمان شخص‌محور	۲۳
اصول نظری	۲۴

هشت نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی

۲۴	نظریه شخصیت
۳۰	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۰	نظریه روان‌درمانی
۳۵	روش اجرای درمان شخص‌محوری
۳۶	خودتان را برای انجام درمان با چشم‌انداز شخص‌محوری آماده کنید.
۳۸	درمانجوی خود را برای شخص‌محوری آماده کنید.
۴۰	جملات آغازین درمانگر
۴۰	چشم‌پوش رویه‌های آن
۴۱	نمونه‌های درمانی خاص
۴۱	کاربرد عملی مواردی
۴۷	فنون و روی‌آوردی انجمن درمان شخص‌محور
۴۸	مصاحبه انگیزشی
۴۹	بازی درمانی بی‌رهنمود (شخص‌محور)
۵۲	نتیجه‌گیری
۵۷	فصل دوم: روان‌شناسی فردی: روی‌آورد درمان: آلفرد آدلر
۵۸	مقدمه
۵۸	شرح حال آدلر
۵۹	زمینه تاریخی
۶۱	اصول نظری
۶۲	شخص کل
۶۲	کوشش هدف‌جویانه
۶۴	کوشش برای برتری (برتری‌جویی یا برتری‌طلبی)
۶۶	پدیدارشناسی
۶۶	فردنگری

۶۷		جبریت نرم
۶۸		علاقه اجتماعی و احساس اجتماعی
۷۰		سبک زندگی: نقشه شناختی اولیه
۷۲		هدف‌های تخیلی
۷۳		کلی انتخاب
۷۳		سبک
۷۳		حقان (کهنتری)
۷۴		عقدۀ ارث
۷۴		عقدۀ برتری
۷۴		تکالیف زندگی
۷۵		کار یا اشتغال
۷۵		روابط اجتماعی
۷۶		عشق و ازدواج
۷۷		خود
۷۷		معنویت
۷۸		والدگری و خانواده
۷۸		آسیب‌شناسی و تغییر انسان
۷۹		شناسایی اختلالات روانی
۸۰		عوامل ناسازگاری
۸۰		اغراق در نقایص جسمی
۸۱		سبک زندگی نازپرورده
۸۱		سبک زندگی نادیده‌انگاشته‌شده
۸۲		تمایلات محافظتی افراد ناسازگار و عصبی
۸۲		بهانه‌جویی‌ها

۸۳	 پرخاشگری
۸۴	 کناره‌جویی
۸۷	 روش اجرای درمان آدلری
۸۷	 خودتان را برای درمان با چشم‌انداز روان‌شناسی فردی آماده کنید
۸۸	 راهبردهای عمومی درمان
۸۹	 آماده‌سازی درمانجو، سنجش و فرایند درمان
۸۹	 مرحله یکم: شکل‌گیری رابطه درمانی
۸۹	 تعیین رابطه با تنظیم هدف‌ها
۹۰	 حرکت رابطه با تمرکز بر مثبت‌نگری
۹۰	 تحکیم رابطه با تفسیرهای اولیه سبک زندگی
۹۱	 مرحله دوم: پیشرفت سبک زندگی و تحلیل
۹۱	 مصاحبه در چهارچوب نظریه خانواده
۹۴	 پرسش
۹۴	 خاطرات اولیه
۹۵	 تحلیل رؤیا
۹۷	 سنجش اشتباهات اساسی
۹۷	 مرحله سوم: تفسیر و بینش
۹۸	 مرحله چهارم: تغییر جهت مجدد (یک درمان خاص)
۹۸	 شرح حال نویسی آینده
۹۹	 تصاویر جدیدی خلق کنید
۱۰۰	 طوری عمل کنید «گویی که ...»
۱۰۱	 فن تکمه فشار
۱۰۲	 تف انداختن در سوپ (غذای) درمانجو
۱۰۲	 جلوی خودت را بگیر

۱۰۳	 طرح تکلیف و تلقین بی‌رهنمود
۱۰۴	 راهبردهای تناقضی
۱۰۵	 پند و نصیحت، تلقین و رهنمود
۱۰۵	 کاربرد: مطالعه موردی
۱۱۱	 نتیجه‌گیری
۱۱۵	 فصل سوم: نظریه و درمان رفتارنگری
۱۱۶	 مقدمه
۱۱۶	 زمینه تاریخی
۱۱۷	 رفتارنگری
۱۱۹	 هانس و آلبرت کوپفر
۱۱۹	 پیتر کوچولو
۱۲۰	 رفتاردرمانی
۱۲۰	 بی. اف. اسکینر از امریکا
۱۲۱	 ژوزف ولی، آرنولد لازاروس و استانی رچمن آفریقای جنوبی
۱۲۲	 هانس آیزنک و گروه مودسلی از انگلستان
۱۲۲	 تعدیل دیدگاه رفتاری به رفتاری - شناختی
۱۲۳	 اصول نظری
۱۲۳	 مدل‌های نظری
۱۲۴	 تحلیل رفتار کاربردی
۱۲۶	 شرطی کلاسیک، «رفتارنگری جدید» و «مدل میانجی محرک - پاسخ»
۱۲۹	 نظریه یادگیری اجتماعی
۱۳۰	 درمان رفتاری - شناختی
۱۳۱	 فراتر از شرطی پاسخ‌گر و کنش‌گر
۱۳۲	 نظریه آسیب‌شناسی

۱۳۴	روش اجرای رفتاردرمانی
۱۳۴	خودتان را برای اجرای درمان رفتاری آماده کنید
۱۳۴	درمانجوی خود را برای رفتاردرمانی آماده کنید
۱۳۶	سنجش و رویه‌های آن
۱۳۷	مصاحبه رفتاری یا بالینی
۱۳۸	خودبازبینی
۱۳۸	پرسشنامه‌های استاندارد
۱۳۹	ابزار اندازه‌گیری‌ها
۱۳۹	فنون درمانی خاص
۱۳۹	شرایط عمل و تغییرهای آن
۱۴۴	آموزش آردا
۱۴۹	«حساسیت‌زدایی منظم» درمانی مبتنی بر «مواجهه‌سازی»
۱۵۰	مواجهه‌سازی و حساسیت‌زدایی واقعی و تخیلی
۱۵۱	تک‌جلسه یا جلسات متعدد و «مواجهه‌سازی» (دریجی)
۱۵۱	مواجهه‌سازی به شیوه مجازی
۱۵۱	مواجهه‌سازی از طریق درون‌نگری
۱۵۲	بازداری پاسخ و بازداری آیین
۱۵۳	برخی از مداخلات تکمیلی شرطی پاسخ‌گر
۱۵۴	راهبردهای تکمیلی یادگیری کنش‌گر و مشاهده‌ای
۱۵۶	سرمشق‌گیری مشارکتی
۱۵۶	آموزش مهارت‌ها
۱۵۶	جرئت‌ورزی و سایر رفتارهای اجتماعی
۱۵۸	حل مسئله
۱۶۱	کاربرد: مطالعه موردی

۱۶۱	توصیف درمانجو
۱۶۱	سنجش و رویه‌های آن
۱۶۲	مشورت پزشکی
۱۶۲	گفت‌و شنود درمانی و توضیح‌های آن
۱۷۰	توضیحات تاریخی
۱۶۹	درمان‌های خاص برای اختلالات خاص
۱۷۰	نتیجه‌گیری
۱۷۶	فصل چهارم: درمان شناختی
۱۷۷	مقدمه
۱۷۷	توسعه نظری
۱۷۹	انواع نظریه‌ها و درمان‌های شناختی
۱۷۹	درمان عقلانی - عاطفی - رفتاری
۱۸۳	نظریه آسیب‌شناسی ایس
۱۸۵	درمان‌های شناختی مشارکتی - تجربی
۱۸۶	آرون یک و شناخت درمانی
۱۹۱	آسیب‌شناسی از دیدگاه یک
۱۹۷	داندل میچنهام و آموزش خودآموزی
۱۹۹	نظریه درمانی میچنهام
۲۰۰	درمان‌های شناختی سازه‌گرا - فلسفی
۲۰۱	روش اجرای شناخت درمانی
۲۰۱	خودتان را برای انجام درمان شناختی آماده کنید
۲۰۲	درمانجوی خود را برای شناخت درمانی آماده کنید
۲۰۷	سنجش و رویه‌های آن
۲۰۷	مصاحبه مشارکتی

۲۰۹		مقیاس‌های خوددرجه‌بندی
۲۰۹		خودبازبینی شناختی
۲۱۰		فنون خاص درمانی
۲۱۰		ساختن تفسیرهای جایگزین
۲۱۲		بحث و مجادلهٔ شدید و نیرومند: فن مطلوب ایس
۲۱۳		فکرکردن به سایه‌های خاکستری
۲۱۴		کشف پیامدهای ترک قاعدهٔ «باید»
۲۱۵		ساختن فنون خاص
۲۱۶		کاربرد مطالب موردی
۲۲۴		رابطهٔ بین نظریه و درمان رفتاری و شناختی
۲۲۶		نتیجه‌گیری
۲۳۲		فصل پنجم: نظریهٔ انتخاب و اقصیت‌درمانی جدید
۲۳۲		مقدمه
۲۳۴		اطلاعات شرح‌حال
۲۳۴		زمینهٔ تاریخی
۲۳۵		اصول نظری
۲۳۶		پنج نیاز اساسی انسان
۲۳۶		نیاز به بقا
۲۳۷		نیاز به عشق و تعلق
۲۳۸		نیاز به قدرت
۲۴۱		نیاز به آزادی
۲۴۲		نیاز به تفریح، بازی و سرگرمی
۲۴۲		دنیای کیفی
۲۴۳		رفتار کل

۲۴۳	خلاصه نظریه انتخاب
۲۴۴	نظریه انتخاب و آسیب‌شناسی
۲۴۹	بازداری و مهار خشم
۲۵۰	کمک گرفتن
۲۵۰	انتخاب از مشکلات
۲۵۱	روان‌اجرا و واقعیت‌درمانی
۲۵۱	خودمان را برای انجام واقعیت‌درمانی آماده کنید
۲۵۱	سنجش رویه‌های از
۲۵۴	کاربرد: مطالعه
۲۵۵	درمانجوی خود را با استفاده از نظریه واقعیت‌درمانی آماده کنید
۲۵۶	فنون و فرایند درمان
۲۵۹	فنون درمانی تکمیلی
۲۶۳	فنون بیشتری از واقعیت‌درمانی
۲۶۳	برقراری رابطه درمانی
۲۶۵	واقعیت‌درمانی و مواجهه‌سازی
۲۶۶	کمک به درمانجو برای توسعه طرح‌های مؤثر
۲۶۸	نتیجه‌گیری
۲۷۲	فصل ششم: نظریه و درمان سازده‌گرا
۲۷۲	مقدمه
۲۷۴	اطلاعات شرح حال و زمینه‌های تاریخی
۲۷۵	میلتون اریکسون، خواب‌واره‌درمانی راهبردی و روی‌آوردهای راهحل‌محور
۲۷۷	پروژه بالواتو و درمان کوتاه‌مدت ایتالیایی
۲۷۹	کشف راهحل‌ها و روایت‌ها
۲۷۹	درمان کوتاه‌مدت متمرکز بر راهحل

۲۸۱	روایت‌درمانی
۲۸۲	اصول نظری درمان سازه‌ای
۲۸۲	پسامدرنیسم
۲۸۳	زبان و بیان زبانی
۲۸۴	تغییر، ماهیتی ثابت و حتمی
۲۸۵	درمان سازه‌ای درمانی مبتنی بر همکاری، مشارکت و باهم‌ساختن
۲۸۶	درمان متمرکز بر شرایط، نقاط قوت و راه‌حل‌های مثبت
۲۸۷	نظریهٔ آسپشناسی
۲۸۸	روان‌اجرای درمان سازه‌ای
۲۸۸	خوش‌رانی درمان با چشم‌انداز سازه‌گرا آماده کنید
۲۹۱	درمانجوی خود را برای درمان سازه‌ای آماده کنید
۲۹۲	سنجش و رویه‌های
۲۹۲	آغاز جلسه
۲۹۳	پرسش‌های مقیاسی
۲۹۴	سؤال‌های درصدی
۲۹۴	سنجش انگیزهٔ درمانجو
۲۹۵	روی‌آورد سطحی‌نگر به سنجش
۲۹۷	فنون درمانی خاص
۲۹۷	سؤال دربارهٔ تغییر پیش از درمان
۲۹۸	سؤال‌های تشریحی خاص و توصیف مجدد
۲۹۹	مباحثه بیرونی‌سازی
۲۹۹	کارل راجرز با یک چرخش
۳۰۰	تغییر برچسب
۳۰۰	پرسش‌های پیش‌فرض

۳۰۱	تکالیف قراردادی
۳۰۴	نامه‌نویسی
۳۰۷	تیم‌های انعکاسی (اتاق فکر) یا استراحت‌های درمانی
۳۰۹	کاربرد: مطالعه موردی
۳۰۹	مطالعه موردی یک نوجوان مقاوم
۳۱۰	نتیجه‌گیری
۳۱۷	فصل دوم: نظریه و درمان وجودی
۳۱۸	مقدمه
۳۱۸	شخصیت‌های کلیدی در زمینه‌های تاریخی
۳۱۹	رولو می: از نظریه انسان وجودی
۳۲۰	ژان پل سارتر: نمونه وجودی
۳۲۲	فریتز و لورا پرلز: از نظریه وجودی تا تجربه گشتالتی
۳۲۴	من تجربه‌ام هستم
۳۲۴	جن، دیو یا روح اهریمنی
۳۲۶	ماهیت اضطراب
۳۲۷	احساس گناه بهنجار و عصبی
۳۲۸	پویانی‌های روانی وجودی
۳۲۹	مرگ و نیستی
۳۳۰	آزادی
۳۳۱	تنهایی
۳۳۲	بی‌معنایی
۳۳۵	آیا زندگی معنادار است؟
۳۳۶	خودآگاهی
۳۳۶	وجودنگری و بدبینی

۳۳۷	روان‌شناسی آسیب روانی
۳۳۷	روش اجرای درمان وجودی
۳۳۸	خودتان را برای درمان با چشم‌انداز وجودی آماده کنید
۳۴۰	درمانجوی خود را آماده درمان به روش وجودی کنید
۳۴۱	سنجش و رویه‌های آن
۳۴۲	رون خاص درمان وجودی
۳۴۳	قصد تناقضی
۳۴۴	فناوری فکری
۳۴۵	فنون خاص درمان گشتالتی
۳۴۵	حسن‌امین
۳۴۶	مسئولیت‌های درمانی
۳۴۶	بازی فرافکنی
۳۴۷	فن معکوس‌سازی
۳۴۷	تشدید تجربی
۳۴۸	فن صندلی خالی یا تجربه گفت‌ووشود با خود
۳۵۱	روی‌آورد گشتالتی به رؤیا
۳۵۱	کاربرد: مطالعه موردی
۳۵۴	نتیجه‌گیری
۳۶۱	فصل هشتم: روان‌تحلیل‌گری، تحلیل‌گری کوتاه‌مدت
۳۶۲	مقدمه
۳۶۲	اطلاعات شرح حال «زیگموند فروید»
۳۶۳	زمینه تاریخی
۳۶۳	فرضیه اغوا
۳۶۴	بازپس‌گیری و تکذیب فرضیه اغوا

۳۶۶	 اصول نظری روان تحلیل گری
۳۶۶	 روی آوردی پویا
۳۶۸	 روی آوردی مکان نگار
۳۶۹	 روی آورد تحول مرحله ای
۳۷۰	 روی آورد ساختاری (پایگاهی)
۳۷۳	 آسایشنا و تغییر انسان
۳۷۴	 کاربرد مهارت های روان تحلیل گری در روان درمانی
۳۷۵	 تکامل و تحول تئریه روان تحلیل گری
۳۷۵	 آنا فروید و «ایگو من»
۳۷۶	 روان شناسی تحلیل گری
۳۷۷	 روابط موضوعی (شیئی)
۳۷۸	 روان شناسی خود (نفسی)
۳۷۹	 تداوم تحول نظری
۳۸۱	 تعدیل های عملی: روان تحلیل گری کوتاه مدت و محدودیت زمانی
۳۸۴	 روان شناسی هم ذهنی دوشخصی یا جنبش روان تحول گری عقلانی
۳۸۵	 روش اجرای درمان روان تحنیل گری
۳۸۵	 اصول روان تحلیل گری و شیوه های درمانی
۳۸۶	 قواعد اساسی
۳۸۷	 تفسیر
۳۸۷	 توسعه یک اتحاد درمانی
۳۸۸	 القای نقش
۳۸۸	 زمان بندی
۳۸۹	 چطور تفسیر می کنید؟
۳۸۹	 انتقال

۳۹۰	انتقال متقابل
۳۹۲	بینش سه‌گانه
۳۹۳	تفسیر رؤیا
۳۹۴	آماده‌سازی خودتان برای درمان روان‌تحلیل‌گری
۳۹۵	درمانجوی خود را برای مشارکت در درمان رسمی روان‌تحلیل‌گری آماده کنید. ...
۳۹۶	سنجش و رویه‌های آن
۳۹۷	کاربرد: مثال‌های موردی
۳۹۷	تحلیل من
۴۰۴	نتیجه‌گیری
۴۱۰	فصل نهم: یونگ، اجرای روان‌درمانی تحلیلی
۴۱۱	مقدمه
۴۱۱	اطلاعات شرح حال درل یونگ
۴۱۲	زمینه تاریخی
۴۱۲	یونگ و فروید
۴۱۵	مابعد روشنفکری
۴۱۵	اصول نظری روان‌شناسی یونگی
۴۱۷	نظریه شخصیت
۴۱۷	ناهشیاری
۴۱۸	عقد‌ها
۴۱۹	کهن‌الگو (آرک‌تایپ)
۴۲۲	تیپ یا سنخ‌های شخصیتی
۴۲۶	نظریه آسیب‌شناسی
۴۲۷	روش اجرای درمان یونگی
۴۲۷	جنبه‌های سفر

۴۲۸	 نقاب و اصالت (خلوص)
۴۲۸	 پایان دادن به محاصره با بخش سیاه
۴۲۹	 یکپارچگی انیما / انیموس
۴۲۹	 فراروندگی، تمامیت، زندگی کاملاً هشیار
۴۲۹	 دتان را برای درمان با چشم‌انداز یونگی آماده کنید
۴۳۱	 مناجات خود را برای مفاهیم یونگی آماده کنید
۴۳۲	 سبب‌های رویه‌های آن
۴۳۵	 کاربرد معنای
۴۳۷	 یک فن درمانی اصلی اعتماد از رویا
۴۳۷	 چشم‌انداز عملی رویا
۴۳۹	 چشم‌انداز معنوی رویا
۴۴۰	 نتیجه‌گیری
۴۴۳	 فصل دهم: نظریه و درمان مبتنی بر برابری جنسیتی
۴۴۳	 مقدمه
۴۴۴	 شخصیت‌های کلیدی و زمینه تاریخی نظریه برابری
۴۴۵	 یک تعریف عملی
۴۴۶	 اصول نظری نظریه و درمان برابری
۴۴۷	 یک مشکل شدید و بلند مدت: مرد معادل هنجار
۴۴۸	 اصل یکم: مرد بودن و زن بودن، جنبه‌های اصلی و قدرتمند هویت ما هستند
۴۵۰	 اصل دوم: فرهنگ مسلط، به کسی که با این فرهنگ متناسب نیست آسیب می‌زند
۴۵۱	 اصل سوم: هشپاری بخشی از درمان و تغییر است
۴۵۳	 روش اجرای درمان برابری
۴۵۵	 خودتان را برای درمان برابری آماده کنید
۴۵۶	 درمانجوی خود را برای درمان برابری آماده کنید

۴۵۹		سنجش و رویه‌های آن
۴۶۰		حرمت نفس درمانجو
۴۶۰		نقش جنسی مطلوب و سطح تحول
۴۶۰		تفاوت‌های ارتباطی مبتنی بر جنس
۴۶۱		مسئله صمیمیت و بدن
۴۶۲		نتیجه‌گیری سنجش برابرگرا
۴۶۲		مطالعه موردی
۴۷۲		نتیجه‌گیری
۴۷۶		فصل یازدهم: نظریه‌های چندفرهنگی و نظریه‌های غیرغربی
۴۷۷		مقدمه
۴۷۸		بافت تاریخی و مدل تأثیرگذار مهم
۴۷۸		مشارکت‌کنندگان
۴۷۸		زمینه تاریخی
۴۸۱		فرهنگ چیست؟
۴۸۵		چندفرهنگی چیست؟
۴۸۶		مشاوره چندفرهنگی چیست؟
۴۸۷		اصول نظری
۴۹۰		نظریه شخصیت
۴۹۱		جهت‌گیری فردنگری در برابر جمع‌نگری
۴۹۲		سازش فرهنگی، جذب نژادی و فرهنگی، دیگ مذاپ بدنام
۴۹۴		نظریه آسیب روانی
۴۹۴		روش اجرای مشاوره چندفرهنگی
۴۹۵		خودتان را برای اجرای درمان چندفرهنگی آماده کنید
۵۰۰		درمانجوی خود را برای درمان چندفرهنگی آماده کنید

۵۰۱		سنجش و رویه‌های آن
۵۰۳		کاربرد: مطالعه موردی
۵۰۹		فنون درمانی خاص
۵۱۰		نظریه‌ها و فنون غیر غربی
۵۱۲		علا بودایی اینجا و آنجا
۵۱۳		خرید و فروش
۵۱۳		احلاق
۵۱۳		مراقبه
۵۱۴		بازگشت به معنویت
۵۱۶		نتیجه‌گیری
۵۲۲		فصل دوازدهم: مشاوره روان‌رمان یکپارچه‌ساز
۵۲۳		مقدمه
۵۲۳		مبانی تنوع (کثرت) و یکپارچه‌سازی نظری
۵۲۳		فردنگری
۵۲۴		تعیین فرهنگی
۵۲۴		تعارض انسانی
۵۲۶		روندهای تاریخی و نظری یکپارچه‌سازی در مشاوره و روان‌درمانی
۵۲۷		خلوص ایدئولوژیکی
۵۲۷		یکپارچه‌سازی نظری
۵۲۷		عوامل مشترک
۵۳۰		فرضیه ضعف روحیه
۵۳۰		عناصر مشترک یک درمان اثربخش
۵۳۱		التقاط‌نگری فنی
۵۳۳		روش اجرای درمان‌های التقاط‌گرایی خاص و یکپارچه‌ساز

۵۳۴	خودتان را برای درمان از چشم‌اندازی التقاط‌گرا و یکپارچه‌ساز آماده کنید.....
۵۳۴	درمانجوی خود را برای درمانی التقاط‌گرا و یکپارچه‌ساز آماده کنید.....
۵۳۵	درمان چندوجهی: التقاط‌نگری فنی آرنولد لازاروس.....
۵۳۵	سنجش.....
۵۳۷	کاربردهای فنی.....
۵۳۷	سبک درمانگر.....
۵۳۹	حساسیت‌زدایی با حرکت چشم و بازپردازش (ذهنی).....
۵۴۲	روان‌سازی (بساط) بین‌فردی.....
۵۴۴	روان‌سازی درمانی - تجربی.....
۵۴۶	رفتاردرمانی - تکتبی (جدلی).....
۵۴۸	درمان پذیرش.....
۵۴۹	روان‌درمانی شناختی - سازنده.....
۵۵۱	مدل یکپارچه‌سازی سطح بالا - عوامل مشترک - مدل تغییر فرایندهای.....
۵۵۲	فرایندهای تغییر.....
۵۵۲	مراحل تغییر.....
۵۵۳	سطح تغییر.....
۵۵۴	نتیجه‌گیری.....
۵۶۱	فصل سیزدهم: نظریهٔ مرحله‌ای تحولی - شناختی.....
۵۶۱	مقدمه.....
۵۶۲	زمینه: نیاز به یک روی‌آورد پیشگیرانه و تحولی.....
۵۶۳	بازگشت به التقاط‌نگری.....
۵۶۴	مدل تحولی - شناختی.....
۵۶۶	مراحل و رفتارهای تحولی - شناختی: آیا پیوندی بین این دو وجود دارد؟.....
۵۶۷	مراحل تحولی - شناختی: هدف‌ها و راهبردهای مشاوره‌ای.....

فهرست مطالب بیست و پنج

۵۶۹		مشخصات و راهبردهای نمونه برای سطح کنش‌وری سطح دلتا/دلتا سه
۵۷۰		مشخصات و راهبردهای نمونه برای سطح کنش‌وری سطح /مرحله سه
۵۷۲		مشخصات و راهبردهای نمونه برای سطح کنش‌وری سطح / مرحله چهارم
۵۷۴		مشخصات و راهبردهای نمونه برای سطح کنش‌وری سطح / مرحله چهار به پنج / پنج
۵۷۶		شرایط اجرای ایفای نقش اجتماعی
۵۷۷		
۵۷۷		انتقال (از یک مرحله به مرحله بعد)
۵۷۸		سنجش و رویه‌های از
۵۷۸		کاربرد: مطالعه مرور
۵۸۰		کاربردها
۵۸۲		چشم‌انداز آینده
۵۸۵		منابع
۶۲۱		نمایه اسامی

مقدمه مترجمان

پس از تقریباً سی سال آشنایی با مباحث روان‌شناسی و مطالعه و تدریس نظریه‌های شخصیت، مشاوره و روان‌درمانی، شناخت خود را از این مطالب و نظریه‌ها مطلوب می‌دانستیم؛ وقتی به کتاب نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی نویسندگان این کتاب برخوردیم، با حسی الهامی به مطالعه مجدد نظریه‌ها پرداختیم. با هر نگاه و بررسی، مواردی از کار نویسندگان را یافتیم که با هر کتاب دیگری متفاوت بود. نظریه‌های این نویسندگان که کتاب را به زبان اصلی خلاصه و به دانشجویان ارائه کنیم، باوجوداین، با گذشت زمان، همواره حس الهامی ما را به تصمیمی متناسب با موضوع هدایت کرد. این تصمیم ترجمه کتاب و ارائه آن به دانشجویان در هر مقطع تحصیلی از کارشناسی تا دکتری و نیز به‌عنوان یک کتاب کار عملی به مشاوران و درمانگران و به کلیت این تصمیم به چند عامل مرتبط به هم وابسته بود.

نخست اینکه، بسیاری از کتاب‌های نظریه‌های روان‌شناسی مرتبط با سلامت ذهن و رفتار را به‌صورتی خلاصه، ساده، بدیع و قابل استفاده تنظیم کرده‌اند. این نظریه‌ها طوری تدوین شده‌اند که خواننده مبتدی به‌خوبی با نظریه‌پرداز، خاستگاه اصول علمی و نیز تحول و تکامل نظریه در طی زمان آشنا می‌شود. خواننده آشنا با نظریه‌ها نیز به تدریج با هر منبع دیگری پی می‌برد. عامل دوم، جنبه کاربردی نظریه برای کارورزی دانشجویان، راهنمایی درمانگران است. نویسندگان به‌خوبی توانسته‌اند با ارائه راهنمایی‌های آماده‌سازی درمانگر و درمانجو، کاربردی بودن متن را برجسته کنند. به‌نظر ما این وجه از کتاب کاری بدیع و نوآورانه در کتاب‌های مرتبط با مشاوره و روان‌درمانی است. نویسندگان به‌خوبی خواننده را برای آماده‌شدن برای درمان راهنمایی کرده‌اند؛ درمانگران روش‌های مناسب آماده‌سازی درمانجو را نشان داده‌اند؛ رویه‌های سنجش و نیز فنون اصلی را با کاربرد در درمان شرح می‌دهند. عامل سوم نیز در نوع خود موضوعی قابل توجه بود. نویسندگان با ارائه نکات برجسته در هر نظریه و ارائه ابزاری آموزشی برای آن به تکمیل متن اصلی کمک کرده‌اند.

از جهتی دیگر، با اینکه کتاب کاربردی درسی دارد، به زمینه استفاده آن در بافت آموزشی نیز توجه شده است. درواقع، کاربردهای عمومی آن با نظر متخصصان بالینی و برای تعمیق چشمانداز بالینی به کار رفته است. نویسندگان این کتاب هر نظریه را طوری طرح کرده‌اند که برای دانشجویان تازه‌وارد قابل درک و برای مقاطع تحصیلی بالاتر تأمل‌برانگیز باشد. آنها به‌خوبی از عهده توضیح نظریه در روان‌درمانی آن برآمده‌اند. تقریباً در هر فصل توصیه‌ها و نکاتی اخلاقی از نظریه ارائه شده است. همچنین، توضیحاتی که برای کاربرد نظریه در درمان نوشته شده است، به درمانگران تازه‌کار کمک خواهد کرد بتوانند اصول نظری را به دنیای واقعی انتقال کنند. کادریایی نیز برای تفکر و تعمق خواننده درمورد مطالب سؤال‌برانگیز طرح شده است. در پایان هر فصل یک نمونه مطالعه موردی که بادقت تمام کاربرد نظریه را در بافت درمان توصیف می‌کند ارائه شده است. این مثال‌ها یک نمونه عالی از کار درمانگر در

انطباق با نظریه است. مطالعه موردی به خواننده کمک می‌کند یک نمونه مناسب برای کاربرد نظریه در اقدام درمانی اختیار داشته باشد. افزون‌براین، به‌عنوان متخصصان این رشته، در برخی از فصل‌ها یادداشت‌های ویژه‌ای را ارائه کرده‌ایم که امیدواریم نظر خواننده را جلب کند.

در ویراست نهایی کتاب و با توجه به تجربه طولانی تدریس نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی، رویه متفاوتی از سلسله‌مراتب تاریخی نظریه‌ها را در پیش گرفتیم. چون همگی مدرس، مشاور، درمانگر و پژوهشگر این حوزه هستیم؛ به چند نکته برای جابه‌جایی فصل‌های کتاب توجه کردیم. نخست اینکه با تجربه کشف کرده‌ایم، برخورد با نظریه‌های پیچیده، ذهن خواننده مبتدی را به هم می‌ریزد. از جهتی دیگر، خواننده آشنا نیز دوست دارد مطالب از ساده به پیچیده تنظیم شود. باوجوداین، همگی می‌دانیم نظریه‌های قدیم، پیچیدگی‌های خاص خود را دارند و نظریه‌های متأخرتر ساده‌تر هستند. همچنین، به عنوان متخصصان بالینی همواره به مبتدی‌ها توصیه کرده‌ایم از ورود زود هنگام به نظریه‌های پیچیده خودداری کنند. لازم بود این توصیه را در تدوین کتاب نیز رعایت کنیم. از جهتی دیگر، دانشجویان مشاوران و درمانگران تازه‌کار نیز خود دوست دارند در مطالعه نظریه‌ها از موارد ساده‌تر به پیچیده‌تر و از نظریه‌های تاریخی به نظریه‌هایی که کاربرد کمتری دارند پیش بروند. در نتیجه، ساختار سلسله‌مراتبی تاریخی کتاب را کمی دست‌نخورده گذاشتیم و ساختاری متناسب با هدف بالا را در پیش گرفتیم. در نهایت، ترتیب تدوین فصل‌ها از ساده به پیچیده را به شرح زیر قرار دادیم.

حتی پیش از تدوین کتاب از ساده به پیچیده و از پر کاربرد به کم کاربرد، به دلیل اعتقاد راسخ به موضع انسان‌یاوری مشاوره و روان‌درمانی، نظریه انسان‌نگری را از کتاب درسی مشاوره (لاک، میرس و هر، ۲۰۰۱) انتخاب و در مقدمه فصل نظریه شخص‌محور را جریز قرار دادیم. از آن جهت که قصد داشتیم نظر خواننده را به این نکته جلب کنیم که هدف اصلی همیشه هدف است، به‌نظر ما انسان نه وسیله است، نه شیء است، بلکه انسان شخص و یک هدف است. همین دلیل با ارائه نظریه انسان‌نگری در مقدمه نظریه شخص‌محوری بر نگاه فلسفی و انسان‌یاوری تأکید کردیم. چون نظریه شخص‌محور نظریه‌ای فنی نیست و تمرکز آن بر برقراری یک رابطه خاص با مشاور است؛ همچنین، به‌خاطر اینکه هر مشاور و درمانگری در کار خود از شروط اصلی درمان شخص‌محور استفاده می‌کند؛ و نیز به این دلیل که برای درمانگر مبتدی نظریه مشاوره شخص‌محور سنتی به‌خوبی قابل درک است. البته، این نظریه را بلافاصله بعد از طرح نظریه انسان‌نگری ارائه کردیم. فکر می‌کنیم دانشجوی مشاوره که در آغاز آشنایی با نظریه‌ها است درک و پذیرش بالاتری از نظریه شخص‌محور و کاربرد آسان آن در درمان پیدا کند. در هر صورت، با آغاز کتاب از نظریه انسان‌نگری و در بُعد تکمیلی آن، نظریه شخص‌محوری را جریز، تنظیم کتاب را از نظریه‌های ساده آغاز کرده و به‌سوی نظریه‌های پیچیده و دشوار و در نهایت با کاربرد خاص در درمان ادامه دادیم.

در فصل دوم و بعد از نظریه شخص‌محور، نظریه روان‌شناسی فردی آدلر ارائه شده است. این نظریه به دلیل اینکه به لحاظ مفهومی به خوبی ساخت‌یافته است، و به دلیل سازگاری خاص آن با عقل سلیم، که به‌رغم پیچیدگی محتوا درک آن را ساده‌تر کرده است، و نیز ارائه یک چشم‌انداز متناسب با سبک زندگی سالم، انتخاب مناسبی برای گام دوم آشنایی و کاربرد نظریه در درمان است. برخی ادعا می‌کنند به دلیل تأکید نظریه بر بستر اجتماعی و به‌ویژه زمینه خانوادگی و از این جهت که بررسی پویایی خانواده جزئی از درمان است، ضرورت استفاده از مبانی نظریه آدلر در هر نوع درمان احساس می‌شود. فصل سوم و چهارم کتاب را باز هم با رعایت نظریه‌های پر کاربرد و عمومی به نظریه رفتاری و بعد شناخت اختصاص دادیم. کسانی که با حوزه مشاوره و روان‌درمانی آشنا هستند به خوبی می‌دانند این دو نظریه در کنار هم یکی از پرکاربردترین نظریه‌های دوران اخیر تبدیل شده است. دانشجویی که روز به روز با نظریه‌های پیشرفته‌تر آشنا می‌شود در این مقطع خود را آماده آشنایی و کار با این دو نظریه اساسی در مشاوره می‌بیند. رفتاری و شناختی در تلفیق با شناخت‌درمانی در دنیای پر سرعت امروز به مهم‌ترین ابزار درمان تبدیل شده‌اند.

خوانندگان آشنا با تکامل نظری می‌دانند که نظریه‌های سازه‌نگری، به عنوان یک نظریه مورد اقبال همگانی و احتمالاً آینده‌دار، در ادامه پیوستار نظریه رفتاری - شناختی قرار دارد. نظر مترجمان این بود که به دلیل تکامل نظری مشاوره رفتاری به رفتاری - شناختی و سپس رفتاری - شناختی - سازه‌نگری، بلافاصله بعد از شناختی، نظریه‌های سازه‌نگری گنجانده شود؛ باوجوداین، چون نظریه واقعیت‌درمانی گلاس در مقایسه با سازه‌نگری کمتر پیچیده و فلسفی است، آن را قبل از این نظریه قرار دادیم. در هر صورت، فصل ششم کتاب بود که به نظریه‌های سازه‌نگری اختصاص یافت. این مجموعه شامل نظریه‌هایی است که از رویکردی شناختی - فلسفی برای درک مشکلات درمانجو و مداخلاتی مبتنی بر مثبت‌اندیشی استفاده می‌کنند. به نظر من سازه‌نگری و در فصل هفتم نظریه‌های وجودی ارائه شده است. این فصل مجموعه نظریه‌ها را برمی‌گیرد که نگاهی کاملاً فلسفی به مشکلات انسان دارند. به‌رغم تعجب برخی، نویسندگان این نظریه‌ها به دنبال نگاه وجودی نظریه گشتالتی به انسان، آن را در طبقه نظریه‌های وجودی قرار داده‌اند. بنابراین در فصل هفتم از یک سو با نظریه‌های وجودی آشنا می‌شویم که کاملاً نگاهی متوجه رابطه انسانی دارد؛ از سوی دیگر نظریه گشتالت است که بر افزایش آگاهی و بصیرت درمانجو متمرکز است.

نظریه روان‌پویایی فروید را بعد از همه این نظریه‌ها در فصل هشتم قرار دادیم. نویسندگان کتاب، تاریخچه‌ای خلاصه و کامل از نظریه سنتی روان‌پویایی و روی‌آوردهای اخیر را به نحوی ارائه کرده‌اند که کمبودی برای شناخت آن احساس نمی‌شود. اما بخش کاربرد نظریه به صورتی ساده و قابل فهم فنون اصلی درمان روان‌تحلیل‌گری را توضیح داده است. بعد از نظریه فروید و در فصل نهم نظریه

تحلیلی یونگ قرار داده شده است. نگاه اساطیری یونگ به پدیده‌های روان‌شناسی با فرهنگ‌های سنتی و شرقی همخوانی دارد. با اینکه استفاده از این نظریه در درمان رایج نیست اما طرفداران، شیفته نگاه خاص یونگ به ذهن انسان هستند. فصل دهم کتاب به نظریه‌های برابرنگری اختصاص یافت. نویسندگان در این فصل به خوبی خطرات و سودمندی‌های یک نگاه برابرنگر را توضیح داده‌اند. فصل دهم نوعی نگاه تکمیلی به نظریه‌های برابرنگری است. بنابراین، بلافاصله بعد از فصل برابرنگری، نظریه‌های فرهنگی ارائه شده است. این نظریه‌ها به فراتر از تفاوت‌های زبانی و به شباهت فرهنگی برای درمان می‌پردازند. بعد از مطالعه همه این نظریه‌ها نوبت به فصلی می‌رسد که نظریه‌های مختلف را به روش‌های مختلف با هم یکپارچه کند. بنابراین، فصل یکپارچه‌سازی نقطه تکاملی همه نظریه‌ها تلقی می‌شود. کتاب سامرز - فلناگن و سامرز - فلناگن با فصل یکپارچه‌سازی به پایان می‌رسد. اما مترجمان در چند سال گذشته (دست‌کم در حدود ده سال) با یک نظریه با زمینه تحولی - شناختی آشنا بودند. نویسنده این کتاب اصل این نظریه ادعا می‌کند نقطه پایانی هر نظریه‌ای بازگشت آن به یک نظریه تحولی - شناختی است. مترجمان کتاب نیز جامعیت این نظریه را درک کردند و آشنایی و یادگیری آن را با یک کتاب عالی در زمینه مشاوره و روان‌درمانی سازگار می‌دانند. بنابراین، فصلی از کتاب لاک، میرس و هر (۲۰۰۱) که به این نظریه اختصاص داشت به عنوان فصل پایانی کتاب حاضر قرار داده شد. این کتاب با چشم‌اندازهای نظریه‌های اساسی جنبه کاربردی دارد؛ بنابراین، امیدواریم تغییر هدفمند فصل‌ها به سود خواننده تمام شود.

با امید به اینکه اثر حاضر بتواند هدف مترجمان را در زمینه‌های آموزشی، پژوهشی و درمانی، برای دانشجویان، مشاوران و درمانگران فراهم کند؛ برای همکاران و رزقی شادکامی می‌کنیم.

مجتبی تمدنی، مهران ابراهیمی

اعضای هیئت علمی گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران جنوب

بهمن بهمنی

عضو هیئت علمی گروه مشاوره دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران