

روایت درمانی

«جهت آشنایی متخصصان مشاوره و روان‌درمانی»

«ویراست دوم»

نویسنده: مارتین پین

مترجم:

دکتر مریم شمس‌اعلی نسب

عضو هیئت علمی دانشگاه، تدریس مدرس

با همکاری

حلیمه پناهی

ویراستاری: گروه علمی رشد



تهران - ۱۳۹۵

پین، مارتین (Payne, Martin)

روایت‌درمانی جهت آشنایی متخصصان مشاوره و روان‌درمانی / نویسنده مارتین پین؛ مریم اسماعیلی‌نسب؛ با همکاری حلیمه پناهی. مشخصات نشر: تهران: رشد، ۱۳۹۵. مشخصات ظاهری: ۳۲۰ ص.

شابکد ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۱-۰۴۷-۰ وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Narrative therapy: an introduction for counsellors, 2nd ed. ©2006.

موضوع: قصه‌درمانی موضوع: ساختارگرایی (روان‌شناسی) موضوع: فراتجدد -- جنبه‌های روان‌شناسی

موضوع: روان‌درمانی موضوع: مشاوره بهداشت روانی موضوع: درمان سازه شخصی

شناسه افزوده: اسماعیلی‌نسب، مریم، ۱۳۵۴ - مترجم شناسه افزوده: پناهی، حلیمه، ۱۳۵۲ - مترجم

ردمبندی کنگره ۹۱۳۹۵ پ ۶ ق / RC۴۸۹ ردمبندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۶۵ شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۱۷۹۱۲

روایت درمانی

«بهت آشنایی متخصصان مشاوره و روان درمانی»

نویسنده: مارتین پین

ترجمه: دکتر مریم اسماعیلی نسب

عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

باهمداری: حلبه پناهی

ویراستاری: گریس حلی رشد

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۵ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرمانسا



مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهید زاندارمری، شماره ۴۱، تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبروی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت)، شماره ۷۲،

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲ - ۶۶۴۹۸۳۸۶ - دورنگار: ۶۶۴۹۷۱۸۱

فهرست مطالب

۱۱	 سخن مترجم
۱۵	 مقدمه‌ای بر کتاب
۱۷	 سپاسگزاری
۱۹	 مقدمه‌ای بر ویرایش دوم کتاب
۲۱	 پیشگفتار
۲۷	 اول: مروری بر روایت‌درمانی
۲۷	 روایت‌درمانی و درمان‌های سنتی
۳۰	 توصیف‌های متفاوت ولی به یک اندازه معتبر
۳۱	 زبان روایت‌درمانی
۳۴	 چهارچوب جلسات
۳۵	 شرح مختصری از فرایندهای روایت‌درمانی
۳۵	 فرد داستان‌ش را می‌گوید: توصیف سرشار از مشکل
۳۶	 نام‌گذاری مشکل
۳۷	 به‌کارگیری زبان برون‌سازی
۳۸	 در نظر گرفتن حوزه‌های اجتماعی و سیاسی
۳۹	 پرسش درباره آثار مربوط
۳۹	 ساختار شکنی پیامدهای منحصر به فرد
۴۰	 دعوت از فرد برای موضع‌گیری در مقابل مشکل

۴۱	استفاده از اسناد و مدارک درمانی.....
۴۲	عضویت مجدد.....
۴۲	استفاده از ناظران بیرونی.....
۴۳	ادامه درمان: گفتن و بازگویی به منظور غنی کردن داستان خود.....
۴۳	پایان درمان.....
۴۵	دوم: معنای یا ایده‌های روایت درمانی.....
۴۵	تلفیق ایده‌ها.....
۴۶	دو معنای روایت.....
۴۶	تعریف واژه‌نامه‌ای.....
۴۷	روایت به مثابه مفهومی پست‌مدرن.....
۵۰	روایت‌ها در زندگی غالب مربوط به مسئله قدرت.....
۵۱	پست‌مدرنیسم و شبهه‌های روایتی شناخت.....
۵۳	حقایق خفیه.....
۵۵	علوم فیزیکی و اجتماعی: پاسی همراه‌کننده.....
۵۶	«شناخت» مکمل.....
۵۸	روایت و معنا.....
۵۹	پسا‌ساختارگرایی.....
۶۱	درمان پسا‌ساختارگرا.....
۶۱	مورد سؤال قرار دادن استعاره‌های ذات‌گر.....
۶۳	توصیف کم‌مایه و پرمایه (یا غنی) زندگی.....
۶۴	سازه‌گرایی اجتماعی.....
۶۴	تأثیرات میان‌فردی و فرهنگی بر داستان‌های شخصی غالب افراد.....
۶۷	نگرش دیگری درباره مفهوم «خویش‌تن».....
۶۸	قدرت و دانش.....
۷۱	خلاصه.....
۷۳	سوم: کمک به فرد برای توصیف مشکل.....
۷۳	داستان‌های شخصی.....
۷۷	زمینه آشنا.....
۷۸	تشویق به بیان گزارش کامل‌تر.....
۸۱	دعوت از فرد برای نامگذاری مشکل.....
۸۴	بیرونی‌سازی مشکل.....
۸۸	زبان استعاری.....

۸۹	بررسی فشارهای فرهنگی که مشکلات را «درونی» می‌داند.....
۸۹	گفتمان.....
۹۳	بیرونی‌سازی: نکات احتیاط‌آمیز.....
۹۷	بیرونی‌سازی مشکل با تعریف آن به مثابه نگرش و بلور.....
۹۷	بیرونی‌سازی گفتمان‌های درونی‌شده.....
۱۰۰	بیرونی‌سازی موضوعات فاقد مشکل.....
۱۰۳	حفظ سادگی بیرونی‌سازی.....
۱۰۴	آیا بیرونی‌سازی کاری اخلاقی است؟.....
۱۰۵	خلا.....
۱۰۷	چهارم: شش به اتخاذ رویکردی باز در خصوص مشکل.....
۱۰۷	داستان‌ها.....
۱۱۰	طرح‌ها یا داستان‌های فرعی زندگی.....
۱۱۰	عناصر داستان.....
۱۱۴	تغییر جهت در جلسه.....
۱۱۴	از نشانه‌ها به پیامدهای منحصر به.....
۱۱۶	پیامدهای منحصر به فرد به مثابه اصطلاح.....
۱۱۶	پیامدهای منحصر به فرد در بافت تاریخی.....
۱۲۰	داستان زندگی دایان.....
۱۲۵	کاربرد پیامدهای منحصر به فرد.....
۱۲۷	موارد خاص.....
۱۲۹	موضوع‌گیری درباره مشکل.....
۱۳۱	«بیل» نقشه‌های جایگاه وایت.....
۱۳۲	نمونه.....
۱۳۵	خلاصه.....
۱۳۷	پنجم: طرح پرسش.....
۱۴۰	عبارت‌سازی.....
۱۴۱	انواع پرسش‌ها.....
۱۴۱	ساختار شکنی.....
	برای سؤالاتی که روایت‌ها را ساختار شکنی می‌کند سه مقوله
۱۴۵	پیشنهاد می‌شود:.....
۱۴۹	استعاره‌هایی برای داستان‌گویی مجدد از طریق طرح پرسش.....
۱۵۱	مراسم گذر.....

۱۵۲	داربست
۱۵۵	استعاره ادبی؛ خلق مشترک داستان‌ها
۱۶۱	نگارش مجدد داستان غالب
۱۶۸	خلاصه
۱۶۹	ششم: اسناد و مدارک درمانی
۱۷۰	مثال‌ها
۱۷۰	نمادهای تقویت‌کننده
۱۷۱	واهینامه پایان دوره مشاوره
۱۷۲	اسناد و مدارک درمانی در داستان‌گویی مجدد
۱۷۴	اسناد و مدارک درمانی در
۱۷۴	ساختن رول‌های مبتنی بر قدرت
۱۷۵	اسناد و مدارک درمانی در کار با کودکان
۱۷۶	اسناد و مدارک درمانی در روایت درمانی
۱۷۶	با مادر و کودک
۱۸۲	اسناد و مدارک درمانی برای یک زوج
۱۸۸	اسناد و مدارک درمانی در کار با پرسنال
۱۸۹	یک سند درمانی اتفاقی
۱۹۱	اسنادی که فرد آن را تولید می‌کند
۱۹۲	اسناد و مدارکی که دیگران تهیه می‌کنند
۱۹۵	فهم تجربه از طریق نوشتن آن
۱۹۸	اصول راهنما
۱۹۹	خلاصه
۲۰۱	هفتم: گفتن و بازگفتن
۲۰۱	سنتی متفاوت
۲۰۳	نمونه‌هایی از گفتن و بازگویی درمانی
۲۰۳	جما و سالی
۲۰۴	رز و ریچارد
۲۰۵	مارک و کریس
۲۰۷	بیان داستان‌های فرعی به ناظران بیرونی
۲۰۸	داستان‌های شخصی بازگوشده بخشی از زندگی می‌شوند
۲۰۹	مروری بر مثال‌های بیان شده
۲۰۹	مارک و کریس

۲۱۱	وظیفه گروه ناظر بیرونی
۲۱۳	آیین معارفه
۲۱۳	محیط و شرایط
۲۱۴	نقشه آیین معارفه
۲۱۵	مثال
۲۱۶	نکات مهم در اجرای روش (امور عملی)
۲۱۷	رزو ریچارد
۲۱۷	جما و سالی
۲۱۹	ضبط صدا یا ضبط ویدئویی جلسات
۲۲۰	خلاصه
۲۲۱	هشتم: نمونه‌هایی از کاربرد روایت درمانی در عمل
۲۲۱	مشاوره برای افسردگی بهبود پس از تجربه
۲۲۱	مورد سوءاستفاده قرارگاه
۲۲۱	کلارا
۲۴۲	خلاصه
۲۴۳	نهم: نگاهی نو به پیش فرض‌های فرهنگ درمان
۲۴۳	چالش پساساختارگرا
۲۴۸	نقد انسان‌گرایی توسط پساساختارگرایی
۲۴۹	مثالت مفروضه‌های محدودکننده
۲۴۹	مفروضه مسلط نخست: میل به حقیقت
۲۵۰	مفروضه مسلط دوم: فرضیه سرکوبگر
۲۵۱	مفروضه مسلط سوم: روایت‌رهایی
۲۵۲	آثار درمانی
۲۵۵	تردید درباره ارزش جهانی درمان
۲۵۶	غنای زندگی
۲۵۷	روایت‌رهایی درخصوص حس شکست شخصی
۲۵۸	نقشه مکالمات هنگام حس شکست خوردگی
۲۶۰	رشد و تکامل حرفه‌ای
۲۶۰	اهداف درمان: هنگامی که بحث ارتقای رشد شخصی کنار گذاشته می‌شود
۲۶۱	شکل‌های زبانی خویشتن افراد
۲۶۱	به حاشیه راندن درمانگر
۲۶۲	ارتباط بین فرد و درمانگر

۲۶۴	ارتباط فرد با درمانگر لزوماً معادل رابطه با خود درمان نیست.
۲۶۵	گفتگوهای «عضویت - مجدد»
۲۶۸	شفافیت
۲۷۰	روش‌های بازخورد دادن
۲۷۱	مثال‌هایی از روش‌های بازخورد دادن
۲۷۲	دیگر روش‌های مؤثر در تمرکز دایی از درمانگر
۲۷۳	روان‌شناسی روایی
۲۷۶	روان‌شناسی مردمی نه روان‌شناسی مردم‌پسند
۲۷۷	حلاله
۲۷۹	دهم: نه به‌هایی از روایت‌درمانی در عمل ۲
۲۷۹	مشاور برای انتشار ماه‌پس
۲۷۹	از ضربه و کارنا: بین
۲۷۹	واکنش‌های پر از ص به
۲۷۹	ضربه‌نشأت‌گرسه از وءاستفاده و خشونت
۲۸۲	ضربه‌های نشأت‌گرفته از حاد و ناآمانی مانند تصادفات رانندگی
۲۸۶	مشاوره با زوجین
۲۸۹	سو و ریچارد
۲۹۳	ادوارد هریت
۲۹۷	پی‌نوشت
۲۹۹	پیوست: تمرینی در زمینه کاربرد
۲۹۹	روایت درمانی
۲۹۹	در قالب نظارت مشترک
۳۰۰	ساختار جلسه نظارت
۳۰۱	برنامه جلسه نظارت
۳۰۱	بحث
۳۰۲	پیگیری
۳۰۳	فهرست واژگان تخصصی
۳۰۵	نمایه موضوعی
۳۱۳	منابع

سحر مترجم

نیاز به ترجمه کتابی در زمینه روایت درمانی زمانی در من ایجاد شد که در انجام پژوهش دوره کارشناسی ارشد خود به عنوان اولین کار در این زمینه با محدودیت‌های بسیاری در منابع مواجه بودم. اگرچه از آن زمان مدت زیادی می‌گذرد، امید است این کتاب، آن محققانی که مایل‌اند در این زمینه پژوهش کنند و نیز متخصصان روان‌شناس و به‌ویژه مشاوران، بنفید واقع گردد.

اگرچه همان‌طور که در قسمت‌های مختلف کتاب آمده، این کتاب بیشتر برای متخصصان روان‌شناس نوشته شده، با این حال تصور می‌کنم برای سایر متخصصان حوزه سلامت روان که مایلند با رویکردهای مختلف روان‌شناسی آشنا شوند خالی از فایده نخواهد بود. نظریه روایت و روایت درمانی مشتق از آن، از رویکردهای معاصر در مشاوره و روان‌درمانی است که توسط وایت و اپسون در قالب کار با خانواده‌ها مطرح و به تدریج در حوزه‌های فردی و گروهی نیز وارد گردید. در این رویکرد، زبان، فرهنگ و بافت اجتماعی نقش مهمی در ساخت شالوده اصلی شخصیت هر فرد یعنی داستان‌های شخصی او در مورد همه چیز، دارند. داستان‌هایی که با گسست‌ها، عدم یکپارچگی، جفاف‌آدن‌ها و بن‌بست‌ها در پایان خود، فرد را در معرض پریشانی قرار می‌دهند.

روایت مفهوم مرکزی در روایت درمانی است. با این حال در رویکردهای دیگری مانند روان تحلیل گری و طرحواره درمانی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. به عنوان مثال، در روان تحلیل گری گفته می‌شود که دستیابی به یک روایت زندگی انسجام یافته از اهداف در مان و از شاخص‌های ارتقا سلامت فرد می‌باشد. همانطور که در کتاب نیز اشاره شده است، روایت درمانی در حوزه‌های مختلفی از مشکلات، روان‌شناختی و به طور ویژه در مورد افرادی که با بحران‌های خاص مانند آسیب‌های ناشی از سوءاستفاده و انواع استرس‌های پس از ضربه، دست و پنجه نرم می‌کنند به موفقیت‌های بسیاری دست یافته است و با وجود از دست دادن بنیانگذار خود میشل وایت رساله سال ۲۰۰۸ با قوت به کار خود ادامه می‌دهد. تأکید این نظریه بر نقش کلیدی فرهنگ و زبان جایگاه ویژه‌ای در میان رویکردهای معاصر به آن بخشیده است.

کتاب حاضر توسط یکی از شاگردان مستقیم مایکل وایت نوشته شده و به لحاظ پرداختن مبسوط به جنبه‌های تئوریک، عملی و پیشینه فلسفی، کتاب جامعی محسوب می‌شود. به ویژه که حاوی مثال‌های عملی متعددی توضیح تکنیک‌های درمانی برای علاقه‌مندان به کار در این حوزه است. مارتین پین، تلاش نموده است تا ضمن پایبندی به آموزه‌های وایت و ارجاعات متعدد مستقیم به او، مفاهیم را در قالب تالیفی متعدد خود ملموس‌تر سازد. مقدمه‌ای توسط جان مک‌لود که خود از صاحب‌نظران در حوزه کاربرد استعاره در روان درمانی است و نیز اظهار نظر مایکل وایت، نشان‌دهنده ارزشمندی کتاب حاضر در این زمینه می‌باشد. بعضی از فصول کتاب از جمله فصل دوم به سبب طرح مفاهیم اساسی زیربنایی نظریه روایت، کمی ثقیل به نظر می‌رسد با این حال، خواندن آن مفید خواهد بود. در ضمن بعضی از تکنیک‌های درمانی مطرح شده مانند نامه نگاری، ممکن است کمی دور از ذهن و غیرملموس به نظر برسد. اما در این موارد در نظر گرفتن دو موضوع ضروری به نظر می‌رسد. اولاً این رویکردها به سبب زیادی برای نقش فرهنگ در درمان و تشخیص و شکل‌گیری مشکلات قایل است، بنابراین در کاربرد تکنیک‌ها ممکن است از یک فرهنگ به فرهنگ دیگری مانند فرهنگ ما تفاوت باشد. به طوری که شخصاً در کارگاه روایت درمانی که در دانشگاه شهید بهشتی و در حاشیه دومین کنگره هنر درمانی برگزار نمودم، بیشتر از تکنیک‌های استعاره و روایت استفاده نمودم تا سایر تکنیک‌های روایت درمانی. و بنا به بازخورد شرکت‌کنندگان، این امر کاربرد این رویکرد را آسان‌تر می‌نمود. ثانیاً همانطور که مارتین پین در کاربرد تکنیک‌ها در فصل هشتم کتاب اشاره می‌کند، فرد در اجرای تکنیک‌ها حق انتخاب و تصمیم دارد و این دو موضوع، چالش مطرح شده در مورد تکنیک‌ها را کمتر می‌کند.

به‌طور خلاصه اگرچه شاید این کتاب کامل‌ترین کتاب در این زمینه نباشد، ولی می‌تواند قدمی مناسب در جهت معرفی این رویکرد باشد. لازم به ذکر است، در انتهای کتاب فهرستی از واژگان تخصصی در روایت‌درمانی و معادل فارسی آنها آورده شده است. بسیاری از این واژه‌ها نخستین بار معادل‌سازی شده است، بنابراین یقیناً، هم در ترجمه این واژگان و هم در ترجمه کل متن، علی‌رغم تلاش به عمل آمده، اشکالات زیادی وجود خواهد داشت که بازتاب آن از جانب خوانندگان و متخصصان عزیز به مترجم، به غنای آن خواهد افزود.

در پایان از فرصت به دست آمده بهره جسته از جناب آقای دکتر حسین اسکندری که ایده کار در زمینه روایت‌درمانی را از ایشان گرفتم و نیز یاری دوست بزرگوارم خانم حلیمه پناهی در ترجمه کتاب شکر می‌نمایم. همچنین از خانم مونا امرالهی از فعالان حوزه روایت‌درمانی، به‌خاطر تلاش در مقابله با بررسی با انگلیسی سپاسگزاری می‌نمایم. و اما نهایت سپاس خود را از همکاری استاد بزرگوارم جناب آقای دکتر محمود گلزاری مسئول و به‌ویژه جناب آقای مختار صحرایی مدیریت محترم انتشارات رشد به سبب سعه صدر، دقت و ژرف‌اندیشی‌شان در چاپ کتاب اعلام می‌دارم و برایشان از رنگارنگی آرزوی سلامت و موفقیت روزافزون دارم.

مریم اسماعیلی نسب

Email: esmaeilinasab@gmail.com

دوره‌های پر کتاب

جان مک لود (دانشگاه آبرنای)

این کتاب بسیار جالب و مهم است. مارتین پن، متخصص مشاوره اهل انگلستان است که آموزش اولیه حرفه‌ای خود را در رویکرد شخص-مركز گذراند که بر مفاهیم هسته‌ای مانند خویشتن، شکوفایی، تناسب، پذیرش و همدلی تأکید می‌کند. از سپس به کار مایکل وایت و دیوید اپسون و روایت درمانی آنها علاقه‌مند شد. کتاب بیانگر استفاده از یکپارچه‌کردن و درونی‌سازی عنصر روان‌درمانی در کار او در واقع خیلی کلی‌تر، در فهم ما از جهان است. او در این کتاب، درباره روش‌های متعددی صحبت کرده است که توسط آن یک روش مبتنی بر کشف روایت را توسعه داده که آشکارا این امکان را به او می‌دهد که فعالانه و همه‌جانبه و به طریقی مثبت و خلاقانه بازندگی افراد سر و کار داشته باشد. در اواخر کتاب، نیز، تلاش می‌کند تا چالش‌های اخلاقی و فلسفی مربوط به بعضی ایده‌های مایکل وایت را مطرح کند. برخلاف اکثر متونی که در زمینه مشاوره چاپ می‌شود، این کتاب صراحت زیادی دارد. بنابراین هم کسانی که با این رویکرد همراه هستند و هم آنهایی که اثربخشی آن را زیر سوال می‌برند، در آن جای بحث دارند. ماهیت آزاد و در عین حال پر رمز و راز روایت‌درمانی به خوبی در متن مارتین پن نشان داده شده است. در پاسخ به افرادی که برای کمک گرفتن در مشکلات زندگی آمده‌اند، رویکرد او

حمایتی، هدفمند و سریع الوصول است. اما همزمان، فهم درمانگر از آنچه انجام می‌دهد، کاملاً متفاوت از آن چیزی است که اکثر مشاوران یا روان‌دندانگران معاصر انجام می‌دهند. در یک سطح این تفاوت، مربوط به خلق تکنیک‌ها و مداخلات ادبی (مثل نوشتن نامه به مراجعان) است. اما همانطور که مارتین پین صراحتاً می‌گوید، در یک سطح دیگر، نوشتن نامه و سایر روش‌های روایی فقط ایجاد شکاف در دانایی مشاور نیست، بلکه نشانگر نگاه متفاوتی به آنچه درمان هست و باید باشد، هستند. اعتقاد خود من اینست که روایت درمانی یک درمان پس‌روان‌شناختی است و حرکت وسیعی را به وجود می‌آورد که نشان داده است مدل‌ها و مفاهیم روان‌شناختی تا چه حد سبب آشوب‌ناکی شده‌اند که کنت گرگن «زبان نقص» می‌نامد و از سوی دیگر سبب فرسایش اشکال ارتباط و زندگی جمعی هستند. مارتین پین با توصیف روش‌هایی در فرایند مشاوره که نگاه جامعه‌محورتر و فرهنگ‌نگرتری دارد، خدمت بزرگی به همه ما کرده است.