

روان‌درمانی‌های شخص‌محور

تألیف

دیوید ج. کین

ترجمه

علی نیلوفری

لیلا عبدالله پوری

www.ketab.ir



کتاب ارجمند

دیوید ج. کین

روان‌درمانی‌های شخص‌محور

ترجمه: علی نیلوفری، لیلا عبدالله‌پوری

فروست: ۱۲۷

ناشر: انتشارات کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: معصومه دلتواز

مدیر هنری: احسان ارجمند

ناظر چاپ: سعید خانکشلو

چاپ و صحافی: سماتنگ

چاپ اول، فروردین ۱۳۹۴، ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۳۸۱-۲

سرشناسه: کین، دیوید ج. Cain, David J.

عنوان و نام‌پدیدآور: روان‌درمانی‌های شخص‌محور

تألیف دیوید ج. کین؛ ترجمه علی نیلوفری، لیلا

عبدالله‌پوری.

مشخصات نشر: تهران، کتاب ارجمند، ۱۳۹۳

مشخصات ظاهری: ۲۰۰ ص. رقی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۳۸۱-۲

یادداشت: عنوان اصلی: Person-centered

psychotherapies, c2010.

موضوع: روان‌درمانی درمان‌جوگرا

شناسه افزوده: نیلوفری، علی. ۱۳۵۹- مترجم.

عبدالله‌پوری، لیلا. ۱۳۶۴- مترجم.

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ ۹۹۹/۱۳۶۸۱/۱۳۶۸۱

رده‌بندی دیوبی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۴۸۵۸۳

این اثر، مشمول حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا بخش یا غرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز بخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ اثر پلاک ۲۹۲، تلفن ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد، تلفن ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن ۰۱۳-۳۳۳۳۲۸۷۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن ۰۲۱-۳۳۳۳۷۶۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن ۰۹۱-۸۰۲۰۰۹۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن ۰۸۳-۳۷۲۸۴۸۳۸

بهها: ۱۰۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۵۹۹ ۵۹۹ ۰۰۰ ۱۰۰۰ 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

فهرست

۵	پیش گفتار
۹	۱- مقدمه
۱۴	۲- تاریخچه
۲۱	۳- نظریه
۸۴	۴- فرآیند درمان
۱۳۹	۵- ارزیابی
۱۵۹	۶- تحولات آینده
۱۸۷	فهرست واژگان کلیدی
۱۸۹	منابع

پیش‌گفتار

ممکن است برخی ادعا کنند که در فعالیت بالینی روان‌درمانی معاصر، مداخلات مبتنی بر شواهد و نتیجه مؤثر، بر اهمیت نظریه سایه افکنده است. شاید این گونه باشد. ولی ما به عنوان ویراستاران این مجموعه، قصد نداریم این بحث را در اینجا مطرح کنیم. ما می‌دانیم که روان‌درمانگران بر اساس تجربه خود این یا آن را برگزیده و به کار می‌بندند و چندین دهه شواهد موثق نشان می‌دهد که داشتن یک نظریه روان‌درمانی مستحکم به موفقیت درمانی بیشتر منجر می‌شود. با این وجود، تبیین نقش نظریه در فرآیند یاورانه، می‌تواند دشوار باشد. داستان زیر در مورد حل مسایل به درک اهمیت نظریه کمک می‌کند:

ایزوپ^۱ از خورشید و باد افسانه‌ای می‌خواهد با یکدیگر مسابقه‌ای بگذارند تا معلوم شود که کدام یک قوی‌تر هستند. آنها از بالای زمین، مردی را نشانه کردند که از خیابان می‌گذشت. باد گفت من شرط می‌بندم که می‌توانم کت آن مرد را از تن او درآورم. خورشید این مسابقه را پذیرفت. باد شروع به وزیدن کرد و مرد محکم کتش را گرفت. هر چه باد شدیدتر می‌وزید، مرد هم کتش را محکم‌تر می‌چسبید. خورشید گفت حالا نوبت من است. او تمام انرژی‌اش را جمع کرد و گرمایش را بر آن مرد تاباند. چیزی نگذشت که مرد کتش را درآورد.

رقابت باد و خورشید برای درآوردن کت از تن مرد چه ارتباطی با نظریه‌های روان‌درمانی می‌تواند داشته باشد؟ ما فکر می‌کنیم که این داستان با سادگی فریبنده‌اش، اهمیت نظریه را به عنوان پیش‌زمینه هر مداخله مؤثری - و به تبع آن تحقق یک نتیجه مطلوب - نشان می‌دهد. بدون یک نظریه هدایت‌کننده، ممکن است ما نشانه را بدون درک نقش فرد در آن درمان کنیم یا شاید با مراجعان مان وارد جنگ قدرت شده و از درک این واقعیت غافل بمانیم که در برخی از مواقع ابزارهای غیرمستقیم کمک (تابش خورشید) - اگر نگوئیم بیشتر، حداقل به اندازه ابزارهای مستقیم (وزش باد) - مؤثر

هستند. ممکن است بدون نظریه، منطق درمان را گم کرده، گرفتار انگیزه‌هایی مانند جلب نظر دیگران شده و از انجام کارهایی که ممکن است ساده به نظر برسند، اکراه داشته باشیم.

نظریه دقیقاً چیست؟ واژه‌نامه روان‌شناسی APA نظریه را به صورت «یک اصل یا مجموعه‌ای از اصول مرتبط به هم که مدعی تبیین یا پیش‌بینی تعدادی از پدیده‌های به هم پیوسته هستند» تعریف می‌کند. در روان‌درمانی، نظریه مجموعه‌ای از اصول است که به منظور تبیین افکار و رفتار انسان- از جمله آنچه که موجب تغییر افراد می‌شود- مورد استفاده قرار می‌گیرد. در عمل، نظریه اهداف درمان را تعیین کرده و نحوه دنبال کردن آنها را مشخص می‌سازد. هالی (۱۹۹۷) خاطر نشان ساخت که یک نظریه روان‌درمانی باید به اندازه‌ای ساده باشد که یک درمانگر معمولی آن را درک نماید و در عین حال آن قدر جامع باشد که دامنه گسترده‌ای از پیشایندها را توجیه کند. علاوه بر اینها، یک نظریه اقدامات را به سمت نتایج موفقیت‌آمیز هدایت کرده و در همان حال امیدواری به بهبودی را برای درمانگر و مراجع ایجاد می‌کند.

نظریه، جهت‌نمایی است که به روان‌درمانگران امکان می‌دهد تا در قلمرو وسیع فعالیت بالینی، پیش بروند. به همان صورتی که ابزارهای جهت‌یابی به منظور انطباق با پیشرفت‌های صورت گرفته در تفکر و قلمروهای دائماً رو به گسترشی که باید کاوش کنند، اصلاح شده‌اند، نظریه‌های روان‌درمانی نیز در طول زمان تغییر پیدا کرده‌اند. مکاتب مختلف نظری را اغلب به صورت موج‌هایی در نظر می‌گیرند، که موج نخست، نظریه‌های روان‌پویایی (آدلری و روان‌کاوی)، موج دوم، نظریه‌های یادگیری (رفتاری، شناختی رفتاری)، موج سوم، نظریه‌های انسان‌گرایانه (شخص محور، گشتالت، وجودی)، موج چهارم، نظریه‌های فمینیست و چند فرهنگی و موج پنجم، نیز نظریه‌های پست‌مدرن و سازه‌گرا هستند. به طرق مختلف، این امواج نشان می‌دهند که چگونه روان‌درمانی با تغییرات در روان‌شناسی، جامعه، معرفت‌شناسی و همچنین تغییرات در ماهیت خود روان‌درمانی انطباق پیدا کرده و به آنها پاسخ داده است. روان‌درمانی و نظریه‌هایی که آن را هدایت می‌کنند، پویا و تأثیرپذیر هستند. همچنین تنوع گسترده نظریه‌ها شاهده‌ای است که نشان می‌دهد یک رفتار انسانی واحد را می‌توان به شیوه‌های مختلفی مفهوم‌سازی کرد (فرو و اسپیگلر، ۲۰۰۸).

با در نظر داشتن این دو مفهوم- اهمیت اساسی نظریه و تکامل طبیعی تفکر نظری- بود که ما مجموعه کتاب‌های نظریه‌های روان‌درمانی APA را تهیه کردیم. ما

هر دو شیفته نظریه و گستره ایده‌های پیچیده‌ای هستیم که هر کدام از مدل‌ها را پیش می‌برند. ما به عنوان اساتید دانشگاه که دوره‌های نظریه‌های روان‌درمانی را ارائه می‌دهیم، خواهان تهیه مطالب آموزشی بودیم که نه تنها جوهره اصلی نظریه‌های عمده را برای متخصصان حرفه‌ای و تحت آموزش برجسته سازند، بلکه دانش خواننده را درباره جایگاه فعلی این مدل‌ها روزآمد نمایند. غالباً در کتاب‌های نظریه، زندگی‌نامه نظریه‌پرداز اصلی بر تکامل مدل سایه می‌اندازد. برعکس، قصد ما این است که کاربردهای فعلی نظریه‌ها و همچنین تاریخچه و بافت آنها را مورد تأکید قرار دهیم.

با شروع این پروژه، ما با دو تصمیم فوری مواجه شدیم: کدام نظریه‌ها را مورد توجه قرار دهیم و چه کسی برای ارائه آنها بهتر است. ما دوره‌های نظریه‌های روان‌درمانی را در سطح تحصیلات تکمیلی بررسی کردیم تا ببینیم چه نظریه‌هایی در آنها تدریس می‌شوند. علاوه بر آن به بررسی کتاب‌های علمی، مقالات و کنفرانس‌های پرتعداد پرداختیم تا تعیین کنیم کدام نظریه‌ها بیشترین توجه را به خود جلب کرده‌اند. در ادامه، فهرست کاملی از مؤلفان را از میان بهترین مبتکران در حیطه نظری معاصر تهیه کردیم. هر کدام از مؤلفان از جمله طرفداران پیشگام آن رویکرد و همچنین متخصصان آگاه در حوزه علمی هستند. ما از هر کدام از مؤلفان خواستیم تا سازه‌های اساسی آن نظریه را مرور کرده و با نگرین به نظریه در یک بافت فعالیت مبتنی بر شواهد، آن نظریه را به حوزه مدرن فعالیت بالینی بیاورند و به وضوح آن نظریه را در عمل به تصویر بکشند.

برای این مجموعه ۲۴ عنوان در نظر گرفته شده است. هر کدام از عناوین می‌تواند مستقل باشد و یا می‌تواند با قرارگرفتن در کنار چند عنوان دیگر، محتوای یک دوره آموزشی نظریه‌های روان‌درمانی را تأمین کند. این گزینه به آموزش‌دهندگان امکان می‌دهد تا دوره‌ای را فراهم کنند که مشتمل بر رویکردهایی باشد که از نظر آنان، امروزه از سایرین برجسته‌تر هستند. به منظور حمایت از این هدف، بخش کتاب APA برای هر کدام از رویکردها یک DVD تهیه کرده است که آن نظریه را در عمل و در کار با مراجعان واقعی نشان می‌دهد. برخی از DVDها درمان را در طی ۶ جلسه نشان می‌دهند. به منظور تهیه فهرست کامل برنامه‌های DVD در دسترس با بخش کتاب APA تماس حاصل کنید (<http://www.apa.org/videos>).

روان‌درمانی شخص‌محور نخستین نظریه واقعاً آمریکایی در روان‌درمانی بوده و به همین دلیل تغییرات عظیمی را در کاربست واقعی روان‌درمانی به همراه آورده است. کارل راجرز به عنوان یکی از اثرگذارترین و تحسین‌برانگیزترین روان‌شناسان، این مدل

را که در اصول دموکراسی و انسان‌گرایی ریشه دارد، با این اعتقاد پدید آورد که بهترین راه برای کمک به افراد آن است که آنها را کمک کنیم بهترین راه خود را بیابند. هر چند نام کارل راجرز با رویکرد شخص‌محور مترادف شده است، اما این نظریه در طی زمان در پاسخ به تغییرات در این حوزه، تکامل پیدا کرده است. دکتر دیوید جی. کین در کتاب روان‌درمانی‌های شخص‌محور به وضوح این تکامل را نشان داده و مؤلفه‌های اساسی این رویکرد را در کاریست بالینی معاصر به تصویر می‌کشد. او پژوهش‌های بالینی گسترده‌ای را که از کارایی رویکرد شخص‌محور حمایت می‌کنند، مورد اشاره قرار داده و نمونه‌های موردی آموزنده‌ای را عرضه می‌کند که این مدل را در عمل به تصویر می‌کشند. به دلیل استقبال گسترده درمانگران و همچنین برنامه‌های آموزشی از این مدل، کتاب روان‌درمانی‌های شخص‌محور، یکی از مهم‌ترین کتاب‌های این مجموعه به شمار می‌آید.

ویراستاران مجموعه: جان کولسون و مت انگلار - کارلسون

منابع

- Frew, J., & Spiegler, M. (2008). *Contemporary psychotherapies for a diverse world*. Boston, MA: Lahaska press.
- Haley, J. (1997). *Leaving home: The therapy of disturbed young people*. New York: Routledge.