

چگونه روان درمانی تحلیلی کوتاه مدت حمایتی-بیانگر را اجرا کنیم؟

به همراه پروتکل های اختصاصی
درمان افسردگی و اضطراب فراگیر

لسترلو بورسکی، دیوید مایکل، پائول کریستس کریستوف،
کاترین کریستس کریستوف، دونا ریفا لاسو، مارگارت فیشر،
دیوید رودیک، آنیتا وی هول، کارول جی.
باربارا گولد اسمیت، جان کاسیولا

مترجمان:

دکتر فرهاد چنگیزی

فرزانه عاشوری اله له کورابی

فائزه جان محمدی



● چگونه روان درمانی تحلیلی کوتاه مدت حمایتی بیانگر را اجرا کنیم؟
 ● نویسنده گان: لستر لوبورسکی، دیوید مارک، یانول کریس ریتس، کاترین
 کریس-کریستوف، دونا ولف یالاسیو، مارگارت فیشر، دیوید رودیک، آنیتا وی
 هول، کارول پوپ، بابی ارا گولد اسمیت، جان کاسیولا
 مترجمان: دکتر فرهاد چنگیزی، فرزانه عاشوری اله له کورابی، فائزه جان محمدی



انتشارات پرند

● مدیر اجرایی: سید امین سقراطی ● ویراستار: مرگاب علمدار ● حروف چینی: فرشته زند ● چاپ: مشکى
 ● تابستان ۱۴۰۱ چاپ سوم ● تیراژ: ۳۰۰ نسخه ● قیمت: ۱۳۵۰ تومان ● حق چاپ محفوظ است. ©

● سرشناسه: چنگیزی، فرهاد، ۱۳۶۰ - گردآورنده، مترجم ● عنوان و نام پدیدآور: چگونه روان درمانی تحلیلی کوتاه مدت
 حمایتی - بیانگر را اجرا کنیم؟ به همراه پروتکل های اختصاصی درمان افسردگی و اضطراب فراگیر/ نویسندگان لستر
 لوبورسکی... [و دیگران]؛ مترجمان فرهاد چنگیزی، فرزانه عاشوری اله له کورابی، فائزه جان محمدی؛ ویراستار علمی مرگاب
 عطار. ● مشخصات نشر: تهران: انتشارات پرند، ۱۳۹۶. ● مشخصات ظاهری: ۱۷۷ ص. ● جدول، نمودار: ۱۴/۵
 x ۲۱/۵ س. م. ● شابک: 8-8-97323-600-978. ● وضعیت فهرست نویسی: فیپا ● یادداشت: کتاب
 حاضر ترجمه سه مقاله تحت عناوین "Short-term supportive-expressive psychoanalytic dynamic psychotherapy
 اثر لستر لوبورسکی و دیوید مارک، "Brief supportive-expressive psychodynamic therapy for generalized anxiety
 disorder" اثر پیل کریس-کریستوف... [و دیگران] و "Supportive-expressive dynamic psychotherapy of depression:
 A time-limited version" اثر لستر لوبورسکی... [و دیگران] است. ● یادداشت: یادداشت: نویسندگان لستر لوبورسکی، دیوید
 مارک، یانول کریس-کریستوف، کاترین کریس-کریستوف، دونا ولف یالاسیو، مارگارت فیشر، دیوید رودیک... ● موضوع:
 روان درمانی روان پویایی ● موضوع: Psychodynamic psychotherapy ● موضوع: روان درمانی ● موضوع: Psychotherapy
 ● شناسه افزوده: عاشوری اله له کورابی، فرزانه، ۱۳۶۷ - گردآورنده، مترجم ● شناسه افزوده: جان محمدی، فائزه،
 ۱۳۷۱ - گردآورنده، مترجم ● عطار، مرگاب، ۱۳۶۹ - ویراستار ● شناسه افزوده: لوبورسکی، لستر، ۱۹۲۰ - م. ● شناسه
 افزوده: Luborsky, Lester؛ شناسه افزوده: مارک، دیوید ● شناسه افزوده: Mark, David؛ شناسه افزوده: کریس-کریستوف،
 پیل، ۱۹۵۴ - م. ● شناسه افزوده: Crits-Christoph, Paul؛ رده بندی کنگره: ۹۱۳۹۶ چ ۹/۹۷ RC۴۸۹/۹ رده بندی دیویی:
 ۶۱۶/۸۹۱۴ شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۲۲۲۴۲

وبسایت: w w w . p a r a n d e p u b . i r
 ایمیل: i n f o @ p a r a n d e p u b . i r

مقدمه

فرم ویژه‌ای از روان‌درمانی روان‌پویشی که ما آن را روان‌درمانی حمایتی-بیانی پویشی می‌نامیم، به‌تدریج به شکل کنونی خود درآمده است؛ درواقع رساله‌سازماندهی‌شده‌ای از مقتدرانه عمل کردن و نسخه‌بیانی از روان‌درمانی روان‌پویشی است. مفاهیم و تکنیک‌های آن از توصیه‌های فروید برای روان‌درمانی روان‌پویشی (۱۹۵۸/۱۹۱۲، ۱۹۵۸/۱۹۱۳، ۱۹۵۸/۱۹۱۴) و یکی از مقاله او در مورد افشردگی (۱۹۵۷/۱۹۱۷) نشئت‌گرفته است. در اوایل ۱۹۴۰ این مفاهیم این مفاهیم و تکنیک‌ها توسط نایت (۱۹۴۹)، گیل (۱۹۵۱) و افراد دیگر در بنیاد میننجر به‌منظور مناسبت داشتن با چارچوب روان‌درمانی حمایتی-بیانی شکل داده شدند. سایر افرادی که در این امر مشارکت داشتند شامل اکستین و والرستین (۱۹۵۸) بودند که مفاهیم و تکنیک‌ها را به‌صورت یک منبع راهنما برای سوپرویزن درآوردند.

سازمان‌دهی‌های بعدی در این کتاب راهنما توسط لستر لوبورسکی در سال ۱۹۵۹ بعدازاینکه او بنیاد میننجر را به مقصد دانشکده روان‌پزشکی دانشگاه پنسیلوانیا ترک کرد، انجام شد. او از مفاهیم و تکنیک‌های روان‌درمانی حمایتی-بیانی پویشی در تدریس به دانشجویان دانشکده روان‌پزشکی استفاده کرد و به‌تدریج اصول آن را به‌صورت کتاب راهنمای عمومی روان‌درمانی حمایتی-بیانی پویشی درآورد (لوبورسکی ۱۹۷۶ که سرانجام در سال ۱۹۸۴ به چاپ رسید). امروزه بسیاری از فرم‌های اصلی

روان‌درمانی در حال توسعه هستند یا مبانی و مقیاس‌های خود را تاکنون توسعه داده‌اند (لوبورسکی و باربر، ۱۹۹۳).

به دلیل ماهیت درمان‌های روان‌پویشی و همان‌گونه که فروید گفته (روانکاوی مانند بازی شطرنج است و شطرنج‌باز تنها حرمت اول و آخر را از قبل می‌داند) این روش درمانی همانند درمان‌های شناختی رفتاری و نسل سوم، پروتکل مشخصی ندارد اما اصول اولیه‌ای به‌عنوان دستور جلسات توسط لوبورسکی تدوین شده و به چاپ رسیده است. باید توجه داشت که این دستور جلسات مناسب افرادی است که اساس درمان حمایتی-بیانگر را دانسته و در مورد آن مطالعه کرده‌اند و تجربه کافی دارند.

کتاب اصول و قواعد روان‌درمانی کوتاه‌مدت حمایتی-بیانگر که با همت گروه رشد و توسعه روانشناسی در ایران و انتشارات پرنده منتشر شد، از اولین کتاب‌های منسجم برای آموزش این روش درمانی بوده و این کتاب که در ادامه کتاب قبلی است با ارائه راهنماهایی به درمانگران کمک می‌کند تا در مسیر استفاده از این روش موفق‌تر عمل کنند.

برای اینکه از این کتاب حداکثر استفاده را ببرید ابتدا اصول و قواعد درمان حمایتی-بیانگر را به‌خوبی مطالعه کرده و بر آن تسلط پیدا کنید و پس از آن با استفاده از پروتکل‌های این کتاب توانایی‌های خود را ارتقا بخشید. امیدواریم که با این کار، قدمی هرچند کوچک در راستای گسترش علم در ایران عزیزمان برداشته باشیم.

مژگان عطار

فهرست

۹	منشأ و ظهور.....
۱۲	گزینش بیماران.....
۱۵	انتخاب اهداف درمان.....
۱۸	نظریه تغییر.....
۲۱	روش ها و مثال ها.....
۲۲	ارزیابی ابتدایی از خانم اسمیت.....
۲۳	ارزیابی پایانی خانم اسمیت.....
۲۴	۶ ماه پیگیری خانم اسمیت.....
۲۵	ارزیابی CCRT برای خانم اسمیت.....
۲۸	اتحاد کمکی.....
۲۹	الگوی مرکزی رابطه.....
۳۲	حوزه و قلمرو رابطه.....
۳۴	نشانه ها در الگوهای متعارض.....
۳۵	جدا شدن.....
۳۶	آگاهی بیمار.....
۳۷	آزمودن درمانگر.....
۳۸	قالب سازی نشانه ها به عنوان روشی برای مقابله.....
۳۹	انتقال متقابل.....
۴۰	مداخلات زمانی.....
۴۱	مداخلات محدودکننده.....
۴۱	تغییر در حالات.....

۶ چگونه روان‌درمانی تحلیلی کوتاه‌مدت حمایتی- بیانگر را اجرا کنیم؟

- ۴۳ دقت درمانگر.....
- ۴۴ حمایت تجربی.....
- ۴۹ روان‌درمانی حمایتی-بیانی پویشی برای افسردگی.....
- ۴۹ تاریخچه و پیشرفت.....
- ۵۵ اهداف درمان.....
- ۵۶ نظریه تغییر.....
- ۵۸ تکنیک‌ها.....
- ۵۹ روش‌های معرفی روان‌درمانی.....
- ۶۱ اصول خاص تکنیک.....
- ۶۱ درماندگی و ناامیدی.....
- ۶۲ خشم.....
- ۶۳ فکر و قصد خودکشی.....
- ۶۵ سبک تبیینی منفی.....
- ۶۶ ظرفیت پایین برای تشخیص حالت افسردگی.....
- ۶۶ ظرفیت پایین برای تشخیص رخدادهای ایجادکننده افسردگی.....
- ۶۸ اصول فنی عمومی در تفسیر: انتخاب یک کانون و حفظ آن.....
- ۶۸ استفاده از موضوع اصلی رابطه تعارضی.....
- ۶۸ طول درمان و میزان تمرکز.....
- ۶۸ اثرات کانون همسان.....
- ۶۹ انتخاب بخشی از CCRT جهت تفسیر و نحوه پیشنهاد آن.....
- ۷۱ اشاره به بافت تعارض در رابطه که نشانه در آن قرار دارد.....
- ۷۳ استخراج جزئیات واقعی‌تر تجربیات پیش از تفسیر آن‌ها.....
- ۷۴ کنار آمدن با مفهوم محدودیت زمان.....
- ۷۷ برنامه‌ریزی برای جلسات و نحوه پرداخت دستمزد.....
- ۷۸ نحوه‌ی خاتمه: برخورد فعال اتصال و جدایی.....

- ۷۹.....ادامه‌ی درمان پس از پایان محدوده زمانی
- ۸۱.....جلسات «بوستر»
- ۸۳.....مراجعه‌ی مجدد پس از درمان
- ۸۴.....زمانی که بیمار درباره دریافت نکردن دارو دغدغه دارد
- ۸۵.....تصمیم درباره‌ی استفاده از داروی ضدافسردگی
- ۸۵.....نقش کمکی ارزیاب اولیه
- ۸۶.....مثال موردی
- ۹۰.....اجزای CCRT در هر یک از بخش‌ها
- ۹۱.....تمرین
- ۹۲.....شواهد تجربی برای این روش
- درمان روان‌پویشی کوتاه‌مدت از نوع حمایتی- بیانگر برای اختلال
- ۹۵.....اضطراب فراگیر (GAD)
- ۹۵.....تاریخچه و شکل‌گیری
- ۹۶.....شکل‌گیری روان‌درمانی حمایتی - بیانگر
- ۹۷.....شکل‌گیری SE ویژه‌ی اختلال GAD
- ۹۸.....چرا درمان روان‌پویشی ویژه‌ی اختلال GAD شکل گرفت؟
- ۱۰۱.....نظریه‌های روان‌پویشی اضطراب
- ۱۰۵.....ملاک شمول / حذف
- ۱۰۷.....مسائل پویشی در اختلال GAD
- ۱۱۴.....اهداف درمان
- ۱۱۷.....نظریه‌ی تغییر
- ۱۱۸.....تغییر در CCRT
- ۱۲۳.....همیاری درمانی
- ۱۲۶.....رفتارهای جدید
- ۱۲۶.....تکنیک‌ها