

کار با مراجعین بدقلق

نویسنده:

جفری کاتلر

مترجمان:

دکتر بهمن کرد تمینی

رقیه نوری پور لیاولی

انتشارات آزمون یار پویا

(حق چاپ محفوظ است)

سرشناسه: کاتلر، جفری، ۱۹۵۱-م. Kottler, Jeffrey A.

عنوان و نام پدیدآور: کار با مراجعین بدقلق/ نویسنده جفری کاتلر؛ مترجمان بهمن

کردتمینی، رقیه نوری پورلیاولی.

مشخصات نشر: تهران: آزمون یار پویا، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۲۵۷ ص.

شابک: ۲- ۴۲- ۷۸۴۹- ۶۰۰- ۹۷۸

موضوع: روان درمانگر و بیمار.

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۱۳۵۲/۸/۴۸۰.RC

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتاب شناسی ملی: ۴۳۱۲۶۲۸

شابک: ۸۰۵۴



www.ketab.ir

عنوان: کار با مراجعین بدقلق

مترجمان: دکتر بهمن کردتمینی و رقیه نوری پورلیاولی

ناشر: آزمون یار پویا

مدیر تولید: حسین مجدیان

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

چاپ دوم بهار ۱۴۰۲

۱۵۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۲- ۴۲- ۷۸۴۹- ۶۰۰- ۹۷۸

تهران، خیابان دماوند (به سمت شرق)، بعد از بزرگراه امام علی (ع)، ساختمان ۱۱۱۴، طبقه سوم،

واحد ۹ تلفن: ۷۷۵۹۱۴۵۴-۰۲۱- همراه: ۰۹۱۰۰۵۱۱۰۰۳

Email: pub@azmonyar.com

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
پیشگفتار	۱۱
محتوای کتاب	۱۱
سازماندهی	۱۳
فصل ۱	۱۵
مراجعین بدقلق	۱۵
ماهیت مقاومت	۱۷
آینده‌نگری پیرامون تغییر و مقاومت	۲۰
مقاومت در جایگاه دشمن	۲۲
مقاومت در جایگاه دوست	۲۲
برخی انواع مقاومت‌ها و فحوای آن‌ها	۲۲
هم‌ایستایی و معنای مقاومت	۲۷
فصل ۲	۳۱
نمای مراجعین بدقلق	۳۱
نمای مراجعین بدقلق	۳۲
سنجش بدقلقی مراجع	۳۵
هم‌اندیشی درباره سبب بدقلقی مراجع	۳۷

- ۳۸.....مراجعین با اختلالات فیزیولوژیک
- ۳۹.....مراجعین با برنامه کاری پنهان
- ۳۹.....مراجعینی که مرزهای بجا را نادیده می گیرند
- ۳۹.....مراجعین بی مسئولیت
- ۴۰.....مردمانی با نگرش استدلالی
- ۴۰.....مراجعین با ترس صمیمیت
- ۴۱.....ناهمخوانی بین مراجع و درمانگر
- ۴۱.....مسائل تقابلی
- ۴۲.....مراجعین تقابلی
- ۴۲.....مراجعین ناشکیبا
- ۴۳.....مراجعین خاموش
- ۴۳.....مراجعین بدون تخیل یا مراجعین عینی
- ۴۴.....مراجعین تهی
- ۴۴.....مراجعین ناامید
- ۴۴.....مراجعین فرمانبردار
- ۴۵.....مراجعینی که به درمانگر یورش می برند
- ۴۵.....مراجعینی با اندک کنترل تکانه
- ۴۷.....مراجع آرمانی

فصل ۳ ۵۱

نام مراجع ۵۱

نام مراجع ۵۳

گاهی نادیده انگاری می تواند ثمربخش باشد ۵۶

مراجعین دشمن نیستند و درمان جنگ نیست ۵۸

فصل ۴ ۶۱

چشمان نظاره گر ۶۱

چشمان نظاره گر ۶۳

انتظارات درمانگر و مراجع ۶۴

همانجایی هستید که می روید ۶۶

آن زمان که درمانگران از مراجعین شان بیزار می شوند ۶۸

فصل ۵ ۶۹

آن زمان که درمانگران کارشکنی می کنند ۶۹

آن زمان که درمانگران کارشکنی می کنند ۷۱

ادراک شخصی مراجعین ۷۲

ترغیب مراجعین به بدقلقی ۷۴

احساس تهدید ۷۵

بهانه گیری ۷۷

فصل ۶ ۸۱

سخن گفتن با دیوار ۸۱

۸۳ سخن گفتن با دیوار

۸۶ شخصی سازی موضوعات

۸۷ شباهت بین مراجعین بدقلق و درمانگرانشان

۸۸ چه کسی به شما مراجعه می کند و چرا؟

فصل ۷ ۹۱

بازی درمانگران ۹۱

۹۳ بازی درمانگران

۹۴ بازی های دلخواه

۹۹ تعارض نیروها

فصل ۸ ۱۰۱

تصمیم می گیرم خودم را بکشم ۱۰۱

۱۰۳ تصمیم می گیرم خودم را بکشم

۱۰۶ سبک های رفتاری دغلکارانه

۱۰۷ یک مورد از بین موارد انبوه

۱۱۰ ریسک های بزرگتر و چالش نهایی

فصل ۹ ۱۱۳

تا زمانی که روبه‌راهم نساختی بدینجا می‌آیم ۱۱۳

تا زمانی که روبه‌راهم نساختی بدینجا می‌آیم ۱۱۵

نیاز برخی از مراجعین به کنترل ۱۱۶

تنوع دلفریب ۱۱۸

نیاز به زورمندی ۱۲۱

کنش‌های بازدارنده ۱۲۳

فصل ۱۰ ۱۲۵

نمی‌توانید وادارم کنید سخن بگویم ۱۲۵

نمی‌توانید وادارم کنید سخن بگویم ۱۲۷

مراجع ناهنجار ۱۲۸

بلوغ ستیزه‌جویانه ۱۳۱

برکناری مراجع پرخاشجو از درمان ۱۳۳

خنثی‌سازی ستیزه‌جویی ۱۳۷

مواجهه با مراجع ستیزه‌جو ۱۴۰

فصل ۱۱ ۱۴۳

این من نیستم که مسئله دارم، اوست ۱۴۳

این من نیستم که مسئله دارم، اوست ۱۴۵

سبب بدقلقی زوجین ۱۴۶

مداخله در موقعیت زوجین ستیزه‌جو ۱۴۹

فصل ۱۲ ۱۵۵

پیش از اینها بهت گفتم ۱۵۵

پیش از اینها بهت گفتم ۱۵۷

مراجع ملالت آورده و درمانگر ملالت زده ۱۵۸

کار با مراجعین بسیار خسته کننده ۱۶۲

چالشی برای تداوم حواس جمع ۱۶۴

فصل ۱۳ ۱۶۷

آره! نه! شاید! نمیدونم! ۱۶۷

آره! نه! شاید! نمیدونم! ۱۶۹

مراجعینی که وانمود به تغییر می‌کنند ولی تغییر نمی‌یابند: ۱۶۹

کار با مقاوم منفعل: ۱۷۱

مراجع تنها: ۱۷۲

مراجعینی که به هیچ روی سخن نمی‌گویند: ۱۷۷

کار بر روی مراجعین ساکت: ۱۷۹

بیشترین ثمره با کمترین تلاش: ۱۸۱

فصل ۱۴ ۱۸۳

مواجهه با مسائل حل نشده ۱۸۳

مواجهه با مسائل حل نشده ۱۸۵

نجات جهان یا شاید خودمان ۱۸۵

مه‌ار احساسات متقابل ۱۸۷

مواجهه شخصی به کنار ۱۹۲

تلاش و تلاش بیشتر ۱۹۲

پشیمانی ۱۹۴

دو اندیشه بهتر از یک اندیشه به نتیجه میرسند ۱۹۶

ایراد دیگر نه! ۱۹۷

فصل ۱۵ ۱۹۹

اندیشه سازنده و احساس همدردی ۱۹۹

اندیشه سازنده و احساس همدردی ۲۰۱

مرغ مقلد و چندسویگی ۲۰۱

رویکرد کاربردگرا ۲۰۲

موقعیت های تغییر یافته آگاهی ۲۰۴

تاثیرات دلخوش کننده ۲۰۴

رابطه درمانی ۲۰۴

فرآیندهای روان پالشی ۲۰۴

افزایش آگاهی ۲۰۴

پس خورد ۲۰۵

بازگویی ۲۰۵

تسریع کارها ۲۰۵

ویرانگری اصلی ۲۰۵

تاثیرات مدلسازی ۲۰۶

شکلیابی ۲۰۶

۲۰۶ خطرهای سختگیری

۲۰۷ یک فهرست بازبینی ذهنی

۲۰۹ مقاومت گران طبیعی کنش گران از حیث منش شناسی

۲۱۰ یک نمای رفتاری

۲۱۳ چارچوب بندی دوباره مقاومت

۲۱۵ تغییر انتظارات

فصل ۱۶ ۲۱۷

۲۱۷ یکپارچه سازی ارتباط درمانی

۲۱۹ یکپارچه سازی ارتباط درمانی

۲۲۰ یکپارچه سازی درمانی

۲۲۲ احساس درک شدن

۲۲۳ روابط خانوادگی

۲۲۵ روابط گروهی

۲۲۶ بیش پروری در روابط درمانی

فصل ۱۷ ۲۲۹

۲۲۹ راهکارهای عملی جهت برطرف سازی بن بست ها

۲۳۱ راهکارهای عملی جهت برطرف سازی بن بست ها

۲۳۱ مداخله های شناختی

۲۳۵ تاکید بر نکات مثبت

۲۳۸ مدیریت محیط درمانی

۲۴۱ مداخله های متناقض

فصل ۱۸ ۲۴۳

قواعد تعهد ۲۴۳

قواعد تعهد ۲۴۵

خلاصه ای از قواعد تعهد ۲۴۹

حفظ خوش طبعی ۲۴۹

کینه توزی نکنید ۲۵۰

تعریف قواعد و نقشها ۲۵۰

انعطاف پذیری مداوم ۲۵۰

عمل گرایی ۲۵۱

استفاده کارآمد از خودفاشگری ۲۵۱

مواجهه، مواجهه و مواجهه ۲۵۱

شکایاتی ۲۵۲

کدگذاری معنای مقاومت ۲۵۲

همدلی ۲۵۲

در آن هنگام که راههای دیگر به بن بست می رسند ۲۵۳

منابع ۲۵۵

پیشگفتار

این نوشتار به مراجعینی می‌پردازد که کتاب‌ها را به چالش می‌کشاند. مواردی در جریان درمان روی می‌دهند که درمان‌گران، شکیبایی و توانایی‌هایشان را به چالش می‌کشاند. درباره این موارد، با همکارانم بسیار گفتگو کرده‌ام تا بتوانیم راه و روزنه امید را بیابیم. در پاره‌ای از موارد، این مراجعین بدقلق خشم را در وجودم می‌افروزند. تلاش‌هایم در آن‌ها کوچک‌ترین تفاوت را ایجاد می‌کنند. با این همه، به سبب کار بر روی آن‌ها، هم درباره خودم نکات بیشتری را آموختم و هم درباره شیوه درمانگری. به‌راستی مراجعین بدقلق از قواعدی که در نگاهمان بااهمیتند پیروی نمی‌کنند. آن‌ها ما را ناگزیر می‌سازند انعطاف‌پذیری، نوآوری و خلاقیت بیشتری را به خرج دهیم. آن‌ها ما را ملزم می‌سازند به ژرفای وجود خودمان بنگریم تا تک تک مسایل حل نشده‌مان را بررسی کنیم و به کارآمدی بیشتر برسیم هم در جایگاه متخصص و هم در جایگاه انسان.

محتوای کتاب

این کتاب عمدتاً بنا دارد ماهیت مقاومت مراجعین را آشکار سازد، مدل‌های گوناگون را توصیف کند و به خوانندگان کمک نماید آنچه می‌دانند را به چشم‌اندازی تلفیق کنند که به آن‌ها اجازه می‌دهد تعارض درمانی را سازنده و البته چالش برانگیز بدانند. این نوشتار عمدتاً برای درمانگران باتجربه به رشته نگارش درآمده است که ساعت‌ها زمان را به دیدار با مراجعین ناهمیار سپری می‌کنند. تازه‌کاران و دیگران نیز می‌توانند در لابلای برگ‌های این نوشتار به واقعیت‌هایی برسند تا دریابند فرآیند درمانی چه مسیری را در می‌نوردد. تار و پودهای این نوشتار را در هم می‌تنیم. درباره ماهیت مقاومت مراجعین و سبب‌های بدقلقی افراد در درمان به گفتگو می‌نشینیم. از تجربه خودم در ارتباط با مراجعین بدقلق سخن