

نظام‌های روان‌درمانی نظریه‌های روان‌درمانی

(تحلیل فرافکنی)

ویراست نهم

نویسندگان

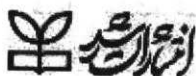
جیمز. ا. پروچاسکا

جان. سی. نورکراس

مترجم

هامایاک آوادیس‌یانس

ویراستاری: گروه علمی رشد



تهران - ۱۴۰۲

سخنی با شما مدرس محترم و دانشجوی عزیز

چندی است که شاهد کاهش شمارگان کتاب، به ویژه کتاب‌های دانشگاهی، هستیم. تکثیر و کپی‌ها و پی‌دی‌اف‌های غیرمجاز از کتاب‌ها در محیط دانشگاه به این معضل دامن می‌زند. شما مدرس محترم ممکن است صرفاً به خاطر کمک به دانشجویان و صرفه‌جویی در هزینه تهیه کتاب، به آنها توصیه کنید که به جای خرید کتاب، از کپی بخش‌هایی از آن استفاده کنند. شما دانشجوی عزیز ممکن است بپندشید که با کپی از روی کتاب، هزینه‌ای کمتر برای تهیه آن پرداخت کرده‌اید (هرچند که غالباً چنین نیست). اما حاصل این اعمال خلاف قانون چیزی جز بی‌رغبتی به تلاش فرهنگی و ارائه دستاوردهای جدید در عرصه علم نیست. با ترویج استفاده از کپی‌ها و پی‌دی‌اف‌های غیرمجاز که بدون رضایت نویسنده و مترجم و ناشر تهیه می‌شود:

- موجب ترک فعالیت‌های علمی و فرهنگی، بی‌انگیزگی در این امور خطیر و بروز مشکلات و خسارت‌های جبران‌ناپذیر به قشر فرهنگی جامعه نشویم.
- باعث ورشکستگی صنعت نشر و به دنبال آن بیکاری قشر عظیمی از کارکنان این عرصه از ناشر گرفته تا حروفچین و طراح و صحاف شویم.
- افرادی غالباً ناآگاه و به ندرت سودجو را به اعمال نامشروع و خلاف قانون تشویق نکنیم و خود آنها و خانواده‌هایشان را دچار عواقب کسب درآمد و ارتزاق از راه حرام و تعدی به حقوق دیگران نسازیم.
- بیایید به آینده میهنمان و فرزندانمان ببیندیشیم. بیایید به آینده علم و دانش در کشور عزیزمان که زمانی مهد علم و ادب بود بیشتر بها دهیم.

پروچسکا، جیمز ا. (Prochaska, James O.)

نظام‌های روان‌درمانی: نظریه‌های روان‌درمانی (تحلیل فرایظری) / نویسندگان جیمز ا. پروچاسکا، جان سی.

نورکراس؛ مترجم هامایاک آوادیس یانس؛ ویراستاری گروه علمی رشد.

مشخصات ظاهری: ۱۰۶۸ ص.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات رشد، ۱۴۰۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۱-۱۹۹-۶

یادداشت: عنوان اصلی Systems of psychotherapy : a transtheoretical analysis, 9th ed, [2018]

موضوع: روان‌درمانی (Psychotherapy)

عنوان دیگر: نظریه‌های روان‌درمانی (تحلیل فرایظری).

شناسه افزوده: نورکراس، جان سی.، ۱۹۵۷ - م. (Norcross, John C.)

شناسه افزوده: انتشارات رشد. گروه علمی

شناسه افزوده: آوادیس یانس، هامایاک، ۱۳۴۰ - مترجم

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۹۱۰۷۳۵۱

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

رده‌بندی کنگره: RC ۴۸۰

حق چاپ محفوظ است.

نظام‌های روان‌درمانی نظریه‌های روان‌درمانی

(تحلیل فرافرانی)

ویراست نهم

نویسندگان

جیمز. ا. پروچاسکا

جان. سی. نورکراس

مترجم

هامایاک آوادیس‌یانس

چاپ اول از (ویراست نهم): بهار ۱۴۰۲ - شمارگان: ۵۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرمانسا

© کلیه حقوق چاپ و نشر این اثر برای انتشارات رشد محفوظ است.

هرگونه استفاده تجاری و تکثیر و انتشار و بازنویسی این اثر یا قسمتی از آن به هر شیوه‌ای از جمله زیراکس، فتوکپی، کتاب الکترونیکی و پی‌دی‌اف، کتاب صوتی، انتشار در سایت‌ها و فضای مجازی، و ضبط و ذخیره در سیستم‌های بازیابی و پخش آن بدون دریافت مجوز قبلی و کتبی از ناشر ممنوع و قابل پیگرد قانونی است.
اشاره به مطالب کتاب یا نقل بخش‌هایی از آن برای نقد و بررسی در رسانه‌های چاپی و الکترونیکی و رادیو و تلویزیون با ذکر منبع، بلامانع است.



مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱

تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

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

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲ - ۶۶۴۹۸۳۸۶ - ۶۶۴۹۷۱۸۱

تهران - ۱۴۰۲

فهرست مطالب

۱۵.....	یادداشت ناشر.....
۱۷.....	یادداشت مترجم.....
۱۹.....	پیش گفتار.....
۲۷.....	آشنایی با نویسندگان.....
۳۱.....	فصل اول: تعریف روان‌درمانی و مقایسه انواع آن: نظام یکپارچه‌نگر.....
۳۵.....	تعریف روان‌درمانی.....
۳۶.....	نقش نظریه.....
۳۸.....	وجه اشتراک درمان‌ها.....
۴۶.....	فرایندهای تغییر.....
۵۷.....	تلفیق مقدماتی فرایندهای تغییر.....
۵۸.....	محتوای درمانی.....
۶۲.....	مورد خانم سی.....
۶۷.....	اصطلاحات مهم.....
۶۷.....	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر.....
۶۸.....	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی.....
۷۰.....	فصل دوم: درمان‌های روان‌کاوی.....
۷۱.....	معرفی کوتاه زیگموند فروید.....

۷۴	 نظریه شخصیت
۸۵	 نظریه آسیب‌شناسی روانی
۸۹	 فرایندهای درمانی
۹۴	 محتوای درمانی
۱۰۳	 رابطه درمانی
۱۰۵	 مسائل عملی روان‌کاوی
	جایگزین‌های عمده: روان‌درمانی مبتنی بر روان‌کاوی، روان‌کاوی لاکانی، و روان‌کاوی
۱۰۶	 ارتباطی
۱۱۴	 اثربخشی روان‌کاوی
۱۱۹	 انتقاد از روان‌کاوی
۱۲۳	 تحلیل خانم سی از دیدگاه روان‌کاوی
۱۲۸	 آینده درمان‌های روان‌کاوی
۱۳۰	 اصطلاحات مهم
۱۳۲	 منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر
۱۳۳	 وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی
۱۳۴	فصل سوم: درمان‌های روان‌پویشی
۱۳۶	 خلاصه‌ای درباره جانشینان فروید
۱۳۸	 معرفی کوتاه آلفرد آدلر
۱۴۰	 نظریه شخصیت
۱۴۴	 نظریه آسیب‌شناسی روانی
۱۴۷	 فرایندهای درمانی
۱۵۳	 محتوای درمانی
۱۵۹	 رابطه درمانی
۱۶۰	 مسائل عملی درمان آدلری
۱۶۱	 روان‌شناسی خود
۱۶۵	 نظریه روابط شیئی
۱۷۱	 درمان حمایتی
۱۷۳	 درمان روان‌پویشی کوتاه‌مدت
۱۷۶	 درمان مبتنی بر اندیشه‌پردازی
۱۷۸	 اثربخشی درمان‌های روان‌پویشی

۱۸۸.....	انتقاد از درمان‌های روان‌پویشی
۱۹۱.....	تحلیل خانم سی از دیدگاه آدلری
۱۹۴.....	آینده درمان‌های روان‌پویشی
۱۹۷.....	اصطلاحات مهم
۱۹۹.....	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر
۲۰۰.....	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی
۲۰۲.....	فصل چهارم: درمان‌های وجودی
۲۰۳.....	خلاصه‌ای درباره درمانگران وجودنگر اولیه
۲۰۷.....	نظریه شخصیت از دیدگاه وجودی
۲۱۵.....	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۲۱۹.....	فرایندهای درمانی
۲۲۷.....	محتوای درمانی
۲۳۷.....	رابطه درمانی
۲۳۸.....	مسائل عملی درمان وجودی
۲۴۰.....	جایگزین‌های عمده: درمان وجودی - انسان‌گر، معیادرمانی، واقعیت درمانی
۲۵۰.....	اثربخشی درمان وجودی
۲۵۲.....	انتقاد از درمان وجودی
۲۵۶.....	تحلیل خانم سی از دیدگاه وجودی
۲۶۰.....	آینده درمان‌های وجودی
۲۶۲.....	اصطلاحات مهم
۲۶۳.....	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر
۲۶۴.....	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی
۲۶۶.....	فصل پنجم: درمان متمرکز بر شخص
۲۶۸.....	معرفی کوتاه کارل راجرز
۲۷۰.....	نظریه شخصیت
۲۷۳.....	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۲۷۷.....	رابطه درمانی
۲۸۰.....	فرایندهای درمانی
۲۸۷.....	محتوای درمانی
۲۹۵.....	مسائل عملی در درمان متمرکز بر شخص

۲۹۷	جایگزین عمده و گسترش: مصاحبه انگیزشی.....
۳۰۳	اثربخشی درمان متمرکز بر شخص.....
۳۰۸	مصاحبه انگیزشی.....
۳۱۱	انتقاد از درمان متمرکز بر شخص.....
۳۱۶	تحلیل خانم سی از دیدگاه متمرکز بر شخص.....
۳۱۸	آینده درمان متمرکز بر شخص.....
۳۲۱	اصطلاحات مهم.....
۳۲۲	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر.....
۳۲۳	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی.....
۳۲۴	فصل ششم: درمان‌های تجربه‌ای.....
۳۲۵	معرفی کوتاه فریتز پرلز.....
۳۲۸	نظریه شخصیت.....
۳۳۲	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....
۳۳۶	فرایندهای درمانی.....
۳۴۷	محتوای درمانی.....
۳۵۷	رابطه درمانی.....
۳۶۰	مسائل عملی درمان گشتالتی.....
۳۶۳	درمان‌های تجربه‌ای.....
۳۶۴	درمان متمرکز بر هیجان.....
۳۶۹	اثربخشی درمان‌های گشتالتی و تجربه‌ای.....
۳۷۳	انتقاد از درمان گشتالتی.....
۳۷۶	تحلیل خانم سی از دیدگاه گشتالتی.....
۳۸۰	آینده درمان‌های گشتالتی و تجربه‌ای.....
۳۸۲	اصطلاحات مهم.....
۳۸۴	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر.....
۳۸۶	فصل هفتم: درمان‌های میان‌فردی.....
۳۸۷	میراث درمان‌های میان‌فردی.....
۳۸۹	معرفی کوتاه بنیان‌گذاران روان‌درمانی میان‌فردی.....
۳۹۱	نظریه شخصیت.....
۳۹۱	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....

۳۹۵	فرایندهای درمانی.....
۳۹۹	محتوای درمانی.....
۴۰۴	رابطه درمانی.....
۴۰۴	مسائل عملی روان درمانی میان فردی.....
۴۰۶	جایگزین عمده: تحلیل تبدیلی.....
۴۱۶	اثربخشی درمان‌های میان فردی.....
۴۲۱	انتقاد از درمان‌های میان فردی.....
۴۲۵	تحلیل میان فردی خانم و آقای سی.....
۴۲۷	آینده درمان‌های میان فردی.....
۴۲۹	اصطلاحات مهم.....
۴۳۰	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر.....
۴۳۰	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی.....
۴۳۲	فصل هشتم: درمان‌های مواجهه‌ای
۴۳۳	خلاصه‌ای دربارهٔ درمان‌های مواجهه‌ای.....
۴۳۵	درمان با غرقه‌سازی تجسمی.....
۴۳۸	درمان مواجهه‌ای طولانی.....
۴۵۷	حساسیت‌زدایی با حرکت چشم و بازپردازش.....
۴۷۱	انتقاد از درمان‌های مواجهه‌ای.....
۴۷۶	درمان خانم سی با غرقه‌سازی تجسمی.....
۴۷۹	آینده درمان‌های مواجهه‌ای.....
۴۸۰	اصطلاحات مهم.....
۴۸۱	منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر.....
۴۸۲	وبسایت‌های اینترنتی پیشنهادی.....
۴۸۴	فصل نهم: درمان‌های رفتاری
۴۸۵	معرفی کوتاه رفتاردرمانی.....
۴۸۹	شرطی‌سازی تقابلی.....
۵۰۶	کنترل وابستگی.....
۵۳۶	اثربخشی رفتاردرمانی.....
۵۵۹	انتقاد از رفتاردرمانی.....
۵۶۴	تحلیل خانم سی از دیدگاه رفتاری.....

روان‌درمانی یکی از ظریف‌ترین کارهای بالینی روان‌شناسان و متخصصان سلامت روان است، تا جایی که آن را علاوه بر علم، هنر نیز به شمار آورده‌اند. این فعالیت علمی و بالینی دو ویژگی بارز دارد که آن را از سایر کارهای بالینی متمایز می‌کند. نخست اینکه نظریه‌محور^۱ است و دیگر اینکه مبتنی بر شواهد و یافته‌های علمی^۲ است. نظریه‌محوری حاکی از آن است که عمل روان‌درمانی بر نظریه متکی است. به عبارت دیگر، همه شقوق فعالیت عملی در انواع روان‌درمانی‌ها بر نظریه‌هایی استوارند که صاحب‌نظران عرضه کرده‌اند و به‌جرئت می‌توان گفت که روان‌درمانی فارغ از نظریه وجود ندارد. ابتدا بر شواهد علمی هم به این معنی است که کاربردهای درمانی متکی بر یافته‌های علمی و پژوهشی‌اند. این هر دو ویژگی به شکلی با نظام‌ها و نظریه‌های روان‌درمانی ارتباط دارند و آشنایی با این نظام‌ها و نظریه‌ها نخستین و مهم‌ترین مرحله کار بالینی با مراجعان است.