

روان‌درمانی گروهی

مباحث نظری و کاربردی

ویرایش ششم

اروین. د. یالوم

مولین لَشچ

مترجم:

مهشید یاسایی





سرشناسه: یالوم، اروین دی، ۱۹۳۱ - م.

Yalom, Irvin D., 1931-

عنوان و نام پدیدآور: روان‌درمانی گروهی: مباحث نظری و کاربردی ویرایش ششم / اروین د. یالوم، مولین لشیج؛

مترجم مهشید یاسایی.

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۸۲۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۵۷-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

The theory and practice of group psychotherapy, 6th ed. یادداشت: عنوان اصلی:

موضوع: روان‌درمانی گروهی

Group psychotherapy

شناسه افزوده: لیش، مولین، ۱۹۵۲ - م.

Leszcz, Molyn

شناسه افزوده: یاسائی، مهشید، ۱۳۳۳ - م. مترجم

رده‌بندی کنگره: RC ۴۸۸

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۵۲

شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۴۸۰۱۹

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیا

عنوان: روان‌درمانی گروهی (مباحث نظری و کاربردی) - ویرایش ششم

نویسندگان: اروین د. یالوم آ و مولین لشیج

مترجم: مهشید یاسایی

صفحه‌آرا: خسرو هادیان

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه

لینتوگرافی، چاپ و صحافی: مهر/ شریف نو

شمارگان: ۵۵۰

قطع: وزیری

نوبت چاپ: شانزدهم - ۱۴۰۳

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۵۷-۲

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

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیر اتابک) - کوچه اسلامی - شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۳۱ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۱۲۰۸۳ تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳

تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

قیمت: ۷۵۰,۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۵.....	مقدمه‌ای بر ویرایش ششم.....
۲۱.....	قدردانی.....
۲۳.....	فصل اول: عوامل درمان.....
۲۶.....	امیدوار کردن.....
۲۹.....	جهان‌شمولی تجارب انسانی.....
۳۲.....	انتقال اطلاعات.....
۳۲.....	دستورالعمل آموزشی.....
۳۵.....	توصیه مستقیم.....
۳۷.....	نوع دوستی.....
۴۰.....	اصلاح رفتار درمانجو در موقعیتی مشابه وضعیت خانواده اصلی.....
۴۲.....	به‌کار بستن روش‌های اجتماعی شدن.....
۴۳.....	رفتار تقلیدی.....
۴۵.....	یادداشت‌ها.....
۴۵.....	منابع.....
۵۳.....	فصل دوم: یادگیری بین فردی.....
۵۳.....	اهمیت روابط بین فردی.....
۶۴.....	اصلاح تجربه عاطفی.....
۶۹.....	گروه به‌عنوان یک نمونه کوچک اجتماعی.....
۷۱.....	ابتدا حمله.....
۷۳.....	«آن مردان لعنتی».....

۷۴	الزامات حداقلی روزانه
۷۵	تبادلات پویا در داخل نمونه کوچک اجتماع
۷۸	بازشناسی الگوهای رفتاری در نمونه کوچک اجتماعی
۸۱	نمونه کوچک اجتماعی - آیا واقعی است؟
۸۳	انتقال و بینش
۸۶	مرور کلی
۸۹	یادداشت‌ها
۸۹	منابع
۹۷	فصل سوم: انسجام گروهی
۱۰۱	اهمیت انسجام گروهی
۱۰۳	مزایای انسجام گروهی: شواهد
۱۰۸	رابطه بین انسجام و حاصل کار: خلاصه
۱۱۱	مکانیزم عمل
۱۱۸	عزت نفس، ارزیابی دیگران از فرد و درمان منجر به تغییر: شواهد
۱۱۹	انسجام گروهی و حضور در گروه
۱۲۱	انسجام گروهی و ابراز خصومت
۱۲۴	انسجام گروهی و سایر متغیرهای مربوط به درمان
۱۲۵	خلاصه
۱۲۶	یادداشت‌ها
۱۲۶	منابع
۱۳۹	فصل چهارم: عوامل درمانی: یکپارچگی
۱۴۳	ارزش مقایسه‌ای عوامل درمانی: دیدگاه درمانجو
۱۴۷	نتایج
۱۵۳	تخلیه هیجانی
۱۵۵	درک خود
۱۵۹	رفتار تقلیدی (هماندسازی)
۱۶۱	بازسازی خانواده
۱۶۳	عوامل وجودی
۱۷۴	ارزش مقایسه‌ای عوامل درمانی: تفاوت بین دیدگاه درمانگر و درمانجو
۱۷۶	عوامل درمانی: نیروهای اصلاح کننده
۱۷۶	عوامل درمانی در گروه‌های درمانی مختلف

فهرست مطالب ۷

عوامل درمانی و گروه‌های درمانی گوناگون	۱۷۷
عوامل درمانی و مراحل درمان	۱۷۹
عوامل درمانی بیرون از گروه	۱۸۱
تفاوت‌های فردی و عوامل درمانی	۱۸۳
منابع	۱۸۶
فصل پنجم: درمانگر: تکالیف اصلی	۲۰۱
ایجاد و حفظ گروه	۲۰۲
فرهنگ‌سازی برای گروه	۲۰۵
ایجاد هنجارها	۲۰۶
رهبر چگونه هنجارها را شکل می‌دهد؟	۲۰۸
مهارت فنی	۲۰۸
الگوسازی برای عضو گروه	۲۱۰
هنجارهای گروه درمانی	۲۱۵
گروه خودتنظیم‌کننده	۲۱۵
خودآشکارسازی	۲۱۶
هنجارهای روند کار	۲۲۳
اهمیت گروه برای اعضای آن	۲۲۴
اعضا به عنوان عوامل کمک	۲۲۶
حمایت و رویارویی	۲۲۷
منابع	۲۲۹
فصل ششم: درمانگر: کار کردن بر اساس موقعیت اینجا و اکنون	۲۳۳
تعریف فرآیند	۲۳۵
تمرکز بر فرآیند: منبع قدرت گروه	۲۴۳
اضطراب اجتماعی شدن	۲۴۴
هنجارهای اجتماعی	۲۴۵
ترس از تلافی	۲۴۵
حمایت از قدرت	۲۴۵
تکلیف درمانگر در اینجا و اکنون	۲۴۶
خلاصه	۲۵۱
تکنیک‌های فعال‌سازی اینجا و اکنون	۲۵۲
تکنیک‌های روشن‌سازی فرآیند	۲۶۳

۲۶۴	تشخیص فرآیند
۲۶۸	تنش‌های معمول در گروه
۲۶۹	تکلیف اولیه و رضایت ثانویه
۲۷۲	احساسات درمانگر
۲۷۴	کمک به درمانجویان برای آشنایی با فرآیند
۲۷۶	کمک به درمانجویان برای پذیرش اظهارنظرهای مربوط به فرآیند روشن‌سازی
۲۷۸	تفسیر فرآیند: مروری بر نظریات
۲۸۳	«فقط من هستم که می‌توانم جهانی را که برای خود خلق کرده‌ام تغییر دهم»
۲۸۵	«تغییر کردن هیچ خطری ندارد»
۲۸۶	«من برای به دست آوردن آنچه واقعاً می‌خواهم باید تغییر کنم»
۲۸۷	«من می‌توانم تغییر کنم، من توانا هستم»
۲۹۰	تأثیر گذشته
۲۹۴	گروه به عنوان یک کل در تفسیر فرآیند
۲۹۵	منطق گروه به عنوان یک کل در تفسیر فرآیند
۲۹۶	موضوعات اضطراب‌آفرین
۳۰۰	هنجارهای ضد درمانی گروه
۳۰۰	زمان مداخلات گروهی
۳۰۲	منابع
۳۰۹	فصل هفتم: درمانگر: انتقال و شفافیت
۳۱۳	انتقال در گروه‌درمانی
۳۲۴	ارزیابی جمعی
۳۲۵	شفافیت رو به افزون درمانگر
۳۲۶	روان‌درمانگر و شفافیت
۳۲۹	تأثیر شفافیت درمانگر در گروه‌درمانی
۳۴۱	مشکلات مربوط به شفافیت درمانگر
۳۴۴	منابع
۳۵۳	فصل هشتم: انتخاب درمانجویان و تشکیل گروه
۳۵۵	معیارهای کنار گذاشتن
۳۵۸	درمانجویانی که گروه را ترک می‌کنند
۳۶۰	علل پایان‌دادن پیش از موعد به گروه‌درمانی
۳۷۰	مشکلات مربوط به صمیمیت

۳۷۵	 معیارهای مشمول گروه بودن
۳۷۷	 تحقیق درباره معیارهای مشمول بودن در گروه درمانی
۳۷۹	 تأثیر درمانجو در سایر اعضا
۳۷۹	 احساسات درمانگر به درمانجو
۳۸۰	 خلاصه: انتخاب درمانجو
۳۸۱	 ترکیب گروه
۳۸۲	 پیش‌بینی رفتار درمانجو در گروه
۳۸۲	 مصاحبه تشخیصی استاندارد
۳۸۳	 مصاحبه بین‌فردی اولیه
۳۸۵	 تاریخچه گروه درمانی قبلی درمانجو
۳۸۵	 روندی تشخیصی تخصصی
۳۸۶	 سبک‌های دلبستگی
۳۸۸	 پرسشنامه‌های مربوط به شخصیت و روابط بین‌فردی
۳۹۱	 خلاصه: پیش‌بینی رفتار درمانجو
۳۹۱	 اصول ترکیب گروهی
۳۹۴	 همگنی یا ناهمگنی؟
۳۹۶	 گوناگونی بومی نژادی، فرهنگی و جنسیتی
۳۹۷	 ملاحظات بالینی کلی
۳۹۸	 خلاصه: ترکیب گروه
۴۰۰	 منابع
۴۱۷	 فصل نهم: تشکیل گروه
۴۱۸	 موقعیت و جایگاه جلسات
۴۱۹	 گروه‌های باز و بسته
۴۲۰	 اندازه گروه
۴۲۲	 مدت و تعداد جلسات
۴۲۵	 گروه درمانی کوتاه مدت
۴۳۱	 جلسات قبل از گروه و آمادگی برای گروه درمانی
۴۳۲	 سوء تعبیرها درباره گروه درمانی
۴۳۶	 پیش‌بینی مشکلات معمول در گروه
۴۳۷	 فرآیند آمادگی
۴۴۵	 رهیافت‌های دیگر در مورد آمادگی

۴۴۷	تحقیقات مبتنی بر شواهد
۴۴۸	منطق آمادگی‌سازی گروه
۴۵۰	منابع
۴۶۱	فصل دهم: در آغاز
۴۶۱	مراحل شکل‌گیری گروه
۴۶۳	اولین جلسه
۴۶۴	مرحله اولیه: آشنایی، مشارکت با تاخیر، جست‌وجو برای معنا، وابستگی
۴۶۸	مرحله دوم: تضاد، سلطه، سرکشی
۴۷۴	مرحله سوم: رشد انسجام
۴۷۵	رشد گروه در عمل
۴۷۶	تأثیر درمانجویان و سایر عوامل در رشد گروه
۴۸۱	مشکلات مربوط به عضو بودن در گروه
۴۸۱	جایه‌جایی اعضا
۴۸۲	حضور و وقت‌شناسی
۴۹۰	ریزش در گروه
۴۹۵	خارج کردن درمانجو از گروه
۴۹۶	عضو از گروه کنار گذاشته‌شده: ملاحظه‌های درمانی
۴۹۷	اضافه کردن اعضای جدید
۴۹۸	پاسخ گروه به اعضای جدید
۵۰۰	رهتموندهای درمانی برای ورود اعضای جدید
۵۰۳	منابع
۵۱۳	فصل یازدهم: گروه پیشرفته
۵۱۳	چگونه یادگیری بین‌فردی مفید واقع می‌شود
۵۱۸	تشکیل گروه فرعی
۵۱۹	شکل بالینی گروه فرعی
۵۲۰	تأثیرات گروه فرعی
۵۲۳	ملاحظات درمانی
۵۲۷	اختلاف در گروه درمانی
۵۲۸	منشأ خصومت
۵۳۳	مدیریت خشم
۵۴۱	خودآشکارسازی

فهرست مطالب ۱۱

۵۴۱	خودآشکارسازی و خطر کردن
۵۴۲	زنجیره خودآشکارسازی
۵۴۲	کنش‌های مثبت خودآشکارسازی
۵۴۵	خودآشکارسازی ناهنجار
۵۵۱	پایان درمان
۵۵۱	هنگامی که کار درمانجو در گروه تمام می‌شود
۵۵۸	وقتی که درمانگر گروه را ترک می‌کند
۵۵۹	خاتمه کار گروه
۵۶۱	منابع
۵۷۱	فصل دوازدهم: عضو چالش‌ساز گروه
۵۷۲	درمانجوی انحصارطلب (متکلم وحده)
۵۷۸	درمانجوی ساکت
۵۸۱	درمانجوی ملال‌آور
۵۸۴	درمانجوی شاکی ردکننده کمک
۵۸۶	درمانجوی روان‌پریش حاد
۵۹۴	درمانجوی اسکیزوئید
۵۹۹	درمانجوی دچار مشکلات شخصیتی
۶۰۰	درمانجوی مرزی
۶۰۵	درمانجوی خودشیفته
۶۱۱	منابع
۶۱۹	فصل سیزدهم: درمانگر: چارچوب‌های تخصصی کمک‌های مرحله‌ای
۶۱۹	همزمانی گروه‌درمانی و درمان انفرادی
۶۲۰	درمان مشترک
۶۲۳	مشکلات
۶۲۶	درمان ترکیبی
۶۳۱	ترکیب گروه‌درمانی و گروه‌های دوازده‌گامی
۶۳۵	یاردرمانگری
۶۴۱	رؤیاها
۶۴۵	تکنولوژی سمعی - بصری
۶۴۶	ضبط ویدئو در آموزش
۶۴۷	ضبط ویدئو در تحقیق

۶۴۷	خلاصه‌نویسی
۶۵۰	تداوم و تقویت
۶۵۰	درک فرایند
۶۵۱	شکل دادن به هنجارهای گروهی
۶۵۱	نیروی درمانی
۶۵۲	افکار تازه
۶۵۲	انتقال دیدگاه موقتی درمانگر
۶۵۲	خودآشکارسازی درمانگر
۶۵۳	پیر کردن شکاف‌ها
۶۵۳	اعضای جدید گروه
۶۵۳	برداشت‌های کلی
۶۵۴	تنظیم نتایج و فرایند گروه‌درمانی
۶۵۶	خطرات هدایت کردن
۶۵۶	تمرین‌های ساختارمند
۶۶۲	ثبت وقایع گروه‌درمانی
۶۶۳	منابع

۶۷۳	فصل چهاردهم: روان‌درمانی گروهی آنلاین
۶۷۴	گروه‌های VTC: یافته‌های اولیه
۶۷۵	رهنمودهایی برای گروه‌درمانگران
۶۷۷	چالش‌ها و فرصت‌های VTC
۶۸۰	منابع

۶۸۳	فصل پانزدهم: گروه‌های درمانی تخصصی
۶۸۵	اصلاح موقعیت‌های بالینی خاص: گام‌های اصلی
۶۸۵	ارزیابی موقعیت بالینی
۶۸۵	فرمول‌بندی اهداف
۶۸۶	اصلاح تکنیک
۶۹۱	گروه‌درمانی برای بیماران حاد بستری
۶۹۱	وضعیت بالینی
۶۹۴	فرمول‌بندی اهداف
۶۹۸	اصلاح تکنیک

فهرست مطالب ۱۳

۷۰۳	تمرکز بر گروه بستری اینجا و اکنون
۷۰۶	ساخت‌های مختلف
۷۰۶	حد و مرزهای زمانی و مکانی
۷۰۸	شیوه درمانگر
۷۰۹	پروتکل جلسه گروهی
۷۱۰	مضرات ساخت
۷۱۱	الگویی کارآ
۷۲۰	گروه‌درمانی برای افرادی که از لحاظ جسمی بیمارند
۷۲۳	ویژگی‌های عمومی
۷۲۴	پیش‌نمونه گروه‌درمانی برای بیماری جسمی
۷۲۹	کاربرد CBT و IPT برای گروه‌درمانی
۷۳۰	گروه‌درمانی شناختی- رفتاری
۷۳۴	درمان بین فردی گروهی
۷۳۷	گروه‌های خودیار و گروه‌های حمایتی آنلاین
۷۳۹	اپلیکیشن‌های بهداشت روانی از راه دور
۷۴۱	منابع
۷۵۹	فصل شانزدهم: آموزش گروه‌درمانگر
۷۶۲	مشاهده درمانگران باتجربه
۷۶۵	سوپرویزن بالینی
۷۷۲	گروه‌های سوپرویزن
۷۷۲	آشنایی و سوپرویزن چندفرهنگی
۷۷۴	تجربه گروهی برای کارآموزان
۷۷۶	آیا گروه‌های آموزشی باید داوطلبانه باشد؟
۷۷۷	چه کسی باید گروه‌های تجربی دانشجویی را هدایت کند؟
۷۷۸	آیا گروه آموزشی گروه‌درمانی است؟
۷۷۸	تکنیک رهبر
۷۸۰	روان‌درمانی شخصی
۷۸۳	خلاصه
۷۸۴	فراوسوی تکنیک
۷۸۵	منابع

- پیوست: اطلاعات و راهنمایی برای درمانجویان علاقمند به شرکت در گروه‌درمانی ۷۹۳
- بعضی از اهداف روان‌درمانی گروهی ۷۹۳
- محرمانگی ۷۹۴
- درمانگران ۷۹۴
- اعضای گروه ۷۹۴
- شما در گروه چه می‌کنید؟ از شما چه رفتاری انتظار می‌رود؟ ۷۹۵
- گروه‌درمانگران ۷۹۶
- طول دوران اولیه: تعهد به شرکت در گروه ۷۹۷
- حضور در جلسه و انسجام گروهی ۷۹۷
- گروه‌های آنلاین ۷۹۸
- سخنانی در تمجید از کتاب ۸۰۱
- واژه‌نما ۸۰۳
- نام‌نما ۸۰۷
- موضوع‌نما ۸۰۹

چنانچه شما خواننده عزیز، کتابی از کتاب‌های دانژه را در صفحه اینستاگرام خود معرفی یا تحلیل می‌کنید، لطفاً همراه مطلب خود شناسه ما را هم مورد اشاره (mention) قرار دهید تا از مطلب شما مطلع شویم و آن را با شناسه خودتان در بخش گزارش (story) حساب رسمی مان بازنشر دهیم.



danjehpub

مقدمه‌ای بر ویرایش ششم

پانزده سال از انتشار چاپ پنجم این کتاب درسی می‌گذرد. وظیفه ما در این ویرایش ششم، بررسی ابداعات تازه و مهمی است که در این چندساله در زمینه گروه‌درمانی انجام شده است. ما خوشحال و شکرگزار هستیم که همکاری طولانی خود را که چهل سال قبل در دانشگاه استنفورد آغاز شد ادامه می‌دهیم. ما به عنوان دو یار درمانگر با هم کار کرده‌ایم و در نوشتن این ویرایش مهم از یکدیگر حمایت کرده‌ایم و نیز یکدیگر را به چالش کشیده‌ایم. ما در این کتاب عمدتاً به عنوان «ما» و ترکیبی از صدای هر دو حرف می‌زنیم. در بعضی جاهای کتاب، وقتی که می‌خواهیم تجربه‌ای شخصی را که مربوط به یکی از ماست بیان کنیم، کلمه شخص اول را به کار می‌بریم و برای مشخص کردن آن مخفف نام نویسنده آن را می‌گذاریم (ا-ی یا م-ل).

هدف ما این است که ترکیبی از دانش جدید و مجموعه‌ای از خرد به دست آمده در کار گروه‌درمانی را ارائه دهیم. ما از نمونه‌های بالینی استفاده می‌کنیم تا این مفاهیم و اصول را در زندگی نشان دهیم و به کتاب جنبه‌ای آموزشی و عملی بدهیم. این کتاب هم مانند ویرایش‌های قبلی برای دانشجویان و کارورزان و درمانگران و نیز سوپروایزرها و معلمان تدوین شده است.

از زمانی که گروه‌درمانی در دهه ۱۹۴۰ معرفی شد، تاکنون دستخوش تغییراتی در کار بالینی بوده است. همزمان با شناخت سندروم‌های بالینی و رهیافت‌های نظری جدید، روش‌های گروه‌درمانی هم متنوع‌تر شده است.

چندگونه بودن اشکال گروه‌درمانی آنچنان امروزه آشکار است که بهتر است به جای «گروه‌درمانی» از «گروه‌های درمانی» سخن بگوییم. شواهد نشان می‌دهد که گروه‌درمانی برای سنین مختلف و موارد بالینی مختلف مفید است و معمولاً نتایج آن با درمان انفرادی

یکی است، البته با هزینه کمتر. این موضوع در مورد سلامت روان و درمان اختلال اعتیاد به مواد مخدر و نیز بیماران جسمی نیز صدق می‌کند.

اینترنت باعث می‌شود امروزه گروه‌درمانی در مقایسه با دنیای قبل از دیجیتال، قابل دسترس‌تر باشد. فاصله جغرافیایی دیگر مانعی در برابر درمان نیست. پلاتفرم‌های تکنولوژیکی فرصت‌ها و چالش‌هایی را برای گروه‌درمانگران ایجاد می‌کند: وقتی که گروه‌درمانی از اتاق گروه به صفحه گروه جابه‌جا می‌شود شاهد چه چیزهای مشترک و چه چیزهای متفاوتی خواهیم بود؟ اینها پرسش‌هایی است که در این ویرایش در فصلی تازه درباره گروه‌های روان‌درمانی آن‌لاین مطرح می‌کنیم (فصل چهاردهم).

اکنون که درمانجویان با زمینه‌های بومی / فرهنگی متفاوت به گروه‌درمانی دسترسی دارند، خواه در آمریکای شمالی، خواه جایی دیگر، لازم است با شناختی چندفرهنگی و نیز مجهز به مهارت و هوشمندی لازم بتوانند با فرهنگ‌های مختلف سازگار شوند. گروه‌های درمانی همیشه جایی برای مطرح شدن «گفتگوهای دشوار» و دیسکورس (گفتمان) بوده است؛ نژاد و هویت جنسیتی را می‌توان به‌نحو مؤثری در فضای امن گروه‌درمانی مطرح کرد (فصل شانزدهم).

گروه‌درمانی ابزاری نیرومند برای کار کردن با افراد دچار تروما است البته تناقض کار در این است که آموزش حرفه‌ای برای گروه‌درمانگران هنوز توانسته با کاربرد گسترده بالینی گروه‌های درمانی هماهنگ شود. هر قدر برنامه‌های آموزشی کمتر باشد - خواه در روان‌شناسی، مددکاری اجتماعی، مشاوره یا روانپزشکی - عمق آموزش و نظارتی که درمانگران به آن نیاز دارند بیشتر می‌شود. درمانگران غالباً و در موقعیت‌های مختلف به سمت اقدام به عمل کشیده می‌شوند و از آنها خواسته می‌شود تا گروه‌های درمانجویان را که تاریخچه پیچیده و نیازهای متفاوت دارند اداره کنند؛ با آموزش و نظارت کم در زمینه گروه‌درمانی.

فشارهای اقتصادی، جدال‌های جناحی و سلطه کنونی توجیهات بیولوژیکی و دارودرمانی بر بهداشت روان، همگی به این موقعیت دامن زده است. هر نسلی ساده‌لوحانه مدعی است که راه‌حل واقعی را یافته است. بهداشت روان حوزه‌ای است که به‌نحو متحصربه‌فردی در معرض نوسان بین بیش‌تخمینی و بی‌ارزش شمرده‌شدن، حتی توسط درمانگران قرار دارد. از این‌رو ما خوشحالیم که انجمن روان‌شناسی آمریکا اخیراً روان‌درمانی گروهی را به‌عنوان تخصصی به رسمیت شناخته‌شده قلمداد کرده است. این تصمیم باعث می‌شود که آموزش و تحصیلات در این زمینه تشویق شود و ما امیدواریم

گروه درمانی به موقعیتی دست یابد که به‌طور دائمی پابرجا بماند. ما می‌دانیم که آموزش می‌تواند باعث تغییر و تحول بسیاری در این زمینه شود.

گروه‌درمانگران امروزی تحت تأثیر تقاضا برای مسئولیت‌پذیری بیشتر در کار درمانی‌اند. درمان مبتنی بر شواهد معیاری است که همگی ما باید به آن پایبند باشیم. سال‌هاست که درمانگران در برابر این کاربرد تحقیق، سنجش و داده‌ها به‌عنوان رهنمودهایی برای درمان مؤثر، مقاومت کرده‌اند - آنها معتقدند این کار یعنی دخالت در خودمختاری و خلاقیت آنان. ولی تحقیق مبتنی بر شواهد را نباید کاری محدودکننده بدانیم. ما معتقدیم که رهیافت مؤثرتر این است که درمان مبتنی بر شواهد را به‌عنوان مجموعه‌ای رهنمود اصولی بدانیم که کارایی درمانی را بالا می‌برد. در طول این کتاب، ما درباره‌ی کارهای مهم گروه‌درمانگر متکی بر شواهد توضیح می‌دهیم: ساختن گروه منسجم و روابط قوی، برقراری ارتباط اصیل و همدلی بجا، سازمان دادن مدیریت انتقال متقابل، حمایت از آگاهی فرهنگی و تربیتی، تأملی بودن درباره‌ی رهیافت‌ها و متمرکز بودن بر تداوم رشد حرفه‌ای، همگی جنبه‌هایی از یک گروه‌درمانگر متکی بر شواهد است. جمع‌آوری داده‌ها از گروه‌ها ما را قادر می‌کند تا بازخوردهای بموقع و مرتبط در هر جلسه در هر مورد هر درمانجو بدهیم (فصل سیزدهم).

ما مشاهده کرده‌ایم که درمانگران گروهی اکنون مجموعه‌ای از رهیافت‌های گوناگون به‌کار می‌برند. رفتاردرمانی شناختی، روانی‌آموزشی، بین‌فردی، گشتالت، حمایتی-بیانی، مدرن، تحلیلی، روان‌تحلیلی، تبادل-پویایی-روانی-نمایشی همگی اینها و بسیاری دیگر امروزه در گروه‌درمانی به‌کار می‌رود. درمانگران گروهی درک ما راز وابستگی انسان و نورویولوژی روابط بین‌فردی بهتر می‌کنند. در گروه‌درمانی تلاش می‌کنند تا انسجام ذهن، بدن و مغز را در کار خود مد نظر داشته باشند (فصول دوم و سوم).

هرچند پرداختن به همه‌ی این درمان‌های گروهی در یک کتاب نشان‌دهنده‌ی چالش‌های بسیاری است، ما معتقدیم که روشی که در نوشتن و ویرایش اول به‌کار رفت، هنوز هم درست به‌نظر می‌رسد. بدین ترتیب که در مبحث‌های مربوط به هریک از گروه‌های درمانی، محور «اصلی» و «فرم» جداگانه بررسی شد. مبحث فرم شامل: تکنیک‌ها، زبان خاص، و روش مبتنی بر مکتب ایدئولوژیکی است؛ محور اصلی به‌معنای آن جنبه‌هایی از تجربه است که در جوهره‌ی فرآیند درمانی وجود دارد - یعنی همان مکانیزم‌های اساسی برای تغییر. اگر «فرم» را در نظر نگیرید و فقط مکانیزم‌های واقعی را که در درمان‌جو تأثیر می‌گذارد در نظر بگیرید، درمی‌یابید که مکانیزم‌های تغییر از لحاظ تعداد محدود است و شباهت بسیاری در گروه‌های مختلف دارد. گروه‌های درمانی با اهداف مشترک که شدیداً

متفاوت‌اند اگر صرفاً بر اساس اشکال بیرونی قضاوت شوند، ممکن است متکی بر مکانیزم‌های تغییر باشند. این مکانیزم‌ها اصول سازمان‌دهنده اصلی این کتاب را همچنان تشکیل می‌دهند. ما در آغاز جزئیات یازده عامل درمانی را توضیح می‌دهیم و سپس رهیافت روانی‌درمانی گروهی را بر اساس آنها بررسی می‌کنیم (فصول اول تا چهارم).

تصمیم‌گیری در مورد اینکه درباره کدام یک از گروه‌ها بحث کنیم معضل دیگری ایجاد کرد. تنوع گروه‌های درمانی اکنون آنچنان گسترده است که غیرممکن است بتوان هریک از گروه‌ها را جداگانه بررسی کرد. به جای آن ما بحث خود را متمرکز می‌کنیم بر الگوی نمونه اصلی گروه‌درمانی سرپایی - و سپس اصولی را مطرح می‌کنیم که درمانگر را قادر می‌کند این الگوی گروهی بنیادی را تغییر دهد و آن را با هر موقعیت بالینی، متناسب کند (فصل پانزدهم).

الگوی نمونه اصلی گروه سرپایی ما دست‌کم برای مدت چندین ماه با اهدافی برای تخفیف علائم و تغییر شخصیت تشکیل گروه می‌دهند. ما این گروه را با جزئیات از زمان شکل‌گیری تا پایان توضیح می‌دهیم و با اصول انتخاب مؤثر، ترکیب گروهی، و آمادگی شروع می‌کنیم (فصول هشتم و نهم). سپس به رشد گروه می‌رسیم: از جلسات اولیه تا مراحل پیشرفته گروه و چالش‌های بالینی معمول (فصول دهم، یازدهم و دوازدهم).

چرا ما بر این شکل خاص گروه‌درمانی تمرکز می‌کنیم، حال آنکه درمان معاصر که تحت تأثیر عوامل اقتصادی است، تحت سلطه سایر انواع گروه‌ها و دوره‌هایی کوتاه‌تر و با اهدافی محدودتر است؟ پاسخ این است که گروه‌درمانی طولانی مدت دهه‌هاست که رواج داشته و درمانگران دانش گسترده‌ای از تحقیقات تجربی و مشاهدات بالینی دقیق جمع‌آوری کرده‌اند. ما معتقدیم که اولین نوع گروه‌درمانی که در این کتاب توضیح می‌دهیم، نوع فشرده و هدفمند درمان گروهی است که در آن انتظارات معینی از درمانگر و درمانجو می‌رود. این گروه در ضمن درمانگران را مجهز به دیدگاهی می‌کند که می‌توانند به کمک آن فرایند گروه، پویایی‌های گروه و رهبری گروه را بیاموزند و همین در کار بالینی به آنان کمک می‌کند. روش‌های درمانی و تکنیک‌هایی برای رهبری چنین گروهی پیچیده و دقیق لازم است (فصل‌های ۵، ۶ و ۷). البته همین که دانشجویان این تکنیک‌ها را آموختند و دریافتند که چگونه آنها را به‌نحوی درآورند که با موقعیت‌های درمانی خاص منطبق شود، در موقعیتی خواهند بود که بتوانند گروهی را تشکیل دهند که برای جمعیت‌های بالینی مختلف در موقعیت‌های مختلف کارآیی دارد.

کارورزان باید تلاش کنند تا درمانگرانی خلاق و دلسوز باشند که درک می‌کنند چگونه

به نظریه جامعه عمل ببوشانند. این کار به نوبه خود مستلزم داشتن سوپروایزرهای دلسوز با درک بالاست (فصل شانزدهم). تقاضای زیاد برای مراقبت بالینی و کارآیی و مؤثر بودن گروه درمانی باعث می‌شود که گروه درمانی الگوی درمانی در آینده شود. گروه درمانگران باید تا جای ممکن برای این فرصت آمادگی داشته باشند، و آنان نیاز دارند که مراقب خودشان باشند تا بتوانند به درمان دیگران به نحو مؤثر ادامه دهند و به کار خود معنا بخشند.

از آنجا که غالباً مخاطبان این کتاب درمانگران هستند، قصد اصلی این کتاب این است که مطالب کاربرد بالینی داشته باشد. البته ما معتقدیم که درمانگران باید با جهان تحقیق سروکار داشته باشند. حتی اگر شخصاً درگیر کار تحقیق نباشند، باید بدانند که چگونه تحقیق دیگران را ارزیابی کنند.

یکی از فرض‌های اساسی و زیربنایی این کتاب این است که تبادل بین فردی در اینجا و اکنون برای درمان گروهی مؤثر اهمیت بسیاری دارد. درمان گروهی فضایی ایجاد می‌کند که درمانجویان می‌توانند با یکدیگر تبادل داشته باشند و سپس به اعضا کمک کنند دریابند که در تبادل آنان چه خطاهایی وجود دارد. سرانجام اینکه، این کار باعث می‌شود درمانجویان الگوهای ناسازگار را تغییر دهند. ما معتقدیم که گروه‌هایی که صرفاً متکی بر سایر فرض‌ها هستند، مانند اصول روانی، اجتماعی یا رفتاری-شناختی، به نتیجه درمانی کاملی نمی‌رسند. هر یک از این اشکال گروه درمانی به کمک آگاهی از فرآیند تبادل بین فردی کارآیی بیشتری خواهند داشت. در این کتاب ما میزان و ماهیت و محوریت ارتباط بین فردی و توانایی آن در ایجاد تغییر بین فردی و شخصیتی معنی‌دار را بررسی می‌کنیم. تبادل بین فردی نیروی محرکه گروه درمانی است و درمانگرانی که می‌توانند آن را در نظر بگیرند، به مراتب بهتر می‌توانند از عهده همه اشکال گروه درمانی برآیند، حتی اگر الگوی گروهی آنان بر محوریت تبادل تمرکز نداشته باشد و یا آن را به رسمیت نشناسد (فصل پانزدهم).

من (ا-ی) رمان درمان شوپنهاور را به عنوان کتاب کمک‌درسی برای این کتاب پیشنهاد می‌کنم. این رمان در یک گروه درمانی پیش می‌رود و بسیاری از اصول فرآیند گروه و تکنیک‌های گروه درمانی را که در کتاب توضیح داده‌ام نشان می‌دهد. از این‌رو، در این ویرایش جدید به بخش‌هایی از کتاب درمان شوپنهاور که تکنیک‌های درمانگر را نشان می‌دهد ارجاع می‌دهیم.

سرانجام کتاب‌های پر حجم معمولاً این است که به عنوان «کتاب مرجع» در کتابخانه

می‌مانند. برای اجتناب از این کار تلاش کرده‌ایم از پرحجم کردن این کتاب اجتناب کنیم. بنابراین اگر مطالبی اضافه کرده‌ایم، مطالب قدیمی‌تر را حذف کرده‌ایم. این کاری دردناک بود و حذف آن مطالب ما را به درد آورد. ولی امیدواریم نتیجه، کاری به‌روز باشد تا برای دانشجویان و درمانگران در ۱۵ سال آینده و بعد از آن مفید واقع شود.