

# نظریه‌های روان‌درمانی

نویسندگان

جیمز او. پروچاسکا - جان. سی. نورکراس

ترجمه

یحیی سیدمحمدی



تهران - ۱۳۹۰

www.ketab.ir

Prochaska, James O

پروچاسکا، جیمز، او

نظریه‌های روان‌درمانی / نوشته جیمز او. پروچاسکا، جان. سی. نورکراس؛ ترجمه یحیی سیدمحمدی. - تهران: رشد، ۱۳۹۰. ۶۴۸ ص. فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

ISBN 964 - 7537 - 27 - 1

عنوان اصلی: Systems of psychotherapy: a transtheoretical analysis.

۱. روان‌درمانی. الف. نورکراس، جان، ۱۹۵۷ - Norcross, C. John. ب. سیدمحمدی، یحیی، ۱۳۳۰. مترجم.

ج. عنوان.

۸۱.۱۲۹۱۶ م

کتابخانه ملی ایران

۶۱۶۱۸۹۱۴

RC ۴۸۰ / پ ۴ ن ۶

حق چاپ محفوظ است

## نظریه‌های روان‌درمانی

ویراست چهارم (۱۹۹۹)

نویسندگان: جیمز او. پروچاسکا - جان. سی. نورکرانس  
ترجمه: یحیی سیدمحمدی

چاپ هفتم: بهار ۱۳۹۰ - چاپ هشتم: پاییز ۱۳۹۰  
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه  
چاپ و صحافی: آرین



انتشارات

مرکز نشر و پخش کتب‌های روان‌شناسی و تربیتی

---

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان شهیدای زاندارمری، بین خیابان دانشگاه و خیابان ابوریحان، شماره ۴۱،  
تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: خیابان انقلاب، روبروی در اصلی دانشگاه تهران، شماره ۱۲۳۲، تلفن: ۶۶۴۹۸۳۸۶ - دورنگار: ۶۶۴۹۷۱۸۱

---

تهران - ۱۳۹۰

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

## در مورد نویسندگان



جیمز آ. پروچاسکا دوره ایسپانس، فوق لیسانس و دکتری خود را در روان شناسی بالینی در دانشگاه ایالتی واین گذراند و دوره انترنی را در کلینیک لافایت شهر دیترویت سپری کرد. در حال حاضر او استاد روان شناسی و مدیر گروه پژوهش پیشگیری از سرطان در دانشگاه رد آیلند است و به صورت نیمه وقت به درمان بالینی می پردازد. دکتر پروچاسکا بیش از ۳۰ سال تجربه روان درمانی در محیط های گوناگون دارد و مشاور تعداد زیادی از مؤسسه های بالینی، از

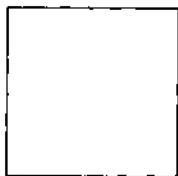
جمله دانشگاه تگزاس و اداره سرپرستی سربازان از جنگ برگشته بوده است. او پژوهشگر اصلی مؤسسه های ملی سلامت بوده است که بالغ بر ۴۰ میلیون دلار بودجه برای پژوهش اختصاص داده اند و انجمن روان شناسی آمریکا وی را یکی از پنج نویسنده مشهور در روان شناسی می داند. او که سخنور ورزیده ای است، در سرتاسر دنیا کارگاه هایی را عرضه نموده است و در مؤسسه ملی سرطان، مؤسسه ملی بهداشت روانی، مؤسسه ملی سوء مصرف دارو، و انجمن سرطان آمریکا وظایف متعددی را برعهده دارد. او همراه با همسر و دو فرزندش در رد آیلند زندگی می کند.



جان سی. نورکراس لیسانس خود را در رشته Summa Cum Laude از دانشگاه راتجزز، و فوق لیسانس و دکتری خود را در روان شناسی بالینی از دانشگاه زد آیلند دریافت کرد و دوره انترنی خود را در دانشکده پزشکی دانشگاه براون گذراند. او استاد روان شناسی دانشگاه اسکراتون است و به صورت نیمه وقت به حرفه بالینی اشتغال دارد.

دکتر نورکراس، بیش از ۱۲۵ مقاله تحقیقی و ۱۰ کتاب نوشته است. او در

مجموعه نوارهای ویدیویی روان درمانی انجمن روان شناسی آمریکا (APA) همکاری داشته است و در دوازده ژورنال با عنوان سردبیر خدمت کرده است. او در چند سازمان، از جمله، مؤسسه ملی بهداشت روانی، مشاور بالینی و پژوهشی بوده است و در ۱۵ کشور کارگاه برگزار نموده و سخنرانی کرده است. او جوایز متعددی برای تدریس و پژوهش دریافت نموده است که از جمله آنها، جایزه بخش روان درمانی انجمن روان شناسی آمریکا و جایزه استاد نمونه سال پنسیلوانیا از بنیاد کارنگی است.



## فهرست

۲۳	پیش‌گفتار مؤلفان
۲۷	فصل ۱: تعریف و مقایسه نظریه‌های روان‌درمانی: ساختار یک‌ارچه‌نگر
۲۹	تعریف روان‌درمانی
۳۱	نقش نظریه
۳۲	وجه اشتراک درمان‌ها
۳۳	انتظارهای مثبت
۳۴	رابطه درمانی
۳۵	اثر هاوتورن
۳۷	فرایندهای تغییر
۳۷	هشیاری افزایشی
۴۰	پالایش روانی
۴۱	انتخاب
۴۳	محرك‌های مشروط

۴۴	کنترل وابستگی
۴۵	ترکیب مقدماتی فرایندهای تغییر
۴۶	محتوای درمان
۴۹	مورد خانم سی
۵۳	فصل ۲: درمانهای روان‌کاوی
۵۶	شرح کوتاهی از زیگموند فروید
۵۸	نظریه شخصیت
۵۹	مرحله دهانی
۶۱	مرحله مقعدی
۶۳	مرحله آلتی
۶۵	مرحله نهفتگی
۶۵	مرحله تناسلی
۶۵	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۶۹	نظریه فرایندهای درمانی
۶۹	هشیاری افزایشی
۷۲	فرایندهای دیگر
۷۲	محتوای درمان
۷۲	تعارض‌های درون‌فردی
۷۴	تعارض‌های میان‌فردی
۷۷	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۷۸	فراسوی تعارض به سوی خرسندی
۷۹	رابطه درمانی
۸۱	واقعیت‌های روان‌کاوی
۸۲	گزینه‌های اصلی: روان‌شناسی خود، رابطه شیء، و روان‌درمانی تحلیل‌گرا
۸۳	روان‌شناسی خود
۸۵	نظریه روابط شیء
۸۸	روان‌درمانی تحلیل‌گرا
۹۰	روان‌درمانی پویای کوتاه‌مدت

۹۲	..... کارآیی درمانهای روان‌کاوی
۹۷	..... انتقادهایی از روان‌کاوی
۹۷	..... از دیدگاه رفتاری
۹۸	..... از دیدگاه وجودی
۹۹	..... از دیدگاه بافتی
۱۰۰	..... از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۱۰۱	..... تحلیل روان‌کاوانهٔ خانم سی
۱۰۴	..... رهنمودهایی برای آینده
۱۰۷	..... فصل ۳: درمان آدلری
۱۱۰	..... شرح کوتاهی از آلفرد آدلر
۱۱۲	..... نظریهٔ شخصیت
۱۱۵	..... نظریهٔ آسیب‌شناسی روانی
۱۱۷	..... نظریهٔ فرایندهای درمانی
۱۱۸	..... هشیاری‌افزایی
۱۲۰	..... کنترل وابستگی
۱۲۱	..... انتخاب
۱۲۳	..... محتوای درمان
۱۲۳	..... تعارض‌های درون‌فردی
۱۲۴	..... تعارض‌های میان‌فردی
۱۲۶	..... تعارض‌های میان فرد و جامعه
۱۲۷	..... فراسوی تعارض به سوی خرسندی
۱۲۸	..... رابطهٔ درمانی
۱۲۹	..... واقعیت‌های درمان آدلری
۱۳۰	..... درمان آدلری کوتاه‌مدت
۱۳۰	..... کارآیی درمان آدلری
۱۳۱	..... انتقادهایی از درمان آدلری
۱۳۱	..... از دیدگاه روان‌کاوی
۱۳۱	..... از دیدگاه رفتاری



۱۴۲	از دیدگاه بافتی
۱۴۳	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۱۴۳	تحلیل آدلری خانم‌سی
۱۴۶	رهنمودهایی برای آینده
۱۴۹	فصل ۴: درمان‌های وجودی
۱۴۲	شرح کوتاهی از دو درمانگر وجودی پیشگام
۱۴۴	نظریه شخصیت
۱۴۹	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۱۵۴	نظریه فرایندهای درمانی
۱۵۵	هشیاری‌افزایی
۱۵۸	انتخاب
۱۶۰	محتوای درمان
۱۶۰	تعارض‌های درون فردی
۱۶۲	تعارض‌های میان فردی
۱۶۵	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۱۶۶	فراسوی تعارض به‌سوی خرسندی
۱۶۷	رابطه درمانی
۱۶۹	واقعیت‌های درمان وجودی
۱۶۹	درمان وجودی کوتاه‌مدت
۱۷۰	گزینه‌های اصلی: وجودی - انسان‌گرایی، معنا‌درمانی، واقعیت‌درمانی
۱۷۰	درمان وجودی - انسان‌گرایی
۱۷۱	معنادرمانی
۱۷۴	واقعیت‌درمانی
۱۷۷	کارآیی درمان وجودی
۱۷۸	انتقادهایی از درمان وجودی
۱۷۸	از دیدگاه رفتاری
۱۷۹	از دیدگاه روان‌کاوی
۱۷۹	از دیدگاه انسان‌گرایی

۱۸۰	از دیدگاه بافتی
۱۸۰	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۱۸۱	تحلیل وجودی خانم سی
۱۸۳	رهنمودهایی برای آینده
۱۸۵	فصل ۵: درمان فردمدار
۱۸۸	شرح کوتاهی از کارل راجرز
۱۸۹	نظریه شخصیت
۱۹۲	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۱۹۵	رابطه درمانی
۱۹۷	نظریه فرایندهای درمانی
۱۹۷	هشیاری‌افزایی
۲۰۰	پالایش روانی
۲۰۲	محتوای درمان
۲۰۲	تعارض‌های درون‌فردی
۲۰۳	تعارض‌های میان‌فردی
۲۰۵	تعارض‌های بین فرد و جامعه
۲۰۶	فراسوی تعارض، به‌سوی خرسندی
۲۰۷	واقعیت‌های درمان فردمدار
۲۰۸	درمان فردمدار کوتاه‌مدت
۲۰۹	گزینه اصلی: مصاحبه انگیزشی
۲۱۰	کارایی درمان فردمدار
۲۱۳	انتقادهایی از درمان فردمدار
۲۱۳	از دیدگاه رفتاری
۲۱۴	از دیدگاه روان‌کاوی
۲۱۴	از دیدگاه بافتی
۲۱۶	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۲۱۷	تحلیل فردمدارانه خانم سی
۲۱۸	رهنمودهایی برای آینده

۲۲۱	فصل ۶: گشتالت‌درمانی
۲۲۴	شرح کوتاهی از پرلز
۲۲۵	نظریه شخصیت
۲۲۹	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۲۳۲	نظریه فرایندهای درمانی
۲۳۲	هشیاری‌افزایی
۲۳۷	پالایش روانی
۲۴۱	محتوای درمان
۲۴۱	تعارض‌های درون فردی
۲۴۴	تعارض‌های میان فردی
۲۴۷	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۲۴۸	فراسوی تعارض، به‌سوی خرسندی
۲۴۹	رابطه درمانی
۲۵۰	واقعیت‌های گشتالت‌درمانی
۲۵۱	گشتالت‌درمانی کوتاه‌مدت
۲۵۲	کارآیی گشتالت‌درمانی
۲۵۲	انتقادهایی از گشتالت‌درمانی
۲۵۲	از دیدگاه رفتاری
۲۵۳	از دیدگاه روان‌کاوی
۲۵۳	از دیدگاه بافتی
۲۵۳	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۲۵۴	تحلیل گشتالتی خانم سی
۲۵۶	رهنمودهایی برای آینده
۲۵۷	فصل ۷: درمان‌های میان فردی
۲۶۰	شرح کوتاهی از اریک برن
۲۶۲	نظریه شخصیت
۲۶۷	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۲۷۲	نظریه فرایندهای درمانی

۲۷۲	.....	هشیاری افزایشی
۲۷۶	.....	انتخاب
۲۷۷	.....	محتوای درمان
۲۷۷	.....	تعارض‌های درون فردی
۲۸۰	.....	تعارض‌های میان فردی
۲۸۲	.....	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۲۸۳	.....	فراسوی تعارض، به‌سوی خرسندی
۲۸۴	.....	رابطه درمانی
۲۸۵	.....	واقعیت‌های تحلیل تبادلی
۲۸۶	.....	گزینه اصلی: درمان میان فردی
۲۹۰	.....	درمان‌های میان فردی کوتاه‌مدت
۲۹۰	.....	کارآیی درمان‌های میان فردی
۲۹۳	.....	انتقادهایی از تحلیل تبادلی
۲۹۳	.....	از دیدگاه رفتاری
۲۹۳	.....	از دیدگاه روان‌کاوی
۲۹۴	.....	از دیدگاه انسان‌گرایی
۲۹۴	.....	از دیدگاه بافتی
۲۹۵	.....	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۲۹۵	.....	تحلیل تبادلی خانم سی
۲۹۸	.....	رهنمودهایی برای آینده
۲۹۹	.....	فصل ۸: درمان‌های مواجهه‌سازی و غرقه‌سازی
۳۰۲	.....	یادداشتی درباره درمان‌های مواجهه‌سازی و غرقه‌سازی
۳۰۳	.....	تحلیل منش
۳۰۳	.....	شرح کوتاهی از ویلهلم رایش
۳۰۵	.....	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۰۷	.....	نظریه فرایندهای درمانی
۳۱۰	.....	رابطه درمانی
۳۱۱	.....	واقعیت‌ها و کارآیی

۳۱۱	درمان پس - رایشتی: بیوانرژتیک
۳۱۴	درمان با غرقه‌سازی تجسمی
۳۱۴	شرح کوتاهی از توماس استمفل
۳۱۵	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۱۷	نظریه فرایندهای درمانی
۳۲۰	رابطه درمانی
۳۲۱	واقعیت‌ها
۳۲۱	کارآیی
۳۲۲	درمان از راه مواجهه‌سازی
۳۲۲	نظریه روان‌درمانی
۳۲۳	نظریه فرایندهای درمانی
۳۲۵	رابطه درمانی
۳۲۵	واقعیت‌ها
۳۲۶	کارآیی
۳۲۷	EMDR (حساسیت‌زدایی با حرکت چشم و پردازش مجدد)
۳۲۷	شرح کوتاهی از فرانسیس شاپیرو
۳۲۹	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۳۰	نظریه فرایندهای درمانی
۳۳۳	رابطه درمانی
۳۳۳	واقعیت‌ها
۳۳۴	کارآیی
۳۳۵	انتقادهایی از درمان‌های مواجهه‌سازی و غرقه‌سازی
۳۳۵	از دیدگاه رفتاری
۳۳۶	از دیدگاه روان‌کاوی
۳۳۶	از دیدگاه انسان‌گرایی
۳۳۶	از دیدگاه بافتی
۳۳۷	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۳۳۸	درمان غرقه‌سازی در مورد خانم سی
۳۴۲	رهنمودهایی برای آینده

۳۴۳	فصل ۹: درمان‌های رفتاری
۳۴۶	شرح کوتاهی از رفتاردرمانی
۳۴۹	شرطی‌سازی تقابلی
۳۴۹	شرح کوتاهی از ژوزف وُلپی
۳۵۱	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۵۳	نظریه فرایندهای درمانی
۳۶۲	کنترل وابستگی
۳۶۲	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۶۴	نظریه فرایندهای درمانی
۳۷۳	تغییر شناختی - رفتاری
۳۷۳	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۳۷۵	نظریه فرایندهای درمانی
۳۸۲	رابطه درمانی
۳۸۴	واقعیت‌های رفتاردرمانی
۳۸۵	رفتاردرمانی کوتاه‌مدت
۳۸۵	کارآیی رفتاردرمانی
۳۸۶	طرح‌های نمونه کوچک
۳۸۷	کارآیی رفتاردرمانی با کودکان
۳۸۸	کارآیی رفتاردرمانی با بزرگسالان
۳۸۹	کارآیی روش‌های رفتاری ویژه
۳۹۰	کارآیی رفتاردرمانی برای اختلال‌های ویژه
۳۹۳	انتقادهایی از رفتاردرمانی
۳۹۳	از دیدگاه روان‌کاوی
۳۹۴	از دیدگاه انسان‌گرایی
۳۹۵	از دیدگاه بافتی
۳۹۶	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۳۹۶	تحلیل رفتاری خانم سی
۳۹۹	رهنمودهایی برای آینده

۴۰۱	فصل ۱۰: درمان‌های شناختی
۴۰۴	شرح کوتاهی از آلبرت ایلیس
۴۰۵	نظریه شخصیت
۴۰۸	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۴۱۰	نظریه فرایندهای درمانی
۴۱۱	هشیاری‌افزایی
۴۱۴	کنترل وابستگی
۴۱۵	شرطی‌سازی تقابلی
۴۱۵	محتوای درمان
۴۱۸	تعارض‌های میان‌فردی
۴۲۰	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۴۲۱	فراسوی تعارض به سوی خرسندی
۴۲۲	رابطه درمانی
۴۲۳	درمان شناختی یک
۴۲۹	واقعیت‌های درمان‌های شناختی
۴۳۱	کارآیی درمان‌های شناختی
۴۳۱	درمان منطقی - عاطفی
۴۳۲	درمان شناختی
۴۳۴	انتقادهایی از درمان‌های شناختی
۴۳۴	از دیدگاه رفتاری
۴۳۵	از دیدگاه روان‌کاوی
۴۳۶	از دیدگاه انسان‌گرایی
۴۳۶	از دیدگاه بافتی
۴۳۷	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۴۳۷	تحلیل منطقی - عاطفی خانم سی
۴۳۹	رهنمودهایی برای آینده
۴۴۱	فصل ۱۱. درمان‌های سیستمی
۴۴۴	بستر درمان‌های سیستمی

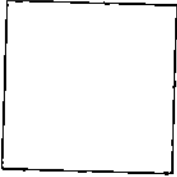
۴۴۷	درمان ارتباطی / راهبردی
۴۴۹	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۴۵۲	نظریه فرایندهای درمانی
۴۵۷	رابطه درمانی
۴۵۹	واقعیت‌ها
۴۵۹	درمان ساختاری
۴۶۱	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۴۶۳	نظریه فرایندهای درمانی
۴۶۷	رابطه درمانی
۴۶۸	واقعیت‌ها
۴۶۹	درمان بوئنی سیستم‌های خانواده
۴۶۹	نظریه آسیب‌شناسی روانی
۴۷۲	نظریه فرایندهای درمانی
۴۷۴	رابطه درمانی
۴۷۵	واقعیت‌ها
۴۷۶	کارآیی درمان‌های سیستمی
۴۷۶	کارآیی کلی
۴۷۸	درمان‌های ارتباطی و راهبردی
۴۷۹	درمان ساختاری
۴۸۰	درمان بوئنی سیستم‌های خانواده
۴۸۰	انتقادهایی از درمان‌های سیستمی
۴۸۰	از دیدگاه روان‌کاوی
۴۸۱	از دیدگاه رفتاری
۴۸۲	از دیدگاه انسان‌گرایی
۴۸۳	از دیدگاه بافتی
۴۸۴	از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۴۸۴	تحلیل سیستمی خانم‌سی
۴۸۷	رهنمودهایی برای آینده



۴۸۹	فصل ۱۲. درمان‌های حساس نسبت به جنسیت و فرهنگ.....
۴۹۲	شرح کوتاهی از نیروهای اجتماعی - سیاسی.....
۴۹۴	درمان با دیدگاه فمینیستی.....
۴۹۴	نظریه شخصیت.....
۴۹۶	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....
۵۰۰	نظریه فرایندهای درمانی.....
۵۰۵	محتوای درمانی.....
۵۰۸	رابطه درمانی.....
۵۰۹	واقعیت‌ها.....
۵۱۰	کارآیی.....
۵۱۰	روان‌درمانی برای مردان.....
۵۱۲	درمان حساس نسبت به فرهنگ.....
۵۱۲	نظریه شخصیت.....
۵۱۳	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....
۵۱۵	نظریه فرایندهای درمانی.....
۵۱۷	محتوای درمان.....
۵۱۹	رابطه درمانی.....
۵۲۰	کارآیی.....
۵۲۰	انتقادهایی از درمان‌های حساس نسبت به جنسیت و فرهنگ.....
۵۲۰	از دیدگاه روان‌کاوی.....
۵۲۰	از دیدگاه رفتاری.....
۵۲۱	از دیدگاه انسان‌گرایی.....
۵۲۲	از دیدگاه یکپارچه‌نگر.....
۵۲۲	تحلیل فمینیستی خانم سی.....
۵۲۵	فصل ۱۳. درمان‌های استنباط‌گرا: درمان راه حل مدار و داستان‌درمانی.....
۵۲۷	شرح کوتاهی از ساختار نظریه‌ها و درمان‌ها.....
۵۲۹	درمان راه حل مدار.....
۵۲۹	نظریه شخصیت و آسیب‌شناسی روانی.....

۵۳۱	..... نظریه فرایندهای درمانی
۵۳۴	..... رابطه درمانی
۵۳۴	..... واقعیت‌ها
۵۳۵	..... داستان درمانی
۵۳۶	..... نظریه‌های شخصیت و آسیب‌شناسی روانی
۵۳۷	..... نظریه فرایند درمانی
۵۳۹	..... رابطه درمانی
۵۴۰	..... کارآیی درمان‌های استنباط‌گرا
۵۴۱	..... انتقادهایی از درمان‌های استنباط‌گرا
۵۴۱	..... از دیدگاه رفتاری
۵۴۱	..... از دیدگاه روان‌کاوی
۵۴۲	..... از دیدگاه انسان‌گرایی
۵۴۳	..... از دیدگاه یکپارچه‌نگر
۵۴۴	..... تحلیل داستانی خانم سی
۵۴۷	..... فصل ۱۴. درمان‌های یکپارچه‌نگر و التقاطی
۵۵۰	..... شرح کوتاهی از انگیزه‌های یکپارچه‌نگری
۵۵۳	..... التقاط‌گرایی فنی یا یکپارچگی نظری؟
۵۵۴	..... درمان روان‌پویشی - رفتاری یکپارچه‌نگر
۵۵۴	..... شرح کوتاهی از پل واکتل
۵۵۵	..... نظریه شخصیت و آسیب‌شناسی روانی
۵۵۷	..... نظریه فرایندهای درمانی
۵۵۹	..... محتوای درمانی
۵۵۹	..... رابطه درمانی
۵۶۰	..... کارآیی
۵۶۰	..... درمان چندوجهی
۵۶۰	..... شرح کوتاهی از آرنولد لازاروس
۵۶۱	..... نظریه شخصیت و آسیب‌شناسی روانی
۵۶۲	..... محتوای درمان

۵۶۳	.....	نظریه فرایندهای درمانی
۵۶۵	.....	رابطه درمانی
۵۶۶	.....	کارآیی
۵۶۷	.....	انتقادهایی از درمان‌های یکپارچه‌نگر و التقاطی
۵۶۷	.....	از دیدگاه روان‌کاوی
۵۶۷	.....	از دیدگاه رفتاری
۵۶۷	.....	از دیدگاه انسان‌گرایی
۵۶۸	.....	از دیدگاه بافتی
۵۶۸	.....	تحلیل چندوجهی خانم سی
۵۷۱	.....	فصل ۱۵. نتیجه‌گیری مقایسه‌ای: به سوی درمان فرانتزری
۵۷۴	.....	دیدگاه‌های تحولی
۵۷۴	.....	الگوی پری
۵۷۶	.....	الگوی ورنر
۵۷۷	.....	الگوی فرانتزری
۵۷۷	.....	فرایندهای تغییر
۵۸۱	.....	مراحل تغییر
۵۸۳	.....	ادغام مراحل و فرایندها
۵۸۵	.....	تحلیل فرانتزری خانم سی
۵۸۹	.....	فهرست اسامی
۵۹۹	.....	فهرست موضوعی
۶۰۷	.....	منابع



## پیش‌گفتار مؤلفان

این کتاب به بررسی منظم، جامع و متوازن نظریه‌های مهم روان‌درمانی می‌پردازد. البته این کتاب طوری طرح‌ریزی شده است که از بررسی صرف فراتر رود، زیرا ما می‌کوشیم در درون هر نظام روان‌درمانی و در نظام‌های گوناگون، نوعی تلفیق برقرار کنیم. این کتاب در هر نظام‌درمانی خاص مراحل منسجمی را دنبال می‌کند که از نظریه شخصیت آن شروع می‌شود، بعد به نظریه آسیب‌شناسی آن می‌پردازد و سپس با بررسی فراینددرمانی و رابطه درمانی آن خاتمه می‌یابد. این کتاب هنگام بررسی انواع نظام‌های درمانی، چارچوب منسجمی را ارائه می‌دهد که بدون کم‌رنگ‌کردن تفاوت‌های مهم، شباهت‌های موجود بین آنها را برجسته می‌کند. بررسی مقایسه‌ای و فرآنظری به وضوح نشان می‌دهد که نظام‌های روان‌درمانی درباره فرایندهایی که موجب تغییر می‌شوند تا چه حد با هم توافق دارند و در عین حال، در رابطه با محتوایی که باید تغییر کند دارای چه اختلاف‌نظرهایی هستند.

نظریه‌های روان‌درمانی عمدتاً برای دانشجویان پیشرفته دوره لیسانس و فوق‌لیسانس در نظر گرفته شده است که درس‌های مقدماتی روان‌درمانی و مشاوره را فرا گرفته‌اند. عنوان‌های این درس معمولاً عبارت‌اند از: نظام‌های روان‌درمانی، نظریه‌های مشاوره، مبانی روان‌درمانی، یا مقدمه‌ای بر مشاوره و در رشته‌های روان‌شناسی، مشاوره، مددکاری اجتماعی، روان‌پزشکی، پرستاری، روابط انسانی، و رشته‌های دیگر تدریس می‌شود. کتاب ما در درجه دوم برای روان‌درمانگران تمام‌گرایش‌ها در نظر گرفته شده است که می‌خواهند از

حوزه رو به رشد روان‌درمانی برداشتی کلی داشته باشند. ما از نامه‌ها و اظهارات خوانندگانی که این کتاب را برای کسب آمادگی در امتحان‌های جامع، امتحان‌های مجوز کار، و گواهی تخصص خوانده‌اند و کسانی که آن را برای فراگیری دیدگاه یکپارچه‌نگر نسبت به کار بالینی مؤثر دانسته‌اند، بی‌اندازه خشنودیم.

### هدف‌های ما

محتوا و هدف‌های این ویراست چهارم، اهداف شخصی ما را به عنوان متخصص روان‌درمانی، معلم، پژوهشگر، و نظریه‌پرداز بیان می‌کند.

ما به عنوان متخصص یکپارچه‌نگر، اهمیت و معنی رویکردهای بالینی گوناگون برای درمانجویان و درمانگران گوناگون را درک می‌کنیم. ما سعی داریم شور و شوق و عمق شناختی که از این داربست ذهنی سرچشمه گرفته و ما را به دنیای بیرونی و درونی بیمارانمان هدایت می‌کند، منتقل کنیم. از این رو، به صورت مشاهدگر بی‌طرف نظام‌ها را توصیف نمی‌کنیم و یا به عنوان طرفدار، در هر یک از نظام‌ها غرق نمی‌شویم.

ما به عنوان متخصص، در عین حال قبول داریم هر کتابی که به حوزه مهمی چون روان‌درمانی می‌پردازد باید آن قدر زنده باشد که موضوع مطالعه آن را قابل فهم کند. به همین منظور، انبوهی از مثال‌های موردی را در این کتاب گنجانیده‌ایم که از ۴۵ سال کار بالینی‌مان به دست آمده‌اند. علاوه بر این، نشان می‌دهیم که هر نظام روان‌درمانی چگونه مورد بالینی پیچیده‌ای چون خانم سی. را بررسی و او را درمان می‌کند. این مورد و شرح حال‌های موردی دیگر، مسایل نظری را متوازن می‌کنند و مفاهیم فنی را توضیح می‌دهند؛ به این طریق نظریه‌ها در ارتباط با آنچه در جلسه روان‌درمانی فاش می‌شود، عملی و نتیجه‌بخش می‌شوند. البته اسامی و مشخصات درمانجویان تغییر داده شده‌اند تا ناشناس بمانند.

ما به عنوان معلم روان‌درمانی به پیچیدگی و تنوع مفاهیم نظریه‌های روان‌درمانی واقفیم. در این کتاب، سعی کرده‌ایم بدون ساده‌سازی بی‌رویه، مفاهیم اساسی را به روشنی و دقت بیان کنیم. گاهی دانشجویان شکایت می‌کنند که نظریه‌پردازان مسایل را پیچیده‌تر از آنچه واقعاً هستند، بیان می‌کنند و گویی در این کار مهارت خاصی دارند. امیدواریم خوانندگان هر چه در این کتاب بیشتر جلو می‌روند، پیچیدگی شرایط انسان را عمیق‌تر درک کنند یا حداقل به پیچیدگی ذهن کسانی که سعی دارند شرایط انسان را بیان کنند، پی ببرند.

دهها سال تدریس و نظارت بر روان‌درمانی، این را نیز به ما آموخته است که دانشجویان برای فراگیری، تجزیه و تحلیل، و مقایسه اطلاعات به ساختاری فراگیر علاقه دارند. برخلاف کتاب‌های روان‌درمانی که با سبک‌های نگارش و محتوای فصول متفاوت نوشته شده‌اند، در سراسر این کتاب، از ساختار و بیان هماهنگی استفاده کرده‌ایم. به جای اینکه یک رویکرد را با خانم سبب نشان دهیم و دیگری را با آقای پرتقال، برای هر رویکرد به طور منظم درمان مشروح خانم سی. را عرضه می‌کنیم.

به عنوان پژوهشگر روان‌درمانی، نوشته‌های تجربی به ما یاد داده‌اند که روان‌درمانی برای تأثیرگذاری مثبت (و گاهی منفی) بر بیماران توان عظیمی دارد. درمان از این نظر بیشتر به پنی‌سیلین شباهت دارد تا آسپرین. در خصوص روش‌های مداخله‌ای که انتظار می‌رود آثار نیرومند نه ضعیفی به بار می‌آورند، باید بتوانیم اثربخشی نظام‌های درمانی را، حتی در صورت خطاهای اندازه‌گیری و مشکلات کنترل نشان دهیم. بنابراین، این کتاب خلاصه‌ای از بررسی‌های نتیجه‌ای و بازبینی‌های متاآنالیزی را دربردارد که کارآیی هر یک از نظام‌های روان‌درمانی را بررسی می‌کند.

پژوهش و کاربرد به ما آموخته‌اند که هر نظام روان‌درمانی محدودیت نسبی خاص خود را دارد. به همین دلیل انتقادهای مستدل و قانع‌کننده‌ای را از دیدگاه‌های رفتاری، روان‌کاوی، انسان‌گرایی، بافتی و دیدگاه‌های یکپارچه‌نگر ارائه می‌دهیم.

ما به عنوان نظریه‌پرداز روان‌درمانی، از گسترش بی‌حد و حصر نظام‌های روان‌درمانی که هر یک، به رغم فقدان شواهد تجربی، ادعا می‌کنند محصر به فرد و برتر هستند، حمایت نمی‌کنیم. رشته به هم ریخته و نامنظم ما برای یک کاسه کردن متغیرهای ضروری که در درمان‌های کارآمد عمل می‌کنند، به تلاش مداوم نیاز دارد، و باید متغیرهای نامربوط به درمان کارآمد را کنار بگذاریم. امیدواریم با بررسی مقایسه‌ای نظام‌های اصلی درمان به سطح بالاتری از انسجام پیش برویم تا نوعی رویکرد فراتر از روان‌درمانی را به بار آوریم. امیدواریم با بررسی و پژوهش مقایسه‌ای، بتوانیم نوعی روان‌درمانی را عرضه کنیم که مورد حمایت تجربی واقع شود و روش‌های درمان و روابط درمانی خاصی را دربرگیرد که با نیازهای درمانجو متناسب باشند. ما معتقدیم که به این طریق، کارآیی و قابلیت کاربرد روان‌درمانی، همیشه می‌تواند رو به بهبود رود.

جیمز ا. پروچاسکا

جان سی. نورگراس