

۱۵۱۵۵۱۲

۹۲ / ۵ / ۲۴

هو العليم

روایت درمانی

تاریخچه، نظریه، درمان

استیون مدان

ترجمه

امیر حسام خواجه

امیر علی امیری

ویراستار

دکتر محمد رضا عابدی



نشر و نشر

سرشناسه: مادیگان، استیون، ۱۹۵۹ - م.

Madigan, Stephen

عنوان و نام پدیدآور: روایت درمانی: تاریخچه، نظریه، درمان / استیون مادیگان؛ ترجمه امیر حسام

خواجه، امیرعلی امیری؛ ویراستار محمدرضا عابدی.

مشخصات نشر: تهران: دانه، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۲۵۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۱۶۵-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Narrative therapy, cy. ۱۱.

یادداشت: واژه نامه.

عنوان دیگر: تاریخچه، نظریه، درمان.

موضوع: قصه درمانی

Narrative therapy: موضوع

موضوع: روان درمانی -- روش شناسی

Psychotherapy -- Methodology: موضوع

شناسه افزوده: خواجه، امیر حسام، ۱۳۶۴ - مترجم

شناسه افزوده: امیری، امیرعلی، ۱۳۶۳ - مترجم

شناسه افزوده: عابدی، محمدرضا، ویراستار

رده بندی کتب: ۱۳۹۶ / ۶۲ / ۴۸۹ / RC

رده بندی دیسی: ۶۱۶ / ۸۹ / ۱۶۵

شابک: ۳۱۳۸۶۸۹

عنوان: روایت درمانی: تاریخچه، نظریه، درمان
نویسنده: استیون مادیگان
مترجم: امیر حسام خواجه، امیرعلی امیری
ویراستار: دکتر محمدرضا عابدی
صفحه آرا: فرزانه هاشملو
مدیر تولید: داریوش سازمند
ناشر: دانه
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: میران
شمارگان: ۱۰۰ نسخه / قطع: رقعی
نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۶
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۱۶۵-۳

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 بخش 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: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ صندوق پستی: ۴۱۴۶ - ۱۴۱۵۵ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۱۲۰۸۲ - ۸۸۸۱۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳

تلفن دفتر بخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ - ۶۶۴۷۶۳۸۹ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹



فهرست

۹	 مناسبت‌ها
۱۳	 پیشگفتار
۱۹	 پیشگفتار مؤلف
۳۱	 یادبود
۳۳	 تشکر و قدردانی
۳۵	 نحوه استفاده از این کتاب به همراه نوارهای روان‌درمانی APA
۳۷	 فصل اول: مقدمه
۴۷	 فصل دوم: تاریخچه
۵۵	 پرده‌برداری از مشکلات
۶۰	 مسافرت باتام
۶۷	 فصل سوم: نظریه
۷۱	 گفت‌وگوهای بازتألیفی
۷۵	 دوروش برای توصیف
۷۷	 هویت بافتی افراد
۸۰	 میشل فوکو
۸۱	 روش‌های تقسیمی
۸۲	 طبقه‌بندی علمی

۸۳	ذهنیت بخشی
۸۵	تفکیک ناپذیری قدرت و دانش
۹۱	جامعه گفتمان
۹۶	گفتمان متنی
۹۷	چرا گفتمان ونه زبان؟
۱۰۳	ایدئولوژی، نه معرفت شناسی
۱۰۴	یگاه مشکل "من" در روایت
۱۰۸	رنگین کمان های گفتمان
۱۱۰	ساخت واقعیت
۱۱۲	هویت: مانو
۱۱۹	فصل چهارم: سریند دان
۱۲۰	داستان جسمی
۱۲۹	گفت وگوهای بازتألیفی
۱۳۶	سؤالات مربوط به تأثیر گذاری نسبی
۱۳۶	ترسیم تأثیر مشکل بر زندگی و روابط فرد/ خانه
۱۳۸	ترسیم تأثیر فرد/ خانواده در ایجاد مشکل
۱۳۸	سؤالات مربوط به نتایج منحصربه فرد
۱۳۹	سؤالات مربوط به علل منحصربه فرد
۱۴۰	سؤالات مربوط به باز توصیف منحصربه فرد
۱۴۱	سؤالات مربوط به احتمالات منحصربه فرد
۱۴۱	سؤالات چرخشی منحصربه فرد
۱۵۰	نظارت/ خودپایی
۱۵۳	نامشروعیت
۱۵۶	ترس
۱۵۹	تصویر سازی منفی/ قیاس مغرضانه

۱۶۱	بگو و مگو (درگیری) درونی
۱۶۵	ناامیدی و یأس
۱۶۸	کمال گرایی
۱۷۱	احساس گناه
۱۷۴	فنون نام گذاری و نوشتن
۱۷۶	فرمان جا بد نوشتن و نام گذاری: تیم های مبارز نامه نگاری درمانی
۱۸۷	مهری و پیتز
۱۹۸	تجربیات مشترک ضدبیمه‌ای اشتباهی
۲۰۷	فصل پنجم: سیاه
۲۱۷	فصل ششم: پیشرفت ها و چشم انداز آینده
۲۱۷	پارهای از ملاحظات مربوط به آینده
۲۲۶	بسط نظرات روایت درمانی
۲۳۳	فصل هفتم: خلاصه
۲۳۹	واژه نامه‌ی توصیفی
۲۵۳	معرفی نویسنده
۲۵۴	معرفی ویراستاران
۲۶۱	منابع

سخن مترجم

بشون ای دوستان این داستان
خوب، حقیقت نقد حال ماست آن

روایت درمانی در خلال دوره ۷۰ تا ۸۰ میلادی متولد شد و گسترش یافت. قسمت اعظم این رشد و پیشرفت را باید مرهون بنیان‌گذار رسمی این رویکرد یعنی مایکل وایت و هم‌کارش دیوید اپستون دانست. این دو با استفاده از رویکرد سازه‌گرا که تاریخچه‌ای طولانی دارد و قبل‌تر به وسیله جرج کلی به‌طور مؤثر به‌عنوان نظریه درمانی مطرح شده بود به طرح‌ریزی رویکرد روایتی در درمان پرداختند. ۸۰ میلادی آغازگر شناخت این رویکرد و رواج آن در آمریکای شمالی بود.

در روایت درمانی اعتقاد بر این است که افراد زندگی‌شان را به صورت داستان و روایت درک می‌کنند. یعنی در یک فرایند معناسازی مداوم به وسیله ابزار روایت که در خدمت معناسازی است خودشان را بازمی‌آفرینند. آنچه فلاسفه‌ای مانند پل ریکو و میشل فوکو بر آن تأکید کرده‌اند این است که ساختار زندگی انسان و ساختار روایت‌ها بر هم منطبق هستند و زندگی انسان را می‌توان به صورت روایت شناخت و بررسی کرد. از این نظر

گذشته، یک چیز صلب و غیر قابل تغییر نیست بلکه چیزی است که ما از کل وقایع و لحظات به صورت داستانی ویژه گلچین کرده‌ایم. پس می‌توان گذشته را با تغییر زاویه دید و نگاه و تمرکز بر دیگر وقایع آن تغییر داد و این تغییر به تغییر زمان حال و آینده فرد منجر می‌شود.

درمان روایتی به عنوان عضوی از باشگاه درمان‌های پست‌مدرن بر تغییر دیدگاه‌های جزمی و غیر قابل انعطاف مراجعان که باعث اختلال شده است تأکید دارد و مشکل را چیزی جدا از فرد می‌داند که به وسیله جامعه بر وی تحمیل شده است. این رویکرد تأکید دارد که هر مشکل در حقیقت بوجه و تقابلی نادرست است که مراجع در قالب یک داستان به خود می‌نویسد و آن را باور دارد.

روایت در بسیاری مردم با متخصصان اصلی زندگی‌شان و مشکلات را اموری مجزا از آن‌ها در نظر می‌گیرد و بر این فرض استوار است که مردم مهارت‌ها، باورها، ارزش‌ها، و توانایی‌هایی دارند تا اثرات مشکلات را در زندگی‌شان کاهش دهند. روایت درمانی به دنبال کشف لحظات حساس زندگی یک شخص، قطع تعیین‌کننده، ارتباط‌های کلیدی و روش‌های خاصی است که با گذشت زمان هنوز واضح و روشن هستند. روایت درمانگران حلال مشکلات نیستند بلکه به افراد کمک می‌کنند که خود را از داستان‌های آکنده از مشکل جدا کنند سپس به متحد کردن افراد برای مقابله با مشکل می‌پردازند. اگر روایت درمانی تنها یک شعار داشته باشد آن عبارت خواهد بود از: "شخص هرگز مشکل نیست، مشکل، مشکل است".

جملات قصار و عبارات پرمعنایی در ادبیات و گفته‌های بزرگان ما و ادیبان و هنرمندان سایر کشورها وجود دارد که از مضامین آن‌ها می‌توان به مفاهیم مهم رویکرد روایت درمانی دست یافت. از جمله می‌توان به موارد

۱. برای آشنایی بیشتر و کاربرد تمثیل‌های ادبی در حیطه درمان می‌توانید به کتاب تمثیل درمانگری و همچنین کتاب قصه درمانی تألیف دکتر علی صاحبی مراجعه کنید. م

زیر اشاره کرد:

هر داستان یک شیء گران بها در مجموعه‌ای پر از خاطره‌هاست.
(لین هافمن)

مولوی می‌گوید در این جهان روح انسان نیازمند است که دردها و
رنج‌های خرد را درمان کند؛ قصه کارش همین است؛
بازگو تا قصه درمان‌ها شود بازگو تا مرهم جان‌ها شود
ویژگی درمان داستان (مولوی)

جمله خلاقانه سخن بدیده‌اند
تا پرونی جامه‌ها بینی بس
پرونی سازی (مولوی)
زان سبب خسته دل و غم‌پیشه‌اند
جامه بیرون کن در آ ای هم نفس

مولوی در داستان اعرابی و رس که از آب آلوده را به مثابه هدیه
پیش شاه بردند، می‌گوید همه عناصر داستان ما هستیم:
«هم عرب ما، هم سبو ما، هم ملک»

گارسیا مارکز که از زمره جادوگران بزرگ داستان‌سرایی در روزگار ماست
در مصاحبه خواندنی که با دوست قدیمی‌اش پلینر سیدو دارد می‌گوید:
آرزو دارم داستانی بنویسم که در هر صفحه آن یک اتفاق افتد، می‌دانید
که چنین کتابی نوشته شده است کتابی که از آغاز تا پایان در هر صفحه
آن یک یا دو اتفاق می‌افتد. کتابی که عنصر جادوی داستان به نحو
حیرت‌انگیزی در آن موج می‌زند. کتاب هزار و یک شب، کتابی که شجینة
جادوی ادبیات داستانی است.

تاکنون مطالب پراکنده‌ای در مقالات و کتاب‌های مختلف راجع به
رویکرد روایت‌درمانی ارائه شده است. در این کتاب به صورت جامع به
تاریخچه، نظریه و درمان در این رویکرد پرداخته شده است. امید است

که ترجمه این کتاب جهت استفاده متخصصین حوزه سلامت روان و دانشجویان گرامی مفید واقع شود.

امیر حسام خواجه

امیر علی امیری

www.ketab.ir

پیشگفتار

ممکن است بعضی‌ها چنین استدلال کنند که در روان‌درمانی بالینی معاصر^۱ مداخله‌ی مبتنی بر شواهد و نتیجه‌ی اثربخش از اهمیت نظریه بکاهد. شاید این گونه باشد اما این عنوان ویراستاران این مجموعه قصد نداریم در اینجا این بحث را ادب دهم. می‌دانیم که روان‌درمانگران از نظریه‌ها استفاده می‌کنند و مطابق با آن‌ها وارد عمل می‌شوند، زیرا تجربه‌ی آن‌ها و ده‌ها سال تلاش برای جمع‌آوری شواهد معتبر حاکی از آن است که برخورداری از یک نظریه‌ی محکم در حیطه‌ی روان‌درمانی موفقیت‌های درمانی چشمگیری را به همراه دارد. باین‌وجه خود توضیح نقش نظریه در فرآیند یاری، مشکل و دشوار است. این داستان مربوط به حل مشکل در راستای بیان اهمیت نظریه مؤثر است:

ایساپ^۲ داستانی را روایت می‌کند که حاکی از رقابت خورشید و باد بر سر تعیین این است که کدام‌یک قوی‌ترند. از بالای زمین آسمانی، خورشید را مشاهده کردند که در حال راه رفتن در خیابان بود، باد گفت که شرط می‌بندد که می‌تواند آن مرد را مجبور به درآوردن کتش کند، خورشید با این رقابت موافقت کرد. باد وزید و مرد کتش را محکم گرفت. هرچه باد

1. contemporary

2. helping

3. Aesop

بیشتر می‌وزید مرد کنش را محکم‌تر نگه می‌داشت. خورشید گفت حالا نوبت اوست. خورشید تمام انرژی‌اش را برای ایجاد اشعه‌های گرم به کار گرفت، مرد بلافاصله کنش را در آورد.

رقابت بین خورشید و باد بر سر درآوردن کت مرد با نظریه‌های روان‌درمانی چه ارتباطی دارد؟ ما فکر می‌کنیم این داستان ساده‌ی فریبده، بر اهمیت نظریه به‌عنوان مقدمه‌ی مداخلات مؤثر و بنابراین یک نتیجه‌ی مطلوب تأکید کند و آن را برجسته سازد. بدون یک نظریه‌ی راهنما امکان دارد با علائم بیماری رودررو شویم بی‌آنکه نقش فرد را درک کنیم. ممکن است با ما همان بر سر قدرت درگیر شویم و دچار تعارضاتی شویم و متوجه این مسئله نشویم که گاهی اوقات روش‌های غیر مستقیم یاری (آفتاب) بسازد روش‌های مستقیم (باد) مؤثر و نتیجه‌بخش هستند. در صورت فقدان نظریه ممکن است متوجه پایه‌ی منطقی درمان نشویم و به‌جای آن به صورت نام‌آشنا برای مثال درگیر ملاحظات اجتماعی شویم و مایل به انجام کارهای ناسیم به ظاهر بسیار ساده به نظر می‌رسد.

نظریه دقیقاً چیست؟ وارنهام، روان‌شناسی APA نظریه را به‌عنوان «یک اصل یا مجموعه‌ای از اصول مربوط به هم تعریف می‌کند که توضیح‌دهنده یا پیش‌بینی‌کننده تعدادی از پدیده‌ها، فرایند یا به هم هستند». در حوزه روان‌درمانی، نظریه مجموعه‌ای از اصول که فردی در راستای توضیح رفتار و افکار انسانی و دلایل تغییر انسان‌هاست. در عمل، تریه اهداف درمان و نحوه‌ی دنبال کردن آن‌ها را مشخص و تعیین می‌کند. اسم (۱۹۹۷) یادآور می‌شود که نظریه روان‌درمانی بایستی ساده و برای درمان‌گر عادی قابل فهم باشد و گستره‌ی وسیعی از پیامدها و نتایج احتمالی را در بر می‌گیرد و حد لزوم جامع و مبسوط باشد. به‌علاوه نظریه، فعالیت در راستای دستیابی به اهداف موفقیت‌آمیز را بر می‌انگیزد، درحالی‌که درمانگر و مراجع را در زمینه امکان بهبودی و درمان امیدوار می‌سازد.

نظریه، محدوده و میدانی است که برای روان درمانگران هدایت و راهبری قلمرو وسیعی از فعالیت‌های بالینی را امکان‌پذیر می‌سازد. همان‌گونه که ابزار هدایت و راهبری به‌منظور سازگاری با پیشرفت‌های رخ داده در تفکر و کشف و بررسی حوزه‌های دائماً در حال گسترش تغییر کرده‌اند، نظریه‌های روان‌درمانی هم، به‌مرور زمان دچار تغییر و تحول شده‌اند. معمولاً برای اشاره به مکاتب نظری مختلف از عنوان موج^۱ استفاده می‌شود، موج‌های نظریه‌های روان‌پویشی (یعنی نظریه‌های آدلری‌ها، روانکاوی) هستند، موج دوم نظریه‌های یادگیری (به عبارت دیگر نظریه‌های رفتاری، شناختی-رفتاری) هستند، موج سوم نظریه‌های انسان‌گرایانه (مراجع محور، گشتالت، وجودی)، موج چهارم نظریه‌های هوادار حقوق زنان و چندفرهنگی و موج پنجم نظریه‌های فرا‌رشد (پسامدرن) و سازه‌گرایی‌اند. این موج‌ها نمایانگر نحوه‌ی سازداری روان‌درمانی نسبت به تغییرات روی داده در روان‌شناسی، جامعه، معیشت و فرهنگ و همچنین تغییرات به وجود آمده در ماهیت روان‌درمانی‌اند. روان‌درمانی و نظریه‌های راهنمای آن پویا و پاسخ‌دهنده‌اند. همچنین تنوع زیاد نظریه‌ها گواه وجود روش‌های گوناگون برای مفهوم‌آفرینی یک رفتار انسانی مشابه است (فرو^۲ و اسپایگلر^۳، ۲۰۰۸). ما با توجه به دو مفهوم اهمیت عمده‌ی نظریه و تحول طبیعی تفکر نظری مجموعه نظریات روان‌درمانی را از هر دو کاملاً مجذوب نظریه و مجموعه‌ای از ایده‌های پیچیده‌ای که هر مدلی را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد. ما به عنوان مدرسان در این کتاب مربوط به نظریه‌های روان‌درمانی خواهان ایجاد و ارائه‌ی آن دسته از مطالب آموزشی هستیم که نه فقط ماهیت نظریه‌های مهم و اصلی را برای متخصصان امر آموزش نمایان و برجسته سازند، بلکه همچنین به صورت آشکار مخاطب را از وضعیت و جایگاه فعلی الگوها آگاه سازند. اغلب در کتاب‌های مربوط

1. wave
2. Frew
3. Spiegler

به نظریه‌ها، زندگی‌نامه‌ی نظریه‌پردازان اصلی، تکامل الگوی موردنظر را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و از اهمیت آن می‌کاهد. در مقابل، قصد ما تأکید بر کاربردهای فعلی نظریه‌ها و همچنین تاریخچه و بافت آن‌ها است.

در زمان شروع این پروژه ما با دو تصمیم آنی مواجه بودیم: کدام یک از نظریه‌ها را مورد بررسی قرار دهیم و چه کسی بهترین گزینه برای ارائه‌ی این نظریه است؟ برای آگاهی از نظریه‌های مورد آموزش نظریه‌های سطح بالای درس مربوط به روان‌درمانی را بررسی کردیم و به منظور تعیین نظریه‌های گیرا و جالب توجه به ارزیابی و بررسی کتاب‌های محققان مشهور، مقاله‌ها و هایشان پرداختیم. سپس فهرستی از بهترین مؤلفان در حیطه‌ی نظریه‌های معاصر تهیه کردیم. هریک از مؤلفان، از جمله طرفداران برجسته رویکرد موردنظر، همچنین مؤلفانی آگاه و مطلع در آن زمینه بودند. ما از هریک از آن‌ها خواستیم تا مختارهای اصلی نظریه را بررسی کنند و از طریق بافت فعالیت‌های مبتنی بر شراکت نظریه را وارد حوزه‌ی مدرن فعالیت‌های بالینی کنند و به‌طور واضح، مورد نظریه را نشان دهند.

برای این مجموعه ۲۴ عنوان در نظر گرفته شده است. برای تهیه‌ی مطالب مربوط به درس نظریه‌های روان‌درمانی می‌توان از هریک از این عناوین به‌تنهایی یا همراه با دیگر عناوین استفاده کرد. این انتخاب به مدرسان امکان می‌دهد درسی را تهیه و ارائه نمایند که نشان‌دهنده‌ی رویکردهای بارز و چشمگیر امروزی باشد. کتاب‌های APA نشان‌دهنده‌ی استیانی از این هدف برای هریک از رویکردها یک DVD تهیه کرده که نشان‌دهنده‌ی نظریه‌ها در مورد مراجعان حقیقی است. بسیاری از این DVD ها شامل جلسات جلسه‌ی درمان هستند. برای دریافت فهرست کامل DVD های موجود، به این آدرس مراجعه کنید:

(<http://www.apa.Org/pubs/videos>)

روایت‌درمانی^۱ رویکردی کاملاً همکارانه است که در آن درمانگر و مراجع

داستان مربوط به مشکل مراجع را بار دیگر به رشته‌ی تحریر در می‌آورند. رویکردی داستانی بر مبنای نظریه‌های فمینیستی، مردم‌شناسی و چندفرهنگی، این رویکرد فضای نظری مخالف با رویکردهای روان‌شناختی که از لحاظ نظری از موضع قدرت به مراجع نگاه می‌کردند را ایجاد کرده، رویکردهایی که در آن‌ها ایده‌های غالب حوزه‌ی سلامت روان برای توضیح تجارب مراجعان مورد استفاده قرار می‌گیرد. با تبدیل روزافزون عدالت و تغییرات اجتماعی، بخش‌هایی از روند کلی فعالیت‌های مربوط به حوزه‌ی روان‌شناسی، روایت‌درمانی، رای‌ارزش‌گذاری به تجارب مراجعان الگویی مبتکرانه و جامع ارائه می‌دهد. دکتر استیون مدیگان^۱ این رویکرد فرامردن را به صورتی واضح و بایسته در یک متن شخصی و داستانی به یادماندنی ارائه می‌دهد. او در ابتدا برای این کتاب از این عنوان استفاده کرد: «چه کسی حق دارد داستان را روایت کند»، عنوانی که به عنوان دقیق جایگاه درمانگر در این رویکرد مهم را مشخص می‌کند. درمانگر فعال در حوزه‌ی روایت‌درمانی معتقد است که یک حقیقت عینی و مسلم وجود ندارد بلکه چندین «حقیقت» وجود دارد که ارائه‌دهنده‌ی تعابیر احتمالی مربوط به مشکلات و (راه‌حل‌های مشکلات) مراجع هستند. همچنین درمانگر تا حد زیادی از این مسئله آگاه است که مشکلات در بافت اجتماعی، فرهنگی، سیاسی (و در خلال روان‌درمانی) نمایان می‌شوند و اغلب زندگی افراد تحت درمان را در براختلال می‌کنند و در حاشیه قرار می‌دهند. این کتاب مربوط به روایت‌درمانی از جمله موارد الحاقی مهم این مجموعه است.

جان کارلسون

مت اینگلار کارلسون^۳

1. Stephen Madigan

2. Jan Carlson

3. Matt Engar-Carlson