

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۱۵۷۷۲۶۱
۹۶، ۱۲، ۲

روان درمانی چهاروجهی

تألیف :

دکتر شهرداد وزیري

دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی

دکتر فرح لطفی کاسانی

دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی

اربابان
نشر اربابان

عنوان و نام پدیدآور: روان‌درمانی چهاروجهی / تألیف: دکتر شهرام وزیری، دکتر فرح لطفی کاشانی
مشخصات نشر: تهران: نشر ارسباران، ۱۳۹۶
مشخصات ظاهری: شش - ۱۰۶ ص.؛ جدول.
شابک: 978-600-7385-16-6
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
موضوع: روان‌درمانی چهاروجهی
Multimodal Psychotherapy : موضوع
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۴ و ۸۷ ر / ۴۸۹
رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۲۳۱۲۳

بیاید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز، رونوشت‌گرمی، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل غیرقانونی است. بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. امید است که ناشر و مؤلف به واسطه این کتاب به شما کمک کرده و به شما در رسیدن به اهداف و مقاصد خودتان کمک کند. می‌تواند زمینه‌ساز تصمیم‌گیری‌های سالم جهت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه باشد. به زبان خود شما و فرزندان‌تان خواهد شد.

سایت
www.Virayesh-Ravan-Arasbaran.com



پست الکترونیکی
panahir91@yahoo.com

روان‌درمانی چهاروجهی

تألیف: دکتر شهرام وزیری، دکتر فرح لطفی کاشانی

ناشر: ارسباران

نوبت چاپ: دوم، زمستان ۱۳۹۶

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طیف‌نگار

شمارگان: ۵۰۰

تعداد صفحات: ۱۱۲ صفحه

قیمت: ۷۰۰۰۰ ریال

ISBN : 978-600-7385-16-6

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۸۵-۱۶-۶

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان پنجم و ششم، پلاک ۶۳

تلفکس: ۸۸۹۶۲۷۰۷

تلفن: ۸۸۹۷۳۳۵۸ - ۹

فهرست

مقدمه پنج

فصل ۱: روایت روان درمانی ۱

- الف: یکپارچه‌نگری دلالی ۳
ب: به‌گزینی ۴
ب: عوامل مشترک ۴
یکپارچه‌نگری در فرایند درمان ۶
نظریه مؤثر ۹

فصل ۲: رابطه درمانی ۱۵

- ایجاد رابطه ۱۵
بیمار و خودتان را در شرایط راحت و آسوده‌ای قرار دهید ۱۶
رنج و ناراحتی بیمار را دریابید و نسبت به آن واکنش نشان دهید ۱۸
بینش بیمار را در نظر بگیرید و همراه بیمار باشید ۱۹
توانایی و مهارت حرفه‌ای خود را نشان دهید ۲۲
راهبری کنید و نقش‌ها را متعادل سازید ۲۵
تمرین با خود ۲۹

فصل ۳: امید و انتظار درمان ۳۱

- ایجاد امید و انتظار درمان ۳۲
موضع بیمار نسبت به مشکلش را کشف کنید (امید یابی) ۳۳
دورنمایی از مشکل موجود برای مراجع فراهم نمایید (تحکیم امید) ۳۵

- ۳۷ با فاجعه‌سازی‌های مراجع مقابله کنید (بالا بردن امید)
- ۳۸ انتظار و امید به درمان او را پایدار نگهدارید (ایقای امید)
- ۳۸ تمرین با خود

فصل ۴: آگاهی‌افزایی ۳۹

- ۴۲ گریز از آگاهی
- ۴۸ در درون آتش
- ۵۰ راهی به سوی آگاهی
- ۵۵ پیش‌بینی روشنگر

فصل ۵: نظم‌بخشی و رفتار ۵۹

- ۶۰ نظم‌بخشی اندیشه‌ها
- ۶۷ نظم‌بخشی احساسات
- ۷۹ نظم‌بخشی و بازآموزی عملکرد (رفتار)

فصل ۶: طرح درمان ۸۵

- ۸۶ تشخیص
- ۸۷ تطبیق
- ۹۰ تعیین اهداف
- ۹۱ برنامه‌ریزی (طرح درمان)
- ۹۴ هرم درمانی

فصل ۷: تکنیک‌ها ۹۷

- ۹۸ ردیابی
- ۹۸ معنا‌یابی
- ۹۹ تورینه‌گردی
- ۱۰۰ آگاهی‌افزایی
- ۱۰۰ بازآرایی

مقدمه

هر که اندر راه ما خاری فکند از دشمنی هر گلی کز باغ وصلش بشکند بی خار باد

سال‌ها قبل (۱۹۹۸)، هنگامی که یکی از ما (فرح لطفی کاشانی)، تلاش کرد تا عوامل مشترک میان رویکردهای درمانی را معرفی کند، ساختاری به دست آمد که خود می‌توانست مانند سایر مشاهدات اهمیت‌دهنده به ایده‌های جدید، به عنوان رویکرد درمانی، به محک خود در آن طی سال‌ها، روی این موضوع کار کردیم تا تجارب خود را در معرض قضاوت متخصصان قرار دهیم. مایل بودیم این کتاب را سه یا چهار سال دیگر منتشر کنیم اما، تشویق صراحتاً برای طرح موضوع و فراهم ساختن امکان قضاوت متخصصان، ما را بر آن داشت تا ایده خودمان را کمی زودتر منتشر کنیم.

در ابتدا، برای معرفی دیدگاه خود از سوی چهارعاملی استفاده می‌کردیم تا بر چهار عامل مشترک در روان‌درمانی، یعنی رابطه درمانی، امید و انتظار درمان، آگاهی‌افزایی و نظم‌بخشی رفتار، تأکید کنیم. بعدها تصمیم گرفتیم عنوان کار خود را به درمان چهاروجهی تبدیل کنیم تا بر وقوع همزمان و تعکیک‌ناپذیر این چهار عامل در روان‌درمانی و لزوم برنامه‌ریزی برای هر یک از ابعاد فوق در فرایند روان‌درمانی، تأکید کرده باشیم. هدف ما این بود که خواننده در این کتاب، با مبانی درمان چهاروجهی آشنا شده و آن را به کار گیرد.

هر دو لازم می‌بینیم از پیگیری، دقت، تلاش، و صداقت دوست و همکارمان، سرکار خانم زهرا جمشیدی‌فر که سختی ویراستاری مکرر این کتاب را به عهده گرفتند، سپاسگزاری کنیم.

شهرام وزیری