

طرحواره درمانی کودک و نوجوان

راهنمایی برای بالینگران

کریستوفر لوز • پیتر گراف
گرهارد زاربوک • راث هولت

مترجمان:

دکتر حجت پیرزادی
عضو هیأت علمی دانشگاه شیراز
دکتر حمید بهرامی زاده
سحر کریم فر
حانیه محمداسماعیل بیگی





عنوان و نام پدیدآور: طرح‌واره‌درمانی کودک و نوجوان: راهنمایی برای بالینگران / کریستوفر لوز ... [و دیگران] ؛
مترجمان: حجت پیرزادی، حمید بهرامی‌زاده، سحر کریم‌فر.
مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری: ۵۰۰ ص.؛ مصور.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۴۱-۱
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Schema therapy for children and adolescents: a practitioner's guide, 2020.

یادداشت: کریستف لوز، پیتر گراف، گرهارد زاربوک، روت هالت.
یادداشت: کتاب حاضر قبلاً با عنوان «طرح‌واره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان: راهنمای یک‌درمانگر» و ترجمه‌ی آریتا دانشوری‌فرد توسط انتشارات ندای کارآفرین در سال ۱۳۹۹ منتشر شده است.
یادداشت: کتابنامه.

عنوان دیگر: طرح‌واره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان: راهنمای یک‌درمانگر.
موضوع: شناخت‌درمانی کودکان / شناخت‌درمانی نوجوانان / شناخت‌درمانی طرح‌واره
طرح‌واره (روان‌شناسی) / کودکان -- روان‌شناسی / نوجوانان -- روان‌شناسی
Cognitive therapy for children / Cognitive therapy for teenagers / Schema-focused cognitive therapy
Schemas (Psychology) / Child psychology / Adolescent psychology

شناسه افزوده: لوس، کریستف Loose, Christof
شناسه افزوده: پیرزادی، حجت، ۱۳۶۴ - ، مترجم
شناسه افزوده: بهرامی‌زاده، حمید، ۱۳۶۴ - ، مترجم
شناسه افزوده: کریم‌فر، سحر، ۱۳۶۵ - ، مترجم
رده‌بندی دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۹۱۴۲ رده‌بندی کنگره: RJ ۵۰۵ شماره کتابشناسی ملی: ۹۱۱۴۵۸۵

عنوان: طرح‌واره‌درمانی کودک و نوجوان (راهنمایی برای بالینگران)
مؤلفین: کریستوفر لوز، پیتر گراف، گرهارد زاربوک و رات هولت مترجمان: دکتر حجت پیرزادی، دکتر حمید بهرامی‌زاده، سحر کریم‌فر، حانیه محمداسمعیل‌بیگی
صفحه‌آرا: خسرو هادیان
مدیر تولید: داریوش سازمند
ناشر: دانژه
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: شریف
شمارگان: ۵۵۰
قطع: وزیری
نوبت چاپ: اول- ۱۴۰۲
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۴۱-۱
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

فهرست

۱۱	مقدمه‌ی مترجمان.....
۱۵	مقدمه از دکتر رابرت فرنام.....
۱۷	پیشگفتاری از جفری یانگ.....
۱۹	پیشگفتاری از دیوید ادواردز.....
۲۳	مقدمه نویسندگان.....
۲۵	ساختار کتاب.....
۲۷	فصل اول: روان‌شناسی و روان‌درمانی کودک و نوجوان.....
۲۷	۱-۱ مقدمه.....
۲۸	۱-۲ در جست‌وجوی کشف روان انسان.....
۲۹	۱-۳ شرطی‌سازی کلاسیک.....
۲۹	۱-۴ رفتارگرایی و نظریه یادگیری اجتماعی.....
۳۰	۱-۵ نظریه دلبستگی.....
۳۱	۱-۶ نظریه رشد روانی اجتماعی.....
۳۳	۱-۷ درمان شناختی- رفتاری.....
۳۴	۱-۸ خلق‌وخو و شخصیت.....
۳۵	۱-۹ پنج عامل شخصیت.....
۳۷	۱-۱۰ عوامل خطر محیطی و استرس متقابل.....
	فصل دوم: نظریه‌ها و مفاهیم کلیدی در طرحواره‌درمانی و طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان.....
۳۹	۲-۱ مقدمه.....
۴۰	۲-۲ نیازهای بنیادین.....
۴۱	۲-۳ طرحواره‌ها.....
۴۴	۲-۴ سبک‌های مقابله‌ای.....
۵۱	۲-۵ ذهنیت‌های طرحواره‌ای.....

۴ طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان

- ۲-۶ کاربرد الگوی ذهنیت برای نوجوانان..... ۵۲
- ۲-۷ گروه‌های ذهنیت، ویژگی‌ها و مشخصات عمومی..... ۵۵
- ۲-۷-۱ ذهنیت‌های کودکانه..... ۵۵
- ۲-۷-۲ ذهنیت‌های والد ناکارآمد..... ۵۷
- ۲-۷-۳ ذهنیت‌های کارآمد..... ۵۹
- ۲-۷-۴ ذهنیت‌های مقابله‌ای ناکارآمد..... ۶۱

فصل سوم: مفهوم‌پردازی موردی و درمان..... ۶۷

- ۳-۱ مقدمه..... ۶۷
- ۳-۲ مداخله‌های کلیدی..... ۶۷
- ۳-۳ رابطه بین طرحواره‌ها، نیازها و ذهنیت‌ها..... ۷۰
- ۳-۴ هیجان‌های اولیه و ثانویه از دیدگاه طرحواره‌درمانی..... ۷۱
- ۳-۵ مفهوم‌سازی موردی و آموزش روان‌شناختی..... ۷۲
- ۳-۶ چه موقع باید از طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان استفاده کرد؟..... ۷۴
- ۳-۷ آموزش طرحواره به والدین و سایر مراقبان..... ۷۵
- ۳-۸ اهداف و راهبردهای متمرکز بر والدین و متمرکز بر سن..... ۷۶
- ۳-۸-۱ نوزادان و نوپایان از تولد تا سه سالگی..... ۷۷
- ۳-۸-۲ کودکان سنین پیش‌دستانی از چهار تا شش سالگی..... ۷۸
- ۳-۸-۳ شروع مدرسه تا پیش از بلوغ - سنین شش تا ۱۰ سال..... ۷۸
- ۳-۸-۴ دوران بلوغ از سن ۱۱ تا ۱۶ سالگی..... ۷۹
- ۳-۸-۵ اواخر بلوغ و اوایل بزرگسالی از سنین ۱۷ تا ۲۳ سالگی..... ۸۰
- ۳-۹ مرور درمان..... ۸۱
- ۳-۱۰ مراحل درمان..... ۸۲
- ۳-۱۱ جمع‌بندی..... ۸۳

فصل چهارم: طرحواره‌درمانی از نوزادی تا اوایل کودکی..... ۸۵

- ملاحظات اولیه..... ۸۵
- ۴-۱ تکالیف تحولی، تعامل‌ها، تعارض‌های ویژه هر مرحله و ذهنیت‌ها در خانواده‌های جوان از دیدگاه طرحواره‌درمانی..... ۸۶
- ۴-۱-۱ تکالیف تحولی برای والدین و کودک..... ۸۷
- ۴-۱-۲ مقابله و تعادل..... ۸۷
- ۴-۱-۳ شکست در برقراری رابطه از چه چیزی ناشی می‌شود؟ طرحواره‌درمانی به تبیین اختلال‌های رابطه و برقراری ارتباط می‌پردازد..... ۸۸
- ۴-۲ دیدگاه طرحواره‌درمانی در مورد نقش پدر..... ۹۵

۵ مقدمه

- ۴-۳ ارزیابی، آموزش روان‌شناختی در طرحواره‌درمانی و درمان اختلال‌های تنظیمی..... ۹۶
- ۴-۳-۱ ارزیابی اولیه..... ۹۷
- ۴-۳-۲ جست‌وجوی مشکلات والدین..... ۹۷
- ۴-۳-۳ ارزیابی تعامل والد-کودک..... ۹۷
- ۴-۳-۴ روندهای مشاهده و ابزارهای ارزیابی..... ۹۹
- ۴-۳-۵ خلاصه فرایند ارزیابی..... ۱۰۰
- ۴-۳-۶ اهداف و درمان..... ۱۰۲
- ۴-۴ طرحواره‌درمانی: راهبردهای درمانی، استفاده از فنون متناسب با سن..... ۱۰۴
- ۴-۴-۱ ملاحظات ویژه طرحواره‌درمانی برای اختلال‌ها..... ۱۰۶
- ۴-۴-۲ روش‌های مداخله‌ای رفتاردرمانی کلاسیک در چارچوب طرحواره‌درمانی..... ۱۱۰
- ۴-۴-۳ زوج‌درمانی و موضوعات سیستمی در طرحواره‌درمانی..... ۱۱۳
- ۴-۵ چشم‌انداز..... ۱۱۵
- فصل پنجم: طرحواره‌درمانی برای کودکان پیش‌دبستانی..... ۱۱۷**
- ۵-۱ تکالیف تحولی، تعامل‌ها، تعارض و ذهنیت‌های تحولی ویژه هر مرحله از دیدگاه طرحواره‌درمانی..... ۱۱۸
- ۵-۱-۱ تکالیف و نیازهای تحولی ویژه هر مرحله..... ۱۱۸
- ۵-۱-۲ پریشانی، تعارض و آسیب روان‌شناختی در تحول طرحواره..... ۱۲۰
- ۵-۲ ارزیابی، آموزش و درمان در طرحواره‌درمانی..... ۱۲۳
- ۵-۲-۱ مصاحبه با پیش‌دبستانی‌ها..... ۱۲۳
- ۵-۲-۲ ملاحظات تشخیصی مهم..... ۱۲۴
- ۵-۲-۳ آموزش روان‌شناختی..... ۱۲۷
- ۵-۳ طرحواره‌درمانی در عمل: مداخله‌های درمانی متناسب با سن..... ۱۲۷
- ۵-۳-۱ ایجاد زمینه ذهنیت با پیش‌دبستانی‌ها..... ۱۲۸
- ۵-۳-۲ استفاده از عروسک‌های انگشتی و دستی..... ۱۲۹
- ۵-۳-۳ بازی درمانی ذهنیت‌محور و نیازمحور..... ۱۲۹
- ۵-۳-۴ شیوه بازی درمانی ذهنیت‌محور و نیازمحور..... ۱۳۰
- ۵-۴ مثال موردی: مفهوم‌پردازی موردی میترا و فرایند درمان..... ۱۳۲
- ۵-۵ خلاصه طرحواره‌درمانی با پیش‌دبستانی‌ها..... ۱۳۴
- فصل ششم: طرحواره‌درمانی برای کودکان دبستانی..... ۱۳۷**
- ۶-۱ تکالیف تحولی، تعاملات، تعارض‌ها و ذهنیت‌های ویژه هر مرحله از دیدگاه طرحواره‌درمانی..... ۱۳۷

- ۶-۱-۱ تکالیف تحولی و بحران‌های بالقوه..... ۱۳۸
- ۶-۱-۲ نقش مشکلات روان‌شناختی، تعارض و آسیب در شکل‌گیری طرحواره..... ۱۴۰
- ۶-۱-۳ اثرات ظرفیت محدود رشدی و پویایی‌های گروه بر شکل‌گیری طرحواره..... ۱۴۳
- ۶-۱-۴ اثرات فقدان منابع بیرونی..... ۱۴۷
- ۶-۲ سنجش طرحواره‌درمانی، آموزش روان‌شناختی و درمان..... ۱۴۸
- ۶-۲-۱ ارزیابی بافت..... ۱۴۹
- ۶-۲-۲ ملاحظات تشخیصی مهم..... ۱۵۰
- ۶-۳ طرحواره‌درمانی در عمل: مداخله‌های درمانی متناسب با دوره سنی..... ۱۵۵
- ۶-۴ جمع‌بندی..... ۱۶۶
- فصل هفتم: طرحواره‌درمانی برای نوجوانان..... ۱۶۷**
- ۷-۱ تکالیف تحولی، تعاملات، تعارض‌ها و ذهنیت‌های ویژه هر مرحله از دیدگاه طرحواره‌درمانی
- ۱۶۸.....
- ۷-۱-۱ نقاط عطف رشدی و ویژگی‌های آن..... ۱۶۹
- ۷-۱-۲ تکالیف تحولی، تعاملات، تعارض‌ها و ذهنیت‌های ویژه هر مرحله..... ۱۷۰
- ۷-۱-۳ تحول شناختی و درک هیجانی..... ۱۷۳
- ۷-۲ سنجش در طرحواره‌درمانی، آموزش روان‌شناختی و درمان..... ۱۷۶
- ۷-۲-۱ ملاحظات تشخیصی مهم..... ۱۷۷
- ۷-۲-۲ آموزش روان‌شناختی - اجتماعی..... ۱۸۲
- ۷-۳ طرحواره‌درمانی در عمل: روابط درمانی متناسب با سن و مداخله‌های درمانی..... ۱۸۳
- ۷-۴ جمع‌بندی..... ۱۹۲
- فصل هشتم: طرحواره‌درمانی با جوانان (۱۷ تا ۲۳ سالگی)..... ۱۹۵**
- ۸-۱ تکالیف تحولی، تعامل‌ها، تعارض‌ها و ذهنیت‌های ویژه هر مرحله از دیدگاه طرحواره‌درمانی
- ۱۹۷.....
- ۸-۱-۱ تکالیف و الگوهای تحولی ویژه هر مرحله برای بزرگسال جوان..... ۱۹۷
- ۸-۱-۲ تکالیف تحولی، تعامل‌ها، تعارض‌ها و ذهنیت‌های ویژه هر مرحله از دیدگاه طرحواره
درمانی..... ۲۰۰
- ۸-۲ سنجش طرحواره‌درمانی، آموزش روان‌شناختی و درمان..... ۲۰۳
- ۸-۲-۱ موارد کاربرد، موارد عدم کاربرد و تشخیص..... ۲۰۳
- ۸-۲-۲ آموزش روان‌شناختی..... ۲۱۰
- ۸-۳ طرحواره‌درمانی در عمل: رابطه درمانی و مداخله‌های درمانی متناسب با سن..... ۲۱۰
- ۸-۳-۱ مفهوم‌پردازی موردی و برنامه درمانی..... ۲۱۱

۷ مقدمه

- ۲۱۷ ۸-۳-۲ روابط درمانی.....
- ۲۲۱ ۸-۳-۳ فنون طرحواره‌درمانی متناسب با سن برای بزرگسالان جوان.....
- ۲۲۹ ۸-۴ جمع‌بندی.....
- فصل نهم: اصول اساسی طرحواره‌درمانی..... ۲۳۱**
- ۲۳۱ ۹-۱ رابطه‌درمانی به‌عنوان یک ویژگی اساسی در طرحواره‌درمانی.....
- ۲۳۱ ۹-۱-۱ برقراری رابطه‌درمانی با مراجع.....
- ۲۳۵ ۹-۱-۲ برقراری رابطه با والدین و مراقبان.....
- ۲۳۶ ۹-۲ مواجهه‌همدلانه.....
- ۲۴۱ ۹-۳ آموزش روان‌شناختی.....
- ۲۴۱ ۹-۳-۱ ابزار.....
- ۲۴۱ ۹-۳-۲ آموزش روان‌شناختی در سطوح سنی مختلف.....
- ۲۴۸ ۹-۳-۴ استفاده از استعاره‌ها برای درک طرحواره‌ها و ذهنیت‌ها.....
- فصل دهم: شروع طرحواره‌درمانی..... ۲۵۵**
- ۲۵۵ ۱۰-۱ نکات اولیه در مورد افزایش انگیزه‌درمان در کودکان و نوجوانان.....
- ۲۵۷ ۱۰-۲ کار در زمینه‌ذهنیت: عناصر و ابزارهای بنیادین.....
- فصل یازدهم: طرحواره‌درمانی مبتنی بر بازی و داستان..... ۲۶۷**
- ۲۶۷ ۱۱-۱ طرحواره‌درمانی با استفاده از بازی‌درمانی.....
- ۲۷۰ ۱۱-۱-۱ عناصر کلیدی بازی‌درمانی ذهنیت‌محور.....
- ۲۷۳ ۱۱-۲ بازی‌درمانی با استفاده از داستان‌ها.....
- ۲۷۷ ۱۱-۲-۱ متغیرها.....
- ۲۷۸ ۱۱-۲-۲ استفاده از داستان‌ها و ادبیات مرسوم.....
- فصل دوازدهم: طرحواره‌درمانی با استفاده از نقاشی، عروسک‌های انگشتی و سایر ابزارهای خلاقانه..... ۲۷۹**
- ۲۷۹ ۱۲-۱ طرحواره‌درمانی با نقاشی و سایر ابزارهای خلاقانه.....
- ۲۷۹ ۱۲-۱-۱ سنت‌های درمانی در کار با تصاویر.....
- ۲۸۱ ۱۲-۱-۲ طرحواره‌درمانی با نقاشی‌ها.....

۲۹۵	۱۲-۲ طرحواره‌درمانی با عروسک‌های کوچک (انگشتی یا دستی) و سایر شخصیت‌ها.....
۲۹۷	۱۲-۲-۱ عناصر مرتبط با کار در مورد ذهنیت‌ها با استفاده از عروسک‌های انگشتی.....
۳۲۳	فصل سیزدهم: استفاده از خانه درونی و تصویرسازی در طرحواره‌درمانی.....
۳۲۳	۱۳-۱ کار کردن بر خانه درونی.....
۳۲۳	۱۳-۱-۱ سطح ذهنیت.....
۳۲۷	۱۳-۱-۲ سطح تجربه.....
۳۳۰	۱۳-۱-۳ سطح طرحواره.....
۳۳۱	۱۳-۱-۴ استفاده از خانه درونی در درمان.....
۳۳۳	۱۳-۲ تصویرسازی در طرحواره‌درمانی.....
۳۳۵	۱۳-۲-۱ ممنوعیت استفاده و تجارب منفی با تصویرسازی.....
۳۳۵	۱۳-۲-۲ تجهیزات جهت تمرین تصویرسازی.....
۳۳۹	۱۳-۲-۳ بازسازی تصویر ذهنی.....
۳۴۱	۱۳-۲-۴ فرایند بازسازی تصویر ذهنی.....
۳۴۲	۱۳-۲-۵ تصویرسازی مبتنی بر توانمندی‌ها.....
۳۴۳	جمع‌بندی.....
۳۴۵	فصل چهاردهم: تکالیف، کارت‌های آموزشی و خاطرات روزانه.....
۳۴۵	۱۴-۱ تکالیف درمانی.....
۳۴۸	۱۴-۱-۱ رفتار متمرکز بر تکالیف.....
۳۵۱	۱۴-۲ کارت‌های آموزشی و خاطرات روزانه.....
۳۵۳	۱۴.۳ خلاصه و فرایند ترکیب‌سازی روش‌های فردی.....
۳۵۷	فصل پانزدهم: والدین و نظام خانواده از دیدگاه طرحواره‌درمانی.....
۳۵۷	۱۵-۱ طرحواره‌درمانی با والدین.....
۳۵۷	۱۵-۱-۱ طرحواره‌درمانی و درمان شناختی- رفتاری، سیستم‌های خانواده و روایت‌درمانی... ..
۳۵۹	۱۵-۱-۱ مربیگری طرحواره برای مربیان و والدین.....
۳۵۹	۱۵-۱-۲ عناصر مربیگری والدین در طرحواره‌درمانی.....
۳۶۱	۱۵-۱-۳ آموزش والدین از دیدگاه طرحواره‌درمانی.....
۳۶۳	۱۵-۲ دیدگاه‌های سیستمی در مورد طرحواره‌درمانی.....
۳۶۳	۱۵-۲-۱ مشاهدات اولیه در مورد رویکردهای سیستمی.....
۳۶۴	۱۵-۲-۲ مرزهای سیستم‌ها و خرده سیستم‌ها.....

۹ مقدمه

- ۳۶۵ ۱۵-۲-۳ تعیین نقش و القای نقش
- ۳۷۴ ۱۵-۲-۴ قوانین در نظام خانواده
- ۳۷۵ ۱۵-۲-۵ عملکرد
- ۳۸۲ ۱۵-۲-۶ مرتبط کردن چرخه‌های معیوب به تشدید ذهنیت‌ها در درون سیستم
- ۳۸۵ ۱۵-۲-۷ منابع و توانمندی‌ها
- ۳۸۶ ۱۵-۳ تصادم‌های ذهنیت و برانگیختگی ذهنیت در سیستم
- ۳۸۹ ۱۵-۳-۱ شکل‌گیری ذهنیت‌های والد ناکارآمد
- ۳۹۱ ۱۵-۳-۲ اجتناب طرحواره در والدین
- ۳۹۴ ۱۵-۴ موضع درمانگر هنگام کار کردن با والدین
- ۳۹۵ ۱۵-۴-۱ نقش درمانگر و ابعاد آن
- ۳۹۷ **فصل شانزدهم: سنجش طرحواره‌ها و ذهنیت‌های والدین**
- ۳۹۷ ۱۶-۱ سنجش طرحواره‌ها و ذهنیت‌های والدین
- ۳۹۷ ۱۶-۱-۱ نظرسنجی مستقیم
- ۳۹۸ ۱۶-۱-۲ تخته خانواده
- ۳۹۹ ۱۶-۱-۳ نقشه خانوادگی در دایره‌ها
- ۴۰۳ ۱۶-۱-۴ مشاهده رفتار
- ۴۰۶ ۱۶-۲ آموزش از طریق فرمول‌سازی کمک‌ها و نقاشی‌ها
- ۴۰۶ ۱۶-۲-۱ توضیح طرحواره‌ها به زبان روزمره
- ۴۰۶ ۱۶-۲-۲ توضیح ذهنیت‌ها به زبان روزمره
- ۴۰۹ **فصل هفدهم: مداخله‌هایی برای والدین**
- ۴۰۹ ۱۷-۱ مداخله‌هایی برای کار در زمینه طرحواره و ذهنیت والدین
- ۴۱۰ ۱۷-۱-۱ برخورد با احساس گناه در کار با والدین
- ۴۱۷ ۱۷-۱-۲ تکنیک‌های شناختی
- ۴۱۹ ۱۷-۱-۳ تکنیک‌های هیجانی و روش‌های آن
- ۴۳۰ ۱۷-۱-۴ تکنیک‌های رفتاری
- ۴۴۵ ۱۷-۲ مطالعه موردی «ران» برای شرح مداخله‌های مختلف
- ۴۴۹ ۱۷-۳ جمع‌بندی
- ۴۵۰ ۱۷-۳-۱ محدودیت‌ها و موارد عدم به‌کارگیری طرحواره‌درمانی برای والدین

فصل هجدهم: طرحواره‌درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان.....	۴۵۱
۱۸-۱ فواید گروه‌درمانی برای کودکان.....	۴۵۱
۱۸-۲ فواید گروه‌درمانی برای نوجوانان.....	۴۵۲
۱۸-۳ موارد کاربرد و عدم کاربرد طرحواره‌درمانی گروهی برای کودکان و نوجوانان.....	۴۵۳
۱۸-۴ همکاری با خانواده.....	۴۵۵
۱۸-۴-۱ نخستین ملاقات با والدین پیش از شروع کار گروه.....	۴۵۵
۱۸-۴-۲ جامعه‌پذیری مورد انتظار.....	۴۵۶
۱۸-۵ برنامه‌ریزی و شروع طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان.....	۴۵۷
۱۸-۵-۱ اندازه گروه.....	۴۵۷
۱۸-۵-۲ دامنه سنی و مدت زمان جلسات گروه.....	۴۵۸
۱۸-۵-۳ تجربه ما از ترکیب کردن گروه.....	۴۵۸
۱۸-۶ بازوالدگری دارای حدود مرز.....	۴۶۰
۱۸-۷ مرتبط ساختن تجربه‌های شخصی درمانگر با گروه.....	۴۶۱
۱۸-۸ ترتیب فعالیت‌ها در طول جلسه.....	۴۶۱
۱۸-۹ تکنیک‌های شناختی.....	۴۶۶
۱۸-۱۰ تکنیک‌های تجربه‌ای.....	۴۶۶
۱۸-۱۱ تکنیک‌های رفتاری.....	۴۶۷
۱۸-۱۲ مراحل طرحواره‌درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان.....	۴۶۷
۱۸-۱۲-۱ مرحله اول: برقراری ارتباط و تنظیم هیجانی.....	۴۶۷
۱۸-۱۲-۲ مرحله دوم: تغییر ذهنیت طرحواره‌ای.....	۴۶۹
۱۸-۱۲-۳ مرحله سوم: خودمختاری.....	۴۹۴
موضوع‌نما.....	۴۹۵

چنانچه شما خواننده عزیز، کتابی از کتاب‌های دانه 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

مقدمه‌ی مترجمان

از زمانی که نخستین رویکردهای روان‌درمانی پا به عرصه‌ی علمی شدن نهادند، تمامی روان‌شناسان بر یک نکته‌ی مهم اتفاق نظر داشتند و آن هم اهمیت دوره‌ی کودکی برای رشد سالم شخصیت بود. دوره‌ی کودکی اهمیتی همسنگ تمامی زندگی دارد، زیرا شالوده‌ی تمام آموخته‌های ما به‌عنوان یک انسان در این دوره پایه‌گذاری می‌شود. هرچند دوره‌ی کودکی می‌تواند پایه‌ای برای رشد روان‌شناختی سالم باشد، درعین حال به دلیل آسیب‌پذیری کودک و تجربه‌های ناگوار می‌تواند رشد روان‌شناختی سالم را مختل کند.

تا به امروز روان‌شناسان و پژوهشگران تلاش‌های درخور ستایشی را در جهت روان‌درمانی کودک انجام داده‌اند. انواع روان‌درمانی کودک امروزه در دسترس روان‌شناسان قرار دارد؛ اما برای اینکه بتوانیم به بهترین شکل ممکن از فنون‌درمانی اثربخش در تمامی این رویکردها استفاده کنیم، به روشی نیاز داریم که یکپارچه‌نگر و درعین حال از انسجام نظری بالایی برخوردار باشد. دوران کودکی بسیار مهم است و ما به تمامی مغزهای متفکر نظریه‌پردازان برای کمک به کودک نیاز داریم.

طرحواره‌درمانی با فلسفه‌ی یکپارچه‌نگری و استفاده از بهترین فنون و نظریه‌های موجود در روان‌شناسی تا به امروز توانسته است در درمان اختلال‌های دوران بزرگسالی نتایج امیدوارکننده‌ای را در اختیار روان‌درمانگران قرار دهد؛ که گسترش بین‌المللی و انتشار مقالات و کتاب‌های متعدد در طرحواره‌درمانی خود گویای اثربخشی بالای آن است.

طی چندین دهه‌ی گذشته مدل طرحواره‌درمانی در روان‌درمانی افراد بزرگسال گسترش بسیاری داشته است. این رویکرد درمانی در بین روان‌شناسان از جنبه‌های پژوهشی و فعالیت بالینی شهرت بسیاری پیدا کرده است. بااین حال، طرحواره‌درمانی در روان‌درمانی کودکان و نوجوانان به‌تازگی مورد توجه قرار گرفته است.

کتاب طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان به نویسندگی کریستوفر لوز، پیتیر گراف، گرهارد زاربوک و راث هولت، نخستین کتاب منتشر شده در زمینه طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان است. رویکرد طرحواره‌درمانی با برخورداری از یکپارچگی و انعطاف‌پذیری، قابلیت کاربرد موفقیت‌آمیزی را در روان‌درمانی کودکان و نوجوانان دارد. نویسندگان این کتاب از متخصصان طرحواره‌درمانی و از روان‌شناسان و درمانگران صاحب‌نام در این حوزه هستند. در این کتاب، نویسندگان طیف گسترده‌ای از روش‌ها و فنون‌های درمانی را در قالب رویکرد طرحواره‌درمانی برای درمان انواع مشکلات و اختلال‌های کودکان و نوجوانان معرفی کرده‌اند. فنون و روش‌های درمانی معرفی شده در این کتاب از گستردگی و تنوع ویژه‌ای در کار با کودکان، نوجوانان و والدین برخوردار است. این فنون به‌گونه‌ای معرفی شده‌اند که به‌طور اختصاصی با هر دوره سنی و با توجه به شرایط تحولی از دوران نوزادی تا انتهای نوجوانی و اوایل جوانی قابل اجرا باشند.

سازمان‌دهی کتاب به‌گونه‌ای است که در سه فصل اول مباحث نظری در روان‌درمانی کودک و نوجوان و مفهوم‌پردازی موردی بر اساس طرحواره‌درمانی معرفی می‌شود. فصل‌های چهارم تا هشتم به ترتیب بر اساس دوره‌های تحولی، به کاربرد طرحواره‌درمانی در دوران نوزادی، پیش‌دبستانی، دبستان، نوجوانی و اوایل جوانی اختصاص داده شده است. اصول اساسی طرحواره‌درمانی و چارچوب کلی برنامه‌ی درمان به ترتیب در فصل‌های نهم و دهم بیان شده است. فصل‌های یازدهم تا چهاردهم بر کاربرد فنون درمانی خلاقانه و اثربخش برای کار با کودکان و نوجوانان متمرکز است. با توجه به نقش بسیار مهم والدین و خانواده در روان‌درمانی کودکان و نوجوانان و به‌خصوص در رویکرد طرحواره‌درمانی، سه فصل پانزدهم تا هفدهم به کار با والدین اختصاص داده شده است. در نهایت فصل هجدهم کتاب نیز چگونگی کاربرد طرحواره‌درمانی گروهی را در کار با کودکان و نوجوانان توضیح می‌دهد.

طرحواره‌درمانی به‌عنوان یکی از بانفوذترین درمان‌های حاضر در عرصه‌ی روان‌درمانی شناخته شده است. مترجمان امیدوار هستند که ترجمه‌ی این کتاب بتواند گامی هرچند کوچک در مسیر رشد این رویکرد درمانی در عرصه‌های پژوهشی و کاربردی با کودکان و نوجوانان در کشور عزیزمان باشد. تمامی روان‌شناسان، مشاوران و سایر متخصصانی که با کودکان و نوجوانان و خانواده‌ها کار می‌کنند می‌توانند از این کتاب برای غنی ساختن دانش و افزایش تجربه خود و ارائه بهتر خدمات و فعالیت‌های حرفه‌ای استفاده کنند.

در اینجا لازم است از دوستان و عزیزانی که ما را در ترجمه‌ی این کتاب یاری کردند تشکر کنیم. از دوست عزیزمان رایان نجفی که زحمت تهیه و ارسال نسخه‌ی اصلی کتاب به زبان انگلیسی را متقبل شدند، سپاسگزاری می‌کنیم.

از جناب آقای صادق گل‌رو به خاطر بازخوردهای هوشمندانه و اصلاح نگارشی کتاب و همچنین تلاش خالصانه‌اش برای آماده‌سازی کتاب نهایت تشکر را داریم. او دوست و همکار بسیار توانمندی در حوزه‌ی روان‌درمانی کودک است. در نهایت از جناب آقای دکتر سازمند که اجازه‌ی انتشار نسخه‌ی فارسی کتاب را در انتشارات گران‌قدر دانش به ما اعطا کردند، صمیمانه تشکر می‌کنیم. آقای دکتر سازمند دغدغه‌ی ترجمه‌ی خوب و انتشار کتاب‌های اصیل را که به دانش روان‌شناسی کمک می‌کند در انتشارات دانش دنبال می‌کند.

مترجمان تلاش کرده‌اند تا از معادل‌های مناسب و رایج در روان‌شناسی و ادبیات علمی طرحواره‌درمانی استفاده کنند و تا حد ممکن متنی دقیق و روان در اختیار خواننده فارسی‌زبان قرار دهند. باین حال کاستی‌ها و نقدهای احتمالی را با دیده‌ی منت می‌پذیریم و مشتاقانه منتظر دریافت بازخوردهایتان هستیم.

مقدمه از دکتر رابرت فرنام

در جامعه‌ای که بسیاری از والدین اهتمام بالایی در آموزش کودک و نوجوان خود دارند و سیستم آموزشی هم با فشار بر کودکان و نوجوانان در حال نخبه‌پروری‌های بیمارگونه است، مسلماً نیازهای هیجانی کودک و نوجوان آخرین چیزی است که دیده می‌شود. این اهمال در پذیرش اهمیت نیازهای هیجانی کودک و نوجوان، اغلب به شکل اختلال‌ها و مشکلات دوران کودکی و نوجوانی که ریشه در طرحواره‌های آسیب‌زا دارند، خود را نشان می‌دهد و والدین را به کلینیک‌های درمانی سوق می‌دهد. مشکلاتی که گاه موجب آسیب‌های جدی به سلامت روانی کودک و نوجوان می‌شود و تأثیر مخرب آن تا پایان عمر باقی می‌ماند. در این میان در شرایطی که بسیاری از درمانگران کودک و نوجوان گرایش به درمان‌های مبتنی بر موج‌های جدیدتر پیدا کرده‌اند، لزوم وجود راهنماهای جامعی از این دست احساس می‌شود.

کتاب طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان، نخستین کتاب راهنمای طرحواره‌درمانی برای کودک و نوجوان است که توسط پایه‌گذاران این روش نوشته شده است. این کتاب گستره وسیعی از تکنیک‌های بدیع مداخله‌ای برای کودک، نوجوان و والدین را در خود جای داده است.

در طرحواره‌درمانی بزرگسالان درمانگر همیشه سعی در تفکیک ذهنیت‌های کودک، بزرگسال، والد و سبک‌های مقابله‌ای در مقابل ذهنیت بزرگسال سالم دارد؛ درحالی‌که در طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان، تمرکز درمانگر به شکل خاصی بر ذهنیت کودک و بزرگسال سالم است. سختی کار طرحواره‌درمانی ویژه کودک و نوجوان توان تمایز دادن ذهنیت غیر سازنده از رفتارهای طبیعی مربوط به مراحل رشد یک کودک و یا نوجوان است و این راهنما به شکل ویژه‌ای بر این نکته استوار است که درمانگر چگونه می‌تواند گفت‌وگوی مناسب برای هر سن را وضع کند.

نکته جالب این راهنمای عملی، تقسیم‌بندی فنون بر اساس پنج گروه سنی مختلف شامل کودکان خردسال، پیش‌دستانی، دبستانی، نوجوانان و بزرگسالان جوان است. با این تقسیم‌بندی بسیاری از درمانگران به راحتی می‌توانند تکنیک‌های خاص هر دسته را در رده سنی مناسب آن به کار گیرند. یکی از نکات بدیع این کتاب مطرح کردن روش 'schema coaching' است؛ روشی خلاقانه که به منظور گسترش نقش والدین برای کمک به فرزندان خود و ایجاد روش‌های مناسب فکر کردن، رفتار کردن و واکنش نشان دادن به رفتار نوجوان است.

این کتاب که به همت همکاران عزیزم جناب آقای دکتر حجت پیرزادی، آقای دکتر حمید بهرامی‌زاده، سرکار خانم سحر کریم‌فر و سرکار خانم دکتر حانیه محمداسماعیل‌بیگی و دو نفر از همکاران آن‌ها ترجمه شده است با توجه به تجربه عملی گرانقدر دوستان در کار با کودک و نوجوان همراه با تسلط کافی عزیزان به این روش درمانی، هدیه زیبایی است به همکاران درمانگر در زمینه کار با کودک و نوجوان که دوست دارند به شکلی عمیق‌تر به مشکلات مراجعان خود پردازند.

در انتها امیدوارم این زوج سخت‌کوش در تمام مراحل زندگی شغلی خود کماکان موفق و پربار باشند.

دکتر رابرت فرنام

پیشگفتاری از جفری یانگ

من از دوران کودکی به انسان‌ها علاقه‌مند بوده‌ام. در کودکی به مشکلات دیگران گوش می‌کردم و آنچه را مردم درباره آن صحبت می‌کردند، درک می‌کردم. در دوران دبیرستان، جمع‌آوری متون روان‌شناسی را شروع کردم و نمره‌های دوستانم در آزمون‌های شخصیتی را ثبت کردم و پس از آن نیز به تحصیل در رشته روان‌شناسی پرداختم. همه با چنین علاقه عمیقی به انسان‌ها کار خود را شروع نمی‌کنند؛ اما همه‌ی مردم زندگی را با جذب نشانه‌های محیط اطرافشان آغاز می‌کنند. این تجربه‌ها موضوعاتی را در زندگی شکل می‌دهند که از زمان کودکی، میل به تکرار شدن دارند. هنگامی که نیازهای هیجانی اساسی برآورده نشوند و عوامل زیستی و خلق‌وخو نیز تأثیرات خاص خود را بگذارند، آنگاه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های مقابله‌ای می‌توانند در نظام بقای مغز شکل بگیرند و در برابر تهدیدهای بین فردی و درون‌روانی^۱ از ما محافظت کنند. بدون کمک درمانی، این الگوهای ناسازگار اغلب خود را با پیامدهای ناراحت‌کننده و ناتوان‌کننده نشان می‌دهند.

من در طراحی رویکرد طرحواره‌درمانی تلاش کردم تا یک رویکرد درمانی متمرکز بر شخص ارائه دهم؛ به طوری که از لحاظ شناختی، تجربه‌ای و رفتاری بتوانم با مراجعان کار کنم و فنون‌های متنوع رویکردهای درمانی را با هم ترکیب کنم. طی ۲۵ سال گذشته شواهد گوناگونی از اثربخشی طرحواره‌درمانی برای طیف وسیعی از جمعیت بزرگسال جمع‌آوری شد که بسیار خشنودکننده است. با انتشار کتاب حاضر، این درمان قدرتمند در دسترس گروهی از مراجعان کم‌سن و سال‌تر قرار خواهد گرفت تا بتواند به گسترش روند طرحواره‌درمانی کمک کند.

هنگامی که درمانگر با یک کودک یا نوجوان کار می‌کند، ریشه‌های تحولی طرح‌واره‌ها در اتاق درمان حاضر هستند و نقش خود را بازی می‌کنند؛ بنابراین، برای برآورده کردن

1. intrapsychic

نیازهای کودک و کمک به خانواده جهت فراهم کردن مراقبت، تربیت، ساختار، خودگردانی و سرگرمی موردنیاز برای رشد و شکوفایی، فرصت بسیار عالی فراهم است. درک متقابل بین طرحواره‌های والدین، الگوهای خانواده و پاسخ‌های کودک فرصتی غنی برای درمان و مداخله به هنگام فراهم می‌کند و از شکل‌گیری آسیب روانی پیشگیری می‌کند؛ بنابراین، به دوستان و همکارانم، کریستوفر لوز، پیتر گراف، گرهارد زاربروک و راث هولت که این کتاب را نوشته‌اند می‌خواهم بگویم که از شما به خاطر اینکه در استفاده از طرحواره‌درمانی برای درمان کودکان و نوجوانان پیشرو بوده‌اید، تشکر کنم. نویسندگان با ارائه مثال‌های جالب و روشن در این کتاب، طرحواره‌درمانی را به حوزه درمانگری کودکان و نوجوانان وارد کرده‌اند. در هر صفحه از این کتاب، تجربه و دانش اصیل نویسندگان کاملاً مشهود است که نشانگر سال‌ها کار مسلط به‌عنوان درمانگر و مربی در زمینه طرحواره‌درمانی است. من این کتاب فوق‌العاده را با اشتیاق به هر فردی که حرفه او کار کردن با کودکان، نوجوانان، خانواده‌ها و والدین است، پیشنهاد می‌کنم. این کتاب به‌ویژه برای افرادی که هدفشان درمان آسیب‌ها و مشکلات ناشی از الگوهای نسلی^۱ است، می‌تواند مفید باشد. کتاب حاضر برای کسانی که به دنبال رشد مهارت‌ها و پیامدهای مثبت و طولانی‌مدت در کودکان، نوجوانان و خانواده‌هایشان هستند، نیز کمک بسیاری خواهد بود.

دکتر جفری یانگ

رئیس افتخاری انجمن بین‌المللی طرحواره‌درمانی

مدیر و مؤسس مؤسسه طرحواره‌درمانی

عضو هیئت‌علمی بخش روان‌پزشکی دانشگاه کلمبیا

پیشگفتاری از دیوید ادواردز

برای درمانگرانی که با کودکان و نوجوانان کار می‌کنند طیف گسترده‌ای از مداخله‌ها، فنون‌ها و روش‌های درمانی خاص، جذاب و الهام‌بخش وجود دارد. درعین حال، وجود چنین تنوعی می‌تواند سردرگمی ایجاد کند. روش‌های گوناگون درمانی براساس نظریه‌های زیربنایی آن، اغلب توصیه‌های بسیار متفاوت و ظاهراً رقابتی را ارائه می‌دهند. تمامی این‌ها می‌توانند درست باشند؛ درعین حال ممکن است خالی از اشتباه نباشند چرا که چگونگی آن به مراجع بستگی دارد که شامل بافت گسترده‌تر، شخصیت افراد کم سن و سال‌تر و پویایی‌های خانواده است. با توجه به وجود چنین عواملی، هیچ دستورالعمل ساده‌ای وجود ندارد که بتواند به «یک اندازه برای همه مناسب باشد»^۱.

بنابراین، بهترین رویکرد برای مراجعی که امروز عصر ساعت چهار در دفتر من حضور دارد، چیست؟ برای پاسخ دادن به این پرسش به یک رویکرد یکپارچه نیاز داریم و این چیزی است که کتاب حاضر آن را ارائه می‌دهد. جنبش یکپارچه کردن روان‌درمانی^۲ در طی سه دهه‌ی اخیر شتاب گرفته است. گلدفرید و نورکراس (۲۰۱۹، ص ۷) در مقدمه ویرایش سوم کتابچه راهنمای یکپارچه کردن روان‌درمانی^۳ می‌نویسند در حال حاضر یکپارچه کردن «جهت‌گیری غالب متخصصان سلامت روانی است». این متخصصان به افزایش شواهد پژوهشی درباره اثربخشی رویکردهای یکپارچه و چگونگی «ادغام آن‌ها در یک جنبش بالغ و بین‌المللی»^۴ اشاره می‌کنند.

طرحواره‌درمانی چارچوب مشخصی را برای یکپارچه کردن طیف گسترده‌ای از رویکردها و فنون‌های آزمایش‌شده و بسیاری از روش‌های درمانی پرکاربرد، فراهم می‌کند؛

1. no one size fits all

2. psychotherapy integration movement

3. Handbook of Psychotherapy Integration

4. mature and international movement

اما این موارد التقاطی^۱ نیست؛ یعنی بهانه‌ای برای استفاده از هر آنچه درمانگر در آن روز احساس می‌کند، نیست. هرچند فنون مشخصی وجود دارند که بخش منظمی از طرحواره‌درمانی در کار با بزرگسالان و کودکان و نوجوانان محسوب می‌شوند؛ اما هسته اصلی طرحواره‌درمانی رویکرد آن برای مفهوم‌سازی مورد است. در این زمینه، تمرکز اصلی بر نیازهای نوزادان و کودکان نوپا است که از چندین دهه پژوهش در مورد نظریه دلبستگی برای ما آشنا بوده است و اینکه هنگامی که این نیازها به حد کافی برآورده نمی‌شوند، چگونه الگوهای شناختی و هیجانی مشکل‌ساز شکل می‌گیرند که ما آن‌ها را طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌نامیم.

دیدگاه مهم دیگر، چندگانگی^۲ است: افراد در هر سنی بین حالت‌های مختلف ذهنیت‌های طرحواره‌ای حرکت می‌کنند که قابل تشخیص است و درک آن بینش و ابزار مهمی را برای تغییر فراهم می‌کند. انجام فرایند سنجش با توجه به چنین عواملی این امکان را فراهم می‌کند تا ما چگونگی تشدید و تداوم طرحواره‌های ناسازگار اولیه را به همراه ذهنیت‌های مقابله‌ای و عوامل استرس‌زای فعلی فعال‌کننده آن را، درک کنیم و مفهوم‌سازی عمیقی داشته باشیم. پس از آن به دنبال راهبردهای درمانی مناسب برای شکستن چرخه آسیب هستیم.

کتاب حاضر بینش گسترده‌ای در مورد طیف وسیعی از رویکردهایی که در الگوی طرحواره‌درمانی قابل اجرا هستند، فراهم می‌کند که هم در قالب درمان فردی برای کودکان، نوجوانان و والدین و هم در قالب درمان گروهی قابل اجرا است. این‌ها را می‌توان بر اساس مفهوم‌سازی موردی و تکالیف درمانی که اهمیت بسیاری دارند، انتخاب یا ترکیب کرد. این کتاب نمونه‌های متنوعی از انواع مداخله‌ها، روش‌های شناختی یا رفتاری، روش‌های تجربه‌ای متمرکز بر هیجان که از تصویرسازی و کار با صندلی استفاده می‌کنند، بازی‌ها، داستان‌ها، روش‌های مختلف بیانی و کار کردن در مورد رابطه درمانگر و خانواده را معرفی می‌کند. ما متوجه می‌شویم که هر یک از این موارد چگونه بر اساس نحوه‌ی مفهوم‌سازی درمانگر از مراجع، انتخاب می‌شوند. چندین فصل از کتاب، فرایند سنجش کامل را که مبتنی بر مفهوم‌سازی موردی است، توصیف می‌کنند. که به‌طور معمول نه تنها کودک یا نوجوان، بلکه اعضای مهم خانواده را نیز شامل می‌شود. طرحواره‌درمانگران علاوه بر مصاحبه‌های بالینی، به احتمال بسیار از ابزارهای سستی مثل ژنوگرام چندنسلی^۳ با روش‌های

1. eclectic

2. multiplicity

3. multigenerational genogram

تخصصی شناسایی طرح‌واره‌ها و ذهنیت‌ها و میزان پاسخ‌گویی و عدم پاسخ‌گویی والدین به نیازهای فرزندشان، استفاده خواهند کرد. این‌ها ممکن است برای کودک یا نوجوانی که مشکلات مهم آن‌ها دلیل اصلی مراجعه اولیه است، به کار برود؛ اما اطلاعات مشابه در مورد والدین نیز می‌تواند در دستیابی به درک و فهمی جامع، مفید باشد. بنده از انتشار این کتاب برای افراد انگلیسی‌زبان به گرمی استقبال می‌کنم. این کتاب مجموعه‌ای جذاب و الهام‌بخش از بینش‌هایی را معرفی می‌کند که با ارائه مثال‌های بالینی و کاربردی در مورد روش سنجش، مفهوم‌سازی موردی و اجرای مداخله‌ها برای طیف گسترده‌ای از مشکلات بالینی و در تمامی رده‌های سنی از نوزادی تا نوجوانی منبعی غنی به شمار می‌رود.

Norcross, J. C., & Goldfried, M. R. (Eds.). (2019). *Handbook of Psychotherapy Integration* (3rd ed.). New York: Oxford University Press.

دکتر دیوید ادواردز

رئیس انجمن بین‌المللی طرحواره،
همکار مؤسس در مؤسسه درمان‌های شناختی و رفتاری،
استاد دانشگاه رودز و استاد افتخاری دانشگاه کیپ‌تاون

مقدمه نویسندگان

این کتاب برای ما خشنود، در عین حال چالش برانگیز است. ما برای نخستین بار مفاهیم طرحواره‌درمانی را که توسط جفری یانگ مطرح شد و با فرمول‌بندی آرنولد آرنتز توسعه داده شد، به صورت کامل به حوزه روان‌درمانی کودک و نوجوان وارد کردیم.

این کتاب توسط متخصصان بالینی برای همکاران خود نوشته شده است. همچنین ما می‌خواهیم در مورد این واقعیت که مفاهیم و ایده‌ها هنوز در حال گسترش هستند، شفاف باشیم. ما پیوسته در حال انطباق ایده‌ها و فنون متنوع هستیم و کتابمان را به‌عنوان اثری در حال رشد و پیشرفت ارائه می‌کنیم. در عین حال، ما از خوانندگان این کتاب درخواست می‌کنیم تا هم با ارائه بازخوردها و انتقادهای سازنده بر اساس تجارب عملی و هم با انجام پژوهش (برای مثال پژوهش‌های موردی کنترل‌شده، پژوهش‌های گروهی، پژوهش‌های کنترل‌شده تصادفی و مانند این‌ها) به پیشرفت طرحواره‌درمانی در کار با کودکان و نوجوانان و رشد این رویکرد درمانی، کمک کنند.

پیش از اینکه تشکر ویژه خود را از تمامی حامیانمان اعلام کنیم، دوست داریم در مورد این موضوع توضیح دهیم که چرا ما تصمیم به نگارش کتاب طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان گرفتیم. گرهارد زاربوک، متخصص باتجربه در زمینه طرحواره‌درمانی و سرپرست یک مؤسسه آموزشی برای رفتاردرمانی کودکان و نوجوانان در هامبورگ است که ایده کتابی در مورد طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان داشت. در بررسی اولیه ایده‌های کتاب، پیچیدگی انجام این کار سریعاً مشخص شد. سپس گرهارد دریافت که به همکاری با نویسندگان مشترک که تجربه مشخص و طولانی مدت در طرحواره‌درمانی کودکان دارند، نیاز است. او با پترا باومن-فرانکن‌برگر، مدیر گروه نظارت بر طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان در شهر کلن، تماس گرفت. کریستوفر لوز، یک همکار باتجربه از این گروه که وبسایت شخصی را در زمینه طرحواره‌درمانی برای کودکان دارد. نیز برای نوشتن این

کتاب، علاقه و اشتیاق نشان داد. پیتر گراف از هامبورگ نیز مشتاق همکاری بود. او به مدت چندین سال سمینارها و کارگاه‌های آموزشی را به همراه هاینریش بربالک در زمینه رفتاردرمانی مبتنی بر طرحواره و ذهنیت برای کودکان، نوجوانان و والدین در کشور آلمان برگزار کرده است. در نهایت سه فرد بسیار سخت‌کوش و بلندپرواز گرد هم آمدند که همکاری خلاقانه آن‌ها با یکدیگر در این کتاب آشکار است. ساختار کتاب که در ادامه معرفی خواهد شد نشانگر زمینه‌های حرفه‌ای و تجربه نویسندگان و زمانی است که صرف تدوین این کتاب شده است.

ساختار کتاب

شما با دنبال کردن پیش‌گفتار کتاب می‌توانید در فصل‌های اول تا سوم مقدمه‌ای کلی را درباره طرحواره‌درمانی کودکان و نوجوانان بخوانید. این فصل‌ها به نظریه‌های اصلی، الگوهای تحولی و آسیب‌شناسی روانی پرداخته‌اند. در آن‌ها الگوی طرحواره‌درمانی توضیح داده می‌شود، مفهوم ذهنیت‌ها بیان می‌شود و بر موضوعات مرتبط با سن تمرکز می‌شود و بینش‌های اولیه‌ای را در مورد طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان (مفهوم‌سازی موردی، مراحل و چگونگی اجرای درمان و ویژگی‌های آن) فراهم می‌کند. شما خواندن کتاب را با این فصل‌ها شروع کنید؛ زیرا بقیه کتاب بر مبنای آن بنا شده است. در طول کتاب، صرف‌نظر از نمونه‌های موردی و مثال‌های بجا، برای سادگی و روانی متن از ضمیر مذکر استفاده شده است.

فصل‌های چهارم تا هشتم بر موضوعات مرتبط با سن متمرکز است. فصل چهارم در مورد طرحواره‌درمانی برای نوزادان و کودکان خردسال بحث می‌کند. در این زمینه استفاده از طرحواره‌درمانی خلاقانه و نوآورانه پیشنهاد می‌شود که با روان‌شناسی رشد و ملاحظات درمانی مشخص، شروع می‌شود.

فصل‌های پنجم تا هفتم به ترتیب به سنین پیش‌دبستانی، دبستان و نوجوانی می‌پردازد. این فصل‌ها بر اجرای طرحواره‌درمانی برای یک گروه سنی تمرکز دارند و دیدگاه‌ها، ایده‌ها و روش‌های جدیدی را ارائه می‌دهند. فصل هشتم (طرحواره‌درمانی برای اواخر نوجوانی و اوایل جوانی) بینش‌های کاربردی و عمیق‌تری در مورد فنون کار کردن در این مرحله انتقالی را ارائه می‌دهد.

فصل‌های نهم و دهم حمایت‌های ارزشمندی را در تنظیم طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان و شروع درمان فراهم می‌کند. در فصل دهم پنج مؤلفه کلیدی در طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان با جزئیات، شرح داده شده است. فصل‌های یازدهم تا چهاردهم بر

چگونگی اجرای این مؤلفه‌ها با استفاده از وسایل خلاق و متناسب با کودک شامل عروسک‌های انگشتی، نقاشی‌ها، کار با صندلی و تصویرسازی، تمرکز دارد.

فصل‌های پانزدهم تا هفدهم از اهمیت ویژه‌ای برخوردار هستند؛ زیرا طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان بر اساس کار با والدین پایه‌گذاری شده است (که در فصل‌های دیگر به‌طور مختصر به این مسئله پرداخته شده است). همچنین، فصل پانزدهم بر نقاط قوت طرحواره‌درمانی برای کودکان و نوجوانان در مقایسه با سایر درمان‌ها، تأکید می‌کند و توضیح می‌دهد که چگونه می‌توان تکنیک‌ها و رویکردهای طرحواره‌درمانی را با رویکردهای سیستماتیک ترکیب کرد.

ویرایش آلمانی این کتاب شامل فصل‌هایی درباره تدوین دیدگاه‌های متخصصان با استفاده از رویکردهای طرحواره‌درمانی و مروری بر تحول و گسترش طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان است. باین‌حال، ما در به‌روزرسانی این کتاب، این فصل را با فصل کار گروهی با کودکان و نوجوانان بر مبنای طرحواره‌درمانی گروهی موفق با بزرگسالان، جایگزین کردیم. فصل هجدهم در مورد جنبه‌های کاربردی در اجرای طرحواره‌درمانی گروهی برای کودکان و نوجوانان، مراحل طرحواره‌درمانی گروهی و مداخله‌های مبتنی بر گروه براساس تجربه ارزشمند ماریا گالیمزبانووا و النا رومانووا، استوار است.