

هنر درمانگری

مصایب و چالش‌های درمانگر بودن

۱۱	پیش‌گفتار
۱۵	چگونه‌طور درمانگر شدید؟
۲۰	مراجعه‌مان: آمیوگاریتین‌ها
۲۵	کم دانستن سبب‌های (یا) علل و عوامل که باعث شده‌اند شما به اینجا برسید
۲۹	دلالت
۳۳	همچون درمانگری، شما هم می‌توانید در این زمینه موفق باشید
۳۵	هر درمانگر منظمی به هر حال نباید از این اصول و قواعد بگذرد
۳۸	درمان بد یا درمانگر بد؟ (سوالی که همیشه در ذهن ما می‌ماند)
۴۵	حفظ فاصله‌ی خود
۷۰	زندگی توأم با غم و اندوه
۷۲	یاری رساندن به هم‌دلی
۷۷	گاهی به جای دفاع، گوش کنید
۸۰	بازاری از مراجعین تصمیم به اصلاح شدن ندارند
۸۲	www.nasrghatrb.com
۸۸	درمانگری یک مهارت است
۹۱	الگو (مدل) درمانگری
۹۶	استفاده از قدرت یک مدل
۹۹	درمانگر ایده‌آل

۲۰۱ تساهل و بهانه نداشتن در مواجهه به

۷۰۱ نالیدن و زنجیر به در راه تشخیص

۲۰۲ تقدیر به پدری که مرا به شکر و شکران آید از آنکه

۲۰۲ تقدیر به مادری که مرا حسرت و شکر آید از آنکه

۲۰۲ تقدیر به مادری که مرا به شکر آید از آنکه

۲۰۲ تقدیر به مادری که مرا به شکر آید از آنکه

۲۰۲ تقدیر به مادری که مرا به شکر آید از آنکه

فهرست

۱۱ پیش گفتار

۱۵ چه طور درمانگر شدید؟

۲۰ مراجعان ما: آموزگاران پنهان!

۲۵ کم دانستن شما، ما را جادوگر می کند

۲۹ دلچک

۳۳ معجون درمانگری

۳۵ هر درمانگر منحصر به فرد است

۳۸ درمان بد یا درمانگر بد؟

۴۵ حفظ فاصله‌ی خود با شکست

۷۰ زندگی توأم با بیهودگی

۷۴ یاری رساندن به همهی مراجعان در ورای توان ماست

۷۷ گاهی به جای دفاع کردن، حمله کنید

۸۰ پاره‌ای از مراجعین تصمیم به اصلاح شدن ندارند

۸۴ درمانگری مسیری است که بازگشت ندارد

۸۸ درمانگری یک مهارت است

۹۱ الگو (مدل) درمانجوی تان باشید

۹۶ استفاده از قدرت یک مدل

۹۹ درمانگر ایده‌آل

هر مراجع یک انسان منحصر به فرد است	۱۰۳
رخصت دادن به مراجعین درون‌مان	۱۰۷
درمانگران تاجران افسانه‌ها هستند	۱۱۰
چیزهایی که می‌آموزیم	۱۱۴
درمانگران، متخصصان روابط	۱۲۰
دروغ‌هایی که به خود و به دیگران می‌گوییم	۱۲۴
سردرگمی نقش	۱۲۹
بازی‌هایی که یک درمانگر انجام می‌دهد!	۱۳۳
مهارت‌های فردی یک روان‌شناس	۱۴۵
اهداف ما یا اهداف مراجع	۱۵۳
درمانگران به عنوان الگوهای حرفه‌ای	۱۵۶
خلاقیت و درمانگری	۱۶۰
تابوها و ممنوعه‌ها در زندگی یک درمانگر	۱۶۳
منابعی فقط برای مطالعه‌ی بیش‌تر	۱۷۸
.....	۱۸۲
.....	۱۸۷
.....	۱۹۷
.....	۲۰۸
.....	۲۱۸
.....	۲۲۸
.....	۲۳۸
.....	۲۴۸
.....	۲۵۸
.....	۲۶۸
.....	۲۷۸
.....	۲۸۸
.....	۲۹۸
.....	۳۰۸

تقدیم به پدری که مرا شوق آموختن داد.
تقدیم به مادری که مرا صبر و شکیبایی داد.

و

تقدیم به سرزمینی که ما را، همه‌ی ما را،
هم پدر است و هم مادر؛
و به ما شکیبایی آموختن، در مسیر شکوفایی داد.

ارتباط درد و هنر در درمانگری شبیه به رنج و گنج است، بی‌رنج به گنج نخواهی رسید (اگرچه استثنا هم وجود دارد). در این کتاب تلاش شده تا از نغمه‌ها و قصه‌های ناگفته و ناشنیده‌ای سخن بگوییم که از دید بسیاری از مان‌پنهان مانده است! یا مجال فکر کردن به آن را نداشته‌ایم، و یا مجال بوده و در خلوت به آن اندیشیده‌ایم، و یا حتی آن را با همکاران در میان گذاشته و یا قلمی برداشته و چند خطی در مورد آن نوشته‌ایم. بنابراین اگرچه آن‌ها را با دوستان و همکاران مان در میان گذاشته باشیم اما در نهایت مانند بسیاری واقعیت‌های دیگر، رازها و دردهای درمانگری مان در پشت درهای بسته بازگو می‌شوند و در میان سینه‌مان دفن می‌گردد! این دفن شده‌ها، دردهای مشترکی هستند که جان درمانگر را می‌سوزاند اما سرخی حاصل شده در چهره‌ی مان به اشتباه تعبیر می‌شود. دردهایی که اغلب حاصل یک ناهمخوانی نسبتاً بزرگ است، ناهمخوانی تصورات بیرونی مردم از این حرفه و واقعیت‌های درونی آن، ناهمخوانی بین نیاز واقعی جامعه به این حرفه و عدم حمایت از سوی مسئولان، نیاز به غنی‌سازی اطلاعات حرفه‌ای در این رشته و سنت‌گرایی بسیاری از درمانگران و...

ما بر خلاف بسیاری از درمانگران از سخن راندن در زمینه‌هایی که از آن کم‌تر سخن گفته می‌شود هراسی نداریم و علاوه بر این به هوشمندی مراجعان مان نیز باور داریم. و معتقدیم دانستن، اغلب راهگشا است به همین دلیل خواندن این کتاب را نه فقط برای درمانگران بلکه به مراجعان نیز توصیه می‌کنیم. با امید که حتی اگر یک جمله از این کتاب بتواند تنها یک ارتباط حرفه‌ای را معنا کرده و خواننده‌ی آن را از آسیب مصمون دارد و یا در بهتر شدن رابطه یاری‌رسان وی گردد، این تلاش در نزدیک شدن به رسالت خود

موفق بوده است.

در صورتی که علاقه‌مند باشید تا پاسخ چالش‌هایی که مانند یک تمرین در برخی بخش‌ها ارائه شده را با نویسندگان در میان بگذارید، می‌توانید با آدرس‌های زیر با ما در ارتباط باشید. بی‌شک علاقه‌مندی شما ما را سخت‌کوش‌تر خواهد کرد.

hamidatashpour@gmail.com

nasrin.salahshouri@gmail.com

در نهایت از مسئول فرهیخته‌ی انتشارات قطره جناب آقای فیاضی و همکاران محترم ایشان که با سعه‌صدر و خوش‌رویی قابل تحسینی با مؤلفین همکاری نموده‌اند کمال تشکر را داریم.

زمستان ۹۲

دکتر سید حمید آتش‌پور

نسرین سلحشوری