

به نام او  
که هستی همه از اوست

# درمان‌های عجیب

فنون روان‌پزشکی میلتون اریکسون

جی هلی

مترجم

مهرداد فیروزبخت



موسسه خدمات فرهنگی رسا

## فهرست

۵	سخن مترجم
۷	مقدمه
۱۹	فصل ۱ درمان راهبردی
۵۷	فصل ۲ چرخه زندگی خانوادگی
۹۳	فصل ۳ دوران عاشقی تغییر کردن جوانان
۱۵۷	فصل ۴ اصلاح شخصیت حوا
۱۷۷	فصل ۵ اردواح و پیامدهایش
۲۰۷	فصل ۶ بچه دار شدن و کنار آمدن با بچه ها
۲۲۳	فصل ۷ اردواح و دوراهی های خانوادگی
۲۴۷	فصل ۸ ار شیرگیری والدین
۲۷۹	فصل ۹ ریح دوران پیری

## مقدمه

در مؤخره ویراست اول این کتاب نوشته بودم

میلتون اریکسون به آخرین فصل [زندگی] خودش نزدیک می‌شود کاملاً مریض و اسیر صدلی چرحدار است فقط گاهی بیمار می‌یابد رویکردش به مشکلات اسان در سال‌های آخر عمرش سادگی و کارایی خاصی دارد که اسان را به یاد آخرین کارهای هرمدان بزرگ می‌اندازد پیکاسو در نقاشی‌های آخرش به سادگی بیشتری رسیده بود بورگس شیوه استدایسی تری را برای داستان‌سرایی برگزیده بود و اریکسون به اوج صرفه‌جویی در سبک درمانی خود رسیده است شاید چون ضعف جسمی روزافزوش را که شیه تراشه‌های سنگ الماس است حیران می‌کند او حلی سریع به بنیان‌های وضعیت اسان می‌رسد مداخلات در مانسحش وی ساده و دقیق هستند و هیچ عمل بهبوده‌ای انجام نمی‌دهد او در کهنسالی حردمندتر شده است درست وقتی که قدرت شخصی خود را برای تاثیرگذاری ار دست داده است، بکته‌ای که یکی از رویدادهای شگفت زندگی است

پس از مرگ اریکسون در سال ۱۹۸۰، رویکرد راهردی وی شهرت بیشتری پیدا کرد و در همه‌جا تحت مطالعه قرار گرفت و آموزش داده شد و خودش از شخصیتی ححالی در درمان به یک شخصیت قابل تحسین

جهانی تبدیل شد هم‌اکنون ظاهراً هر ماه کتابی در باره او منتشر می‌شود و آدم‌های زیادی کارگاه‌های درمانی به‌روشن‌اریکسون برگزار می‌کنند او حکم رهبر یک کیش را پیدا کرده است که هزاران نفر از پیروانش به افتخارش ششست برگزار می‌کنند

حوشحالم که کار طاقت‌فرسای اریکسون و انداع‌روشن‌های‌حدید تأثیرگذاری بر مردم از سوی اریکسون نتیجه داده است ولی خودش از این که کیش و مسلکی را رهبری کند چندان حوشحال بود چون مرد عمل بود با این حال دوست داشت هاله‌ای از رمر و رار در اطراف‌روشن‌کاریش ایجاد کند رمانی می‌خواست نام این کتاب را «حادوگری و درک متعارف» بگذارم چون هر دو بخشی از زندگی او بودند

پیوستن من در ژانویه ۱۹۵۳ به گرگوری بیتسون که روی طرح تحقیقاتی مطالعه ارتباط کار می‌کرد فرصت معتمی بود در آن زمان جان ویکلند هم به ما پیوست و بیتسون به ما اختیار تام داد تا راجع به هر چیزی که به‌حوی با تناقص‌های موحود در فرایند ارتباط مربوط است تحقیق کنیم اولین سالی بود که میلتون اچ اریکسون یکی از سمینارهای هفتگی هیپوتیرم خود را در منطقه ما اجرا می‌کرد من گفتم می‌خواهم در این جلسه شرکت کنم و بیتسون ترتیب حضورم را داد بیتسون، اریکسون را می‌شناخت چون همراه با مارگارت مید در باره فیلم‌هایی که از جلسه‌های ساکنان حریره نالی اندویری گرفته بودند با او مشورت کرده بود

پس از آن سمینار بود که روی حبه‌های ارتباطی رابطه هیپوتیرمی تحقیق کردم جان ویکلند هم به من پیوست و ملاقات‌های مطم خود را با اریکسون در فویکس که وی در آنجا طبابت خصوصی می‌کرد شروع

# فصل ۱

## درمان راهبردی

درمانی راهبردی محسوب می‌شود که در آن متخصص بالینی تعیین کند چه اتفاقی در درمان بیفتد و درمورد هر مشکلی رویکرد خاصی اتخاذ کند. وقتی درمانگر و شحص مشکل دار با هم مواجه می‌شوند معمولاً هر دو با هم تعیین می‌کنند که چه کشتی روی بدهد، در حالی که در درمان راهبردی، ابتکار عمل در دست درمانگر است. درمانگر باید مشکلات قابل حل را شناسایی کند، اهداف را مشخص کند، مداخلات لازم برای تحقق این هدف‌ها را طراحی نماید و از پاسخ‌های دریافت شده برای اصلاح رویکردش استفاده کند و بالاخره ببیند آیا درمانش ثمربخش بوده است یا خیر. درمانگر باید نسبت به بیمار و محیط اجتماعی او بسیار حساس و پاسخگو باشد و در عین حال خودش تعیین کند که چه مسیری طی شود.

متخصصان بالینی در نیمه اول قرن بیستم طوری آموزش می‌دیدند که آنچه را قرار است در درمان اتفاق بیفتد طراحی نکند و ابتکار عمل را در دست نگیرند بلکه منتظر بمانند تا بیمار چیزی بگوید یا کاری کند سپس وارد عمل شوند. در آن دوران تحت تأثیر روانکاوی، درمان راحرری و

به‌طور کلی درمان روان‌پویشی، این ایده روح یافته بود که شخصی که نمی‌داند چه کار نکند و دنبال کمک می‌گردد ناید تعیین کند که در جلسه درمان چه اتفاقی بیفتد از متخصص انتظار می‌رفت مفعولانه یک‌حاشته‌بید و گفتار و اعمال بیماران را تفسیر کند یا در مورد گفتار و اعمال بیماران به آنان بازخورد بدهد. همچنین در مورد تمام کسانی که به او مراجعه می‌کنند حال نا هر مشکلی، از یک رویکرد پیروی کند در آن زمان متمرکز شدن روی یک مشکل، تعیین اهداف، مداخله عمدی در زندگی شخص یا بررسی نتایج درمان حکم «فرینکاری» را داشت این رویکرد افعالی باعث شد حرفه نالیسی، بسیاری از راهبردهای درمانی مؤثری را که قبل از قرن بیستم انداع شده بودند از دست بدهد.

درمان راهبردی، رویکرد یا نظریه خاصی نیست بلکه نامی برای مجموعه درمان‌هایی است که در آنها درمانگر مسئولیت تأثیرگذاری مستقیم بر مردم را برعهده می‌گیرد در اواسط قرن بیستم یعنی در دهه ۱۹۵۰، رویکردهای راهبردی محتلمی وارد صحنه شدند انواع خانواده‌درمانی‌ها و درمان‌هایی که نا شرطی ساری سر و کار داشتند بر این فرصت مبتنی بودند که درمانگر ناید اقدامات را طراحی کند تا مدتی در این مورد که آیا درست است درمانگر ابتکار عمل را در دست بگیرد و تغییر ایجاد کند یا نه؟ اختلاف نظر وجود داشت در حالی که اکنون طاهراً درمان مؤثر ناید تابع چنین رویکردی باشد و اختلاف نظرنا بیشتر در مورد نحوه احام این کار است.

اگرچه درمان از حالت مفعولانه به حالت فعالانه تغییر جهت داده است ولی روش‌های درمانگرانی که از هیپوتیرم استفاده می‌کنند همیشه پیوند خود را نا گذشته حفظ کرده است ماهیت هیپوتیرم حکم می‌کند

که هیپوتیرم‌کننده حریران اتفاقات را تعیین کند البته تاکنون تأثیر هیپوتیرم بر تمامی درمان‌ها به‌طور کامل شاحتنه نشده است ولی می‌توانیم بگوئیم که اکثر رویکردهای درماسحش ریشه در این هر دارند درمان‌هایی که تحت عناوین مختلف نا شرطی ساری سر و کار دارند گرچه از کارهای ثوربدایک و اسکیر نشأت گرفته‌اند ولی معروضات اصلی آنها حاصل کارهای پاولف است که عرق در نظریه‌های هیپوتیرم بود رفتاردرمانی در قالب بارداری تقابلی بیر که اولین نار توسط حورف ولپ مطرح شد، تا حدودی حاصل تحارب وی به‌عنوان یک هیپوتیرم‌کننده بود روان‌درمانی روان‌پویشی بیر خصوصاً صورت روانکاوانه‌اش در دوران پرشکوه آزمایش‌های هیپوتیرمی اواحر قرن نوردهم ظهور پیدا کرد ریشه روش فروید به هیپوتیرم برمی‌گردد اگرچه او رویکرد غیرمستقیم‌تر را به القای مستقیم حلسه ترحیح می‌داد ولی کارهایش از دل‌گرایش هیپوتیرمی او برآمدند اما یک استثنا در این رمیه خانواده‌درمانی‌ها است هر چند خانواده‌درمانگرهایی که می‌خواهند اعصای خانواده را تغییر دهند حیلی از هیپوتیرم الهام گرفته‌اند و خانواده‌درمانگرهایی که روی توالی یا فرایند رفتار بین دو یا چند نفر از اعصای خانواده متمرکز هستند طاهراً کمتر تحت تأثیر هیپوتیرم می‌باشد اما میتون اچ اریکسون در بین این گروه یک استثناست او رفتار میان‌فردی آدم‌ها را نا رویکردی که حاصل مستقیم هیپوتیرم‌گرایی وی می‌باشد تغییر می‌دهد.

اریکسون استاد رویکرد راهبردی است او سالیان متمادی به‌عنوان یک پرشک سرشاس متخصص هیپوتیرم مطرح بود و عمرش را وقف آزمایش و استفاده از هیپوتیرم در درمان کرد ولی نکته‌ای که کمتر