

اروین د. یالوم

# موهبت درمان

مترجم: کیومرث پارسای



۴۵

## فهرست مطالب

|    |       |  |    |
|----|-------|--|----|
| ۷  | ..... | دبباچه   | ۷  |
| ۱۷ | ..... | برطرف ساختن موانع، برای رشد                          | ۱  |
| ۲۰ | ..... | اجتناب از تشخیص زودهنگام جز در مورد شرکتهای بیمه     | ۲  |
| ۲۳ | ..... | درمانگر و بیمار به عنوان همسفر                       | ۳  |
| ۲۸ | ..... | درگیر و همراه کردن بیمار                             | ۴  |
| ۳۰ | ..... | حامی بودن  | ۵  |
| ۳۴ | ..... | همدلی: از پنجره بیمار به بیرون نگرستن                | ۶  |
| ۳۹ | ..... | آموزش دادن همدلی                                     | ۷  |
| ۴۲ | ..... | اهمیت دادن به بیمار                                  | ۸  |
| ۴۶ | ..... | اذعان به اشتباهات                                    | ۹  |
| ۴۹ | ..... | ابداع روش درمانی تازه برای هر بیمار                  | ۱۰ |
| ۵۴ | ..... | درمان با رفتار، نه با گفتار                          | ۱۱ |
| ۵۷ | ..... | درگیری در درمان شخصی                                 | ۱۲ |
| ۶۱ | ..... | هر درمانگر، تعداد زیادی بیمار - هر بیمار، یک درمانگر | ۱۳ |
| ۶۳ | ..... | استفاده پیوسته از اینجا و اکنون                      | ۱۴ |
| ۶۴ | ..... | دلایل استفاده پیوسته از اینجا و اکنون                | ۱۵ |
| ۶۶ | ..... | استفاده از اینجا و اکنون با گوشهای تیز               | ۱۶ |



## دیباچه

«هوا تاریک است. به مطب شما آمده‌ام، ولی نمی‌توانم شما را پیدا کنم. مطب خالی است. همه‌جا را می‌گردم، ولی تنها کلاه پانامایی شما را می‌بینم که پر از تار عنکبوت، بر جالباسی آویخته است.»

خوابهای بیماران، عوض شده است. تار عنکبوت، کلاه مرا پوشاند؛ مطبم تاریک و متروک است. نمی‌توانند مرا پیدا کنند. بیمارانم نگران سلامتی من هستند. آیا برای درمان بلندمدت زنده می‌مانم؟ هرگاه برای گذراندن تعطیلات به جایی می‌روم، می‌ترسند مبادا دیگر بازنگردم. حضور در مراسم خاکسپاری یا بر سر مزار مرا در ذهن مجسم می‌کنند. اجازه نمی‌دهند رسیدن به دوران سالخوردگی را به فراموشی بسپارم. البته آنها کاری جز انجام وظیفه نمی‌کنند. مگر خودم از آنها نخواسته‌ام همه احساسات، تفکرات و خوابهایشان را برایم بازگو کنند؟ حتی بیماران تازه نیز با بیماران قدیمی همدست می‌شوند و با این عبارت، با من احوال‌پرسی می‌کنند: «هنوز بیمار جدید می‌پذیرید؟»

یکی از شیوه‌های مهم ما برای انکار مرگ، این است که خود را استثنایی می‌دانیم، متقاعد می‌شویم که ضرورت‌های زیستی به سراغ ما نمی‌آید، و زندگی هرگز با خشونت‌هایی که با سایرین برخورد کرده است، با ما برخورد نمی‌کند. چندین سال پیش، به دلیل ضعف بینایی، به پزشک متخصص