
دستنامه قصه درمانی

قصه‌ها و استعاره‌ها در روان درمانی

نویسنده: استفان هامل

مترجمان:

دکتر محسن لعلی

(عضو هیأت علمی)

سمیه نجارخدابخش

ناهید رمضانی

سرشناسه	خامل، استفان
عنوان و نام پدیدآور	Hammel, Stefan
مشخصات نشر	دستنامه قصه‌درمانی (قصه‌ها و استعاره‌ها در روان‌درمانی) / نویسنده استفان هامل؛ مترجمان محسن لعلی، سمیه نجار خدابخش، ناهید رمضانی.
مشخصات ظاهری	اصفهان: جهاد دانشگاهی، واحد اصفهان، ۱۴۰۰.
شابک	۴۲۸ ص: مصور.
وضعیت فهرست نویسی	978-600-318-400-8
یادداشت	فیا
موضوع	Handbook of therapeutic storytelling : stories and metaphors in psychotherapy, child and family therapy, medical treatment, coaching and supervision , 2019.
موضوع	قصه‌درمانی -- دستنامه‌ها
موضوع	Narrative therapy -- Handbooks, manuals, etc.
موضوع	قصه‌گویی -- جنبه‌های روانشناسی -- دستنامه‌ها
موضوع	Storytelling -- Psychological aspects -- Handbooks, manuals, etc.
موضوع	استعاره -- معارف درمانی -- دستنامه‌ها
موضوع	Metaphor -- Therapeutic use -- Handbooks, manuals, etc.
موضوع	روان‌درمانگر و بیمار -- دستنامه‌ها
موضوع	Psychotherapist and patient -- Handbooks, manuals, etc.
موضوع	استعاره
موضوع	Metaphor
شماره افزود	لعلی، محسن، ۱۳۵۰ - مترجم
شماره افزود	نجار خدابخش، سمیه، ۱۳۶۱ - مترجم
شماره افزود	رمضانی، ناهید، ۱۳۳۸ - مترجم
شماره افزود	جهاد دانشگاهی، واحد اصفهان
شماره افزود	Jahad Branch, Jahad Daneshgahi
رده بندی کنگره	RC۲۸۹
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۱۹۶۵
شماره کتابشناسی ملی	۷۵۷۲۵۰
وضعیت رکورد	ف

انتشارات جهاد دانشگاهی، واحد اصفهان
اصفهان- میدان آزادی- جنب درب شمالی دانشگاه اصفهان
تلفن: ۰۳۱-۳۶۶۸۰۰۶۲ www.jahad-bookshop.ir



- نام کتاب: دستنامه قصه‌درمانی (قصه‌ها و استعاره‌ها در روان‌درمانی)
- مترجمان: دکتر محسن لعلی، سمیه نجار خدابخش، ناهید رمضانی
- نوبت چاپ: اول
- تاریخ نشر: ۱۴۰۰
- تیراژ: ۱۰۰ نسخه
- ناظر فنی: علیرضا جنت
- مدیر تولید: اسماعیل بهارلویی
- قیمت: ۱۲۰۰۰۰ تومان

مراکز پخش:

اصفهان:	(۱) انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان	۰۳۱-۳۶۶۸۰۰۶۲
	(۲) علم گستر سپاهان	۰۳۱-۳۲۲۱۹۹۹۷
تهران:	(۱) انتشارات جهاد دانشگاهی (دفتر مرکزی)	۰۲۱-۶۶۲۸۷۶۲۶
	(۲) کتابیران:	۰۲۱-۶۶۵۶۶۵۰۹-۱۸
	(۳) دانشیران:	۰۲۱-۶۶۴۰۰۷۲۲۰

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و هنرمندان مصوب ۱۳۳۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر، پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

کتاب راهنمای قصه‌درمانی، متخصصان سلامت روان را قادر می‌سازد تا با استفاده از قصه‌گویی، تصاویر و استعاره‌ها به‌عنوان طب مکمل، به بیمارانشان کمک کنند. برقراری ارتباط در جهان‌های موازی با استفاده از استعاره‌ها و راه‌حل‌های ساده، می‌تواند سبب زایش دیدگاه‌های مثبت شود که می‌توان آنها را پرورش داد و ارتقا بخشید تا از تأثیری ژرف و پایدار برخوردار شوند.

کتاب حاضر، پس از پیش‌درامدی که درباره استفاده از قصه‌ها آمده، به دو بخش تقسیم شده که هردو دربردارنده فصل‌های متنوعی هستند: بخش نخست شامل قصه‌هایی با کاربردهای درمانی خاص، برای بیمارانی با نشانه‌های مشخص است و بخش دوم نیز به شرح و بررسی شیوه‌ها اختصاص یافته، دربردارنده طیف گسترده‌ای از ابزارها، مانند القائنات خلسه، نکات مربوط به تطبیق‌دهی، چارچوب دهی دوباره، استفاده از استعاره‌ها و تکنیک‌های مداخله‌ای، نحوه ساختاردهی به قصه‌ها و شیوه آفرینش و خلق قصه‌های خودتان است. افزون بر این، کتاب برای کمک به شما برای یافتن قصه یا ابزار مورد نیازتان، دارای بخش ارجاع مفصلی با کلیدواژه‌های مرجع است.

بنابراین، کتاب راهنمای قصه‌درمانی، با راهنمایی‌های سودمندش درباره چگونگی استفاده از قصه‌ها برای افزایش تغییرات مثبت در افراد، گروه‌ها یا سازمان‌ها، منبعی کاملاً ضروری برای روان‌درمانگران و سایر متخصصان سلامت روان و مددکاری اجتماعی و نیز مربیان، ناظران و مدیران است.

استفان هامل، درمانگر کودک و خانواده، هیپنوتراپیست و درمانگر در یکی از بیمارستان‌های روانپزشکی و یک بیمارستان عمومی در کایزرسلاترن آلمان است. او به مطالعه

الهیات در آبردین (اسکاتلند)، لایپزیگ و هایدلبرگ (آلمان) پرداخته و آموزش‌های مربوط به درمان سیستمی و هیپنوتراپی کودک را دریافت کرده است. وی همچنین، عضو انجمن میلتن اریکسون آلمان برای هیپنوتیزم بالینی بوده و در سمینارهایی در انگلستان، فرانسه، آمریکا، آفریقای جنوبی و سایر کشورها به ارائه مقاله پرداخته است (برای دریافت اطلاعات بیشتر درباره نویسنده و نیز استفاده از وبلاگ قصه‌های درمانی، به زبان‌های انگلیسی، فرانسه و اسپانیایی، به پایگاه زیر رجوع کنید: www.stefanhammel.com).

www.ketab.ir

فهرست مطالب

۱۳	پیش‌درآمد
۱۵	مقدمه
۱۷	فصل اول: توان بالقوه قصه‌ها
۱۷	رویکرد
۱۹	روند
۲۵	خلسه، رابطه دوستانه و تفکین‌ها
۳۳	ساختار در برابر محتوا
۳۴	اصول درمانی
۳۸	موضع فلسفی
۴۲	دستورالعمل‌های مربوط به استفاده
۴۵	بخش اول: قصه‌ها
۴۵	فصل دوم: ارتقای درک
۵۴	برداشت و سوءبرداشت
۵۹	فصل سوم: ارتقای سلامتی
۵۹	قلب، گردش خون، خونریزی و جریان خون
۶۷	عفونت‌ها، آلرژی‌ها و بیماری‌های خودایمنی
۸۶	تنش عضلانی و آرام‌سازی
۹۰	حس و حال‌های بدنی و ادراک از درد
۱۰۳	حس بینایی
۱۰۵	حس شنوایی
۱۰۹	حس تعادل
۱۱۱	گفتار
۱۱۶	حافظه و دسترسی به مهارت‌ها
۱۳۱	دفع
۱۳۶	خواب

مشکلات جنسی ۱۴۶

رفتارهای خوردن و اعتیاد ۱۴۹

فصل چهارم: ارتقای بهزیستی ۱۵۹

جهت‌گیری به سمت منابع و تفکر مثبت ۱۵۹

زندگی به‌مثابه یک منحنی سینوسی ۱۶۲

حمله و دفاع ۱۶۵

قدرت افکار ۱۶۸

اضطراب ۱۸۲

اجبار ۱۹۰

افسردگی ۱۹۶

مانیا ۲۰۴

دنیای رؤیایی، توهم و وهم ۲۰۷

تمایلات خودکشی ۲۱۹

فقدان و خداحافظی ۲۲۳

فصل پنجم: ارتقای روابط موفقیت‌آمیز ۲۳۲

روابط عاشقانه ۲۳۲

خانواده ۲۴۳

فرزندپروری و جدایی از خانه والدین ۲۵۳

در آستانه ۲۶۲

افراد میانسال و سالمند ۲۶۳

فصل ششم: ارتقای رشد ۲۷۲

رشد و بلوغ ۲۷۲

یادگیری ۲۷۹

آرزوها، اراده و دیدگاه ۲۸۴

اقتصاد، نظم، اثربخشی و کیفیت ۲۹۰

غول سطل ۳۰۶

بخش دوم: شیوه‌ها ۳۱۰

فصل هفتم: شناسایی قصه‌های درمانی ۳۱۰

استفاده از شهود درونی ۳۱۰

استفاده از منابع مکتوب ۳۱۲

استفاده از منابع شفاهی ۳۱۳

۳۱۴.....	استفاده از زندگی خود به عنوان یک منبع
۳۱۵.....	استفاده از فیلم‌ها و سایر رسانه‌ها به عنوان منبع
۳۱۷.....	استفاده از سایر منابع ارتباطی
۳۱۹.....	فصل هشتم: خلق قصه‌های درمانی از طریق گفتگو
۳۱۹.....	خلق قصه‌ها از طریق پرسش‌های منظم
۳۲۱.....	تغییر دادن استعاره‌های مشکل به استعاره‌های راه حل
۳۲۹.....	ایجاد قصه‌ها به همراه کودکان
	فصل نهم: اختراع قصه‌های درمانی ۳۳۲
۳۳۲.....	انواع قصه‌های درمانی
۳۳۹.....	اشکال اصلی تلقین
۳۴۷.....	مداخلات قصه‌گویی درمانی اساسی
۳۷۸.....	ساختارهای قصه‌گویی
۳۹۳.....	ژانرها (سبک‌ها)
	فصل دهم: بازگویی قصه‌های درمانی ۴۰۴
۴۰۴.....	پیش از قصه‌گویی
۴۰۵.....	آغاز قصه‌گویی
۴۰۸.....	اعتماد کردن به قدرت قصه‌ها
۴۱۰.....	محتوای ایجادکننده حالت خلسه
۴۱۸.....	مداخله درمانی به‌طور مفصل
۴۲۹.....	به هم پیوند دادن و در هم تنیدن قصه‌ها
۴۳۱.....	پس از قصه‌گویی
۴۳۵.....	فصل یازدهم: تجربه کردن قصه‌های درمانی بدون واژه‌ها
۴۳۵.....	قصه‌های نقاشی شده و مجسمه‌سازی شده
۴۳۹.....	قصه‌های پانتومیم
۴۳۹.....	قصه‌های عینی و زنده
	ضمیمه ۴۴۲
۴۴۲.....	فهرست قصه‌ها