

کتاب پارادوکس + برنامه‌زمانی = درمان (PTC)

دکتر رضا پورحسین

دانشیار روان‌شناسی دانشگاه تهران و مدیرمسئول فصلنامه

کتاب "پارادوکس + برنامه‌زمانی = درمان"^۱ (PTC) اثر محققانه و بدیع آقای دکتر محمدعلی بشارت، استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه تهران، یک مدل روان‌درمانی جدید را برای درمان قاطع و سریع اختلال‌های روان‌شناختی معرفی می‌کند. مدل کامل روان‌درمانی PTC، مدلی از پارادوکس‌درمانی را معرفی می‌کند که مبانی، مفروضه-ها و مدل‌های نظری مختلف را در نظمی نوین یکپارچه کرده است. برنامه‌زمانی پارادوکسی، نحوه تجویز تکالیف درمانی، پی‌گیری جلسات درمان، مکانیسم‌های تأثیرگذاری برنامه‌زمانی پارادوکسی، چگونگی پایان بخشیدن به درمان، بازگشت بیماری، و نقش درمانگر و مراجع در درمان PTC بر اساس گزارش کامل جلسات درمان بیست مراجع در این کتاب شرح داده شده است. یافته‌ها، شواهد و تجربه‌های بالینی کنترل شده^۲، نشان می‌دهند که مدل کامل روان‌درمانی PTC، جامع مشخصه‌های اصیل یک رویکرد درمانی تأثیرگذار و بی‌بدیل است. برخی از ویژگی‌های اختصاصی و انحصاری مدل کامل روان‌درمانی PTC عبارتند از:

۱. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی بسیار ساده است، هم برای درمانگر و هم برای مراجع؛
۲. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی بسیار کوتاه‌مدت است؛ که گاه با دو جلسه، درمان تمام می‌شود؛

^۱ . Paradox + Timetable = Cure (PTC)

^۲ . controlled clinical trial

۳. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی کامل و تمام‌عیار است؛
 ۴. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی کاملاً اقتصادی است؛
 ۵. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی کاملاً اخلاقی است؛
 ۶. مدل کامل روان‌درمانی PTC، درمانی غیرتهاجمی است؛
 ۷. مدل کامل روان‌درمانی PTC، تغییرات عمیق شخصیتی را با سرعت امکان‌پذیر می‌سازد؛
 ۸. مدل کامل روان‌درمانی PTC، استفاده از داروهای روان‌پزشکی را به کمتر از ۲۰ درصد کاهش می‌دهد؛
 ۹. مدل کامل روان‌درمانی PTC، مراجع را به درمانگر تبدیل می‌کند؛
 ۱۰. مدل کامل روان‌درمانی PTC، کمترین شانس را برای بازگشت بیماری باقی می‌گذارد.
- روان‌درمانی PTC، مدلی کامل و اختصاصی از درمان پارادوکسی محسوب می‌شود؛ مدلی که مرزها و محدودیت‌های مداخله‌های پارادوکسی پیشین را درنور دیده و در قالب‌های مختلف فردی، زوجی و خانوادگی با نتایجی بی‌بدیل، نسلی جدید از روش‌های روان‌درمانی را به ارمغان آورده است. مدل کامل روان‌درمانی PTC، تا کنون برای اختلال‌های مختلف روان‌شناختی شامل عمده اختلال‌های محور یک، اختلال‌های شخصیت، اختلافات زوجین، مشکلات خانوادگی، اختلال‌های دوران کودکی و نوجوانی و دسته‌ای از اختلال‌ها و مشکلات جنسی، با موفقیت به کار برده شده است.
- این مدل، اکنون بیست سال است که در کلینیک دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران توسط دکتر بشارت آزموده شده، و دانشجویان روان‌شناسی بالینی دو دهه گذشته این دانشکده در کلاس‌های درس آسیب‌شناسی، تشخیص و درمان اختلال‌های روان‌شناختی از نزدیک با آن آشنا شده‌اند و در قالب ده‌ها کارگاه عملی به درمانگران، مشاوران، روان‌پزشکان و متخصصان سراسر ایران آموزش داده شده است. خواندن این کتاب را که دربردارنده نمونه‌های بالینی است، به دانشجویان و روان‌شناسان توصیه می‌کنیم. شرح کامل این مدل را در کتاب "پارادوکس + برنامه‌زمانی = درمان" که توسط انتشارات رشد در بهار ۱۳۹۶ چاپ شده است، بخوانید.