

.....	سپاسگزاری	۹
.....	مقدمه	۱۱
.....	۱ مقدمه‌ای بر درمان تک‌جلسه‌ای (SST)	۱۴
.....	۲ آینده درمان تک‌جلسه‌ای: مصاحبه با موشه تالمون	۴۳
.....	۳ به‌سوی آینده درمان تک‌جلسه‌ای: مصاحبه با مایکل اف. هویت	۴۹
.....	۴ درمان تک‌جلسه‌ای؛ گذشته و آینده: مصاحبه با جف یانگ	۶۶
.....	۵ آینده درمان تک‌جلسه‌ای: ترکیبی از دیدگاه‌ها	۸۷
.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی	۹۱
.....	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی	۹۳

در سال (۱۹۹۰) موشه تالمون کتاب مهمی دربارهٔ درمان تک‌جلسه‌ای نوشت که اساس پیشرفت‌های بعدی در SST شد و دسترسی گروه‌های بسیاری از درمان‌جویان را به این درمان در بافتارهای متعدد در سراسر جهان فراهم کرد (فصل ۲ را ببینید). سه گردهمایی تخصصی در سال (۲۰۱۲) با موضوع درمان تک‌جلسه‌ای و خدمات بدون وقت قبلی در ملبورن استرالیا (هویت و تالمون، ۲۰۱۴)، در سال (۲۰۱۵) در بنف کانادا (هویت، بوبله، اسلایو، یانگ و تالمون، ۲۰۱۸) و دوباره در ملبورن استرالیا در سال (۲۰۱۹) گواهی بر خلاقیت افرادی است که از کار پیشگامانه تالمون الهام گرفته‌اند و افکار سنتی دربارهٔ ماهیت، عمل و طول درمان را به چالش کشیده‌اند.

علاقه من به SST از اجراهای نمایشی ناشی شد که طی سالیان انجام داده‌ام. هرگاه دورهٔ آموزشی برگزار می‌کنم جلسهٔ درمانی نمایشی ارائه می‌دهم و متوجه شدم که این جلسات نمونه‌ای از SST هستند و ۳۰ دقیقه یا کمتر زمان می‌برد. پس از بازنشستگی در دانشگاه و به دنبال چالشی جدید، کتاب تالمون (۱۹۹۰) را دوباره خواندم و از احتمالات موجود برانگیخته شدم. طبق نوشته‌های تالمون و سایرین رویکرد مبتنی‌بر درمان تک‌جلسه‌ای را در CBT بسط دادم و آن را «ادغام تک‌جلسه و CBT» نامیدم (درایدن، ۲۰۱۷) که در مرکز بهداشت و درمان و نیز مراکز خصوصی قابل استفاده است. درواقع نظر من این است که اگر مرکز بهداشت می‌خواست دسترسی به درمان روان‌شناختی بهتر شود، باید مجموعه‌ای از مراکز بدون وقت قبلی را در سراسر کشور ایجاد کند که کارکنانش افراد علاقه‌مند به یاری افراد، با سرعت ممکن و در لحظهٔ نیاز (یک ساعت پس از حضور فرد در مرکز) باشند، برخلاف حال حاضر که خدمات

زمانی ارائه می‌شود که در دسترس باشد (اغلب ماه‌ها پس از اینکه فرد با پزشک عمومی مشورت می‌کند).

در سال (۲۰۱۸) حین نگارش کتابی عمومی درباره SST (درآیدن، ۲۰۱۹) تصمیم گرفتم با سه نفر از پیشگامان درمان تک‌جلسه‌ای (موشه تالمون، مایکل هویت و جف یانگ) درباره آینده این حوزه هیجان‌انگیز مصاحبه کنم. مطالب حاصل از این مصاحبه‌ها به قدری پربار بود که تصمیم گرفتم آنها را در مجموعه‌ای گردآوری کنم تا افراد علاقه‌مند به SST آنها را مطالعه کنند و بدانند که از نظر این پیشگامان در آینده برای SST چه اتفاقی می‌افتد، امیدواریم چه اتفاقی بیفتد و نگران هستیم که چه اتفاقی بیفتد.

برای اینکه همه جوانب مصاحبه‌ها در نظر گرفته شود، در فصل یک، مقدمه‌ای درباره SST نوشته‌ام که ایده‌های مربوط به این درمان و شیوه عملی مفید آن را دربرمی‌گیرد. این فصل درمان تک‌جلسه‌ای فعلی را توضیح می‌دهد و در فصل‌های بعدی نظر متخصصان درباره آینده این درمان مورد بحث قرار می‌گیرد.

منابع

- Dryden, W. (2017). *Single- Session Integrated CBT (SSI- CBT)*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Dryden, W. (2019). *Single- Session Therapy: 100 Key Points and Techniques*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Hoyt, M.F., Bobele, M., Slive, A., Young, J., & Talmon, M. (Eds.) (2018). *Single- Session Therapy by Walk- In or Appointment: Administrative, Clinical, and Supervisory Aspects of One- At- A- Time Services*. New York: Routledge.
- Hoyt, M.F., & Talmon, M.F. (Eds.) (2014). *Capturing the Moment: Single Session Therapy and Walk- In Services*. Bethel, CT: Crown House Publishing.
- Talmon, M. (1990). *Single Session Therapy: Maximizing the Effect of the First (and Often Only) Therapeutic Encounter*. San Francisco, CA: Jossey- Bass.

ویندی درآیدن، لندن و ایست‌بورن، مارس ۲۰۲۰