

راهنمای کمبریج برای طرح‌واره درمانی

رابرت بروکمن، سوزان سیمپسون، کریستوفر هیز،
رمکو ویچنگارت، متیو اسموت

ترجمه:

زهره یوسفی

نفیسه مظفری

سارا مظفری

سرشناسنامه: بروکمن، رابرت
Brockman, Robert
عنوان و نام پدیدآور: راهنمای کمبریج برای طرح‌واره‌درمانی/رابرت‌ان بروکمن... [و دیگران]: ترجمه زهره یوسفی،
نفیسه مظفری، سارا مظفری.
مشخصات نشر: تهران: انتشارات اسپار، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۵۳۸ص: مصور، نمودار.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۳۹-۴۰-۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یاداشت: عنوان اصلی: Cambridge guide to schema therapy, 2023.
یاداشت: رابرت‌ان بروکمن، سوزان سیمپسون، کریستوفر هیز، رمکو ون در ویجنگارت، متیو اسموت.
یاداشت: کتابنامه.
موضوع: شناخت‌درمانی طرح‌واره
Schema-focused cognitive therapy
طرح‌واره (روان‌شناسی)
Schemas (Psychology)
شناسه افزوده: یوسفی، زهره، ۱۳۷۲-، مترجم
شناسه افزوده: مظفری، نفیسه، ۱۳۶۶-، مترجم
شناسه افزوده: مظفری، سارا، ۱۳۶۸-، مترجم
رده بندی کنگره: RC۴۸۹
رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲۵
شماره کتابشناسی ملی: ۹۶۶۲۷۱۹



نشر اسپار

راهنمای کمبریج برای طرح‌واره‌درمانی

ناشر: اسپار

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

چاپ اول: پاییز ۱۴۰۳

ناظر چاپ: کریم افروزمند

صفحه‌آرا و طراح جلد: محمد رحیم‌نواز

چاپ و صحافی: پردیس دانش

فروشگاه و دفتر مرکزی: خیابان سهروردی شمالی، خیابان شهید قندی، کوچه دوم، پلاک ۹

تلفن: ۸۶۰۴۵۶۲۵ - ۸۸۵۱۲۶۸۸

فروش اینترنتی: dr.hamidpour.asbar.pub

فهرست

۸ قدردانی
۹ درباره نویسنندگان
۱۳ پیش‌گفتار
۱۵ مقدمه

بخش اول: مروری بر مدل طرح‌واره‌درمانی

فصل اول: از نیازهای هیجانی اساسی تا طرح‌واره‌ها، سبک‌های مقابله‌ای و ذهنیت‌های طرح‌واره‌ای:

۱۹ مدل مفهومی طرح‌واره‌درمانی
۴۳ فصل دوم: شواهد پژوهشی در حمایت از طرح‌واره‌درمانی

بخش دوم: مدل طرح‌واره‌درمانی در عمل

۷۹ فصل سوم: ارزیابی در طرح‌واره‌درمانی
۱۴۷ فصل چهارم: مفهوم‌سازی مشکل مراجع و نقشه ذهنیت در طرح‌واره‌درمانی
۱۶۳ فصل پنجم: ترسیم چشم‌اندازی کلی از فرآیند طرح‌واره‌درمانی برای روان‌درمانگران
۱۸۹ فصل ششم: راهبردهای مداخله برای بهبود طرح‌واره ۱: بازوالدینی حدومرزدار
۲۲۳ فصل هفتم: راهبردهای مداخله برای بهبود طرح‌واره ۲: راهبردهای شناختی
۲۴۱ فصل هشتم: راهبردهای مداخله برای بهبود طرح‌واره ۳: تکنیک‌های تجربی
۲۹۱ فصل نهم: راهبردهای مداخله برای بهبود طرح‌واره ۴: تکنیک‌های الگوشکنی رفتاری
۳۲۷ فصل دهم: برقراری ارتباط با ذهنیت‌های سالم: ذهنیت بزرگسال سالم و ذهنیت کودک شاد
۳۴۷ فصل یازدهم: کنارزدن ذهنیت‌های مقابله‌ای ناسازگار برای حمایت از تغییر
۳۶۹ فصل دوازدهم: آمادگی برای خاتمه بخشیدن به طرح‌واره‌درمانی

بخش سوم: کاربرد طرح‌واره‌درمانی برای مشکلات مربوط به حوزه سلامت روان

۳۸۵ فصل سیزدهم: طرح‌واره‌درمانی برای افسردگی مزمن و اختلالات اضطرابی
۴۰۷ فصل چهاردهم: کار با ترومای پیچیده و حالت‌های تجزیه‌ای در طرح‌واره‌درمانی

۴۲۷ فصل پانزدهم: طرح‌واره‌درمانی برای اختلالات خوردن
	بخش چهارم: کاربرد طرح‌واره‌درمانی در گروه‌ها و محیط‌های متفاوت
۴۴۳ فصل شانزدهم: کاربرد طرح‌واره‌درمانی در مسائل قضایی، قانونی و حقوقی
۴۶۱ فصل هفدهم: طرح‌واره‌درمانی گروهی
۴۷۹ فصل هجدهم: طرح‌واره‌درمانی برای طرح‌واره‌درمانگر
۴۹۹ فصل نوزدهم: نظارت بالینی در طرح‌واره‌درمانی و رابطه در بافتار نظارت بالینی
۵۰۷ فصل بیستم: طرح‌واره‌درمانی در دنیای آنلاین
۵۲۱ کلام آخر: این سفر ادامه دارد
۵۲۳ ضمیمه

در این کتاب، شناختی تمام و کامل از مدل طرح‌واره‌درمانی، روش‌ها و تکنیک‌های مورد استفاده در سرتاسر فرآیند درمان ارائه می‌شود. نویسندگان به‌عنوان مربیان باتجربه در طرح‌واره‌درمانی، درکی منحصربه‌فرد از پرسش‌ها، چالش‌ها و مسائل تجربه‌شده توسط درمانگران در حال یادگیری این مدل، فراهم می‌کنند. در این کتاب با تمرکز ویژه روی نظریه و کاربردهای نظریه در درمان، آخرین تحولات مدل طرح‌واره‌درمانی و تکنیک‌های اثربخش آن به‌صورت گام‌به‌گام و همراه با نمونه‌های بالینی ارائه شده است. کتاب حاضر، منبعی جامع برای دانشجویان و نیز درمانگران باتجربه است، که حاوی نمونه‌های ارزشمندی از مدل در کار بالینی و راه‌حل‌هایی برای چالش‌ها و پرسش‌هایی است که درمانگران در کار با این مدل با آنها روبه‌رو می‌شوند.

بخش راهنماهای کمبریج برای مجموعه درمان‌های روان‌شناختی، نوین‌ترین مطالب عملی و به‌طور قابل توجهی همه‌جانبه را در گستره‌ای از مداخلات روان‌شناختی مبتنی بر شواهد حیاتی برای بالینگران ارائه می‌دهد.

قدردانی

مایلیم از افراد بسیاری که از ما حمایت کردند و به نوعی در مطالب موجود در این کتاب سهمی داشتند، قدردانی کنیم. نخست از مراجعان بسیاری تشکر می‌کنیم که با آنها لذت کار کردن با استفاده از طرح‌واره‌درمانی را تجربه کردیم: ما بسیار از شما و تلاش‌های شما آموخته‌ایم و از صمیم قلب امیدواریم کمک کرده باشیم تفاوتی در زندگی‌تان رخ دهد.

از دکتر جفری یانگ ممنونیم که این رویکرد جدید و قدرتمند را برای درمان مراجعانی به‌کار گرفت که در آن زمان اغلب "غیر قابل درمان" تلقی می‌شدند: ما در این روزها در عصر طلایی روان‌درمانی زندگی می‌کنیم، زمانی که اکنون شواهد قدرتمندی داریم از این که حتی آشفته‌ترین افراد می‌توانند و باید درمان شوند. شما سهم زیادی در به واقعیت پیوستن این مسئله داشته‌اید. همچنین وندی بهاری، شما نیز از همان ابتدا حضور داشتید و حمایت بسیاری از ما و انجمن طرح‌واره‌درمانی جهانی کرده‌اید.

سپس می‌خواهیم از همه همکاران هلندی خود، اول از همه استاد آرنود آرنتز تشکر کنیم که در تلاش برای یک برنامه کار پژوهشی برای درک بهتر اثرات و فرآیندهای کار طرح‌واره‌درمانی موفقیت‌های بسیار زیادی کسب کرده‌اند. همچنین قدردان استاد دیوید برن استین هستیم که دانش و معرفت خود را در رابطه با مدل طرح‌واره‌درمانی قانونی نوظهور که در فصل ۱۶ شرح داده شده است، به اشتراک گذاشتند. همچنین از دکتر لارس مدسن برای به اشتراک‌گذاری نظرات و تجربه‌هایش در جهت میسر ساختن طرح‌واره‌درمانی در شرایط قانونی و ارائه بازخورد به پیش‌نویس‌های فصل ۱۶ تشکر می‌کنیم. به علاوه، مایلیم از آندریا پیچ-کلارک برای ارائه بازخورد‌هایش به چند پیش‌نویس و نظر ابتدایی برای این کتاب تشکر کنیم. همچنین از کلودگ کویل برای کار ویراستاری وی در همه فصول و ماریا بروکمن برای طراحی‌ها و کار هنری‌ای که برای این کتاب انجام داد، بسیار ممنونیم.

از کل انجمن بین‌المللی طرح‌واره‌درمانی ممنونیم که مجمعی برای خلاقیت و حمایت در کار طرح‌واره‌درمانی هستند.

نکته آخر اما مهم این که می‌خواهیم از خانواده‌های خود برای عشق، حمایت و صبوری‌شان تشکر کنیم. بدون همراهی شما، نوشتن پروژه‌هایی مانند این امکان‌پذیر نخواهد بود و ارزش چندانی هم نخواهند داشت.

درباره نویسندگان

رابرت ان بروکمن، دارای مدرک دکترا، روان‌شناس بالینی و استاد بالینی در سیدنی استرالیا است. او مدیر طرح‌واره‌درمانی سیدنی، دارای مطب خصوصی کوچکی با تمرکز روی طرح‌واره و تروما در سیدنی و یکی از مدیران schematherapytrainingonline.com، بستری آنلاین برای آموزش طرح‌واره‌درمانی است. همچنین رابرت برنامه پژوهشی و آموزشی فعالی در سرتاسر انتصاب پرافتخار ادامه‌دار خود در دانشگاه تکنولوژی سیدنی دارد. رابرت از طریق همکاری با بخش آموزش طرح‌واره‌درمانی استرالیا، در سرتاسر استرالیا، نیوزلند و آسیا به‌طور منظم کارگاه‌های آموزشی طرح‌واره‌درمانی برگزار می‌کند.

سوزان سیمپسون، دارای مدرک دکترای روان‌شناسی، روان‌شناس بالینی و استاد بالینی در اسکاتلند است. او مدیر طرح‌واره‌درمانی اسکاتلند و یکی از مدیران InhaleLifeNow.com و انستیتوی جهانی اختلالات خوردن است. او مطب خصوصی کوچکی دارد و در بخش اختلالات خوردن بیماران سرپایی خدمات بهداشت ملی انگلستان کار می‌کند. سوزان به‌صورت فعال به کار پژوهش و آموزش می‌پردازد و تمرکزش در درمان روی اختلالات خوردن و تاب‌آوری و فرسایش در روان‌درمانگران است. او علاقه دیرینه‌ای به پیوند بهزیستی انسان و وحدت با طبیعت دارد. او یکی از نویسندگان و ویراستاران کتاب طرح‌واره‌درمانی برای اختلالات خوردن است (راتلج، ۲۰۱۹).

کریستوفر هیز، دارای مدرک کارشناسی ارشد (روان‌شناسی)، روان‌شناس بالینی در پرث استرالیا است. او مدیر آموزش طرح‌واره‌درمانی استرالیا و یکی از مدیران schematherapytrainingonline.com است. کریستوفر دبیر قبلی هیئت‌مدیره انجمن بین‌المللی طرح‌واره‌درمانی بوده است و به‌طور منظم در سرتاسر اروپا، آسیا و استرالیا کارگاه‌های آموزشی طرح‌واره‌درمانی برگزار می‌کند.

رمکو ون در وینجگارت، دارای مدرک کارشناسی ارشد علوم، روان‌درمانگری در مطب خصوصی خود در ماستریت هلند است. او مدیر انستیتوی هلند برای طرح‌واره‌درمانی است که در آنجا دوره‌های آموزشی طرح‌واره‌درمانی، هم به‌صورت ملی و هم بین‌المللی برگزار می‌کند. او همچنین مدیر آموزش‌های ون جندرن، یک مرکز آموزشی بزرگ در هلند است.

متیو اسموت، دارای مدرک دکترا، روان‌درمانگر بالینی و مدیر برنامه روان‌شناسی بالینی ارشد در دانشگاه جنوب استرالیا، ادلاید است. او همچنین مدیر کلینیک روان‌شناسی دانشگاه جنوب استرالیا

است که در آن به کار نظارت بر کار روان‌شناسان موقت می‌پردازد.

"این کتاب مرجع دارای چند مزیت رقابتی منحصربه‌فرد برای فروش است: دیدگاه به‌روز همراه با نکته‌سنجی از مدل، مروری جامع بر به‌روزرترین پژوهش‌ها و توصیفی مفصل درباره ذهنیت‌های مقابله‌ای بیش‌کنترل‌گر. این کتاب قطعاً ارزش خواندن دارد!"

اکهارد رودیگر، کارشناس ارشد

مدیر انستیتوی طرح‌واره‌درمانی فرانکفورت

"این کتاب با بررسی دقیق پیشینه پژوهشی و نظری طرح‌واره‌درمانی، راهنمایی دقیق و ارزشمند پیش روی شما قرار می‌دهد تا بتوانید از پس ظرافت‌های درمانی به خوبی بر بیایید. می‌توانید تحولات اخیر را که در حوزه مفهوم‌سازی ذهنیت‌ها در انجمن بین‌المللی طرح‌واره‌درمانی ارایه شده است، در این کتاب پیدا کنید. نویسندگان با مثال‌های بالینی مفید توانسته‌اند جزئیات ارزشمند طرح‌واره‌درمانی را با زندگی واقعی مراجعان گره بزنند. در فصل سنجش و ارزیابی این مسئله به خوبی نمایان شده است. در این فصل اطلاعات گسترده‌ای که از مراجع اخذ می‌شود با مفهوم‌سازی یکپارچه شده‌اند. رفتارهای کلامی و غیرکلامی، اجتناب‌ها و نحوه واکنش مراجع به مداخلات درمانی در فرآیند سنجش پررنگ است و در عین حال به سمت ساده‌اندیشی گام برنداشته است. این کتاب به دلیل جامعیت و گستردگی هم برای افراد تازه کار مناسب است و هم برای طرح‌واره‌درمانگران کارکشته و مجرب."

دیوید ادواردز، دکترا

استاد تمام روان‌شناسی دانشگاه رودز

"بسیار خوشحالم که برای این کتاب ارزشمند یادداشتی بنویسم. این کتاب با تکمیل مفاهیم نظری کلاسیک و رابطه‌های طرح‌واره‌درمانی، منبعی جامع و کاربردی تهیه کرده است. در این کتاب آخرین یافته‌های علمی طرح‌واره‌درمانی با ظرافت در کنار یکدیگر قرار گرفته‌اند. در کتاب راهنمای کمبریج برای طرح‌واره‌درمانی، ابزارهایی وجود دارد که باعث می‌شوند بتوانیم از آن به عنوان یکی از ارزشمندترین کتاب‌های طرح‌واره‌درمانی یاد کنیم. این کتاب بر پایه‌اندیشه‌های جفری یانگ (بنیان‌گذار طرح‌واره‌درمانی) و تلاش چند نفر از افراد کارکشته و با استعداد حوزه طرح‌واره‌درمانی به رشته‌تحریر در آمده است. اطلاعات کاربردی این کتاب باعث می‌شود که بتوانیم در کار با دشوارترین و چالش‌آفرین‌ترین مراجعان نیز درست، دقیق و علمی پیش برویم. آفرین بر همکاران بالیاقتم: رابرت بروکمن، سوزان سیمپسون، رمکو ویجنگارت

و متیو اسموت. بسیار خرسندم که با اطمینان کامل این کتاب را به عنوان یکی از ضروری ترین کتاب های ارزشمند کتابخانه بالینی به شما توصیه می کنم. "

وندی بهاری

رئیس سابق انجمن بین المللی طرح واره درمانی

نویسنده کتاب خلع سلاح افراد خود شیفته

پیش‌گفتار

طرح‌واره‌درمانی در طول دهه‌های گذشته، در سرتاسر دنیا به‌عنوان درمانی برای مشکلات مزمن همراه با مسائل منش شناختی محبوبیت روزافزونی کسب کرده است. دلایل گوناگونی در این زمینه وجود دارد. اول اینکه، نظریه پشت طرح‌واره‌درمانی - این که ناکامی نیازهای هیجانی اساسی در دوران کودکی و نوجوانی احتمال شکل‌گیری طرح‌واره‌های ناسازگار را افزایش می‌دهد که به‌نوبه خود مبنای اختلالات شخصیت و سایر اشکال آسیب‌شناسی روانی مربوط به شخصیت است - به نظر اغلب افراد منطقی می‌رسد. به علاوه، برخلاف شواهد تجربی چنین عوامل اولیه مربوط به شکل‌گیری و حفظ این اشکال آسیب‌شناسی روانی در مدل‌های رفتاردرمانی شناختی سنتی به نسبت مورد غفلت قرار گرفته‌اند. بنابراین قابل درک است درمانگرانی که در کار بالینی خود با مراجعانی همراه با این نوع مشکلات مواجه می‌شوند، به چنین نظریه‌ای علاقه‌مند شده‌اند و حتی به آن نیاز دارند. مورد دوم این است که استفاده از ذهنیت‌های طرح‌واره‌ای به‌عنوان ساختار اصلی در درک و درمان اشکال شدید آسیب‌شناسی روانی، هم برای مراجعان و هم درمانگران به‌شدت سودمند است. مفهوم‌سازی مشکلات مراجع بر اساس ذهنیت‌های طرح‌واره‌ای به مراجعان درکی فراشناختی از مشکلات‌شان و چگونگی ارتباط آنها با تجربه‌های دوران کودکی می‌دهد. همچنین این مفهوم‌سازی به درمانگران کمک می‌کند مشکلات پیچیده و نیز تغییرات ناگهانی و اغلب شدید در حالت‌های هیجانی مراجعان خود را درک کنند. به علاوه، درک ذهنیت‌های طرح‌واره‌ای مربوط به یک بیمار خاص برای درمانگر راهنمایی فراهم می‌آورد که در ادامه بتواند مجموعه‌ای از تکنیک‌های مناسب را انتخاب نماید که در نتیجه، این تکنیک‌ها به‌طور مستقیم به کار روی ذهنیت‌های طرح‌واره‌ای خاص مربوط هستند. مورد سوم این است که روش هوشمندانه‌ای که در آن بنیان‌گذار طرح‌واره‌درمانی روش‌ها و تکنیک‌های مکاتب درمانی گوناگون را در یک مدل طرح‌واره شناختی جامع یکپارچه می‌کند، بسیار جذاب است چون مسیرهای مختلف تغییر (شناختی، تجربی و رفتاری) را در حوزه‌های گوناگونی (رابطه‌درمانی، گذشته و دنیای کنونی) خارج از اتاق درمان) ارائه می‌دهد. چهارم اینکه، از اثربخشی و مقرون‌به‌صرفه بودن طرح‌واره‌درمانی در مطالعات تجربی حمایت شده است که به مراجعان، درمانگران، مدیران و سیاست‌گذاران دلیلی قدرتمند ارائه می‌دهد تا طرح‌واره‌درمانی را به‌عنوان یک گزینه درمانی در نظر بگیرند.

در انتشار و اجرای درمان‌های جدید، وجود کتاب‌های مرجع جامعی همچون این کتاب ضروری است. چنین کتاب‌هایی بهتر است نظریه پشت درمان را به صورت تمام و کمال اما قابل فهم بیان کنند، رابطه درمانی‌ای را که باید برای آن تلاش شود توضیح دهند، شرح روشنی از روش‌ها و تکنیک‌ها ارائه دهند، مراحل درمان را عنوان کنند، اشکال گوناگون کاربرد درمان را مطرح کنند و برای مسائل احتمالی که ممکن است در فرآیند استفاده از درمان با آنها مواجه شویم، راه‌حل‌هایی ارائه دهند. این کتاب همه این موارد را در بر دارد. بنابراین این کتاب راهنمایی عالی برای یادگیری طرح‌واره‌درمانی (همراه با مثال‌ها و آموزش ویدئویی) و نیز مرجع افرادی است که درمانگران پیشرفته‌تری هستند. کتاب حاضر، به عنوان یکی از جامع‌ترین منابع در این زمینه که توسط متخصصان پیشگام در طرح‌واره‌درمانی نوشته شده است، به شدت توصیه می‌گردد.

استاد آرنود آرنتز

مقدمه

بسیار خرسندیم از این که همکاران مان در انتشارات دانشگاه کمبریج ما را دعوت به نوشتن این کتاب در زمینه طرح‌واره‌درمانی کردند تا در میان سایر رویکردهای درمانی مبتنی بر شواهد شناخته‌شده در مجموعه کتاب‌های تخصصی حوزه روان‌درمانی قرار گیرد. این موضوع برای ما شواهد بیشتری را نشان می‌دهد از این که محبوبیت و دسترسی به طرح‌واره‌درمانی به سرعت در حال افزایش است. همچنین این مسئله تأکیدی بر این حقیقت است که مبنای پژوهشی برای طرح‌واره‌درمانی میان همکاران درمانگران به‌طور وسیعی شناخته شده است (برای مروری بر شواهد، فصل ۲ را مشاهده کنید). از آنجایی که مدل طرح‌واره‌درمانی توسط مبدع آن، جفری یانگ در طول دهه ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ به وجود آمده است، نسلی تازه از طرح‌واره‌درمانگران ظاهر شده‌اند تا بیشتر این مدل را برای کاربرد در بسترهای درمانی جدید بسط و گسترش دهند و برای ارزیابی تجربی آن تلاش کنند. این نسل جدید طرح‌واره‌درمانگران که بسیاری از آنان تحت آموزش مستقیم جفری یانگ و همکاران در انستیتوی طرح‌واره‌درمانی نیویورک او قرار گرفته بودند، به کشورهای خود بازگشتند و بذر علاقه‌ای را کاشتند که ما امروز در سرتاسر دنیا در رویکرد طرح‌واره‌درمانی شاهد آن هستیم.

البته در حال حاضر کتاب‌های طرح‌واره‌درمانی دیگر و توصیفات زیادی از این مدل وجود دارد. این مسئله ما را راهنمایی کرد تا در نظر بگیریم کتاب ما چه سهمی می‌تواند در انتشار فراگیرتر مدل طرح‌واره‌درمانی داشته باشد. برای تیم ما، پاسخ به این پرسش روشن بود. مدل طرح‌واره‌درمانی از روزهای آغازین خود دستخوش تحولات چشمگیری شده است که همچنان هم ادامه دارد. هدف ما، ارائه یک نمای معاصر از طرح‌واره‌درمانی مدرن است که امروزه، تقریباً سه دهه پس از متن اصلی جفری یانگ، انجام می‌شود [۱]. به علاوه، در نظر داشتیم توجه و عمق بیشتری به مسائلی بدهیم که به‌طور گسترده در جای دیگری در ادبیات به آن توجه نشده است (برای مثال مرحله‌بندی طرح‌واره‌درمانی، افزایش همنوایی درمانگر، مسائل پایان درمان یا خاتمه، طرح‌واره‌درمانی در شرایط آنلاین و نظارت بالینی در طرح‌واره‌درمانی). همچنین می‌خواستیم نشان دهیم چگونه این مدل به‌طور روزافزونی برای جمعیت‌ها و شرایط درمانی جدید گسترش می‌یابد (برای مثال ترومای پیچیده، اختلالات خوردن، افسردگی مزمن، اختلالات اضطرابی، متخلفان قانونی شرور و در شرایط گروهی). این کتاب در چهار بخش نوشته شده

است. در بخش اول کتاب، مروری عمیق بر مدل طرح‌واره‌درمانی با اشاره به پیش‌زمینه نظری (فصل ۱) و مبنای شواهد در حال رشد آن (فصل ۲) ارائه می‌دهیم. بخش دوم نشان‌دهنده قسمت اصلی کتاب است و در مجموعه‌ای از ده فصل (فصل ۱۲-۳) مدل طرح‌واره‌درمانی را در عمل نشان می‌دهد. در بخش سوم - کاربرد و انطباق‌ها برای علائم سلامت روان (فصل ۱۵-۱۳) - مروری بر کاربرد طرح‌واره‌درمانی در گستره‌ای از اختلالات سلامت روان به جز جامعه هدف سنتی اختلالات شخصیت را ارائه می‌دهیم. در نهایت، در بخش چهارم کتاب - کاربرد طرح‌واره‌درمانی در جمعیت‌ها و شرایط گوناگون (فصل ۲۱-۱۶) - نشان می‌دهیم چگونه طرح‌واره‌درمانی را می‌توان در گستره گوناگونی از شرایط بالینی به‌کار برد.

منابع:

1. Young J. Cognitive therapy for personality disorders: A schema focused approach. Professional Resource Press; 1999.