

روانشناسی مشاوره

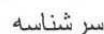
(یک رویکرد روانشناختی مثبت و جامع)

نویسنده:

روشن بین چائو

ترجمه:

مریم اولیایان



Chao, Ruth Chu-Lien

نويسنده روٿ جو - لين چائو ؛ مترجم مريم اولياييان.

مشخصات نشر

YY70.9

۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۶۵۰-۹ : ۶۰۰۰۰ ریال

وضعیت فرست : قیما

تویسے

عنوان اصلی: Counseling psychology : an integrated

positive psychological approach, 2010

داداشت کتابنامه

مسئله: رویکرد یکپارچه روان‌شناسی مثبت.

و انشنام مشاوره

Counseling psychology

اوليايياز، مريم، ۱۳۵۲-، مترجم

DE 39/90

15A/5

611234



انتشارات آرمان دانش

نام کتاب: روانشناسی مشاوره (یک رویکرد روانشناختی و مشاوره‌ای)

نویسنده: روث چو-لین چائو

مترجم: مریم اولیایان

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول پاییز ۱۳۹۸

چاپ: روز

شایک: ۹-۵۰-۶۷۷۶-۶۲۲-۹۷۸

تلفن مرکز یخش: ۰۲۱۶۶۹۸۸۷۳۰

فهرست مطالب

۱۸.....	مقدمه مترجم.....
۱۹.....	درباره مؤلف.....
۲۰.....	مقدمه نویسنده.....
۲۳.....	بخش اول.....
۲۳.....	چارچوب مفاهيمی.....
۲۴.....	فصل ۱.....
۲۴.....	مقدمه: به سوی یک رویکرد جامع در مشاوره.....
۲۵.....	اهداف یادگیری.....
۳۰.....	پیش زمینه نظری.....
۳۲.....	تلفیق I: مشاوره در روانشناسی مثبت.....
۳۸.....	تلفیق II: مشاوره در جمعیت‌های پندفرگینگی.....
۳۸.....	تفسیر روانی-اجتماعی.....
۳۹.....	تفسیر مذهبی/معنوی.....
۴۱.....	وضعیت کنونی چندگانگی فرهنگی در رواندرمانی.....
۴۴.....	پیشنهاداتی برای استفاده از این کتاب.....
۴۷.....	نکات پایانی.....
۴۹.....	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟.....
۵۰.....	فصل دوم:.....
۵۰.....	رابطه درمانی: کاوشی در علائم و نقاط قوت مددجویان.....
۵۱.....	اهداف یادگیری.....
۵۱.....	تفاهم همدلانه مثبت چیست؟.....
۵۵.....	درک نقاط قوت و ویژگیهای شخصیتی مددجو.....
۶۳.....	تفاهم همدلانه مثبت در زمینه چندفرهنگی.....
۶۵.....	نکات نهایی.....
۶۸.....	فصل سوم.....

۶۸	نیرو گرفتن از مبارزه‌ها و نقاط قوت
۶۹	اهداف یادگیری
۶۹	نظریه‌های مشاوره کنونی: آیا کافی هستند؟
۷۰	روش درمانی روانکاوی
۷۲	درمان آدلری
۷۵	مشاوره فرد محور
۷۶	درمان وجودی
۷۸	درمان گشتالت
۸۱	درمان منطقی-عاطفی
۸۴	رفتار درمانی
۸۷	واقعیت درمانی
۹۰	درمان فمینیستی
۹۲	خانواده درمانی
۹۴	چه چیزی در نظریه‌های کنونی غایب است؟
۹۷	روانشناسی مثبت: خونی تازه در رگهای روانشناسی؟
۹۸	نکات نهایی
۹۹	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۱۰۰	بخش دوم
۱۰۰	تلفیق نظریه‌های مشاوره و روانشناسی مثبت
۱۰۱	فصل چهارم: روانشناسی مثبت در مشاوره چیست؟
۱۰۲	اهداف یادگیری
۱۰۳	تعریف روانشناسی مثبت
۱۰۴	زمینه تاریخی
۱۰۶	اصول نظری
۱۰۷	الف) تجربیات ذهنی مثبت
۱۰۹	ب) ویژگیهای مثبت فردی
۱۱۲	پ) سلامت روان مثبت

۱۱۵	محدودیت‌های روانشناسی مثبت
۱۱۶	روانشناسی مثبت برای جمعیت‌های چندفرهنگی
۱۲۰	نکات نهایی
۱۲۱	پرسشهای مروری
۱۲۳	فصل پنجم
۱۲۳	درمان روانکاوی
۱۲۴	اهداف یادگیری
۱۲۴	زمینه تاریخی
۱۲۵	اصول نظری
۱۲۶	الف) مدل ساختار و محتوا
۱۲۸	ب) توسعه مراحل روانی-جنسی
۱۳۰	سازوکارهای دفاعی
۱۳۳	تلفیق روانشناسی مثبت با درمان روانکاوی
۱۳۳	(۱) در جستجوی هماهنگی بین ذهن فرد و ناخودآگاه
۱۳۵	(۲) درک متقابل بین نهاد، خود و فراخود
۱۳۶	(۳) تبدیل سازوکارهای دفاعی به سازوکارهای ارتقای خود
۱۴۳	چندفرهنگی‌سازی تلفیق
۱۴۵	الف. تلفیق روانشناسی مثبت با ذهن خودآگاه-ناخودآگاه بر اساس چندگانگی فرهنگی
۱۴۷	ب. تلفیق روانشناسی مثبت با نهاد/خود/فراخود بر اساس چندگانگی فرهنگی
۱۴۹	پ. تلفیق روانشناسی مثبت با سازوکارهای دفاعی بر اساس چندگانگی فرهنگی
۱۵۱	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۱۵۲	چگونه به امی کمک کنیم
۱۵۶	پیگیری: شما به عنوان مشاور امی ادامه دهید
۱۵۶	نکات نهایی
۱۵۸	پرسشهای مروری
۱۵۹	فصل ششم
۱۵۹	درمان آدلری

۱۶۰	اهداف یادگیری
۱۶۰	زمینه تاریخی
۱۶۲	دیدگاه ماهیت انسان
۱۶۳	اصول نظری
۱۶۳	تلاش با هدف
۱۶۳	تلاش برای برتری
۱۶۴	ترتیب تولد، زندگی خانوادگی، و روابط خواهر و برادر
۱۶۵	نفع اجتماعی
۱۶۶	سبک زندگی
۱۶۸	تلفیق روانشناسی مثبت با درمان آدلری
۱۶۸	تلفیق جبران با پایان حشر
۱۶۹	تلفیق تسلیم شدن و ایستادگی
۱۷۰	تلفیق تلاش با هدف و زندگی مشغول
۱۷۱	تلفیق تلاش برای برتری و نقاط قوت و نقصان
۱۷۲	تلفیق ترتیب تولد و زندگی خانوادگی با توازن
۱۷۳	تلفیق نفع اجتماعی با روانشناسی مثبت در سطح بنیادی
۱۷۴	تلفیق سبک زندگی و مقیاسها در روانشناسی مثبت
۱۷۶	چندفرهنگسازی تلفیق
۱۷۶	چندفرهنگسازی تلفیق بین جبران و خوشحالی
۱۷۷	چندفرهنگسازی تلفیق بین تسلیم شدن و استقامت
۱۷۹	چندفرهنگسازی تلفیق بین تلاش با هدف و زندگی مشغول
۱۸۰	چندفرهنگسازی تلفیق بین تلاش برای برتری و نقاط قوت شخصیتی
۱۸۰	چندفرهنگسازی تلفیق بین ترتیب تولد و خانواده و توازن
۱۸۱	چندفرهنگسازی تلفیق بین نفع اجتماعی و روانشناسی مثبت در سطح بنیادی
۱۸۲	چندفرهنگسازی تلفیق بین سبک زندگی و مقیاسها
۱۸۳	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۱۸۴	چطور به جان کمک کنیم

۱۹۰	پیگیری: شما به عنوان مشاور جان ادامه دهید
۱۹۱	نکات نهایی
۱۹۳	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۱۹۴	فصل هفتم
۱۹۴	درمان وجودی
۱۹۵	اهداف یادگیری
۱۹۶	زمینه تاریخی
۱۹۸	دیدگاه رهیافت انسان
۱۹۹	اصول نظری
۱۹۹	آزادی و مسئولیتپذیری
۲۰۰	خودآگاهی
۲۰۰	تلاش برای کشف هویت و برقراری رابطه با دیگران
۲۰۱	جستجوی معنا
۲۰۲	اضطراب
۲۰۳	تلفیق روانشناسی مثبت و درمان وجود
۲۰۳	تلفیق آزادی (مسئولیتپذیری) با خرد
۲۰۴	تلفیق خودآگاهی با شجاعت
۲۰۵	تلفیق جستجوی معنا با حس هدفمندی
۲۰۶	تلفیق اضطراب و سرزندگی
۲۰۷	چندفرهنگی سازی تلفیق
۲۰۷	چندفرهنگی سازی تلفیق بین آزادی/مسئولیت و خرد
۲۰۹	چندفرهنگی سازی تلفیق بین خودآگاهی و شجاعت
۲۱۰	چندفرهنگی سازی تلفیق بین جستجوی معنی و حس هدفمندی
۲۱۱	چندفرهنگی سازی تلفیق بین اضطراب و سرزندگی
۲۱۲	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۲۱۳	چطور به باب کمک کنیم
۲۱۸	پیگیری: شما به عنوان مشاور باب ادامه دهید

۲۱۹	نکات نهایی
۲۲۰	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۲۲۱	فصل هشتم
۲۲۱	درمان فرد مدار
۲۲۲	اهداف یادگیری
۲۲۳	زمینه تاریخی
۲۲۵	دیدگاه ماهیت انسان
۲۲۷	اصول نظری
۲۲۷	دیدگاه فرد مدار اختلال
۲۲۸	شرایط درمانی تغییر شخصیت
۲۲۹	شش شرط در درمان فرد مدار
۲۳۰	فرایند تغییر درمانی
۲۳۱	تلفیق روانشناسی مثبت با درمان فرد مدار
۲۳۳	نقش تحقیقات علمی
۲۳۵	کاربردهای ارزیابی و مقیاسها
۲۳۶	چندفرهنگی سازی تلفیق
۲۳۶	چندفرهنگی سازی مشاوره فرد مدار و روانشناسی مثبت
۲۳۸	چندفرهنگی سازی تحقیقات علمی برای ارائه خدمات به مددجویان متنوع
۲۳۸	چندفرهنگی سازی استفاده از ارزیابیها و سنجشها
۲۴۰	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۲۴۱	چطور به مری کمک کنیم
۲۴۳	نقش تحقیقات علمی
۲۴۶	استفاده از ارزیابیها و مقیاسها
۲۴۷	پیامدهای توجهات شایسته فرهنگی
۲۴۹	پیگیری: شما به عنوان مشاور مری ادامه دهید
۲۴۹	نکات نهایی
۲۵۰	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟

۲۵۱	فصل نهم
۲۵۱	گشتالت درمانی
۲۵۲	اهداف یادگیری
۲۵۳	زمینه تاریخی
۲۵۴	دیدگاه ماهیت انسان
۲۵۶	اصول نظری
۲۵۶	کلگرایی
۲۵۹	اکنون
۲۶۰	کار ناتمام
۲۶۱	تلفیق روانشناسی مثبت و گشتالت درمانی
۲۶۱	کلگرایی در روانشناسی مثبت
۲۶۲	«اکنون» در روانشناسی مثبت
۲۶۴	کار ناتمام
۲۶۵	چندفرهنگسازی تلفیق
۲۶۵	چندفرهنگسازی تلفیق بین کلگرایی و روانشناسی مثبت
۲۶۷	چندفرهنگسازی «اکنون» در روانشناسی مثبت
۲۶۸	چندفرهنگسازی کار ناتمام
۲۶۹	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۲۷۰	چطور به بتی کمک کنیم؟
۲۷۶	پیگیری: شما به عنوان مشاور بتی ادامه دهید
۲۷۷	نکات نهایی
۲۷۹	فصل دهم
۲۷۹	رفتار درمانی
۲۸۰	اهداف یادگیری
۲۸۱	زمینه تاریخی
۲۸۳	تحلیل رفتاری کاربردی
۲۸۴	مدل واسطه‌های رفتارگرایانه نوین

۲۸۴	نظریه یادگیری اجتماعی
۲۸۵	درمان رفتاری-شناختی
۲۸۵	دیدگاه ماهیت انسان
۲۸۷	اصول نظری
۲۸۸	روشهای درمانی
۲۹۱	تلفیق روانشناسی مثبت و رفتار درمانی
۲۹۲	مدل قطعی و روانشناسی مثبت
۲۹۴	نقش رفتار ناآرامد و نامتعارف
۲۹۸	مدل قطعی و روانشناسی مثبت در زمینه چندفرهنگی
۳۰۱	نقش رفتار ناسازگار و روانشناسی مثبت در زمینه چندفرهنگی
۳۰۲	کاربرد در مشاوره: مطالعه مروری
۳۰۳	چطور به تیم کمک کنیم
۳۰۴	غرقپسازي و رشد پس‌زبانی
۳۰۸	نکات نهایی
۳۰۹	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۳۱۰	فصل یازدهم
۳۱۰	درمان رفتاری-شناختی
۳۱۱	اهداف یادگیری
۳۱۳	زمینه تاریخی
۳۱۵	دیدگاه ماهیت انسان
۳۱۶	اصول نظری
۳۱۶	REBT
۳۲۱	CBT
۳۲۲	استراتژیهای مورد استفاده در CBT
۳۲۴	تلفیق روانشناسی مثبت با درمان رفتاری-شناختی
۳۲۷	CBT و روانشناسی مثبت
۳۳۰	چندفرهنگیسازی تلفیق

۳۳۰	چندفرهنگی سازی REBT و روانشناسی مثبت
۳۳۲	چندفرهنگی سازی CBT و روانشناسی مثبت
۳۳۵	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۳۳۶	چطور به جین کمک کنیم
۳۳۶	بکارگیری REBT
۳۳۹	بکارگیری CBT
۳۴۱	پیگیری: شما به عنوان مشاور جین ادامه دهید
۳۴۱	A. به عنوان مشاور جین در REBT ادامه دهید
۳۴۲	B. به عنوان مشاور جین در CBT ادامه دهید
۳۴۲	نکات نهایی
۳۴۲	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۳۴۴	فصل دوازدهم
۳۴۴	واقعیت درمانی
۳۴۵	اهداف یادگیری
۳۴۶	زمینه تاریخی
۳۴۷	دیدگاه ماهیت انسان
۳۵۰	اصول نظری
۳۵۵	تلفیق روانشناسی مثبت و واقعیت درمانی
۳۵۵	نقش انتخاب کردن
۳۵۶	حاضر باشیم یا نه
۳۵۸	رابطه به عنوان یک ابزار درمانی
۳۵۸	نقش علائم و نشانهها
۳۶۰	به چالش کشیدن روانپزشکی سنتی
۳۶۱	چندفرهنگی سازی تلفیق
۳۶۱	انتخاب و روانشناسی مثبت برای مددجویان چندفرهنگی
۳۶۲	حاضر بودن
۳۶۳	رابطه در روانشناسی مثبت و واقعیت درمانی

۳۶۴	علائم و نشانه‌ها در واقعیت درمانی و روانشناسی مثبت
۳۶۶	«روانپزشکی» سنتی
۳۶۷	کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۳۷۰	پیگیری: شما به عنوان مشاور مری ادامه دهید
۳۷۱	نکات نهایی
۳۷۲	پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۳۷۳	فصل سیزدهم
۳۷۳	درمان فمینیستی
۳۷۴	اهداف یادگیری
۳۷۶	زمینه تاریخی
۳۷۷	دیدگاه ماهیت انسان
۳۷۷	اصول نظری
۳۷۸	مسائل شخصی سیاسی هستند
۳۷۸	تعاریف بیماری روانی
۳۷۹	تحلیل یکپارچه ظلم و سلطه‌جویی
۳۸۳	تلفیق روانشناسی مثبت و درمان فمینیستی
۳۸۴	مسائل شخصی در برابر مسائل اجتماعی
۳۸۵	تعاریف بیماری روانی
۳۸۷	«ظلم و سلطه» در درمان فمینیستی و روانشناسی مثبت
۳۹۰	رابطه درمانی مساوات‌طلبانه در درمان فمینیستی و روانشناسی مثبت
۳۹۲	رابطه درمانی در درمان فمینیستی و روانشناسی مثبت
۳۹۲	تغییر و تحول اجتماعی
۳۹۳	چندفرهنگ‌سازی تلفیق
۳۹۵	مسائل فردی در برابر مسائل اجتماعی در مشاوره چندفرهنگی
۳۹۸	تعاریف بیماری روانی در زمینه چندفرهنگی
۳۹۸	«ظلم و سلطه» در زمینه چندفرهنگی
۴۰۰	رابطه درمانی در کار کردن با مددجویانی با فرهنگ متفاوت

۴۰۰	 کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۴۰۲	 چطور به سلنا کمک کنیم
۴۰۶	 پیگیری: شما به عنوان مشاور سلنا ادامه دهید
۴۰۶	 نکات نهایی
۴۰۷	 پرسشهای مروری
۴۰۸	 فصل چهاردهم
۴۰۸	 خانواده درمانی
۴۰۹	 اهداف یادگیری
۴۱۰	 زمینه تاریخی
۴۱۲	 اصول نظری
۴۱۵	 فرایند خانواده درمانی
۴۱۶	 استفاده از ژنوگرام
۴۱۶	 دلایل خانواده درمانی
۴۱۷	 تلفیق روانشناسی مثبت و خانواده درمانی
۴۱۹	 علائم در خانواده درمانی و روانشناسی مثبت
۴۲۰	 ژنوگرام در خانواده درمانی و روانشناسی مثبت
۴۲۱	 فراتر از تلفیق روانشناسی مثبت و خانواده درمانی
۴۲۱	 چندفرهنگسازی تلفیق
۴۲۴	 علائم، خانواده درمانی، روانشناسی مثبت و بستر فرهنگی
۴۲۷	 ژنوگرام در خانواده درمانی چندفرهنگی و روانشناسی مثبت
۴۳۰	 چندفرهنگسازی تلفیق خانواده درمانی و روانشناسی مثبت: گام بعدی چیست؟
۴۳۳	 کاربرد در مشاوره: مطالعه موردی
۴۳۴	 چطور به این خانواده کمک کنیم
۴۳۴	 «علائم» در خانواده درمانی و روانشناسی مثبت
۴۳۵	 ژنوگرام در خانواده درمانی و روانشناسی مثبت
۴۳۷	 پیگیری: شما به عنوان مشاور خانواده ادامه دهید
۴۳۷	 نکات نهایی

۴۳۸	 پرسشهای مروری: شما چه فکر میکنید؟
۴۳۹	 پیوست
۴۴۰	 لیست ویژگیهای شخصیتی و نقاط قوت مثبت (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴)
۴۴۴	 فهرست مراجع

مقدمه مترجم

این کتاب مقدمه ای است بر بعد جدیدی از روانشناسی مشاوره که با ادغام تئوری‌ها و مهارت‌های مربوط به درمان با جنبه‌های مثبت گروه‌های متنوع در یک رویکرد جامع و یکپارچه، ابعاد جدیدی را در روانشناسی مشاوره ارائه می‌دهد. از این طریق، این کتاب خوانندگان را راهنمایی می‌کند تا بجای اینکه فقط بر روی علائم منفی مددجو متمرکز شوند، پتانسیل مثبت او را تقویت کنند و علائم و نقاط قوت مراجعه‌کنندگان کسل و بیروح را بهبود بخشند. بدلهای مشاوره قبلی غالباً این نکته را نادیده می‌گیرند که چرا، چگونه و تا چه حد مراجعه‌کنندگان می‌توانند زندگی خود را با موفقیت اداره کنند. روانشناسی مشاوره با نحوه مدیریت زندگی، روزمره توسط مددجو روبرو می‌شود و اینکه چگونه می‌توانند با وجود علائم شدید رشد کنند، پیشرفت داشته باشند. مدارک و شواهد تجربی نشان می‌دهند که اگر به این مسائل توجه نشود، این خطر وجود دارد که روانشناسی مشاوره در کاهش علائم و نشانه‌ها و پیشگیری از بازگشت مجدد آنها دچار کاستی شود و به نتیجه دلخواه نرسد. همچنین این مدل‌ها ممکن است ابعاد کلیدی و مهم امید، تاب‌آوری و استقامت و سرسختی مددجویان غافل شوند و به نوبه خود نتوانند از دیدگاه کلی استفاده کنند، این کتاب شامل روانشناسی مشاوره سنتی و روانشناسی مثبت است تا به طور جامع نظریه‌های متنوع را پوشش دهد و درک دانشجویان را در زمینه تئوری‌های مختلف در مشاوره تقویت کند.

در خاتمه، باید گفت از آنجا که تعداد مددجویان و مراجعه‌کنندگان، روز به روز بیشتر و متنوع‌تر می‌شود، تلفیق رویکردهای مختلف روانشناسی مشاوره سنتی با روانشناسی مثبت مشاوران را قادر می‌سازد تا روش‌های مشاوره‌ای را بکار گیرند که بیشتر مناسب حال مددجویان چندفرهنگی باشد. همچنین، این کتاب به دانشجویان دوره کارشناسی ارشد و دکتری و شاغلان عرصه سلامت کمک می‌کند تا در روش‌های درمانی‌شان نسبت به مقوله فرهنگ حساسیت بیشتری داشته باشند.

مترجم: مریم اولیاییان

تهران

پاییز ۱۳۹۸