

زوج درمانی شناختی رفتاری

مؤلف: احمد فردی

www.ketab.ir

انتشارات زرنوشت

تهران - ۱۳۹۹

سرنام	:	فردی احمد، ۱۳۳۹-
عنوان و نام پدیدآور	:	زوج درمانی شناختی رفتاری / نویسنده: احمد فردی
مشخصات نشر	:	تهران: زرنوشت، ۱۳۹۹
مشخصات ظاهری	:	۱۰۶ ص.
شابک	:	۹۷۸ - ۶۲۲ - ۷۲۷۹ - ۶۳ - ۴
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فنیای مختصر
یادداشت	:	فهرست‌نویسی کامل این اثر در وب‌گاه http://opac.nlai.ir در دسترس است.
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۱۶۷۴۷۴



انتشارات زرنوشت

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی،
کوچه مهدی‌زاده، شماره ۲۷، واحد ۱۹
تلفن: ۰۹۰۲۴۸۶۸۹۵۶ - ۶۶۴۷۹۶۱۵ - ۶۶۴۳۵۶۳۷

زوج درمانی شناختی رفتاری

نویسنده: احمد فردی

• چاپ اول: ۱۳۹۹ • شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه • قشر: زرنوشت

شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۷۲۷۹ - ۶۳ - ۴

قیمت: ۲۰,۰۰۰ تومان

تمامی حقوق محفوظ است.

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
۱۱	فصل یکم مقدمه
۱۳	مقدمه
۱۸	زوج درمانی شناختی-رفتاری
۱۹	رضایت زناشویی
۲۱	فصل دوم پیشینه پژوهش
۲۳	۲-۱- رضایت مندی از روابط زناشویی
۲۴	۲-۲- خشنودی در خانواده و عوامل موثر بر آن
۲۷	۲-۳- عوامل موثر در تحکیم روابط زناشویی
۳۲	۲-۴- رویکرد زوج درمانی شناختی- رفتاری
۳۴	۲-۵- فرآیند درمان در زوج درمانی شناختی- رفتاری
۳۴	۲-۶- مداخلات درمانی در زوج درمانی شناختی- رفتاری
۳۴	مداخلات درمانی جهت تغییرات شناختی
۳۶	تکنیک‌های درمان شناختی
۳۷	مداخلات درمانی جهت بهبود مهارت‌های رفتاری
۳۷	توافقی‌های تبادل رفتاری
۳۸	جرات‌آموزی
۳۹	تمرین رفتاری
۳۹	مداخلات درمانی جهت بهبود مهارت‌های ارتباطی
۴۰	آموزش مهارت‌های ارتباطی
۴۰	دستورالعمل جهت ایجاد مهارت‌های شنیداری و کلامی

۴۱	تعیین تکلیف منزل.....
۴۲	برنامه‌ریزی فعالیت‌ها.....
۴۳	خود نظارتی.....
۴۳	تعیین تکلیف رفتاری.....
۴۴	۷-۲- زوج درمانی گروهی.....
۴۵	امکانات زوج درمانی گروهی.....
۴۶	۸-۲- پیشینه و سابقه پژوهش.....
۴۶	پژوهش مرتبط با رضایت مندی در روابط زناشویی.....
۴۶	پیشینه تجربی تحقیق در سطح کشور.....
۴۸	پیشینه تجربی تحقیق در خارج از کشور.....
۵۲	پژوهش مرتبط با زوج درمانی شناختی رفتاری.....
۵۹	فصل سوم زوج درمانی.....
۶۱	زوج درمانی.....
۶۱	اولین مرحله (شیفتگی):.....
۶۲	ورود به ارتباط جنسی.....
۶۳	نقش مسائل زیستی و هورمونی.....
۶۳	پژوهش اثبات کننده.....
۶۶	کاهش میل جنسی و پژوهش مربوط به آن.....
۶۷	مرحله سوم.....
۶۹	مرحله چهارم (گسترش تعهد).....
۷۰	تعریف رضایت زناشویی.....
۷۰	عوامل مؤثر بر زناشویی.....
۷۵	عوامل اخلاقی و روانی.....
۷۹	۷- رابطه با خانواده زن و شوهر.....
۷۹	۸- دوستی در زندگی زناشویی.....
۸۰	ترس ناآگاهانه از دوستی.....

۸۲.....	چگونه دختر و پسر ، زن و مرد جذب یکدیگر می شوند
۸۷.....	واکنش ها و پاسخهای جنسی انسان
۹۱.....	عشق از دیدگاه آبراهام مزلو :
۹۸.....	عشق از دیدگاه اریک فروم
۱۰۱.....	فهرست منابع:

پیشگفتار

تمدن جدید که در پرتو تمام تلاش های بشری و دستاوردهای علوم تجربی حاصل شده است چهره زندگی بشر را تغییر داد و دستاوردهای مدنی و صنعتی فراوان را در پی داشته است. اما همین تمدن جدید، نه تنها در درمان آلام و مصائب روحی بشر، توان لازم را نشان نداد، بلکه رنج های جدیدی بر دردهای پیشین افراد که غالب آنها از تاثیر زندگی صنعتی و مدرنیسم نشأت گرفته، بر او تحمیل نموده است. خانواده جبری بیشتر از مجموعه افرادی است که در یک فضای فیزیکی و روان شناختی با هم مشارکت دارند.

خانواده سیستم ارتباطی منظمی است که از روابط دوستی و کاری مجزا است. در جوامع مختلف روابط زوجی ارزش زیادی دارند به طوری که بیش از ۸۰٪ از افراد طلاق گرفته دوباره ازدواج می کنند (گلدنبرگ، ۲۰۰۰). بعد از مطالعات نشان داده اند که در زندگی زوجین انواع تعارض هایی وجود دارد که زندگی آنها را تحت تاثیر قرار می دهد و به دیگر جنبه های زندگی نیز سرایت می کند. از دیدگاه زوج درمانی شناختی- رفتاری، علل اکثر مشکلات رفتاری و تعارض های بین فردی از جمله تعارض زناشویی، مربوط به باورهای غیر منطقی فرد است (شفیع آبادی، ۱۳۷۵؛ فلانگان و فلانگان، ۲۰۰۴). آلیس (۲۰۰۴) و بک (۱۹۸۳) معتقد می باشند که تحریفات شناختی از جمله عواملی هستند که بیشتر از همه در دریافت و ادراک و تدبیر از واقعیت خارجی مؤثرند. این تحریفات ارتباط زیادی با نوسانات خلقی، هیجانات منفی و تعارضات میان فردی دارد (مومن، ۱۳۸۶).

با توجه به سهم چشمگیر تحریفات شناختی در ایجاد تعارض ها در بین همسران و رضایتمندی زناشویی (زارعی، ۱۳۸۵؛ یونسی، عسگری و بهرامی، ۱۳۸۷) و با توجه به اینکه یکی از وجوه ممیزه مهم بین زوج های مراجعه کننده به دادگاه خانواده و زوج های دارای رضایت مندی زناشویی، وجود تحریف های شناختی می باشد، پرداخت به این امر مهم و ضروری است که به اتکای آن می توان به تحکیم خانواده و کاهش نرخ طلاق و افزایش سلامت روان همسران بیانجامد.

احمد فردی

بهار ۱۳۹۹