

درمان های نوین روانشناختی

روان درمانی تحلیلی تابشی (FAP)

فعال سازی رفتاری (BA)

مقارن درمانی دیالکتیکی (DBT)

روح درمانی رفتاری تلفیقی (IBCT)

طرح دانه درمانی ST

درمان شناختی- رفتاری (C.B.T)

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT)

کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی (MBSR)

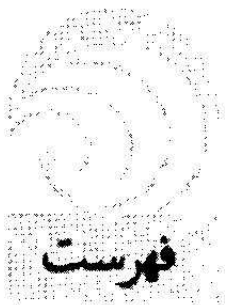
درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT)

سیستم تحلیلی رفتاری- شناختی (CBASP)



سرشناسه	: چاقوساز، مرضیه، ۱۳۶۴-
عنوان و نام پدیدآور	: درمان های نوین روانشناختی ... / مرضیه چاقوساز.
مشخصات نشر	: تهران: نشر رزا، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۳۰۸ ص.؛ مصور، جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۸-۶۱۶-۹۱۲۹۲۱۱۷۵۵۶
وضعیت فهرست نویسی	: کتابخانه
یادداشت	: کتابداری: ص ۲۸-۳۰۸.
موضوع	: روان درمانی
موضوع	: Psychotherapy
موضوع	: رفتار درمانی
موضوع	: Behavior therapy
رده بندی کنگره	: ۴۸-RC
رده بندی دیویی	: ۸۹۱۴/۶۱۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۱۵۹۲۴۹

نام کتاب	درمان های نوین روانشناختی
مؤلفان	مرضیه چاقوساز
انتشارات	رزا
صفحات و قطع	۳۰۸ صفحه / وزیری
شمارگان	۱۰۰۰ نسخه
سال چاپ	اول - ۱۳۹۹
شابک	۹۷۸-۶۰۸-۶۱۶-۹۱۲۹۲۱۱۷۵۵۶
بهاء	۵۷۰۰۰ تومان
رده تماس پخش	۰۲۱۴۴۰۱۵۶۰۸ - ۰۹۱۲۹۲۱۱۷۵۵۶
پایگاه اینترنتی	www.rozapub.ir



۱۷	مقدمه
	فصل اول:
۲۱	روان‌درمانی تحلیلی تابعی (FAP)
۲۳	مفهوم شناسی روان‌درمانی تحلیلی کارکردی (FAP)
۲۴	ضرورت استفاده از روان‌درمانی تحلیلی کارکردی
۲۶	ویژگیهای درمان روان تحلیلی
۲۶	اهداف عمده درمانی
۲۷	اصول اساسی
۲۹	فرایند تغییر در روان‌درمانی تحلیلی کارکردی
۳۱	تأکید کارکردی در درمان
۳۲	اهمیت رابطه و تعامل
۳۳	نقش تقویت در درمان

۳۴..... تحلیل کارکردی زبان در روان درمانی تحلیلی کارکردی

۳۶..... درمان شناختی رفتاری و روان درمانی تحلیلی کارکردی

۳۸..... ارائه منطق درمانی در روان درمانی تحلیلی کارکردی

فصل دوم:

۴۱..... فعال سازی رفتاری (BA)

۴۳..... تاریخچه درمان فعال سازی رفتاری

۴۴..... تعریف درمان فعال سازی رفتاری

۴۵..... مزایای درمان فعال سازی رفتاری

۴۶..... فرآیند اجرایی درمان فعال سازی رفتاری کوتاه مدت

فصل سوم:

۴۹..... رفتار درمانی دیالکتیکی (DBT)

۵۱..... مفهوم دیالکتیک

۵۵..... تعریف رفتار درمانی دیالکتیکی

۵۶..... اهداف درمانی

۵۷..... کاهش رفتارهای تهدیدکننده‌ی زندگی (رفتارهای خودکشی گرایانه)

۵۸..... کاهش رفتارهای مخل درمان

۵۹..... کاهش رفتارهای مخل کیفیت زندگی

۶۰..... افزایش مهارت‌های رفتاری

- کاهش فشار روانی پس از سانحه ۶۱
- افزایش احترام به خویشتن ۶۱
- راهبردهای درمان ۶۲
- راهبردهای اعتباربخشی ۶۳
- سطح اول: دیدن و شنیدن ۶۶
- سطح دوم: انعکاس دقیق و صحیح ۶۷
- سطح سوم: گفتن و برشمردن ناگفته‌ها ۶۷
- سطح چهارم: اعتبار بخشی برحسب کژکاری‌های بیولوژیکی یا اکتسابی قبلی ۶۷
- سطح پنجم: اعتباربخشی برحسب بافتار فعلی یا کنش‌های هنجاری ۶۸
- سطح ششم: اصالت بنیاد ۶۸
- راهبردهای مسئله‌گشایی (راهبردهای تغییر) ۶۹
- تحلیل رفتاری ۶۹
- تحلیل راهحل و روشهای تغییر ۷۰
- مهارت‌آموزی ۷۳
- روش‌های وابستگی ۷۵
- تکنیک مواجهه ۷۵
- اصلاح شناختی ۷۶
- راهبردهای دیالکتیکی: تعادل بخشی به راهبردهای درمان ۷۸
- راهبردهای سبک شناختی ۷۹

۸۲		راهنمایی مدیریت مورد
۸۲		راهنمای مشاوره با بیمار
۸۵		مداخله‌ی محیطی
۸۵		جلسات تیم مشاوره
۸۶		آه‌رشر مهارت‌ها در DBT
۸۷		مهارت‌های ذهن‌آگاهی
۸۹		غیرقضاوتی بودن
۹۰		خود-ذهن آگاهی
۹۰		کارآمد بودن
۹۰		مهارت کارآمدی بین فردی
۹۲		مهارت تحمل پریشانی (رنج)
۹۴		مهارت تنظیم هیجانی
۹۵		اثر بخشی رفتار درمانی دیالکتیکی

فصل چهارم:

۹۹		زوج درمانی رفتاری تلفیقی (IBCT)
۱۰۱		تعریف زوج درمانی رفتاری تلفیقی
۱۰۴		اصول درمان
۱۰۴		فرمول بندی موردی

۱۰۸	 ساختار درمان
۱۰۹	 ارزیابی عملکرد زوج
۱۰۹	 تکنیکهای اصلی
۱۱۰	 اثربخشی زوج درمانی رفتاری تلفیقی
۱۱۲	 پیرامون زوج درمانی رفتاری التقاطی
۱۱۳	 من موردی در مورد کاربرد IBCT
۱۱۴	 ارزیابی
۱۱۵	 فیدبک و فرمال بندی
۱۱۵	 درمان: ایجاد پذیرش

فصل پنجم:

۱۱۷	 طرح واره درمانی (ST)
۱۱۹	 پیشینه تاریخی طرح واره درمانی
۱۲۰	 تعریف طرح واره درمانی
۱۲۰	 مبانی نظری و فلسفی طرح واره درمانی
۱۲۲	 ضرورت طرح واره درمانی از دیدگاه یانگ
۱۲۴	 روششناسی طرح واره درمانی
۱۲۴	 فرآیند درمان در طرح واره درمانی
۱۲۶	 پروتکل درمانی

جلسات آموزش طرح‌واره درمانی..... ۱۲۶

فصل ششم:

درمان شناختی - رفتاری (C.B.T)..... ۱۲۹

سیر تاریخی و تکامل درمان شناختی - رفتاری..... ۱۳۱

مرحله اول: شکل‌گیری و رشد رفتار درمانی..... ۱۳۴

مرحله دوم: شکل‌گیری شناخت درمانی..... ۱۳۵

مرحله سوم: تأثیر رویکردهای شناختی و رفتاری..... ۱۳۷

شناخت درمانی در منابع آلمانی..... ۱۳۹

اصول و روشهای مشاوره و درمانگری شناختی در منابع اسلامی..... ۱۴۱

معاداندیشی و شناخت درمانی..... ۱۴۲

درمان شناختی - رفتاری (C.B.T)..... ۱۴۳

درمان شناختی - رفتاری یا CBT چیست؟..... ۱۴۸

سه نوع بینش در درمان شناختی - رفتاری..... ۱۴۹

ویژگیهای درمان شناختی رفتاری..... ۱۴۹

ابزارهای ارزیابی در درمان شناختی رفتاری..... ۱۵۱

فرایند مصاحبه در درمان شناختی رفتاری..... ۱۵۲

۱- تهیه فهرستی از مشکلات..... ۱۵۲

۲- تعیین عوامل پیشاینده و پساینده..... ۱۵۳

- ۱۵۳..... تفاوت درمان شناختی رفتاری CBT با درمان ACT
- ۱۵۵..... مروری بر پژوهش‌های انجام شده در داخل و خارج کشور
- ۱۵۵..... پژوهش‌های خارجی
- ۱۶۲..... پژوهش‌های داخلی
- ۱۶۷..... فرآیند درمان شناختی - رفتاری
- ۱۷۳..... راه‌بردها و فنون رویکرد شناختی - رفتاری
- ۱۷۳..... ۱. آموزش در حل مسئله
- ۱۷۵..... (۲) کنترل افکار خنثی کننده
- ۱۷۶..... ده خطای شناختی از نظر آلبرت الیس
- ۱۷۷..... تفکر همه یا هیچ (صفر یا صد)
- ۱۷۸..... تعمیم مبالغه آمیز (احتمال بیش از حد)
- ۱۸۰..... فیلتر منفی
- ۱۸۱..... بی توجهی به امر مثبت
- ۱۸۲..... نتیجه گیری شتابزده
- ۱۸۴..... درشت بینی (فاجعه سازی) و ریزینی
- ۱۸۵..... استدلال احساسی
- ۱۸۶..... باید اندیشی
- ۱۸۷..... برچسب زدن
- ۱۸۸..... خود مقصر پنداری

اصلاح خطاهای شناختی (اصلاح افکار اتوماتیک) ۱۸۹

۳) بازسازی شناختی ۱۹۰

۴) آموزش مثبت نگری ۱۹۱

۸) روش پیکان وارونه ۱۹۲

فصل هفتم

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) ۱۹۷

ذهن آگاهی چیست؟ ۱۹۹

عوامل ذهن آگاهی ۲۰۲

عناصر اصلی آموزش ذهن آگاهی ۲۰۳

تمرین های رسمی و غیررسمی ذهن آگاهی ۲۰۳

رابطه بین آموزش حضور ذهن و رویکردهای شناختی ۲۰۸

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی ۲۱۰

تاریخچه MBCT در ایران ۲۱۱

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی چگونه مؤثر واقع می شود؟ ۲۱۲

رویارویی ۲۱۲

تغییر شناختی ۲۱۳

تنظیم هیجان ۲۱۴

خود مدیریتی ۲۱۶

۲۴۷	تاریخچه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۲۴۷	تعریف درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۲۴۸	هدف ACT
۲۴۹	تفاوت ACT با دیگر رویکردهای مبتنی بر توجه آگاهی
۲۵۰	خصوصیت منحصر به فرد ACT
۲۵۱	مبنای فلسفی در ان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۲۵۲	مبنای نظری درمان
۲۵۳	فرایندهای اصلی شیوه درمانی
۲۵۴	پذیرش
۲۵۵	ناهم آمیزی شناختی
۲۵۷	خود به عنوان یک بافت
۲۵۸	در زمان حال بودن
۲۵۹	ارزشها
۲۶۰	عمل متعهدانه
۲۶۱	انعطاف پذیری روانی
۲۶۲	سیر درمان در Act
۲۶۳	زمان بندی درمان
۲۶۳	مدل آسیب شناسی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۲۶۴	پکیج درمانی Act