

اثر بخشی رویکرد شناختی - رفتاری در بهبود
روابط زوجین (زوج درمانی)

مؤلف: مایکل وارل

مترجمین:

منصوره گلستانی

رضوان معلم کاریز جالایی



انتشارات کتابچه

سرشناسه	: وارل، مایکل Worrell, Michael
عنوان و نام پدیدآور	: اثربخشی رویکرد شناختی - رفتاری در بهبود روابط زوجین (زوج درمانی)/مؤلف مایکل وارل؛ مترجم منصوره گل بیاتی، رضوان معلم کاریز بالایی.
مشخصات نشر	: سنندج: کتابچه، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۳۴۹ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۲۹۴۷-۹
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: Cognitive behavioural couple therapy: distinctive features, ۲۰۱۵.
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: زوج درمانی
موضوع	: Couples therapy
موضوع	: شناخت درمانی
موضوع	: Cognitive therapy
شناسه افزودن	: گل بیاتی، منصوره، ۱۳۵۸ - مترجم
شناسه افزوده	: معلم کاریز بالایی، رضوان، ۱۳۶۶ - مترجم
رده بندی کنگره	: RC۴۰۰
رده بندی دیویی	: ۶۱۶.۰۵۶۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۱۷۷ ۷



انتشارات کتابچه

اثربخشی رویکرد شناختی - رفتاری در بهبود روابط زوجین (زوج درمانی)

مؤلف: مایکل وارل

مترجمین: منصوره گل بیاتی - رضوان معلم کاریز بالایی

ناشر: انتشارات کتابچه

جلد و صفحه آرای: شاهو احمدیان

چاپ: اول - ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۲۹-۴۷-۹

مرکز پخش: سنندج، مجتمع تجاری کردستان، واحد ۲۲۳

تلفن: ۰۸۷۳۳۳۲۹۹۶۸

فروشگاه آنلاین: www.Ketabchepub.ir

info@ketabchepub.ir

فهرست مطالب

۱۲	پیش گفتار
۱۸	مقدمه
۲۰	فصل اول
۲۰	ویژگی های نظری متمایز CBCT
۲۴	فصل ۲. یک پیشینه متمایز
۲۵	درمان شناخت
۲۶	شناخت اجتماعی
۲۶	پذیرش و ذهنیت
۲۸	رویکردهای غیر CBT: احساسات و بینش
۲۸	درمان زوجین با تمرکز بر احساسات (EFACT)
۲۹	معاشرت درمانی (IOCT)
۳۰	فصل ۳. پیشرفت CBCT
۳۰	عاطفه
۳۱	تمرکز در سطح خرد و کلان
۳۱	شرایط محیطی
۳۲	فرهنگ
۳۳	تعادل مثبت و منفی
۳۴	فصل ۴. عوامل رفتاری کوچک
۳۵	رفتار های ارتباطی و غیر ارتباطی
۳۵	رفتارهای مثبت
۳۶	رفتارهای منفی
۳۸	الگوهای تعامل رفتاری

۴۰	فصل ۵. شناسی عوامل در مشکلات زوجین ۱.....
۴۱	توجه انتخابی.....
۴۲	ویژگی ها.....
۴۳	انتظارات.....
۴۴	فصل ۶. شناسی عوامل در مشکلات زوجین ۲.....
۴۴	فرضیه ها، استانداردها و طرح ها.....
۴۴	پیش فرض ها.....
۴۵	استانداردها.....
۴۷	الگوها.....
۴۹	فصل ۷. احساسات.....
۴۹	تجربه احساسی.....
۵۰	تنظیمات احساسی.....
۵۲	بیان احساسات.....
۵۳	ادراک و احساسات.....
۵۵	فصل ۸. انگیزه و شخصیت.....
۵۵	انگیزه ها و تنش های رابطه.....
۵۸	سبک شخصیت.....
۶۰	فصل ۹. الگوهای کلان: ثبات و تغییر.....
۶۱	آداب و رسوم.....
۶۳	حمایت اجتماعی.....
۶۴	فصل ۱۰. تاثیر محیط بر عملکرد زوجین.....
۶۵	نیاز های محیطی.....
۶۶	منابع محیطی.....
۶۷	شناخت در مورد خواسته ها و منابع زیست محیطی.....

فصل ۱۱. "تفاوت" متنی (عوامل زمینه ای).....	۶۸
فرهنگ و قومیت.....	۶۸
جنسیت.....	۷۱
فصل ۱۲. عوامل فردی: آسیب شناسی روانی.....	۷۳
اثرات آسیب روانی فردی بر اختلال زوجین.....	۷۴
اثرات تنش زوجین بر روی آسیب روانی فردی.....	۷۵
انگیزه ها و تنش های رابطه.....	۷۷
سبک شخصیت.....	۸۰
الگوهای کلان: ثبات و تغییر ..	۸۰
آداب و رسوم.....	۸۲
حمایت اجتماعی.....	۸۳
تأثیر محیط بر عملکرد زوجین.....	۸۴
نیاز های محیطی.....	۸۵
منابع محیطی.....	۸۶
شناخت در مورد خواسته ها و منابع زیست محیطی.....	۸۷
"تفاوت" متنی (عوامل زمینه ای).....	۸۸
فرهنگ و قومیت.....	۸۸
جنسیت.....	۹۱
جهت گیری جنسی.....	۹۲
فصل ۱۲. عوامل فردی: آسیب شناسی روانی.....	۹۵
اثرات آسیب روانی فردی بر اختلال زوجین.....	۹۶
اثرات تنش زوجین بر روی آسیب روانی فردی.....	۹۷
فصل ۱۳.....	۹۹
مثالی از افسردگی.....	۹۹

۹۹		اثرات بر عملکرد فردی
۱۰۰		اثرات پروی عملکرد زوجین
۱۰۱		هدف قرار دادن استرس زوجین به عنوان راهی برای رفع افسردگی فردی
۱۰۳		فصل ۱۴
۱۰۳		یک مدل مبتنی از عملکرد زوجین
۱۰۷		فصل ۱۵
۱۰۷		ارزشه و اهداف CBCT
۱۱۱		بخش ۲
۱۱۱		ویژگی های عمل نمای CBCT
۱۱۲		فصل ۱۶
۱۱۲		نقش و موضع درمانگر
۱۱۵		تعادل
۱۱۶		ارزیابی
۱۱۶		مصاحبه های اولیه زن و شوهر
۱۱۷		پرسشنامه های شخصی (خود گزارشی)
۱۱۸		نظارت بر الگوهای متقابل زن و شوهر
۱۱۹		مصاحبه های فردی
۱۲۱		فصل ۱۸
۱۲۱		بازخورد و تنظیم هدف
۱۲۵		فصل ۱۹
۱۲۵		مداخلات رفتاری: تغییر رفتار هدایت شده
۱۲۹		فصل ۲۰
۱۲۹		بهبود ارتباطات: مهارت های صحبت کردن و گوش دادن
۱۳۴		فصل ۲۱

۱۳۴	ارتقای سطح ارتباطات: مکالمات تصمیم گیری
۱۳۸	فصل ۲۲
۱۳۸	شناخت های چالش بر انگیز: توجه و ویژگی های انتخابی
۱۴۲	فصل ۲۳
۱۴۲	شناخت های چالش بر انگیز: استانداردهای و باورهای یک رابطه
۱۴۷	فصل ۲۴
۱۴۷	کار با احساسات
۱۴۷	استراتژی های بار روی تجربه و بیان احساسی محدود
۱۴۹	استراتژی های کمک زوجین با توجه به تجربه و بیان احساسات
۱۵۱	فصل ۲۵
۱۵۱	کار روی محیط
۱۵۵	فصل ۲۶
۱۵۵	مداخلات مراتبی
۱۵۶	مداخلاتی که دچار اضطراب ثانویه است
۱۵۷	مداخلات برای حل مسائل و معضلات اولیه روابط
۱۶۰	فصل ۲۷
۱۶۰	بررسی یک مورد روانپزشکی فردی: پرونده ی افسردگی
۱۶۰	مداخلات با مشارکت طرف مقابل
۱۶۱	مداخلات زوجین با اختلالات خاص
۱۶۳	درمان رسمی زوج
۱۶۵	فصل ۲۸
۱۶۵	عدم وفاداری و آسیب های ارتباطی
۱۶۵	فرضیه های شکست خورده
۱۶۶	جذب ضربه

۱۶۷	درک متقابل
۱۶۸	حرکت رو به جلو
۱۷۰	فصل ۲۹
۱۷۰	پایان دادن به مسائل
۱۷۵	فصل ۳۰
۱۷۵	نتیجه گیری: چالش ها و احتمالات CBCT
۱۷۵	احتمالات
۱۷۶	چالش ها

پیش گفتار

مایکل ورل یک نویسنده عالی، پزشک، مربی، سرپرست و همکار در زمینه شناخت رفتار درمانی زوجین (CBCT) است. به ندرت فردی را پیدا می کنید که دارای این استعداد است و ادغام این مهارت ها است که مایکل را برای ایجاد یک کتاب متفکر و با ارزش در CBCT به ارمان آورده است. من در زمینه درمان روابط زوجین به مدت ۴۰ سال کار کرده ام و تقریباً هر جنبه ای از معیار درمان زوج که من می دانم را دانش بسیاری از افراد دیگر، از جمله بینش منحصر به فرد مایکل در این کتاب گردآوری شده است. و آنچه شگفت انگیز تر است اینست که او آن را به وضوح و مختصر ارائه کرده است. به عنوان یک خواننده، شما در مقابل یک درمان واقعی هستید.

مایکل به عنوان یک متخصص CBCT ماه و عنوان یک نویسنده، سخنرانی و یا ایده پردازی نمی کند که تنها توسط بعضی از خوانندگان ناشناخته پذیرفته شود. او به میداند که نوشتن یک فرایند بین فردی، بن نویسنده و خواننده است و نقش او این است که ساختار، تمرکز و اصول کلی را به ایجاد دانش و درک موجود خواننده بسازد، بنابراین خواننده می تواند رشد کند و بتدریج مؤثرترین درمانگر باشد. او با ارائه یک چارچوب برای درک زوجین شناختی رفتاری را آغاز می کند، زیرا این چارچوب مفهومی را هدایت می کند که به طور طبیعی به برنامه ریزی درمان مؤثر منجر می شود و در حالیکه این مفهوم سازی برای یک پزشک نیز اهمیت دارد، شما همچنین باید درک طیف وسیعی از مداخلات خاصی را که ممکن است برای ارتباط با موقعیت های پیچیده که زوجین حضور دارند، داشته باشید.

بنابراین این کتاب به شما آنچه را که شما نیاز دارید تا از طریق درک اینکه چگونه تمام مداخلات عمده ای که در حال حاضر در زمینه CBCT در دسترس هستند و نحوه استفاده از آنها از انعطاف پذیری و انطباق با نیازهای زوج داده شده را به اجرا در می آورید، می دهد.

www.ketab.ir