

سیستم‌های خانواده درونی

تکنیک‌ها، تمرینات، کاربرگ‌ها، مطالعات موردی زوج درمانی

مؤلفین:

تونی هربین

مارتا سوییزی

مترجم

ماندانا متین‌زاده

www.ketab.ir

سرشناسه

: هرباین-بلنک، تونی

Herbine-Blank, Toni

عنوان و نام پدیدآور : سیستم‌های خانواده درونی، تکنیک‌ها، تمرینات، کاربرگ‌ها، مطالعات موردی

زوج‌درمانی/مولفین تونی هربین، مارتا سوییزی ؛ مترجم ماندانا متین‌زاده.

مشخصات نشر : تهران: نمای علم، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری : ۲۳۴ص

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۵۸۱۴-۰۷-۳

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

موضوع : عنوان اصلی: Internal Family Systems Couple Therapy Skills

Manual: Healing Relationships with Intimacy From the Inside Out.

موضوع : کتابنامه

موضوع : زوج درمانی

موضوع : Couples therapy

موضوع : صمیمیت

موضوع : Intimacy (Psychology)

شناسه افزوده : سوییژی، مارتا - Sweezy, Martha

شناسه افزوده : متین زاده، ماندانا، ۱۳۵۹

رده بندی کنگره : RC۴۸۸/۵

رده بندی دیویی : ۶۱۶/۸۹

شماره کتابشناسی ملی : ۸۷۶۶۵۲۳

سیستم‌های خانواده درونی (تکنیک‌ها، تمرینات، کاربرگ‌ها، مطالعات موردی زوج درمانی)

■ مولفین: تونی هربین - مارتا سوییزی

■ مترجمین: ماندانا متین زاده

■ ناشر: نمای علم

■ قیمت: ۹۵۰۰۰۰ ریال

■ طراح جلد: انتشارات نمای علم

■ سال و نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

■ شمارگان: ۵۰ نسخه

ISBN: 978-622-5814-07-3

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۵۸۱۴-۰۷-۳

دفتر مرکزی: بلوار کشاورز، بعد از تقاطع نادری، پلاک ۱۶۴

تلفن: ۰۹۱۰ ۹۵۵ ۹۵۵ ۲

سایت انتشارات www.Namai.ir



فهرست مطالب

فصل اول: مفاهیم اساسی.....	۱۵
ماهیت اجزاء ما	۱۵
مخلوط نشدن (عدم ترکیب).....	۱۸
پروژه روابط	۲۱
تاثیر قانون گذاری و چرخش مجدد (وارونگی).....	۲۲
چرخش مجدد	۲۲
بصیرت و دسترسی مستقیم	۲۳
سبک‌بار کردن	۲۵
انتقال و انتقال متقابل	۲۶
نکاتی در مورد انتقال متقابل	۲۶
نورویولوژی رابطه‌ای	۲۷
خلاصه	۲۸
واژه نامه اصطلاحات و مفاهیم	۲۹
فصل دوم: درمان در سه مرحله	۳۵
سه مرحله IFIO زوج درمانی	۳۸
مرحله ۱: یادگیری	۳۸
مرحله ۲: رسیدن به اصل موضوع	۳۸
مرحله ۳: پایان	۳۹
مرحله اول درمان: یادگیری	۳۹
ارزیابی: IFIO مشارکتی و غیرآسیب شناسی است.	۳۹
معرفی مدل IFIO	۴۱
جلسه آغازین	۴۲
دعوت، گوش دادن و مشاهده	۴۳

- معرفی زبان اجزاء..... ۴۳
- دعوت از آسیب‌پذیری ۴۴
- ارائه دعوتی ملایم برای پرس و جو و تفحص و گوش دادن باطنی..... ۴۴
- اعتبارسنجی..... ۴۵
- تسهیل تمایز درونی با توجه به احساس و قرار گرفتن در جایگاه آن احساس ۴۵
- ارائه کمک و ایجاد محدودیت برای درمان ۴۶
- با تأکید بر اینکه برخی از اجزاء نقش محافظتی را بر عهده می‌گیرند تا از آسیب‌پذیری اجزای دیگر جلوگیری کنند..... ۴۹
- مرحله ۲ درمان: رسیدن به قلب موضوع ۵۰
- ردیابی درگیری همسران ۵۰
- ردیابی ۵۰
- ردیابی الگوهای درگیری ۵۴
- پرسیدن سوال دور چرخشی که به نوبه خود دعوت کننده است تا جین در مورد عکس العمل از سوی دران کنجکاو باشد..... ۵۴
- پایبندی به زبان اجزاء ۵۵
- ترجیح □ نشان دادن به جای گفتن ۵۵
- مهار جزء مورد نظر ۵۵
- کمک به همسران برای گوش دادن به آسیب‌پذیری یا فراقکنی ۵۵
- تأیید و کنجکاوی در مورد احساسات نهفته ۵۵
- برای مراجع وقت بگذارید تا بررسی درون خود را ادامه دهد. ۵۶
- بازتاب، مرور کلی و بررسی مجدد موافقت یا عدم توافق ۵۶
- جزئیات رفتارها ۵۶
- پرسیدن سوال چرخشی برای دعوت به کنجکاوی ۵۷
- قرارداد ایمنی!..... ۵۷

- ۵۷..... تایید پاسخ حفاظتی، در حالی که مرز را حفظ می‌کنید.
- ۵۷..... پایبندی به زبان اجزاء
- ۵۸..... پرسش دور چرخشی
- ۵۸..... اعتبار سنجی، معکوس سازی و بررسی توافق
- ۶۰..... نامگذاری دنباله و الگوهای واکنش و عکس‌العمل متقابل
- ۶۰..... صدور دعوتنامه احتمالات
- ۶۱..... کاربرگ مراجعه کننده
- ۶۱..... من با چه کسی درگیرم؟
- ۶۱..... کاربرگ الگوی ردیابی
- ۶۲..... ارتباط شجاعانه: نوع مکالمه خود را تغییر دهید تا رابطه‌تان تغییر کند.
- ۶۵..... اهداف ارتباط شجاعانه (جسورانه)
- ۶۷..... ارتباط جسورانه: قسمت ۱
- ۶۷..... گوش دادن ماهرانه
- ۶۸..... ارتباط جسورانه: قسمت ۲
- ۶۹..... کمک به محافظت عصبانی بدون ترکیب
- ۷۰..... نقشه راه برای معرفی ارتباط جسورانه
- ۷۲..... مکالمه سخت با ارتباط شجاعانه
- ۷۳..... اولین سوال دور چرخشی
- ۷۴..... بررسی فعال سازی ANS و میزان ترکیب آنها
- ۷۶..... دومین سوال دور چرخشی
- ۷۶..... سومین سوال دور چرخشی
- ۷۷..... چهارمین سوال دور چرخشی
- ۷۷..... بررسی فعال‌سازی ANS و میزان ترکیب آنها
- ۷۸..... شفاهی کردن تجربه عدم ترکیب

۷۹.....	یک سوال دور چرخشی دیگر.....
۸۰.....	قرارداد "ردیابی اجزاء".....
۸۲.....	مقررات مشترک (باهم تنظیمی).....
۸۳.....	توصیه درمانگر.....
۸۳.....	کمک به زوج‌ها برای شروع مکالمات سخت.....
۸۳.....	اولین پرس و جو (از زوج).....
۸۴.....	دومین پرس و جو.....
۸۴.....	سومین پرس و جو.....
۸۴.....	چهارمین پرس و جو.....
۸۴.....	نکاتی برای مراجعین (کارآوران) : جعبه ابزار ارتباط شجاعانه.....
۸۵.....	رفع نیازهای عاطفی با ارتباطات شجاعانه.....
۸۷.....	ارتباط‌گیری با شجاعت.....
۸۸.....	دعوت از چرخش دور برگشتی با درخواست از کارآور برای توجه به خود و بدنش.....
۸۸.....	جایگذاری جزء در بدن فرد.....
۸۸.....	لنگر انداختن جزء در بدن با دعوت از کارآور برای بسیار خاص.....
۸۹.....	ANS نامگذاری پاسخ.....
۸۹.....	بررسی عدم ترکیب.....
۸۹.....	دوست شدن با اجزاء.....
۸۹.....	تاکید بر اهمیت زبان اجزاء.....
	نام گذاری این طرح: "وقتی محافظان شما نیازهایتان را می‌تاراند، نیازهای طرف مقابل را نیز دور می‌سازند.".....
۹۲.....	ارائه سایر امکانات.....
۹۳.....	چرخش و برگشت مجدد برای زوج‌ها.....
۹۶.....	در هر لحظه یک انتخاب.....

۹۷.....	صحبت کردن و یافتن نیازهای عاطفی
۱۰۰.....	دادن و گرفتن با ارتباط شجاعانه
۱۰۱.....	دادن و گرفتن
۱۰۶.....	صحبت از جزء پسر خوب
۱۰۷.....	طرح ریزی: هزینه اجزاء پنهان
۱۰۹.....	با اجزاء خود دور چرخشی انجام دهید
۱۱۱.....	دور چرخشی در آزمون فکری
۱۱۳.....	درون روانی در زوج درمانی: رفتن به درون
۱۱۵.....	رفتن به درون
۱۱۵.....	رفتن به درون
۱۱۷.....	کمک به ترکیب نشیل اجزاء در مارک
۱۱۷.....	نامیدن تبعید
۱۱۷.....	بررسی عدم ترکیب
۱۱۸.....	بررسی مجدد عدم ترکیب
۱۱۸.....	تقویت اتصال خویشتن به اجزاء
۱۱۸.....	توسعه رابطه
۱۱۹.....	شاهد
۱۱۹.....	نامیدن محافظانی که از تاراندن احساس خطر می کنند
۱۱۹.....	بررسی دوره ای با همسر برای حفظ ارتباط
۱۲۱.....	بازیابی خود به خود از گذشته تا حال
۱۲۱.....	دعوت از تبعیدی برای سبکباری، اگر آماده باشد
۱۲۱.....	هنوز برای سبکبار شدن آماده نیست
۱۲۱.....	احترام به درخواست توقف
۱۲۲.....	اتصال گذشته به حال