

به نام خداوند جان و خرد



پوران پژوهش

کتاب ارشد

نظریه‌های روان درمانی و مشاوره

مجموعه علوم تربیتی (۲)

چاپ اول

مؤلف:

دکتر شیرافکن

تابستان ۱۳۹۳

سرشناسه	: شیرافکن، علی، ۱۳۴۹-
عنوان و پدیدآور	: نظریه‌های روان درمانی و مشاوره/ مولف شیرافکن.
مشخصات نشر	: تهران: پوران پژوهش، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۴۱۰ ص: جدول.
فروست	: کتاب ارشد، مجموعه علوم تربیتی (۲).
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۱۸۴-۳۷۹-۵
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا.
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۴۱۰.
موضوع	: دانشگاه‌ها و مدارس عالی — ایران — آزمون‌ها.
موضوع	: روان درمانی — راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: روان درمانی — آزمون‌ها و تمرین‌ها (عالی)
موضوع	: مشاوره — راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: مشاوره — آزمون‌ها و تمرین‌ها (عالی)
موضوع	: آزمون دوره‌های تحصیلات تکمیلی — ایران.
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۹۲ ع ۹۸۲۶ ش/ LB۲۲۵۲
رده‌بندی دیویی	: ۳۷۸/۱۶۶۴
شماره کتابخانه	: ۳۲۵۸۰۴۱

انتشارات پوران پژوهش

نام کتاب:	نظریه‌های روان درمانی و مشاوره
تألیف:	دکتر شیرافکن
ناشر:	پوران پژوهش
حروفچینی:	پوران پژوهش
چاپ و صحافی:	مگا چاپ
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
نوبت چاپ:	اول - تابستان ۱۳۹۳
قیمت:	۱۷۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۹۶۴-۱۸۴-۳۷۹-۵

ISBN: 978-964-184-379-5

دفتر مرکزی: میدان انقلاب - ابتدای کارگر جنوبی - کوچه مهدیزاده - پلاک ۹ - واحد ۵۴ تلفن: ۶۶۹۲۷۰۴۰

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف و ناشر، نشر یا بخش یا عرضه کند، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

پیش‌گفتار انتشارات

کتابی به‌شمار داوطلبان آزمون کارشناسی ارشد نشان می‌دهد که در این سال‌ها درخواست تحصیل در دوام‌های تحصیلات تکمیلی دانشگاه‌ها افزایش چشمگیری داشته است. دشواری پیش روی بیشتر داوطلبان، گوناگونی منابع درسی و نبود دسترسی به آنها و همچنین نمونه آزمون‌های مناسب برای تمرین و فهم بیش‌تر مفاهیم درسی است.

مدیریت انتشاراتی پوران‌پژوهش، آقای دکتر احمد هژبر و همسرشان بانو افسانه عبیدی با بیش از ۱۵ سال تجربه در امر چاپ و نشر برای برآورده‌سازی نیاز داوطلبان، با سیاست کلی چاپ کتاب‌های ارزنده با بهایی درخور، آماده‌سازی و گردآوری یک مجموعه‌ی گوناگون با آماجهای روشن را در دستور کار قرار داده است.

مجموعه‌ی نخست با نام کتاب **ارشد** (با جلد آبی‌رنگ) که تاکنون به دست داوطلبان رسیده، با پذیرش چشمگیری همراه بوده است. در هر عنوان کتاب **ارشد**، پس از شرح کامل درس در هر فصل، پرسش‌های چهارگزینه‌ای آزمون‌های سراسری و آزاد چند سال اخیر به همراه پاسخ‌های تشریحی آورده شده است. شرح درس در هر کتاب از این مجموعه به گونه‌ای است که برای دانشجویان سال‌های پایین‌تر سودمند است و نیز یک منبع درسی مناسب برای دانشجویان و استادان دانشگاه می‌باشد. کتاب **ارشد** نخستین بار در مهرماه سال ۱۳۸۰ در قالب پانزده عنوان به داوطلبان شناسانده شد. بیش از ۲۲۰ عنوان را دربرمی‌گیرد. مجموعه‌ی دوم با نام **چند آزمون ارشد** (با جلد سیاه رنگ) به گونه‌ای گردآوری شده است که دانشجویان دفترچه‌های آزمون‌های سراسری سال‌های گذشته را با پاسخ‌های تشریحی در این کتاب خواهد داشت.

مجموعه‌ی سوم با نام **بانک تست ارشد** (با جلد نارنجی رنگ) در دروس پایه و تخصصی هر رشته، یک کتاب کار به شمار می‌رود که در آن پرسش‌های طبقه‌بندی‌شده به همراه پاسخ‌های تشریحی آورده شده است تا دانشجو با حل و بررسی آن‌ها توانایی بایسته برای پاسخ‌گویی به آزمون‌ها را به دست آورد. در آخر مجموعه‌ی چهارم که با جلد قهوه‌ای رنگ عرضه شده و به عنوان کتاب‌های مرجع در دانشگاه‌ها آموخته می‌شود.

مقدمه مؤلف

مطالب کتاب حاضر در مورد نظریه‌های روان درمانی و مشاوره می‌باشد. در ابتدا سعی شده است مطالبی در مورد ویژگی‌های مشاوران کارآمد، ارزش‌های مشاور، رابطه بین ارزش‌ها و نظریه‌های مشاوره، مفهوم نظریه، نقش نظریه‌ها، ویژگی‌های یک نظریه خوب بحث گردد، سپس سعی شده است مطالب مربوط به نظریه‌های روان درمانی و مشاوره مورد بحث قرار گیرد: طبق سنت معمول ابتدا از دیدگاه روان‌کاوی فروید شروع شده است. سپس به سراغ فروید و کاراوی به گونه مفصل مورد بحث واقع شده است، سپس سعی شده است مدل‌های درمانی به پس از فروید بوجود آمده است مورد بحث قرار گیرند.

لازم به یادآوری است که مدل‌های درمانی پس از فروید در داخل کتاب‌های نظریه‌های روان درمانی کمتر مورد بحث واقع شده است. در حالیکه این مدل‌ها کاربردهای درمانی بسیار زیادی دارند. به همین خاطر سعی شده است مدل‌های درمانی پس از فروید، که در واقع از نظریه ایشان نشأت گرفته‌اند به گونه مفصل مورد بحث واقع شوند.

از جمله مدل‌های درمان روان‌پویشی پس از فروید عبارتند از:

۱- **مدل‌های مخالفان:** از جمله مخالفان فروید عبارتند از: آدلر، یونگ و آدلر می‌باشند که نظریه هر یک از آنان در قالب فصلی جدا به گونه مفصل مورد بحث قرار گرفته است.

۲- **مدل تحلیل‌گران اجتماعی فرهنگی و میان فرهنگی:** این مدل‌ها معتقدند رابطه نقش بسیار زیادی در سلامتی یا بیماری شخصیت دارد آنان معتقدند فروید این جنبه کمتر توجه نموده است از جمله افراد معروف در این زمینه خانم کارن هورنای و هری استاک سالیوان هستند. خانم هورنای به نوعی نظریه روان‌کاوی اجتماعی را مطرح نموده است. سالیوان نیز معتقد است هیچ‌یک عادل تعاملاتی است که با فرد برقرار شده است.

۳- **مدل روان‌شناسان ایگو:** این مدل اهمیت زیادی به نقش من یا (ego) می‌دهد. آنان می‌گویند اگر فروید زنده بود تفکر او در مسیری تغییر می‌یافت که آنان به آن اشاره می‌کنند. افراد زیادی در این حیطه اقدام به نظریه‌پردازی نموده‌اند از جمله معروفترین آنها عبارتند از: آنا فروید، هارتمن، اریک اریکسون، ارنست کریس، دیوید راباپورت، ادیت جیکوبسن و ... اشاره نمود در این قسمت سعی شده نظریات آنا فروید، اریک اریکسون، هارتمن مورد بحث قرار گیرد.

۴- **نظریه‌های روابط شئی:** فروید در نظریه روان‌کاوی خود از مفهوم نیروگذاری روانی استفاده نمود. نیروگذاری روانی عبارتست از مقدار انرژی است که فرد صرف یک شئی یا شخص می‌کند، با توجه به این

مفهوم نظریه‌های روابط شئی بوجود آمدند. شئی به هر شخص یا شئی اشاره دارد که می‌تواند نیازهای اساسی کودک را برآورده سازد. نظریه‌پردازان روابط شئی معتقدند مهمترین شئی برای کودک مادر به حساب می‌آید. لذا معتقدند رابطه بین مادر - کودک مهمترین عامل تأثیرگذار بر شخصیت کودک به حساب می‌آید. از جمله نظریه‌پردازان روابط شئی عبارتند از: مارگارت ماehler، هینز کوهات، ملانی کلاین و ... می‌باشند. در این کتاب سعی شده است نظریه‌های هر یک از این سه نفر مورد بحث قرار گیرد. البته ناگفته نماند در این قسمت نظریه سبک‌های دلبستگی جان بالبی و درمان هیجان مدار که از این نظریه ناشی شده است مورد بحث واقع شده است.

۵- بیان پویشی کوتاه مدت: این درمان نیز از پیامدهای درمان روان‌کاوی فروید است. چون روان‌کاوی کلاسیک فروید طولانی مدت بود، به همین خاطر برخی از روان‌کاوان مفهوم درمان پویشی کوتاه مدت را مطرح کردند. اشاره می‌کنند حتی گاهی خود فروید نیز در مورد برخی از مراجعان از درمان پویشی کوتاه مدت استفاده می‌نمود. از جمله درمانگران معروف این حیطه پیتر سیفنوس، مالان، حبیب دوانلو می‌باشند که هر یک به نظریات آنان اشاره شده است.

همچنین در این کتاب رویکرد رفتاری و رفتاری شناختی مورد بحث قرار گرفته است. از جمله نظریه‌پردازان رفتاری، که معروف آن‌ها مطرح شده عبارتند از: ایوان ام. سچنف، ایوان پتروویچ پاولف، ولادیمیرام. بختریف، جان بی‌واسون، بی‌اف اسکینر، ژوزف ولپی می‌باشد. در ادامه سعی شده است فنون مبتنی بر شرطی‌سازی کلاسیک پاولف، مبتنی بر شرطی‌سازی عامل (کنشگر) اسکینر، فنون مبتنی بر نظریه ژوزف ولپی به گونه مفصل مورد بحث قرار گیرد.

همچنین در قسمت مربوط به رویکرد رفتاری شناختی به نظریه افرادی مانند مارتین سلیگمن، مایکنبام، آلبرت ایس، آرون تی - یک اشاره شده است.

امیدوارم مطالب این کتاب بتواند دانشجویان گرامی را در کسری مفاهیم بنیادی درمان و بکارگیری آنها در درمان کمک کند.

فهرست مطالب

۳۳.....	پرش‌های لفظی یا کنش پریشی	۱.....	فصل ۱. مفاهیم بنیادی مشاوره
۳۴.....	تفسیر لطیفه‌ها و شوخی‌ها	۱.....	ویژگی‌های مشاوران کارآمد
۳۴.....	نظریه شخصیت فروید	۵.....	تعریف مشاوره
۳۵.....	۱- الگوی مکان‌نگار ذهن	۷.....	ارزش‌های مشاور
۳۸.....	۲- دیدگاه پویشی	۹.....	رابطه بین ارزش‌ها و نظریه‌های مشاوره
۴۱.....	اضطراب	۱۰.....	تفاوت‌های روان‌درمانی و مشاوره
۴۳.....	۳- دیدگاه تکوینی	۱۳.....	فصل ۲. مفهوم نظریه
۴۳.....	مراحل رشد روانی - جنسی	۱۴.....	نظریه‌ها
۴۳.....	۱- مرحله دهانی	۱۴.....	۱- شناسایی ارتباطات مربوط
۴۵.....	۲- مرحله مقعدی	۱۵.....	۲- تعیین سوابق گذشته‌ها
۴۷.....	۳- مرحله آلتی	۱۵.....	۳- آزمون پرسی
۵۲.....	۴- مرحله نهفتگی (کمون)	۱۵.....	۴- مفید بودن
۵۲.....	۵- مرحله تناسلی	۱۶.....	۵- پیش‌بینی از طریق وقایع‌ها
۵۴.....	۴- دیدگاه اقتصادی فروید در مورد شخصیت	۱۶.....	۶- ارزش اکتشافی
۵۵.....	۵- دیدگاه ساختاری	۱۶.....	۷- هماهنگی درونی
۵۵.....	۱- نهاد	۱۷.....	۸- ایجاز
۵۷.....	۲- من (خود)	۱۷.....	نظریه مشاوره
۵۹.....	۳- فرامن (فراخود)	۱۸.....	اشتراکات درمان‌ها
۶۲.....	مکانیزم‌های دفاعی و اضطراب	۱۸.....	انتظارات مثبت
۶۲.....	۱- سرکشی	۱۹.....	رابطه درمانی
۶۴.....	۲- سرکشی و یادزدودگی کودکی	۲۲.....	اثر هاوثرن
۶۴.....	۱- مکانیزم سرکشی (باطل‌سازی)	۲۳.....	فصل ۳. روان‌کاوی
۶۵.....	۲- مکانیزم سرکشی (بازسازی)	۲۴.....	افراد مؤثر بر شکل‌گیری روان‌کاوی
۶۶.....	۳- مکانیزم سرکشی (توسعه)	۲۷.....	واقعۀ کوکائین
۶۷.....	۴- مکانیزم سرکشی (توسعه)	۲۷.....	رابطه روان‌کاوری - علم اعصاب
۶۸.....	۵- مکانیزم سرکشی (توسعه)	۲۸.....	ژوزف بروئر و روش پالایشی
۶۸.....	۶- تثبیت	۲۹.....	ملاقات فروید با شارکو
۶۹.....	۷- واپس‌روی	۳۰.....	تداعی آزاد
۶۹.....	۸- فرافکنی	۳۱.....	نظریه اغوا
۷۰.....	۹- انکار	۳۲.....	خودکاوی فروید
۷۱.....	۱۰- مکانیزم دلیل تراشی	۳۲.....	تحلیل روبا (تفسیر خواب)
۷۲.....	۱۱- مکانیزم درون‌فکنی	۳۳.....	عقدۀ ادیپ
۷۲.....	۱۲- مکانیزم جبران		
۷۳.....	اعتباریابی تجربی مکانیزم‌های دفاعی		

۱۱۹.....	تاریخچه زندگی.....	۷۳.....	دیدگاه فروید در مورد ماهیت انسان.....
۱۲۰.....	۱- روان کاوی.....	۷۳.....	۱- آزادی - جبرگرایی.....
۱۲۱.....	۲- مفهوم انگار که وپهنگر.....	۷۴.....	۲- منطقی - غیرمنطقی بودن.....
۱۲۱.....	۳- عدالت اجتماعی و فمینیسم.....	۷۴.....	۳- کل نگر - جزءنگری.....
۱۲۲.....	۴- کل نگر - خویشن یکپارچه.....	۷۴.....	۴- سرشتی نگر - محیط نگر.....
۱۲۲.....	۵- پیشگیری.....	۷۴.....	۵- تغییرپذیری - تغییرناپذیری.....
۱۲۲.....	روان شناسی کلاسیک آدلر.....	۷۵.....	۶- ذهنیت - عینیت.....
۱۲۳.....	۱- کل نگر و من خلاق.....	۷۵.....	۷- تعادل حیاتی - تعادل برتر.....
۱۲۴.....	۲- انگاره پنداری.....	۷۵.....	درون کنشی - واکنشی.....
۱۲۵.....	۳- غایت نگر (اهداف خیالی).....	۷۶.....	آداب روان در روان کاوی چگونه ایجاد می شود؟.....
۱۲۷.....	۴- علاقه اجتماعی.....	۷۷.....	فنون روان کاوی.....
۱۲۸.....	۵- سبک زندگی (شیوه زندگی).....	۷۷.....	۱- انتقال - انتقال من ابل.....
۱۳۲.....	۶- احساس حقارت.....	۸۰.....	۲- تداعی.....
۱۳۴.....	۷- تلاش برای برتری.....	۸۲.....	۳- مقاومت.....
۱۳۷.....	۸- مفهوم ترتیب تولد.....	۸۵.....	۴- اعمال سهوی (کنش بر روی).....
۱۳۹.....	مفروضه های اساسی آدلر در مورد ماهیت انسان.....	۸۵.....	۵- رویا.....
۱۳۹.....	۱- آزادی - جبرگرایی.....	۸۸.....	۶- تفسیر.....
۱۴۰.....	۲- منطقی بودن - غیر منطقی بودن.....	۸۹.....	اثربخشی درمان روان کاوی.....
۱۴۰.....	۳- کل نگر - جزئی نگر.....	۹۱.....	فصل ۴. نظریه یونگ
۱۴۰.....	۴- سرشتی نگر - محیطی نگر.....	۹۱.....	روان.....
۱۴۰.....	۵- ذهنیت - عینیت.....	۹۲.....	تاریخچه زندگی یونگ.....
۱۴۰.....	۶- درون کنشی - واکنشی.....	۹۴.....	نظریه شخصیت.....
۱۴۱.....	۷- تعادل برتر.....	۹۵.....	۱- خودآگاهی.....
۱۴۱.....	۸- شناختناپذیری.....	۹۵.....	من ego.....
۱۴۱.....	نظریه آداب شناسی روانی.....	۹۶.....	۲- ناخودآگاه شخصی.....
۱۴۲.....	۱- توجه.....	۹۷.....	۳- ناخودآگاه جمعی.....
۱۴۲.....	۲- قدرت طبیعت.....	۱۰۳.....	۴- کارکردهای روان شناختی.....
۱۴۲.....	۳- انتقام جویی.....	۱۰۸.....	انسان فردیت یافته.....
۱۴۲.....	۴- اعتراف به کاستی.....	۱۱۰.....	برداشت یونگ از ماهیت انسان.....
۱۴۵.....	نظریه درمان.....	۱۱۱.....	روش های تحقیق در نظریه یونگ.....
۱۵۱.....	رابطه درمانی.....	۱۱۲.....	۱- آزمون تداعی کلمه.....
۱۵۲.....	فنون درمان آدلری.....	۱۱۲.....	۲- تحلیل رویا.....
۱۵۲.....	فنون آدلری.....	۱۱۴.....	۳- تخیل فعال.....
۱۵۴.....	فرایند درمان آدلری.....	۱۱۵.....	۴- انتقال.....
۱۵۴.....	۱- مرحله ایجاد رابطه و حفظ رابطه ی درمانی.....	۱۱۶.....	روان درمانی یونگی.....
۱۵۵.....	۲- مرحله درک و سنجش سبک زندگی.....	۱۱۹.....	فصل ۵. نظریه آدلر

۳- مرحله بینش ۱۵۸
۴- مرحله ایجاد جهت‌گیری مجدد ۱۵۹

فصل ۶. درمان روان‌پویشی پس از فروید ۱۶۱

درمان روان‌پویشی پس از فروید ۱۶۱
مدل‌های تحلیل‌گران اجتماعی فرهنگی و میان فرهنگی ۱۶۲

نظریه هورنای ۱۶۲

۱- مقدمه ۱۶۲

تاریخچه زندگی هورنای ۱۶۳

۲- مقاله فروید با هورنای ۱۶۵

۴- سیر فرهنگ ۱۶۶

۵- عوامل خانواده: دخیل در روان رنجوری ۱۶۶

۶- راه‌های روان رنجوری: راه برای کنار آمدن با اضطراب بنیادی ۱۶۷

۷- گرایش‌های روان رنجوری ۱۶۸

۸- خودانگاره آرمانی ۱۷۱

۹- بیرونی کردن و مکانیزم‌های دفاعی ۱۷۲

۱۰- روان درمانی ۱۷۲

فصل ۷. نظریه سالیوان ۱۷۳

مقدمه ۱۷۳

زندگی‌نامه سالیوان ۱۷۸

تنش‌ها ۱۷۹

نیازها ۱۸۰

اضطراب ۱۸۰

پویش‌ها ۱۸۱

۱- بدخواهی ۱۸۱

۲- صمیمیت ۱۸۲

نظام خود ۱۸۲

شخصیت‌بخشی‌ها ۱۸۳

۱- مادر بد، مادر خوب ۱۸۴

۲- شخصیت‌بخشی‌های من ۱۸۴

۳- شخصیت‌بخشی‌های خیالی ۱۸۵

مراحل شناخت در دیدگاه سالیوان ۱۸۵

۱- سطح ابتدایی اندیشی (احساس محض) ۱۸۵

۲- سطح علت و معلول اندیشی صوری ۱۸۵

(تداعی‌های تصادفی) ۱۸۶

۳- سطح منطقی اندیشی (علامت‌های رمزی) ۱۸۷

روان درمانی ۱۸۷

فصل ۸. تحلیل ایگو و روابط شئی / روان‌شناسی ایگو ۱۸۹

تحلیل ایگو و روابط شئی / روان‌شناسی ایگو ۱۸۹

تحلیل ایگو (من) ۱۸۹

تاریخچه زندگی آنافروید ۱۹۰

روان‌شناسی ایگو (من) ۱۹۰

مکانیزم همانندسازی با پرخاشگر ۱۹۱

مکانیزم ریاضت‌طلبی ۱۹۲

مکانیزم عقلی‌سازی ۱۹۳

پیدایش مکانیزم‌های دفاعی ۱۹۳

فصل ۹. نظریه هارتمن ۱۹۵

مقدمه ۱۹۵

زندگی علمی هارتمن ۱۹۵

نظریه هارتمن ۱۹۵

مراحل شکل‌گیری ساخت روان ۱۹۷

فصل ۱۰. نظریه اریکسون ۱۹۹

تاریخچه زندگی اریکسون ۱۹۹

روان‌شناسی من ۲۰۰

اصل ایگو و تنیک ۲۰۱

۱- مرحله اعتماد در برابر بی‌اعتمادی ۲۰۳

۲- مرحله خودختاری در برابر تردید و شرم ۲۰۵

۳- مرحله ابتلا در برابر گناه ۲۰۶

۴- سخت‌کوشی در برابر حقارت ۲۰۷

۵- مرحله نوگرایی ۲۰۸

۶- اوایل بزرگسالی (زناشویی) ۲۱۱

۷- مرحله زاینده‌گی در برابر سردی ۲۱۱

سالگی) ۲۱۲

۸- مرحله پیری ۲۱۳

نظر اریکسون در مورد ماهیت انسان ۲۱۴

۱- آزادی - جبرگرایی ۲۱۴

۲- منطقی بودن، غیرمنطقی بودن ۲۱۵

۳- تغییرپذیری - تغییرناپذیری ۲۱۵

۴- ذهنیت - عینیت ۲۱۵

۲۴۲.....	مواضع زندگی.....	۲۱۵.....	۵- کل‌نگری - جزءنگری.....
۲۴۲.....	۱- من خوب هستم - تو خوب هستی.....	۲۱۶.....	۶- سرشتی‌نگری - محیطی‌نگری.....
۲۴۲.....	۲- من خوب نیستم - تو خوب هستی.....	۲۱۶.....	۷- درون‌کنشی - واکنشی.....
۲۴۲.....	۳- من خوب نیستم - تو خوب نیستی.....	۲۱۶.....	۸- تعادل حیاتی - تعادل برتر.....
۲۴۳.....	۴- من خوب هستم - تو خوب نیستی.....	۲۱۶.....	۹- یگانگی - عمومیت.....
۲۴۳.....	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....	۲۱۷.....	کاربردهای درمانی نظریه اریکسون.....
۲۴۵.....	نظریه فرایند درمانی.....	۲۲۱.....	فصل ۱۱. تاریخچه زندگی برن
۲۴۵.....	وظیفه درمان‌جو.....	۲۲۱.....	تاریخچه.....
۲۴۶.....	وظیفه درمانگر.....	۲۲۲.....	مراحل تحول نظریه اریک‌برن.....
۲۴۹.....	فصل ۱۲. نظریه‌های روابط شئی	۲۲۴.....	آنها.....
۲۴۹.....	نظریه‌های روابط شئی.....	۲۲۴.....	احساس راکت.....
۲۵۱.....	۱- نظریه مارگارت ماehler.....	۲۲۴.....	اشتیاق به مایگان.....
۲۵۵.....	کاربرد نظریه ماehler.....	۲۲۴.....	اشتیاق سازمان‌ی.....
۲۵۷.....	فصل ۱۳. نظریه هینزکوهات	۲۲۴.....	اشتیاق محرک.....
۲۵۷.....	تاریخچه زندگی هینز کوهات.....	۲۲۴.....	بازی.....
۲۵۸.....	روان‌شناسی من.....	۲۲۴.....	تبادل.....
۲۵۹.....	خود هسته‌ای.....	۲۲۴.....	تبادل مقاطع.....
۲۶۲.....	مراحل رشد از دیدگاه کوهات.....	۲۲.....	تبادل مکمل.....
۲۶۲.....	۱- مرحله دهانی.....	۲۲۵.....	تبادل پنهان.....
۲۶۲.....	۲- مرحله مقعدی.....	۲۲۵.....	مواضع زندگی.....
۲۶۲.....	۳- مرحله فالیک یا التی.....	۲۲۵.....	کودک طبیعی.....
۲۶۳.....	۴- مرحله کمن.....	۲۲۶.....	دیدگاه برن در مورد ماهیت انسان.....
۲۶۳.....	۵- مرحله تناسلی.....	۲۲۶.....	مقایسه نظریه تحلیل تبدالی برن با نظریه روان‌کاوی
۲۶۴.....	اختلالات.....	۲۲۶.....	فروید.....
۲۶۵.....	اختلال شخصیت.....	۲۲۷.....	طریقه گذران اوقات خود.....
۲۶۵.....	۱- خود کم.....	۲۲۷.....	۱- گوشه‌گیری.....
۲۶۵.....	۲- خود تکه‌تکه.....	۲۲۷.....	۲- رعایت آداب.....
۲۶۶.....	۳- خود بیش از حد تحریک‌پذیر.....	۲۲۸.....	۳- وقت‌گذرانی.....
۲۶۶.....	۴- خود تحت فشار.....	۲۲۹.....	۴- سرگرم شدن به کار یا حرفه.....
۲۶۶.....	اختلال رفتار خودشیفته.....	۲۲۹.....	۵- پرداختن به بازی.....
۲۶۶.....	۱- شخصیت تشنه انعکاس.....	۲۲۹.....	۶- برقراری روابط صمیمانه.....
۲۶۷.....	۲- شخصیت‌های تشنه آرمان.....	۲۲۹.....	نظریه شخصیت.....
۲۶۷.....	۳- شخصیت‌های تشنه دیگری.....	۲۲۹.....	۱- تحلیل ساختاری.....
۲۶۷.....	۴- شخصیت‌های تشنه یکی شدن.....	۲۳۳.....	۲- تحلیل تبدالی.....
۲۶۸.....	۵- شخصیت‌های تماس‌خواه - دوری‌گزین.....	۲۳۶.....	۳- تحلیل سناریو.....
۲۶۸.....	درمان در نظریه کوهات.....	۲۳۹.....	۴- تحلیل بازی.....

نکات مهم در روان درمانی کوتاه مدت ۳۰۱

فصل ۱۷. دیدگاه رفتارگرایی ۳۰۳

پیشینه رفتارگرایی ۳۰۳

روان‌شناسی عینی روسیه ۳۰۴

ایوان ام. سچنف ۳۰۴

ایوان پتروویچ پاولف ۳۰۵

۱- مفاهیم نظریه شرطی‌سازی کلاسیک ۳۰۶

ولادیمیرام. بختریف ۳۰۸

جان بی واتسون و رفتارگرایی ۳۰۸

بی. اف. اسکینر ۳۱۰

شکل‌گیری شخصیت بهنجار و نابهنجار از دیدگاه

اسکینر ۳۱۲

ماهیت انسان از دیدگاه اسکینر ۳۱۳

۱- آزادی - جبرگرایی ۳۱۳

۲- منطقی بودن - غیر منطقی بودن ۳۱۴

۳- کل‌نگری - جزء نگری ۳۱۴

۴- سرشتی نگری - محیطی نگری ۳۱۴

۵- تغییرپذیری - تغییرناپذیری ۳۱۴

۶- ذهنیت - عینیت ۳۱۴

۷- درون‌کنشی - واکنشی ۳۱۵

۸- تعادل حیاتی - تعادل برتر ۳۱۵

۹- شناخت‌پذیری - شناخت‌ناپذیری ۳۱۵

ژوزف پی ۳۱۵

فصل ۱۸. درمان مبتنی بر شرطی‌سازی پاسخگر ۳۱۷

پاولف ۳۱۷

فنون مبتنی بر شرطی‌سازی پاسخگر پاولف ۳۱۷

۱- شرطی‌سازی باغذایی ۳۱۷

۲- درمان شب‌ادراری ۳۱۸

۳- روش‌های مبتنی بر خاموشی باغذایی ۳۱۹

درمان‌های غرقه‌سازی یا مواجهه‌ای ۳۲۱

درمان غرقه‌سازی تجسمی ۳۲۱

روش درمان غرقه‌سازی تجسمی ۳۲۳

درمان مواجهه‌ای (غرقه‌سازی) ادنابی. فو ۳۲۵

حساسیت‌زدایی با حرکت چشم و بازپردازش ۳۲۷

مراحل درمان حساسیت‌زدایی با حرکت چشم و

بازپردازش ۳۲۹

فصل ۱۴. نظریه ملانی کلاین ۲۷۱

نظریه ملانی کلاین ۲۷۱

مقدمه ۲۷۱

تاریخچه زندگی ملانی کلاین ۲۷۳

مفاهیم نظریه کلاین ۲۷۳

خیال‌ها ۲۷۴

اشیاء ۲۷۵

۱- مواضع ۲۷۵

مکانیزم‌های دفاعی ۲۷۹

روان‌درمانی مبتنی بر نظریه کلاین ۲۸۲

فصل ۱۵. نظریه جان بالبی ۲۸۳

تاریخچه ۲۸۳

مفهوم دلبستگی ۲۸۴

مراحل دلبستگی ۲۸۵

۱- مرحله تولد - ماهیگی ۲۸۵

۲- مرحله تمرکز بر اشیاء ۲۸۶

۳- مرحله دلبستگی شدید ۲۸۶

فعال ۲۸۶

۴- مرحله سه سالگی تا پایان دوران ۲۸۷

الگوهای دلبستگی ۲۸۸

۱- سبک دلبستگی ایمن ۲۸۸

۲- سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی ۲۸۸

۳- سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا ۲۸۹

اهمیت نظریه دلبستگی برای زوج درمانی و خانواده

درمانی ۲۸۹

درمان هیجان‌محور (EFT) ۲۸۹

نظریه رونالد فریبرن ۲۹۳

روش اجرای درمان روابط شنی و روان‌شناسی خود ۲۹۳

فصل ۱۶. درمان پویایی کوتاه مدت ۲۹۷

درمان پویایی کوتاه مدت ۲۹۷

پیمتر سیف‌نوس ۲۹۹

مالان ۲۹۹

روان‌درمانی پویایی کوتاه مدت فشرده (ISTDP) ۳۰۰

دوانلو ۳۰۰

مان ۳۰۱

۳۵۶.....	الگوی انتساب.....	۳۲۹.....	مرحله ۳- سنجش.....
۳۵۷.....	روش درمان سلیگمن.....	۳۳۰.....	مرحله ۴- حساسیت‌زدایی و برنامه‌ریزی مجدد.....
۳۵۸.....	نظریه مایکنیام.....	۳۳۰.....	مرحله ۵- کارگذاری شناختی نجوی درونی
۳۶۱.....	فصل ۲۰. نظریه عقلانی - هیجانی الیس.....	۳۳۰.....	مثبت.....
۳۶۱.....	مقدمه.....	۳۳۰.....	مرحله ۶- ورناندازی بدنی.....
۳۶۲.....	تاریخچه.....	۳۳۰.....	مرحله ۸- ارزیابی مجدد.....
۳۶۳.....	نظر الیس در مورد ماهیت انسان.....	۳۳۱.....	شرطی‌سازی بی‌زاری آور.....
۳۶۵.....	مفاهیم بنیادی شخصیت.....	۳۳۲.....	حساسیت‌سازی نهان.....
۳۶۵.....	۱- بعد فیزیولوژیک (زیستی).....	۳۳۲.....	فنون روش ناشی از شرطی‌سازی تقابلی.....
۳۶۵.....	۲- بعد اجتماعی.....	۳۳۲.....	حساسیت‌سازی منظم ولی.....
۳۶۵.....	۳- بعد روان شناختی.....	۳۳۳.....	۱- سلسله مراتب اضطراب.....
۳۶۶.....	نظریه A.B.C.....	۳۳۳.....	سلسله مراتب نمونه «اضطراب آزمون».....
۳۶۷.....	نظریه آسیب‌شناسی روانی.....	۳۳۴.....	۲- آموزش سبیدگ.....
۳۶۹.....	نظریه فرایندهای درمانی.....	۳۳۴.....	۳- حساسیت‌زدایی.....
۳۷۰.....	وظیفه و نقش درمانگر.....	۳۳۶.....	۴- آموزش اظهار وجه.....
۳۷۰.....	وظیفه و نقش درمانجو.....	۳۳۸.....	فن توقف فکر.....
۳۷۱.....	رابطه درمانی.....	۳۳۹.....	فنون ناشی از نظریه شرطی‌سازی کلاسیک.....
۳۷۲.....	فنون درمانی عقلانی - هیجانی.....	۳۴۰.....	برنامه‌های تقویت.....
۳۷۲.....	فنون شناختی.....	۳۴۱.....	۱- برنامه نسبی ثابت (FR).....
۳۷۲.....	۱- به چالش طلبیدن عقاید غیرمنطقی.....	۳۴۱.....	۲- برنامه فاصله‌ای ثابت (FI).....
۳۷۲.....	۲- انجام دادن تکالیف شناختی.....	۳۴۷.....	۳- برنامه نسبی متغیر.....
۳۷۳.....	۳- تغییر دادن نحوه بیان خویش.....	۳۴۷.....	۴- برنامه فاصله‌ای متغیر.....
۳۷۳.....	۴- استفاده از شوخی.....	۳۴۸.....	فرایندهای خودگردانی.....
۳۷۳.....	فنون هیجانی.....	۳۴۸.....	۱- کنترل فیزیکی.....
۳۷۳.....	۱- تمرین برداشتن عقلانی - هیجانی.....	۳۴۸.....	۲- کمک‌های فیزیکی.....
۳۷۳.....	۲- ایفای نقای.....	۳۴۹.....	۳- تغییر شرایط محرک.....
۳۷۴.....	۳- تمرین حمله.....	۳۴۹.....	۴- دستکاری شرایط هیجانی.....
۳۷۴.....	۴- استفاده از نیرو و انرژی.....	۳۴۹.....	۵- دادن پاسخ‌های دیگر.....
۳۷۵.....	فنون رفتاری.....	۳۴۹.....	۶- تقویت مثبت خود.....
۳۷۵.....	مبانی تجربی REBT الیس.....	۳۵۰.....	۷- تنبیه خود.....
۳۷۷.....	وحشتناک جلوه دادن / فاجعه‌سازی.....	۳۵۰.....	ویژگی‌های درمان‌های رفتاری.....
۳۷۷.....	تحمل ناکامی پائین (کم طاقتی).....	۳۵۱.....	فصل ۱۹. نظریه شناختی - رفتاری.....
۳۷۷.....	ارزیابی کلی.....	۳۵۱.....	تغییر شناختی رفتاری.....
۳۷۸.....	مدل REBT-I.....	۳۵۱.....	ریشه‌های تاریخی رفتارگرایی.....
۳۷۹.....	مدل CT.....	۳۵۴.....	درمان‌شناختی - رفتاری.....
۳۷۹.....	مدل REBT-II.....	۳۵۴.....	درماندگی آموخته شده (مارتین ای. بی. سلیگمن).....

۳۸۸.....	۸- مسئولیت‌پذیری بدون دلیل	۳۸۱.....	مواجهه‌سازی (غرقه‌سازی)
۳۸۸.....	۹- سوء تعبیر نمودن واقعیت	۳۸۳.....	فصل ۲۱. معرفی کوتاه آرون - تی‌یک
۳۸۸.....	طرحواره‌های شناختی	۳۸۳.....	معرفی کوتاه آرون - تی‌یک
۳۸۹.....	سوگیری نظامند	۳۸۴.....	افکار خودکار
۳۹۰.....	رفتار بهنجار و نابهنجار از دیدگاه شناخت درمانی	۳۸۵.....	تحریف‌های شناختی
۳۹۱.....	مبانی تجربی CBT	۳۸۶.....	۱- استنباط‌های دلبخواهی
۳۹۱.....	اختلال‌های خوردن	۳۸۶.....	۲- تفکر دو قطبی
اثر درمان شناخت درمانی بر روی اختلال		۳۸۶.....	۳- جداسازی گزینشی
۳۹۷.....	(PTSD)	۳۸۷.....	عمیق فراطبی
۴۰۱.....	منابع	۳۸۷.....	۴- بینش‌نمایی و کوچک‌نمایی
		۳۸۷.....	۵- شخصی‌سازی
		۳۸۸.....	۷- پی‌گویی