



روش‌های کاربردی خانواده درمانی شناختی

دکتر یاسر دادخواه

سرشناسه	: دادخواه، یاسر، ۱۳۵۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: روش های کاربردی خانواده درمانی شناختی / یاسر دادخواه.
مشخصات نشر	: تهران: نارون دانش، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۲ص.
شابک	: 978-622-6632-05-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: روان درمانی خانواده
موضوع	: Family psychotherapy
موضوع	: شناخت درمانی
موضوع	: Cognitive therapy
موضوع	: درمان شناختی تحلیلی
موضوع	: Cognitive-analytic therapy
رده بندی کنگره	: RC۹۱۶د/۵/۸۸ ۱۰۹۸
رده بندی دیویی	: ۱۶/۸۱۵۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۶۳۸۱۰۱

عنوان کتاب: روش های کاربردی خانواده درمانی شناختی

پدیدآورنده ها: یاسر دادخواه

طرح جلد و صفحه آرایی: محسن دادخواه

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

ناشر: نارون دانش

قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

مقدمه و پیشگفتار

از ابتدای پیدایش حیات در این کره خاکی و تشکیل اولین سلول موجود زنده تکثیر بین سلولی مهمترین اصل ازدیاد و نشر حیات بوده است، ایجاد ساختاری عجیب و بسیار پیچیده بجهت تولید موجودی شبیه به خود با ساز و برگ بسیار شگفت انگیز تاکنون در میلیاردها روش مجزا انجام گرفته است.

بدون شک انسان بعنوان شگفت آور ترین پدیده ی کارخانه هستی دارای یکی از کامل ترین و پیچیده ترین مکسزها و ساز و برگ های لانه سازی و تولید مثل است.

شکل گیری و ایجاد خانواده بجهت ایجاد یک حریم و فضای امن برای تکثیر و تداوم بقاء جالب ترین و کامل ترین راه ای تکثیر در موجودات زنده محسوب می شود، ایجاد یک گونه بسیار خاص از روابط بین فردی در در راه شناختی و ساخت پایگاه های نامرئی عاطفی و اجتماعی و ایجاد حریمی امن بجهت نیل به ای خانواده بسیار زیبا و بی بدیل است.

شناسایی، تقویت و ترمیم کانون خانواده موثرترین راه ایجاد یک جامعه سالم و بدون تنش است که امروزه با تکنیک ها و روش های گوناگونی قابل انجام و ارزیابی است.

در این اثر سعی شده تا با مطالعه و بررسی بیش از شصت مقاله و کتاب بین المللی و براساس جدیدترین نگرش های شناختی و روانشناسی به بررسی روش های کاربردی در جهت ترمیم روابط و احساسات سست شده بین فردی در خانواده پرداختیم. امید آنکه هر چه بیشتر جامعه ای نزدیک به ایده آل داشته باشیم.

دکتر یاسر الحواه

فهرست مطالب

۱. خانواده درمانی از طریق دبستگی..... ۱
- توسعه و نظریه..... ۱
- تکنیک های استفاده شده در ABFT..... ۲
- آموزش برای ABFT..... ۴
- ABFT به چه نحوی می تواند مفید باشد؟..... ۴
- نگرانی ها و محدودیت ها..... ۵
۲. داستان درمان دبستگی خانوادگی..... ۷
- تاریخچه و توسعه..... ۸
- نظریه داستان درمانی دبستگی خانوادگی..... ۸
- مشکلات درمان شده..... ۱۱
- محدودیت ها و نگرانی ها..... ۱۲
۳. منظومه های خانوادگی..... ۱۳
- توسعه منظومه های خانوادگی..... ۱۳
- تکنیک و نظریه منظومه های خانوادگی..... ۱۴
- مشکلات حل شده با استفاده از منظومه های خانوادگی..... ۱۵
- آیا منظومه های خانوادگی یک روش موثر و کارایی است؟..... ۱۶
- انتقادات مربوط به روش منظومه های خانوادگی..... ۱۷
۴. روش درمانی سیستمهای خانوادگی..... ۱۹
- توسعه روش درمانی سیستم های خانوادگی..... ۲۰
- رهیافت های مربوط به روش درمانی سیستم های خانوادگی..... ۲۰
- روش درمان سیستم های خانوادگی و ژنوگرام..... ۲۲
- هشت مفهوم نظریه سیستم های خانوادگی که به هم مرتبط هستند..... ۲۲
- روش درمانی سیستم های خانوادگی به چه نحوی می تواند مفید باشد؟..... ۲۶

محدودیت ها و نگرانی ها.....	۲۶
۵. فمینیست درمانی.....	۲۷
فمینیست درمانی به چه نحوی اعمال می شود؟.....	۲۷
چارچوب فمینیست درمانی.....	۲۸
فمینیست درمانی و جنسیت.....	۳۰
آیا فمینیست درمانی بر روی مردان هم قابل اعمال می باشد؟.....	۳۱
تاریخچه فمینیست درمانی.....	۳۱
محدودیت های مربوط به فمینیست درمانی.....	۳۲
۶. فرزند درمانی.....	۳۴
تاریخچه و توسعه.....	۳۴
نظریه فرزند درمانی.....	۳۵
فرزند درمانی به چه نحوی صورت می گیرد؟.....	۳۶
مشکلاتی که با استفاده از روش فرزند درمانی.....	۳۸
آیا فرزند درمانی یک روش کارا و موثری می باشد؟.....	۳۸
محدودیت های مربوط به بازی درمانی.....	۳۹
۷. سیستم های خانواده درونی.....	۴۰
تاریخچه IFS.....	۴۱
مدل درمانی IFS.....	۴۱
شناخت شخصیت (خود) در IFS.....	۴۴
مشکلات درمان شده با استفاده از IFS.....	۴۴
در دوره IFS چه مواردی صورت می گیرد؟.....	۴۵
تکنیک های و روش های IFS.....	۴۶
آموزش IFS.....	۴۷
محدودیت های مربوط به IFS.....	۴۹
۸. نوروبیولوژی میان فردی.....	۵۰

- ۵۰..... نظریه مربوط به نورو بیولوژی زیستی
- ۵۱..... مدیتیشن درمانی و مسیر های عصبی جدید
- ۵۱..... آموزش نحوه اعمال نورو بیولوژی میان فردی
- ۵۲..... منابع مربوط به نورو بیولوژی زیستی
- ۵۳..... ۹. روان درمانی میان فردی
- ۵۳..... شرایط درمان شده با استفاده از روان درمانی میان فردی
- ۵۴..... فرآیند روان درمانی میان فردی
- ۵۵..... کارایی روان درمانی میان فردی
- ۵۵..... راهنمای روان درمانی میان فردی
- ۵۶..... محدودیت ها- مربوط به روان درمانی میان فردی
- ۵۸..... ۱۰. فیلم درمانی
- ۵۸..... فیلم درمانی چیست؟
- ۵۹..... فیلم درمانی به چه نحوی منجر به بهبود و تسهیل درمان می شود؟
- ۶۱..... چه کسانی فیلم درمانی را ارائه می دهند؟
- ۶۲..... نگرانی ها و محدودیت ها
- ۶۳..... ۱۱. روان درمانی کار-سرپرستی
- ۶۳..... کار سرپرستی برای والدین نا امید
- ۶۴..... مشکلات مربوط به انتخاب دوره کاری در کار سرپرستی
- ۶۴..... تاثیرات مربوط به کار سرپرستی بر روی کل اعضای خانواده
- ۶۵..... ۱۲. روش درمانی تعامل میان والدین - کودک
- ۶۵..... توسعه PCIT
- ۶۶..... PCIT به چه نحوی کار می کند؟
- ۶۷..... تکنیک های PCIT
- ۶۹..... PCIT به چه نحوی می تواند مفید باشد؟
- ۷۰..... مشکلات و محدودیت های مربوط به PCIT

۱۳. روش درمانی افزایش ارتباط ۷۱
- تاریخچه و توسعه ۷۱
- روش درمانی بهبود رابطه به چه نحوی کار می کند؟ ۷۲
- شناخت سه مهارت اصلی ۷۳
- دوره درمانی به چه نحوی می باشد؟ ۷۴
- چه کسانی درمان بهبود رابطه ای را ارائه می دهند؟ ۷۵
- درمان بهبود رابطه ای به چه نحوی مفید می باشد؟ ۷۵
- نگرانی ها و محدودیت ها ۷۶
۱۴. خاطره درمانی ۷۷
- مزایای خاطره درمانی ۷۷
- خاطره درمانی به چه نحوی صورت می گیرد؟ ۷۸
- یک دوره خاطره درمانی ۷۹
- کارایی های مربوط به خاطره درمانی ۸۰
- محدودیت های مربوط به خاطره درمانی ۸۱
۱۵. درمان بدنی تطویری ستیر ۸۲
- تاریخچه و توسعه STST ۸۲
- تاریخچه روش ستیر ۸۳
- STST به چه نحوی کار می کند؟ ۸۴
- چه کسانی می توانند از STST منتفع شوند؟ ۸۶
- آموزش STST ۸۶
- محدودیت های مربوط به STST ۸۷
۱۶. روش درمانی مختصر و متمرکز بر راه حل ۸۹
- تاریخچه و توسعه SFBT ۸۹
- SFBT به چه نحوی کار می کند؟ ۹۰
- تکنیک های مورد استفاده در SFBT ۹۱

- مشکلات درمان شده با استفاده از SFBT ۹۲
- شرکت در آموزش SFBT ۹۳
- محدودیت ها و نگرانی های SFBT ۹۳
۱۷. درمان رفتاری - شناختی متمرکز بر روی آسیب ۹۵
- رشد TF - CBT ۹۵
- نحوه کار TF - CBT ۹۶
- مولفه های اصلی TF - CBT شامل: ۹۷
- مشکلات درمان شده به وسیله TF - CBT ۹۷
- چه کسی TF - CBT را ارائه می دهد؟ ۹۸
- TF - CBT با چه حدی کاربرد دارد؟ ۹۹
- محدودیت های TF - CBT ۹۹
۱۸. روان شناسی / روان درمانی آدلریان ۱۰۱
- تاریخچه روان شناسی آدلریان ۱۰۱
- روان درمانی آدلریان ۱۰۲
- ۴ مرحله مربوط به درمان با استفاده از روش آدلریان ۱۰۳
- شناسایی ارزش ها و روان شناسی آدلریان ۱۰۴
- انواع روش های درمانی آدلریانی ۱۰۵
- محدودیت های مربوط به روان شناسی آدلریانی ۱۰۵
۱۹. مدیریت عصبانیت ۱۰۷
- پیدا کردن ریشه های عصبانیت ۱۰۸
- یک درمانگر پیدا کنید ۱۰۸
- تقویت مدیریت عصبانیت ۱۰۸
- مدیریت عصبانیت به چه نحوی کار می کند؟ ۱۰۹
- مدیریت عصبانیت به دستور دادگاه ۱۱۱
- چه کسی دوره های مدیریت عصبانیت را ارائه می دهد؟ ۱۱۱

- ۱۱۱.....مزایای مربوط به مدیریت عصبانیت به چه کسانی می‌رسد؟
- ۱۱۲.....محدودیت‌های مربوط به مدیریت عصبانیت.
۲۰. رهیافت درمانی رفتاری - شناختی..... ۱۱۳
- ۱۱۴.....نحوه کار روش درمانی رفتاری - شناختی
- ۱۱۵.....تکنیک‌های CBT.....
- ۱۱۶.....شرایط و مشکلات سلامت روانی که با CBT مرتفع شده است.....
- ۱۱۷.....تاریخچه روش درمانی رفتاری - شناختی.....
- ۱۱۹.....چه کسانی درمان رفتاری - شناختی را ارائه می‌دهند؟.....
- ۱۱۹.....نگرانی‌ها و محدودیت‌های مربوط به روش درمانی رفتاری - شناختی.....
۲۱. روش درمانی پردازش شناختی..... ۱۲۱
- ۱۲۲.....تاریخچه و توسعه.....
- ۱۲۳.....روش درمانی پردازش شناختی به چه نحوی کار می‌کند؟.....
- ۱۲۴.....روش درمان پردازش شناختی به چه نحوی می‌تواند مفید باشد؟.....
- ۱۲۵.....نگرانی‌ها و محدودیت‌ها.....
۲۲. زوج درمانی مشارکتی..... ۱۲۶
- ۱۲۶.....زوج درمانی مشارکتی به چه نحوی کار می‌کند؟.....
- ۱۲۷.....تحقیق پیشرفته.....
- ۱۲۷.....استفاده از تضاد برای افزایش صمیمیت.....
- ۱۲۸.....نظریه مربوط به روش زوج درمانی مشارکتی.....
- ۱۳۰.....تمرینات مربوط به روش زوج درمانی مشارکتی.....
- ۱۳۰.....انتقادات و محدودیت‌های مربوط به زوج درمانی مشارکتی.....
۲۳. درمان مشارکتی..... ۱۳۱
- ۱۳۲.....تاریخچه روش درمان مشارکتی.....
- ۱۳۲.....نظریه و اصول مربوط به رهیافت درمان مشارکتی.....
- ۱۳۳.....دوره درمان مشارکتی به چه نحوی می‌باشد؟.....

- درمان مشارکتی به چه نحوی می تواند مفید باشد؟..... ۱۳۴
- آموزش و گواهی نامه ۱۳۴
- نگرانی ها و محدودیت ها ۱۳۵
۲۴. مدل توسعه ای زوج درمانی ۱۳۶
- مدل توسعه ای زوج درمانی چیست؟..... ۱۳۶
- نظریه مدل توسعه ای ۱۳۷
- تکنیک هایی که در مدل توسعه ای استفاده شده است ۱۳۸
- محدودیت های مربوط به مدل توسعه ای ۱۳۹
۲۵. مشاوره تشخیصی ۱۴۰
- اصول و نظریه مربوط به مشاوره تشخیص ۱۴۱
- مشاوره تشخیص به چه نحوی مفید می باشد؟..... ۱۴۲
- آموزش و گواهی نامه ۱۴۳
- محدودیت ها و نگرانی ها ۱۴۳
۲۶. زوج درمانی با استفاده از ارتباط ۱۴۴
- نظریه و توسعه ۱۴۴
- شناخت رهیافت ESCT ۱۴۶
- ECCT به چه نحوی مفید می باشد؟..... ۱۴۷
- آموزش ECCT ۱۴۷
- نگرانی ها و محدودیت ها ۱۴۸
۲۷. روش گاتمن ۱۴۹
- روش گاتمن در مورد زوج درمانی ۱۴۹
- اهداف و اصول مربوط به روش گاتمن ۱۵۰
- چه کسانی می توانند از روش گاتمن منتفع شوند؟..... ۱۵۱
- موسسه گاتمن ۱۵۲

۲۸. روش درمان عملی / تجربی برای زوجین ۱۵۳
- تاریخچه و توسعه ۱۵۳
- PET - C به چه نحوی کار می کند؟ ۱۵۴
- علوم اعصاب موجود در PET - C ۱۵۵
- PET - C در مقابل سایر رهیافت های مشاوره زوجین ۱۵۷
- PET - C به چه نحوی می تواند مفید باشد؟ ۱۵۸
- نگرانی ها و محدودیت ها ۱۵۸
- منابع و ساختار