

۸۹۷۰۷

طرح‌واره

درمانی

هیجانی

www.ketab.ir

تألیف:

رابرت لیهی

۲۰۱۵

مترجم:

دکتر سیروس جهانگیری

متخصص اعصاب و روان



قانونی می‌شود.
بروه و لوح فشرده بدون اجازه کتبی ناشر شرعاً حرام است و موجب بیگردد
تکثیر و بازتولیدی مطالب به هر نحو ممکن در هر گونه رسانه، کتاب، مجله،
نمایی حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ است. لذا هر گونه

سرشناسه:

لیهی، رابرت ال.

Leahy, Robert L

عنوان و نام پدیدآور:

طرح‌واره درمانی هیجانی / تألیف رابرت لیهی؛ مترجم سیروس جهانگیری.

مشخصات نشر:

تهران: انتشارات ابن سینا، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری:

۳۳۴ ص. مصور، جدول.

شابک:

۹۷۸-۶۰۰-۷۹۳۹-۱۵-۴

وضعیت فهرست‌نویسی:

فیبا

یادداشت: عنوان اصلی:

Emotional schema therapy, 2015

یادداشت:

نمایه

موضوع:

شناخت‌درمانی طرح‌واره

موضوع:

جان‌ها- جنبه‌های روان‌شناسی

شناسه افزوده:

جهانگیری، سیروس، مترجم

رده‌بندی کنگره:

۵۷۴/۲۰۱۳۹۹

رده‌بندی دیویی:

۱۶/۹۱۴۲۵

شماره کتاب‌شناسی ملی:

۸۴۷۹۵

نام کتاب:	طرح‌واره درمانی هیجانی
مؤلف:	رابرت لیهی
مترجم:	سیروس جهانگیری
ناشر:	انتشارات ابن سینا
حروفچین و صفحه‌آرا:	مهتاب مدی
مدیر تولید:	حسین افشار
نوبت چاپ:	چاپ اول - بهان ۱۳۹۴
شمارگان:	۱۰۰۰ جلد
چاپ:	نفیس نگار
صحافی:	روشنک
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۷۹۳۹-۱۵-۴
بها:	۲۰،۰۰۰ تومان

مرکز پخش: تهران - میدان انقلاب - خیابان کارگر جنوبی - خیابان وحید نظری - پلاک ۱۵۰ - واحد ۵. تلفن: ۶۶۴۱۸۳۱۹.

فکس: ۶۶۴۱۸۳۰۹ ایمیل: press.ibnsina@gmail.com آدرس سایت: www.ebnesinapress.com

نمایندگی‌های فروش: مشهد. انتشارات مجد دانش

تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۴

کرمانشاه: جهان کتاب ۸-۷۲۸۴۸۳۷-۸۳۱

شاهرود: کتابسرای معین ۰۲۷۳-۲۲۲۱۴۱۰

قزوین: کتابفروشی ابن سینا ۰۹۱۰-۹۵۸۲۶۶۱

ارومیه: شهر کتاب پزشکی ۰۴۴۳۲۲۵۲۸۷۹

اصفهان: مانی ۰۳۱-۳۶۶۸۳۴۰۵

اصفهان کیا ۰۳۱-۳۶۶۹۹۱۱۲

یاسوج: خانه کتاب ۰۷۴۱-۲۲۲۳۵۱۲

بخش ۱: تئوری طرح‌واره درمان	۱
فصل ۱: ساختار اجتماعی هیجان	۳
فصل ۲: طرح‌واره درمانی هیجانی	۱۵
فصل ۳: مدل طرح‌واره هیجانی	۳۱
بخش ۲: شروع درمان	۴۹
فصل ۴: بررسی رلیه و مصاحبه	۵۱
فصل ۵: اجتماعی‌سازی با مدر طرح‌واره هیجانی	۷۳
بخش ۳: ملاحظات اختصاصی برای طرح‌واره هیجانی	۸۹
فصل ۶: محوریت تأیید	۹۱
فصل ۷: قابل درک بودن، مدت، کنترل، نگاه یا شرم و بذیرش	۱۱۹
فصل ۸: کنار آمدن با دودلی	۱۴۷
فصل ۹: ارتباط هیجان با ارزش‌ها (و مزیت‌ها)	۱۶۷
بخش ۴: هیجان‌های اجتماعی و روابط	۱۸۷
فصل ۱۰: حسادت	۱۸۹
فصل ۱۱: غبطه	۲۰۷
فصل ۱۲: طرح‌واره هیجانی در روابط زوج	۲۲۹
فصل ۱۳: طرح‌واره هیجانی و رابطه درمانی	۲۶۱
فصل ۱۴: نتیجه‌گیری	۲۸۹
رفرنس (References)	۲۹۳
نمایه	۳۱۷

صنعتی شدن، ارتباط مجازی و سرعت روزافزون جهان امروز باعث شده است تا احساسات و هیجان‌های انسانی تا حدود زیادی تحت‌الشعاع قرار گیرد و فرصتی برای توجه به آن نباشد. دنیای منطقی و محصول‌گرا هیجان‌ها را نادیده یا بی‌ارزش می‌انگارد و انسان را وامی‌دارد تا در ابراز آنها محتاط‌تر باشد. اما درمان‌های جدید در حوزه روان‌درمانی هواره در تلاش بوده‌اند تا انسان را به تمامی در نظر گیرند و پژوهشگران این حوزه متوجه شدند که گاهی «ریز» بیش از اندازه درمانگران با تکنیک‌های صرف شناختی باعث دوری مراجع از درمانگر می‌گردد. رابرت لیهی که «ها» در حوزه درمان‌های شناختی و رفتاری به پژوهش و درمان پرداخته است اقدام به نگاشتن کتابی در مورد هیجان‌ها و باورهای هیجانی ما پرداخته و آن را دارای اهمیت ویژه‌ای در نظر گرفته است. اغلب کسانی که درمان‌های شناختی انجام می‌دهند در حین کار با مراجعین به دفعات دریافته‌اند که عدم توجه به هیجان‌ها باعث کندی یا توقف درمان می‌شود و ما را از نتیجه مورد نظر دور می‌گرداند. در این کتاب ابعاد مختلف طرح‌واره هیجانی مورد بررسی و کنکاش قرار گرفته و با ارائه موارد عملی مصاحبه و درمان با این دیدگاه، منظر جدیدی را برای خوانندگان می‌سازد. کتاب حاضر که یکی از تازه‌ترین و شیواترین نوشته‌ها در این زمینه است به درمانگران کمک خواهد کرد تا با حفظ رویکرد قبلی، توان و امکان بیشتری در تغییر باورهای ناکارآمد و شیوه‌های مقابله‌ای با آنها داشته باشد.

ترجمه این کتاب را مدیون کسانی هستم که با پشتیبانی و کمک‌های خود مرا یاری کردند و جا دارد تا از کمک‌های همه جانبه جناب آقای افشار در امر تهیه و ترجمه این کتاب تشکر کنم. در پایان به پاس زحمات و صبوری همسرم ترجمه این کتاب را به ایشان تقدیم می‌کنم.

دکتر سیرین جهانگیری