

راهنمای کاربرد

اصول طرحواره درمانی برای درمانگران

چگونه شکست عشقی مراجعان را درمان کنیم؟

تالیف:

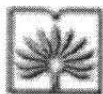
شیوا خاندانی

دکتر گلستان نظری

معصومه رنجبر کلاگری



انتشارات موجک



مؤسسه انتشارات موجک

سرشناسه: خاندانی، شیوا، ۱۳۶۸-

عنوان و نام پدیدآور: راهنمای کاربرد اصول طرحواره‌درمانی برای درمانگران: چگونه شکست عشقی مراجعان را درمان کنیم؟/ تألیف شیوا خاندانی، گلستان نظری، معصومه رنجبر کلاگری.

مشخصات نشر: تهران: موجک، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۱۰۳ص: مصور:

شابک: ۲-۳۸۵-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸، ۴۷۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه.

عنوان دیگر: چگونه شکست عشقی مراجعان را درمان کنیم؟.

موضوع: شناخت‌درمانی طرحواره

موضوع: Schema-focused cognitive therapy

موضوع: طرحواره (روان‌شناسی)

موضوع: Schemas (Psychology)

موضوع: عشق -- جنبه‌های روان‌شناسی

موضوع: Love -- Psychological aspects

شناسه افزوده: نظری، گلستان، ۱۳۵۶-

شناسه افزوده: رنجبر کلاگری، معصومه، ۱۳۵۶-

رده بندی کنگره: RC ۴۵۵/۴

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲۵

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۱۱۱۷۶

انتشارات موجک

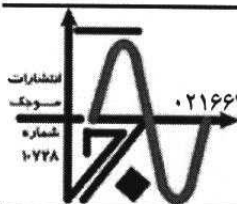
واتساپ: ۰۹۳۶۳۰۳۱۲۵۸

کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۷۰۵۳۱۸ - ۰۲۶۳۲۷۲۱۸۱۹ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳ - ۰۲۱۶۶۴۲۹۷۳۳

ایمیل: mojakpublication@yahoo.com

سایت: www.mojak.ir



عنوان: راهنمای کاربرد اصول طرحواره‌درمانی برای درمانگران: چگونه شکست عشقی مراجعان را درمان کنیم؟

تألیف: شیوا خاندانی، دکتر گلستان نظری، معصومه رنجبر کلاگری

مشخصات ظاهری: ۱۰۳ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: پاییز ۱۴۰۰، تیراژ: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۴۷۰۰۰۰ ریال، شابک: ۲-۳۸۵-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	پیش‌گفتار.....
۳	فصل اول: مفهوم عشق و شکست عشقی.....
۳	۱-۱ عشق و مفهوم آن.....
۵	۲-۱ شکست عاطفی (ضربه عشقی).....
۶	۳-۱ نشانگان ضربه عشق.....
۹	۴-۱ نظریه‌های روانشناسان در مورد عشق.....
۱۴	۵-۱ نشانگان ضربه عشق.....
۱۵	۶-۱ چهار ویژگی کلیدی نشانگان ضربه‌ی عشق.....
۱۷	۷-۱ انواع متفاوت نشانگان ضربه‌ی عشق.....
۱۷	۱-۷-۱ نشانگان حاد ضربه عشق.....
۱۸	۲-۷-۱ نشانگان ضربه‌ی عشق مزمن.....
۲۱	۸-۱ طیف بهنجار سوگواری و آسیب‌شناسی.....
۲۵	فصل دوم: طرحواره و طرحواره‌های ناسازگار.....
۲۵	۱-۲ طرحواره.....
۲۷	۲-۲ تعریف طرحواره‌های ناسازگار اولیه.....
۲۹	۳-۲ تاریخچه طرحواره.....
۳۱	۴-۲ شیوه شکل‌گیری طرحواره.....

فصل پنجم: ساختار جلسات درمانی ۸۵

۸۵ ۱-۵ جلسه اول

۸۶ ۲-۵ جلسه دوم

۸۷ ۳-۵ جلسه سوم

۸۸ ۴-۵ جلسه چهارم

۸۹ ۵-۵ جلسه پنجم

۹۰ ۶-۵ جلسه ششم (ارائه راهبردهای شناختی برای تغییر)

۹۱ ۷-۵ جلسه هفتم

۹۱ ۸-۵ جلسه هشتم (معرفی راهبردهای تجربی برای تغییر)

۹۲ ۹-۵ جلسه نهم (الگوشکنی رفتار)

۹۳ ۱۰-۵ جلسه دهم (ادامه الگوشکنی رفتار)

منابع ۹۷

پیش‌گفتار

طرحواره درمانی، درمانی است ابتکاری و تلفیقی که توسط یانگ و همکارانش پایه‌گذاری شده است. او در این درمان کوشیده است تا با به کارگیری مبانی و راهبردهای روش‌های درمان شناختی-رفتاری و مولفه‌هایی از سایر نظریه‌ها مثل دلبستگی، روابط شیء، ساختار گرایی و روان تحلیل‌گری و تلفیق یکپارچه و منسجم آن‌ها با یکدیگر یک مدل درمانی جدید را برای درمان اختلالات دیرپایی مثل اختلالات شخصیت و اختلالات مزمن محور یک ارائه دهد.

طرحواره درمانی که توسط یانگ و همکارانش (۱۹۹۹) به وجود آمده، درمانی نوین و یکپارچه است که عمدتاً بر اساس بسط و گسترش مفاهیم و روش‌های درمان شناختی-رفتاری کلاسیک بنا شده است. طرحواره درمانی، اصول و مبانی مکتب‌های شناختی رفتاری، دلبستگی گشتالت، روابط شیء، سازنده گرایی و روان‌کاوی را در قالب یک مدل درمانی و مفهومی ارزشمند تلفیق کرده است. این شیوه درمان، سیستم جدیدی از روان‌درمانی را تدار می‌بیند که مخصوصاً برای بیماران مبتلا به اختلالات مزمن و مقاوم که تاکنون یک مسئله بفرنج در درمان به شمار می‌آمدند، مناسب است.

در روش متمرکز بر طرحواره تاکید زیادی بر ریشه مشکل می‌شود و در حقیقت علت بسیاری از رفتارهایی که افراد امروز انجام می‌دهند مربوط به دوران کودکی و نوجوانی آنها است. مزیت‌های مهم طرحواره درمانی بر سایر درمان‌های متداول این است که در مقایسه با اغلب رویکردهای دیگر، طرحواره درمانی یکپارچه‌تر است، مخصوصاً با این که جنبه‌هایی از مدل‌های شناختی، رفتاری، روان‌پویایی (مخصوصاً روابط شیء) دلبستگی و گشتالت را در هم می‌آمیزد. طرحواره درمانی اگر چه مولفه‌های شناختی و رفتاری را برای درمان ضروری می‌داند، با این حال به تغییر هیجانی، تکنیک‌های تجربی و رابطه درمانی نیز اهمیت می‌دهد.