

۲۵۳ ۸۴۰۹

۱۴۰۲/۵/۲۳

کتاب کار

زوج درمانی هیجان مدار

چگونه می توانیم زوج درمانگر هیجان مدار شویم

سوزان ام جانسون

برنت برادلی، جیم فارو، آلیسون لی، گیل پالمر، داگ تیلی، اسکات وولی

ترجمه:

دکتر عبدالاحمدی

دانشیار گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

دکتر فاطمه بهرامی

استاد گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

ویرایش:

سعیده بقایی

کارشناس ارشد مشاوره دانشگاه اصفهان

عنوان و نام پدیدآور: کتاب کار زوج درمانی هیجان‌مدار: چگونه می‌توانیم زوج درمانگر هیجان‌مدار شویم؟
مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۵۸۴ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۱۷۱-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: ۲۰۰۶۲۹۵۹۸۶ مشابه ۴۰۳۱۴۶۹

یادداشت: عنوان اصلی: Becoming an emotionally focused couple therapist the workbook, c ۲۰۰۵

یادداشت: سوزان ام. جانسون، برنت برادلی، جیم فارو، آلیسون لی، گیل پالمر، داگ تیلی، اسکات وولی.

یادداشت: کتاب حاضر قبلاً با عنوان «زوج درمانی هیجان‌مدار: کتاب کار» با ترجمه زهره معینی، مرده

ارشادی فارسانی توسط انتشارات منتشران اندیشه در سال ۱۳۹۴ منتشر شده است.

عنوان دیگر: زوج درمانی هیجان‌مدار: کتاب کار.

عنوان دیگر: چگونه می‌توانیم زوج درمانگر هیجان‌مدار شویم؟

موضوع: زناشویی - روان درمانی - مسائل، تمرین‌ها و غیره

موضوع: Marital psychotherapy - problems, exercises, etc

موضوع: درمان متمرکز بر عواطف - مسائل، تمرین‌ها و غیره

موضوع: Emotion-focused therapy, problems, exercises, etc

شناسه افزوده: جانسون، سوزان ام.

شناسه افزوده: Johnson, Susan M

شناسه افزوده: اعتمادی، علیرضا، ۱۳۴۹ - مترجم

شناسه افزوده: بهرامی، فاطمه، ۱۳۴۹ - مترجم

شناسه افزوده: بقایی، سعیده، ۱۳۴۹ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۶۹۳۱ ۹/۵/۸۸۴ CR

رده‌بندی دیویی: ۶۷۵۱۹۸/۶۱۶

شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۷۲۴۰۲

عنوان: زوج درمانی هیجان‌مدار
نویسنده: سوزان ام جانسون
مترجم: علیرضا اعتمادی - فاطمه بهرامی
مدیر تولید: داریوش سازمند
صفحه آرا: علیرضا امامی
ناشر: دانژه
ویراستار: سعیده بقایی
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طیف نگار
شمارگان: ۲۲۰
تویت چاپ: اول ۱۳۹۷ / دوم ۱۴۰۲
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۱۷۱-۴

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هرکس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگیری قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری، خیابان سلیمان خاطر (امیر اتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۳۱ تلفن: ۸۸۴۶۱۱۴۸ - ۸۸۴۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۱۱۲۰۸۳

تلفن دفتر فروش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱

قیمت: ۴۳۰،۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۲۳	بخش اول- مرور نظری و خلاصه مداخلات
۲۷	زیربنای نظری eft
۶۷	مداخله در eft
۱۵۷	بخش دوم- فرایند درمان
۱۶۱	گام‌های ۱ و ۲- ارزیابی و چرخه‌ها
۲۱۷	گام‌های ۳ و ۴- سرزدایی
۲۵۳	گام‌های ۵ و ۶- توسعه و تثبیت هیجان
۲۹۵	گام هفت- و رویدادهای تغییر کلیدی در گامی مجدد و ملایم‌سازی
۳۵۹	فصل ۸- گام‌های ۸ و ۹: استحکام
۳۸۵	بخش ۳- فصل ۹- مسائل مشترک و بن‌بست‌ها
۴۱۱	جراحات و آسیب‌ها: بخشودگی و التیام
۴۳۱	خانواده درمانی مبتنی بر هیجان: eft
۴۵۵	فصل ۱۲- اعترافات یک درمانگر eft - مرور یک نمونه
۴۸۳	پیوست
۵۷۱	فهرست منابع
۵۷۷	واژه‌نما
۵۸۱	موضوع‌نما

این کتاب کار برای کمک به درمانگران و مشاورانی طراحی شده است که مداخلات و رویکرد هیجان‌مدار را به کار می‌گیرند تا روابط زوج و خانواده را بهبود بخشند. این درمان، برپایه دو دهه تمرین و تحقیق و نگارش استوار است. بهتر است این کتاب همراه با کتاب راهنمای eft¹ و دیگر منابع مانند نوارهای ویدئویی که در وبسایت (www.eft.ca) بارگذاری شده، مطالعه شود. همچنین لیستی از ناظران و سرپرستان eft نیز در وبسایت وجود دارد.

برای احساس راحتی با درمان هیجان‌مدار و استفاده مؤثر از آن در زوج‌های مختلف، درمانگران باید کتاب راهنما و دیگر ابزاری را که درباره این درمان وجود دارد، مطالعه کنند و این درمان را از متخصص هیجان‌مدار، آموزش ببینند و از مشاوره یا سرپرستی کلینیکی بهره ببرند. بسیاری از آموزش‌های مستمر و پرتلاش، نیاز به فرم مداخلات روان‌شناختی دارد؛ به خصوص، درمانی که درمانگر در نمایش مداوم، چندجانبه و روابط قوی عاطفی مداخله می‌کند. به همین دلیل، در درمان هیجان‌مدار، مانند یادگیری حرکات آکروباتیک است که روندی مداوم نیاز دارد یا نوازندن یک کتاب یا مشاهده یک درمانگر باتجربه، آموخته نمی‌شود. این کتاب با هفت کارورز هیجان‌مدار طراحی شده است که هنوز از هر زوجی که می‌بینند، می‌آموزند و سعی دارند خواننده را به روند درمانی درگیر کنند. این کتاب طراحی نشده تا به تنهایی قد علم کند. با گذر سال‌ها، این را فهمیده‌ایم که ابعاد دیگر مثل مشاهده فیلم جلسات فردی و ارتباط با یک گروه سرپرستی و نظارت، بخش ارزشمند روند یادگیری است.

افرادی که این کتاب را مطالعه می‌کنند، احتمالاً با روش شخصی و توانایی‌ها و سبک خود، جلسات درمان هیجان‌مدار را پیش خواهند برد. در یک دوره کوتاه و درمان کوتاه‌مدت، بسیار وسوسه‌انگیز است که میزان مداخلات کاهش یابد و در چهار یا پنج مداخله ثابت و سریع، خلاصه شده و این روش به درمانگران آموزش داده شود. ما معتقدیم در زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی، نباید کار را به ترازوی سطحی و کم‌عمق تغییر دهید و انتظار داشته باشید که کارآمد و قطعی از آب دربیاید. به جای آن، باید یاد بگیرید که فضای امن و محیطی مشارکتی ایجاد کنید؛ بدانید که چگونه روی مسائل

تمرکز کنید و به مردم کمک کنید تا روی مشکلات احساسی قوی خود کار کنند که مدت هاست گرفتار آن شده اند.

اصولی مشخص در درمان هیجان مدار وجود دارد که یادگیری آن ها از طریق کتاب، بسیار مشکل است. ما دریافته ایم که دانشجویان از طریق مشاهده فیلم درمانی خود، نکات کلیدی این درمان را می آموزند. اغلب، تفاوت درمانگر هیجان مدار متخصص با درمانگر مبتدی در به کارگیری مداخلات نیست، بلکه درمانگران متخصص تر، آرام تر می روند، با خودشان تکرار می کنند و آن قدر دور این قلمرو می گردند تا مراجع بتواند واقعیت عاطفی جدید را در دستان خود لمس کند. درمانگر باتجربه تر فرایندهای هیجانی را می شناسد که زوج ها در آن مشارکت می کنند و منجر به ارتباط بسیار نزدیک تر بین آن ها می شود؛ به گونه ای که موجب خطرات کمتر شود و پاسخ های جدید را ساختاردهی مجدد نماید تا پیوندهای قوی پدیدار شود.

باتوجه به آنچه آمد، ساختاری صریح در درمان هیجان مدار وجود دارد تا از کسانی حمایت کند که می خواهند زوج درمانی هیجان مدار باشند. این ساختار در وبسایت eft وجود دارد که شامل آموزش، نظارت و گزارش نمونه هاست. درمان هیجان مدار اکنون در آمریکای شمالی و بسیاری از بخش های دیگر جهان آموزش داده می شود. امیدواریم کسانی که این برنامه را آموزش می دهند، این کتاب را مفید و حمایتی را نیز به دست آورند.

نمی توانید با درمان هیجان مدار کار کنید؛ اما از آن به عنوان ذره بین روابط خود و راهی در موضوعات دل بستگی خود بهره نبرید. امیدواریم این کتاب کمک کند تا آن ذره بین را در راهی مثبت برای زندگی شخصی و حرفه ای خود به کار گیرید. بیش از همه، امیدواریم سفر درون این کتاب، همراه با انگیزش و قدرتمندی و جذابیت عاطفی باشد.

این کتاب تمرین، به سه بخش تقسیم شده است: فصل اول تا سوم به مرور نظری و خلاصه ای از مداخلات می پردازد؛ فصل چهارم تا فصل هشتم فرایند درمان را در نه گام درمان هیجان مدار توصیف می کند و در حال توصیف مداوم نمونه های زوجی است؛ فصل نهم تا یازدهم نیز از موضوعات خاص، آسیب های رابطه و مداخلات خانوادگی سخن می گوید.