

گشتالت درمانی

دکتر شکوه نوایی نژاد

نایب رئیس سازمان نظام روان شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران

با همکاری

دکتر آزاده فرقانی - دکتر نجمه سدر پوشان

انتشارات فراروان

روان شناسی، فراروان شناسی و هرفان

سرنامه	: نویابی نژاد، شکوه، ۱۳۱۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: گشتالت‌درمانی / شکوه نویابی نژاد؛ با همکاری آزاده فرقدانی، نجمه سدرپوشان.
مشخصات نشر	: تهران: فراروان، ۱۳۸۷.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۰ ص.
شابک	: 978-964-2842-09-4
وضعیت فهرستنویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۹۶ - ۱۹۸.
یادداشت	: واژه‌نامه.
موضوع	: گشتالت‌درمانی.
شنه افزوده	: فرقدانی، آزاده
شنه افزوده	: سدرپوشان، نجمه
ردمبندی کنگره	: ۵۹۵ BF/۲۰۳
ردمبندی دیوبی	: ۱۵۰/۱۹۸۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۰۶۲۹۲۵

گشتالت‌درمانی



نوشته‌ی دکتر شکوه نویابی نژاد

با همکاری دکتر آزاده فرقدانی - دکتر نجمه سدرپوشان

چاپ اول ۱۳۸۷، شمارگان ۲۰۰۰

لیتوگرافی سوره نگار، چاپ تصویر

شابک ۹۷۸-۹۶۴-۲۸۴۲-۰۹-۲



«تمام حقوق برای ناشر محفوظ است»

انتشارات فراروان: تهران، تلفن ۶۶۹۲۱۳۷۸ و ۶۶۴۳۷۷۵۳ فکس ۶۶۹۰۰۲۹۹

کتابکده فراروان: خیابان ستارخان، بازار سنتی، فاز ۱، تلفن ۷-۴۴۲۴۶۷۱۵ فکس ۴۴۲۴۶۷۱۴

e-mail: info@fararavan.com

قیمت ۲۵۰۰ تومان

فهرست عناوین

۱۱	فصل اول: بنیان‌های گشتالت‌درمانی
۱۱	تعریف
۱۲	شرح حال فردریک پرز
۱۵	تاریخچه
۱۲۲	گشتالت‌درمانی از دیروز تا امروز
۲۵	فصل دوم: مفاهیم اصلی نظریه
۲۷	دستگاه ادراکی
۲۸	فرایندهای روان‌شناختی
۲۹	آگاهی
۳۵	لایه‌های آگاهی
۳۷	فصل سوم: سایر مفاهیم مهم در گشتالت‌درمانی
۳۷	تماس
۳۸	فرایند تماس
۳۹	مرزهای تماس
۴۰	شکل و زمینه ارگانیسم - محیط
۴۳	خودنظمی ارگانیسمی و تعادل روان‌شناختی
۴۶	تهاجم و اشتیاق
۴۷	خودحمایتی و حمایت محیطی
۴۹	هدایت درون در مقابل هدایت برون
۵۳	فصل چهارم: شخصیت
۵۳	نظریه شخصیت

۵۶	سازگاری
۵۷	تصدیق
۵۷	موافقت و تأیید
۶۰	رشد و حمایت‌های محیطی
۶۳	مفهوم خود در گشتالت درمانی
۶۵	فصل پنجم: منابع مشکل‌زا از دیدگاه گشتالت درمانی
۶۵	ترس صحنه‌ای
۶۵	گشتالت‌های ناقص (کارهای ناتمام)
۶۸	کمبود مسئولیت‌پذیری
۶۸	سلطه‌گر و سلطه‌پذیر
۷۰	سیستم‌های سلطه‌جویی
۷۳	لایه‌های نوروز
۷۵	مکانیزم‌های دفاعی
۸۱	فصل ششم: روان درمانی در رویکرد گشتالت
۸۱	نظریه روان درمانی
۸۲	فرایند روان درمانی
۸۴	قواعد اساسی در گشتالت درمانی
۸۵	اهداف گشتالت درمانی
۸۶	ویژگی‌های رابطه درمان‌بخش در گشتالت درمانی
۸۹	فرایند یکپارچگی
۹۱	فصل هفتم: مکانیزم‌های روان درمانی
۹۳	تجربه کردن و زنجیره تجربه
۹۴	شناسایی شکل آشکار شده
۹۴	پیشنهاد یک تجربه
۹۵	درجه‌بندی میزان خطرپذیری و چالش یک تجربه
۹۷	عوامل مهم در تجارب گشتالتی
۹۷	گسترش تجربه
۹۸	کامل کردن کار

۹۹	ادغام و یکپارچه کردن یادگیری
۱۰۱	فصل هشتم: تمرین‌ها و فنون گشتالت‌درمانی
۱۰۱	قاعده زمان حال
۱۰۳	زمان حال از دیدگاه انسان سلطه‌جو و انسان خویشتن‌ساز
۱۰۴	هفت قاعده مهم در ارتباط با تمرین‌های مربوط به زبان و گفتار
۱۰۴	۱. قاعده من و تو
۱۰۴	۲. کاربرد ضمائر شخصی
۱۰۶	۳. قاعده استفاده از پیوستار آگاهی
۱۰۶	۴. قاعده تبدیل سؤالات به اظهارنظر
۱۰۶	۵. استفاده از زبانی که قدرت را ضعیف نکند
۱۰۸	۶. گوش دادن به استعاره‌ها
۱۰۸	۷. گوش دادن به زبان یک داستان
۱۰۹	اغراق و بزرگ‌نمایی و کار با بدن
۱۱۲	نمایش نمادین
۱۱۳	ممکن است جمله‌ای به شما پیشنهاد کنم؟
۱۱۳	ماندن در احساس (ماندن در بن‌بست)
۱۱۴	خیال‌پردازی هدایت شده
۱۱۵	توجه به زبان غیرکلامی
۱۱۶	به عمل درآوردن فرافکنی
۱۱۶	واژگون‌سازی
۱۱۷	پذیرفتن مسئولیت
۱۱۷	من یک راز دارم
۱۱۸	دور چرخیدن
۱۱۸	ممنوعیت شایعات بی‌اساس و بدگویی
۱۱۸	تمرین گفت‌وگو، فرایند کار با قطب‌ها، صندلی خالی
۱۲۳	صندلی داغ
۱۲۴	کار با گشتالت‌های ناتمام
۱۲۶	کار با رویا

۱۲۸		مراحل اکتشاف رویا
۱۲۸		استفاده از رویا به عنوان مقدمه‌ای برای شروع درمان
۱۳۴		گفت‌وگوی خودحمایتی
۱۳۴		تجسم یک همراه
۱۳۵		تجزیه و تحلیل ارتباط شخصی
۱۳۵		بررسی باورهای کلیدی
۱۳۶		قرار گرفتن در موقعیت انتخاب (دوراهی‌های وجودی)
۱۳۶		استفاده از سؤال برای کشف تصورات فاجعه‌آمیز
۱۳۷		مجسمه‌ها
۱۳۷		تسکین کمدی و شوخی
۱۳۸		کار بر روی ارتباط نزدیک و صمیمانه
۱۳۸		بازی‌های مشاوره‌ی زناشویی
۱۳۸		تکلیف خانه
۱۳۹		فصل نهم: گشتالت درمانی گروهی
۱۳۹		مبانی نظری
۱۴۴		فرایند درمان در گشتالت درمانی گروهی
۱۴۴		مرحله اول: هویت و وابستگی
۱۴۷		مرحله دوم: نفوذ و وابستگی متقابل
۱۴۹		مرحله سوم: صمیمیت و وابستگی بین فردی
۱۵۱		سبک‌های رهبری در گشتالت درمانی گروهی
۱۵۲		شرایط تشکیل گروه
۱۵۳		روش کارگاهی
۱۵۳		مورد پژوهی: تغییر سلطه‌جو به خویش‌نما ساز
۱۵۹		فصل دهم: گشتالت درمانی خانواده
۱۵۹		مبانی نظری
۱۶۰		ویژگی‌های یک رویارویی مؤثر درمانی
۱۶۱		شرح کوتاهی از والتر کمپلر و سبک درمانی او
۱۶۳		نقش خانواده درمانگر گشتالتی

فهرست عناوین ۹

۱۶۷	هدف گشتالت درمانی خانواده
۱۶۷	مقدمه‌ای بر زوج درمانی
۱۶۸	مورد پژوهی: درمان یک خانواده بحران زده
۱۷۷	فصل یازدهم: چشم اندازهای گشتالت درمانی
۱۷۷	کار با روان پریش ها در گشتالت درمانی
۱۷۹	تشخیص و ارزیابی
۱۸۱	موقعیت و زبان در گشتالت درمانی
۱۸۱	گشتالت درمانی کوتاه مدت
۱۸۲	چالش های رویکرد گشتالت درمانی
۱۸۸	نکات مثبت گشتالت درمانی
۱۹۰	مقایسه گشتالت درمانی با سایر رویکردها
۱۹۵	واژه نامه
۱۹۷	فهرست منابع فارسی
۱۹۹	فهرست منابع انگلیسی