

روان درمانی

مؤلفان:

توکل موسی زاده، اساتذہ دینار دانشگاه آزاد اسلامی

عزیز محمدی

سرشناسه	موسی زاده، توکل، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	روان درمانی / مؤلفان توکل موسی زاده، عزیز محمدی
مشخصات نشر	اردبیل: انتشارات نایاب، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۳۴۸ ص:
شابک	978-600-8611-43-1
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	روان درمانی
موضوع	Psychotherapy
موضوع	محمدی، عزیز، ۱۳۷۰ -
رده بندی کنگره	۱۳۹۵ م۸۹/م۸۰/RC۴۸۰
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتابشناسی ملی	۴۵۱۱۰۸۸



روان درمانی

مؤلفان: توکل موسی زاده، عزیز محمدی

ناظر فنی: جعفر حسینی فر

میراث ستار ادبی: ژاله کلایی گندی شمین

ویراستار علمی: شب بو محمدی

طراحی و صفحه آرا: مینا معرفت

ناشر: انتشارات نایاب

قصد و بازار: وزیری، ۱۰۰۰ نسخه

نوبت و سال چاپ: اول - ۱۳۹۶

ISBN: 978-600-8611-43-1

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۶۱۱-۴۳-۱

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

چاپ و صحافی: افق

هرگونه چاپ و تکثیر (اعم از زیراکس، بازنویسی، ضبط کامپیوتری و تهیه CD) از محتویات این اثر بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع است و متخلفان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

کلیه حقوق این اثر برای ناشر محفوظ است.

تماس با انتشارات: ۰۹۱۴۷۴۱۵۶۶۴ - ۰۴۵۳۳۸۴۲۹۴۱

www.nayabpress.ir

مشاوره جهت نشر: ۰۹۱۴۴۵۵۵۴۶۳

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول: روان‌وی
۲	مقدمه
۳	ارزیابی در نظریه فروید
۳	تداعی آزاد
۴	تحلیل رویا
۵	تعارض‌های درون فردی
۵	اضطراب‌ها و دفاع‌ها
۵	عزت نفس
۶	مسئولیت
۶	تعارض‌های میان فردی
۷	تعارض‌های میان فرد و جامعه
۸	فراتر از تعارض به سوی خرسندی
۸	روانشناسی تحلیلی: کارل یونگ
۹	کارکردهای روان‌شناختی
۹	عقده‌ها
۱۰	ناهشیار جمعی
۱۰	کهن الگوها
۱۱	تفرد
۱۱	روانشناسی فردنگر: آلفرد آدلر
۱۲	عقده‌ی حقارت

۱۲.....	عقده‌ی برتری.....
۱۲.....	تلاش برای برتری، یا کمال.....
۱۳.....	غایت‌نگری خیالی.....
۱۳.....	سبک زندگی.....
۱۳.....	علاقه اجتماعی.....
۱۳.....	ترتیب تولد.....
۱۴.....	روانشناسی ایگو: آنا فروید، اریکسون، هارتمن.....
۱۴.....	مراحل روانی - اجتماعی رشد شخصیت.....
۱۵.....	نظریه من هارتمن.....
۱۶.....	روانشناسی سلف توسط کوهوت.....
۱۹.....	فصل دوم: درمان‌های رفتاری
۲۰.....	شرح کوتاهی از رفتار درمانی.....
۲۱.....	بازداری متقابل یا شرطی سازی تقابلی.....
۲۱.....	مدیریت وابستگی.....
۲۱.....	تغییر رفتار شناختی رفتاری.....
۲۱.....	آسیب‌شناسی روانی.....
۲۳.....	حساسیت‌زدایی منظم.....
۲۴.....	جرأت‌آموزی.....
۲۶.....	نظریه وابستگی.....
۲۷.....	نظریه فرآیندهای درمان.....
۲۸.....	کنترل شخصی.....
۲۸.....	کنترل دو جانبه.....
۲۹.....	کنترل درمانگر.....
۲۹.....	کنترل آزارنده.....
۳۰.....	تغییر شناختی - رفتاری.....
۳۰.....	آسیب‌شناسی روانی.....
۳۲.....	رابطه درمانی.....

فصل سوم: درمان مواجهه‌سازی ۳۳

۳۴	مقدمه
۳۵	مواجهه
۳۵	میزان و روش مواجهه
۳۶	گام‌های مواجهه
۳۶	نظریه‌ی فرآیندهای درمان
۳۹	مواجهه درمانی رای ترس و فوبیا
۳۹	بجنگ یا بگریز
۳۹	آمیگدال یا بادام (Amygdala)
۴۰	بادامه چطور کار می‌کند
۴۰	بادامه
۴۱	بادامه تنها زمانی یاد می‌گیرد که ترسند
۴۱	درمان فوبیا
۴۲	آموزش دوباره بادامه
۴۲	نتیجه‌گیری

فصل چهارم: روانشناسی شناختی ۴۳

۴۴	مقدمه
۴۵	رفتارگرایی شناختی
۴۵	پیشینه
۴۷	ورود الگوی روح زمان در فیزیک به روانشناسی
۴۸	ماهیت روانشناسی شناختی
۴۹	شناخت درمانی
۴۹	نظریه‌ی شناسی شخصیت
۵۰	علیت و اختلالات روانی
۵۰	مدل شناختی رشد
۵۱	افکار خودکار
۵۱	طرحواره‌های شناختی

۵۲	تحریف‌های شناختی
۵۳	تعمیم افراطی
۵۳	بزرگ نمایی یا کوچک نمایی
۵۳	شخصی کردن
۵۳	نظریه شناخت درمانی
۵۴	هدف‌های درمان
۵۴	سنجش در شناخت درمانی
۵۶	رابطه درمانی
۵۶	فرآیند درمان
۵۸	فنون درمان
۶۰	شناخت درمانی اختلالات روانی
۶۱	اختلال وسواس
۶۲	شناخت درمانی کوتاه‌مدت
۶۳	فصل پنجم: درمان‌های پویشی
۶۴	مقدمه
۶۴	روان درمانی پویشی
۶۶	تعریف روان درمانی پویشی کوتاه‌مدت
۷۰	واژه نامه‌ی روان درمانی پویشی فشرده و کوتاه‌مدت
۷۵	فصل ششم: ماهیت انسان
۷۶	مقدمه
۷۷	تاریخچه فلسفه وجود
۷۹	فلسفه روانشناسی وجودی
۸۰	درمان وجودی
۸۱	نگرش دیدگاه وجودی در مورد انسان
۸۲	مفاهیم اساسی
۸۲	اهداف درمان وجودی
۸۳	روان‌پویش شناسی وجودی

۸۴	 روان درمانی وجودی
۸۵	 اضطراب در دیدگاه وجودی
۸۵	 فرآیند درمان
۸۶	 روان درمانی و مشاوره وجودی
۸۶	 سنجش در درمان وجودی
۸۷	 رویاها به عنوان موضوع سنجش
۸۸	 چارت درمانی با رویکرد وجودی
۸۹	 استفاده از تکنیک پرس و تهییج خلاق
۹۲	 دیدگاه رولومی
۹۵	 نظریه شخصیت وجودی
۹۶	 دیدگاه پل تبلس در باب اضطراب وجودی
۱۰۰	 دیدگاه ویکتور فرانکل
۱۰۰	 انسان‌شناسی فرانکل
۱۰۲	 عناصر اصلی ساخت روحانی انسان از دیدگاه فرانکل
۱۰۵	 نظریه آسیب روانی
۱۰۶	 فرآیند درمانی در دیدگاه وجودی
۱۰۸	 روانشناسی وجودی و انسان‌گرا
۱۰۹	 ویژگی‌های منحصر به فرد درمان اگزیستانسیال
۱۰۹	 باورهای غلط در مورد درمان اگزیستانسیال
۱۱۰	 محدودیت‌های رویکرد وجودی و انتقادهای وارد شده به آن
۱۱۱	 نقد روان درمانی وجودی
۱۱۲	 محاسن
۱۱۲	 معایب
۱۱۳	 آینده‌ی درمان‌های وجودی
۱۱۵	 فصل هفتم: روان درمانی بین فردی
۱۱۶	 مقدمه
۱۱۶	 درباره روانکاوی

۱۱۷.....	روش IPT درمان میان فردی.....
۱۱۹.....	ویژگی‌های فرآیندهای IPT.....
۱۲۰.....	نظریه بین فردی سولیوان.....
۱۲۲.....	دینامیسم خویشتن.....
۱۲۳.....	شیوه‌های تجربه.....
۱۲۵.....	مراحل تکامل.....
۱۲۷.....	نظریه‌ی شخصیت.....
۱۲۷.....	نظریه‌ی آداب‌شناسی روانی.....
۱۲۸.....	فقدان و اندوه.....
۱۲۸.....	اختلاف‌های نقش.....
۱۲۹.....	تغییرات نقش.....
۱۳۰.....	نارسایی‌های میان فردی.....
۱۳۰.....	خانواده‌های تک والد.....
۱۳۰.....	فرآیند درمان.....
۱۳۲.....	محتوای درمان.....
۱۳۲.....	تئوری‌های روابط بین فردی.....
۱۳۳.....	نظریه‌ی سالیوان.....
۱۳۴.....	انواع روابط.....
۱۳۵.....	افسردگی اساسی.....
۱۳۶.....	تحول درمان بین فردی.....
۱۳۷.....	اصول درمان بین فردی: مدل IPT برای افسردگی.....
۱۳۷.....	ویژگی‌های درمان بین فردی.....
۱۳۹.....	مقایسه درمان بین فردی با درمان‌های دیگر.....
۱۳۹.....	درمانگر IPT.....
۱۴۰.....	بیماران IPT.....
۱۴۰.....	چهارحوزه مشکل بین فردی.....
۱۴۱.....	سوگ.....

۱۴۱	مشاجره‌ها در نقش بین فردی
۱۴۲	انتقال‌های نقش بین فردی
۱۴۲	نارسایی‌های بین فردی
۱۴۳	فرآیندهای درمان IPT
۱۴۳	جلسات اولیه درمان (۱-۳ جلسه)
۱۴۳	تشخیص افسردگی اساسی
۱۴۴	نقش بیمار
۱۴۴	پرسش‌نامه بین فردی
۱۴۴	شناسایی حوزه‌های مشکل بین فردی
۱۴۵	قرارداد درمانی در روکرد زمان بین فردی
۱۴۵	جلسات میانی (جلسات ۹-۴)
۱۴۶	جلسات پایانی (۱۲-۱۰ جلسه)
۱۴۷	مورد نمونه
۱۴۹	درمان بین فردی در درمان سارا
۱۵۱	مرحله میانی (جلسات ۹-۴)
۱۵۴	مرحله پایانی (جلسات ۱۲-۱۰)
۱۵۵	مشکلات رایجی که در طول درمان به وجود می‌آید
۱۵۷	فصل هشتم: واقعیت درمانی
۱۵۸	تعریف نظریه
۱۵۸	تاریخچه نظریه
۱۶۰	نظریه شخصیت
۱۶۱	راه‌های تشکیل و رشد هویت
۱۶۱	خصایص افراد دارای هویت شکست
۱۶۲	خصایص افراد با هویت موفق
۱۶۳	ماهیت انسان
۱۶۳	روان درمانی
۱۶۵	مفهوم اضطراب و بیماری روانی

۱۶۶	فرآیند درمان
۱۷۲	راهبردهای واقعیت درمانی
۱۷۲	کاربرد
۱۷۲	ارزیابی = انتقاد
۱۷۵	فصل نهم: تأثیر فرهنگ بر روانشناسی
۱۷۶	مقدمه
۱۷۹	اصول مشاوره چندفرهنگی
۱۸۰	مشاوره حرفه‌ای چندفرهنگی
۱۸۰	تأثیر عوامل فرهنگی بر مشاوره حرفه‌ای
۱۸۱	ضرورت توجه به مسائل فرهنگی در مشاوره حرفه‌ای
۱۸۳	نقش خانواده در مشاوره حرفه‌ای چندفرهنگی
۱۸۶	ارزیابی در مشاوره حرفه‌ای چندفرهنگی
۱۸۸	نتیجه‌گیری
۱۹۱	فصل دهم: روانشناسی مثبت
۱۹۲	مقدمه
۱۹۳	اهداف روانشناسی مثبت‌گرا برای یک زندگی کاملاً مثبت
۱۹۳	زندگی شادمانه
۱۹۴	زندگی خوب (زندگی درگیرانه و متعهدانه)
۱۹۵	زندگی با معنی
۱۹۸	سنجش بهزیستی ذهنی (آسایش روانی) و شادکامی و نشاط
۱۹۸	سنجش توانمندی‌های ذاتی (شخصی)
۱۹۹	سنجش و اندازه‌گیری معنی (معنی‌یابی)
۲۰۰	روانشناسی مثبت‌گرا و روان درمانی مثبت‌گرا
۲۰۴	خوش‌بینی، آموختنی است
۲۰۶	سه قدم به سوی تفکر مثبت
۲۰۷	موفقیت و دسترسی به اهداف
۲۰۹	فصل یازدهم: خلاصه مباحث نظریه ذهن

۲۱۰	 مقدمه
۲۱۰	 تعریف کلی از شناخت اجتماعی
۲۱۱	 تعریف نظریه ذهن (Theory of Mind) TOM
۲۱۲	 منشأ نظریه ذهن
۲۱۲	 فلسفه ذهن
۲۱۲	 رفتارشناسی طبیعی شناختی
۲۱۳	 تحقیق در زمینه اکتساب زبان
۲۱۳	 کارهای فلاول و همکاران درباره تمایز نمود- واقعیت
۲۱۵	 مبانی نظری نظریه ذهن
۲۱۷	 انواع بازنمایی از نظر پرنر
۲۱۹	 دیدگاه شبیه‌سازی
۲۲۱	 رویکرد پیمان‌های
۲۲۳	 فصل دوازدهم: نظریه رشد شناختی، پیش از ۷ تا ۱۱ سالگی
۲۲۴	 مقدمه
۲۲۶	 دیدگاه پردازش اطلاعات درباره تفکر عملیات عینی
۲۲۷	 ویژگی‌های این دوره از رشد
۲۲۸	 محدودیت‌های تفکر عملیات عینی
۲۲۸	 ارزیابی نظریه
۲۳۰	 نتیجه‌گیری
۲۳۱	 فصل سیزدهم: نظریه‌های نوپایانه‌ای
۲۳۲	 مقدمه
۲۳۳	 تعریف نظری
۲۳۳	 الگوی شناختی
۲۳۳	 تحریف‌ها و نواقص شناختی
۲۳۴	 الگوی شناختی رفتاری
۲۳۴	 گرایش‌های نوپایانه‌ای در معرفت‌شناسی
۲۴۱	 اصولی که نظریه پردازان نوپایانه‌ای تغییر دادند

۲۴۴.....	انتقادات وارد شده
۲۴۸.....	نظریه‌های نوپیاژه‌ای و رویکرد خبرپردازی رشد شناختی
۲۵۰.....	نگاه پیاژه به انسان
۲۵۱.....	مسأله شناخت
۲۵۳.....	نتیجه‌گیری
۲۵۳.....	تبیین ماهیت تفاوت‌های فردی در حیطه‌شناسی
۲۵۵.....	فصل چهارم هم: گشتالت درمانی
۲۵۶.....	تاریخ گشتالت درمانی
۲۵۹.....	عوامل مؤثر در پیدایش گشتالت درمانی
۲۶۲.....	نظریه گشتالتی شصتیت
۲۶۲.....	روانشناسی گشتالت و گشتالت درمانی
۲۶۴.....	تماس
۲۶۵.....	مرزهای تماس
۲۶۶.....	اختلالات مرزهای تماس
۲۶۸.....	آگاهی
۲۶۹.....	حال
۲۷۰.....	نظریه روان درمانی گشتالتی
۲۷۱.....	هدف‌های درمان
۲۷۲.....	مشاوره و روان درمانی گشتالتی
۲۷۳.....	تغییر درمان بخش
۲۷۴.....	بالا بردن آگاهی
۲۷۴.....	اظهار و سؤالات آگاهی بخش
۲۷۵.....	تأکید بر آگاهی
۲۷۵.....	بالا بردن آگاهی از طریق زبان
۲۷۶.....	آگاهی پیدا کردن از طریق رفتار غیرکلامی
۲۷۷.....	خودآگاهی و آگاهی از دیگران
۲۷۷.....	بالا بردن آگاهی نسبت به احساسات

۲۷۸	بالا بردن آگاهی از طریق گفتگو با خود
۲۷۸	بالا بردن آگاهی از طریق رویاها
۲۸۰	بالا بردن آگاهی بیرون از جلسه درمان: تکلیف منزل
۲۸۰	آگاهی از اجتناب
۲۸۰	اختلالات روانی
۲۸۱	افسردگی
۲۸۳	مورد روان تنی اذیت
۲۸۴	درمان کوتاه مدت
۲۸۴	خانواده درمانی
۲۸۵	گشتالت درمانی یا تمرکز درمانی
۲۸۷	فصل پانزدهم: نظریه اندک ب. پیام گلاسر
۲۸۸	پیشگفتار
۳۰۵	فصل شانزدهم: نظریه رشد مهارت‌های پویا (کورت ویلیام فیشر)
۳۰۶	مقدمه
۳۰۶	نظریه رشد مهارت‌های پویا (کورت ویلیام فیشر)
۳۰۷	مهارت
۳۰۷	دیگر جنبه تفاوت
۳۰۸	سطوح رشد مهارت‌ها
۳۰۹	نظریات رشد و تکامل کودک
۳۱۴	دولارد، میلر، سیرز: نظریه پردازان یادگیری اجتماعی
۳۱۵	بر، بی جو، گویرتز: نظریه پردازان یادگیری عامل
۳۱۵	باندورا، والترز، میشل: یادگیری مشاهده‌ای
۳۱۷	تین برگن، لورنز، باولبی: نگرش کردار شناختی
۳۱۸	نظریه کردار شناختی هاینده
۳۱۹	اریکسون: یکپارچگی روان شناختی
۳۲۲	ژان پیاژه: نظریه پرداز مسلط
۳۲۴	چشم اندازی در نظریات

- ۳۲۵..... دیدگاه‌های تئوریک نوین
- ۳۲۶..... دیدگاه خبرپردازی
- ۳۲۷..... دیدگاه دیالکتیکی
- ۳۲۷..... دیدگاه فراخنای زندگی
- ۳۲۸..... دیدگاه بوم‌شناختی
- ۳۲۹..... دیدگاه اجتماعی زیستی
- ۳۳۰..... شرح‌های تازه از نظریه‌های قدیم
- ۳۳۱..... محدودیت‌های نظریات رشد و تکامل
- ۳۳۲..... مسائل روز در رشد و تکامل
- ۳۳۲..... نفوذهای اجتماعی در مطالعه رشد و تکامل کودک
- ۳۳۳..... روانشناسان رشد چه چیز را مطالعه می‌کنند؟
- ۳۳۳..... ماهیت تغییر رشد و تکاملی
- ۳۳۴..... ابعاد رشد و تکامل
- ۳۳۵..... منابع و مأخذ
- ۳۳۶..... الف- منابع فارسی
- ۳۴۰..... ب- منابع لاتین