

۱۴۳۴۴۴۱

مشاوره قبل از ازدواج

راهنما برای درمانگران

آنجلا اسکورتو

ترجمه:

دکتر زهرا ده مغزی

عضو هیأت علمی دانشگاه گیلان

رضا قاسمی جوبنه

دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه شهید بهمن تهران اهواز



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۷

شابک	:	978-600-309-424-6
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۳۸۷۳۳۱
عنوان و نام پدیدآور	:	مشاوره قبل از ازدواج: راهنما برای درمانگران / آنجلا اسکورتو، راحمه فرهاد اصغری، رضا قاسمی‌چوبینه.
مشخصات نشر	:	تهران : آوای نور، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۶۰ ص.
یادداشت	:	عنوان اصلی: Pre-marital counseling : a guide for clinicians ,c2016.
یادداشت	:	کتاب حاضر نخستین بار تحت عنوان " مشاوره پیش از ازدواج " انتشارات انسان برتر در سال ۱۳۹۷ ترجمه و منتشر شده است.
یادداشت	:	واژه‌نامه.
یادداشت	:	کتابنامه.
عنوان دیگر	:	مشاوره پیش از ازدواج.
موضوع	:	مشاوره ازدواج
موضوع	:	Marriage counseling
رده بندی دیویی	:	۸۹۱۵۶۲/۶۱۶
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷ ۵۵/الف/۱۰-HQ
سرشناسه	:	اسکورتو، آنجلا Skurtu, Angela
شناسه افزوده	:	اصغری، فرهاد، ۱۳۵۵ - مترجم
شناسه افزوده	:	قاسمی‌چوبینه، رضا، ۱۳۶۹ - مترجم
وضعیت فهرست نویسی	:	فبیا

بسم الله الرحمن الرحيم



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۴۸۰۰۰۰

مشاوره قبل از ازدواج راهنما برای درمانگران

تالیف: آنجلا اسکورتو

ترجمه: دکتر فرهاد اصغری - رضا قاسمی جوینه

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه آرا: منیر السادات حسینی

چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۴۲۴-۶

قیمت ۱۹۰۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه مترجمین
۱۵	پیشگفتار
۱۷	سپاسگزاری
۱۹	مقدمه
۲۰	سابقه شماره قبل از ازدواج
۲۲	نقش درمانگر در مشاوره قبل از ازدواج
۲۴	مزایای مشاوره قبل از ازدواج
۲۵	افسانه‌هایی درباره مشاوره قبل از ازدواج
۲۷	درباره این کتاب
۲۹	منابع
۳۱	جلسه یک: ارزیابی و برنامه‌ریزی درمان
۳۲	گرفتن داستان آن‌ها
۳۳	عوامل پیش‌بینی کننده برای موفقیت زناشویی
۳۶	ابزارهای ارزیابی حرفه‌ای
۳۷	آماده‌سازی
۳۷	ربط دهی
۳۸	تمرکز
۳۸	برنامه‌ریزی درمان
۳۹	برنامه درمانی قبل از ازدواج
۴۰	امید دادن
۴۱	ایده‌های عملی
۴۲	منابع
۴۳	جلسه دو: انتخاب عشق ورزیدن
۴۴	افسانه‌هایی درباره عشق
۴۸	چگونه به مراجعین بیاموزید که عشق بورزند

۴۹	آیین‌های زوجی
۵۰	اشتراک خاطرات مثبت
۵۱	قدردانی
۵۲	اشتباهات
۵۳	ایده‌های عملی
۵۴	منابع

جلسه سه: همدل بودن

۵۶	افسانه‌های درباره همدلی
۶۱	چگونه همدلی را به مراجع بیاموزید
۶۱	شش سطح اعتبار انشی
۶۳	همدلی و قاطعیت
۶۴	بخشش
۶۶	افکار همدلانه
۶۷	اشتباهات
۶۸	ایده‌های عملی
۶۸	منابع

جلسه چهار: مشاجره محترمانه

۷۲	افسانه‌هایی درباره تعارض
۷۷	چگونه به مراجعین بیاموزیم که محترمانه مشاجره کنند
۷۸	وقفه‌های مؤثر
۸۱	مذاکره و مصالحه
۸۴	عذرخواهی
۸۶	مشاجره
۸۷	خشونت بین فردی
۸۸	نظرات پشت پرده
۸۹	بحث در مقابل دیگران
۸۹	اشتباهات

۹۰ ایده‌های عملی

۹۱ منابع

۹۳ جلسه پنج: درخواست مؤثر نیازها و خواسته‌ها

۹۴ افسانه‌هایی درباره نیازها و خواسته‌های رابطه

۹۸ آموزش مراجعین برای رفع مؤثر نیازها و خواسته‌ها

۹۹ شناسایی نیازهای رایج در روابط

۱۰۰ بازسازی شناختی

۱۰۲ روش‌های مؤثر و بی‌اثر ابراز نیازها و خواسته‌ها

۱۰۳ اشتباهات

۱۰۵ ایده‌های عملی

۱۰۶ منابع

۱۰۷ جلسه شش: روشن نگه‌داشتن حرف‌ها

۱۰۸ افسانه‌هایی درباره سکس

۱۱۲ آموزش زوجین برای ایجاد زندگی جنسی پویا

۱۱۳ تمایل مسئولانه

۱۱۵ الگوی جنسی مناسب

۱۱۸ بازنگری کلی اختلالات جنسی

۱۱۹ آمیزش جنسی دردناک

۱۲۱ اختلال نعوظی

۱۲۳ میل جنسی کم

۱۲۵ اشتباهات

۱۲۸ ایده‌های عملی

۱۲۸ منابع

۱۳۱ جلسه هفت: مراقبت فردی شده

۱۳۲ برنامه‌ریزی مالی

۱۳۳ مدل‌های مالی

۱۳۵ تقسیم‌کار

۱۳۷		فرزندپروری / فرزندپروری مشترک
۱۳۹		مرزها
۱۴۲		اشتباهات
۱۴۳		آیده‌های عملی
۱۴۳		منابع
۱۴۵		جلسه هشت: خاتمه و توصیه‌ها
۱۴۶		چه زمان خاتمه دهیم
۱۴۷		کودک به روحین در تنظیم اهداف بلندمدت زندگی
۱۴۸		توسعه راهبردهایی برای مقابله با سختی‌ها
۱۵۰		جمع‌بندی
۱۵۲		منبع
۱۵۳		واژه‌نامه
۱۵۵		نمایه موضوعی

مشاوره قبل از ازدواج

کتاب مشاوره قبل از ازدواج، مسائل رایجی که زوجین با آن مواجه می‌شوند را مطرح می‌کند. این راهنمای گام‌به‌گام، راهبردهای مداخله خاصی را برای مسائل قبل از ازدواج همچون استرس مالی، خانواده‌های ترکیبی و مسائل سلامت روان آموزش می‌دهد. همچنین به خوانندگان مهارت‌های مفیدی مثل همدلی، یادگیری مصالحه و ارتباط موفق را آموزش می‌دهد و به درمانگران در شخصی‌سازی سنجش و برنامه‌های درمانشان برای هر زوج کمک می‌کند، بطوریکه انتظارات واقع‌بینانه‌ای داشته باشند. فصل منحصربه‌فردی نیز درباره اصول آموزش جنسی مفید که توسط سکس‌درمانگر حرفه‌ای نوشته شده است، برای حفظ میل جنسی در روابط بلندمدت وجود دارد.

انجلا اسکورتو^۱

سکس‌درمانگر معتبر و خلاقانۀ مانگر و زوج‌درمانگر دارای گواهی از بالوین، میسوری^۲

— دکتر باب برتولینو استاد مشاوره توان‌بخشی در دانشگاه ماریویل مولف کتاب «یادداشت‌های درمانگر برای خانواده‌ها» است:^۳

«مشاوره قبل از ازدواج کتاب شگفت‌انگیزی برای درمانگران علاقه‌مند به کمک به زوجین از طریق مآجرها، تمرین‌ها و مداخلات پویا برای ایجاد رابطۀ بادوام و قوی است. انجلا اسکورتو چهارچوبی برای ارتقاء عادات سالم و روابط مثبت فراهم کرده است. این کتاب برای درمانگران تازه‌کار می‌تواند بسیار مفید باشد.

— تیفانی برون، مدرک دکتری درمان خانواده و ازدواج دارد و در حال حاضر برنامه خانوادۀ و زوج‌درمانی را در دانشگاه ارگون تدریس می‌کند:^۴

«اگر به دنبال توصیه‌های بالینی مفید برای زوجین هستید، این کتاب برای شما است! این کتاب راهنمای مفید، واضح و قابل دسترسی برای درمانگران در کار با زوجینی که

^۱ . Angela Skurtu

^۲ . Ballwin, Missouri

^۳ . Bob Bertolino, Maryville University, *The Therapist's Notebook for Families*.

^۴ . Tiffany B. Brown, University of Oregon.

درصدد تعهد و صمیمیت با هم هستند ارائه می‌کند. آنجلا دانش و ایده‌های خود را به نحوی به اشتراک می‌گذارد که هر مشاوره را برای حمایت از زوجین در شناخت بهتر و دوست داشتن طولانی‌تر توانمند می‌سازد.

— برین کراس سکس‌درمانگر معتبر در واشینگتون دی‌سی:^۱

«صحبت درباره مسائل چالش‌برانگیز ازدواج، آغاز بزرگی برای هر زوج است. آنجلا اسکورتو به‌وضوح درباره تمامی موضوعات قبل از ازدواج صحبت می‌کند (ارزش‌ها، مالی، فرزند، غیره)، اما هدیه خاص او مربوط می‌شود به ارائه آندپشمندها برای مطرح کردن انتظارات/نگرانی‌های جنسی به روش مثبت.»

— رونالد اسکات روانشناس و هماهنگ‌کننده برنامه آموزش مراقبت و مشاوره در میسوری:^۲

«درمانگرانی که با زوجین کار می‌کنند، می‌دانند در صورتی که الگوهای منفی در روابط زناشویی رشد کنند، بوفه‌ها در ازدواج نیز به خطر می‌افتد. اینجا است که کتاب مشاوره قبل از ازدواج: راهنمای برای درمانگران آنجلا اسکورتو می‌تواند برای درمانگران مفید باشد. به‌طور خلاصه، کتاب اسکورتو شامل یک دوره ۶ تا ۸ هفته‌ای می‌باشد که در آن مشکلات رابطه را مطرح می‌شود. کتاب کوتاه اسکورتو باید برای درمانگران جوان ارزشمند باشد اما چهارچوب مفیدی برای مشاوران باتجربه که می‌خواهند مشاوره قبل از ازدواج را نیز به فهرست خدماتشان بیفزایند ارائه می‌کند.»

— برایان جیمز ویلوگی استادیار در حوزه خانواده در دانشگاه بریگهام یونگ است:^۳

«این کتاب دستورالعمل‌های آسانی برای کمک به زوجین فراهم می‌کند. با اشاره به همه موضوعات مهمی که درمانگران باید در زمان مشاوره به زوجین از آن آگاه باشند، آنجلا کاری عالی در ترکیب روش‌های بالینی و آخرین تحقیقات برای ارائه کبیبی جامع انجام داده است. من این کتاب را برای هر درمانگری که درصدد تقویت مهارت‌های موجودش یا در ابتدای کار در این حوزه است، توصیه می‌کنم.»

^۱. Brian Cross, Washington, D.C.

^۲. Ronald Scott, Missouri

^۳. Brian James Willoughby, Brigham Young University