

۲۲۷۷۸۹۱

به نام خداوند جاز و خرد

فنون مداخله اثر بخش در طلاق

راهنمای روانشناسان و مشاوران

علی اصغر بصیری، مریم نجانبین

با پیشگفتاری از دکتر پرویز صباحی



انتشارات حبله رود

۱۴۰۰

سرشناسه	: بصیری، علی اصغر، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	: فنون مداخله اثربخش در طلاق / علی اصغر بصیری، مریم نجاتیان؛ با پیشگفتاری از پرویز صباحی.
مشخصات نشر	: سمنان: انتشارات حبله رود، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	: ۱۹۹ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۴۱-۶۵-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: مشاوره طلاق Divorce counseling طلاق - جنبه های روان شناسی Divorce- Psychological aspects زناشویی - ارتباط - جنبه های روان شناسی Communication in marriage- Psychological aspects
شناسه افزوده	: نجاتیان، مریم، ۱۳۶۹-
شناسه افزوده	: صباحی، پرویز، ۱۳۵۹-، مقدمه نویس
رده بندی کنگره	: HQ۸۱۹
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۸۹
شماره کتاب شناسی ملی	: ۸۷۵۴۹۷۳

 انتشارات حبله رود سمنان میدان معلم، ساختمان فردوس طبقه اول، واحد ۷ www.hablerood.ir تلفن: ۰۲۳-۳۳۳۴۱۵۶۲	شناسنامه فنون مداخله اثربخش در طلاق علی اصغر بصیری، مریم نجاتیان ناشر: حبله رود چاپ نخست، ۱۴۰۰ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۴۱-۶۵-۳ شمارگان: ۲۰۰ نسخه صفحه آرای: محمدتقی رهبری فرد طرح روی جلد: سمیرا جمشیدی چاپ و صحافی: بارنگ قیمت: ۶۵ هزار تومان
---	--

۱	پیشگفتار.....
۲	مقدمه.....
۵	فصل ۱ خانواده.....
۷	تعریف خانواده.....
۱۰	اهمیت خانواده.....
۱۲	انگیزه‌ها و اهداف تشکیل خانواده.....
۱۲	۱. ایجاد کانون آسایش و آرامش برای زن و مرد.....
۱۳	۲. حفظ غفت و پاک‌دامنی و ارضای نیاز جنسی.....
۱۳	۳. دوستی، محبت و عشق.....
۱۳	۴. برقراری تعادل در وجود آدمی.....
۱۴	۵. کمک به رشد و تکامل یکدیگر.....
۱۵	۶. داشتن فرزند و یا فرزندی سالم و شایسته.....
۱۶	ویژگی‌های نظام خانواده.....
۱۸	وظایف و کارکردهای اساسی خانواده.....
۱۸	عوامل مؤثر در کارکردهای خانواده.....
۲۰	طلاق و اختلال در کارکرد خانواده.....
۲۱	راهکارهای کاهش طلاق.....
۲۵	فصل ۲ مشاوره‌ی طلاق.....
۲۷	اهداف مشاوره‌ی طلاق.....
۲۸	مراحل مشاوره‌ی طلاق.....
۲۹	راهبردهای درمانی.....
۳۰	الف) مرحله‌ی آغازین مشاوره.....
۳۰	بررسی اختلالات روان‌شناختی.....
۳۲	ارزیابی اختلالات شخصیتی.....
۳۴	محرومیت هیجانی و رفتار عجیب و غریب - شاخه A.....

۳۵	هیجان‌های مبالغه‌آمیز و برجسته - شاخه B
۳۶	اضطراب، سلطه‌پذیری همراه با مقاومت - شاخه C
۳۸	بررسی میزان کنترل تکانه‌های پرخاشگرانه و جنسی
۴۰	بررسی سوء مصرف مواد
۴۱	اجرای آزمون‌های روان‌شناختی
۴۲	بررسی بیماری‌های جسمانی
۴۲	بررسی بلوغ عاطفی و شخصیتی
۴۵	بررسی انگیزه و دلایل طلاق
۴۶	شناسایی موارد اضطراری
۴۶	ارجاع برای دارو درمانی
۴۷	بررسی توانایی مدیریت استرس
۴۷	آموزش مهارت تصمیم‌گیری
۴۸	ب) مرحله میانی مشاوره
۴۹	سوگواری
۴۹	تقویت منابع مقابله‌ای
۵۰	انواع مقابله‌های کارآمد
۵۰	مقابله متمرکز بر مسئله
۵۲	مقابله متمرکز بر هیجان
۵۳	مقابله‌های ناکارآمد و غیرمفید
۵۵	آموزش مهارت‌های والدینی
۵۶	فرزند پروری مستقل
۵۸	فرزند پروری موازی
۵۹	همکاری والدین
۶۰	بازسازی شناختی
۶۱	تقویت خودآگاهی
۶۱	فنون تحمل هیجان‌های منفی
۶۱	۱. مهارت‌های توجه برگردانی

۶۲		۲. خود آرام‌سازی با حواس
۶۲		۳. بهبود بخشیدن به لحظه
۶۴		بخشش
۶۴		ج) مرحله‌ی پایانی مشاوره
۶۷		فصل ۳ فنون مشاوره‌ای
۶۹		گوش دادن
۷۰		تسهیل
۷۰		سؤال کردن
۷۲		عادی‌سازی
۷۲		انتظار علامت
۷۳		فن اختصاصی کردن
۷۳		اطمینان بخشی
۷۴		فن همدلی
۷۵		آشکار سازی
۷۵		فن صندلی خالی
۷۶		فن قاب‌گیری
۷۷		تفسیر
۷۸		فن واریسی
۷۹		کاوش
۷۹		تعمیم
۸۰		انعکاس احساس
۸۰		فن ربط دادن مطالب
۸۱		بازپردازی
۸۲		خلاصه کردن
۸۳		مواجهه
۸۴		گذارها

۸۴	گذار ملایم
۸۵	گذار ارجاعی
۸۵	گذار ناگهانی

فصل ۴ فنون رفتاری ۸۷

۸۹	تنفس دیافراگمی
۹۰	آرمیدگی
۹۰	آرمیدگی عضلانی پیش‌رونده
۹۳	آرمیدگی بدون تنش
۹۴	بازنگری و برنامه‌ریزی فعالیت
۹۵	برنامه ریزی فعالیت‌های لذت بخش
۹۵	۱. شناسایی فعالیت‌های لذت بخش
۹۶	۲. پرداختن به فعالیت‌های لذت بخش
۹۸	راهبردهای حل مسئله
۱۰۰	توافقات تبادل رفتاری
۱۰۱	آموزش جرأت ورزی
۱۰۲	مهارت کنترل خشم و عصبانیت
۱۰۶	ایجاد فکرهای سرد و اهداف مثبت
۱۰۸	مهارت کنترل استرس
۱۰۸	فشار شرایط را تغییر دهید
۱۰۸	فراگیری نه گفتن
۱۰۹	تنظیم اهداف واقع‌بینانه
۱۱۰	دوری از کمال‌گرایی
۱۱۰	تغییر دادن شرایط فیزیکی محیط کار

فصل ۵ بازسازی شناختی ۱۱۳

۱۱۵	مراحل بازسازی شناختی
۱۱۶	سطوح شناختی

پیشگفتار

امروزه توجه مضاعفی به موضوع خانواده و خانواده درمانی در میان مشاوران خانواده و روانشناسان قابل مشاهده می‌باشد. به طوری که در مقدمه کتاب ارزیابی و درمان خانواده‌ها تألیف اپستین و بیشاپ (۲۰۰۵) عنوان شده است که بیشتر از دو هزار برنامه آموزشی خانواده درمانی به صورت فعال در کشور امریکا و سایر کشورهای دنیا به کار گرفته می‌شود. خود این رقم از یک سو نشان دهنده توجه روانشناسان به خانواده و از سوی دیگر نشان دهنده تنوع در نگاه و مداخله در خانواده می‌باشد. ناگفته پیداست که تمام این برنامه‌ها با یکدیگر شباهت‌ها و تفاوت‌هایی دارند. و عموماً اتخاذ یک رویکرد کاربردی و التقاطی (ترکیبی) شاید راه حلی خلاق و مؤثر در مواجهه با مشکلات و مداخلات در سطح خانواده باشد. کتاب حاضر سعی دارد که با معرفی خلاصه و کوتاه فنون و مداخلات به مشاوران و روانشناسان خانواده در رابطه با مداخله در طلاق (در سطح اولیه، سطح دوم و سطح سوم) اطلاعات مفید و کاربردی ارائه کند.

امیدوارم مطالعه این کتاب به مشاوران و درمانگران کمک کند تا بسته به شرایط، مداخله اثربخش مناسبی در رابطه با موضوع طلاق داشته باشند.

دکتر پرویز صباحی

استادیار گروه روانشناسی دانشگاه سمنان