

راهنمای درمان فراتشخیصی

مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ ایرانی

(الگویی برای روانشناسان بالینی و متخصصان سلامت روانی)

مؤلفان:

دکتر پیمان حاتمیان

(پژوهشگر پسادکتری و دکتری تخصصی روانشناسی دانشگاه تربیت مدرس)

دکتر کاظم رسول زاده طباطبایی

(دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه تربیت مدرس و فردوسی مشهد)

دکتر پرویز آزادفلاح

(استاد تمام گروه روانشناسی دانشگاه تربیت مدرس)

دکتر جعفر حسنی

(استاد تمام گروه روانشناسی دانشگاه خوارزمی)



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۴۰۱

عنوان و نام پدیدآور :	راهنمای درمان فراتشخیصی مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ ایرانی (الگوپی برای روانشناسان بالینی و متخصصان سلامت روانی)/ مولفان پیمان حاتمیان ... [و دیگران].
مشخصات نشر :	تهران : آوای نور، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری :	۸۰ ص.؛ ۵/۱۴×۳۱/۵ س.م.
شابک :	۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۱-۸
وضعیت فهرست نویسی :	فیبأ
یادداشت :	مولفان پیمان حاتمیان، کاظم رسولزاده طباطبایی، پرویز آزادفلاح، جعفر حسینی.
یادداشت موضوع :	کتابنامه. هیجان‌ها Emotions هیجان‌ها -- جنبه‌های اجتماعی Emotions -- Social aspects هیجان‌ها -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام Emotions -- Religious aspects -- Islam روان‌درمانی Psychotherapy
شناسه افزوده :	حاتمیان، پیمان، ۱۳۷۲-
رده بندی کنگره :	۵/۴۸۰RC
رده بندی دیویی :	۶۱۶/۸۹۱۴

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



راهنمای درمان فراتشخیصی

مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ ایرانی
(الگوی برای روانشناسان بالینی و متخصصان سلامت روانی)

مؤلفان: دکتر پیمان حاتمیان - دکتر کاظم رسول زاده طباطبایی

دکتر پرویز آزادفلاح - دکتر جعفر حسنی

صفحه آرا: فاطمه حامدی

ناشر: آوای نور

چاپ: اول ۱۴۰۱

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۱-۸

نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید

نظری، پلاک ۹۹، طبقه دوم، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵، نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

همه حقوق برای مؤلف محفوظ است. قیمت ۵۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۷
ضرورت تدوین پروتکل فراتشخیصی مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ	۹
طراحی پروتکل فراتشخیصی مبتنی بر تنظیم هیجان در فرهنگ ایرانی.....	۱۳
جلسه اول: آشنایی با اهداف جلسات و بررسی میزان آگاهی هیجانی فرد	۲۵
جلسه دوم: آگاهی از کارکرد هیجان‌ها و پذیرش و رویارویی با آن‌ها.....	۲۹
جلسه سوم: آشنایی با نقش خانواده در تنظیم هیجان	۳۵
جلسه چهارم: آشنایی با نقش اجتماع در تنظیم هیجان	۴۱
جلسه پنجم: شناسایی نقش باورهای دینی در تنظیم هیجان	۴۵
جلسه ششم: آشنایی با مهارت‌های مبتنی بر خویشتن‌داری و تحمل‌پذیری.....	۴۹
جلسه هفتم: خودبازبینی شناختی در موقعیت‌های هیجانی	۵۳
جلسه هشتم: ارزیابی نهایی و پیشگیری از عود	۵۷
منابع و مآخذ.....	۵۹
پیوست‌ها.....	۶۳

پیشگفتار

روانشناسی یکی از شاخه‌های علوم انسانی و علوم اجتماعی و از رشته‌هایی است که همواره در جهان و ایران، با استقبال خوبی روبه‌رو بوده است. توجه به محتوای بومی و فرهنگی این رشته مخصوصاً در حوزه‌های روانشناسی بالینی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. اثر حاضر که با هدف طراحی و تدوین راهنمای درمان فراتشخیصی مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ ایرانی انجام شد تا الگویی برای روانشناسان بالینی، روانپزشکان و سایر متخصصان سلامت روان باشد، که آنها بتوانند با مراجعان خود به شیوه‌ی موثرتر ارتباط درمانی برقرار نموده و به آنها کمک نمایند. غیر قابل انکار است که اکثریت قاطع کتب و پژوهش‌های موجود در علم روانشناسی حاصل پژوهش و مطالعه در فرهنگ غربی است و علاوه بر ارزشمند بودن روش علمی آنها، اما نمی‌توان نقش ارزشمند فرهنگ بومی را نادیده گرفت. در جامعه ایرانی، فرهنگ دینی و اسلام با هویت ما در هم تنیده است. در فرهنگ ایرانی برخلاف برخی از جوامع غربی، خانواده نقش موثری دارد و فرهنگ دینی ما خانواده را مقدس شمرده و بیشترین توجه را به والایی خانواده نموده است. از طرفی نمی‌توان از نقش خرده فرهنگ‌ها و آداب و رسوم آنها چشم پوشی نمود، چراکه ارزش‌ها، هنجارها و انتظارات خاص خود را دارند. در اثر حاضر که حاصل بخشی از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی است (که در فروردین ماه سال ۱۴۰۱ در دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس به راهنمایی جناب آقای دکتر کاظم رسول

زاده طباطبایی و مشاوره جناب آقای دکتر پرویز آزادفلاح و دکتر جعفر حسنی از آن دفاع شده است)، سعی گردیده با بهره‌گیری از نظر و راهکارهای متخصصان و صاحب‌نظران روانشناسی در کشور (در حوزه تنظیم هیجان) که بیشترین آگاهی را نسبت به بوم و فرهنگ ایرانی داشتند و نیز نظریه‌های مشهور در حوزه تنظیم هیجان در علم روانشناسی، چارچوب راهنمای درمان فراتشخیصی مبتنی بر تنظیم هیجان متناسب با فرهنگ ایرانی/ اسلامی طراحی و تدوین گردد. قابل ذکر است که ضمن امکان‌سنجی علمی پروتکل درمانی حاضر توسط متخصصان، اثربخشی آن در اختلال بی‌خوابی که از جمله شایع‌ترین اختلالات است و نشانه‌های آن به عنوان یک اختلال همبود در اکثر اختلالات روانشناختی دیده می‌شود، بررسی و تایید شده است. بنابراین با توجه به ویژگی فراتشخیصی پروتکل درمانی حاضر، می‌توان آن را برای اکثریت اختلالات روانشناختی (مخصوصاً اختلالات هیجانی) موثر دانست.

دکتر پیمان حاتمیان

پاییز ۱۴۰۱