

عنوان مقاله:

زوج درمانی هیجان محور و آموزش مهارت‌های ارتباطی: رویکردی آموزشی در خانواده درمانی

محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین ایران و جهان در روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

آرزو ملول - کارشناسی ارشد علوم تربیتی گرایش برنامه ریزی درسی - سازمان بهزیستی استان کرمانشاه

شهر نادری - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی - دانشگاه آزاد اسلامی مرکز کرمانشاه

مسلم اکبری - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

خلاصه مقاله:

هدف این مقاله بررسی رویکرد زوج درمانی هیجان محور به عنوان رویکردی آموزشی و درمانی در روابط خانوادگی است که می‌تواند در قالب کلاسهای آموزش مهارت‌های زندگی به زوجین در زمینه برخورد با تجارب هیجانی کمک کند. زوج درمانی هیجان محور فنون رویکردهای تجربی و سیستمی را برای گسترش مهارت زندگی پاسخ‌های هیجانی و چرخه‌های تعاملی بین زوجین ترکیب می‌کند. همچنین از این رویکرد در درمان افسردگی، بیماری‌های مزمن و اختلالات اضطرابی استفاده شده است. به نظر می‌رسد رویکرد هیجان محور با تأکیدی که بر هیجانات اساسی مشترک بین انسان‌ها و نیازهای دلبستگی دارد، توانسته است به خوبی فرهنگ‌ها و طبقات مختلف را تحت پوشش قرار دهد. به دلیل این که تجارب هیجانی، عنصر اصلی تغییر در این رویکرد است، درمانگر در جلسات درمانی بر پردازش هیجانات و الگوهای تعاملی‌ساز به همان صورت که در جلسه درمان تجربه می‌شوند، تأکید می‌کند. درمانگران در این رویکرد با ایجاد محیط و پایگاهی ایمن برای زوجین، به هر یک از آن‌ها کمک می‌کند تا بتوانند تجارب خود را به صورت باز و روشن، ابراز کنند و روش‌های جدیدی برای ارتباط با یکدیگر پیدا کنند. این درمان شامل: کاهش چرخه‌های تعاملی منفی، بازسازی تعاملات و تحکیم، تثبیت و یکپارچه کردن است.

کلمات کلیدی:

زوج درمانی، هیجان، زوج درمانی هیجان محور، دلبستگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/660109>

