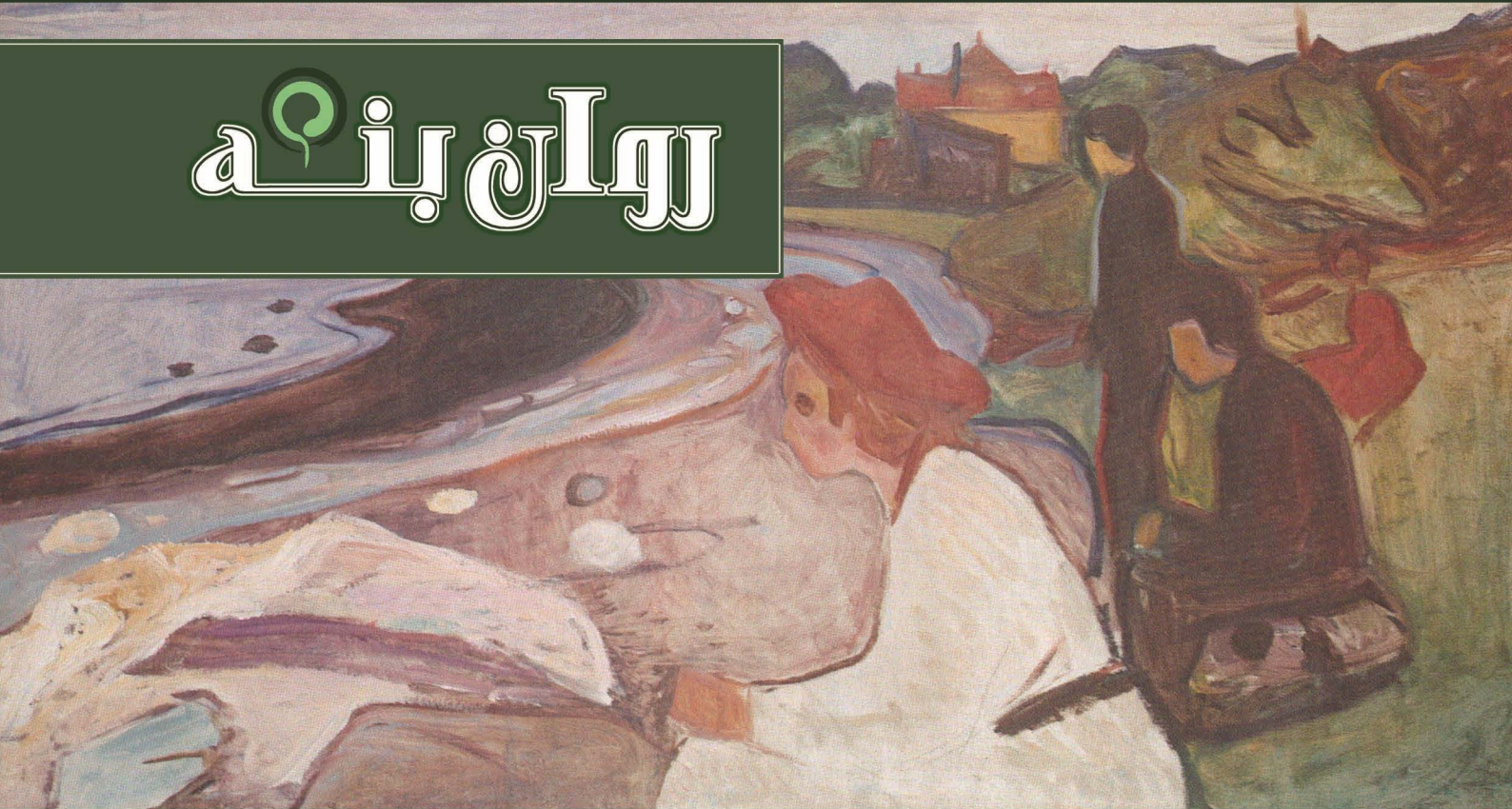


# روان بنه



## در این شماره می‌خوانید :

اندازه مغز در اختلال دوقطبی

3 حرکت مهم برای کمک به کنترل هیجانات نوجوانان

نکاتی مهم در فرزندپروری نوجوان

خستگی ناشی از شفقت چیست؟

اهمیت دادن بیش‌ازحد به دیگران منجر به چه پیامدی می‌شود؟

بررسی روابط ابژه در رویکرد کرنبرگ و نظریه رفتاردرمانی دیالکتیک لینهان

ویژگی‌های شخصیتی مدیر موفق





# روان بونه

## فهرست مطالب :

درمان شناختی-رفتاری	اندازه مغز در اختلال دوقطبی/ آیا اختلال دوقطبی باعث کوچک تر شدن اندازه مغز می شود؟/ ۲
	پنجمین همایش علمی- پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران/ ۳
	معرفی کتاب خود آگاهی (مجموعه مهارت های زندگی، جلد اول)/ ۳
درمان کودک و نوجوان	۳ حرکت مهم برای کمک به کنترل هیجانات نوجوانان/ نکاتی مهم در فرزندپروری نوجوان/ ۴
	معرفی کتاب فرزندپروری برای نوجوان با هیجانات شدید: مهارت های رفتاردرمانی دیالکتیک DBT برای کمک به نوجوان شما/ ۵
خانواده درمانی	خستگی ناشی از شفقت چیست؟ اهمیت دادن بیش از حد به دیگران منجر به چه پیامدی می شود؟/ ۶
	چهارمین کنفرانس جهانی پژوهش های نوین ایران و جهان در روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی / ۷
رواندرمانی و فلسفه	بررسی روابط ابژه در رویکرد کرنبرگ و جنبه دیالکتیکی نظریه رفتاردرمانی دیالکتیک لینهان در افراد دچار اختلال شخصیت مرزی/ ۸
	معرفی کارگاه آموزشی و تخصصی اصول و فنون مصاحبه تشخیصی براساس DSM_5 و ارزیابی و فرمول بندی شناختی رفتاری/ ۹
صنعتی و سازمانی	ویژگی های شخصیتی مدیر موفق/ چه عواملی باعث برتری مدیران نسبت به یکدیگر می شوند؟/ ۱۰
	معرفی کارگاه آموزشی و تخصصی مربیگری مهارت های زندگی کودکان/ ۱۱
	کنفرانس ملی پژوهش های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی/ ۱۱
	فرم عضویت/ ۱۲
	ملاحظات/ ۱۳

## نشریه روان بونه

زیر نظر : گروه رشد و توسعه روانشناسی در ایران

سال دوم / شماره ۱۵ / فروردین ۱۳۹۶

Second year / Number Fiteen / March 2017

### G & D Group

سردبیر: مسعود حامدی

شورای تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

دکتر مهدی اکبری

دکتر علی رضا بوستانی پور

دکتر محمود دهقان

دکتر اسما عاقبتی

هیئت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

منا سمیعی سنجانی

مژگان عطار

دبیر اجرایی: مهسا جوکار

گرافیکست: رقیه سیفی

کانال تلگرام: <https://t.me/RavanBoneh1>

سایت: [ravanboneh.com](http://ravanboneh.com)

پست الکترونیک: [info@ravanboneh.com](mailto:info@ravanboneh.com)

شماره های تماس: ۰۹۰۳۲۰۲۹۲۳۵ و ۰۲۸-۸۸۳۰۵۰۲۱

نویسندگان این شماره به ترتیب حروف الفبا:

مریم بابایی فرد، الهام ربیعی، سمیرا سیرجانی،

معصومه سیف اشرفی، مژگان عطار

این نشریه الکترونیکی با هدف انتشار مقالات، رویدادها و موضوعات حوزه روانشناسی و مشاوره هر ماه به صورت رایگان با همت متخصصین دغدغه مند در این حوزه ها نگارش، تولید و منتشر خواهد شد. سایر دوستان و متخصصین که تمایل به همکاری با این نشریه الکترونیکی دارند می توانند نقطه نظرات خود را از طریق پست الکترونیکی با ما در میان بگذارند. برای عضویت این خبرنگار از طریق سایت اقدام نمایید.

سازمان آگهی ها

برای درج آگهی و یا اطلاع رسانی پیرامون کارگاه ها و همایش ها در حیطه روانشناسی با ایمیل [info@ravanboneh.com](mailto:info@ravanboneh.com) در تماس باشید.



۱. آرا نویسندگان لزوماً دیدگاه گروه رشد و توسعه روانشناسی نیست.
۲. مسئولیت متن آگهی‌ها بر عهده ارائه‌دهنده آگهی‌ها است.
۳. مسئولیت علمی مقاله بر عهده نویسنده یا نویسندگان است.
۴. نشریه روان‌بونه در قبول یا رد مقاله‌ها آزاد است.
۵. نشریه در اصلاح و ویرایش مطالب رسیده آزاد است.
۶. مقالات ارسال‌شده بازگردانده نمی‌شود.
۷. ماهنامه روان‌بونه نشریه الکترونیکی و غیرقابل فروش است.

### از نویسندگان محترم تقاضا می‌شود به نکات زیر توجه فرمایند:

۱. نشریه روان‌بونه آماده چاپ و انتشار مقاله‌های نقد و بررسی، گزارش‌های تحقیقی اصیل، مورد پژوهی و مورد آزمایشی و مورد درمانی و نیز نقد و معرفی کتاب است.
۲. مقالات خود را به ایمیل [info@ravanboneh.com](mailto:info@ravanboneh.com) ارسال فرمایید.
۳. مقاله باید به زبان فارسی، با انشایی روان و سلیس نوشته شده باشد.
۴. مقالات و ترجمه‌های خود را حتی‌الامکان حروفچینی شده ارسال نمایید.
۵. مقالات ارسال‌شده بازگردانده نمی‌شود.
۶. نقل مطلب با ذکر مأخذ آزاد است.
۷. اصطلاحات لاتین و اسامی باید قسمت پایین صفحه بیاید.
۸. نام و نام خانوادگی نویسنده یا مترجم، سمت علمی، محل کار، نشانی، شماره تلفن، شماره دورنگار و پست الکترونیکی حتماً باید ذکر شود.
۹. چنانچه مخارج مالی مربوط به تهیه مقاله و یا انجام پژوهش، از طرف مؤسسه ای تأمین شده است در صفحه اول مقاله یا گزارش (در قسمت پاورقی) حتماً ذکر شود.
۱۰. شیوه ارجاع به منابع و کتابنامه‌شناسی، طبق استاندارد APA خواهد بود.
۱۱. توصیه می‌شود در ترجمه واژه‌ها تا حد امکان از معادل‌های موجود استفاده شود و در صورتیکه معادل جدیدی آفریده می‌شود، دلایل کافی در پاورقی آورده شود.
۱۲. ذکر منبع مقالات ارسالی، الزامی می‌باشد و مقالات بدون منبع چاپ نخواهند شد.



## اندازه مغز در اختلال دوقطبی

### آیا اختلال دوقطبی باعث کوچک‌تر شدن اندازه مغز می‌شود؟

#### سمیرا سیرجانی

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

فعالیت‌های مشخصی که توسط شرکت‌کننده‌ها، فعالیت می‌کنند را بررسی کنند.

بررسی نتایج ۱۵۲ شرکت‌کننده سالم با ۱۳۳ فرد مبتلابه اختلال دوقطبی و ۸۶ فرد مبتلابه اختلال افسردگی حاد، نشان داد که مناطق مشخصی از هیپوکامپ مغز (CA۴ و لایه سلولی گرانول، لایه مولکولی و دم) در افرادی که دوقطبی نوع یک دارند از دیگران کوچک‌تر است. همان‌طور که گفته شد این مناطق در افرادی که اختلال دوقطبی نوع یک دارند کوچک‌تر است، تشخیص افتراقی اختلال دوقطبی نوع اول با نوع دوم در اپیزودهای منیک بیشتر در اختلال دوقطبی نوع اول است. پژوهش‌ها نشان داد هرچقدر تجربه دوره‌های منیک در افراد بیشتر باشد، اندازه این مناطق نیز کوچک‌تر است. قبلاً یافته‌هایی از این قبیل در مورد افرادی که قصد خودکشی نیز داشتند مشاهده شده بود که برخی نواحی مغزی آن‌ها نسبت به دیگر افراد کوچک‌تر است.

با پیشرفت علم تصویرنگاری مغزی، داده‌هایی از این دست روزبه‌روز بیشتر مطرح می‌شوند. از سوی دیگر درمان‌های شناختی رفتاری نفوذ بسیار زیادی برای درمان افراد با اختلال‌های یادشده پیدا کرده‌اند. باید بررسی کرد که بعد از دانستن این تفاوت‌ها در افراد آیا هنوز هم درمان‌های شناختی-رفتاری از اولویت لازم برای درمان برخوردارند یا بهتر است مشاوران و روانشناسان قبل از شروع درمان‌های روتین، به بررسی‌های این‌چنینی نیز مبادرت ورزند؟ چرا که به نظر می‌رسد اگر اندازه مغز در این افراد تغییر کرده است نیاز به هماهنگی دارودرمانی و درمان‌های روان‌شناختی بیشتر از موارد دیگر احساس می‌شود.

در افرادی که اختلال اسکیزوفرنی دارند، هیپوکامپ که مسئول خاطرات و احساسات است آرام‌آرام کوچک‌تر می‌شود. دانشمندان کنجکاوند تا بدانند آیا این اتفاق در مورد اختلالات خلقی هم رخ می‌دهد یا خیر؟ به‌تازگی در دانشگاه تگزاس پژوهشی روی افرادی که اختلالات خلقی داشتند انجام شد. در این پژوهش، در گروه‌های مختلف مبتلایان، اندازه بخش‌های مختلف مغز، خصوصاً هیپوکامپ بررسی شد. نتایج تحلیل آن‌ها نشان داد اندازه هیپوکامپ در افرادی که اختلال دوقطبی دارند به‌طور مشخصی از افراد سالم و کسانی که افسردگی اساسی دارند، کوچک‌تر است.

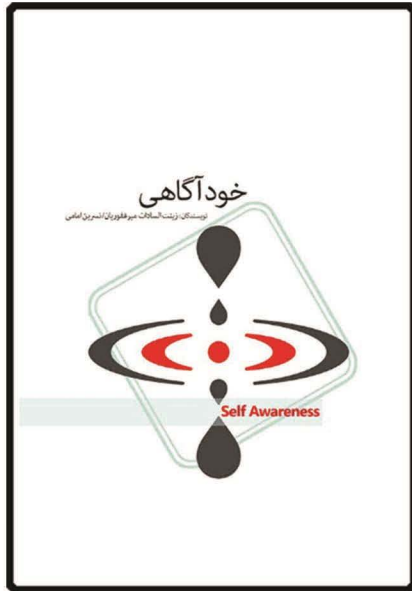
هنوز مشخص نشده است که چرا این بخش‌ها در بیماران دوقطبی از دیگر افراد کوچک‌تر است اما همین یافته‌ها توجه پژوهشگران را به کارکرد قسمت‌های کوچک‌شده، روی نشانه‌های بیماران جلب می‌کند. به عبارتی پژوهشگران تمایل یافته‌اند که کارایی این بخش‌ها را به‌صورت مشخص شناسایی کنند و علاوه بر آن بررسی کنند که تأثیر کارکرد این نواحی روی شدت اختلال، روند پیشرفت آن و نشانه‌های آن چیست.

یکی از پژوهش‌هایی که در این زمینه انجام شد، بررسی نیمکره‌های مختلف مغز بود. از آنجاکه هر نیمکره برای خود بخش هیپوکامپ دارد، پژوهشگران با استفاده از روش چند قطعه کردن و استفاده از دستگاه MRI تلاش کردند تا با جزییات کامل، بخش‌هایی از مغز را که در حین

علمی-پژوهشی

# همایش ۵مین

## علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران



## معرف کتابی

“خودآگاهی”

(مجموعه مهارت‌های زندگی، جلد اول)

تألیف: زینت السادات میر غفوریان، نسرين امامی  
انتشارات: پرنده

برای اینکه بتوانیم زندگی خوب و موفق داشته باشیم باید مهارت‌ها و توانایی‌های مختلفی داشته باشیم. مهارت‌های زندگی عبارت‌اند از توانایی رفتار سازگارانه و مثبت که افراد را قادر می‌سازد تا به‌طور مؤثر با نیازها و چالش‌های روزمره برخورد نمایند.

یکی از مهم‌ترین عواملی که به انسان کمک می‌کند زندگی خوب و موفق داشته باشد، این است که خود را بشناسد و از آنچه هست، شاد و راضی باشد. مهارت خودآگاهی یکی از مهارت‌های زندگی است که به فرد کمک می‌کند شناخت بیشتری نسبت به خود، خصوصیات، نیازها، اهداف، احساسات، نقاط قوت و ضعف و... خود داشته باشد...

این کتاب برای استفاده مدرسین نوشته‌شده و اولین کتاب از مجموعه ۱۰ جلدی مهارت‌های زندگی است.

پنجمین همایش علمی-پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران با محوریت مقابله با آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی توسط انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین، ۲۵ اردیبهشت‌ماه سال ۱۳۹۶ در تهران برگزار می‌شود. مهلت ارسال مقالات نیز تا ۱۰ اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۶ است.

محورهای همایش عبارت‌اند از:

روانشناسی بالینی و آسیب‌شناسی

پژوهش در روانشناسی اجتماعی

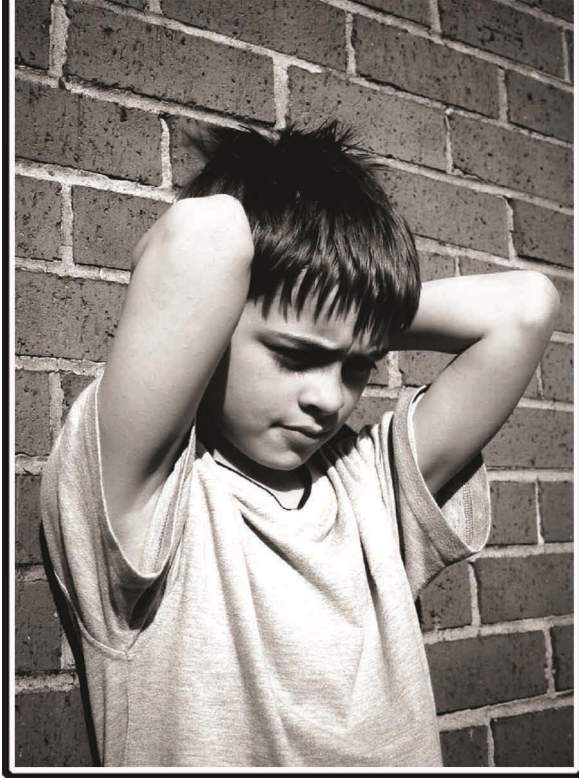
روانشناسی سلامت و مطالعات رفتاری

روانشناسی و برنامه‌ریزی امور فرهنگی

و...

علاقه‌مندان برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانند به وبسایت

psconf.ir مراجعه نمایند.



نکاتی مهم در فرزندپروری نوجوان

## ۳ حرکت مهم

### برای کمک به کنترل هیجانات نوجوانان

نباشید، در اجرای این استراتژی‌های جدید، شرایط سختی خواهید داشت.

#### حالت‌های ذهنی

تشخیص حالت‌های ذهنی، با توجه به این که ممکن است در لحظاتی هیجانات و در لحظات دیگر منطق و عقل غالب باشند، به شما کمک می‌کند تا متعادل‌تر به نوجوانتان پاسخ بدهید. فرزندپروری مؤثر از این تشخیص، برای ترکیب تفکر موجه و تجربه‌ی هیجانی استفاده می‌کند. این ترکیب باعث تصمیم‌گیری هوشمندانه می‌شود (لینهان ۱۹۹۳). در یک‌سوی طیف، برخی افراد بر مبنای درونیات به جهان پاسخ می‌دهند و تصمیم‌گیری و انتخاب می‌کنند (این که آن‌ها چه حسی دارند، روی نحوه‌ی فکر کردن آن‌ها تأثیر می‌گذارد). در سوی دیگر طیف، برخی بسیار منطقی، سنجیده و با فکر به مسئله، پاسخ عقلانی می‌دهند، بدون این که هیچ‌گونه هیجانی را در نظر داشته باشند. تفکر هوشمندانه هم احساس و هم استدلال را در نظر می‌گیرد و منجر به تصمیماتی می‌شود که مؤثرترند و بهتر قابل درک هستند.

#### واکنش به حالت‌های هیجانی ذهن

احتمالاً متوجه خواهید شد که چه وقتی فرزندتان در حالت هیجانی ذهنش قرار دارد. فریاد زدن، کوبیدن در و دشنام دادن یا تهدید کردن همگی علائم این حالت ذهنی هستند. یا این که ممکن است نوجوانتان به کل ساکت شود. وقتی نوجوان شما هیجانی پاسخ می‌دهد، بیشتر باید نگران باشید، زیرا در این حالت او به توضیحات و توصیه‌های شما گوش نمی‌دهد. به این خاطر که شدت احساس معمولاً با تفکر منطقی در تداخل است.

احتمالاً متوجه خواهید شد که چه زمانی، وقتی می‌خواهید فریاد بزنید یا می‌خواهید گریه کنید، در حالت هیجانی ذهنتان واکنش نشان می‌دهید. هرچند قصد ندارید این کار را بکنید ولی ممکن است

#### مزگان عطار

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

وقتی کودک، به سن نوجوانی می‌رسد والدین زمان زیادی لازم دارند تا بتوانند خود را با تغییرات ناگهانی نوجوان وفق دهند و روش‌های فرزندپروری خود را مطابق با تغییرات روحی نوجوانشان تنظیم کنند. باید توجه داشت اگر نوجوان شدیداً هیجانی باشد، کنترل ماهرانه‌ی این هیجانات برای او کار سختی است، مشکلات شدت بیشتری دارند و شما ممکن است متوجه شوید استراتژی‌هایی که در مورد دیگر کودکان به کار می‌آیند، در مورد این یکی اثری ندارند. سردرگمی شما به خاطر ترس شما از این که نوجوانتان کار خطرناکی کند، شدیدتر می‌شود. ممکن است شما از تجربیات قبلی خود یاد گرفته باشید که نباید برای او محدودیت قائل شوید یا انتظاری از او داشته باشید و باید مطابق میل او عمل کنید تا از واکنش‌های خطرناک و یا تهدیدآمیز او جلوگیری کنید.

فرزندپروری مؤثر به معنی این است که کاری را انجام دهید که شمارا هم در درازمدت و هم در کوتاه‌مدت به هدف برساند. لازم نیست که آنچه فکر می‌کنید درست و منصفانه باشد، یا بر مبنای تجربیات و باورهای گذشته باشد. این به آن معنی است که شما به وضعیت به وجود آمده نگاه می‌کنید، پیش‌زمینه‌ی فکری‌تان را ارزیابی کرده و مشخص می‌کنید که چه پاسخی به شما کمک خواهد کرد تا در این لحظه و در این شرایط به هدفتان برسید. فرزندپروری مؤثر نیاز دارد که شما:

- ۱) هنگامی که هیجانات نوجوانتان شعله‌ور می‌شوند، آرام باشید.
- ۲) نوجوانتان را در موقعیتی که قرار دارد، درک کنید و بفهمید.
- ۳) استراتژی‌هایی را پیاده کنید که به شما این امکان را می‌دهد تا مانع تشدید شرایط بشوید.

آمادگی آنچه می‌خواهید به آن پاسخ بدهید را داشته باشید و با شناخت و آگاهی به نوجوان یا جوانتان پاسخ بدهید. همه‌ی این‌ها به هم وابسته هستند. اگر آرام



## معرف کتابی

### “فرزندپروری برای نوجوان با هیجانات شدید” مهارت‌های رفتاردرمانی دیالکتیک DBT برای کمک به نوجوان شما

تألیف: پت هاروی، بریت اچ راتبون  
ترجمه: دکتر فرهاد چنگیزی، مژگان عطار،  
دکتر اسما عاقبتی  
انتشارات: پرند

هنگامی که نوجوان شما هیجانانگیزی را تجربه می‌کند که منجر به رفتارهای ناسالم و ناپایمن می‌شود، واکنش طبیعی والدین به این گونه رفتارها نگرانی، ترس و حتی خشم خواهد بود. والدین اغلب، نوجوان خود را برای دریافت کمک نزد متخصص می‌برند و احساس می‌کنند که خودشان نمی‌توانند این شدت هیجانی را در خانه مدیریت کنند. این کتاب به والدین کمک می‌کند که علل زیر بنایی هیجانات نوجوان را درک کنند و مهارت‌های مؤثری را فراگیرند که درحالی‌که هیجانات خود را مدیریت می‌کنند به‌گونه‌ای مؤثر به نوجوان واکنش نشان داده و در رفتارهای آن‌ها مداخله‌ی مثبت کنند و رویکردهایی را برای مقابله با مجموعه‌های خاصی از رفتارهای مشکل‌ساز ارائه می‌دهد. این کتاب یک مکمل عالی برای رفتاردرمانی دیالکتیک است. همچنین کتابی مناسب برای والدینی است که نوجوانانی (یا نونهالانی) دارند که با هیجانات و رفتارهای آن‌ها دچار چالش هستند، همچنین برای درمانگرانی که DBT کار می‌کنند یا به هر طریقی به خانواده‌ها خدمات مشاوره ارائه می‌دهند، مفید است. علاوه بر این در زمانی که والدین روی نوجوان خود تمرکز می‌کنند، با استفاده از این کتاب روش‌هایی را یاد می‌گیرند که به خود و اعضای دیگر خانواده نیز توجه کنند. این کتاب همراهی ارزشمند برای والدین و درمانگران در مدیریت شدت هیجانی نوجوان‌ها است.

به هیجانات شدید او پاسخ هیجانی بدهید و در گرداب هیجانی‌اش گیر نکنید. روشن است که هیجانات شما با توانایی شما برای فکر کردن، برنامه‌ریزی کردن و حل مسئله دچار تداخل می‌شوند. وقتی شما بدانید که واکنش شما هیجانی است، ممکن است قدم‌هایی برای آرام تر شدن بردارید، هوشیارتر شوید و روش مؤثرتری برای پاسخ دادن در پیش بگیرید.

### توضیح دادن در حالت ذهنی هیجانی

نوجوان یا والدینی هستند که کاملاً منطقی کار می‌کنند، برنامه‌ریزی یا تصمیم‌گیری می‌کنند، در مورد وقایع و منطقی فکر می‌کنند و تأثیر هیجانات را روی شرایط و تصمیمات در نظر نمی‌گیرند. اگر عملکرد شما بیشتر منطقی باشد، نمی‌توانید بفهمید که چرا وقتی کسی واکنش هیجانی است، از نظر شما منطقی نیست؟ دوره نوجوانی دوره‌ای از هیجانات برجسته است و والدین به‌ندرت می‌بینند که نوجوانشان بدون این‌که تحت تأثیر هیجانات باشد، تصمیمی بگیرد. شاید به‌دفعات شده باشد که سعی کرده باشید دلیلی برای واکنش‌های هیجانی نوجوانتان بیاورید. وقتی سعی می‌کنید با نشان دادن نکته‌ای در روزنامه یا مقالات مجله‌ها یا با سخنرانی کردن برای نوجوانتان، اثبات کنید که حق با شماست، احتمالاً در حالت منطقی ذهن‌تان هستید. وقتی در حال صحبت کردن هستید، احتمالاً نوجوانتان از شما می‌رنجد و صحبت‌های شما هیچ نتیجه‌ی مفیدی در پی نخواهد داشت.

باید دانست فرزندپروری مؤثر به معنای این است که به دنبال هوشمندانه‌ترین پاسخ‌ها به شرایط باشید. این پاسخ‌ها، پاسخ‌هایی هستند که احساس و استدلال را باهم هماهنگ می‌کنند و اهداف دراز مدت را در نظر دارند. تصمیمی که در حالت هوشمندانه گرفته شود، مبنی بر درک مستقیمی است که از کل تصویر موجود در آن شرایط به‌دست آمده است و به نظر می‌رسد فرد در عمیق‌ترین سطح هوشمندی خود به دنبال این است که مؤثرترین کار را انجام دهد. نوجوانی که تصمیم می‌گیرد به کلاس‌های آموزشی بعد از مدرسه برود، علی‌رغم این‌که تمایل دارد با دوستانش باشد، تصمیم خود را در حالت ذهنی هوشمندانه گرفته است. نوجوانی که مایل است در یک جشن خانوادگی شرکت کند، حتی اگر دوستانش این کار را احمقانه بدانند، در حالت ذهنی هوشمندانه تصمیم گرفته است.

والدین باید بتوانند به فرزندانشان در این‌گونه تصمیم‌گیری‌ها کمک کنند و توانایی آن‌ها را در پاسخ دادن هشیارانه افزایش دهند و اولین قدم برای این همیاری این است که خود، در گرداب هیجانات نوجوانشان دچار نشوند. والدینی که از رفتارهای خطرناک و آشفته‌ی نوجوانشان آگاه هستند و می‌توانند به شکلی حرفه‌ای به او کمک کنند. احتمالاً شما به‌عنوان والد وقتی تصمیمی می‌گیرید که انجام دادن آن دردناک و سخت است و درعین حال می‌دانید که انجام دادن آن ضروری است، در حالت ذهنی هوشمند خود هستید. روانشناسان کودک و نوجوان نیز باید با آگاهی از تکنیک‌هایی که به والدین و نوجوانانشان توان ارتباط مؤثر می‌دهد و آموزششان به آن‌ها برای تأثیرگذاری بیشتر به کمکشان بیایند.

منبع:

فرزندپروری برای نوجوان با هیجانات شدید: مهارت‌های رفتاردرمانی دیالکتیک DBT برای کمک به نوجوان شما  
نویسنده: پت هاروی، بریت اچ راتبون  
مترجمان: دکتر فرهاد چنگیزی/مژگان عطار/دکتر اسما عاقبتی



# خستگی ناشی از شفقت چیست؟

## اهمیت دادن بیش از حد به دیگران منجر به چه پیامدی می‌شود؟

خستگی ناشی از شفقت با فرسودگی شغلی تفاوت دارد. کسانی که دچار فرسودگی شغلی می‌شوند توانایی خود را برای اهمیت دادن به دیگران و شغلشان از دست می‌دهند و از سوی دیگر توانایی همدردی در آن‌ها کاهش می‌یابد اما افرادی که دچار خستگی ناشی از شفقت می‌شوند به میزان زیادی درگیر مشکلات دیگران شده‌اند. به عبارتی خستگی ناشی از شفقت به سراغ افرادی می‌رود که به افرادی که در موقعیت‌های استرس‌زا هستند کمک کرده‌اند اما فرسودگی شغلی اساساً از بیش از اندازه کار کردن ناشی می‌شود.

**نشانه‌هایی که بیان می‌کند مراجع، خستگی ناشی از شفقت دارد:**

- بی‌علاقگی
- افزایش میزان اضطراب
- تغییر در الگوی خواب
- مشکل در تمرکز
- مشکلات فیزیکی مثل سردرد، معده درد و...
- متوقف کردن یا کاهش فعالیت‌های خوشایند
- مراقبت نکردن از خود
- کاهش مقاومت در برابر بیماری

### الهام ربیعی

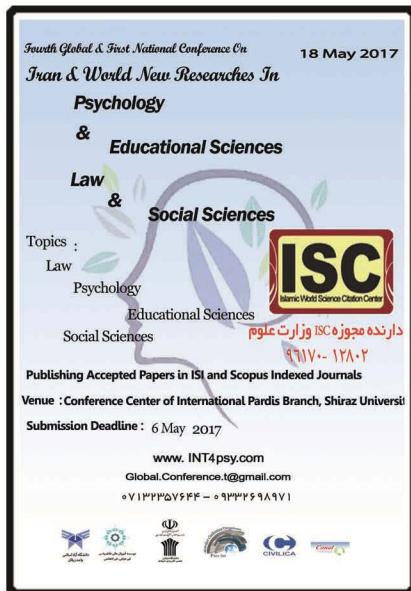
کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

امروزه با بالا رفتن امید به زندگی در افراد و پیشرفت علم پزشکی، افراد تا سنین بالاتری زنده می‌مانند. زندگی تا سنین بالاتر از سویی به منزله رویارویی با مشکلات سلامتی بیشتر است. بسیاری از سالمندان به مراقبت‌هایی از سوی دیگر اعضای خانواده نیازمند می‌شوند و اکثر آن‌ها تمایلی به رفتن به خانه‌های سالمندان نشان نمی‌دهند چراکه زندگی در این مکان‌ها، از استقلال و علاقه به زندگی آن‌ها کم می‌کند.

از این رو بسیاری از فرزندان باید علاوه بر فعالیت‌های روزانه خود، مراقبت از والد بیمار خود را نیز به دوش بکشند. گاهی مراجعینی که در چنین شرایطی قرار دارند از مشکلات خواب، از دست دادن کنترل، از دست دادن اطرافیان و روابط دوستی، مشکلات مالی و... شکایت می‌کنند.

باید دانست که یکی از مشکلات عمده بر سر راه این افراد، توجه و مراقبت بیش از حد است که به‌عنوان خستگی ناشی از شفقت تعریف می‌شود. این سندروم از موقعیت‌هایی ناشی می‌شود که در آن‌ها فرد در مقابل فرد دیگری (غالباً والد سالمند خود) بیش از اندازه حس همدردی و مسئولیت نشان می‌دهد که همین امر این افراد را در موقعیت مراجعه کننده به مراکز مشاوره قرار می‌دهد.





## کنفرانس جهانی

# ۴مین

## پژوهش‌های نوین ایران و جهان در روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی

چهارمین کنفرانس جهانی پژوهش‌های نوین ایران و جهان در روانشناسی و علوم تربیتی حقوق و علوم اجتماعی در ۲۸ اردیبهشت‌ماه سال ۱۳۹۶ در شیراز و توسط دانشگاه دولتی علمی-کاربردی شوشتر برگزار می‌گردد.

محورهای همایش شامل روانشناسی، علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی می‌باشند که هر کدام به زیرشاخه‌های دیگری تقسیم می‌شوند. در بخش روانشناسی زیرشاخه‌ها عبارت‌اند از:

- روانشناسی بالینی
- روانشناسی تربیتی
- روانشناسی شخصیت
- روانشناسی فرهنگی
- روانشناسی اسلامی
- روانشناسی صنعتی و سازمانی
- روانشناسی بالینی کودکان و نوجوانان
- روانشناسی عمومی
- سنجش و اندازه‌گیری (روان‌سنجی)
- و...

علاقه‌مندان برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانند به وب‌سایت [www.int4psy.com/fa](http://www.int4psy.com/fa) مراجعه نمایند.

البته باید توجه داشت کسانی که درگیر این سندروم می‌شوند. ممکن است در طولانی مدت علائم فرسودگی شغلی را نیز نشان دهند. باید دانست کسانی که در چرخه مراقبت از دیگری می‌افتند، نسبت به این نقش احساس اجبار می‌کنند و در خطر ابتلا به این سندروم هستند. دانستن نشانه‌ها و شناخت آن‌ها می‌تواند به کسانی که علاقه دارند و یا باید به هر دلیل به انجام این نقش ادامه دهند کمک می‌کند تا دچار مشکلات روان‌شناختی شدید و مشکلات فیزیکی ناشی از آن نشوند.

۵ راهکار برای کمک به افرادی که دچار سندروم خستگی ناشی از شفقت شده‌اند.

اگر با این افراد برخورد کردید برای جلوگیری از عمیق‌تر شدن مشکل از ۵ توصیه ساده زیر استفاده کنید:

### تنظیم زمان خواب افراد

خواب کافی به بدن کمک می‌کند تا عملکرد خود را بالا ببرد. غالب این افراد از بی‌خوابی شکایت دارند. بهتر است با آموزش تکنیک‌های تن آرامی به آن‌ها کمک کنید تا به میزان کافی استراحت کنند.

### برنامه غذایی مقوی

افرادی که نقش مراقب را بازی می‌کنند گاهی به دلیل خستگی ناشی از آن و یا بی‌توجهی به خود از تغذیه خود غافل می‌شوند. بهتر است به این افراد جدول برنامه غذایی داده شود و با روش‌های تشویق و تنبیه از آن‌ها درخواست شود عمل به آن را جدی بگیرند.

### ورزش

ورزش کردن سیستم ایمنی را تقویت می‌کند، از افسردگی جلوگیری می‌کند و احساس خوب را پرورش می‌دهد. این افراد باید در برنامه روزانه خود ورزش کردن حتی برای ۲۰ دقیقه را بگنجانند.

### حمایت‌های محیطی

باید به این افراد آموزش داد مراقبت کردن از کسی که برایشان عزیز است تنها وظیفه آن‌ها نیست بلکه دیگر اعضای خانواده نیز باید در آن شریک شوند. در صورتی که دسترسی به اعضای دیگر ممکن نیست باید به این افراد یادآور شد که می‌توانند ساعاتی در روز را برای فرد سالمند، پرستار بگیرند. غالباً فرزندان به دلیل احساس گناه از انجام این کار طفره می‌روند در حالی که باید به آن‌ها نشان داد استفاده از کمک دیگران می‌تواند کیفیت کمک‌رسانی خودشان را بالا ببرد.

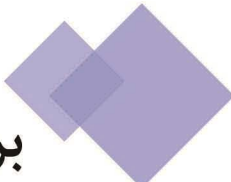
### وقفوف به نیازهای شخصی

گاهی افراد به دلیل مهربانی زیاد نسبت به فرد سالمند (غالباً پدر یا مادر) از وظایف خود در زندگی شخصی نسبت به دیگران و یا حتی خودشان غافل می‌شوند. حتی اگر سالمند، مورد مراقبت بودن توسط شما را ترجیح می‌دهد باید هشیار باشید که چه زمانی باید از توجه بیش‌ازحد دست بکشید.

به این نشانه‌ها توجه کنید. یک مثل معروف آمریکایی بیان می‌کند: «اگر مهربانی شما، شامل خودتان نمی‌شود بنابراین کامل نشده است»

ترجمه و تلخیص از:

What is compassion fatigue? (2013). Retrieved from <http://www.compassionfatigue.org/pages/compassionfatigue.html>



## بررسی روابط ابژه در رویکرد کرنبرگ و جنبه دیالکتیکی نظریه رفتاردرمانی دیالکتیک لینهان در افراد دچار اختلال شخصیت مرزی

مریم بابایی فرد.

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

تجزیه‌شده ایگو را تشکیل می‌دهند. همان‌گونه که در ملاک‌های تشخیصی این اختلال آورده شده، ناکامی و پرخاشگری ناشی از آن در افراد دچار اختلال شخصیت مرزی به میزان زیادی دیده می‌شود. درواقع هیجان خشم و بروز آن به‌صورت پرخاشگری در الگوی رفتاری این افراد بسیار بارز است، به‌طوری‌که برای دیگران این میزان خشم نامتناسب با موقعیت به نظر می‌رسد، همین هیجان خشم است که در دوران کودکی از انسجام بهنجار ایگو در افراد دچار این اختلال جلوگیری می‌کند و این الگوی نامنسجم تا دوران بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. به سبب وجود این پرخاشگری اولیه شدید، این افراد در انسجام بخشیدن به انگاره‌های محبوب و منفور خود ناتوان می‌مانند. درواقع این ناتوانی هم در مورد خود فرد وجود دارد و هم در مورد دیگران که دلیل این ناتوانی در انسجام‌بخشی به بازنمایی خود و

از دید کرنبرگ نظریه روابط موضوعی مطالعه روان‌کاوانه روابط بین فردی و بررسی چگونگی رشد ساختارهای درون‌روانی بر مبنای روابط پیشین درونی شده فرد با دیگران است. روابط ابژه در شخصیت‌های مرزی (که یکی از اختلال‌هایی است که در سطح سازمان شخصیتی مرزی ایجاد می‌شود)، به شکلی نامنسجم و «هضم نشده» ادامه پیدا می‌کنند. درواقع این روابط پراکنده شبیه به جنبه‌های دوپاره شده «خود» هستند. ناکامی در فرآیند ترکیب و نیز انسجام پیدا نکردن احساسات متضاد اولیه منشأ بخش‌های تجزیه نیافته «خود» هستند. مجموعه‌ای از بازنمایی خود، بازنمایی ابژه و احساسی که در هنگام درونی‌سازی فعال بوده اجزا

# مرکز مشاوره دانشگاه تهران در کرمان برگزار می کند

کارگاه آموزشی و تخصصی اصول و فنون مصاحبه تشخیصی  
بر اساس DSM\_5 و ارزیابی و فرمول بندی شناختی رفتاری

با اعطای گواهی معتبر از مرکز مشاوره دانشگاه تهران

سر فصلهای مطرح:

- آشنایی با اصول تئوریک درمانهای شناختی رفتاری و تاریخچه
- آشنایی با ویژگیهای اصلی درمان شناختی رفتاری
- آشنایی با اجزای مهم در بررسی شناختی رفتاری از افکار اتوماتیک تا طرحواره ها
- آشنایی با اصول مصاحبه شناختی رفتاری
- آشنایی با فرمول بندی موردی
- آشنایی با تکلیف در درمان شناختی رفتاری
- آشنایی با مهمترین تکنیکهای ارزیابی و چالش با افکار
- آشنایی با سایر فنون اصلی و کاربردی در درمان شناختی رفتاری
- آشنایی با مهمترین تکنیکهای کار با طرحواره ها در درمان شناختی رفتاری

کارگاه اصول و فنون مصاحبه تشخیصی بر اساس DSM\_5 چیست؟  
یک دوره ۲۴ ساعته است که شرکت کنندگان تکنیک های لازم برای انجام  
مصاحبه تشخیصی و تخصصی CBT را فرا می گیرند.

چرا شرکت در این کارگاه به شرکت کنندگان توصیه میشود؟  
فردی که این کارگاه آموزشی را می گذراند به اصول تئوری و اصول  
مصاحبه فرمول بندی موردی و تکنیکهای ارزیابی شناختی رفتاری مسلط می  
شود.

این کارگاه برای چه کسانی مناسب است؟

این کارگاه برای دانشجویان و فارغ التحصیلان تحصیلات تکمیلی که تمایل  
به فعالیت در کار کلینیکی هستند، همچنین متقاضیان شرکت در آزمون  
های نظام روانشناسی و بهزیستی و آزمون دکترا مناسب می باشد.

اعتبار این دوره چگونه است؟

در این دوره گواهی مرکز مشاوره دانشگاه تهران به شرکت کنندگان اعطا  
میشود. همچنین اساتید دوره از شناخته شده ترین اساتید حوزه شناختی  
رفتاری هستند و به عنوان یک دوره معروفترین دوره ای است که در ایران  
برگزار میگردد، همچنین از لحاظ طرح درس قابل مقایسه با دوره های بین  
المللی است.

محل برگزاری: کرمان

مدرس: دکتر سعیده زنونزبان

زمان برگزاری: ۳۰ و ۳۱ فروردین و ۱ اردیبهشت  
شماره تماس: ۰۹۱۰۳۲۷۸۱۰۷

بازنمایی ابژه است. در همین راستا این افراد برای محافظت از ایگو  
ضعیف و سازمان نیافته از بازنمایی های کاملاً «خوب» یا کاملاً «بد»  
استفاده می کنند. به همین دلیل است که خود و سایرین را یا کاملاً  
خوب یا کاملاً بد می بینند. از همین رو روابط ابژه جزءنگر، پرشور و بی  
ثبات برقرار می کنند. از ابتدا روابط افراد را آرمانی ساخته و «بسیار  
خوب» و ایده آل می بینند، اما با کوچک ترین لغزش (که حتی ممکن  
است از دید آن ها لغزش به حساب آید و مسئله جدی نباشد) فرد را  
حقیر ساخته و در قطب دیگر یعنی «بسیار بد» می بینند. مکانیسم  
دفاعی دوپاره سازی کارکردی این چینی دارد. از نشانه های بالینی این  
مکانیسم می توان به ابراز متناوب و جوه متضاد یک تعارض به همراه  
انکار ناهشیار و ناتوانی در توجه به تناقضات موجود و تجربه درونی  
اشاره کرد.

در همین راستا، لینهان در نظریه رفتاردرمانی دیالکتیک خود افراد  
دارای این اختلال را ناتوان از سنتز یا ترکیب می داند. جهان بینی  
دیالکتیک که مربوط به هگل است و لینهان نظریه خود را از آن  
اقتباس کرده دیالکتیک را «سیر اندیشه» می داند که از طریق تز، آنتی  
تز و سنتز صورت می گیرد. در واقع تز ایجاب است، آنتی تز نفی آن و  
سنتز نفی نفی به حساب می آید. به عبارت دیگر تز وضع موجود، آنتی تز  
وضع مقابل آن و سنتز حفظ نتایج صحیحی از تقابل این دو وضعیت  
است. بر اساس نظریه رفتاردرمانی دیالکتیکی لینهان، افراد دچار  
اختلال شخصیت مرزی وضعیت مسائل و افراد را تنها به صورت تز و  
آنتی تز می بینند و قدرت ترکیب کردن یا سنتز نداشته و نمی توانند  
نتیجه گیری صحیحی از وضعیت موجود و وضعیت مقابل آن داشته  
باشند. برای مثال یک فرد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی با یک  
دوست فرضی خود را در نظر بگیرید. تز یا وضعیت موجود رابطه  
دوستی مناسب بین آن هاست. اگر تعارضی پیش بیاید و بحث وجدلی  
هر چند ساده شکل بگیرد که باعث شود برخی ویژگی های منفی طرف  
مقابل به چشم فرد دچار اختلال شخصیت مرزی بیاید، آنگاه آن فرد  
و این دوستی دچار تزلزل شده و فرد دچار این اختلال تنها به ویژگی  
های منفی آن فرد توجه می کند و این همان شرایط آنتی تز است. نبود  
توانایی ترکیب کردن یا سنتز در افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی،  
باعث می شود این افراد نتوانند دیگران را مجموعه ای از خوبی ها و بدی  
ها در شرایط مختلف ببینند این همان تفکر سیاه و سفید یا همه یا هیچ  
است که بک به آن اشاره داشته است.

بر اساس مسیری که کرنبرگ برای مفهوم پردازی این اختلال  
انتخاب کرده، عدم شکل گیری بازنمایی مناسب از ابژه ای پایدار در فرد  
دچار این اختلال، منجر به ناتوانی در برقراری روابط شده، در این  
حالت ایگو برای دفاع از خود از مکانیسم دوپاره سازی که در مورد آن  
توضیح داده شد استفاده می کند. لینهان نیز بر اساس بخش دیالکتیک  
نظریه خود این ناتوانی در روابط بین فردی را ناشی از عدم قدرت  
سنتز و پسند کردن فرد به دو وضعیت تز و آنتی تز می داند. لذا، بر  
اساس هر دو این نظریه ها فرد دچار اختلال شخصیت مرزی ناتوان از  
ایجاد تصویر و بازنمایی مناسب از افراد است و به صورت مکرر ارزیابی  
های سیاه یا سفید دارد.

منابع

۱. سنت کلو، مایکل. (۱۹۴۰). درآمدی بر روابط موضوعی و روان  
شناسی خود، علیرضا طهماسب، حامد علی آقایی (۱۳۸۶). تهران: نشر  
نی.

۲. Neacsiu.A.D.Linehan,M.M.Borderline Personality Disorder in  
Barlow,D.H.Clinical handbook of psychological disorders,  
(394-461), New York:Guilford Press



# ویژگی‌های شخصیتی مدیر موفق

## چه عواملی باعث برتری مدیران نسبت به یکدیگر می‌شوند؟

### معصومه سیف اشرفی

کارشناس ارشد روانشناسی صنعتی

از فردی با کنترل درونی باشد این است که مسئولیت‌پذیری بسیار بالایی دارد.

شوخ‌طبعی در جهان امروز جزء مهمی از رهبری اثربخش تلقی می‌شود؛ زیرا باعث می‌شود یکنواختی و تنش ناشی از کار کاهش یابد. شوخ‌طبعی مانند یک مرهم تنش‌ها را کاهش می‌دهد و کارگران را برای کار کردن برمی‌انگیزد. ما در حال گذر از نوعی جو سازمانی هستیم که شوخ‌طبعی را به کلی منع می‌کردند و یا حتی آن را ویرانگر و مخرب می‌دانستند و اکنون به جایی رسیده‌ایم که شوخ‌طبعی مورد تقدیر بسیار قرار می‌گیرد.

دارا بودن چشم‌انداز روشن و دقیق سازمانی از ویژگی‌های رهبران در سطوح بالای مدیریت است. رهبر موفق باید چشم‌انداز روشنی نسبت به اینکه سازمان تحت نظارتشان به کجا می‌رود و چگونه باید این مسیر را طی کند داشته باشند.

مهارت جرئت‌ورزی یکی از صفات مهم رهبری است. شجاعت در رهبری یعنی بیان عقاید و نظریاتی که با نحوه تفکر جاری در سازمان متفاوت باشد؛ و مدیر معتقد است که دیدگاه متفاوت برای سازمان مزایای بیشتری داشته باشد؛ و دارا بودن مهارت جرئت‌ورزی به مدیر این امکان را می‌دهد که پذیرای عقاید مخالف با نظر خویش اما به نفع سازمان باشد.

هوش هیجانی یکی از ویژگی‌هایی است که بدون آن، حتی با دارا بودن تمام خصوصیات عنوان شده فرد نمی‌تواند جایگاه یک مدیر موفق را کسب کند. مؤلفه‌های هوش هیجانی یعنی خودآگاهی، خودنظمی، انگیزش، همدلی و مهارت اجتماعی هستند که ممکن است با دنیای کسب‌وکار بیگانه به نظر برسند؛ اما اکنون ثابت شده است رابطه مستقیمی بین هوش هیجانی و نتایج قابل‌اندازه‌گیری کسب‌وکار وجود دارد.

عوامل بسیاری وجود دارند که باعث می‌شود یک مدیر در حرفه خود موفق و اثربخش بوده و مدیر دیگر با وجود شرایط سنی، موقعیتی، تحصیلی و جنسیتی مشابه ناکارآمد و ناموفق باشد.

از جمله این عوامل، انگیزه قدرت است. رهبران اثربخش نیاز به قدرت برای کنترل منابع انسانی دارند. این مدیران قدرت خود را با توانمندی، شور و حرارت قابل توجه در گروه اعمال می‌کنند. زمان زیادی را برای تفکر درباره‌ی شیوه‌های تغییر رفتار و فکر دیگران صرف می‌کنند؛ و به پایگاه و منزلت خود در بین کسانی که دوروبر آن‌ها هستند اهمیت می‌دهند.

انگیزه پیشرفت از دیگر عواملی است که باعث اثربخشی و کارآمدی رهبران موفق می‌شود. مدیران کارآمد از اتمام یک کار و تحقق یک هدف خرسند می‌شوند.

توانایی برای حل مشکل یکی از نظریه‌های جدید رهبری است که عنوان می‌کند رهبران اثربخش از توانایی قابل توجهی برای حل مشکلات سازمان برخوردارند.

اعتماد به خود نکته‌ی بسیار پراهمیتی است که می‌بایست رهبر موفق و خودانگیزه دارا باشد؛ و این اعتماد را بدون سلطه‌جویی به افراد تحت نظارتش القا کند. آرام بودن در شرایطی که فرد دچار فشار روانی است از دیگر معیارهای اعتماد به خود است که به‌عنوان مثال بتواند درخواست غیرمعمول کارمند خود را به آرامی پاسخ گوید.

مرجع کنترل بیرونی، یعنی فرد بداند مسئول یا علت اصلی اتفاق‌هایی که برایش پیش می‌آیند خودش هستند. مطالعه‌ای نشان داده است رهبرانی که مرجع کنترلشان خودشان هستند موردعلاقه‌ی افراد تحت نظارتشان هستند. یکی از دلایلی که باعث می‌شود فردی با کنترل بیرونی قدرتمندتر

# مرکز مشاوره دانشگاه تهران در شهر یزد برگزار می کند

کارگاه آموزشی و تخصصی مربیگری مهارت های زندگی  
کودکان

با اعطای گواهی معتبر از مرکز مشاوره دانشگاه تهران

سر فصل های آموزشی:

- مهارت خودآگاهی
- مهارت حل مساله
- مهارت تفکر خلاق
- مهارت تصمیم گیری
- مهارت تفکر نقاد
- مهارت مقابله با استرس
- مهارت روابط بین فردی
- مهارت همدلی
- مهارت کنترل خشم
- مهارت مقابله با استرس

## کارگاه مهارت زندگی کودکان چیست؟

دوره ای ۲۴ ساعته است که در این دوره شرکت کنندگان تکنیک های لازم برای آموزش مهارت های زندگی به کودکان و پرورش توانمندی های کودکان به وسیله بازی را یاد میگیرند.

این دوره دوره ای اس که جنبه درمانی دارد و در مقطع کارشناسی و هم کارشناسی ارشد مناسب و کاربردی است.

مدرک دوره مورد نیاز در مهدها، پیش دبستانی ها، دبستان ها و سرای محله ها می باشد و فرصت شغلی زیاد برای علاقه مندان به حوزه کودک به وجود می آورد.

این دوره برای برای دانشجویانی که علاقه مند به کار با کودک هستند و دوست دارند سریع تر وارد بازار کار در حوزه کودک شوند.

گواهی از مرکز مشاوره دانشگاه تهران داده می شود و معتبرترین مدرک در این حوزه می باشد و همه مراکز در حوزه کودک این مدرک را می شناسند.

## پس از گذراندن این دوره روانشناس چه شایستگی هایی به دست می آورد؟

روانشناس مهارت بازی با کودک، استفاده از بازی برای ارتقا توانمندی های فردی و اجتماعی کودک و استفاده از منابع اطلاعاتی کافی را بدست می آورد.

زمان برگزاری: ۲۹،۳۰،۳۱ فروردین ماه ساعت

شماره ثبت نام: ۰۹۱۳۵۱۹۸۲۷۸



# کنفرانس ملی

## پژوهش های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی

کنفرانس ملی پژوهش های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی در اردیبهشت ۹۶ در شهر شیراز و توسط دانشگاه آزاد اسلامی واحد کازرون برگزار می شود.

حوزه های تحت پوشش این کنفرانس عبارتند از:

- علوم انسانی
- اقتصاد
- حسابداری
- مدیریت

که هر کدام از حوزه های زیر شامل زیرمجموعه های مرتبط با خودشان می باشند.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت [www.kauhem.com](http://www.kauhem.com) مراجعه نمایید.

با عنایت به حضور چشمگیر گروه رشد و توسعه روانشناسی در برگزاری دوره‌های آموزش تخصصی روانشناسی تحت نظارت مرکز مشاوره دانشگاه تهران، این گروه در جهت توسعه این آموزش‌ها در سراسر کشور در نظر دارد تعداد محدودی نمایندگی رسمی در سطح کشور به واجدین شرایط اعطاء نماید.

از عموم علاقه‌مندان و فعالان در حوزه برگزاری دوره‌های تخصصی و عمومی روانشناسی جهت اخذ نمایندگی رسمی دعوت به همکاری می‌نماید.

خدمات گروه رشد و توسعه روانشناسی:

- تدوین کارگاه و دوره‌های آموزشی با سرفصل‌های به‌روز و هماهنگی با اساتید هر حوزه، جهت حضور و تدریس کارگاه
  - در اختیار قرار دادن محتوای انحصاری تخصصی در دوره‌ها و کارگاه‌ها
  - برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی تخصصی در حوزه روانشناسی با گواهی معتبر از مرکز مشاوره دانشگاه تهران
  - برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی کارگاه‌های عمومی در حوزه روانشناسی با نظارت مرکز مشاوره دانشگاه تهران
- شرایط احراز نمایندگی:

- ارسال اسناد و مدارک قانونی موسسه یا شرکت (اساسنامه، مجوز فعالیت از سازمان نظام روانشناسی و مشاوره یا بهزیستی، شرکت‌نامه)
  - ارسال مدارک شناسایی ریاست موسسه یا شرکت (کپی کارت ملی، کپی پروانه سازمان نظام روانشناسی، کپی آخرین مدرک آموزشی)
  - احراز مشخصات فیزیکی شرکت یا موسسه (ارسال عکس از محیط موسسه، کروکی محل موسسه، مشخصات فنی ساختمان محل موسسه)
  - امضای قراردادها همکاری که متعاقباً ارسال خواهد شد
- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۱۹۴۸۸۲۶۱۳ تماس حاصل نمایید.
- جهت مکاتبات از آدرس پست الکترونیکی: [kargah.ravannews@gmail.com](mailto:kargah.ravannews@gmail.com) استفاده فرمایید.

# فرم عضویت در روان بنه

روانشناسان و مشاورین محترم

با سلام

احتراماً به استحضار میرساند برای عضویت در بنیاد روانشناسی روان بنه و دریافت مجله این بنیاد که هر ماه ارسال می‌گردد فرم زیر را تکمیل و به آدرس پست الکترونیکی مجله ارسال نمایید.

مشخصات کلی					
نام:		نام خانوادگی:		جنسیت:	
تاریخ تولد:		کد ملی:		شماره همراه:	
آدرس:	پست الکترونیکی:				
مشخصات تحصیلی					
مقطع	رشته تحصیلی	محل تحصیل	مقطع	رشته تحصیلی	محل تحصیل
دیپلم		کارشناسی			
کارشناسی ارشد		دکتر			
سابقه تدریس (ویژه اساتید محترم دانشگاه)					
مدت تدریس:	دروسی که تدریس می‌نمایید.				
دانشگاه (ها) که تدریس داشته اید یا دارید:					

تمایل دارید در کدام شاخه از روانشناسی فعالیت داشته باشید؟

- روانشناسی خانواده و زوج درمانی       رویکرد روانپویشی (حوزه بزرگسال)       رویکرد شناختی رفتاری (حوزه بزرگسال)
- روانشناسی کودک و نوجوان       علوم شناختی       روانشناسی صنعتی و سازمانی
- آمار و پژوهش

در حیطه انتخابی (سوال بالا) کدام فعالیت را ترجیح می‌دهید؟

- درمان و کار کلینیکی       تدریس       ترجمه و تالیف کتاب
- پژوهش و مقاله نویسی       غیره ( توضیح داده شود).

(در صورتی که فضای مشخص شده برای مرقوم نمودم اطلاعات کافی نیست اطلاعات خود را ضمیمه این برگه نمایید)



پست الکترونیک:

[info@ravanboneh.com](mailto:info@ravanboneh.com)

[www.ravanboneh.com](http://www.ravanboneh.com)