

## محتويات موجزة

### Brief Contents

<b>الباب 1 أساليب تعتمد على اتجاهات العلاج المختصر المرتكز على الحل</b> .....43	
الفصل 1 التقدير.....47	
الفصل 2 الاستثناءات.....59	
الفصل 3 الحديث الخالي من المشكلات.....67	
الفصل 4 السؤال المعجزة.....73	
الفصل 5 وضع علامات على حقل الألغام.....81	
<b>الباب 2 أساليب تعتمد على اتجاهات أدلر أو النفس ديناميكية</b> .....89	
الفصل 6 رسائل- الأنا.....93	
الفصل 7 تصرف كما لو أن.....101	
الفصل 8 البصق في الحساء.....109	
الفصل 9 تبادل سرد القصص.....115	
الفصل 10 التدخل التناقضي / القصد المنتناقض.....129	
<b>الباب 3 أساليب تعتمد على المبادئ الجشطتية والسيكودراما</b> .....139	
الفصل 11 المقعد الفارغ.....143	
الفصل 12 حركة الجسم والمبالغة.....155	
الفصل 13 عكس الدور.....161	
<b>الباب 4 أساليب تعتمد على اتجاهات اليقظة الذهنية</b> .....167	
الفصل 14 التصور المرئي الموجه.....171	
الفصل 15 التنفس العميق.....181	

الفصل 16 التدريب على استرخاء العضلات المتدرج ..... 189

الفصل 17 التأمل باليقظة الذهنية ..... 199

### الباب 5 أساليب تعتمد على الاتجاهات الإنسانية الظاهرية..... 209

الفصل 18 كشف الذات ..... 213

الفصل 19 المواجهة ..... 221

الفصل 20 المقابلة التحفيزية ..... 231

الفصل 21 قصف القوة ..... 241

### الباب 6 أساليب تعتمد على الاتجاهات المعرفية- السلوكية ..... 249

الفصل 22 الحديث الذاتي ..... 253

الفصل 23 إعادة الصياغة ..... 263

الفصل 24 وقف التفكير ..... 275

الفصل 25 إعادة البناء المعرفي ..... 285

الفصل 26 العلاج العقلاني- الانفعالي السلوكي ..... 297

الفصل 27 تقليل الحساسية المنظم ..... 313

الفصل 28 التدريب على التحصين ضد التوتر ..... 335

### الباب 7 أساليب تستخدم أثناء الجلسات وفيما بينها ..... 347

الفصل 29 تعيين الواجب المنزلي ..... 351

الفصل 30 العلاج بالقراءة ..... 357

الفصل 31 المذكرات اليومية ..... 365

### الباب 8 أساليب تعتمد على اتجاهات التعلم الاجتماعي ..... 371

الفصل 32 النمذجة ..... 373

الفصل 33 التدريب السلوكي ..... 379

الفصل 34 لعب الدور ..... 385

### الباب 9 أساليب تعتمد على الاتجاهات السلوكية باستخدام التعزيز الإيجابي . 399

## 23 Contents

405 .....	الفصل 35	مبدأ بريماك .....
413 .....	الفصل 36	مخطط السلوك .....
421 .....	الفصل 37	الاقتصاد الرمزي .....
431 .....	الفصل 38	العقد السلوكي .....
<b>الباب 10 أساليب تعتمد على الاتجاهات السلوكية باستخدام العقاب.....443</b>		
447 .....	الفصل 39	الإطفاء .....
457 .....	الفصل 40	العزل .....
471 .....	الفصل 41	تكلفة الاستجابة .....
483 .....	الفصل 42	التصحيح الزائد .....
<b>الباب 10 أساليب لم تصنف بشكل أفضل في مكان آخر .....489</b>		
491 .....	الفصل 43	العلاج السردى .....
499 .....	الفصل 44	الإرشاد المعتمد على القوة .....
505 .....	الفصل 45	دعم المسترشد .....
511 .....	توصيات ختامية .....	
513 .....	المراجع .....	