



مرکز آموزشی درمانی ۲۲ بهمن

موضوع :

روش‌های درمانی مکمل

واحد آموزش

گروه هدف: مراجعه کنندگان

سال تهیه :

۱۴۰۰

۶) خانواده درمانی :

خانواده درمانی نیز با حضور همه اعضای خانواده برگزار می شود. در جلسات به والدین کمک می شود تا روش فرزندپروری صحیح را بیاموزند و در خانواده به کار بگیرند. هدف خانواده درمانی کمک به همه اعضای خانواده است تا نقش های خودشان را به درستی ایفا کنند.

قزوین، انتهای خیابان راه آهن، کوچه پاستور مرکز

آموزشی درمانی ۲۲ بهمن

تلفن: ۰۵۴+۳۳۵۵۵ و ۰۲۸-۳۳۵۵۵۹۷۸

کد پستی: ۳۴۱۶۸۹۹۱۹۸

پورتال بیمارستان:

<http://hos22bahman.qums.ac.ir>

درمان گر نیز بعنوان عضو تسهیل گر و بی طرف مسائل گروه را در مسیر مناسب و تا رسیدن به پیش هر یک از اعضا نسبت به مشکل خود هدایت می کند.

گروه درمانی فرصتی را فراهم می کند تا افراد شرکت کننده مهارت‌های لازم را در کنار هم یاد بگیرند و در زندگی و روابط بین فردی خود به کار بگیرند.

۵) زوج درمانی :

زوج درمانی روشی درمانی برای حل مشکلات و تعارض‌های زوج‌هایی است که خود به تنهایی قادر به حل مشکلاتشان نیستند.

زوج درمانی با حضور زن و شوهر و یک فرد متخصص زوج درمانی برگزار می شود. در جلسه زوج درمانی در خصوص احساسات و افکار زوج بحث می شود. هدف زوج درمانی کمک به زوج است تا همدیگر را بهتر درک کنند و به شیوه مناسب و منطقی مشکلات و تعارض های بین خودشان را حل کنند.

دارو درمانی روش اصلی برای درمان بسیاری از بیماریهای روانپزشکی است. اما برای درمان بیماریها و مشکلات روانپزشکی در کنار دارو درمانی، روشهای دیگری هم به کار می رود که **روشهای درمانی مکمل نامیده می شوند.** در این بروشور آموزشی نمونه هایی از این روشهای درمانی موثر بر این بیماریها و مشکلات معرفی شده است.

(۱) الکتروشوک درمانی :

الکتروشوک درمانی یکی از روشهای موثر درمانی برای اختلالاتهای شدید روانی است. در این روش درمانی جریان خفیف الکتریکی توسط دستگاه از سر بیمار عبور داده می شود که باعث تغییرات شیمیایی در مغز بیمار می شود. این تغییرات موجب بهبودی علائم بیماری می شود.

این روش برای درمان بیماریهای شدید روانی به کار می رود و مشکلی برای بیماران ایجاد نمی کند.

(۲) رفتار درمانی شناختی :

رفتار درمانی شناختی یکی از انواع روان درمانی است که در آن درمانگر و بیمار با مشارکت

همدیگر مشکلات را شناسایی و راه حل هایی برای آنها پیدا می کنند.

رفتار درمانی شناختی به بیمار کمک می کند تا با اصلاح باورها و نگرشهای اشتباه به شیوهی موثری با مشکلات خود برخورد نماید. در این نوع روان درمانی به افراد کمک می شود تا مهارت های رفتاری جدیدی را برای حل مشکلات خود و روبرو شدن با ترس ها یاد بگیرند.

رفتار درمانی شناختی برای درمان اضطراب، افسردگی، ترس و وسواس بسیا موثر است. همچنین در مواردی که فرد دچار مشکلاتی از قبیل کنترل خشم، فقدان اعتماد به نفس و مشکلات در روابط بین فردی باشد از فنون رفتار درمانی شناختی استفاده می شود.

هدف اصلی رفتار درمانی کمک به حل مشکلات بیمار با تغییر رفتارها و باورهای ناکارآمد است.

(۳) روان درمانی تحلیلی :

روان درمانی تحلیلی یا روانکاوی به نوعی روان درمانی اطلاق می شود که در آن بابررسی گذشته و تحلیل وضعیت روانی فرد سعی می شود

به او در غلبه بر مشکلات و تعارض های هیجانی کمک شود. این مشکلات هیجانی به صورت علائم روانی نظیر افسردگی و اضطراب، مشکل در ارتباط با دیگران، کارکردن، مشکلات عاطفی، نارضایتی از زندگی و عزت نفس به نفس خود را نشان می دهند. در این نوع از روان درمانی کمک می شود تا فرد بتواند با آگاهی از عوامل ناخودآگاه بروز این علائم، بر آنها چیره شود. هدف اصلی روان درمانی تحلیلی این است که به افراد کمک کند تا علل تعارض های روانی خود را کشف کنند و با حل آنها آرامش روانی بیشتری را تجربه کنند و روابط سالم تری داشته باشند.

(۱) گروه درمانی :

گروه درمانی یا روان درمانی گروهی، به معنای به کاربردن روش های روان درمانی بر روی یک گروه، به منظور بهره گیری از تاثیر متقابل اعضای گروه بر همدیگر است. در این روش هر یک از اعضا، مشکلات خود را در گروه مطرح می کنند. در نتیجه این تعاملات، اعضای گروه در روند ایجاد تغییرات به یکدیگر کمک می کنند