

مرکز جامع توانبخشی و توانمندسازی روانی آرن  
( با مجوز رسمی از دانشگاه علوم پزشکی مشهد )



AREN JOURNAL CLUB

# ژورنال کلاب آرن

سلسله نشست ها و گفتگوهای علمی - پژوهشی هفتگی  
با موضوعات روانشناسی ، روانپزشکی ، مهندسی پزشکی ،  
تربیت بدنی ، نوروساینس و فعالیت های میان رشته ای

مشهد / احمدآباد / خیابان ماسدرا / بین ماسدرا ۱۱ و ۱۳ / پلاک ۵۵  
تلفن : ۵-۸۴۶۳۶۵۳-۵۱۱۱ سامانه پیام کوتاه : ۰۹۳۹۶۹۱۰۵۶ www.arencenter.ir



# بیست و هفتمین جلسه ژورنال کلاب آرن

عنوان سخنرانی :

## روان درمانی مثبت نگر

سخنران : آقای حمید ذوالفقاری

دوشنبه - ۱۳۹۳/۱۲/۱۱ - ساعت ۱۷

آدرس : احمدآباد - بین ملاصدراي ۱۱ و ۱۳ - پلاک ۵۵

سالن کنفرانس مرکز جامع توانبخشی و توانمندسازی آرن - تلفن ۵-۳۸۴۶۳۶۵۳

ورود برای عموم علاقه مندان آزاد و رایگان می باشد

**چکیده سخنرانی :** روان درمانی مثبت ، رویکردی درمانی است که بر اساس اصول روانشناسی مثبت نگر می باشد. روان درمانی مثبت برای ادراک پیچیدگی های ذاتی انسان ها و تجارب زندگی آنها، به یکپارچه سازی و تقویت منابع مثبت افراد از جمله هیجانات مثبت، ارتباطات مثبت، و شخصیت منسجم می پردازد. روان درمانی مثبت به انکار هیجانات منفی نمی پردازد، بلکه بر اساس مداخلات تجربی و تمرین های درمانی ، مراجعان را تشویق به کاوش، پیدا کردن و به کار بستن منابع غنی خود می نماید. مداخلات روان درمانی مثبت، در هر جلسه و با توجه به نیاز مراجع تاکید بر موضوعی خاص دارد، موضوعاتی از قبیل: خاطرات ناخوشایند، نا امیدي، افسردگی. روان درمانی مثبت کاربردی است برای درمان علایم و بیماری های نظیر افسردگی، اضطراب، اختلال شخصیت مرزی، درمان اعتیاد. اساسا، روان درمانی مثبت بر پایه مفهوم بهزیستی و شادکامی مارتین سلیگمن می باشد.