

زهرة نصیری زارچ

سوپروایزر ارشد طرحواره درمانی کودک، نوجوان و بزرگسال

Zohreh Nasirizarch



۱۳ سال

سابقه حرفه‌ای

ارتباط

اینستاگرام

drzohrenasiri

مهارت‌ها

- طرحواره درمانی کودک و نوجوان
- ذهنیت نوزاد و یکپارچگی حسی و حرکتی
- فرزندپروری
- گروه درمانی

مجموعه +

مجموعه پلاس · روان پلاس

ravanplus.com

معرفی

دکتر زهره نصیری زارچ، دانش‌آموخته دکترای روان‌شناسی تربیتی از دانشگاه شهید بهشتی و سوپروایزر ارشد طرحواره درمانی کودک و نوجوان، فعالیت علمی و بالینی خود را بر شناخت عمیق فرآیندهای رشد و یادگیری بنا نهاده است. او سه سال مدیریت مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره نورخرد را بر عهده داشت و دارای پروانه اشتغال تخصصی از سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره است.

در ادامه مسیر حرفه‌ای، درمان تخصصی را بر مدیریت ترجیح داد و اکنون در مرکز سیمین روان به روان‌درمانی مشغول است. تمرکز او بر تکنیک‌های طرحواره درمانی است و مسائل پیچیده رفتاری و هیجانی سنین حساس را با نگاهی ساختاریافته و علمی دنبال می‌کند. در همین مسیر به طرحواره‌های زیر سه سال و دوره حسی و حرکتی پرداخته، مفهوم ذهنیت نوزاد را صورت‌بندی کرده و راهکارهای درمانی تازه‌ای در این زمینه ارائه کرده است. انتقال دانش، بخش ثابت کار اوست. با برگزاری دوره‌های آموزشی تخصصی و مستمر، تجربه‌های علمی خود را در قالب کارگاه‌هایی چون تربیت جنسی، فرزندپروری، مهارت‌های زندگی، طرحواره درمانی کودک و نوجوان و گروه درمانی به درمانگران و والدین منتقل کرده تا شکاف میان نظریه‌های روان‌شناسی و کاربرد عملی آن‌ها در خانواده و مدرسه پر شود.

رویکرد آموزشی او بر پیوند نظریه و عمل و نگاه بین‌رشته‌ای استوار است. به باور او آموزش، تنها انتقال مفاهیم نیست؛ بلکه با تکیه بر رویکردهای مبتنی بر شواهد، ابزارهای کاربردی مدیریت بحران‌های هیجانی و بهبود تعاملات بین فردی را در اختیار درمانگران، مربیان و والدین قرار می‌دهد. در همین راستا به تهیه ابزارهای کاربردی درمان برای اتاق درمان و خانواده‌ها نیز پرداخته است.

سوابق کاری

○ درمانگر کودک، نوجوان و بزرگسال (فردی)

۱۳۹۴ — اکنون

مرکز بهار زندگی تهران، کلینیک اسوه یزد، مرکز افق سلامت تهران، مرکز نورخرد، مرکز

○ پروانه اشتغال، سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره

۱۳۹۸ — اکنون

○ پروانه مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره نورخرد

۱۴۰۰ — ۱۴۰۵

سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره

تحصیلات

○ دکترای روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی

۱۳۹۲ — ۱۳۹۷

○ کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان

۱۳۸۸ — ۱۳۹۰

رتبه اول ورودی

○ کارشناسی بهداشت عمومی، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

۱۳۷۸ — ۱۳۸۰

○ کاردانی بهداشت خانواده، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

۱۳۷۶ — ۱۳۷۸

☆ زمینه‌های تخصص

طرحواره‌درمانی کودک و نوجوان

این رویکرد با شناسایی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و ذهنیت‌های هیجانی در کودکان و با هدف پیشگیری، ابزارهای تخصصی (مانند بازی‌درمانی و تکنیک‌های تخیلی) را برای تغییر الگوهای رفتاری ناکارآمد به کار می‌گیرد. هدف نهایی، رشد خود سالم و توانمندسازی کودک برای مواجهه کارآمد با چالش‌های رشدی است. این رویکرد برای بسیاری از مراجعانی که به درمان‌های شناختی پاسخ نمی‌دهند مناسب است.

ذهنیت نوزاد و یکپارچگی حسی و حرکتی

ذهنیت نوزاد در طرحواره‌درمانی، بازنمای نیازهای بنیادین به امنیت و آرامش زیستی زیر سه سال است که در صورت اختلال در یکپارچگی حسی، به نایمندی هیجانی منجر می‌شود. مداخلات تخصصی در این حوزه بر تنظیم‌گری متقابل و تعدیل محرک‌های حسی متمرکز است تا با ایجاد بستری ایمن برای سیستم عصبی، از شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه در سنین پایین پیشگیری شود.

فرزندپروری

تمرکز بر آموزش والدین برای شناسایی و اصلاح طرحواره‌های فعال خود در تعامل با فرزند،

به منظور پاسخ‌گویی مقتدرانه و همدلانه به نیازهای هیجانی کودک، این رویکرد والدین را قادر می‌سازد به جای واکنش‌های طرحواره‌ای، به «والد پرورش‌دهنده سالم» برای فرزند خود تبدیل شوند.

گروه درمانی

گروه درمانی به عنوان بستری تعاملی، امکان شناسایی و اصلاح طرحواره‌های بین فردی را در محیط واقعی همسالان فراهم می‌کند. در این فضا درمانگر با بهره‌گیری از نقش‌آفرینی و بازخورد گروهی، به تقویت مهارت‌های مقابله‌ای سالم و جایگزینی رفتارهای طرحواره‌ای با پاسخ‌های انطباقی کمک می‌کند.