

تندآموز درمان مبتنی بر پذیرش و پای بندی

تألیف

پل ا. فلکسمن

ج. ت. بلکلج

فرانک و. باند

ویراستار

ویندی درایدن

ترجمه

مصطفی میرزایی

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی
دانشگاه علوم پزشکی تهران

سامان نونهال

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی
دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

با مقدمه‌ای از

دکتر لادن فتی

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی



Routledge
Taylor & Francis Group



کتاب ارجمند

Copyright © 2011 by Routledge (Taylor & Francis Group).

مجوز رسمی کپی‌رایت ترجمه فارسی این کتاب از سوی انتشارات
راتلیج به کتاب ارجمند واگذار شده است.



Routledge
Taylor & Francis Group



کتاب ارجمند

سرشناسه: فلکسمن، پل ادوارد. ۱۹۷۰-م.
Flaxman, Paul Edward

عنوان و نام پدیدآور: تندآموز درمان مبتنی بر
پذیرش و پای‌بندی/ تألیف پل. ا. فلکسمن،
ج. ت. بلکلج، فرانک و. باند؛ ترجمه مصلاح
میرزایی، سامان نونهال.

مشخصات نشر: تهران، کتاب ارجمند، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۱۸۴ ص. زغی
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۳۸۰-۵

عنوان اصلی: Acceptance and commitment
therapy: distinctive features., 2011.

موضوع: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
شناسه افزوده: بلکلج، ج. ت. Blackledge J. T.
۱۹۷۰-م. باند فرانک و. Bond, Frank W. میرزایی،
مصلاح، ۱۳۶۵- مترجم. نونهال، سامان، ۱۳۶۴-
رده‌بندی کنگره: RC۴۸۹/د۴۲۶ اف ۱۳۹۳
رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲۵
شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۳۸۱۲۸

پل. ا. فلکسمن، ج. ت. بلکلج، فرانک و. باند
تندآموز درمان مبتنی بر پذیرش و
پای‌بندی

ویراستار: ویندی درایدن
ترجمه: مصلاح میرزایی، سامان نونهال
فروغ: ۱۴۱
ناشر: انتشارات کتاب ارجمند
صفحه‌آرایی: معصومه دلخواه
مدیر هنری: احسان ارجمند
ناظر چاپ: سعید حبیبی
چاپ: سمارنگ، صحافی، روشنگر
چاپ اول، فروردین ۱۳۹۴، ۱۱۰ صفحه
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۳۸۰-۵

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و
مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هر کس
تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف،
ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد
قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن ۸۸۹۸۲۰۴۰
شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، تلفن ۰۵۱-۳۸۴۴۸۰۱۶
شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن ۰۱۳-۳۳۳۳۳۳۷۶
شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن ۰۱۱-۳۳۲۲۷۷۶۴
شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن ۰۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰
شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن ۰۸۳-۳۷۲۸۴۸۳۸

بها: ۹۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۵۹۹ ۵۹۹ ۰۰۰ ۱۰۰۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک

ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک

ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

پیش‌درامدی بر آنچه خواهید خواند	۷
پیش‌گفتار	۱۳
تقدیم و تشکر	۱۷

بخش ۱- ویژگی‌های متمایزکننده نظری

فصل ۱	اکت، رجحان انسان، و اجتناب تجربه‌ای	۲۱
فصل ۲	تحولات رفتاردرمانی شناختی: اکت و موج سوم رفتاردرمانی	۲۵
فصل ۳	بافتارباوری کارکردی	۲۹
فصل ۴	نظریهٔ چارچوب ارتباطی	۳۳
فصل ۵	پذیرش	۳۸
فصل ۶	ناهم‌آمیزی شناختی	۴۲
فصل ۷	بافتار انگاشتن خویشتن	۴۶
فصل ۸	تماس با لحظه لحظه‌های زندگی	۵۰
فصل ۹	ارزش‌ها	۵۴
فصل ۱۰	پای‌بندی	۵۸
فصل ۱۱	ذهن‌آگاهی و تغییر رفتار: بیش به سوی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۶۱
فصل ۱۲	اکت و رفتاردرمانی شناختی: تفاوت‌های مفروضه‌ای	۶۸
فصل ۱۳	اکت و رفتاردرمانی شناختی: تفاوت‌های راهبردی و تکنیکی	۷۲
فصل ۱۴	سوال‌های پژوهشی	۷۶

بخش ۲- ویژگی‌های متمایزکننده عملی

فصل ۱۵	نظری اجمالی به راهبردهای اکت.....	۸۳
فصل ۱۶	مفهوم‌پردازی مسأله درمانجو بر مبنای اکت.....	۸۷
فصل ۱۷	بررسی اثربخشی راهبردهای کنترل / اجتنابی درمانجو.....	۹۱
فصل ۱۸	نامیدی سازنده.....	۹۵
فصل ۱۹	کنترل راه حل نیست، بلکه خود مسأله است.....	۱۰۱
فصل ۲۰	معرفی تمایل به عنوان بدیلی برای کنترل.....	۱۰۵
فصل ۲۱	ارتقای پذیرش فعال.....	۱۱۱
فصل ۲۲	ناهم آمیزی شناختی ۱: تغییر دادن قواعد زبانی.....	۱۱۸
فصل ۲۳	ناهم آمیزی شناختی ۲: عینیت بخشیدن به محتوای روان شناختی.....	۱۲۵
فصل ۲۴	آموزش راهبردهای ذهن آگاهی برای ارتقای تماس با لحظه لحظه‌های زندگی.....	۱۲۹
فصل ۲۵	بافتار انگاشت‌ن خویش.....	۱۳۵
فصل ۲۶	روشن سازی ارزش‌ها.....	۱۴۱
فصل ۲۷	تعیین هدف مبتنی بر ارزش‌ها و طراحی فعالیت.....	۱۴۹
فصل ۲۸	خلق الگوهای بزرگتر عمل متعهدانه.....	۱۵۳
فصل ۲۹	اکت در گروه‌ها و بافتارهای غیر بالینی.....	۱۵۹
فصل ۳۰	موضع درمانی.....	۱۶۴
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....		۱۷۲
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی.....		۱۷۴
منابع.....		۱۷۶