

درمان پردازش شناختی
و نقش آن در اختلال استرس پس از سانحه،
«دید به زندگی و بهزیستی روانی»

مؤلف:

اعظم دادفر

سرشناسه	: دادفر، اعظم، ۱۳۵۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: درمان پردازش شناختی و نقش آن در اختلال استرس پس از سانحه، امید به زندگی و بهزیستی روانی / مؤلف: اعظم دادفر.
مشخصات نشر	: همدان: فراگیران سینا، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۹۷ ص.:
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۸۰-۱۹-۰
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: اختلال فشار روانی پس آسیمی -- درمان
موضوع	: Post-traumatic stress disorder - - Treatment :
موضوع	: شناخت درمانی
موضوع	: Cognitive therapy :
موضوع	: شناخت درمانی -- روش ها
موضوع	: Cognitive therapy - - Methods :
رده بندی کنگره	: RC ۵۵۲ / الف ۳۵ / ۱۷ ۱۳۰۰
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۷۲۱۲ :
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۰۱۹۴۲۵



عنوان کتاب:	درمان پردازش شناختی و نقش آن در اختلال استرس پس از سانحه، امید به زندگی و بهزیستی روانی
مؤلف:	اعظم دادفر
ناشر:	انتشارات فراگیران سینا
چاپ:	سینا
شمارگان:	جلد ۱۰۰۰
نویت چاپ:	اول / ۱۳۹۶
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۷۷۸۰-۱۹-۰
قیمت:	۱۰۰۰۰ تومان

مرکز بخش: همدان، خیابان شریعتی، مقابل کبابیان، کوچه مهر
 تلفن: ۰۸۱-۳۲۵۱۴۴۶۱ - ۳۲۵۱۶۱۴۴ - ۳۲۵۲۸۴۶۲ - ۰۸۱
 دورنگار: ۰۸۱-۳۲۵۱۷۲۵۲

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۱.....	فصل اول (اختلال استرس پس از سانحه)
۲.....	مقدمه
۲.....	تعریف اختلال استرس پس از سانحه
۵.....	تاریخچه اختلال استرس پس از سانحه
۶.....	علائم تشخیصی اختلال استرس پس از سانحه
۹.....	تاثیر پیش از سانحه بر اختلال استرس پس از سانحه
۱۰.....	سبب‌شناسی اختلال استرس پس از سانحه
۱۲.....	چگونگی ارتباط اختلال استرس پس از سانحه با رفتارهای مخاطره آمیز
۱۴.....	درمان اختلال استرس پس از سانحه
۱۷.....	خطر ابتلا به اختلال استرس پس از سانحه
۱۹.....	فصل دوم (امید به زندگی)
۲۰.....	مقدمه
۲۰.....	تعاریف امید به زندگی
۲۰.....	نظریه‌های امید به زندگی
۲۰.....	۱- نظریه ابعاد امید
۲۱.....	۲- نظریه امید
۲۳.....	۳- نظریه سرسختی
۲۳.....	۴- نظریه شادمانی
۲۴.....	۵- نظریه خوشبینی
۲۴.....	رویکردها
۲۵.....	۱- رویکرد روان‌شناختی
۲۵.....	۲- رویکرد جامعه شناختی
۲۷.....	۳- رویکرد زیستی اجتماعی
۲۷.....	امید درمانی
۳۰.....	امید جویی

۳۲	پیوند امید
۳۲	امیدافزایی
۳۵	یادآوری امید
۳۵	توجه به فرهنگ در امید درمانی
۳۶	تأثیر امید در بهبود بیماری

۳۹ فصل سوم (بهبودی روانشناختی).....

۴۰	مقدمه
۴۰	تاریخچه بهزیستی روانشناختی
۴۲	تعریف بهزیستی روانشناختی
۴۲	عوامل مؤثر بر بهزیستی روانشناختی
۴۵	اجزا و عناصر اصلی بهزیستی روانشناختی
۴۶	۱- معنویت
۴۸	۲- شادی
۴۹	۳- خوش بینی
۵۰	۴- خویشتن پذیری
۵۰	۵- معناداری
۵۱	۶- روابط مثبت با دیگران
۵۲	۷- احساس انسجام یا بهم پیوستگی

۵۳ فصل چهارم (درمان پردازش شناختی).....

۵۴	مقدمه
۵۴	تعریف درمان پردازش شناختی
۵۵	اهداف روش درمان پردازش شناختی
۵۶	رویکرد درمان پردازش شناختی در فعالیت‌های بالینی روزمره
۵۶	نظریه درمان پردازش شناختی
۵۷	۱- پردازش شناختی یک
۵۹	روش‌های درمان پردازش شناختی
۵۹	جلسات درمان پردازش شناختی
۶۱	درمان پردازش مجدد هولوگرافیک
۶۱	مرحله اول: ایمنی

مرحله دوم: اکتشاف.....	۶۲
مرحله سوم: پردازش مجدد.....	۶۲
اصول درمان پردازش شناختی.....	۶۲
نحوه اثر گذاری درمان پردازش شناختی.....	۶۳
۱- درمان فعال.....	۶۴
۲- سازمان یافته و متمرکز.....	۶۴
طرز فکرسالم و کمک کننده.....	۶۵
احساسات سالم.....	۶۵
تغییرات جسمی و فیزیکی در فرد سالم.....	۶۵
طرز برخورد مشکل در فرد سالم.....	۶۵
طرز تفکر ناسالم، غیر خود و غیر.....	۶۵
طرز فکر ناسالم.....	۶۵
احساسات در فردی با تفکر ناسالم.....	۶۶
تغییرات جسمی و فیزیکی.....	۶۶
طرز برخورد با مشکل.....	۶۶
تمرکز بر حال و آینده در درمان پردازش شناختی.....	۶۷
درمان پردازش شناختی تا چه حد مؤثر است.....	۶۷
مشکلات موجود در مورد درمان پردازش شناختی.....	۶۸

فصل پنجم (کاهش علائم اختلال استرس پس از سانحه، امید به زندگی و

بهبودی روانی از منظر درمان پردازش شناختی).....	۶۹
مقدمه.....	۷۰
مسائل و مشکلات پیرامون اختلال استرس پس از سانحه.....	۷۱
اهمیت توجه به اختلال استرس پس از سانحه.....	۷۴
نقش درمان پردازش شناختی بر اختلال استرس پس از سانحه، امید به زندگی و بهزیستی	
روانی.....	۷۵
منابع.....	۷۹
منابع فارسی.....	۸۰
منابع لاتین.....	۸۴