

رفتار درمانی های عملی مبتنی بر توجه آگاهی و پذیرش

تألیف
الیزابت رومر
سوزان م. ارسیلو

ترجمه
اعظم ناضلی
کارشناس ارشد روانشناسی بالینی
مریم ابدانه
کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

ویراستار
زهرا غفورزاده مقدم



عنوان و نام پدیدآور: رفتاردرمانی‌های عملی مبتنی بر توجه‌آگاهی و پذیرش / تألیف الیزابت رومر، سوزان م. ارسیلو؛ ترجمه اعظم فاضلی، مریم اردانه؛ ویراستار زهرا غفورزاده مقدم.

مشخصات نشر: کتاب ارجمند، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۳۴۴ ص، وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۸۸۵-۵

عنوان اصلی: Mindfulness – and Acceptance-Based Behavioral Therapies in Practice, 2009.

موضوع: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، Acceptance and Commitment Therapy

شناسه افزوده: رومر، الیزابت، ۱۹۶۷-م.، Roemer,

Lizabeth, ارسیلو، سوزان م.، ۱۹۶۴-م.، Susan M. Orsillo,

فاضلی، اعظم، ۱۳۵۸-، مترجم، اردانه، مریم، ۱۳۵۷-،

مترجم، غفورزاده مقدم، زهرا، ۱۳۶۱-، ویراستار

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۸ ر ۴۲۶ د ۴۸۹/۹ RC

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۶۳۱۰۵۰

الیزابت رومر، سوزان م. ارسیلو

رفتاردرمانی‌های عملی مبتنی بر توجه‌آگاهی و پذیرش

ترجمه: اعظم فاضلی، مریم اردانه

ویراستار: زهرا غفورزاده

فروست: ۱۳۳۴

ناشر: کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: سپیده چراغی

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: مرضیه شکی

ناظر چاپ: سعید خانکشیلو

چاپ: سامان، جاف: روشنگر

چاپ اول، بهمن: ۱۳۹۸، ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۸۸۵-۵

این اثر، مشمول قانون حمایت از مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر دو نام یا قسمتی از آن را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش‌کننده که مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arimand.ir

مرکز نشر انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۰ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن: ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات محسن دانش، تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه، تلفن: ۰۱۳-۳۳۳۲۸۷۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱-۳۲۲۲۷۷۰۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۰۰۰۰۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دشمند تلفن: ۰۸۳-۳۷۲۸۲۰۰

بها: ۴۸۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ 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

مقدمه.....	۷
فصل ۱. مفهوم سازی اختلالات بالینی از دیدگاه رفتاردرمانی مبتنی بر پذیرش.....	۲۹
فصل ۲. ارزیابی بالینی حوزه‌های مربوطه.....	۵۵
فصل ۳. فرمول‌های موردی و طرح درمانی.....	۸۱
فصل ۴. فراهم آوردن خدمات درمان.....	۹۷
فصل ۵. ارائه مدل رفتاری مبتنی بر پذیرش مربوط به کارکرد انسانی به مراجع.....	۱۲۳
فصل ۶. راهبردهای مبتنی بر توجه‌آگاهی و پذیرش.....	۱۶۷
فصل ۷. آماده‌سازی مقدمات تغییر رفتاری.....	۲۰۳
فصل ۸. جمع‌بندی.....	۲۳۹
فصل ۹. ارزیابی پیشرفت، پیشگیری از عود و خاتمه دادن به درمان.....	۲۵۷
فصل ۱۰. تلفیق سایر مداخلات مبتنی بر شواهد با رفتاردرمانی‌های مبتنی بر پذیرش.....	۲۸۵
فصل ۱۱. ملاحظات فرهنگی در رفتاردرمانی مبتنی بر پذیرش.....	۳۰۵
منابع.....	۳۲۵
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....	۳۳۹
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی.....	۳۴۱
درباره نویسنده.....	۳۴۳

هدف از نوشتن این کتاب، این است که چارچوب و دستورالعمل‌هایی مفید به‌منظور اجرای روان‌درمانی برای متخصصان بالینی و متخصصانی که در حال آموزش دیدن هستند، فراهم آوریم تا بدین طریق بتوانند رویکردهای رفتاری مبتنی بر توجه‌آگاهی و پذیرش را برای مراجعانی که مشکلات بالینی متنوعی دارند، استفاده کنند. این کتاب با کتاب‌های پروتکل درمانی معمول از این نظر تفاوت دارد که در این کتاب، برای مثال، استاندارد شده‌ای ارائه نمی‌کنیم و روی یک نوع رفتاردرمانی مبتنی بر پذیرش متمرکز نیست، بلکه در حال توسعه یک درمان دارای راهنما برای مراجعانی هستیم که تشخیص اصلی آنها اختلال اضطراب فراگیر است (و همچنین چند اختلال همانند دیگر؛ روثمر و اورسیلو، ۲۰۰۷؛ روثمر، اورسیلو و سائرس - پدنولت، در مطبوعات)، به این نکته پی‌بردیم که تلفیق اصول چند مداخله‌ای مبتنی بر شواهد که بر پذیرش و توجه‌آگاهی تأکید دارند، همراه با سایر مداخلات شناختی و رفتاری که از اثبات تجربی گسترده‌ای برخوردار هستند، مفید است (به‌عنوان مثال، درمان پذیرش و تعهد (ACT)؛ ییز، استروساهل و ویلسون، ۱۹۹۹؛ رفتاردرمانی دیالکتیکی^۱ (DBT)؛ لینهان، ۱۹۹۳؛ شناخت درمانی مبتنی بر توجه‌آگاهی^۲ (MBCT)؛ سگال، ویلیامز و تیزدل، ۲۰۰۲). در اینجا به‌منظور شرح اینکه چگونه برای مشکلات بالینی هر فرد مفهوم‌سازی رفتاری مبتنی بر پذیرش خاص او را فراهم آوریم، از رویکرد مشارکی استفاده می‌کنیم و به‌صورت انعطاف‌پذیری مؤلفه‌های محوری این مداخلات (که از زوج‌درمانی رفتاری تلفیقی^۳ (IBCT) جاکوبسون و کریستنسن، ۱۹۹۶؛ و پیشگیری از عود مبتنی بر توجه‌آگاهی^۴ (MBCT)؛ وینکی‌ویتز، مارلات، و واکر، ۲۰۰۵، هم اقتباس شده است) را برای درمان مراجعانی که چند مشکل بالینی دارند، اعمال می‌کنیم. رویکرد ما شبیه موضعی است که ممکن است در مفهوم‌سازی و درمان یک مورد رفتاردرمانی شناختی از آن استفاده شود، یعنی اقتباس از چند بسته درمانی که از حمایت تجربی برخوردار هستند و اعمال کردن این روش‌ها به‌نحو انعطاف‌پذیری که پاسخگوی نیازهای شخصی یک مراجع خاص باشد.

1. dialectical behavior therapy
2. mindfulness-based cognitive therapy
3. behavioral couple therapy
4. mindfulness-based relapse prevention