

السلامة للجميع

هشت راهبرد در درمان اعتیاد

مؤلف:

دکتر بهمن نظرزاده

عنوان: هشت راهبرد در درمان اعتیاد

مؤلف: دکتر بهمن نظرزاده

ناشر: سنجش و دانش

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۹

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۵-۱۲۹۴-۳

نشانی: میدان انقلاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶.

تلفن: ۰۲۱۶۱۲۶

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»»

سنجش و دانش

www.sanjesh.ir

sanjeshodanesh@iran.ir

قیمت: ۳۵۰۰۰ ریال

ISBN: 978-622-05-1294-3



www.ketab.ir

در خود مباحث درمانی ۱۲ قدم نهادینه شده است. درمان داب درمان اعتیاد بومی شده ایران می باشد که تلاش کرده بر حسب تحقیق علمی سازمان یافته اجزاء و کلیت خود را اعتبارسنجی کند. در نتیجه در عرض ۱۰ سال گذشته ۸ آزمایش تحقیقی سازمان یافته در دو دانشگاه کشور اجرایی شد. این درمان دارای دو جزء کلی درمانی در بخش سخت افزاری (جسم) و بخش نرم افزاری (روانی یا شناختی رفتاری) انسان است. عبارتی قسمتی از درمان داب مربوط به علم پزشکی است و قسمتی که مفصل تر است در علم رفتار شناختی (روانشناسی) است. بخش نرم افزاری درمان داب، درست شبیه به درمان ماتریکس که در درمان مخدر محرک شیشه استفاده می شود، است. به عبارتی بخش از داب نیز شیوه ای شناختی رفتاری درمانی (CBT) است. شاید به صراحت بتوان گفت این اولین بسته درمانی در رفتاردرمانی به شکل علمی و سازمان یافته باشد که یک بسته ی راه حلی ارائه می دهد که حاصل می تواند چرخ راه بسته های فن آورانه علوم انسانی نه علوم مهندسی و پزشکی باشد.

دکتر بهمن نظرزاده

فهرست مطالب

۹	فصل اول:
۹	اولین راهبرد داب:
۹	القاء خواب بعد سم زدایی (یک هفته تا ده روز اول)
۱۰	سم زدایی و القای خواب تزریقی در یک هفته اول یا دهه اول
۱۱	تعریف سم زدایی:
۱۱	مراحل سم زدایی:
۱۳	رفع و کم کردن مشکل وسوسه در محرک ها-
۱۴	داروهای دیگر:
۱۵	افزایش فشار خون خونی ضخیم در سنین پایین
۱۵	درمان فشار خون بدیم در مصرف محب ها:
۱۶	هشدار:
۱۷	انبود یلاست:
۱۸	نگاه به بسته های (روش های) رفتاردرسی:
۱۸	مهمترین مشکلات در درمان اعتیاد:
۲۰	خواب
۲۰	تعریف:
۲۱	خواب در سم زدایی:
۲۲	فصل دوم:
۲۲	دومین راهبرد داب:
۲۲	راهبرد آمیزش جنسی و سکس
۲۳	مشکلات جنسی در اعتیاد:
۲۳	بیشترین مشکل
۲۵	سکس و اعتیاد:
۳۰	فصل سوم:
۳۰	سومین راهبرد داب:
۳۰	خود مراقبتی توسط تست سریع تشخیص مواد افیونی
۳۱	اجرا عمل خودکنترلی تست ادارار - یا بشکل روزانه یا بشکل هفته ای
۳۳	اهداف مراقبت:
۳۴	همسر درمانی:
۳۵	فصل چهارم:

۳۵	چهارمین راهبرد داب.....
۳۵	مشغولیت درمانی جایگزین.....
۳۹	کار.....
۳۹	حرکت و ورزش و بازی های مجازی.....
۴۱	ورزش های هوازی.....
۴۲	ورزش های کششی و قدرتی.....
۴۳	گزارش یک کیس که با شیوه ی ورزش و رژیم غذایی ترک کرد.....
۴۵	شیوه ی عملیاتی ورزش و تغذیه جهت ترک.....
۴۵	گام های هشت گانه راه اصلاح وضعیت تغذیه.....
۴۸	معنویت درمانی (سپروچول ترابی) یا دعا درمانی.....
۵۲	مقولات کاربردی معنادرمانی در آراء.....
۵۳	شکر گذاری و کفران نعمت.....
۵۹	هوش معنوی.....
۶۱	مقایسه اضطراب مرگ در افراد با هوش معنوی بالا و پایین به غیر آن.....
۶۲	مقیاس اضطراب مرگ کالت-لستر.....
۶۲	از مشغولیت مهم بومی : زبان و ادبیات.....
۶۳	زبان مادری در ایران.....
۶۴	اهمیت.....
۶۴	بسته های فرهنگی.....
۶۶	هنرهای محلی خودی.....
۶۷	فصل پنجم.....
۶۷	پنجمین راهبرد.....
۶۷	وجود یک نفر همراه سالم مطلوب خاصا از خانواده مثل زوج فرد.....
۶۸	ویژگی های همراه فعال مطلوب کیست؟.....
۷۱	توضیحات بیشتر برای مدیر همراه با بیمار معتاد.....
۷۳	آشنایی با مبانی خانواده.....
۷۶	تعریف خانواده درمانی.....
۷۶	مسائل نظری.....
۷۷	سیر تحول خانواده درمانی.....
۷۸	خصوصیات کلی خانواده درمانی.....
۷۹	چه وقت باید خانواده درمانی کرد؟.....

۸۱	انواع خانواده.....
۸۳	مداخله و حمایت ها از بیمار از طرف خانواده چگونه باشد؟.....
۸۴	ویژگی های سبک مستبدانه.....
۸۵	ویژگی های سبک سهل گیرانه.....
۸۶	ویژگی های سبک طرد کننده.....
۸۷	نشانه های سبک مقتدرانه:.....
۸۸	تأثیر انواع سبک های فرزند پروری بر نوجوان.....
۹۰	راه هایی برای بهبود سبک تربیتی.....
۹۱	۴ تمرین اول با ۴ ماده در رفتار درمانی در باشگاه خانوادہ.....
۹۷	فصل ششم.....
۹۷	ششمین راهبرد داب:.....
۹۷	انگیزه، تغییر رفتار، ثبات و نگهداری رفتار.....
۹۸	مدل مهارتی (IMB) آگاهی، انگیزه، رفتار چیست؟.....
۱۰۰	برنامه برای ثبات ترک و کاهش لغزش.....
۱۰۰	رویکردهای متداول روانشناسی انگیزش.....
۱۰۲	مدل های تغییر رفتار.....
۱۰۳	مدل باور بهداشتی.....
۱۰۵	ارزیابی مدل باور بهداشتی.....
۱۰۶	مراحل مدل تغییر.....
۱۰۶	مراحل تغییر رفتار.....
۱۰۷	ارزیابی مراحل مدل تغییر.....
۱۰۸	مقایسه مدل ها.....
۱۱۰	درمانجویان در مرحله تأمل.....
۱۱۱	آمادگی.....
۱۱۱	مرحله عمل.....
۱۱۲	نیازهای مرحله عمل.....
۱۱۲	نگه داری.....
۱۱۳	خلاصه.....
۱۱۴	فصل هفتم:.....
۱۱۴	هفتمین راهبرد داب:.....
۱۱۴	خود آگاهی.....

۱۱۵	خودآگاه (Selfawareness) کردن بیمار با آموزش و تمرین:
۱۱۵	تعریف خودآگاهی:
۱۱۶	انواع خودآگاهی:
۱۱۸	خودآگاهی در یک کلام:
۱۱۸	راه های رسیدن به خودآگاهی:
۱۱۹	ویژگی افراد خودآگاه:
۱۲۰	یکی از مباحث مهم خودآگاهی:
۱۲۴	خوش بینی، آموختنی است:
۱۲۷	سه قدم به سه تفکر مثبت:
۱۲۸	مهمترین مسائل در مورد خود:
۱۲۹	دومین بخش خودآگاهی - آگاهی غویشیاری:
۱۲۹	تعریف آگاهی:
۱۲۹	مفهوم:
۱۳۰	علوم اعصاب:
۱۳۰	آگاهی ابتدایی:
۱۳۰	خلاصه - آگاهی در مقوله خودآگاهی:
۱۳۱	ارتقاء آگاهی:
۱۳۴	آگاهی از مضرات مواد:
۱۳۶	مضرات کلی مصرف مواد مخدر:
۱۳۷	مضرات اختصاصی مصرف مواد مخدر:
۱۴۰	مضرات مصرف الکل:
۱۴۱	فصل هشتم:
۱۴۱	هشتمین راهبرد داب:
۱۴۱	ساختمان داب یا مجتمع یا لوپ کامل نوتوانی:
۱۴۴	بخش های داب بر حسب این توضیحات - ساختمان داب:
۱۴۵	اجزاء اصلی طرح ساختمان داب:
۱۵۰	عناصر تشکیل دهنده طرح:
۱۵۳	نحوه همنشینی فضاها:
۱۵۵	خلاصه ساختمان معنادرمانی:
۱۵۶	توصیف کالبدی مسجد:
۱۶۰	بخش بستری ترک اعتیاد: