

مداخله‌های کوتاه برای تغییرات بزرگ

مبانی و کاربرست درمان متمرکز مبتنی بر پذیرش و تعهد

تألیف

کِرک استروسال، پاتریشیا رابینسون، توماس گوستاوسون

ترجمه

دکتر عبدالرحیم کسایی اصفهانی

استادیار مشاوره، دانشگاه خوارزمی

مہتاب نوروزی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه علوم تحقیقات

مریم امینی

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه خوارزمی

مونا کفاشان

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه خوارزمی

فاطمه نادری

کارشناسی ارشد مشاوره شغلی دانشگاه علامه طباطبائی

ویراستار

فاطمه نادری

کارشناس ارشد مشاوره توان‌بخشی دانشگاه علامه طباطبائی



کرک استروسال، پاتریشیا رابینسون،
توماس گوستاوسون

مداخله‌های کوتاه برای تغییرات بزرگ:

مبانی و کاربست درمان متمرکز مبتنی بر پذیرش و تعهد
ترجمه: دکتر عبدالرحیم کسای اصفهانی، مهتاب
نوروزی، مریم امینی، مونا کفاشان، فاطمه نادری
ویراستار: فاطمه نادری
فروست: ۱۷۵۶

ناشر: کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: سپیده چراغی

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: سحر هداوند

ناظر چاپ: سعید خانکشلو

چاپ: سامان، صحافی: روشنگر

چاپ اول، مرداد ۱۴۰۰، ۷۷۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۷-۲۲۰-۴

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

www.arjmandpub.com

سرشناسه: استروسال، کرک، ۱۹۵۰-م.

عنوان و نام پدیدآور: مداخله‌های کوتاه برای تغییرات
بزرگ: مبانی و کاربست درمان متمرکز مبتنی بر
پذیرش و تعهد/ تألیف کرک استروسال، پاتریشیا
رابینسون، توماس گوستاوسون [صحیح: کرک
استروسال، توماس گوستاوسون، پاتریشیا رابینسون]:
ترجمه عبدالرحیم کسای اصفهانی... [و دیگران]:
ویراستار فاطمه نادری.

مشخصات نشر: کتاب ارجمند، ۱۴۰۰

مشخصات ظاهری: ۲۸۰ ص، قطع: رقعی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۷-۲۲۰-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

عنوان اصلی: Brief interventions for radical
change: principles and practice of focused
acceptance and commitment therapy, c2012.

موضوع: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد

موضوع: روان‌درمانی کوتاه‌مدت

شناسه افزوده: گوستاوسون، توماس

شناسه افزوده: رابینسون، پاتریشیا آن، ۱۹۴۷-م

شناسه افزوده: کسای اصفهانی، عبدالرحیم، ۱۳۵۶-.

مترجم

رده‌بندی کنگره: RC۴۸۹

رده‌بندی دی‌سی: ۶۱۷/۸۹۱۴۷

شماره ثبت: ۷۶۲۵۵۷۱

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن: ۸۱۹۸۲۰۴۰

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

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۰۱۳-۳۳۳۳۲۸۷۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱-۳۲۲۲۷۷۶۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست، تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۲۰۰۹۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند، تلفن: ۰۸۳-۳۷۲۸۲۰۴۴

بها: ۶۸۰۰۰ 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

فهرست

۷	قدردانی.....
۹	درباره کتاب.....
۱۱	مقدمه.....

بخش ۱: اصول مداخله‌های کوتاه‌مدت

۲۰	فصل ۱: مروری مختصر بر درمان کوتاه‌مدت.....
۳۶	فصل ۲: مردم چطور گیر می‌افتند.....
۵۷	فصل ۳: فرآیند تغییرات بنیادین.....

بخش ۲: ابزارها و روش‌های عملی برای مداخله‌های متمرکز کوتاه‌مدت

۷۶	فصل ۴: مصاحبه متمرکز.....
۹۲	فصل ۵: راهبردها و ابزارهایی برای افزایش انگیزش.....
۱۱۳	فصل ۶: ایجاد تغییر بنیادین.....

بخش ۳: موارد پژوهی

۱۳۶	فصل ۷: بزرگ مثل پرستو: درمان FACT برای سوءاستفاده جنسی از کودکان.....
۱۶۰	فصل ۸: گمشده در فضا: درمان FACT برای سوء مصرف.....
۱۸۳	فصل ۹: بازیابی امنیت: درمان FACT برای سوءاستفاده جنسی از بزرگسالان.....
۲۰۵	فصل ۱۰: تنها و مأیوس: درمان FACT با میانسالان افسرده.....

بخش ۴: درمان FACT با زوجها و گروه‌ها

۲۲۹	فصل ۱۱: تا لحظه مرگ: درمان FACT برای زوجها.....
۲۴۵	فصل ۱۲: هرچه بیشتر، بهتر: درمان FACT با گروه‌ها و در کلاس.....
۲۶۲	ضمیمه: مصاحبه، صورت‌بندی، و ابزارهای ارزیابی.....
۲۷۰	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....
۲۷۱	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی.....
۲۷۲	منابع.....
۲۷۹	درباره نویسندگان.....

درباره کتاب

«این کتاب نه تنها برای درمانگران رویکرد ACT که علاقه‌مند به درمان‌های کوتاه‌مدت هستند، برای همه درمانگرانی که می‌خواهند در کار خود به کمال و اثربخشی برسند، از نان شب هم واجب‌تر است. این کتاب کمتر نظری و بیشتر عملی مملو از ابزار و فنون جدید برای مداخله‌های ACT کوتاه ولی قدرتمند است. شگفت‌زده می‌شوید که چگونه جنبه‌های سحرآمیز رویکرد ACT از جمله خود بافت‌انگاری^۱ و ناامیدی خلاقانه^۲ را به سادگی برایتان رو می‌کند. اگر می‌خواهید در زمان کمتر و با درمانجویان بیشتری به نتایج مطلوب‌تری برسید، همین حالا باید این کتاب را بخوانید!»

روس هریس، نویسنده کتاب تله خوشبختی

«اگر دنبال راهی برای کمک به مردم هستید تا رنج‌شان کم شده و تغییرات مثبتی در خود ایجاد کنند، این کتاب راه را به شما نشان خواهد داد. چهار پرسشی که استروسل، راینسون، و گوستاوسون مطرح کرده‌اند آنچه را در ذهن مراجع می‌گذرد به شما می‌گوید و برای تغییر آنها دست‌تان را می‌گیرد. این کتاب با ارائه‌ی زیبای مدل ACT با بیش از ۱۰۰ تکنیک جدید و افزودن مطالب ناب آن را برای مراجع و دیگر افراد حاضر در درمان مفید و اثربخش کرده است.»

«رهنمای کوتاهی بر درمان کوتاه‌مدت، و کتاب تغییر زندگی. بیل اومانلون، نویسنده کتاب تغییر ۱۰۱، هشدار می‌دهد برای درمان کوتاه‌مدت: این کتاب برای همه کسانی که علاقه‌مند به درمان حساس به زمان «کوتاه‌مدت» هستند مفید است. این کتاب نظریه، روش‌شناسی، شواهد پژوهشی، و مثال‌های بالینی بی‌شماری را از نحوه کمک سریع به مراجعان و ایجاد تغییرات چشمگیر ارائه کرده است. همچنین مقدمه‌ی نظری بر حوزه وسیع درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است، زیرا مفاهیم و فنون را ارائه می‌کند که بالینگران به راحتی می‌توانند به کار ببندند. خواندنش را به شدت توصیه می‌کنم!»

نویسنده کتاب‌های درمان‌های کوتاه‌مدت و مصاحبه با درمان کوتاه‌مدت دکتر مایکل ف. هوریت،

1. self-as-context
2. creative hopelessness.

«عنوان کتاب اشتباه است. باید می بود: هر آنچه باید بدانید به روشنی و بدون ابهام و غلو بیان شده است تا بتوانید با موفقیت از پس تعداد کثیری از مراجعان بریایید. ولی با تأملی بیش تر می بینم که مداخله های کوتاه برای تغییرات بزرگ، که نام اصلی کتاب است، دقیق تر و شیوا تر است.»

دکتر اسکات د. میلر، مدیر مرکز بین المللی تعالی بالینی، استاد مدعو سلامت رفتار در دانشگاه پات آرizon، و نویسنده کتاب بیخ و بن تغییر

«استروسال، گوستاوسون، و رایینسون کتاب فوق العاده ای برای همه درمانگران نوشته اند تا بخوانند و در کار روزانه خود به کار بگیرند. این کتاب نشان می دهد رویکرد متمرکز دقیقاً همان چیزی است که بسیاری از مردم برای بازیابی حس سرزندگی خود به آن نیاز دارند.»

مارک ویلیامز، استاد روان شناسی بالینی در دانشگاه آکسفورد، و نویسنده کتاب آگاهی از طریق افسردگی «کتاب مداخله های کوتاه برای تغییرات بزرگ منبع بی نظیری برای مراقبان بالینی اولیه است که می خواهند از زمان خود با بیماران بیشترین بهره را ببرند. راهنمایی عملی برای رویکردهای بیمار محور و کاربردی است و مورد پژوهی افراد، زوج ها و گروه ها را ارائه می دهد.»

دبرا آ. گود، پزشک، پزشک خانواده، و نویسنده دوم تغییرات واقعی رفتار در مراقبت اولیه، بهبود نتایج بیمار، و افزایش رضایت شفلی