

روش REBT در درمان
اختلالات اضطرابی کودکان و بزرگسالان

مترجم:
زینب بهرانی فر

انتشارات آپریس

۱۳۹۸

عنوان و نام پدیدآور	روش REBT در درمان اختلالات اضطرابی کودکان و بزرگسالان (روش‌های روان‌درمانی شناختی - رفتاری)/نویسندگان یونا آلین کریستی ... [و دیگران]؛ مترجم زینب مهربانی‌فر.
مشخصات نشر	تهران: آپریس، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۱۶۰ ص: ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۶۰۱-۴۰-۵
وضعیت فهرست نویسی: فیپا	
عنوان اصلی:	REBT in the treatment of anxiety disorders in children and adults [2016].
نویسندگان یونا آلین کریستی، سیمونا استفان، اونا دیوید، آنکا دوبیرین.	
کتاب حاضر با عناوین "رفتاردرمانی عقلانی- هیجانی در درمان اختلالات اضطراب در کودکان و نوجوانان" و نیز "رفتاردرمانی عقلانی-عاطفی در درمان اختلالات اضطرابی برای کودکان و بزرگسالان" ترجمه و منتشر شده است.	
موضوع	رفتار درمانی عقلانی و عاطفی
موضوع	Rational emotive behavior therapy
موضوع	اضطراب در کودکان -- درمان
موضوع	Anxiety in children -- treatment
موضوع	اضطراب -- اختلالات -- درمان
موضوع	Anxiety-- disorders -- treatment
شناسه افزوده	کریستی، یونا آلین
شناسه افزوده	مهربانی، زینب، خرداد مترجم
شناسه افزوده	Cristea, Ioana Alina
رده بندی کنگره	RC۴۸۹
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتابشناسی ملی	۵۷۷۲۷۵۶

روشن‌بینی در درمان اختلالات اضطرابی کودکان و بزرگسالان
(روشن‌بینی روان درمانی شناختی - رفتاری)

زینب مهربانی فر

ولی اله رسولی

آذر فاریاب

آپریس

۱۰۰۰ نسخه

۱۳۹۸

۱۰ تومان

که مترجم

که ویراستار

که طراح جلد

که ناشر

که شمارگان

که نوبت چاپ اول

که قیمت

ISBN: 978-622-6601-40-5

حق چاپ محفوظ است و هرگونه کپی برداری منوط به اجازه‌ی کتبی از مترجم می‌باشد.



تلفن مرکز پخش: ۰۲۱۲۲۶۴۵۱۹۶

وب سایت: aprisbook.com

فهرست مطالب

۱۱	 پیشگفتار مترجم
۱۷	 فصل ۱: مفهوم و بررسی کلی
۱۷	 (۱-۱) اختلالات اضطرابی: مفهوم کلی
۱۹	 (۲-۱) تفاوت میان ترس، اضطراب و اضطراب
۲۰	 (۳-۱) اختلالات اضطرابی در کودکان و نوجوانان
۲۴	 (۴-۱) درمان شناختی - رفتاری و عقلا - عاطفی
۳۵	 (۵-۱) بررسی کلی کتاب حاضر
۳۶	 منابع
۴۳	 بخش اول: درمان اختلالات اضطرابی در بزرگسالان
	 فصل ۲: درمان شناختی - رفتاری و عاطفی - عقلی - رای درمان اختلال
۴۵	 اضطراب فراگیر
۴۵	 (۱-۲) اختلال اضطراب فراگیر
۴۷	 (۲-۲) عوامل کلیدی و مهم مداخله REBT در درمان GAD
۴۹	 (۱-۲-۲) نتایج اولیه و ثانویه
۵۰	 (۲-۲-۲) اهداف درمان
۵۲	 (۳-۲-۲) ساختار جلسه به جلسه
۵۳	 (۱-۳-۲-۲) مرحله اول
۵۷	 (۲-۳-۲-۲) جلسات ۲ الی ۸ درمان

۵۷	مرحله میانی: هفته‌های ۵ الی ۸ آم.....
۵۸	مرحله نهایی: هفته‌های ۹ آم الی ۱۲ آم.....
۵۹	مداخله REBT در درمان GAD: راهنمای بیمار.....
۵۹	هدف مدل دستی اضطراب REBT.....
۶۰	تعاریف.....
۶۳	REBT چیست؟.....
۶۴	مدیریت اضطراب با تکنیک شناختی:.....
۷۳	مدیریت اضطراب با تکنیک‌های رفتاری.....
۷۵	منابع.....
	فصل ۳. درمان شناختی - رفتاری و عقلانی - عاطفی با استفاده از واقعیت مجازی (PE & CBT-1): پروتکلی کوتاه برای درمان اختلال اضطراب اجتماعی.....
۷۹	راهنمای درمانگر.....
۷۹	جمعیت.....
۸۰	SAD و درمان آن با استفاده از مداخلات CBT/RE & CBT.....
۸۱	مدل CBT/REBT در درمان SAD.....
۸۲	مدل CBT و VRET در درمان SAD.....
۸۴	ارزیابی ابزارهای به کار رفته در مدل RE & CBT-VR.....
۸۶	درمان شناختی - رفتاری و عقلانی - عاطفی.....
۸۷	عوامل اصلی مداخله RE & CBT-VR.....
۸۸	ساختار جلسات.....
۹۷	بخش ۱- RIBS عملکردی.....
۹۸	بخش ۲- RIBS تاییدی.....
۹۹	بخش ۳- RIBS های ارتباطی.....
۱۰۰	بخش ۴- RIBS رفاه و آرامش.....
۱۰۱	منابع.....

بخش دوم درمان اختلالات اضطرابی در کودکان و نوجوانان..... ۱۰۵

فصل ۴: پروتکل درمان به شیوه شناختی - رفتاری و عقلانی - عاطفی؛ (RE & BT)

۱۰۷..... برای درمان اضطراب در کودکان و نوجوانان

۱-۴ (۱) علل و عوامل اختلالات اضطرابی در کودکان..... ۱۰۷

۲-۴ (۲) درمان اختلالات اضطرابی کودکان..... ۱۱۰

۳-۲ REBT برای اختلالات اضطراب کودکان: یک پروتکل درمانی..... ۱۱۳

۴-۲ (۴) مدل REBT در درمان اختلالات اضطرابی کودکان: راهنمای درمانگر..... ۱۱۴

۱-۴-۴ (۱) عوامل اصلی مداخله REBT..... ۱۱۴

۲-۴-۴ (۲) ساختار جلسات..... ۱۱۵

۱-۲-۴-۴ (۱) جلسات ۱-۲..... ۱۱۶

۲-۲-۴-۴ (۲) جلسات ۳-۷..... ۱۲۰

۳-۲-۴-۴ (۳) اولین جلسات و دین..... ۱۲۴

۵-۴ (۵) منابع درمانگر..... ۱۳۱

۱-۵-۴ (۱) شرح تفاوت میان عواطف کارکردی و اختلالی..... ۱۳۱

۲-۵-۴ (۲) تسلط بر بدن خود: کنترل تحریک اضطرابی..... ۱۳۴

۳-۵-۴ (۳) نکات کلیدی و مهم تفکرات اشتباه: چگونه آنها را متوقف کنیم؟..... ۱۳۴

شما می‌شوید..... ۱۳۵

۴-۵-۴ (۴) کنترل روی رفتار: غلبه بر اجتناب..... ۱۳۶

۵-۵-۴ (۵) کنترل احساسات و حفظ آن..... ۱۳۶

منابع..... ۱۳۹

فصل ۵: داستان‌های منطقی برای کودکان. یک پروتکل برای آموزش منطقی

عاطفی در راستای درمان اضطراب کودکان و نوجوانان بر مبنای داستان‌های

کتابی تحت عنوان - سفرها و ماجراجویی‌های شگفت‌انگیز رتمن..... ۱۴۳

۵-۱ (۵) مفهوم شناختی - رفتاری در اضطراب کودکان و نوجوانان..... ۱۴۳

۵-۲) مدل‌های CBT, RE & CBT برای درمان اضطراب کودکان و نوجوانان:	۱۴۴
فرمت‌ها	۱۴۴
۵-۳) داستان‌های درمانی و منطقی	۱۴۶
۵-۴) ابزارهای ارزیابی بالینی	۱۴۷
۵-۵) پروتکل داستان‌های منطقی رتمن برای درمان اضطراب کودکان و نوجوانان	۱۴۸
۵-۵-۱) عوامل کلیدی و مهم این پروتکل	۱۴۹
۵-۵-۲) مفهوم داستان‌های منطقی رتمن	۱۵۰
۵-۵-۳) ساختار جلسه	۱۵۰
منابع	۱۵۸

پیشگفتار مترجم

«انسان به عنوان موجودی صاحب اقتدار، خرد، عشق و ارباب اندیشه‌هایش، کلید هر وضعیتی را در دست دارد. او در درونش قوانین اندیشه‌ها را کشف می‌کند و با دقتی روزافزون، می‌یابد چگونه نیروهای اندیشه و عناصر ذهن، در شکل بخشیدن منش، اوضاع و شرایط تدبیرش دست‌اندرکار هستند» (جیمز^۱، ۱۹۸۵)

«توجه به اندیشه انسان به عنوان عامل ساخته رفتار و شخصیت او از دیرباز مورد توجه بوده است. از کسانی که به این موضوع توجه داشته‌اند، می‌توان به فلاسفه یونانی، از جمله اپیکتتوس^۲، اوریوس^۳ و اسپینوزا^۴ اشاره کرد».

عواقب ناخوشایند ناشی از پیشرفت سریع و غیر قابل کنترل تکنولوژی عده‌ای از محققان و درمانگران علوم انسانی را به چاره‌اندیشی وادار نموده است. گروهی از درمانگران که به درمانگران شناختی معروفند، اعتقاد دارند که تفکر یا به مفهوم وسیع‌تر شناخت، نقش اساسی و مهمی در چگونگی بروز رفتار آدمی ایفا می‌کند. به بیان دیگر، عمل انسان به اندیشه و میزان تأکید وی بر عقاید و ادراک‌های اشتباه او درباره منشأ مشکلات روانشناختی بستگی دارد.

-
- 1- James
 - 2- Epictetus
 - 3- Aurelius
 - 4- Spinoza