

"تکنیک های درمان شناختی رفتاری برای کودکان و
نوجوانان مبتلا به اختلالات اضطرابی و افسردگی"

تالیف: ادواردو بونگ. جویر ماندیل.
اندرس کونسولی. مارتین گومار

مترجم:
حدیث ولی زاده
(کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد ایلام)

بهار ۱۳۹۹

سرشناسه: بونگ، ادواردو

Bunge, Eduardo

عنوان و نام پدیدآورنده: تکنیک های درمان شناختی رفتاری برای کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات اضطرابی و افسردگی / تألیف: ادواردو بونگ ... [و دیگران]؛ مترجم حدیث ولی زاده.

مشخصات نشر: کرمانشاه: انتشارات کرمانشاه، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: و، ۱۵۵ ص: مصور (رنگی)، جدول (بخشی رنگی).

شابک: ۳۵۰۰۰۰ ریال، ۸-۵۲-۶۱۷۷-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: CBT Strategies for Anxious and Depressed Children and Adolescents: a clinician's toolkit, [2017]

یادداشت: تألیف ادواردو بونگ، جویر ماندیل، اندرس کونسولی، مارتین گومار.

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: درمان شناختی رفتاری

Cognitive Behavioral Therapy

موضوع: اضطراب در کودکان

Anxiety in children

موضوع: افسردگی در کودکان

Depression in children

شناسه افزوده: ولی زاده، حدیث، ۱۳۶۹- مترجم

رده بندی کنکره: RC۴۸۹

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲۵۰۸۳۵

شماره کتابشناسی ملی: ۷۳۱۸۹۱۵

• نام کتاب: تکنیک های درمان شناختی رفتاری برای کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات اضطرابی و افسردگی

• مؤلف: ادواردو بونگ. جویر ماندیل. اندرس کونسولی. مارتین گومار.

• مترجم: حدیث ولی زاده

• ناشر: انتشارات کرمانشاه

• صفحه آرا: حدیث ولی زاده

• طرح جلد: حدیث ولی زاده

• نوبت چاپ: اول

• سال چاپ: ۱۳۹۹

• شمارگان: ۵۰۰ جلد

• چاپ: اول

• تعداد صفحه: ۱۵۵

• قطع کتاب: وزیری

• قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

• شماره شابک: ۸-۵۲-۶۱۷۷-۶۲۲-۹۷۸

مقدمه

استفاده از CBT برای درمان اختلالات اضطرابی و افسردگی در کودکان و نوجوانان	۳
جنبه‌های خاصی از CBT برای کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلالات اضطرابی	۶
جنبه‌های خاص CBT برای کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال افسردگی	۸
مراحل درمان	۱۰
ایجاد یک اتحاد درمانی با گذشت زمان	۱۰
اجرای یک ارزیابی تشخیصی	۱۱
فرموله کردن مفاهیم موردی	۱۳
ارائه آموزش روانشناختی	۱۴
فراهم آوردن بستر تمرین برای شناخت احساسات	۱۵
همکاری در شناسایی و نظارت بر افکار ناخودگاه	۱۵
روشن کردن روابط متقابل بین افکار، احساسات و رفتار	۱۶
تسهیل در بازسازی شناختی	۱۷
اجرای مداخلات رفتاری	۱۷
استفاده از مداخلات دیگر	۱۸
درمان نهایی	۱۸
راهنمای نحوه استفاده از کتاب	۱۹
توصیه‌های عمومی	۱۹
محتوای نمونه ۱-۱۵	۲۳
راهنمای ویژه برای استفاده از جزوات و کاربرگهای آموزشی	۲۷

بخش اول: جلسات اولیه

فصل اول: طرح نمونه ۱

۲۹	اهداف طرح نمونه.....
۳۰	زمان بکارگیری جزوه ها و کاربرگ ها.....
۳۰	نکات کلینیکی.....
۳۰	چگونگی ترکیب کردن فرم ها.....
۳۱	دستورالعملهای خاص برای «نامگذاری و طرح مشکل».....
۳۲	شرح موردی.....
۳۴	عیب یابی.....
۳۵	ملاحظات فرهنگی.....

فصل دوم: طرح نمونه ۲

۴۳	درک مشکلات ما.....
۴۳	اهداف طرح نمونه.....
۴۴	زمان بکارگیری جزوهها و کاربرگها.....
۴۴	نکات کلینیکی.....
۴۵	چگونگی ترکیب کردن فرمها.....
۴۵	دستورالعملهای خاص برای «باورها به عنوان عینک» و برخی از «اثرات باورها».....
۴۷	شرح موردی.....
۴۷	شرح موردی.....
۴۹	عیب یابی.....
۵۰	ملاحظات فرهنگی.....

بخش دوم: برخورد با اختلالات

فصل سوم: طرح نمونه ۳

۷۳	آموزش روانشناختی برای اضطراب.....
۷۴	نکات کلینیکی.....
۷۴	چگونگی ترکیب کردن فرمها.....
۷۶	شرح موردی.....

عیب یابی ۸۰

ملاحظات فرهنگی ۸۰

فصل چهارم: طرح نمونه ۴

تکنیکهای ریلکسیشن ۹۳

اهداف طرح نمونه ۹۳

زمان بکارگیری جزوهها و کاربرگها ۹۳

نکات کلینیکی ۹۴

چگونگی ترکیب کردن فرمها ۹۴

شرح موردی ۹۵

عیب یابی ۹۸

ملاحظات فرهنگی ۹۸

فصل پنجم: طرح نمونه ۵

راهنمدهای شناختی برای اضطراب ۱۰۵

اهداف طرح نمونه ۱۰۵

زمان بکارگیری جزوهها و کاربرگها ۱۰۵

نکات کلینیکی ۱۰۶

چگونگی ترکیب فرمها ۱۰۷

شرح موردی ۱۰۷

عیب یابی ۱۱۱

ملاحظات فرهنگی ۱۱۱

فصل ششم: طرح نمونه ۶

تکنیک های قرار گرفتن در معرض اضطراب ۱۱۹

اهداف طرح نمونه ۱۱۹

زمان بکارگیری جزوهها و کاربرگها ۱۱۹

نکات کلینیکی ۱۲۰

مقدمه

این کتاب مخصوص درمانگران علاقه‌مند به توسعه ابزار موجود در زمینه «درمان شناختی رفتاری»^۱ (CBT) در کودکان و نوجوانان می‌باشد. همچنین شامل مجموعه‌ای از مطالب و سرفصل‌هایی است که برای توسعه منابع موجود در اختیار چنین درمانگرانی قرار می‌گیرد. این کتاب به دنبال درمان‌هایی برای عملکرد بالینی درمانگران است که با ارائه روش‌های درمانی (CBT) مبتنی بر شواهد برای درمانجویان کودک و نوجوان با اختلالات اضطرابی و افسردگی به کار می‌رود.

تمرکز کتاب بر روی اختلالات اضطرابی (علی‌الخصوص اضطراب فراگیر، اضطراب جدایی و اضطراب اجتماعی یا هراس اجتماعی) و اختلالات افسردگی می‌باشد. چرا که این دو نوع اختلال در کودکان و نوجوانان را می‌توان جزء شایع‌ترین دلایل مشورت والدین با متخصصین بهداشت روان برشمرد؛ در نتیجه این اختلالات سبب بوجود آمدن اختلافات چشمگیری میان والدین و کودکان خواهد شد.

¹ Cognitive Behavioral Therapy