

اثر بخشی ACT



مهسا اکبری



سرشناسه	: اکبری، مهسا، ۱۳۶۹-
عنوان و نام پدیدآور	: اثربخشی ACT/ مهسا اکبری.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات حانون، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۹۳ ص.
شابک	: 978-622-7482-38-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۸۳] - ۹۱.
موضوع	: کیفیت زندگی -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Quality of life-- Iran -- Case studies
موضوع	: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد -- ایران -- گزارش های بالینی
موضوع	: Acceptance and commitment therapy-- Iran-- Case studies
موضوع	: ورزشکاران -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی
موضوع	: Athletes -- Mental health -- Iran -- Case studies
رده بندی کنفرانس	: HN ۲۵
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۳۹۱۱۵۲



انتشارات حانون
HANON PUBLISHERS

اثربخشی ACT

ناشر: انتشارات حانون

نویسنده: مهسا اکبری

صحافی: حانون

نوبت چاپ: اول

تاریخ انتشار: ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۸۲-۳۸-۶

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

۹	فصل اول: کلیات
۱۱	مقدمه
۱۶	اهمیت و ضرورت موضوع
۱۸	تعاریف مفهومی و عملیاتی
۱۸	تعاریف مفهومی
۱۹	تعاریف عملیاتی
۲۱	فصل دوم: کیفیت زندگی
۲۳	کیفیت زندگی
۲۳	تعاریف مربوط به کیفیت زندگی
۲۶	مسائل فرهنگی
۲۶	دیدگاه ها درباره کیفیت زندگی
۲۷	دیدگاه اسکاندیناویایی کیفیت زندگی
۲۷	دیدگاه آمریکایی کیفیت زندگی
۲۷	خاستگاه نظری کیفیت زندگی

۳۱	ابعاد کیفیت زندگی.....
۳۲	کیفیت زندگی کاری.....
۳۷	اختلال اضطراب اجتماعی.....
۴۰	علائم اضطراب اجتماعی.....
۴۰	جنبه‌های ادراکی.....
۴۱	جنبه‌های رفتاری.....
۴۲	جنبه‌های فیزیولوژیکی.....
۴۳	سبب شناسی.....
۴۳	عوامل ژنتیکی و خانوادگی.....
۴۴	عوامل محیطی.....
۴۵	شخصیت: بازداری رفتاری.....
۴۵	عوامل رفتاری: شرطی شدن اضطراب اجتماعی.....
۴۶	عوامل شناختی: تمرکز بیش از حد بر خودسنجی های منفی.....
۴۷	رفتارهای اجتنابی.....
۴۸	درمان مبنی بر پذیرش و تعهد.....
۴۸	تاریخچه.....
۴۹	تفاوت نتایج ACT با سایر رویکردهای درمانی.....
۵۲	مؤلفه‌های ضروری ACT.....
۵۴	فرایندهای اصلی ACT.....
۵۴	فرایندهای ششگانه اصلی: مدل شش ضلعی انعطاف پذیری ACT.....
۵۴	پذیرش.....
۵۵	ناهمجوشی.....
۵۵	ارتباط با لحظه اکنون.....
۵۶	اقدام متعهدانه.....
۵۷	خود به عنوان چشم انداز.....
۵۸	ارزشها.....