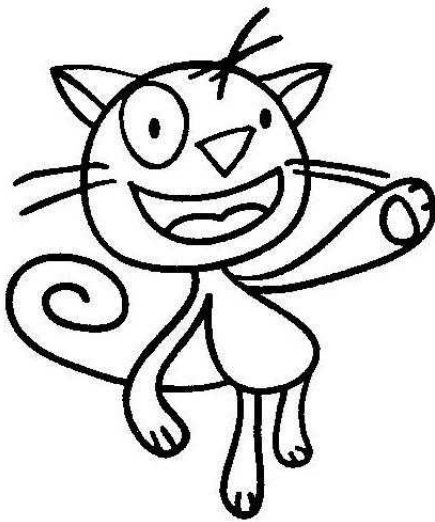




گره سازگار

درمان شناختی - رفتاری کوتاه مدت

اضطراب کودکان:

کتاب تمرین

www.ketab.ir

نویسندگان

- دکتر فیلیپ کندال
- دکتر سارا کرولی
- دکتر کریستین مائورو

ترجمه

- فاطمه حسنلو
- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

سرشناسه	: کندل، فیلیپ سی. Kendall, Philip C
عنوان و نام پدیدآور	: گربه سازگار درمان شناختی-رفتاری کوتاه مدت اضطراب کودکان: کتاب تمرین/نویسندگان فیلیپ کندال، سارا کرولی، کریستین مائورو؛ ترجمه فاطمه حسلو.
مشخصات نشر:	: تهران: انتشارات ابن سینا، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۶۸ ص:، مصور.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۶۴-۴۴-۷
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Brief Coping Cat: The 8-Session Coping Cat Workbook, ۲۰۱۳.
یادداشت	: اضطراب در کودکان -- درمان
یادداشت	: Anxiety in children -- Treatment
موضوع	: اضطراب در کودکان -- درمان -- ادبیات کودکان و نوجوانان
شناسه افزوده	: Anxiety in children -- Treatment -- Juvenile literature
شناسه افزوده	: بیداس، ریناد اس. Beidas, Rinad S.
شناسه افزوده	: مائورو، کریستین. Mauro, Christian
شناسه افزوده	: حسلو، فاطمه، ۱۳۷۴- مترجم
رده‌بندی کنگره	: BF ۷۲۰
رده‌بندی دیویی	: ۴۱۳۴۶/۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۳۶۷۶۰
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا



انتشارات ابن سینا

نام کتاب:	گربه سازگار (درمان شناختی - رفتاری کوتاه مدت اضطراب کودکان) (کتاب تمرین))
نویسندگان:	دکتر فیلیپ کندال - دکتر سارا کرولی - دکتر کریستین مائورو
مترجم:	فاطمه حسلو
ناشر:	انتشارات ابن سینا
نوبت چاپ:	اول - فروردین ۱۴۰۱
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
قیمت:	۲۵۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۷۶۶۴-۴۴-۷



به انتشارات ابن سینا پیوندید

<https://telegram.me/EntesharatEbnSina>



مرکز پخش

دفتر مرکزی و فروشگاه شماره ۱: تهران: خیابان انقلاب، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت)، خیابان وحید نظری غربی، کوچه بختیاری، مجتمع کارن، طبقه ۲، واحد ۳

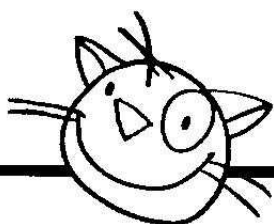
تلفن: ۶۶۴۱۸۳۱۹ - فکس: ۶۶۴۱۸۳۰۹

سایت: www.ebnsinapress.com; ایمیل: press.ebnsina@gmail.com

نمایندگی‌های فروش

تلفن: ۰۴۱-۳۳۳۴۶۱۰	تبریز: کتابفروشی بسیج دانشجویی	تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶	مشهد: انتشارات مجد دانش
تلفن: ۰۴۴-۳۲۲۵۲۸۱۷۹	ارومیه: شهر کتابفروشی پزشکی	تلفن: ۰۸۳-۳۷۲۸۴۸۳۷-۸	کرمانشاه: جهان کتاب
تلفن: ۰۳۱-۳۶۶۹۹۱۱۲	اصفهان: کتابفروشی کیا	تلفن: ۰۴۱-۳۳۳۴۰۹۸۳	تبریز: کتابفروشی بابک
تلفن: ۰۲۸-۳۳۲۲۴۸۹۹	قزوین: کتابسرای حکیم	تلفن: ۰۸۳-۳۷۲۷۱۱۱۳	کرمانشاه: اندیشه
تلفن: ۰۷۱-۳۳۳۳۳۶۶۶	شیراز: بازار کتاب شیراز	تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۳۰۰۹۰	ساری: کتب پزشکی ارجمند
تلفن: ۰۵۱-۳۳۲۴۰۷۶۸	مشهد: فرا انگیزش	تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۳۰۰۹۰	بابل: کتابفروشی ارجمند
		تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۴۲۵۷۲	قم: انتشارات فانوس اندیشه

تمام حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ است.
لذا هرگونه تکثیر و بازنویسی مطالب به هر نحو ممکن در هرگونه رسانه، کتاب، مجله، جزوه و لوح فشرده، بدون اجازه کتبی ناشر شرعاً حرام است و موجب پیگرد قانونی می‌باشد.



۷	صفحه	مقدمه مترجم.....
۹	صفحه	بخش ۱. معرفی.....
۱۳	صفحه	بخش ۲. چه چیزی در بدنم نشون می‌ده که اضطراب دارم؟ چه فکری می‌کنم؟.....
۲۳	صفحه	بخش ۳. چه کاری انجام بدم مفیده؟.....
۳۱	صفحه	بخش ۴. مرور مراحل و تمرین مهارت‌ها.....
۳۷	صفحه	بخش ۵. تمرین رو شروع کنم.....
۴۵	صفحه	بخش ۶. بیشتر تمرین کنم.....
۵۱	صفحه	بخش ۷. باز بیشتر تمرین کنیم.....
۵۷	صفحه	بخش ۸. «من تونستم».....
۶۱	صفحه	ضمائم.....

مقدمه مترجم

کتاب تمرین حاضر، فعالیت‌هایی را براساس رویکرد شناختی-رفتاری جهت مدیریت اضطراب کودکان طراحی کرده است که به همراه درمانگر در اتاق درمان و به عنوان تکلیف در منزل انجام شود. از این رو، زبان محاوره و کودکانه جهت تسهیل فهم کتاب مدنظر قرار گرفته است.

اگرچه کتاب به زبان ساده نوشته شده، اما اجرای تمرین‌ها سهل‌ممتنع بوده و نیازمند تسلط درمانگر بر رویکرد شناختی-رفتاری است، بنابراین، توصیه می‌شود پیش از کار بست کتاب تمرین، کتاب راهنمای درمانگر مطالعه گردد. همچنین، برای بهره‌مندی مطلوب مراجعان از جلسات درمان، بهتر است کتاب تمرین در اختیار کودکان نیز قرار گیرد.

بر خود لازم می‌دانم از سرکار خانم دکتر زهرا شهریور که مشوق بنده برای ترجمه کتاب بودند و دوستان گرانقدر انتشارات ابن‌سینا که بی‌شک این کتاب بدون مساعدت‌های دلسوزانه آنان به ثمر نمی‌رسید، صمیمانه تشکر کنم.

فاطمه حسنلو

تابستان ۱۴۰۰

