

درمان شناختی- رفتاری اختلال وسواسی جبری دوران کودکی

این فقط یک هشدار اشتباه است
راهنمای درمانگر

تألیف

جان پیاستینی

اودرا لانگلی

، روبرک

ترجمه

دکتر زهرا شهزاد

فوق تخصص روان پزشکی - تهران

دکتر نسترن حبیبی آشتیانی

فوق تخصص روان پزشکی کودک و نوجوان



کتاب ارجمند



جان پیاستینی، اودرا لانگلی، تامی روبلک

درمان شناختی - رفتاری اختلال وسواسی جبری دوران کودکی: این فقط یک هشدار اشتباه است راهنمای درمانگر

ترجمه: دکتر نسترن حبیبی آشتیانی، دکتر زهرا شهریور

فروست: ۱۳۹۶

ناشر: کتاب ارجمند

حروفچین: طناز سینیانی

صفحه آرا: پرو قدیم‌خانی

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: مریه شکم

ناظر چاپ: سعید خانجانی

چاپ: سامان، صحافی: روش

چاپ اول، خرداد ۱۳۹۷، ۱۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۶۴۰-۰

سرشناسه: پیاستینی، جان، Piacentini, John

عنوان و نام پدیدآور: درمان شناختی - رفتاری اختلال وسواسی جبری دوران کودکی: این فقط یک هشدار اشتباه است (راهنمای درمانگر) /... تألیف جان پیاستینی، اودرا لانگلی، تامی روبلک؛ ترجمه دکتر نسترن حبیبی آشتیانی، دکتر زهرا شهریور.

مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند: ارجمند، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۱۶۰ ص. قطع: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۶۴۰-۰

عنوان اصلی: Cognitive-Behavioral Treatment of

Childhood OCD: it's Only a False Alarm: Therapist Guide, c2007

موضوع: وسواس در کودکان - درمان. Obsessive-

Compulsive Disorder in Children — Treatment

درمانی کودکان، Cognitive Therapy for Children

شناسه افزوده: لانگلی، اودرا، Langley, Audra، روبلک، تمی،

Roblek, Tami، حبیبی آشتیانی، نسترن، ۱۳۵۳ - مترجم،

شهریور، زهرا، ۱۳۴۱ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۶ پ ۹ و ۵۰۶ RJ

رده‌بند: دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۵۲۲۷

شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۱۱۵۲۳

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مدافعان و مترجمان

مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدین

اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پی

قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پری ۲، ۲، تان: ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، تان: ۰۵۱-۳۸۴۴۰۱۶

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۰۱۱-۳۲۸۷۶۰۳۶

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱-۳۲۲۲۷۶۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۰۱۱-۸۰۲۰۰۹۰

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

بها: ۱۹۰۰۰ 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 مطالب

۷		مقدمه
۹		مقدمه برای درمانگران
۲۶		جلسه ۱: آموزش روان شناختن و بیان منطق درمان
۴۱		جلسه ۲: تهیه فهرست سلسله مراتب نشانه ها / آموزش روان شناختن
۴۸		جلسه ۳: آغاز مواجهه سازی همراه با پیشگیری از پاسخ / چالش با فرضیه های منفی
۶۴		جلسه ۴: بازسازی شناختی / کاستن از برزخ
۷۶		جلسه ۵: پرداختن به وسواس ها / پاسخ های خانه اد به حثلال وسواسی جبری
۸۸		جلسه ۶: مرور پیشرفت / مسئولیت کودک برای درمان
۹۵		جلسه ۷: برطرف کردن مانع های انجام مواجهه سازی همراه با پیشگیری از پاسخ / منفعت های ثانوی بیماری
۱۰۴		جلسه ۸: ادامه مواجهه سازی همراه با پیشگیری از پاسخ / تفکیک رفتارهای وسواسی از رفتارهای غیر وسواسی
۱۱۱		جلسه ۹: پرداختن به نشانه های مشکل تر / مراقبت خانواده از خود
۱۱۸		جلسه ۱۰: پرداختن به نشانه های مشکل تر / حل مسئله در خانواده
۱۲۴		جلسه ۱۱: برنامه ریزی برای پایان دادن به درمان / پیشگیری از عود
۱۳۳		جلسه ۱۲: پایان درمان
۱۳۹		ضمیمه: مقیاس های نمره گذاری

نمونه ای از آنهایی که این روش مورد توجه عامه قرار دارد، خود
تضمین است بر اینکه این تغییرات به وقوع خواهد پیوست.

تولان چشمگیری در سال‌های اخیر در زمینه مراقبت‌های بهداشتی رخ داده است، اما بسیاری از مداخلات و راهکارهایی که در علوم رفتاری و بهداشت روان به صورت گسترده مورد استفاده قرار می‌گیرند بر اساس شواهد پژوهش زیر سؤال رفته‌اند، به این معنی که این روش‌ها نه تنها فایده‌ای ندارند بلکه آسیب هم می‌رسانند. در عوض به دلیل تأییدات گسترده در مورد راهکارهای دیگری که از بهترین شواهد و استانداردهای موجود استفاده می‌کنند، توصیه می‌شود این روش‌های درمانی بیشتر در اختیار مردم قرار گیرند. چندین مورد از تحولات اخیر با شکل‌گیری این اصلاحات ارتباط دارند. اول اینکه ما در دنیای عمیق‌تری از آسیب‌شناسی، هم روان‌شناختی و هم جسمی رسیده‌ایم؛ عاملی که منجر به شکل‌گیری مداخلات جدید و دقیق‌تری شده است. دوم، روش‌های پژوهشی ما به میزان قابل توجهی پیشرفت کرده است، برای مثال به دلیل کاهش خطاهایی که در روایی درونی و بیرونی رخ می‌دهند، سایج تحقیقات قابلیت بیشتری برای کاربرد در موقعیت‌های بالینی پیدا کرده است. سوم، در سرتاسر جهان، دولت‌ها و نظام‌های مراقبت بهداشتی و سیاست‌گذاران به این نتیجه رسیده‌اند که کیفیت مراقبت‌ها باید بهبود پیدا کنند و مبتنی بر شواهد باشند و از آنجایی که این موضوع مورد توجه عامه قرار دارد، خود تضمینی است بر اینکه این تغییرات به وقوع خواهند پیوست.

البته، همه جا مهم‌ترین مانع بر سر راه درمانگران در دسترس نبودن مداخلات روان‌شناختی است که مبتنی بر شواهد جدید طراحی شده باشند. کارگاه‌های آموزشی و کتاب‌ها می‌توانند درمانگران مشتاق و مسئول را با جدیدترین روش‌های مراقبتی سلامت رفتار و کاربرد آنها در بیماران آشنا کنند. این سری جدید از انتشارات با عنوان برنامه‌های کارآمدی که به‌منظور معرفی مداخلات مورد تأیید نگاشته شده‌اند به درمانگرانی که در خطوط مقدم درمان قرار دارند تقدیم می‌شود.

راهنماها و کتاب‌های کار این سری شامل روش‌های مفصل و گام به گام ارزیابی و درمان مشکلات و تشخیص‌های خاصی هستند. با این حال این مجموعه، از کتاب‌ها و راهنماهای معمول فراتر می‌روند و این کار را با استفاده از مواد کمکی انجام می‌دهند که به‌نوعی به درمانگران کمک و بر عملکرد آنها نظارت می‌کند تا این راهکارها را در مداخلات خود به‌کار ببرند.

در نظام مراقبت سلامتی ره به رسید، اعتقاد عمومی بر این است که روش‌های مبتنی بر شواهد، معمولاً بهترین روش کار را برای متخصصین سلامتی فراهم می‌کنند. تمامی درمانگران حوزه مراقبت سلامت رفتاری عمیقاً تمایل دارند که بهترین مراقبت ممکن را برای بیماران‌شان به‌کار بندند. در این مجموعه‌ها، هدف ما این است که شفاف میان اطلاعات و شبکه توزیع را کوچک کنیم و این امر را ممکن سازیم.

این راهنمای درمانگر و کتاب کار همراه آن به درمان اختلال وسواسی-جبری (OCD) در کودکان و نوجوانان می‌پردازد. حدود ۲ درصد از کودکان در ایالات متحده مبتلا به OCD هستند. این اختلال در صورت عدم درمان، اثر قابل توجهی بر عملکرد کودک و توانایی خانواده برای سازگاری با آن دارد. OCD می‌تواند منجر به اضطراب و ناراحتی و افت

کیفیت زندگی شود. تحقیقات نشان داده است که درمان شناختی-رفتاری (CBT)، درمانی مؤثر برای OCD دوران کودکی است. برنامه معرفی شده در این راهنما بر اساس اصول CBT طراحی شده و برای کودکان ۸ تا ۱۷ ساله مناسب می‌باشد. علاوه بر پرداختن به نشانه‌ها و رفتارهای کودک، این برنامه به‌واسطه آموزش در مورد OCD و چگونگی شکل‌گیری آن، به شکل‌گیری الگوهای طبیعی‌تر عملکرد و تعامل میان اعضای خانواده و افراد محبوب کودک نیز کمک می‌کند. به کمک یک درمانگر ماهر، این بسته جامع درمانی می‌تواند بهبود عظیمی در کیفیت زندگی کودکان و نوجوانانی که OCD دارند و همین‌طور خانواده آنها ایجاد کند.

دیوید اچ بارلو، سردبیر

برنامه‌های کارآمد

بوستون، ماساچوست

تشکر

ما از آر لیندزی برگمان، سوزانا چانگ، جیمز مک کراکن و بسیاری از کودکان، نوجوانان، خانواده‌ها و درمانگران که در طول سال‌ها از مشارکت آنان در شکل‌گیری و آزمودن این راهنمای درمانی بهره برده‌ایم صمیمانه تشکر می‌کنیم.