

رفتار درمانی شناختی

(رویکرد کوتاه مدت)

تألیف

فرانک دبلیو باند

ویندی درایدن

ترجمه

دکتر علی حسینی

عضو هیئت علمی دانشکده آزاد، واحد آزاد شهر

دکتر حسن حمیدیان



کتاب ارجمند

عنوان و نام پدیدآور: راهنمای رفتار درمانی شناختی (رویکرد کوتاه مدت) / مولفان [صحیح: ویراستاران] فرانک دلبیو باند، ویندی درایدن؛ مترجمان علی حسینیانی، حسن حمیدپور.

مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ارجمند، نسل فردا، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۴۱۶ ص، قطع: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۱۱۴-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

عنوان اصلی: Handbook of brief cognitive behaviour therapy, 2004.

موضوع: شناخت درمانی - دستنامه‌ها، روان درمانی کوتاه مدت - دستنامه‌ها.

شناسه افزوده: باند، فرانک دلبیو، ۱۹۶۷ - م. ویراستار، Bond, Frank W, درایدن، ویندی، ۱۹۵۰ - م. ویراستار، Dryden, Windy، حسینیانی، علی، ۱۳۵۵ - مترجم، حمیدپور، حسن، ۱۳۵۵ - مترجم.

رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۱۶ ر ۹ ش / RC ۴۸۹

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۲۴۴۳۹۷۵

فرانک دلبیو باند، ویندی درایدن
رفتار درمانی شناختی (رویکرد کوتاه مدت)

ترجمه: دکتر علی حسینیانی، دکتر حسن حمیدپور

فروست: ۱۷

ناشر: انتشارات کتاب ارجمند

محرران: زهرا اسمعیل نیا

ناظر چاپ: سعید خانکشلو

چاپ: نفیس نگار صحافی، روشنگر

اپ اول: مرداد ۱۳۹۲، ۱۶۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۱۱۴-۶

www.arjomandpub.com

این اثر، مشمول قانون حمایت از مولفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (دکتر حسن حمیدپور) عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خیابان کارگر و ... آذر، پلاک ۲۲، تلفن ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه اصفهان: دروازه شیراز، خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هنر و فرهنگ، تلفن ۳۱۱-۶۲۸۱۵۷۱

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، طبقه پایین، انتشارات مجد دانت، تلفن ۵۵۱۱-۸۴۴۱

شعبه بابل: خیابان گنج افروز، پاساژ گنج افروز تلفن ۱۱-۷۶۴

شعبه رشت: خیابان نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی تلفن ۳۳۲۸۷۶-۱۱

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن ۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند، تلفن ۳۱۱-۲۸۴۸۳۸

بهای: ۲۰۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۹۹۹ ۵۹۹ ۰۰۰ ۰۰۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک
ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان شناسی به صورت پیامک
ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

فهرست مطالب

۸	شگفتار ترجمه فارسی
۱۸	درباره ویرایش
۱۹	فهرست همکاران
۲۱	پیشگفتار
۲۳	فصل ۱: رفتار درمانی شناسی کوتاه مدت: تعریف و بنیادهای علمی
۲۴	اصول بنیادین رفتار درمانی شناختی
۲۶	رفتار درمانی شناختی کوتاه مدت
۳۰	اختلال آسیبگی و گذر هراسی
۳۲	هراس خاص
۳۴	سایر اختلالهای اضطرابی
۳۵	افسردگی
۳۷	اختلال خورد و خوراک
۳۹	زوج درمانی
۳۹	مصرف الکل
۴۱	کنترل درد
۴۹	فصل ۲: سنجش در رفتار درمانی شناختی کوتاه مدت
۵۰	کدام مشکلات برای رفتار درمانی شناختی کوتاه مدت مناسبترین هستند؟
۵۳	تحلیل تابعی
۵۴	سنجش بیمار
۵۷	سنجش نتیجه
۵۹	ارزیابی نتیجه در درازمدت

فصل ۳: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد برای افسردگی ۶۴

دیدگاه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در مورد افسردگی ۶۵

مروری اجمالی بر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۷۳

درمان افسردگی با درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۸۲

فصل ۴: اختلال آسیمی همراه با گذرهاسی ۹۱

مروری اجمالی بر درمان ۹۳

مثال بالینی ۹۷

پایه چهارم و پنجم ۱۰۸

فصل ۵: رفتاردرمانی شناختی برای عصبانیت ۱۱۹

عصبانیت به عنوان اختلال مشخصه ۱۲۰

پارامترهای عصبانیت ۱۲۵

مقاومت بیماران عصبانی در برابر درمان ۱۳۲

هزینه‌های عصبانیت: انگیزه‌آفرینی برای درمان ۱۳۲

ترسیم دورنمای درمان عصبانیت ۱۳۴

چاره‌اندیشی برای تداوم شرکت در درمان ۱۳۴

مداخلات درمانی عصبانیت: سطوح متمایزکننده ۱۳۶

مرحله آماده‌سازی برای درمان ۱۳۸

رفتاردرمانی شناختی برای عصبانیت - آموزش ایمن‌سازی برای کنترل عصبانیت ۱۳۹

مطالعات نتیجه‌پژوهی ۱۴۰

مسیرهای جدید: عصبانیت و کودکان ۱۴۲

فصل ۶: شناخت درمانی اختلال اضطراب فراگیر ۱۵۱

اثربخشی درمان روان‌شناختی ۱۵۲

ماهیت نگرانی ۱۵۲

مدل شناختی اختلال اضطراب فراگیر ۱۵۳

نگاهی گذرا به پژوهش‌ها ۱۵۷

فراشناخت درمانی اختلال اضطراب فراگیر ۱۵۹

فصل ۷: کاربریست درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در محیط‌های کاری ۱۷۱

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد: نظریه و پژوهش ۱۷۳

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به عنوان مداخله‌ای برای کنترل استرس شغلی ۱۷۵

راهنمای درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۱۷۷

آینده درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد برای مشکلات کاری ۱۹۹

فصل ۸: شناخت درمانی هراس اجتماعی ۲۰۲

شناخت درمانی هراس اجتماعی ۲۰۳

شناخت درمانی هراس اجتماعی ۲۰۸

گفتگوی بیمار و درمانگر به منظور ضابطه‌مندی مشکل بیمار ۲۱۲

فصل ۹: رفتار درمانی شناختی کوتاه مدت برای سوء مصرف مواد ۲۲۹

تاریخچه مختصر مداخلات کوتاه مدت ۲۲۹

مداخلات کوتاه مدت از دیدگاه درمانگر ۲۳۳

مداخلات کوتاه مدت و مراحل مدل تغییر ۲۳۸

مداخلات کوتاه مدت برای مراجعان مرحله یک یا پیش از مرحله ۲۴۰

مداخلات کوتاه مدت برای شروع مجدد یا تداوم تغییر: مراجعان مرحله ۵ و ۲۴۶

بهبود طبیعی همراه با کمک ۲۵۳

آینده مداخلات کوتاه مدت در تجربیات بالینی ۲۵۵

فصل ۱۰: رفتار درمانی شناختی برای زوجها ۲۶۳

نظریه و تکنیک‌های زوج درمانی شناختی-رفتاری استاندارد ۲۶۶

آشفته‌گی اولیه و ثانویه در ارتباط زوجها ۲۷۲

تلویحات آشفته‌گی اولیه و ثانویه برای زوج درمانی کوتاه مدت ۲۷۳

تدوین زوج درمانی شناختی-رفتاری برای آشفته‌گی اولیه ۲۷۶

معیارها و روش‌های ارزیابی برای تصمیم در مورد زوج درمانی کوتاه مدت یا دراز مدت ۲۷۹

فصل ۱۱: مشکلات دوران کودکی و نوجوانی ۲۸۶

..... مقدمه ۲۸۶

..... مرحله ۱: طراحی ۲۸۷

..... مرحله ۲: ارزیابی و ضابطه‌بندی ۲۹۰

..... مرحله ۳: درمان ۲۹۴

..... مرحله ۴: پایان درمان یا تنظیم قرارداد درمانی دیگر ۳۲۲

فصل ۱۲: اضطراب امتحان: پیشگیری و درمان ۳۲۷

..... اضطراب امتحان: تعریف ۳۲۸

..... اضطراب امتحان و عملکرد ۳۲۹

..... مروری گزینشی بر یافته‌های پژوهش در درمان‌های اضطراب امتحان ۳۳۲

..... التقاط‌گرایی تکنیک‌های رفتاری شناختی ۳۳۴

..... فراشناخت: باورهای مثبت و منفی درباره نگرانی ۳۳۶

..... دستورالعمل درمان ۳۳۹

..... جلسه اول: مرحله اول آموزش - تعریف امتحان ۳۴۲

..... جلسه دوم: مرحله دوم آموزش - وقتی امتحان در درس‌ها می‌شود ۳۴۶

..... جلسه سوم: افکار، هیجان و رفتار ۳۵۰

..... جلسه چهارم: آرامش‌آموزی ۱: آرامش عضلانی پیشرونده ۳۵۶

..... جلسه پنجم: آرامش نوع دوم - تکنیک‌های آرامش کوتاه‌مدت ۳۶۰

..... جلسه ششم: نگرانی ۱- ماهیت و کارکرد نگرانی ۳۶۵

..... جلسه هفتم: نگرانی ۲- تغییر باورهای فراشناختی ۳۷۰

..... جلسه هشتم: حل مسئله ۳۷۵

..... جلسه نهم: تصویرسازی ۳۸۱

..... جلسه دهم: مرور ۳۸۷

فصل ۱۳: پیشگیری از فرسودگی شغلی مشاور ۳۹۳

..... تکنیک‌های رفتاردرمانی شناختی و رفتار درمانی عقلانی - هیجانی که بر جنبه‌های شناختی مشاوره

..... تأکید می‌کند ۳۹۷

تکنیک‌های رفتاردرمانی شناختی و رفتار درمانی عقلانی - هیجانی که بر جنبه‌های هیجانی مشاوره

تأکید می‌ورزد..... ۴۰۱

تکنیک‌های رفتاردرمانی شناختی و رفتار درمانی عقلانی - هیجانی که بر جنبه رفتاری مشاوره تأکید

می‌کند..... ۴۰۶

واژه‌نامه فارسی به انگلیسی..... ۴۱۳

واژه‌نامه انگلیسی به فارسی..... ۴۱۵

www.ketab.ir