

روان‌درمانی نوجوانان

طرح درمان برای اختلالات اضطرابی

آرتور ای. جانگسما

ال. مارک پیترسون

ویلیام پی. مک‌اینیز

تیموتی جی. بروس

ترجمه:

دکتر فرهاد چنگیزی

سعیده محسنی

مقدمه مترجمین

روان‌درمانی و مداخلات روان‌شناختی برای افراد در سنین نوجوانی نسبت به کودکان و بزرگسالان، بسیار متفاوت است؛ بنابراین به دوره نوجوانی می‌بایست به‌طور ویژه و اختصاصی نگاه کرد. برای آنکه روانشناسان در کار با نوجوانان موفق باشند لازم است مهارت‌ها و دانش لازم را برای کار با نوجوانان به دست آورند. تا به‌میم یادگرفته‌های مرتبط با مداخلات دوران کودکی یا بزرگسالی موجب دا بردی و شکست در کار روان‌درمانی می‌شود. اصولاً روانشناسانی که در کار با نوجوانان به‌کار نیستند به‌خاطر آن است که به‌صورت تخصصی و کانونی مطالعات خود بر نوجوان متمرکز نکرده‌اند.

کتاب حاضر، ترجمه‌فراهایی از کتاب اصلی است که صرفاً به ارائه طرح درمان اختلالات اضطرابی در نوجوانان می‌پردازد و ساختار لازم را برای درمانگران حرفه‌ای مشخص می‌کند. در متن کتاب اصلی، آنجاهایی که به فنون و تکنیک‌ها اشاره شده است، منابع داخل‌کتاب وجود دارد. در نسخه ترجمه‌شده حاضر، منابع معرفی‌شده توسط مؤلفان، با منابعی که در دسترس درمانگران ایرانی است، جایگزین شده است تا مطالعه متن برای متخصصین داخل کشور، کاربردی‌تر و مفیدتر باشد. برای دستیابی به اصول اجرای تکنیک‌ها، به کتب معرفی‌شده در متن کتاب رجوع کنید. همچنین، برای کتب‌های بیشتر در خصوص مدیریت اضطراب نوجوانان، کتاب‌های «کاهش استرس: راه‌های عملی برای نوجوانان»، «راهنمای عملی ذهن‌آگاهی برای کودکان و نوجوانان» و «نگارن هیجان تو را مدیریت کند، راهنمای عملی برای نوجوانان» در حال آماده‌سازی برای چاپ است.

فهرست

۷	اختلال اضطراب فراگیر
۲۳	اختلال اضطراب اجتماعی (هراس)
۴۱	اختلال پانیک (وحشت زدگی) / فوبیاهای
۵۵	اختلال استرس پس از سانحه
۷۵	هراس اختصاصی

منابع