

به نام خدا

راهنمای عملی

درمان مبتنی

بر پذیرش و تعهد

استیون سی. هیز - کرک دی. استروسال

جلد اول

دکتر ابراهیم علیزاده موسوی

A-PDF فاطمه پیرجاوید

Watermark



انتشارات فرا انگیزش

شماره کتابشناسی ملی	۳۹۷۷۷۷۶	شابک	978-964-2698-81-3
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای عملی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد/ استیون سی. هیز، کرک. دی استروسال؛ [ترجمه] ابراهیم عزیزاده موسوی، فاطمه پیرجاوید.		
مشخصات نشر	مشهد: فرا انگیزش، ۱۳۹۴.		
مشخصات ظاهری	۱۷۴ص.		
یادداشت	عنوان اصلی: A practical guide to acceptance and commitment therapy, c2004.		
موضوع	درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد		
رده بندی دیویی	۸۹۱۴۲/۶۱۶		
رده بندی کنگره	۵۹۲ ۱۳۹۴۴۲۶/۴۸۹RC		
سرشناسه	هیز، استیون سی. Hayes, Steven C		
شناسه افزوده	استروسال، کرک، ۱۹۵۰ - م.		
شناسه افزوده	Strosahl, Kirk		
شناسه افزوده	عزیزاده موسوی، ابراهیم، ۱۳۴۷ -، مترجم		
شناسه افزوده	پیرجاوید، فاطمه، azita, pirjavid, ۱۳۵۳، مترجم		
وضعیت فهرست نویسی	فیا		

پست الکترونیکی: Faraangizesh@yahoo.com



انتشارات فرا انگیزش

راهنمای عملی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد

مؤلفین: استیون سی. هیز - کرک دی. استروسال

ترجمه: دکتر ابراهیم عزیزاده موسوی - فاطمه پیرجاوید

ناشر: فرا انگیزش

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۴ تعداد صفحات: ۱۷۴ وزنی

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

ویرایش و صفحه آرایی: سالاری (۰۹۱۵۳۰۰۹۸۲۸)

چاپ و صحافی: دانشگاه فردوسی

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

ISBN: 978-964-2698-81-3

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۹۸-۸۱-۳

مشهد- خیابان سعدی- پاساژ مهتاب- طبقه منهای دو- نشر فرا انگیزش

تلفن: ۳۲۲۲۷۸۶۳ تلفکس: ۳۲۲۲۴۰۷۶۸ (۰۵۱)

حق چاپ محفوظ است



فهرست مطالب

۸..... مقدمه

A-PDF بخش اول: رویکرد ACT

۱۲..... فصل اول: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد چیست؟

۱۶..... نظریه تغییر از دیدگاه ACT: فرآیند تعاف پذیری روان شناختی

۲۵..... ACT چیست؟

۲۶..... ACT و موج سوم رفتار درمانی

۳۲..... فلسفه و مبانی پایه

۳۹..... نظریه آسیب شناسی روانی ACT: جمود روان شناختی

۴۴..... ACT چیست؟

۴۵..... فصل دوم: اصول اولیه ACT

۴۵..... فرآیندهای اصلی درمان، مداخله

۴۵..... راهبردها و صلاحیت های درمانگر

۴۶	حرکت از FEAR به ACT
۴۷	شش فرآیند بالینی محوری در ACT
۶۸	صلاحیت‌های درمانگر ACT
۷۴	بهبود مهارت‌های خویش به عنوان درمانگر ACT
۷۶	نتیجه‌گیری
۷۷	فصل سوم: ضابطه‌بندی مشکل بیمار در ACT
۷۹	تجزیه و تحلیل حوزه و ماهیت مشکل
۸۳	انگیزش
۸۶	عوامل مؤثر بر انتظاف‌پذیری روان‌شناختی
۸۷	عوامل مؤثر بر انتظاف‌پذیری روان‌شناختی
۸۹	انتخاب مجموعه اهداف درمانی و مداخلات مربوطه
	بخش دوم: ACT و مشکلات رفتاری
۹۷	فصل چهارم: ACT و اختلالات عاطفی
۱۰۰	فرمول‌بندی
۱۰۸	مداخلات بالینی
۱۲۶	ملاحظات بالینی
۱۳۰	نتیجه‌گیری
۱۳۱	فصل پنجم: ACT و اختلالات اضطرابی
۱۳۶	فرمول‌بندی
۱۴۲	رویکرد بالینی
۱۵۹	ملاحظات بالینی خاص اختلال
۱۶۶	ملاحظات بالینی عمومی
۱۶۷	نتیجه‌گیری
۱۶۹	منابع

اسامی دیگر مولفان:

- پاتریشیا باخ^۱، گروه روانشناسی، موسسه فناوری ایلینوی^۲، شیکاگو، ایلینوی، 60616
- جنیفر بلوک-لرنر^۳، گروه روانشناسی، کالج اسکیدمور^۴، ساراتوگا اسپرینگز^۵، نیویورک 12866
- فرانک دبلیو. باند^۶، گروه روانشناسی، دانشکده گلد اسمیت^۷، دانشگاه لندن، نیو کراس لندن^۸ SE14 6 پادشاهی متحده
- کارا بونتینگ^۹، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رینو، نوادا 89557
- میشل آر. برد^{۱۰}، گروه روانشناسی، دانشگاه میشیگان شرقی، ایپسیلانتی^{۱۱}، میشیگان 48197
- لیزا دبلیو. کوین^{۱۲}، گروه روانشناسی، دانشگاه می سی سی پی، دانشگاه، می سی سی پی 38677
- جوآن دال^{۱۳}، گروه روانشناسی، دانشگاه اوپسالا^{۱۴}، اوپسالا، سوئد
- ویکتوریا ام. فولته^{۱۵}، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رنو، رنو، نوادا 89557
- الیزابت وی. گیفورد^{۱۶}، مرکز ارزیابی مراقبت های بهداشتی، بخش مدیریت معلولین جنگی، سیستم مراقبت های بهداشتی
- پالو آلتو^{۱۷}، و دانشگاه علوم پزشکی استنفورد، پارک منلو، کالیفرنیا 94025
- جنیفر گری^{۱۸}، سیستم مراقبت های بهداشتی پالو VA، پالو آلتو، کالیفرنیا 94025
- استیون سی. هیز^{۱۹}، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رینو، نوادا 89557
- جیمز دی. هربرت^{۲۰}، گروه روانشناسی بالینی و سلامت دانشگاه درکسل^{۲۱}، فیلادلفیا، پنسیلوانیا 19102
- چاد لوژن^{۲۲}، روانشناس مرکز خصوصی، شهرستان ماتو^{۲۳}، سان ماتو، کالیفرنیا، استادیار، دانشگاه سان فرانسیسکو، سان فرانسیسکو، کالیفرنیا 94143
- توبیاس لاندگرن^{۲۴}، گروه روانشناسی، دانشگاه اوپسالا، اوپسالا، سوئد

- 1 - Patricia bach
- 2 - Illinois institute of technology
- 3 - Jennifer block-lerner
- 4 - Skidmore college
- 5 - Saratoga Springs
- 6 - Frank W.bond
- 7 - Goldsmiths college
- 8 - New Cross London
- 9 - Kara Bunting
- 10 - Michelle R.Byrd
- 11 - Ypsilanti
- 12 - Lisa W.Coyne
- 13 - JoAnne Dahl
- 14 - Uppsala
- 15 - Victoria M.Follette
- 16 - Elizabeth V.Gifford
- 17 - Palo Alto
- 18 - Jennifer greg
- 19 - James D.Herbert
- 20 - Drexel
- 21 - Chad LeJeune
- 22 - Mateo
- 23 - Tobias lundgren

A-PDF

Watermark

جیسون لوما^۱، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رینو، نوادا 89557

امی آر. مورل^۲، گروه روانشناسی، دانشگاه می سی سی پی، دانشگاه، می سی سی پی 38677

گونار ال. اولسون^۳، موسسه کارولینسکا^۴، استکهلم، سوئد

سوزان ام. اورسیلو^۵، گروه روانشناسی، دانشگاه سافولک^۶، بوستون، ماساچوست 02108

ژاکلین پیستورلو^۷، دانشگاه نوادا، خدمات مشاوره رینو، نوادا 89557

پاتریشیا رابینسون^۸، گروه مشاوره مونتا ویو، ماکسی^۹، واشنگتن 98936، و کلینیک یاکیما، توپنیش، واشنگتن 948.98

لیزابت رومر^{۱۰}، گروه روانشناسی، دانشگاه ماساچوست در بوستون، بوستون، ماساچوست 02105

آلیا وارا^{۱۱}، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رینو، نوادا 89557

کرک دی. استروسال^{۱۲}، گروه مشاوره مونتا ویو، ماکسی، واشنگتن 936.98

مایکل توهیگ^{۱۳}، گروه روانشناسی، دانشگاه نوادا، رینو، نوادا 89557

رابین دی. والسر^{۱۴}، مرکز ملی PTSD، پالو آلتو، کالیفرنیا 94025

ریکارد کی. ویکسل^{۱۵}، بیمارستان کودکان آسترید لیندگرن^{۱۵}، بیمارستان دانشگاه کارولینسکا، دانشگاه اوپسالا، اوپسالا، سوئد

کلی جی. ویلسون^{۱۶}، گروه روانشناسی، دانشگاه می سی سی پی، دانشگاه، می سی سی پی 38677

رابرت دی. زیتل^{۱۷}، گروه روانشناسی، دانشگاه ایالتی ویجیتا، ویجیتا، کانزاس 67208

1 - Jayson luoma

2 - Amy R. Murrell

3 - Gunnar L. Olsson

4 - Karolinska Institute

5 - Susan M. Orsillo

6 - Suffolk university

7 - Jacqueline pistorello

8 - Patricia robinson

9 - Moxee

10 - Elizabeth Roemer

11 - Alethea A. Varra

12 - Micheal Twohig

13 - Robin D. Walser

14 - Rikard K. Wicksell

15 - Astrid lindgren children's Hospital

16 - Kelly G. Wilson

17 - Robert D. Zettle

این کتاب کاربردی‌ترین راهنمای بالینی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است که تاکنون در دسترس بوده است (ACT) به صورت یک کلمه بکار می‌رود نه به شکل حروف جدا). این کتاب بدین منظور تدوین شده تا نشان دهد چگونه مدل و تکنیک‌های ACT برای اختلالات و موقعیت‌های مختلف بکار می‌رود. نویسندگان فصول مختلف کتاب همگی از کارشناسان زبده کاربرد ACT در زمینه‌های مختلف بوده و جالب آنکه اصول محوری ACT به‌گونه‌ای ارائه شده که با موضوعات مختلف همخوانی داشته باشد. هدف از این کتاب تا حدودی، افزایش جسارت محققان و درمانگران برای شروع کار بست ACT در موارد لازم است.

فصول این کتاب نشان می‌دهد که ACT می‌تواند رویکرد درمانی مفیدی برای طیف بسیار گسترده‌ای از مشکلات بالینی باشد. در این زمینه داده‌های کنترل شده بسیاری وجود دارد و این داده‌ها دائماً در حال افزایش است. نظریه زیربنایی ACT (نظریه چهارچوب ارتباطی^۱ یا "RFT" که البته، در اینجا شما می‌توانید حروف اول آن را جدا می‌کنید) ادعای نیرومندی دارد. طبق این نظریه، آسیب‌شناسی روانی^۲ تا حد قابل توجهی، در متن زبان انسان شکل می‌گیرد. همچنین، این نظریه روش‌هایی برای کاهش کارکردهای مخرب مبتنی بر زبان و متقابلاً افزایش کارکردهای مفید آن پیشنهاد می‌کند. تا آنجا که این مدل صدق می‌کند و از آنجا که زبان و شناخت در اعمال انسان نقش محوری دارند، می‌توان ACT را برای طیف وسیعی از مسائل رفتاری بکار برد. تنها گنجینه زمان و پژوهش خواهد توانست میزان صحت این ادعا را تعیین کند اما تاکنون مدل ACT در حوزه‌هایی مفید واقع شده (به عنوان مثال، پسیکوز^۳) که پیش از آن انتظار نمی‌رفت در آن‌ها کارایی داشته باشد. نکته مهم اینکه، ACT هم از نظر پژوهش‌های مربوط به پیامدهای درمان و هم فرآیندهای تغییر پیش‌بینی شده کارایی خود را نشان داده است.

این کتاب به سه بخش تقسیم می‌شود. بخش اول به توصیف نظریه‌های زیربنایی ACT به عنوان یک روش درمانی و نیز مداخلات محوری موجود در آن می‌پردازد. ما به شما نشان خواهیم داد که چگونه

¹ - Relational Frame Theory

² - psychopathology

³ - psychosis

می‌توان با استفاده از ACT به مفهوم‌سازی موارد پرداخت و اینکه چگونه می‌توان ابزارها را با این مفهوم سازی پیوند زد. با این حال برای اجرای این مدل درمانی، این کتاب به تنهایی کافی نیست و شما باید برای مطالعه سایر کتب موجود در زمینه ACT برنامه‌ریزی کنید (هیز، استروسال و یلسون^۱، ۱۹۹۹).

بخش دوم کتاب به معرفی درمان ACT برای برخی اختلالات رفتاری رایج که شاغلین حوزه‌های بهداشت روانی و سوءمصرف مواد با آن مواجه می‌شوند می‌پردازد. بخش آخر به بررسی کاربرد ACT در دیگر جمعیت‌ها، مشکلات و موقعیت‌ها می‌پردازد.

هیچ کتابی، از جمله کتاب حاضر، به تنهایی نمی‌تواند طیف گسترده‌ای از موضوعات مربوط به بهداشت رفتاری را پوشش دهد. برخی مسائل بالینی که از حمایت‌های تجربی تأثیر درمان ACT برخوردارند، در این کتاب پوشش داده نشده‌اند؛ که از آن جمله می‌توان به اختلالات خوردن (به عنوان مثال، هفتر^۲، اسپری^۳، ایفرت^۴ و دت ویلر^۵، ۲۰۰۴)، الحرافات جنسی (به عنوان مثال، پل^۶، مارکس^۷ و ارسیلو، ۱۹۹۹)، اختلال عملکرد جنسی (به عنوان مثال، مونتسینوس^۸، ۲۰۰۳)، داغدیدگی^۹ (لوجیانو کابلو^{۱۰}، ۲۰۰۱)، کار با افراد عقب‌مانده، زوج‌ها و مداخلات خانواده (بیگلان^{۱۱}، ۱۹۸۹)، جمعیت سالخورده و پیشگیری، اشاره کرد. با گسترش تحقیق و مبانی بالینی، انتظار داریم این مشکلات بالینی در آثار بعدی مورد بحث قرار گیرد.

لازم است از خانواده‌ها و دانشجویانمان که در حین تکمیل این کتاب حوصله به خرج داده و نیز سایر نویسندگان که تجربه و تخصص خود را در اختیار ما گذاشتند تشکر کنیم. همچنین علاقه‌مندیم از شکیبایی نویسندگان برای تحمل ویرایش دستی سنگین کتاب به منظور یکپارچه شدن آن تقدیر کنیم.

¹ - Wilson

² - Heffner

³ - Sperry

⁴ - Eifert

⁵ - Detweiler

⁶ - Paul

⁷ - Marx

⁸ - Montesinos

⁹ - bereavement

¹⁰ - Luciano & Cabello,

¹¹ - Biglan

برای شما درمانگران نیز صمیمانه امیدواریم این کتاب راهنمایی مؤثر باشد و یک منبع روزانه برای فعالیت کاری شما محسوب شود. فهم برخی از مداخلات شرح داده شده در این کتاب ممکن است به نظر دشوار و یا حتی برخلاف عقل سلیم^۱ به نظر برسد. چنانچه در هر بخش از کتاب با این چنین مشکلی مواجه شدید، تنها خواسته ما از شما این است به تلاش خود ادامه داده و به آنچه مراجعینتان به شما می‌گویند گوش دهید (کلامی و رفتاری).

استیون. سی. هیز

کرک دی. استروسال



A-PDF

Watermark

¹ - counter-intuitive