

درمان شناختی رفتاری کودکان

(اختلالات اضطرابی)

ریش دانشجو، کارورزان و درمانگران تازه کار

حدیثه لاله

کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی

دکتر علی رضایی شریف

عضو هیئت علمی دانشگاه محقق اردبیلی

انتشارات ارتباطات اجتماعی

پاییز

۱۳۹۶

- سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : درمان‌شناختی رفتاری کودکان (اختلالات اضطرابی) ویژه دانشجویان، کارورزان و درمانگران تازه‌کار / علی رضایی‌شریف، حدیثه لاله.
مشخصات نشر : تهران: نشر ارتباطات اجتماعی، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری : ۱۳۶ص.: جنول، نمودار.
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۳۷-۱۷-۸
وضعیت فهرست نویسی : فیا
رابطه نویسی :
موضوع : اضطراب در کودکان
موضوع : اضطراب در کودکان -- درمان
موضوع : کودکان -- روان‌شناسی
شناسه افزوده : لاله، حدیثه، ۱۳۶۸ -
رده بندی کنکورد : ۵۰۶۴J / الف ۱۳۹۶۶ ۶
رده بندی دیویی : ۹۲۸.۵۲۲/۶۰۸
شماره کتابشناسی ملی : ۴۶۱۰۹۰۷



درمان‌شناختی رفتاری کودکان (اختلالات اضطرابی) ویژه دانشجویان، کارورزان و درمانگران تازه‌کار

تألیف و گردآوری: دکتر علی رضایی‌شریف و حدیثه لاله

طراح جلد: بابک بیرامی

ناشر: ارتباطات اجتماعی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۳۷-۱۷-۸

بخش اول مروری بر اختلالات اضطرابی و معیارهای تشخیصی

فصل اول - اختلالات اضطرابی در کودکان

۱۱	اضطراب کودکی چیست.....
۱۲	اختلالات اضطرابی.....
۱۳	تجربه و طبقه بندی.....
۱۴	رویکرد DSM.....
۱۵	رویکرد تجربی.....
۱۵	نشانگان افزدگی - اضطراب.....
۱۵	ترس مرضی خاص.....
۱۸	ترس مرضی اجتماعی.....
۲۱	اضطراب فراگیر.....
۲۴	اختلال وحشت زدگی.....

بخش دوم درمان‌های اختلالات اضطرابی

فصل دوم - شناخت درمانی

۲۹	تکنیکهای شناخت درمانی.....
۲۹	یافتن افکار کودک.....
۳۰	یادگیری احساسات توسط کودک.....
۳۱	اضطراب سنج.....
۳۱	علائم بدنی احساسات.....
۳۳	اضطراب چگونه بر افکار تاثیر می‌گذارد.....
۳۵	اضطراب چگونه رفتار را تحت تاثیر قرار می‌دهد.....
۳۷	رابطه بین رویدادها، افکار و احساسات.....
۳۶	ارتباط بین موقعیت‌ها افکار و احساسات.....
۴۱	آموزش تفکر واقع بینانه به کودک.....

فصل سوم - رفتار درمانی

۵۴	مواجهه.....
۵۴	پیشینه نظری.....
۵۶	اصول اساسی.....
۵۶	دماسنج ترس.....

انتخاب موضوع.....	۵۶
اهداف مواجهه.....	۵۸
رفتار درمانگر قبل از مواجهه.....	۵۹
رفتار درمانگر در حین مواجهه.....	۵۹
رفتار درمانگر پس از مواجهه.....	۶۰
رفع اشکالاتی در مواجهه.....	۶۱
ایجاد ارتباط.....	۶۳
آموزش روانی.....	۶۴
مصون سازی.....	۶۶
یک موقعیت آشکار.....	۶۷
طرح ماهرانه مواجهه.....	۶۹
اختلالات اضطراب تعمیم یافته.....	۶۹
هراس اجتماعی.....	۷۰
هراس خاص.....	۷۱
اختلال وحشت زدگی.....	۷۲
خلاق بودن.....	۷۴
آرامیدگی.....	۷۵
بخش سوم آموزش مهارتها	
فصل چهارم- آموزش مهارتهای اجتماعی، جرات ورزی، حمایتی	
اهمیت مهارتهای اجتماعی.....	۷۹
چرا مهارتهای اجتماعی و جرات ورزی مهم هستند.....	۷۹
سلسله مراتب مهارتهای اجتماعی.....	۸۰
مهارتهای دوستی.....	۸۴
مهارتهای جرات ورزی.....	۸۶
آموزش مهارتهای اجتماعی.....	۸۸
آموزش ضمنی.....	۸۸
تمرین مهارتهای زبان بدن و گفتگو.....	۹۱
حل مساله.....	۹۳
توضیح مهارتهای اجتماعی کودکان.....	۱۰۱
مقابله با مسخره شدن و قلدری.....	۱۰۳

۱۰۳		چگونگی عکس العمل والدین
۱۰۶		آموزش رفتارهای حمایتی
۱۰۸		مرزهای خانوادگی
۱۰۹		مرزهای اجتماعی
۱۰۹		مرزهای فرهنگی
۱۱۱		بر استفاده جنسی
۱۱۱		فشار همسالان
۱۱۱		روابط میان همسالان
۱۱۳		قربانی شدن
۱۱۳		مهارت‌های ارتباطی
۱۱۴		استفاده از کاربردهای آموزش رفتارهای حمایتی
		رفتارهای ناسازگار
		رای حمایتی
۱۱۴		فیزیکی
۱۲۲		منابع

مقدمه مولفان

منت خدای را که توفیق تهیه‌ی این کتاب را به ما عطا کرد. تا یکی از آثار خوب درمان‌های شناختی رفتاری در حوزه کودک را ارائه کنیم.

این کتاب راهنمای مناسبی برای درمانگران و مشاوران تازه کار و کارورزانی که تصمیم گرفته‌اند در حوزه کودک و نوجوان فعالیت نمایند بسیار مفید می‌باشد. ساختار کتاب به گونه‌ای است که به خواننده درک جامع و یک پارچه‌ای از اختلالات اضطرابی دوران کودکی نحوه ارزیابی، توصیف و تشخیص و راهنمای کاملی در مورد نحوه درمان این اختلالات به صورت عملی ارائه می‌دهد.

یکی از برتری‌های این کتاب در مقایسه با کتاب‌های دیگر در حوزه مهارت‌های شناختی رفتاری کودک جامع بودن این کتاب و ارائه راهنمایی‌های عملی همراه با داستان و تکنیک‌هایی به صورت گام به گام از هر جلسه روان درمانی و مشاوره می‌باشد به صورتی که خواننده با خواندن این کتاب بتواند به راحتی درمان یک کودک دارای اختلالات اضطرابی را با موفقیت پشت سر بگذارد.

این کتاب دارای ۳ بخش می‌باشد

بخش اول کتاب مروری بر اختلالات اضطرابی دوران کودکی با توجه به ملاکهای تشخیصی DSM-5 و نحوه سنجش آنها اشاره دارد.

بخش دوم این کتاب که مربوط می‌شود به درمان اختلال‌های اضطرابی کودکان، دارای دو فصل شناخت درمانی و رفتاردرمانی می‌باشد، هر کدام به صورت جداگانه و گام به گام و عملی نحوه آغاز درمان را توضیح می‌دهد.

و بخش آخر این کتاب در زمینه کسب مهارت‌های اجتماعی و جرات ورزی و آموزش مهارت‌های ایمنی می‌باشد

امید آنکه مطالعه این مجموعه بتواند به روانشناسان مشاوران تازه کار که شیوه روان درمانی شناختی رفتاری را به کار می‌برند، در ارائه خدمات بیشتر و مطلوب تر به مراجعان و بیماران کمک بیشتری بنمایند و مژمر ثمر واقع گردد. روشن

است که هیچ کتابی در شناخت درمانی نمی‌تواند جای ارزیابی و آموزش معلم و استاد را بگیرد اما بعضی از نوشته‌ها و کتابها قدم بزرگ و یا مکمل تجربه استاد می‌تواند باشد.

با همه دقتی که در تهیه این کتاب بکار رفته است مسلما خالی از نقص نیست. از تمامی صاحب نظران تقاضا داریم مولفان این کتاب را از پیشنهادهای و نظره‌های خود بهره‌مند سازند

دکتر علی رضایی شریف

حدیثه لاله