
مدیریت خشم

راهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان
«ویژۀ مراجعین»

اثر:

دکتر پاتریک ام. ریلی - دکتر میناس. شاپ شایر

مترجمین:

لیلا امیرپور - خدیجه علوی

ویراستار علمی:

دکتر علی صاحبی

سرشناسه: ریلی، پاتریک ام
عنوان و نام پدیدآور: مدیریت جلد و رهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان «ویژه مراجعین» اثر پاتریک ام. ریلی، میشل اس. شاپ-شایر؛ مترجم: لیلا امیرپور، خدیجه عمادی؛ ویراستار علمی: دکتر علی صاحبی

مشخصات نشر: تهران، سایه سخن، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری: ۷۶ ص

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۰۴-۷۶-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی:

Anger management for substance abuse and mental health clients: participant workbook.

موضوع: خشم

موضوع: رفتار درمانی

موضوع: روان درمانی

شناسه افزوده: شاپ-شایر، مایکل اس Shopshire, Michael S

شناسه افزوده: امیرپور، لیلا، مترجم

شناسه افزوده: علوی، خدیجه، مترجم

شناسه افزوده: صابحی، علی، ویراستار علمی

رودبندی کنگره: ۱۳۹۱ ۵۴۹/۵۴ RC

رودبندی دیویی: ۶۱۶/۷۸۶۰۶

شماره کاتالوگ: ۵۷۳۳۲۱۷



مدیریت خشم

راهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان «ویژه مراجعین»

نویسندگان: دکتر پاتریک ام. ریلی - دکتر میشل اس. شاپ-شایر

مترجمین: لیلا امیرپور - خدیجه علوی

ویراستار علمی: دکتر علی صاحبی

طرح جلد: محمد مهدی صنعتی

صفحه آرای: ع.خرمشاهی، ناظر چاپ: ابودر ملکپال

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه، نوبت چاپ: اول ۱۳۹۱، قیمت: ۲۸۰۰ تومان

لیتوگرافی: واصف، چاپ: جاوید نو، صحافی: مینو

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوی بهشت آیین، پلاک ۱۹، طبقه همکف

تلفن: ۰۹۱۲۶۴۹۱۸۲۸ - ۶۶۴۹۵۲۸۰

حق چاپ محفوظ است

فهرست

۷	مقدمه
۹	جلسه ۱ - معرفی بیش تر درمان مدیریت خشم
۱۹	جلسه ۲ - اتفاقات و نشانه ها
۲۷	جلسه ۳ - طرح های کنترل خشم
۳۵	جلسه ۴ - خرجه پرخاشگری
۴۳	جلسه ۵ - بازسازی شناختی
۴۹	جلسه ۶ - مرور جلسه یک
۵۳	جلسه ۷ و ۸ - جرثمه های و الگوی حل تعارض
۶۱	جلسه ۹ و ۱۰ - خشم و خانواده
۶۹	جلسه ۱۱ - جلسه مرور
۷۳	جلسه ۱۲ - خاتمه یافتن و فارغ التحصیلی

مقدمه

این کتاب کار برای شرکت‌کنندگان در برنامه آموزشی درمان گروهی مدیریت خشم، ویژه مراجعان مبتلا به سوء مصرف مواد و مراجعه‌کنندگانی که به مشکلات مرتبط با بهداشت روانی مبتلا هستند، طراحی شده است. در این کتاب، خلاصه‌ای از مفاهیم پایه که در هر یک از دوازده جلسه طرح می‌شود و فضایی برای تکمیل تکالیف منزل و نیز یادداشت نکات مهم هر یک از جلسات پیش‌بینی شده است. مفاهیم و مهارت‌های ارائه شده در این نوع درمان برای مدیریت خشم را به وسیله تمرین و مرور و انجام تکالیف منزل بهتر می‌توان آموخت. کاربرد این کتاب کار به عنوان یک ابزار کمکی جهت مشارکت در درمان گروهی مدیریت خشم طی این دوازده هفته به شما کمک خواهد کرد مهارت‌هایی را که برای مدیریت موفقیت‌آمیز خشم ضروری هستند در خود افزایش دهید.