

درمان شناختی رفتاری در بزرگسالان

راهنمایی جهت ارزیابی و اقدام

بر اساس اطلاعات تجربی

ویرایش شده توسط

استفان هافمن

مارک رینیک

ترجمه

دکتر کامیار سناب

دکترای روان‌شناسی تربیتی

دانشگاه پونا در هند



کتاب ارجمند

استفان هافمن، مارک رینیک

درمان شناختی رفتاری در بزرگسالان

راهنمایی جهت ارزیابی و اقدام براساس اطلاعات تجربی

ترجمه: دکتر کامیار سنایی

فروست: ۱۲۱۹

ناشر: کتاب ارجمند

صفحه‌آرا: خدیجه دودانگه

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: مرضیه شکی

ناظر چاپ: سعید خانکشلو

چاپ: سامان صحافی: روشنگر

چاپ اول، تیر: ۱۳۹۰، ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۶۰-۶۰۰-۹۱۰-۶۹۱-۲

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است هر سه قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، سر یا بخش یا عرضه‌کننده مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

www.ajman.pub.com

سرشناسه: هافمن، استفان گ.، Hofmann, Stefan G

عنوان و نام پدیدآور: درمان شناختی رفتاری در بزرگسالان: راهنمایی جهت ارزیابی و اقدام براساس اطلاعات تجربی / ویرایش شده توسط استفان هافمن، مارک رینیک؛ ترجمه کامیار سنایی.

مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۳۴۴ ص. قطع: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۶۹۱-۲

عنوان اصلی: Cognitive-Behavioral Therapy With Adults: a Guide to Empirically-Informed Assessment and Intervention, C2010.

موضوع: شناخت‌درمانی، Cognitive Therapy، شناخت

درمانی - روش‌ها، Cognitive therapy--Methods

شناسه افزوده: رینیک، مارک ا.، Reinecke, Mark A، سنایی،

کامیار، ۱۳۵۷- مترجم.

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۶ ۴ ۹ د ه/ ۴۸۹ RC

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۰۷۷۳۶۷

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و خ آزادی، تلفن: ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد، تلفن: ۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۱۳-۳۳۳۳۲۸۷

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۱۱-۳۲۲۷۰۰۰

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۱۱-۳۰۰۹۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن: ۸۳-۳۷۱۰۰۰۰

بها: ۵۰۰۰۰ تومان

یا ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک

ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک

ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار.....	دیوید م. کلارک
۹	مقدمه.....	استفان جی. نمن و مارک آ. رینگ
۱۷	فصل اول: شناخت درمانی دای افسردگی.....	دیوید دوزیس و پیت بیلینگ
۴۹	فصل دوم: اختلال دوقطبی.....	آماندا کالکینز و برایجت هیرش و ماسل اتو
۷۳	فصل سوم: اختلال اضطراب منتشر (CAD).....	ادرین ولز و بتر فیشر
۹۳	فصل چهارم: اختلال اضطراب اجتماعی.....	تجال ا. جاکادرو ریچارد جی. همبرگ
۱۲۳	فصل پنجم: هراس اختصاصی.....	ناومی کوانر و جنی روحانسکی و مارتین ام. اتونی
۱۵۵	فصل ششم: اختلال وحشت زدگی و بیرون هراسی.....	جیسون ام. برینوویو و مایکل جی. گرسک
۱۸۳	فصل هفتم: اختلال وسواس اجباری.....	ماروان ال. ویتال و ملیسا رویچاد
۲۱۱	فصل هشتم: اختلال استرس پس از سانحه.....	تیفانی فیوز و کریستالین سالتز و برت تی. لیتز
۲۳۷	فصل نهم: اختلالات خوردن.....	زافرا کوپر و کریستوفر جی. فربرن

- فصل دهم: اسکیزوفرنی و اختلالات روانی ۲۶۳
ساندرا بوسی و نیکولاس تاریر
- فصل یازدهم: اختلال بدشکلی بدن ۲۸۷
جنیفر راجان و جنیفر ال گرینبرگ والیس بیگر و مادلین سدوویک و سابین ویلهلم
- فصل دوازدهم: توجه آگاهی در درمان شناختی رفتاری ۳۱۳
لورنس نیدلمن و سیتیتیا کاشمن

www.ketab.ir

پروفسور روان‌شناسی دانشگاه کینگ لندن، انگلستان

در طول ۳۵ سال گذشته پیشرفت‌های شگفتی در توسعه درمان‌های روانی مؤثر برای مشکلات سلامت روان ایجاد شده است. مکاتب متعدد روان‌درمانی به این پیشرفت کمک کرده‌اند. ولیکن کمک مکتب شناختی‌رفتاری به‌طور خاص قابل توجه بوده است، شاید به این دلیل که تنها مکتبی بوده است که درمان‌هایی را برای انواع مختلف اختلالات فراهم دیده و هر یک از این درمان‌ها اثربخشی خود را در آزمایشات تصادفی و کنترل شده نشان داده‌اند. بر اساس این شواهد مهم و طبق رهنمون‌های دولتی و حرفه‌ای در اکثر کشورها، درمان‌های شناختی‌رفتاری در میان اولین انتخاب‌ها هستند. این کتاب، معرفی عملی بسیار خوبی از این درمان‌ها فراهم می‌کند.

البته تنها یک نوع درمان شناختی‌رفتاری وجود ندارد. محققین و بالینگران مداخلات درمانی بسیار تخصصی‌ای را که فرایندهای روانی مشخصی را به شیوه‌ای متفاوت هدف قرار می‌دهد، فراهم کرده‌اند و در عین حال، شرایط منحصر به فردی را که هر فرد در درمان دارد و نیز مشکلاتی که این شرایط منحصر به فرد در ارتباط درمانی ایجاد می‌نماید در نظر می‌گیرند. استفان هافمن و مارک رینک چهره‌های پیشرو در این زمینه هستند. آنها با دانش وسیع خود برای تهیه این کتاب تعدادی از افراد برجسته را دور هم جمع کرده‌اند، افرادی که در تخصص خود در درمان یک اختلال مشخص که در هر فصل بر آن تمرکز شده است، مشهور هستند. در هر اختلال، مشخصات بالینی کلیدی، نگاه کلی به درمان، شواهد مرتبط حمایت‌کننده از اثربخشی درمان و نیز فرضیاتی که در آن بر اساس آن بنا گشته است، ذکر شده است.