

درمان‌های شناختی-رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی

نویسندگان:

اسد ن عی. هافمن، گوردون جی. جی آسماندسون

ترجمین:

بهناز احمدی، بهناز امجدی، الهام رسولی، فرزانه ارکیان، مهری قیاسی

ویراستار علمی:

مهدیه جعفری

سرشناسه: هوفمان، اشتفان گد. Hofmann, Stefan G.
عنوان و نام پدیدآور: درمان‌های شناختی- رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی / نویسندگان [صحیح و ویراستاران] استفان جی. هافمن، گوردون جی. اسماندسون؛ مترجمین بهناز احمدی ... [و دیگران]؛ ویراستار علمی مهدیه جعفری.
مشخصات نشر: تهران: روان داد، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۴۹، ۴۱ ص.
شابک: 978-622-684204-4

وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: مترجمین بهناز احمدی، بهناز امجدی، الهام رسولی، فرزانه ارکیان، مهری قیاسی.
یادداشت: کتاب حاضر ترجمه بخشی از کتاب "The science of cognitive behavioral therapy, 2017" است.

موضوع: شناخت درمانی
Cognitive therapy: موضوع

موضوع: رفتار درمانی
Behavior therapy: موضوع

موضوع: شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی
Mindfulness-based cognitive therapy: موضوع

شناسه افزوده: اسموندسن، گوردون جی.، ۱۹۶۴-م.
Asmundson, Gordon J., 1964

شناسه افزوده: احمدی، بهناز، ۱۳۶۶-م.
شناسه افزوده: جعفری، مهدیه، ویراستار

رده بندی کنگره: RC۴۸۹

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۱۴۲۵

شماره کتابشناسی ملی: ۶۰۳۷۲۲۷

عنوان کتاب	درمان‌های شناختی- رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی
نویسندگان	استفان جی. هافمن، گوردون جی. اسماندسون
مترجمین	بهناز احمدی، بهناز امجدی، الهام رسولی، فرزانه ارکیان، مهری قیاسی
ویراستار علمی	مهدیه جعفری
ناشر	روان داد
تیراژ	۱۰۰۰ نسخه
نوبت چاپ	اول/ ۱۳۹۸
چاپ و صحافی	آبان
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۸۴۲-۰۰۴-۴
قیمت	۱۵۰۰۰۰ ریال

آدرس انتشارات و دفتر فروش: تهران، ضلع شمالی فلکه اول صادقیه،
خیابان سازمان آب، پلاک ۳۱۲، طبقه ۱، واحد ۳
شماره تماس: ۴۴۲۵۲۲۳۹ - ۴۴۹۷۴۹۹۳ فکس: ۴۴۳۷۵۱۹۷



مقدمه ناشر

یکی از راه‌های کمال و تقرب به ذات اقدس الهی، علم و دانش است. علمی که زیبایی عقل است؛ علمی که انسان خداجو در آن نشانه‌های معبود را می‌جوید و می‌یابد و علمی که هرچه فزون‌تر می‌گردد، دارنده آن را به خدا نزدیک‌تر می‌کند.

انتشارات «روان‌داد» در جهت توسعه آموزش و گسترش مفاهیم به‌روز و کاربردی روان‌شناسی، با همکاری موسسه قاموس عدل علم گستر و تحت نظر مشاوره و تدریس «استاد ساجد» هدام به تدوین و طراحی دوره‌های تربیت مترجم روان‌شناسی ویژه دانشجویان، فارغ‌التحصیلان و اساتید حوزه روان‌شناسی و مشاوره نموده است. در واقع، کتاب حاضر، حاصل کوشش دانش‌جویان، متخصصان و اساتید روان‌شناسی و مشاوره در دوره آموزشی فن ترجمه تخصصی روان‌شناسی و مشاوره می‌باشد. در این دوره‌ها، کتاب‌های نوین و کاربردی در حوزه‌های گوناگون انتخاب شده و با نگاه علمی و آموزشی در طی دوره مورد تجزیه و تحلیل و ترجمه قرار گرفته و در نهایت به اسم افراد حاضر در دوره چاپ گردیده است. امید است این دوره بتواند به دانشجویان، فارغ‌التحصیلان و اساتید این حوزه را تا حد زیادی مرتفع سازد.

فهرست مطالب

۸	مقدمه
۱۰	مدل رفتاری مبتنی بر پذیرش مشکلات بالینی
۱۳	ذهن آگاهی در مداخلات روان شناختی
۱۷	ارتباطات مفهومی بین ذهن آگاهی و درمان شناختی - رفتاری (CBT)
۱۷	پیش آگاهی و نظارت بر تجارب
۱۹	گسترش آگاهی به جای محدود کردن آن
۲۰	تعامل متفاوت با افکار
۲۲	مواجهه
۲۴	یادگیری تحمل و تنظیم پریشانی
۲۵	تقویت یادگیری جدید، مجموعه های رفتاری معطوف پذیر، پاسخگویی به بافت، و اقدام ارادی و خودگردان
۲۷	شواهدی برای درمان های مبتنی بر ذهن آگاهی
۲۷	توصیفی مختصر از درمان ها
۲۸	فراتحلیل و یافته های کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده
۳۱	شواهدی برای مکانیسم های تغییر
۳۲	تحقیقات بعدی
۳۴	خلاصه
۳۶	واژه نامه