

درمان شناختی رفتاری برای اختلالات اضطرابی

راهنمای آموزش گام به گام جهت درمان ترس، حمله پانیک، نگرانی و
اختلالات وسواس جبری - اجباری

نویسندگان

کیمبرلی جی مورو الیزابت دوپونت اسپنسر

مترجمین

الهه حمیدی

فاطمه روشن

فاطمه اصغری



- سرشناسه : مارو، کیمبرلی ج. :Morrow, Kimberly J
- عنوان و نام پدیدآور : درمان شناختی رفتاری برای اختلالات اضطرابی: راهنمای آموزش گام به گام جهت درمان ترس، حمله پانیک، نگرانی و اختلال وسواس- اجباری / نویسندگان کیمبرلی جی مارو، الیزابت دوپونت اسپنسر؛ مترجمین فاطمه روشن، الهه حمیدی، فاطمه اصغری.
- مشخصات نشر : مشهد : سخن گستر، ۱۴۰۰.
- مشخصات ظاهری : ۱۸۸ ص.
- شابک : 978-622-295-045-3
- یادداشت : عنوان اصلی: CBT for anxiety : a step-by-step training manual for the treatment of fear, panic, worry and OCD, 2018.
- یادداشت : کتاب حاضر نخستین بار با عنوان " درمان شناختی رفتاری برای اضطراب (راهنمای آموزش گام به گام برای درمان ترس، هراس، نگرانی و اختلال وسواس اجباری) " با ترجمه لیلا بابایی تبریزی، ندا نیکو، فریبا احمدی دریاکناری توسط نشر تابان در سال ۱۳۹۸ فیفا گرفته است.
- عنوان دیگر : : راهنمای آموزش گام به گام جهت درمان ترس، حمله پانیک، نگرانی و اختلال وسواس- اجباری.
- عنوان دیگر : درمان شناختی رفتاری برای اضطراب (راهنمای آموزش گام به گام برای درمان ترس، هراس، نگرانی و اختلال وسواس اجباری).
- موضوع : شناخت درمانی، Cognitive therapy
رفتار درمانی، Behavior therapy
- شناسه افزوده : اسپنسر، الیزابت دیوپانت، ۱۹۶۶ - م.
- شناسه افزوده : Spencer, Elizabeth Dupont
- شناسه افزوده : روشن روان، فاطمه، ۱۳۴۱ - مترجم
- شناسه افزوده : حمیدی، الهه، ۱۳۸۲ - مترجم
- شناسه افزوده : اصغری، فاطمه، ۱۳۶۵ - مترجم
- رده بندی کنگره : ۴۸۹RC
- رده بندی دیویی : ۸۹۱۴/۶۱۶
- شماره کتابشناسی : ۸۵۴۲۳۹۴

درمان شناختی رفتاری برای اختلالات اضطرابی: راهنمای آموزش گام به گام جهت درمان ترس، حمله پانیک، نگرانی و اختلالات وسواس جبری - اجباری
نویسندگان: کیمبرلی جی مارو، الیزابت دوپونت اسپنسر
مترجمین: فاطمه روشن، الهه حمیدی، فاطمه اصغری

چاپ اول / ۱۴۰۰
 جلد ۱۰۰۰
 چاپ البرز
 ۴۸۰۰۰ تومان
 شابک: ۳-۴۵-۲۹۵-۶۲۲-۹۷۸



ناشر: سخن گستر
 مشهد- خیابان ابن سینا- بین ابن سینا ۱ و ۳- ساختمان اطبا /
 تلفن: ۰۵۱۲۸۴۳۹۹۵۵ - ۰۹۱۵۷۹۸۹۹۴۸

فصل ۱: درمان شناختی رفتاری برای اضطراب و وسواس جبری.....	۱۷
فصل ۲: ارزیابی و تشخیص برای اضطراب و وسواس جبری.....	۳۵
فصل ۳: تیمی بودن و تعیین اهداف با همکاری مراجع.....	۴۹
فصل ۴: به مراجعان خود کمک کنید تا مغزهای مضطربشان را درک کنند.....	۶۱
فصل ۵: هنر مواجهه و جلوگیری از پاسخ.....	۷۳
فصل ۶: مشارکت اعضای خانواده و دوستان در درمان.....	۹۳
فصل ۷: درمان شناختی.....	۱۰۱
فصل ۸: نقش ذهن آگاهی در درمان اختلال وسواس جبری - اجباری و اضطراب.....	۱۲۱
فصل ۹: درمان شناختی رفتاری برای بچه ها.....	۱۲۹
فصل ۱۰: درمان شناختی رفتاری برای اختلال وسواس جبری - اجباری.....	۱۴۵
فصل ۱۱: درمان شناختی رفتاری برای اختلال هراس.....	۱۵۷
فصل ۱۲: درمان شناختی رفتاری برای نگرانی.....	۱۶۵
فصل ۱۳: خاتمه و جلوگیری از پاسخ.....	۱۷۵
منابع.....	۱۸۳
پیشنهاد برای مطالعه.....	۱۸۷