



کتاب راهنمای درمانگر

غلبه بر بی خوابی

با رویکرد درمان شناختی - رفتاری

www.ketab.ir

نویسندگان:

جک. د. ادینجر

کولین. ای. کارنی

مترجمان:

نرگس درویشی (عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد امیدیه)

آرزو مولوی وردنجان (عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد امیدیه)



سرشناسه: ادینجر، جک دی. Edinger, Jack D.

عنوان و نام پدیدآور: غلبه بر بی‌خوابی: با رویکرد درمان شناختی - رفتاری (راهنمای درمانگر)/نویسندگان جک دی ادینجر، کولین ای.

کارنی: مترجمان آرزو مولوی، نرگس درویشی.

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۱۳۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۰۱۴-۴

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

یادداشت: عنوان اصلی: Overcoming insomnia: a cognitive-behavioral therapy approach: therapist guide

یادداشت: واژه‌نامه. / یادداشت: کتابنامه. / یادداشت: نمایه.

موضوع: بی‌خوابی -- درمان -- به زبان ساده

موضوع: شناخت درمانی / موضوع: شناخت درمانی -- روشها

شناسه افزوده: کارنی، کالین، ۱۹۷۱ - م.

شناسه افزوده: Carney, Colleen

شناسه افزوده: مولوی، آرزو، ۱۳۵۷ - م، مترجم

شناسه افزوده: درویشی، نرگس، ۱۳۵۲ - م، مترجم

شماره ثبت کتابخانه: ۱۳۹۰ غ ۷۸ الف/۴۸۵۴۸ RC

شابک: ۹۷۸/۶۰۰-۲۵۰-۰۱۴-۴

شماره کتابخانه ملی: ۲۶۷۳۶۸۹

عنوان: غلبه بر بی‌خوابی (با رویکرد درمان شناختی - رفتاری) راهنمای درمانگر

نویسندگان: جک دی. ادینجر، کولین ای.

مترجمان: نرگس درویشی، آرزو مولوی وردنجانی.

ویراستار: کیان فروزش

مدیر تولید: داریوش سازمند

صفحه آرا: گروه گرافیکی ارشیا

ناشر: دانژه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: بومرنگ

شمارگان: ۲۲۰ نسخه / قطع: وزیری

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۱ / دوم ۱۴۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۰۱۴-۴

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۲۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیراتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲

کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ صندوق پستی: ۴۱۴۶-۱۴۱۵۵ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۴۵۴۳۳ تلفکس: ۸۸۸۱۳۰۸۳

تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل ۱	اطلاعات مقدماتی برای درمانگرها ۵
فصل ۲	ارزیابی پیش از درمان ۲۱
فصل ۳	بخش ۱: مؤلفه‌های روانی - آموزشی و مؤلفه‌های رفتاری درمان ۳۹
فصل ۴	بخش ۲: مؤلفه‌های درمان شناختی ۶۱
فصل ۵	جلسات پیگیری ۸۵
فصل ۶	ملاحظات در ارائه درمان شناختی - رفتاری ۹۹
ضمیمه	 ۱۱۳
منابع	 ۱۲۳
واژه‌نامه	 ۱۲۹
موضوع‌نما	 ۱۳۳