

تربیت درمانگر CBT
به صورت جامع و تخصصی

مؤلفان:

سید امیرحسین سجادیه

فاطمه السادات سجادیه

آقاچی
انتشارات



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

- سرشناسه : سجادی، سیدامیرحسین، ۱۳۸۰-
عنوان و نام پدیدآور : تربیت درمانگر CBT به صورت جامع و تخصصی / مولفان سیدامیرحسین سجادی، فاطمه السادات سجادی ؛ ویراستار هوشنگ اسدزاده.
مشخصات نشر : تهران: آفتاب گیتی، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری : ۱۷۹ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۳۱۴-۳۱۱-۳ / ۱۷۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : شناخت درمانی
Cognitive therapy
رفتار درمانی
Behavior therapy
شناخت درمانی --- روش‌ها
Cognitive therapy-- Methods
شناسه افزوده : سجادی، فاطمه السادات، ۱۳۷۲-
رده بندی کنگره : RC۴۸۹
رده بندی دیویی : ۶۱۶ / ۸۹۱۴۲۵۰۸۳۵
شماره کتابشناسی ملی : ۹۳۳۵۵۳۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

عنوان : تربیت درمانگر CBT به صورت جامع و تخصصی
مولفان: سیدامیرحسین سجادی، فاطمه السادات سجادی
ویراستار: هوشنگ اسدزاده

صفحه آرای و تنظیم: سیده مریم طباطبایی

نشر و پخش: موسسه انتشاراتی آفتاب گیتی

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

چاپ: فدک

قیمت: ۱۷۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۱۴-۳۱۱-۳

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

نشانی: تهران میدان انقلاب ضلع جنوب شرقی- نبش خیابان ۱۲ فروردین- ساختمان

ولیعصر- پلاک ۱۳۱۴ - طبقه دوم واحد ۷

۰۲۱۶۶۹۶۹۸۳۷ - ۰۹۱۲۳۳۴۲۳۶۲ و پخش همراه: www.aftabegiti.com نشر و

فهرست مطالب

۱۲	پیشگفتار.....
۱۳	فصل اول (کلیات).....
۱۴	رویکرد شناختی رفتاری (cbt) چیست؟.....
۱۴	تاریخچه ی شکل گیری رویکرد شناختی رفتاری.....
۱۵	اجزای رفتاری در مدل شناختی رفتاری.....
۱۷	اجزای شناختی در مدل درمان شناختی رفتاری.....
۲۰	خطاهای شناختی در رویکرد شناختی رفتاری.....
۲۰	نحوه ی ارزیابی در رویکرد شناختی رفتاری.....
۲۳	اصول درمان شناختی رفتاری (CBT).....
۲۶	فرآیند درمان در CBT.....
۲۶	ویژگی های درمان شناختی - رفتاری.....
۲۸	فرآیند ارزیابی در درمان شناختی - رفتاری.....
۲۹	ابزارهای ارزیابی در درمان شناختی - رفتاری.....
۳۰	فرایند مصاحبه در درمان شناختی - رفتاری.....
۳۱	سلسله مراتب درمان.....
۳۴	رفتار درمانی شناختی برای کودکان چگونه عمل می کند؟.....

۳۵	تکنیک های رفتار درمانی شناختی
۳۶	شرایطی که رفتار درمانی شناختی ممکن است کمک کند
۳۶	رفتار درمانی شناختی (CBT) برای کودکان
۳۸	ورک شیت های رفتار درمانی شناختی برای کودکان
۴۰	تکنیک های شناسایی افکار
۴۳	خطاهای شناختی
۴۶	روش های تشخیص افکار منفی خود آیند در جلسه درمان
۴۶	پرسش هایی جهت شناسایی افکار منفی خود آیند
۴۷	زیر سؤال بردن افکار خود آیند
۴۸	پرسش سقراطی
۴۸	تکنیک بررسی شواهد
۵۰	اساس درمان با استفاده از روش رفتاری شناختی چیست؟
۵۰	انواع درمان به کمک روش رفتاری شناختی (CBT)
۵۲	در درمان شناختی رفتاری از چه تکنیک هایی استفاده می شود؟
۵۳	ارزیابی شخصی برای بهبود روند درمان
۶۲	آشنایی بیشتر با درمان شناختی رفتاری: (CBT)
۷۰	رفتار درمانی دیالکتیکی (DBT) چیست؟
۷۱	تاریخچه رویکرد دیالکتیک
۷۲	رویکرد دیالکتیک چیست؟
۷۹	شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی یا MBCT چیست؟

۷۹	mbct چیست و چه ارتباطی با MBSR دارد؟؟
۸۰	MBCT مخفف چیست؟
۸۱	فواید شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی یا mbct چیست؟
۸۱	روش انجام mbct چیست؟
۸۶	فعال سازی رفتاری
۹۱	نتایج درمان افسردگی حاصل از فعال سازی رفتاری
۹۳	فنون فعال سازی رفتاری برای غلبه بر افسردگی
۹۳	فعال سازی رفتاری برای درمان افسردگی
۹۹	فصل دوم (مصاحبه تشخیصی)
۱۰۰	روش های طبقه بندی اختلالات روانی
۱۰۳	طبقه بندی اختلال های روانی
۱۰۳	نظام طبقه بندی ICD
۱۰۴	نظام طبقه بندی DSM
۱۰۴	DSM-IV-TR و ویژگی های آن
۱۰۸	فصل سوم (اصول و مبانی درمان شناختی - رفتاری)
۱۰۸	اصول و مبانی درمان شناختی - رفتاری
۱۰۹	درمان شناختی رفتاری افسردگی (MDD)
۱۱۶	درمان شناختی - رفتاری اختلال وسواسی - اجباری
۱۲۵	سناریوهای رفتار درمانی شناختی برای وسواس فکری - عملی
۱۲۹	درمان شناختی رفتاری اضطراب فراگیر

پیشگفتار

به لطف و عنایت الهی و در سایه ی توجهات آقا امام زمان (عج) توانستیم که این کتاب تربیت درمانگر CBT به صورت جامع و تخصصی، را برای شما عزیزان به چاپ برسانیم.

این کتاب در قالب سه فصل تنظیم و تدوین گردیده است، که فصل اول آن به کلیات اشاره می کند و به موضوعاتی چون مفهوم پردازی CBT، فرآیند درمان در CBT، ساختار جلسات درمانی، ساختار مصاحبه و ... پرداخته است.

فصل دوم آن به مصاحبه تشخیصی اشاره می کند که به موضوعاتی چون اجزای مصاحبه تشخیصی، نشانه شناسی اختلال های روانی، آسیب شناسی روانی و ... پرداخته است.

فصل سوم آن به اصول و مبانی درمانی شناختی-رفتاری اشاره می کند که به موضوعاتی چون درمان شناختی-رفتاری برای افسردگی، وسواس، اضطراب، پانیک، استرس، خودکشی، خشونت های خانگی و ... پرداخته است.

در پایان امیدواریم که این کتاب یکی از بهترین کتاب های طول عمر شما با خاطره ای خوش و نتیجه ای دلخواهی است. همراه داشته باشد، امید که خداوند هر قدم اول و شما در قدم دوم کاملاً راضی و خشنود باشید.

امیدواریم که مطالب این کتاب برای تمامی شما عزیزان مفید و ثمربخش باشد. در پایان لازم می دانیم از همه عزیزانی که با نظرات و پیشنهادات خود ما را راهنمایی کردند، تشکر و قدردانی نماییم.

سید امیر حسین سجادیه

فاطمه السادات سجادیه