



فنون شناخت درمانی

راهنمایی برای روان درمانگران

نویسنده:

رابرت لیپی

مترجمان:

شیمایا شکیا

کاوه ضیایی

شهرزاد طهماسبی مرادی

لادن فتی

حسین ناصری

ویراستار:

دکتر لادن فتی



سرشناسه: لیهی، رابرت ال. / Leahy, Robert L.

عنوان و نام پدیدآور: فنون شناخت درمانی راهنمایی برای درمان گران / نویسنده رابرت لیهی، ویراستار لادن

فتی، مترجمان: لادن فتی ... (و همکاران)

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۸۷.

مشخصات ظاهری: ۵۸۴ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۷۰-۸۱-۱

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی Cognitive therapy techniques: a practitioner's guide

موضوع: شناخت درمانی

موضوع: خوشبختی

شناسه افزوده: فتی، لادن، مترجم.

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۷ ۹۳۹/ش ۴۸۹/RC

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۱۵۶۶۳۳۲

عنوان: فنون شناخت درمانی (راهنمایی برای روان درمانگران)

نویسنده: رابرت لیهی

مترجمان: دکتر لادن فتی، شیمیا شکیب، شهرزاد طهماسبی مرادی، حسین ناصری، کاوه ضیایی

ویراستار: دکتر لادن فتی (عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

صفحه آرا: گروه سایه‌بان

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه

لیتوگرافی، چاپ: مهر / ایده‌آل

شمارگان: ۵۵۰ نسخه / قطع: وزیری

نوبت چاپ: سیزدهم ۱۴۰۲ - چهاردهم ۱۴۰۳

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۷۰-۸۱-۱

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۳۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) 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 - ۸۸۸۱۷۰۸۳ تلفکس: ۸۸۸۱۷۰۸۳

تلفن مرکز پخش و توزیع: ۶۶۴۶۲۰۶۱ - ۶۶۴۷۶۳۷۵ - فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

www.danjehpub.com

info@danjehpub.com

قیمت: ۶۷۰۰۰۰ تومان

مقدمه مترجم

سال‌هاست که کارم تدریس است و همواره بر این باور بوده‌ام که ترجمه‌ی متون تخصصی از ابعادی زیان‌بار است. مهم‌تر از همه اینکه وقتی دانشجویان به خواندن متون به زبان اصلی عادت نکنند، به مرور زمان از فرایند تحول روان‌شناسی در جهان فاصله می‌گیرند و زمانی که هر فردی با اندیشمندان رشته خودش ارتباط نداشته باشد، عملاً از قافله‌ی علم عقب می‌ماند، بهترین راه نخواندن متون روان‌شناسی به زبان غیر از فارسی، ترجمه متون به زبان فارسی است! اما واقعیت این است که در دسترس نبودن متون به زبان فارسی در بسیاری از موارد منجر به مطالعه متون به زبان اصلی نمی‌شود، بلکه با کمال تأسف باعث صرف‌نظر کردن دانشجو از مطالعه کتب روزآمد می‌گردد. همه کسانی که کارشان تدریس است به تجربه دریافته‌اند که دانشجو ترجیح می‌دهد حجم عظیمی مطالب فارسی قدیمی و حتی گاهی غیرمنسجم و یا جزوه‌ی کلاسی بخواند تا اینکه چند صفحه متن به زبانی غیر از فارسی مطالعه کند. بنابراین باید «اعتراف» کنم که من چاره‌ای جز ترجمه نداشتم! این کتاب را به این دلیل انتخاب کردم که بسیار مفید کاربردی، عاری از ابهام و متنوع بود. در این کتاب ده‌ها فن، برگه کار، چندین پرسش‌نامه کاربردی و ده‌ها دیالوگ نمونه از جلسه درمان آورده شده است. همچنین دو نمونه‌ی عالی از فرایند درمان نمایش داده شده است. ترکیب خلاقانه فنون کلاسیک مانند فرضیه آزمایی و بررسی شواهد با فنون جدید نظیر فنون فراشناختی و پردازش هیجانی در این کتاب دیدنی است. در ترجمه فارسی تصمیم بر آن شد که برگه‌های کار و پرسش‌نامه به شکل لوح فشرده نیز ارائه شوند تا استفاده از آن‌ها برای خوانندگان تسهیل گردد.

بسیاری از همکاران من معتقد به ترجمه آزاد هستند و آنچه که خود از متن برداشت می‌کنند را به زبان فارسی می‌نویسند. من به دنیای «فنونولوژیک» این همکاران بسیار احترام می‌گذارم ولی شخصاً معتقد به وفادار ماندن به متن اصلی هستم، هرچند که سلامت و روانی متن فارسی هم برایم مهم است. علاوه بر این سلیقه‌ی من این نیست که نیمی از یک کتاب را منتشر کنم و نیمه‌ی دوم با فاصله زیاد منتشر شود و یا هرگز منتشر نشود. این دو دلیل سبب شد که آماده کردن کتاب اندکی طولانی شود و البته وسواس مترجمان، دقت نظر و ظرافت عمل همکاران نشر دانژه را نیز بیافزاید، این ترجمه را به دانشجویانم تقدیم می‌کنم؛ آن‌ها که مهم‌ترین دلیل تلاش‌های حرفه‌ای من هستند و در آینده شناسنامه‌ی روان‌شناسی ایران خواهند بود.

دکتر لادن فتی

عضو هیئت علمی

دانشگاه علوم پزشکی ایران

www.ketab.ir

فهرست مطالب

	پیش درآمد
۱۴	مقدمه
۲۵	فصل اول: بیرون کشیدن افکار و فرض‌ها
۷۵	فصل دوم: ارزیابی افکار و چالش با آنها
۱۲۲	فصل سوم: ارزیابی فرض‌ها و قواعد
۱۷۶	فصل چهارم: ارزیابی نگرانی‌ها
۲۶۰	فصل پنجم: پردازش اطلاعات و خطاهای منطقی
۳۱۰	فصل ششم: قرار دادن موضوع در دورنما
۳۶۰	فصل هفتم: درمان متمرکز بر طرحواره
۴۲۶	فصل هشتم: فنون پردازش هیجانی
۴۷۲	فصل نهم: آزمودن تحریف‌های شناختی و چالش با آنها
۵۰۶	فصل دهم: تغییر دادن نیاز به تأیید دیگران
۵۳۸	فصل یازدهم: چالش با خودانتقادگری
۵۶۵	فصل دوازدهم: نتیجه‌گیری
۵۷۰	منابع