

لحم  
ن و ام

---

## مدیریت خشم

راهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان  
«ویژۀ متخصصین»

---

اثر:

دکتر پاتریک ام. ریلی - دکتر میشل اس. شابشایر

---

مترجمین:

لیلا امیرپور - خدیجه علوی

ویراستار علمی:

دکتر علی صاحبی

Reddy, Patrick M

سرشناسه: رابین. پاتریک ام.

عنوان: راه‌نمای مدیریت خشم: راهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان «ویژه متخصصین» اثر پاتریک م. ریلی. چاپ‌شایر: مترجم لیلا امیرپور.

خدیجه علوی: ویراستار علمی. دکتر علی صاحبی

مشخصات نشر: تهران، سایه سخن، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری: ۱۰۴ص

شابک ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۰۴-۶۵۰۶

وضعیت فهرست‌نویس: فیا

یادداشت: عنوان اصلی:

Anger management for substance abuse and mental health clients: a cognitive behavioral therapy manual, 2003

موضوع: خشم

موضوع: رفتار درمانی

موضوع: روان‌درمانی

شابک افزوده: چاپ‌شایر: مایکل اس. Shopshire, Michael S

شناسه افزوده: امیرپور، لیلا، مترجم

شناسه افزوده: علوی، خدیجه، مترجم

شناسه افزوده: صاحبی، علی، ویراستار علمی

زده‌شدی کنگره: ۱۳۹۰، ۵۶۲، RC۵۶۹۰۵

زده‌شدی: دبیری: ۶۶۶۰۸۶۰۶

شماره کتابشناسی ملی: ۲۵۲۹۲۲۳

سایه سخن

## مدیریت خشم

راهنمای درمان مراجعین سوء مصرف مواد و بهداشت روان «ویژه متخصصین»

نویسندگان: دکتر پاتریک ام. ریلی - دکتر میسل اس. چاپ‌شایر

مترجمین: لیلا امیرپور - خدیجه علوی

ویراستار علمی: دکتر علی صاحبی

طرح جلد: محمدمهدی صنعتی

صفحه‌آرایی: ع. خرمشاهی ، ناظر چاپ: ابوذر ملک‌پور

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه ، نوبت چاپ: اول ۱۳۹۱ ، قیمت: ۳۵۰۰ تومان

لیتوگرافی: واصف ، چاپ: جاویدنو ، صحافی: مینو

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوی بهشت آیین، پلاک ۱۹، طبقه همکف

تلفن: ۶۶۴۹۵۲۸۰ - ۹۱۲۴۴۹۱۸۲۸

حق چاپ محفوظ است

سپاسگزاری

بر خود لازم می‌دانیم از آقای دکتر علی مهدی‌نژاد به خاطر در اختیار گذاشتن  
نسخه اصلی این کتاب و همراهی صمیمانه آقای حمیدرضا خیامی و خانم مریم  
صالحی نسب تشکر و قدردانی نمائیم.

لیلا امیرپور

خدیجه علوی

## فهرست

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| پیش‌گفتار ۱                                 | ۹  |
| پیش‌گفتار ۲                                 | ۱۳ |
| مقدمه                                       | ۱۵ |
| روش استفاده از این راهنما                   | ۲۳ |
| جلسه ۱ - مرور اسمالی گروه درمانی مدیریت خشم | ۲۵ |
| جلسه ۲ - اتفاقات و شبانه‌ها                 | ۴۱ |
| جلسه ۳ - طرح‌های کنترل خشم                  | ۴۹ |
| جلسه ۴ - چرخه پرخاشگری                      | ۵۹ |
| جلسه ۵ - بازسازی شناختی                     | ۶۹ |
| جلسه ۶ - جلسه مرور                          | ۷۷ |
| جلسه ۷ و ۸ - جرثمنندی و الگوی حل تعارض      | ۷۹ |
| جلسه ۹ و ۱۰ - خشم و خانواده                 | ۸۹ |
| جلسه ۱۱ - جلسه مرور                         | ۹۵ |
| جلسه ۱۲ - خاتمه یافتن و فارغ‌التحصیلی       | ۹۷ |
| منابع                                       | ۹۹ |