

درمان‌های اثر بخش
درمان شناختی رفتاری اختلال
وسواسی جبری (OCD) دوران کودکی
این تنها یک هشدار اشتباه است

راهنمای درمانگر

جان پیاسنتینی
اودرا لانگلی
تامی روبلک

مترجمان:

دکتر پریسا یاسمی نژاد
عضو هیات علمی دانشگاه رازی
حسنا شکری
فاطمه ملکی



انتشارات آوای نور
تهران - ۱۳۹۷

تقدیم به عاطفه، شایان، امیرسام، مهدی
و دهها مراجع کودک و نوجوان دیگر که در مبارزه با OCD موفق بیرون آمدند و با
استفاده از این کتاب موفق شدم حال خوب را به آنها برگردانم.

پریسا یاسمی نژاد

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

درمان‌های اثر بخش درمان شناختی رفتاری اختلال وسواسی جبری (OCD)
دوران کودکی این تنها یک هشدار اشتباه است
راهنمای درمانگر

تالیف: جان پیاسنتینی - اودرا لانگلی - تامی رولک
مترجمان: دکتر پریسا یاسمی نژاد - حسنا شکری - فاطمه ملکی

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه‌آرا: منیر السادات حسینی

چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۴۳۱-۴

قیمت ۱۷۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

سرشناسه	: پیاسنتینی، جان Piacentini, John
عنوان و نام پدیدآور	: درمان‌های اثربخش: درمان شناختی رفتاری اختلال وسواسی جبری (OCD) دوران کودکی این تنها یک هشدار اشتباه است: راهنمای درمانگر/جان پیاسنتینی، اودرا لانگلی، تامی روبلک؛ مترجمان پریسا یاسمی‌نژاد، حسنا شکری، فاطمه ملکی.
مشخصات نشر	: تهران: آوای نور، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۴۳۱-۴
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Cognitive-behavioral treatment of childhood OCD : it's only a false alarm ; therapist guide, ۲۰۰۷.
یادداشت	: کتاب حاضر نخستین بار تحت عنوان "درمان شناختی - رفتاری اختلال وسواسی جبری دوران کودکی..." با ترجمه نسترن حبیبی‌آشتیانی، زهرا شهرپور توسط انتشارات کتاب ارجمند در سال ۱۳۹۶ منتشر شده است.
عنوان دیگر	: درمان شناختی - رفتاری اختلال وسواسی جبری دوران کودکی...
موضوع	: وسواسی در کودکان-- درمان-- Obsessive-compulsive disorder in children-- Treatment
موضوع	: شناخت‌درمانی کودکان Cognitive therapy for children
شناسه افزوده	: لانگلی، اودرا Langley, Audra
شناسه افزوده	: روبلک، تامی Roblek, Tami
شناسه افزوده	: یاسمی‌نژاد، پریسا، ۱۳۶۰ - مترجم / شکری، حسنا، ۱۳۷۰ - مترجم
شناسه افزوده	: ملکی، فاطمه، ۱۳۶۴ - مترجم
۸۰۴:۲ ۸۱۰: ۸۹۰	: - -

فهرست مطالب

- دربارهٔ درمانهای اثر بخش ۷
- قدردانی ۹
- Error! Bookmark not defined.** اطلاعات مقدماتی برای درمانگران
- Error! Bookmark not defined.** . جلسه ۱: آموزش روانشناختی و منطق درمان .
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۲: ایجاد یک سلسله مراتب نشانه / آموزش روان شناختی
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** . جلسه ۳: شروع ERP/ به چالش کشیدن فرض های منفی .
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۴: بازسازی شناختی/کاهش سرزنش ...
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۵: مواجهه با وسواس/پاسخ های خانواده به OCD .
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** . جلسه ۶: بررسی پیشرفت / مسئولیت پذیری کودک برای درمان
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۷: رفع اشکالات و موانع موجود در روش ERP/منفعت ثانویه
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** . .. جلسه ۸: ادامهٔ ERP/ تفکیک رفتارهای OCD از رفتارهای غیر OCD .
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** . جلسه ۹: پرداختن به نشانه های دشوارتر/ خودمراقبتی خانواده .
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** . جلسه ۱۰: پرداختن به نشانه های دشوارتر/ حل مسالهٔ خانواده .
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۱۱: برنامه ریزی برای خاتمهٔ درمان/پیشگیری ازعود
- Error! Bookmark not defined.** .
- Error! Bookmark not defined.** جلسه ۱۲: فارغ التحصیلی
- Error! Bookmark not defined.** پیوست
- Error! Bookmark not defined.** مقیاس های درجه بندی

Error! Bookmark not defined. واژه نامه انگلیسی به فارسی

Error! Bookmark not defined. منابع

Error! Bookmark not defined. درباره نویسندگان

دربارهٔ درمان‌های اثر بخش

تحولات خیره‌کنندهٔ در سالهای اخیر در مراقبت‌های بهداشتی رخ داده است. اما بر اساس شواهد پژوهشی تعداد زیادی از مداخلات و راهبردهای پذیرفته شده در بهداشت روان و درمان‌های رفتاری نه تنها منفعتی ندارند بلکه ممکن است حتی مضر هم باشند. راهبردهای هستند که اثبات شده است در حال حاضر از استانداردهای لازم برخوردارند، بنابراین توصیه می‌شود این راهبردهای درمانی بیشتر در اختیار مردم قرار گیرند. برخی از تحولات اخیر پشت این تغییرات اساسی هستند. نخست اینکه ما به درک عمیق‌تری در آسیب‌شناسی هم روان‌شناختی و هم پزشکی رسیده ایم که منجر به رشد مداخلات جدید، هدفمند دقیق‌تری شده است. دوم اینکه روش‌شناسی پژوهشی ما به طور قابل توجهی بهبود یافته است، به طوری که ما خطاهای روایی درونی و بیرونی را کاهش داده ایم به همین دلیل نتایج بیشتر به طور مستقیم در شرایط بالینی قابلیت اجرا دارند. و سوم اینکه در سراسر جهان، دولت‌ها، سیستم‌های مراقبت‌های بهداشتی و سیاست‌گذاران تصمیم گرفته‌اند که کیفیت مراقبت بهبود یابد و باید مبتنی بر شواهد باشد و چون این موضوع مورد علاقهٔ عموم است انجام آن تضمینی است (بارلو، ۲۰۰۴؛ موسسهٔ پزشکی، ۲۰۰۱).

البته، همه جا مانع اصلی درمانگران عدم دسترسی به مداخلات روان‌شناختی مبتنی بر شواهد جدید است. کارگاه‌های آموزشی و کتاب‌ها می‌توانند درمانگران باوجدان و وظیفه‌شناس را با آخرین روش‌های مراقبت‌های سلامت رفتاری و کاربرد آنها در بیماران خاص آشنا کنند. این مجموعهٔ جدید با نام "برنامه‌های اثربخش" به ارتباط این مداخلات جدید هیجان‌انگیز برای درمانگران خط مقدم درمان اختصاص داده شده است.

کتاب راهنمای درمانگر و کتاب کار این مجموع شامل روش‌های گام به گام و دقیقی به جهت ارزیابی، تشخیص و درمان مشکلات خاص است. همچنین این مجموعه از کتاب‌ها و کتابچه‌های درمان با کمک و نظارت به درمانگران در اجرای این روش‌های گامی فراتر می‌رود.

در نظام مراقبت بهداشتی در حال ظهور ما، توافق کلی بر این است که درمانهای مبتنی بر شواهد، مسئولانه‌ترین عمل را برای متخصصین سلامت ارائه می‌دهد. تمام درمانگران مراقبت‌های سلامت رفتاری عمیقاً تمایل دارند بهترین مراقبت ممکن را برای بیمارانشان فراهم آورند. در این مجموعه، هدف ما این است که شکاف میان انتشار و اطلاعات را حذف کنیم و این امکان را فراهم سازیم.

این راهنمای درمانگر به علاوه^۱ کتاب کار بیمار به درمان اختلال وسواسی جبری (OCD) در کودکان و نوجوانان می‌پردازد. حدود ۰/۲ کودکان در ایالات متحده به OCD مبتلا هستند. در صورت عدم درمان، این اختلال می‌تواند اثر قابل توجهی بر عملکرد روزانه و توانایی خانواده برای مقابله با آن بگذارد. OCD می‌تواند باعث اضطراب و پریشانی و کاهش کیفیت زندگی کودک شود. پژوهشها نشان داده اند که درمان شناختی رفتاری (CBT) یک درمان اثربخش برای OCD دوران کودکی است. برنامه^۲ مشخص شده در این راهنما بر اساس اصول CBT و برای کودکان سن ۸ تا ۱۷ ساله مناسب است. این برنامه علاوه بر پرداختن به نشانه‌ها و رفتارهای کودک، به خانواده و افراد مورد علاقه^۳ کودک نیز از طریق آموزش درباره^۴ OCD و چگونگی آن، به رشد الگوهای طبیعی تر تعاملات و عملکرد خانواده کمک می‌کند. با کمک یک درمانگر ماهر، این بسته^۵ درمانی جامع می‌تواند کیفیت زندگی کودک یا نوجوان مبتلا به OCD و همچنین خانواده‌های آنها را بسیار بهبود ببخشد.

دیوید اچ. بارلو سردبیر

درمانهای اثر بخش

بوستون، ماساچوست

قدردانی

ما قدردانی می‌کنیم از لیندزی برگمن، سوزانا چانگ، جیمز مک کراکن و کودکان، نوجوانان، خانواده‌ها و درمانگران بسیاری که با آنها در طول سالهای بسیاری به جهت شکل‌گیری و امتحان این کتابچه^۱ راهنمای درمان کار کرده ایم.