



PSY & ART

رفتار درمانی عقلانے ہیجانے (راهنمای درمانگر)

راهنمای درمانگر

آلبرت ایس / کاترین مک لارن

مترجم: مهرداد فیروزبخت

سرشناسه: الیس، آلبرت، ۱۹۱۳-۲۰۰۷م. Ellis, Albert

عنوان و نام پدیدآور: رفتار درمانی عقلانی هیجانی (راهنمای درمانگر)/آلبرت الیس، کاترین مک لارن؛ مترجم مهرداد فیروزبخت.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات روانشناسی و هنر، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۱۵۸ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

فروست: بسته‌ی رفتار درمانی عقلانی هیجانی آلبرت الیس؛ ۳.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۶۳-۰۵-۷

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Rational emotive behavior therapy: a therapist's guide, 2nd ed, c2005

یادداشت: چاپ قبلی: انتشارات روانشناسی و هنر، ۱۳۹۲ (۱۷۸ ص.).

موضوع: رفتار درمانی عقلانی و عاطفی

Rational emotive behavior therapy: موضوع

شناسه افزوده: مک لارن، کاترین

Mac Laren, Catharine: شناسه افزوده

شناسه افزوده: فیروزبخت، مهرداد، ۱۳۴۷-، مترجم

Firoozbakht, Mehrdad: شناسه افزوده

رده بندی کنگره: RC۴۸۹ / ۱۷۳ الف ۱۳۹۷

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۴۷۴۲۷

راهنمای درمانگر

رفتار درمانی عقلانی هیجانی (راهنمای درمانگر) | نویسندگان: آلبرت الیس، کاترین مک لارن | مترجم: مهرداد فیروزبخت | ویراستار: فاطمه سلیمی علویجه | طراح گرافیک: احسان رضوانی | ناشر: انتشارات روانشناسی و هنر | لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طرح و نقش | نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۲ | سوم- ۱۴۰۱ | تیراژ: ۵۰۰ نسخه | قیمت: ۶۰/۰۰۰ تومان | شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۶۳-۰۵-۷ | ISBN: 978-600-7063-05-7 | تمامی حقوق برای ناشر محفوظ است | انتشارات روانشناسی و هنر: تلفکس: ۲۲۲۷۰۵۰۲ | صندوق پستی: ۱۷۳۴-۱۳۱۴۵ | www.raftarinstitute.com

فهرست مطالب

فصل ۱	نظریه رفتاردرمانی عقلانی هیجانی: مقدمه و تامل	۹
فصل ۲	امبانی شخصیتی و فلسفی رفتاردرمانی عقلانی هیجانی	۱۷
فصل ۳	نظریه رفتاردرمانی عقلانی هیجانی در مورد ناراحتی شخصیتی و تغییر	۲۹
فصل ۴	اسنجش در رفتاردرمانی عقلانی هیجانی	۵۱
فصل ۵	افنون شناختی در رفتاردرمانی عقلانی هیجانی	۵۷
فصل ۶	افنون هیجانی/تجربه‌ای در رفتاردرمانی عقلانی هیجانی	۷۳
فصل ۷	افنون رفتاری در رفتاردرمانی عقلانی هیجانی	۹۱
فصل ۸	یکپارچه کردن رفتاردرمانی عقلانی هیجانی با سایر درمان‌ها	۱۰۵
ضمیمه الف:	چگونه تأثیرات رفتاردرمانی عقلانی هیجانی را حفظ کنید و بیفزایید	۱۱۹
ضمیمه ب:	منابع و مآخذ	۱۳۰

مقدمه

هدف ما از نگارش کتاب رفتاردرمانی عقلانی هیجانی: راهنمای درمانگران این است که رفتاردرمانی عقلانی هیجانی را به زبانی ساده و جامع برای متخصصان سلامت روان شرح دهیم.

در بخش اول کتاب، به سه سؤال چطور، چه موقع و کجا رفتاردرمانی عقلانی هیجانی پی‌ریزی شد؟ جواب می‌دهیم. در این بخش، ریشه فلسفی نظریه رفتاردرمانی عقلانی هیجانی و دلایل ناراحت شدن و ناراحتی‌پذیری را شرح می‌دهیم.

سپس در بخش دوم، نحوه اجرای رفتاردرمانی عقلانی هیجانی را در چند فصل بیان می‌کنیم. بحث‌مان در این بخش را با سنجش شروع می‌کنیم، سپس مداخلات شناختی، هیجانی و رفتاری را توضیح می‌دهیم. در ضمن برای مفهوم‌تر شدن توضیحات‌مان، چند مورد را مثال می‌زنیم.

بالاخره در فصل آخر نیز یکپارچگی رفتاردرمانی عقلانی هیجانی با سایر چارچوب‌های نظری را شرح می‌دهیم. صرف‌نظر از این که درمانگر تازه‌کاری هستید یا یک درمانگر کارکشته، امیدواریم از این کتاب لذت ببرید و از آن به عنوان یک راهنما استفاده کنید.

