

السداسي: الثاني
اسم الوحدة: أساسية
اسم المادة: العلاجات المعرفية السلوكية

الرصيد: 05

المعامل: 02

الحجم الساعي خلال السداسي: 45 ساعة

الحجم الساعي الأسبوعي: 1 سا و 30 د (محاضرة) + 1 سا و 30 د (أعمال موجهة)

طريقة التقييم: مراقبة مستمرة (40%) + امتحان كتابي (60%)

أهداف التعليم:

- 1) التعرف على النماذج النظرية السلوكية المعرفية في تفسير الاضطرابات النفسية
 - 2) التعرف على مراحل العملية العلاجية السلوكية المعرفية
 - 3) التعرف على مختلف التقنيات العلاجية السلوكية المعرفية
 - 4) التعرف على مختلف البروتوكولات العلاجية السلوكية المعرفية
- المعارف المسبقة المطلوبة:

1) علم النفس النمو

2) علم النفس المرضي (طفل ومراهق وراشد)

3) علم النفس الفيزيولوجي والعصبي والعلاج بالأدوية النفسية

4) المفاهيم النظرية وأنواع العلاج المعرفي السلوكي

القدرات المكتسبة:

- التحكم في التحليل الوظيفي وصياغة فهم عيادي للحالة واقتراح فرضية تشخيصية من منظور سلوكي معرفي

- القدرة على تطبيق التقنيات تلك التي تستهدف الانفعالات والاستجابات الفسيولوجية،

- القدرة على تطبيق التقنيات التي تستهدف إزالة التحسس وفك الاشرط وتعديل السلوك

- القدرة على تطبيق التقنيات التي تستهدف تعديل المحتوى المعرفي الكامن وراء أي اضطراب.

- القدرة على اقتراح وإنجاز مخطط علاجي سلوكي معرفي مناسب للاضطراب أو المشكل المطروح أمامه كمارس.

- التعرف على أدوات التقييم وكيفية بناء الحالة في منظور سلوكي معرفي: وصف العرضية، استعمال السلالمة والمقابلات التشخيصية التعرف على بروتوكولات العلاج السلوكي المعرفي مع مختلف الاضطرابات النفسية.

محتوى المادة:

المحاضرة (01): مراجعة مراحل العملية العلاجية السلوكية المعرفية

المحاضرة (02): مراجعة مفهوم وشبكات التحليل الوظيفي

المحاضرة (03): التقييم العيادي وبناء الحالة وصياغة الفرضية التشخيصية في النموذج السلوكي المعرفي

المحاضرة (04): التقنيات الأساسية في العلاجات السلوكية المعرفية 1

1. تقنيات التهدئة وتسيير الانفعالات (الاسترخاء، الترخيخ، إدارة الغضب....)

2. تقنيات وعلاجات الموجهة السلوكية (التعرض، التحكم في المثير، التجريب السلوكي، حل

المشكل، تقنيات توكيد الذات،...)

المحاضرة (05): التقنيات الأساسية في العلاجات السلوكية المعرفية 2

- التنقيف النفسي، تقنيات إعادة البناء المعرفي: الحوار السقراطي، السهم النازل، السيناريو الأسوأ،

أعمدة BECK، فحص الفرضيات، الاستكشاف الموجه، تقنيات التعرض المعرفي.....)

- تقنيات وعلاجات الموجة الثالثة (اليقظة الذهنية، التنشيط السلوكي، العلاج الجدلي، علاج المخططات المعرفية ...)

- المحاضرة (06): العلاج السلوكي المعرفي للمخاوف النوعية
- المحاضرة (07) العلاج السلوكي للمخاوف الاجتماعية والحصر الاجتماعي
- المحاضرة (08): العلاج السلوكي المعرفي للاضطراب للحصر المعمم
- المحاضرة (09): العلاج السلوكي المعرفي لرهاب الأماكن المغلقة/ المفتوحة
- المحاضرة (10): العلاج المعرفي السلوكي لنوبات الذعر (الهلع)
- المحاضرة (11): العلاج السلوكي المعرفي لاضطراب الوسواس القهري
- المحاضرة (12): العلاج السلوكي المعرفي للاكتئاب
- المحاضرة (13): العلاجات السلوكي المعرفي لاضطرابات النوم و الاضطرابات الجنسية
- المحاضرة (14): العلاج السلوكي المعرفي لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة
- المحاضرة (15): امتحان (تقييم المعارف المكتسبة).

المراجع:

1. Alford, B. A., & Beck, A. T. (1997). Therapeutic interpersonal support in cognitive therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(2), 105–117. <https://doi.org/10.1037/h0101141>
2. Alford, B. A., & Beck, A. T. (1997). *The integrative power of cognitive therapy*. Guilford Press.
3. American Psychiatric Association. (2013), *DSM5 : manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux* (5e éd. traduit par J.-D. Guelfi & M.-A. Crocq). Paris, France : Masson.
4. Antoniou, A. S., & Blom, T. G. (2006). The five therapeutic relationships. *Clinical Case Studies*, 5(5), 437–451. <https://doi.org/10.1177/1534650106292668>
5. Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press
6. Blackburn, I.M. & Cottraux, J. (2001). *Thérapie cognitive de la dépression*. 2ème édition. France : Masson
7. Boutin, m. (2005). Relation entre l'alliance thérapeutique, la santé mentale ainsi que la satisfaction envers la thérapie au cours d'un processus psychothérapeutique chez l'adulte. Mémoire présenté Comme exigence partielle de la maîtrise en Psychologie. Université du Québec à Trois-Rivières
8. Chambon, o., Marie-Cardine, M. (1999) *Les bases de la psychothérapie , approche intégrative et éclectique ; 1ère édition*, Paris : DUNOD
9. Chappelle, F. Monié, B. Poinot, R. Rusinek, S. (2018). *L'Aide-mémoire des TCC*. Paris : Dunod.
10. Cottraux, J. (1995). Cognitive behavioral therapies. *La Revue du praticien*. 44. 2670-3.
11. Cottraux, J. (2020). *Les psychothérapies cognitives et comportementales*. 7ème édition. France : Masson

12.De Vries, H. (2002). Une Phobie des Papillons .Psychologues et Psychologies.