

پیش نیاز: مصاحبه ی تشخیصی ، نظریه های معاصر شخصیت و روان درمانی

تعداد واحد: ۲ واحد

نوع واحد: ۲ واحد نظری (۳۴ ساعت) - ۱ واحد عملی (۳۴ ساعت)

هدف کلی درس: آشنایی با اصول و اهداف درمان شناختی - رفتاری

شرح درس: در این درس دانشجویان با اصول درمان شناختی - رفتاری ، مصاحبه ی بالینی شناختی - رفتاری و تکنیک های رایج رفتاری و شناختی آشنا شده و کاربرد آنها را فرا می گیرند.

رئوس مطالب: (۶۸ ساعت)

۱- کلیات اصول درمان های شناختی - رفتاری ( درمان شناختی - رفتاری بک و درمان عقلانی- عاطفی- رفتاری الیس).

۲- درمان شناختی - رفتاری :

- Depressive disorder
- Generalized anxiety disorder
- Panic disorder & Agoraphobia
- Social phobia
- Specific phobia
- Obsessive- Compulsive disorder
- Posttraumatic Stress disorder

۳- مصاحبه ی بالینی شناختی - رفتاری

۴- فرمول بندی شناختی - رفتاری و طرح درمان

۵- تکنیک های درمان شناختی - رفتاری :

- Cognitive restructuring
- Problem solving
- Activity scheduling
- Self - monitoring
- Relaxation training
- Thought stopping
- Visualization
- Distraction
- Self - reward
- Systematic desensitization
- Exposure
- Breathing
- Social skills training
- Assertive training
- Response prevention



منابع اصلی درس:

۱- رفتار درمانی شناختی: راهنمای کاربردی در درمان اختلال های روانی، هاوتون کیت، سالکوسکیس پال، کرک جوان و کلارک دیوید (آخرین چاپ).

- 2- Leahy, Robert L, & Holland, Stephen J.( the latest edition). Treatment plans and interventions for depression and anxiety disorders. New York: Guilford press .
- 3- Dobson, Keith S.( the latest edition). Hand book of cognitive – behavioral therapies. New York: Guilford press
- 4- O'Donohue William, Fisher Jane E. & Hayes Steven C.( the latest edition). Cognitive behavior therapy: Applying empirically supported techniques in your practice. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- 5- Jena S.P.K.( the latest edition). Behavior therapy: techniques, research and applications. New Delhi: Sage publications.

شیوه ارزیابی دانشجویان در شیوه های مختلف:

- امتحان کتبی و عملی

- فعالیت های کلاسی

