

پیش نیاز: نظریه های معاصر شخصیت و روان درمانی، درمان شناختی - رفتاری

تعداد واحد: ۱ واحد نظری

نوع واحد: نظری

هدف کلی درس: آشنایی دانشجویان با نقش فراشناخت در ایجاد و درمان اختلال های روانی

شرح درس: در این درس دانشجو از فراشناخت و حل مساله های زندگی، فراشناخت و پدیدآیی افسردگی و اضطراب آگاهی می یابد. همچنین نقش فراشناخت را در درمان اختلال های افسردگی و اضطراب، فراگرفته و آشنایی اجمالی با سه موج شناخت درمانی (موج اول: نظریه های شناخت درمانی دهه ۱۹۷۰ و ۱۹۸۰ میلادی)، (موج دوم: نظریه های شناخت درمانی دهه ۱۹۹۰ میلادی) و (موج سوم: نظریه های شناخت درمانی بعد از ۲۰۰۰) به دست می آورد.

رئوس مطالب: (۱۷ ساعت)

تکنیکهای فراشناختی براساس درمان افسردگی، نشخوار فکری، افکار اضطرابی (ذهن آگاهی mindfulness، آشنایی با دیدگاههای مربوط به درمان فراشناختی تیزدیل، سگال، دابسون، ویلز و ویلیامز). تبیین آسیب شناسی بیماری های روانی با دیدگاه فراشناختی.

منابع اصلی درس:

1. Wells A. (the latest edition). Emotional Disorder and Metacognition. Innovative Cognitive Therapy. UK: Wiley.
2. Segal, Z. V., Williams, J.M.G. & Teasdale, J. D. (the latest edition). Mindfulness Based Cognitive Therapy for Depression. A new approach for preventing relapse. New York: Gailford press.
3. Dobson, K.S. (the latest edition). Hand book of Cognitive Behavioral Therapies. New York: Gailford press.

شیوه ارزیابی دانشجو در حیطه های مختلف:

- امتحان کتبی
- فعالیت های کلاسی

