

السؤال الأول: أجب بصح أو خطأ مع التعليل

1_ العلاج السلوكي يقوم بتحديد الأفكار غير تكيفية لدى الفرد وتعديلها بسلوكات أخرى تكيفية من خلال التدريب والتعلم.

خ

العلاج السلوكي يقوم بتحديد السلوكات التكيفية لدى الفرد وتعديلها بسلوكات أخرى من خلال التدريب والتعلم

2_ التعزيز تقنية مستمدة من نظرية التدريب لبافلوف، وتكون بتقديم مثير للفرد مقابل كل استجابة غير مرغوبة يقوم بها. خ

التعزيز تقنية مستمدة من نظرية التعلم لسكينر، وتكون بتقديم مثير للفرد مقابل كل استجابة مرغوبة يقوم بها الفرد

3_ النمذجة الضمنية هي عرض نماذج حية تؤدي السلوك المطلوب سواء واقعياً أو تخيلاً. خ

النمذجة المباشرة هي عرض نماذج حية تؤدي السلوك المطلوب واقعياً.

النمذجة الضمنية هي تخيل الفرد لقيامه بالسلوكات التي يتمناها في حالة صعوبة إعداد النماذج الحية

4_ العقاب يؤدي إلى تعلم سلوك مرغوب فيه وتكون قبل وقوع السلوك غير المرغوب فيه. خ

العقاب يؤدي إلى تخفيف وكف السلوك غير المرغوب فيه ويكون بعد وقوع السلوك غير المرغوب فيه

5_ يتبنى العلاج العقلاني الانفعالي النموذج البيولوجي للسببية المرضية. خ

يتبنى العلاج العقلاني الانفعالي النموذج البيو نفسي اجتماعي للسببية المرضية.

السؤال الثاني: اشرح المصطلحات التالية: (05 ن)

توكيد الذات: هي قدرة الفرد على التحكم والسيطرة والتعبير عن الأفكار والمشاعر سواء كانت مشاعر سلبية كالغضب

والحزن... أو إيجابية كالود، الصداقة... إلى غير ذلك.

نظرية A,B,C لالبرت اليس

A: يرمز إلى المثير و المسبب للانفعال و هي عموماً المواقف و الأحداث التي تظهر فيها أو أثناءها المشكلة النفسية .

B: تشير إلى أفكار أو نظام معتقدات الإنسان ، و قد تكون هذه الأفكار :

عقلانية (مرنة) تعكسها كلمات تدل على التفضيل، الرغبة، أو الأمنية فهي ليست شروط مطلقة ولازمة وهذه الأفكار العقلانية تؤدي إلى ما سماه ألبرت ليس بالنتائج المناسبة.

ب أفكار غير عقلانية (جامدة) تعكسها كلمات يجب، لا بد وهي مطالب وشروط مطلقة ولازمة، وهذه الأفكار غير العقلانية تؤدي إلى النتائج السلبية غير المناسبة وتثير الاضطراب.

C: يشير إلى النتائج الإنفعالية والسلوكية لأفكار الشخص، و من هنا فإن ما يحدد النتائج الانفعالية و السلوكية ليس الحدث المثير بل الفكرة المرتبطة به.

المعتقدات العقلانية: هي معتقدات مفيدة ومرنة وقابلة للتكيف ومتسقة مع الواقع الاجتماعي.

الأفكار الآلية: هي أفكار تسبق الاستجابة الانفعالية تظهر بصورة عفوية بدون قصد ولا عن تعقل، فهي آلية وغير طواعية.

السؤال الثالث: (04 ن)

عولجت امرأة كانت تخشى من التلوث، حيث كانت تغسل يديها أكثر من خمسين مرة (50) في اليوم وتلقي ملابسها، وخاصة أحذيتها وهذا عندما تضطر للخروج من المنزل، وتقوم بتنظيف كل أرجاء منزلها كل يوم بما في ذلك الستائر والسجاد والرفوف، وقد تضمن العلاج تلوينها كاملا لبيئتها، والقيام بجولات تسوق بالمناطق التي كانت لا تذهب إليها في المدينة، مع منعها من غسل يديها.

المطلوب: اشرح التقنية أو التقنيات العلاجية المستخدمة.

تم استخدام تقنية الغمر في هذه الحالة: حيث تقوم هذه التقنية على وضع المريض في وضعية مخيفة أو مقلقة (هنا تم وضع المرأة في بيئة ملوثة، وأخذها إلى المناطق التي كانت تتجنبها)، مع تحييد أي استراتيجيات أو سلوكيات تجنبية من قبل العميل (هنا تم منع المرأة من غسل يديها)، وتقوم هذه التقنية على ميكانيكيتين يحدثان في نفس الوقت وهما:

مكانيكيات الإنطفاء: عند تقديم المثير الشرطي دون أن يلي ذلك معززات فإن الاستجابة الشرطية تتناقص إلى أن تزول، وهو ما يتحقق من خلال تكرار الجلسات في هذه الحالة تم وضع المرأة في الأماكن التي تثير مخاوفها وقلقها، ومن السلوكيات التجنبية والتي هي في الأساس معززات (لأنها تنقص القلق) وهي غسل اليدين، وهو ما أدى إلى الإنطفاء.

مكانيكيات التعود: عندما يتم غمر العميل في وضعية مخيفة أو مقلقة دون أن يتمكن من الهرب فإن كل العمليات الفيزيولوجية تستجيب، فإذا كان التعريض لفترة زمنية طويلة فإن الجسم يعود إلى حالة الراحة، وبالتالي يتعود على الوضع المخيف أو المقلق. في حالة المرأة جسمها تعود على الوضع المخيف والمقلق لها (الأماكن الملوثة) حيث تناقصت ردود الفعل الفيزيولوجية (تسارع دقات القلب، صعوبة التنفس، التعرق.. إلخ) عندها الناتجة عن وضعها في الأماكن المخيفة إلى أن زالت.

السؤال الرابع: الفرق بين العلاج المعرفي لأرون بيك (A. Beck) والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لألبرت إيليس (A. Ellis)

من خلال: (هدف كل علاج، مصطلحات كل علاج، سبب الاضطراب) (06 ن)

والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لألبرت لإليس (A. Ellis)	العلاج المعرفي لأرون بيك (A. Beck)	
المساعدة في خلق ودعم المعتقدات العقلانية لدى العميل للتأثير على العواقب الانفعالية والسلوكية بصورة إيجابية.	زيادة وعي المرضى بأفكارهم الألية وتقييمها والكشف عن التشوهات المعرفية ومن ثم تعديلها.	هدف كل علاج
الأفكار العقلانية والأفكار اللاعقلانية	الأفكار الألية، التشوهات المعرفية، المخططات المعرفية	مصطلحات كل علاج
ما يعتقد الفرد عن ذاته والآخرين والعالم	النظرة السلبية التي يحملها الفرد عن ذاته والعالم والمستقبل (الثلوث المعرفي)	سبب الاضطراب