به نام ایزد دانا

(کاربرگ طرح درس)

تاریخ به‌روز رسانی ۱۴۰۴/۱۱/۱

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی — نیمسال دوم/ سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴

نام درس	فارسی: مداخلات شناختی- رفتاری	تعداد واحد: ۱ واحد نظری۱ واحد عملی	مقطع: کارشناسی□ کارشناسی ارشد ■ دکتری□
	لاتین: **Cognitive – Behavioural Intervention**	پیش‌نیازها و هم‌نیازها: نظریه های رواندرمانی؛ ارزیابی بالینی : ۱ مصاحبه بالینی	
مدرس/مدرسین: پروین رفیعی نیا		شماره تلفن اتاق: داخلی ۳۰۳۶- ۰۲۳۳۳۶۲۳۳۰۰	
پست الکترونیکی: p_rafieinia@semnan.ac.ir		منزلگاه اینترنتی: http://prafieinia.profile.semnan.ac.ir	

برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: یکشنبه ها ۹ تا ۱۰ و دوشنبه ها ساعت ۱۰ تا ۱۲؛ کلاس شماره ۸

اهداف درس: فراگیری دانش و مهارت در درمان شناختی-رفتاری ؛ به کارگیری درمان های شناختی-رفتاری در موقعیت های بالینی

امکانات آموزشی مورد نیاز: وایت برد و ویدئو پروژکتور

نحوه‌ارزشیابی	فعالیت عملی گروهی	تکلیف کلاسی	امتحان میان‌ترم	امتحان پایان‌ترم
درصد نمره	۲۰ درصد (۴ نمره)	۱۰ درصد (۲ نمره)	۲۵ درصد (۵ نمره)	۴۵ درصد (۹ نمره)

منابع و مآخذ درس

منابع اصلی

۱- جودیت بک (۱۴۰۳). ***درمان شناختی رفتاری مبانی و فراتر از آن***. ترجمه شیوا جمشیدی. انتشارات ارجمند.

۲- فری، مایکل. (۱۳۹۵). ***راهنمای عملی شناخت درمانی گروهی***. ترجمه مسعود محمدی و رابرت فرنام. انتشارات رشد.

۳- قاسم زاده، حبیب الله. (۱۳۹۶). ***رفتار درمانی***. نشر ارجمند.

منابع جهت مطالعه بیشتر

۱- جسی رایت، مونیکا بسکو، مایکل تیز (۱۴۰۳). ***آموزش درمان شناختی رفتاری***. ترجمه حسن حمیدپور حبیب الله قاسم زاده.

۲- فرشته موتابی، لادن فتی (۱۴۰۱). ***راه و رسم درمانگری در نظریه شناختی-رفتاری***. **انتشارات** دانژه.

۳- مارشا لینهان (۱۴۰۳). **رفتاردرمانی دیالکتیک**. ترجمه سارا قربانی، انتشارات ارجمند.

۴- متیو مک کی و همکاران (۱۴۰۳). ***تکنیک های رفتاردرمانی دیالکتیک***. ترجمه حسن حمیدپور و همکاران. انتشارات ارجمند.

۵- راس هریس. (۱۴۰۲).***ACT به زبان ساده***. ترجمه انوشه امین زاده. انتشارات ارجمند.

۶- جیسون لوما، استیون هیز، رابین والسر (۱۴۰۲). ***یادگیری درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد***. ترجمه عباس عبدالهی. انتشارات ارجمند.

۷- زیندل سگال ، مارک ویلیامز ، جان تیزدل (۱۴۰۲). ***درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی برای افسردگی***. ترجمه سمانه اوتادی ، زینب‌السادات آصف‌آگاه. انتشارات ارجمند.

۸- ***مقدمه ای بر نسل سوم درمان های شناختی- رفتاری*** .(۱۴۰۲). ابوالفضل محمدی و همکاران. انتشارات ارجمند.

1- Barlow, D. H., Farchione, T. J., Sauer-Zavala, S., Latin, H. M., Ellard, K. K., Bullis, J. R., ... & Cassiello-Robbins, C. (2017). ***Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders****: Therapist guide*. Oxford University Press.

2- Beck, J. S (2021). ***Cognitive Behavior Therapy Basics and Beyond.*** Third Edition. New York: Guilford Prss.

بودجه‌بندی درس

شماره هفته آموزشی	مبحث
۱	مبانی تاریخی و نظری و تعریف رفتاردرمانی امروزی
۲	معرفی نسل های رفتاردرمانی و مشخصات آنها
۳	تاریخچه درمان شناختی- رفتاری و اشاره به چند تکنیک شناختی- رفتاری
۴	مقدمه ای بر درمان شناختی رفتاری، بررسی اجمالی درمان؛ مفهوم پردازی شناختی
۵	رابطه درمانی، جلسه ارزیابی، نخستین جلسه درمان
۶	برنامه ریزی برای فعالیت؛ برنامه هایی برای اقدام، طرح درمان
۷	ساختاردهی به جلسات؛ مشکلات مربوط به ساختاردهی به جلسات
۸	شناسایی افکارخودآیند، هیجان ها، ارزیابی افکار خودآیند؛ پاسخدهی به افکار خودآیند
۹	تلفیق ذهن آگاهی با CBT؛ آشنایی با باورها؛ تغییر و اصلاح باورها
۱۰	سایر تکنیک ها؛ تصویرسازی ذهنی؛
۱۱	پایان دادن به درمان و پیشگیری از عود؛
۱۲	مشکلات درمان
۱۳	رفتاردرمانی نسل‌سوم (رفتاردرمانی دیالکتیک، درمان‌مبتنی بر پذیرش‌و ...)
۱۴	درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
۱۵	رفتاردرمانی دیالیکتیک
۱۶	شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی