# دورة أساسيات العلاج المعرفي السلوكي

21 – 25 ديسمبر 2026

أبوظبي

AGILE LEADERS
Training Center

AGILE LEADERS
Training Center

# دورة أساسيات العلاج المعرفي السلوكي

**المرجع:** 1431_205642 **التاريخ:** 21 – 25 ديسمبر 2026 **المكان:** أبوظبي **الرسوم:** Euro 4700

## نظرة عامة

دورة أساسيات العلاج المعرفي السلوكي لمدة أسبوع، بمستوى تأسيسي للعاملين في الرعاية الصحية ومنسقي خدمات الصحة النفسية والمرشدين تحت الإشراف وممارسي الرعاية الاجتماعية وموظفي الدعم السريري، ويعود المشاركون منها بحقيبة ممارسة معرفية سلوكية تحت الإشراف. تربط الدورة النموذج المعرفي السلوكي بالصياغة المنظمة والأهداف التعاونية والمراقبة والتنشيط السلوكي وإعادة البناء المعرفي وهيكل الجلسة وقرارات النطاق الآمن. تقدم أجايل للتدريب أساسيات العلاج المعرفي السلوكي عبر ممارسة المهارات والحالات المقيدة بالإشراف.

## الفئة المستهدفة

- وظائف الدعم الصحي المسؤولة عن تنسيق مسارات الصحة النفسية والتواصل مع المستفيدين
- وظائف الإرشاد المسؤولة عن تنمية المهارات تحت الإشراف والتأمل المنظم في الحالات
- وظائف الرعاية الاجتماعية المسؤولة عن ملاحظة الأنماط ودعم الأهداف وترتيب الإحالات
- وظائف خدمات الصحة النفسية المسؤولة عن الاستقبال والمراقبة والتوثيق والتصعيد
- وظائف التعليم السريري المسؤولة عن المعرفة التأسيسية ودعم الممارسة تحت الإشراف

تفترض الدورة أن المشاركين يدعمون أعمال الصحة النفسية أو الرعاية الاجتماعية، ولا تتناول التشخيص أو العلاج النفسي المستقل أو صلاحية العلاج أو القرارات السريرية دون إشراف.

## الإدارات والقطاعات المستهدفة

تخدم الدورة الإدارات والقطاعات التي تحتاج إلى معرفة تأسيسية بالعلاج المعرفي السلوكي وتنسيق آمن للدعم النفسي.

- المستشفيات والخدمات الخارجية ومقدمو الرعاية المجتمعية
- استقبال خدمات الصحة النفسية وتنسيق الرعاية وفرق الدعم السريري
- الرعاية الاجتماعية ومساعدة الموظفين وخدمات الدعم المجتمعي
- الإرشاد في التعليم العالي ووظائف رفاه المتعلمين
- التعليم الصحي وتنمية القوى العاملة وفرق الجودة

AGILE LEADERS
Training Center

## أهداف التعلم

بنهاية هذه الدورة، سيكون المشاركون قادرين على:

- تطبيق النموذج المعرفي السلوكي على حالات منظمة
- بناء صياغة معرفية سلوكية أساسية تحت الإشراف
- استخدام الأهداف التعاونية وسجلات المراقبة وهياكل الجلسات
- تحليل خيارات التنشيط السلوكي وإعادة البناء المعرفي
- مقارنة قرارات الدعم والإشراف والإحالة والتصعيد
- تقييم خطة ممارسة تحت الإشراف وفق الحدود الأخلاقية

## جدول الدورة

### اليوم 1: أسس العلاج المعرفي السلوكي ونطاقه

- خريطة روابط النموذج المعرفي السلوكي
- دورة الأفكار والانفعالات والسلوك والاستجابات الجسدية
- قائمة مبادئ الممارسة التعاونية
- لوحة تعريف المشكلة بالتركيز على الحاضر
- دليل النطاق الأخلاقي وحدود الإشراف

### اليوم 2: التقييم والصياغة

- سجل مراقبة الموقف والفكرة والاستجابة
- منهجية تقسيم المشكلة إلى خمسة أجزاء
- خريطة أدلة دورة الاستمرار
- قالب الصياغة المعرفية السلوكية الأساسية
- ورقة تحديد الأهداف التعاونية

AGILE LEADERS
Training Center

## اليوم 3: الأدوات السلوكية والمعرفية

- جدول مراقبة النشاط والمزاج
- شبكة تخطيط التنشيط السلوكي
- سجل تحديد الأفكار التلقائية
- إطار أسئلة الاكتشاف الموجه
- جدول أدلة إعادة التقييم المعرفي

## اليوم 4: الممارسة المنظمة والسلامة

- جدول هيكل جلسة العلاج المعرفي السلوكي
- خطة العمل بين الجلسات
- متتبع مراجعة التقدم والتغذية الراجعة
- شجرة قرار الإحالة والاستشارة
- مسار التعرف على المخاطر وتصعيدها

## اليوم 5: ممارسة المهارات تحت الإشراف

- تمرين: رسم دورة معرفية سلوكية
- تمرين: إعداد صياغة معرفية سلوكية أساسية
- تمرين: مقارنة خيارات التنشيط وإعادة التقييم
- تمرين: تطبيق حدود الإحالة والتصعيد
- المشروع الختامي: حقيبة ممارسة معرفية سلوكية تحت الإشراف

## التمارين التطبيقية

تستخدم الدورة أنشطة مقترحة من الرعاية الصحية والرعاية الاجتماعية وخدمات الدعم التعليمي.

- نشاط مقترح: رسم الأفكار والانفعالات والاستجابات الجسدية والسلوك في حالة افتراضية تخضع للإشراف.
- نشاط مقترح: استخدام أدلة المراقبة لإعداد دورة استمرار وهدف تعاوني دون تعيين تشخيص.
- نشاط مقترح: مقارنة التنشيط السلوكي والاكتشاف الموجه والاستشارة والإحالة والتصعيد ضمن حدود الدور.
- نشاط مقترح: تجميع حقيبة ممارسة تتضمن السجلات والصياغة والأهداف وهيكل الجلسة وفحوص السلامة ونقاط المراجعة.

AGILE LEADERS
Training Center

## الأسئلة الشائعة

### لمن يناسب تدريب أساسيات العلاج المعرفي السلوكي، وما الذي يفترضه؟

يناسب تدريب أساسيات العلاج المعرفي السلوكي وظائف الرعاية الصحية والإرشاد والرعاية الاجتماعية والتنسيق والدعم التي تعمل تحت إشراف مناسب. يفترض خبرة تأسيسية في الخدمات المقدمة للأفراد ولا يمنح صلاحية التشخيص أو العلاج النفسي المستقل أو قرارات العلاج دون إشراف.

### كيف يختلف تدريب أساسيات العلاج المعرفي السلوكي عن تدريب العلاج النفسي المتقدم؟

ينمي التدريب التأسيسي المعرفة المفاهيمية والسجلات المنظمة والصياغة وحدود الدور باستخدام حالات افتراضية أو خاضعة للإشراف. ينمي التدريب المتقدم الكفاءة السريرية المتخصصة عبر التعليم الرسمي والتطبيق الخاضع للإشراف وتقييم الممارسة والمتطلبات المهنية المطبقة.

### ما النموذج المعرفي السلوكي؟

يصف النموذج المعرفي السلوكي علاقة تفسير المواقف بالانفعالات والاستجابات الجسدية والسلوك. تساعد الخريطة المنظمة على فحص الروابط ودورات الاستمرار المحتملة دون افتراض أن عنصرا واحدا يفسر كل صعوبة.

### ما الصياغة المعرفية السلوكية الأساسية؟

الصياغة الأساسية خريطة تعاونية قابلة للمراجعة للصعوبة الحالية والمواقف والتفسيرات والانفعالات والاستجابات الجسدية والسلوك وأنماط الاستمرار. توجه الأسئلة والتخطيط تحت الإشراف ولا تعد تشخيصا.

### متى يتطلب دعم العلاج المعرفي السلوكي إحالة أو تصعيد مخاطر؟

يتطلب الدعم إحالة أو استشارة أو تصعيدا عندما تتجاوز الاحتياجات كفاءة الممارس أو دوره، أو تظهر مخاطر أو مخاوف حماية، أو يشير التقييم إلى أن خدمة أخرى أنسب. توجه الإجراءات المحلية والإشراف المؤهل الاستجابة.

## الخاتمة

تربط الدورة النموذج المعرفي السلوكي والصياغة والأهداف التعاونية والمراقبة والتنشيط ومراجعة الأفكار وهيكل الجلسة وحدود السلامة. يعود المشاركون بحقيبة ممارسة معرفية سلوكية تحت الإشراف. تنظم الحقيبة عمل الحالات التأسيسي وتحسن مناقشات الإشراف وتوثق حدود الدور وتدعم الاستشارة والإحالة والتصعيد في الوقت المناسب.