

التصحيح النموذجي لامتحان العلاجات النفسية

1- الحالة تعاني من: اضطراب ما بعد الصدمة. **1ن**

التعليل: ظهور الأعراض بعد ستة أشهر من وفاة الأخت التوأم، وحسب DSM5 اضطراب ما بعد الصدمة يشمل الأعراض التالية وهي مذكورة لدى الحالة:

- اضطرابات النوم
- تغيرات فيزيولوجية (تسارع نبضات القلب، اصفرار الوجه)
- اضطرابات سيكوسوماتية (لاضطرابات الهضم)
- عدم تقبل فكرة الموت **2ن**

العلاج المناسب: هو العلاج بتقنية إزالة الحساسية بحركة العينين. **2ن**

سبب اختياره: لأنه انجح علاج لاضطراب ما بعد الصدمة، ولأن الحالة لها أفكار سلبية حول الموت، فهي لم تتقبل فكرة موت أختها و سيتم تصحيح الفكرة بهذه التقنية. **1ن**

خطوات العلاج: **4ن**

- تاريخ المريض وتخطيط العلاج
- التحضير انشاء تحالف علاجي
- التقييم
- إزالة التحسس: البدء بحركات العين
- التثبيت زيادة التفكير الايجابي
- مسح الجسم
- الإغلاق
- إعادة التقييم

2- نوع العلاج هو: العلاج الجدلي السلوكي **1ن**

التعليل: لأن الحالة تعاني من اكتئاب، مع أعراض إيذاء الذات، حيث ظهرت آثار زرقاء وآثار جروح على جسمه. **2ن**

الخطة العلاجية: ذكر الاتفاق **1ن**، ذكر تقنية الاسترخاء **1ن**، خطوات العلاج الجدلي السلوكي **3ن**، ذكر تقنيات للعلاج الجدلي السلوكي **2ن** الجلسة الأولى: إقامة علاقة علاجية والاتفاق على الخطة العلاجية مع المفحوص.

الجلسة الثانية: التعامل مع سلوكيات إيذاء الذات

عند بداية الجلسة نقوم بتقنية الاسترخاء، وبعدها نحاول التخفيض من سلوكيات تدمير الذات والمتمثلة في جرح نفسه

الجلسة الثالثة: هنا يتم محاوله تمكين المفحوص من التعرف على المشاعر والسلوكيات السلبية، وجعله قادرا على التعامل مع الصراع، وعلى تحمل الضغوط والتوتر، يتم استخدام تقنية الفعالية البين شخصية، كما يتم استخدام البطاقات اليومية.

الجلسة الرابعة: تنمية تقدير الذات والعلاقات مع الآخرين

هنا يتم تدريب المفحوص على تنمية القدرة على عدم إصدار الأحكام السريعة، وتقليل المعاناة العاطفية باستخدام تقنية التنظيم الانفعالي، وكذا تدريبه على اليقظة الذهنية وتصحيح الأفكار السلبية لزيادة تقدير الذات.

يمكن استخدام جدول التقييم الذاتي

الجلسة الخامسة: نهاية العلاج

هنا يتم مساعدة المريض على تحقيق أقصى استفادة في حياته، وتعزيز علاقاته الإجتماعية والعمل على تحقيق أهدافه، يمكن استخدام استراتيجية تنظيم العاطفة.