



2026/..../.... يوم :

الإجابة النموذجية لامتحان السداسي الثاني الدورة العادية في مقاييس العلاجات النفسية3

الجواب الأول 3ن

يتعلق الأمر باكتئاب (1.25) حيث نلاحظ أغلبية الاعراض التالية:

الحزن (0.25) (التقىص من الذات (0.25) ، الوهن النفسي (عدم القدرة على القيام بالنشاطات) 0.25 ، فقدان الأمل 0.25 ، الفرق 0.25 و اضطرابات النوم 0.25 و التركيز 0.25. كما اشارت الى الأفكار الانتحارية من خلال (و تخى ان تقوم بأشياء سيئة).

العوامل

الجواب الثاني 5ن

اهم المشكلات التي تعاني منها صنдра هي كما يلى:

-المزاج الاكتئابي التي يلازمها بصورة منظمة 1ن

-الأحساس بالعجز من خلال عدم القدرة على القيام بالنشاطات المختلفة . 1ن

- الأفكار السلبية التي تسيطر عليها. 1ن

-اضطراب العلاقة مع أسرتها 1ن

- اضطراب العلاقة مع زوجها. 1ن

الجواب الثالث 5ن

يتم تحديد الأهداف العلاجية مع المفحوصة :

-تصحيح المزاج الاكتئابي 1ن

-التخفيف من العجز التي تشعر به 1ن

-تصحيح الأفكار السلبية المرتبطة بالصرامة مع نفسها و العلاقة بين القيمة الذاتية و الأداء استبدالها بأفكار إيجابية و صحية 1ن

-تحسين العلاقة مع الأسرة و الزوج. 1ن

-الشعور بالراحة النفسية. 1ن

الجواب الرابع 7ن

لتحقيق هذه الأهداف العلاجية يلجأ المعالج الى استعمال العلاج السلوكي المعالج الذي يراه الأنسب :

أولاً شرح النموذج المعرفي لمعالجة المعلومات الخاص بالاكتئاب وكذلك نموذج العجز المكتسب (اكتساب العجز و عدم القدرة على القيام بالأشياء نتيجة التعرض إلى مجموعة من الأحداث الصعبة و عدم القدرة على التحكم فيها) وقد تم توضيح أن هذا العجز المكتسب يساهم في ظهور الأنماط المعرفية الخاصة بالاكتئاب ، وأن معالجة المعلومات تساهم في استمرارها. 1ن

يستعمل التقنيات التالية:

- التقنيات السلوكية : حيث يطلب من المفحوصة تسجيل كل النشاطات التي تقوم بها يومياً من الصباح إلى المساء. اقتراح نشاطات بسيطة و متدرجة لتقوم بها المفحوصة في المنزل (مثل كي قميص، ترتيب الغرفة...الخ) و هذا ما يعزز من قدرتها على التحكم و يزيد من قيمتها. 1ن

- التقنيات المعرفية 3ن

إعادة البناء المعرفي من خلال تبني نموذج Beck في علاج الاكتئاب حيث يهدف إلى اكتشاف و تعرف المفحوصة على أفكارها السلبية

- تحديد الأفكار التلقائية يطلب من السيدة صندراء ملأ استماراة الأعمدة الثلاثة وذلك بهدف البحث عن المواضيع الرئيسية و خاصة المرتبطة بالصرامة و انعدام القيمة و العجز و كذلك الانفعالات المرتبطة بالصراع مع أخيها الأكبر تسمح لها بالتعرف على العلاقة بين الأفكار الاكتئابية و المشاعر.

مناقشة هذه الأفكار السلبية

- استبدال هذه الأفكار بأفكار إيجابية.

- استخدام التساؤل السفراطي بهدف التعرف و إدراك المخططات المتعلقة بالشعور بالصرامة نتيجة العلاقات و التفاعلات الأسرية و كيف تؤثر هذه المخططات في حياتها. كما تساعد هذه التقنية في التعرف على طبيعة العلاقات الأسرية و التأثيرات الحالية.

- الاسترخاء اكتساب المفحوصة تقنية الاسترخاء بهدف التحكم في انفعالاتها . 1ن

مقابلات مع الزوج بهدف فهم الوضعية الحالية و التي اثرت بصورة كبيرة على العلاقة الزوجية. 1ن

أ. زبير بوصفات