



يوم :/...../2026

الإجابة النموذجية لامتحان السداسي الثاني الدورة العادية في مقياس العلاجات النفسية3 الجواب الأول 3ن

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

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

العوامل

الجواب الثاني 5ن

اهم المشكلات التي تعاني منها صندرا هي كمايلي:

-المزاج الاكتئابي التي يلزمها بصورة منظمة 1ن

-الأحاساس 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 :

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

يستعمل التقنيات التالية:

- التقنيات السلوكية : حيث يطلب من المفحوصة تسجيل كل النشاطات التي تقوم بها يوميا من الصباح الى المساء. اقترح 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 الاكْتئاب حيث يهدف الى اكتشاف و تعرف المفحوصة على أفكارها السلبية

-تحديد الأفكار التلقائية يُطلب من السيدة صندرا ملاً استمارة الأعمدة الثلاثة وذلك بهدف البحث عن المواضيع الرئيسية و خاصة المرتبطة بالصراة وانعدام القيمة و العجز و كذلك الانفعالات المرتبطة بالصراع مع أخيها الأكبر تسمح لها بالتعرف على العلاقة بين الأفكار الاكْتئابية و المشاعر.

-مناقشة هذه الأفكار السلبية

-استبدال هذه الافكار بأفكار ايجابية.

-استخدام التساؤل السقراطي بهدف التعرف و إدراك المخططات المتعلقة بالشعور بالصراة 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 اكساب 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 بوصفصاف