



العلاج المعرفي السلوكي CBT للأطفال

29 نوفمبر – 3 ديسمبر 2026

أونلاين



العلاج المعرفي السلوكي CBT للأطفال

المرجع: 104491_120498 التاريخ: 29 نوفمبر – 3 ديسمبر 2026 المكان: أونلاين الرسوم: Euro 1900

المقدمة:

العلاج السلوكي للأطفال هو العلاج الذي يهتم بعلاج اضطرابات الحالة النفسية، وهو العلاج الذي يعمل على اكتشاف السلوكيات الضارة أو غير الصحية. و يدعم المبدأ القائل بأن كل السلوك البشري يمكن فهمه وعلاجه، ويمكن أن يكون هذا العلاج فعالاً أيضاً للصغار الذين يعانون من مشاكل نفسية، وخاصة الأطفال المصابين بالتوحد أو اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة ADHD ولأن الطفل يتعلم خلال فترة العلاج طرق إيجابية للتأثير على مواقف حياته، حيث يكون الأطفال عرضة لمشاكل نفسية مثل التوتر أو الاكتئاب مثل البالغين، على الرغم من أن الكبار لا يصدقون هذه الحقيقة، أنه قد يصاب الأطفال بمشاكل نفسية قوية والتي تتطلب التدخل العلاجي من قبل أخصائي، وبالتالي فإن الطفل خلال هذه الحالة قد يظهر عدداً من الأعراض اللاحقة: الحزن أو فقدان الأمل، التوتر والقلق والخوف، الغضب المستمر والعزم على المبالغة في رد الفعل تجاه مواقف معينة، الخوف من أن شخطاً ما يتحكم في عقله، فقدان السيطرة على أنفسهم، تغيير في عادات النوم أو الأكل، الانشغال المفرط بمرض جسدي أو مظهر خارجي رغبة مفاجئة في الخلوة بدلاً من الجلوس مع الأصدقاء أو العائلة، التعبير عن الأفكار الانتحارية، فقدان القدرة على التركيز والتفكير بوضوح أو اتخاذ القرارات، عدم القدرة على الجلوس في مكان ما، كوابيس متكررة، انخفاض غير مسبوق في الدرجات المدرسية، عدم الاهتمام بالأنشطة التي كانت محبوبة من قبل، سماع أصواتاً خيالية، القيام بأنشطة غير لائقة مثل تعاطي المخدرات، القيام بأنشطة ضارة مثل إشعال النيران أو قتل الحيوانات.

الفئات المستهدفة:

- الأخصائيين النفسيين والإجتماعيين.
- العاملين في المؤسسات والدوائر ذات الصلة.
- كل من يجد في نفسه الحاجة لهذه الدورة ويرغب بتطوير مهاراته وخبراته.

الأهداف التدريبية

في نهاية هذا البرنامج، سيكون المشاركون قادرين على:

- السيطرة على أعراض المرض النفسي عند الأطفال.
- الوقاية من انتكاس أعراض الأمراض النفسية عند الأطفال.
- فهم علاج الأمراض النفسية عندما لا يكون الدواء خيارًا جيدًا.
- تعلم تقنيات التكيف مع مواقف حياة الصغار ذوي الاحتياجات الخاصة.
- تحديد طرق التحكم في انفعالات الأطفال المتأثرين.
- فهم المشاكل في العلاقات وتعلم طرق اتصال أفضل.
- التعامل مع الحزن أو الخسارة.
- التغلب على الصدمات العاطفية المصاحبة للإساءة أو العنف.
- التكيف مع المرض.
- السيطرة على الأعراض الجسدية الحادة.

الكفاءات المستهدفة:

- الأرق والإدمان عند الأطفال.
- الاكتئاب عند الأطفال.
- اضطرابات القلق عند الأطفال.
- الرهاب عند الأطفال.
- اضطراب ما بعد الصدمة PTSD عند الأطفال.
- اضطرابات النوم عند الأطفال.
- اضطراب الشهية عند الأطفال.
- اضطراب الوسواس القهري OCD عند الأطفال.
- الاضطرابات ثنائية القطب عند الأطفال.
- الفصام عند الأطفال.
- الاضطرابات الجنسية عند الأطفال.

محتوى الدورة

الوحدة الأولى، العلاج المعرفي السلوكي:

- تعريف العلاج السلوكي
- أهمية العلاج السلوكي
- نشأة العلاج السلوكي
- أساليب العلاج السلوكي

الوحدة الثانية، العلاج المعرفي السلوكي للأطفال:

- نصائح للعثور على أخطائي صحة نفسية مؤهل
- الاندفاع
- التحدي عند الأطفال
- نوبات الغضب عند الأطفال
- استبدال التفاعلات السلبية عند الأطفال
- تحسين الصورة الذاتية عند الأطفال
- آليات التكيف
- مهارات حل المشاكل
- ضبط النفس

الوحدة الثالثة، الأرق والإدمان عند الاطفال:

- اضطرابات النوم وادمان المخدرات
- آثار قلة النوم وكيف تؤدي إلى الإدمان
- أساليب علاج اضطرابات النوم
- طرق النوم المختلفة بالنسبة إلى الأطفال وأنماطها
- الأسباب و العقبات التي تحول دون حصول المراهقين على النوم الجيد
- إعداد جدول منتظم للأنشطة المختلفة التي يقوم بها المراهقون والأطفال
- الدعم السلوكي المقدم من قبل مقدمي الرعاية
- عناصر العلاج الخاصة باضطراب طيف التوحد
- الكتابة
- الأكل المضطرب
- البدانة
- إيذاء النفس
- اضطراب الوسواس القهري أوسد عند الأطفال
- اضطراب الوسواس القهري OCD عند الأطفال
- اضطراب ما بعد الصدمة PTSD عند الأطفال

الوحدة الرابعة، نقص الانتباه مع فرط النشاط ADHD:

- مشاكل التعلم أو اللغة عند الأطفال المتأثرين
- الأمراض المزاجية؛ مثل الاكتئاب أو القلق عند الأطفال
- طرق التعامل مع اضطرابات النوبات
- مشكلات في الرؤية أو السمع
- اضطراب الاسترسال العقلي
- المشكلات الطبية أو الأدوية التي تؤثر على التفكير أو السلوك

الوحدة الخامسة، اضطرابات المسلك والوقاية منها:

- العوامل البيئية والاجتماعية لاضطرابات المسلك عند الأطفال
- العوامل الوراثية والبيولوجية
- العوامل النفسية
- السلوك العدواني
- السلوك التخريبي
- السلوك المخادع
- انتهاك القواعد
- العلاج النفسي
- العلاج الدوائي
- التعرف إلى الأعراض والتعامل معها عند ظهورها، يمكن أن يقلل من الآثار السلبية في الطفل والأسرة
- المشكلات المرتبطة في الاضطرابات المسلكية
- توفير بيئة منزلية متفهمة وداعمة ومتسقة مع توازن من الحب والانضباط على تقليل الأعراض ومنع نوبات السلوك المزعج