

# مؤسسه آموزش عالی آزاد هفتاد

باجوز رسمی از وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری

هفتاد

دوره درمان شناختی رفتاری  
کودک و نوجوان (CBT)

HAFAD  
ORG

پشتیبانی تلفنی، حضوری، پیام رسان ها و سیستم تیکتینگ



گواهی معتبر از وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری



ویژه دانشجویان و دانش آموختگان رشته روان شناسی و رشته های مرتبط



## معرفی دوره

درمان شناختی رفتاری (CBT) نوعی مداخله درمانی است که می تواند به درمان مشکلات تمام افراد در سنین مختلف بخصوص کودکان و نوجوانان کمک کند. CBT بر چگونگی تأثیر افکار و احساسات بر رفتار متمرکز است. درمان شناختی رفتاری برای کودکان و نوجوانان (CBT) مبتنی بر این اصل کلی است که اختلالات روانی به واسطه‌ی الگوهای فکری و رفتاری «ناکارآمد» ایجاد می‌شوند و تداوم می‌یابند. به عبارت دیگر، بخشی از اختلال، به عنوان پیامد تحریف‌های شناختی فرد مفهوم سازی می‌شود که رفتارهای مقابله‌ای مثبت و حل مسئله را تضعیف می‌کنند.



درمانگر CBT به کودکان کمک می‌کند که الگوهای منفی فکری و رفتاری خود را با الگوهای مثبت و سازنده جایگزین کنند. کودک با نقش‌آفرینی‌ها، بازی‌درمانی و سایر روش‌ها می‌تواند برای مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا راه‌حل‌های جایگزین را تمرین کند. رفتار درمانی شناختی به کودکان کمک می‌کند تا افکار منفی، مبارزه طلبی، کج خلقی‌ها و تکانش‌گری خود را کنترل کنند و این واکنش‌های منفی را با روش‌هایی مثل حل مسئله، مکانیسم‌های مقابله‌ای، بهبود تصویر خود و خویشتن‌داری جایگزین کنند.

در دوره CBT کودک و نوجوان، شما با مبانی نظری، روش‌های سنجش و مداخلات درمانی این رویکرد در درمان کودکان و نوجوانان آشنا خواهید شد.

# — سرفصل‌ها —

- مبانی نظری، منطق و تکنیک
- ارزیابی مهارت‌های اساسی مورد نیاز برای درگیر شدن در درمان شناختی رفتاری
- مشکلات شایع در درمان شناختی رفتاری با کودکان و نوجوانان
- شناسایی افکار، احساسات و رفتارها
- خطاهای شناختی
- کنترل افکار
- درمان شناختی رفتاری اضطراب در کودکان و نوجوانان
- درمان شناختی رفتاری خشم در کودکان و نوجوانان

## مخاطبان دوره چه کسانی هستند؟

روان شناسان، مشاوران، درمانگران، روان پزشکان، پژوهشگران و دانشجویان رشته های مشاوره، روان شناسی و علوم تربیتی می توانند در دوره های تخصصی مؤسسه آموزش عالی آزاد هفتاد شرکت کنند.

## چرا باید در این دوره شرکت کنم؟

CBT یکی از رایج ترین رویکردهای درمانی است که تحقیقات زیادی اثربخشی آن را در درمان اختلالات و مشکلات شایع کودکان و نوجوانان ثابت کرده اند. برای مثال اختلالات اضطرابی جزو شایع ترین مشکلات دوران کودکی و نوجوانی به حساب می آیند که CBT در درمان این اختلالات اثربخشی قابل توجهی داشته است. در این درمان تکنیک های مختلفی مثل بازی درمانی، CBT متمرکز بر تروما، مدل سازی، تغییر ساختار و غرقه سازی به کار برده می شود. شما با شرکت در دوره CBT کودک و نوجوان می توانید با تکنیک های درمانی این رویکرد اثربخش و کاربردی آشنا شوید.

### دکتر الهام ده یادگاری



- دکترای روان شناسی کودک و استادیار دانشگاه آزاد اسلامی
- روان درمانگر کودک
- پژوهشگر مرکز تحقیقات علوم اعصاب دانشگاه علوم پزشکی

## انجام تمرین‌ها و پروژه‌های درسی

تمرین‌ها و پروژه‌های درسی طی دوره و به صورت منظم توسط استادان ارائه می‌شود و دانش‌پذیران موظف‌اند در زمان مقرر آن‌ها را انجام دهند. برخی از این تمرین‌ها انفرادی و برخی به صورت گروهی تعریف می‌شوند و اغلب آن‌ها به صورت عملی و کاربردی تدوین می‌گردند، انجام صحیح و به موقع تمرین‌ها در ارزیابی پایانی استاد از دانش‌پذیر نقش عمده‌ای را داراست.

## ارزیابی پایانی و دریافت گواهینامه پایان دوره

در انتها گواهینامه پایان دوره از موسسه آموزش عالی آزاد هفتاد مورد تایید وزارت علوم، تحقیقات و فن‌آوری اهدا خواهد شد. این گواهی از طریق **سامانه وزارت علوم** قابل استعلام است.



# پشتیبانی توسط حامیان

طرح پشتیبانی توسط حامی جهت دریافت بازخورد از نحوه اجرای دوره و رفع اشکالات آموزشی دانش پذیر است. حامی بصورت مستمر با شما در ارتباط بوده و هرگونه اشکال احتمالی پیش آمده در روند آموزش را پیگیری و آن را از طریق ارسال فایل های متنی، صوتی و یا ویدئوی آموزشی برای شما و یا برقراری ارتباط با استاد مربوطه حل می نماید.

## نحوه برگزاری

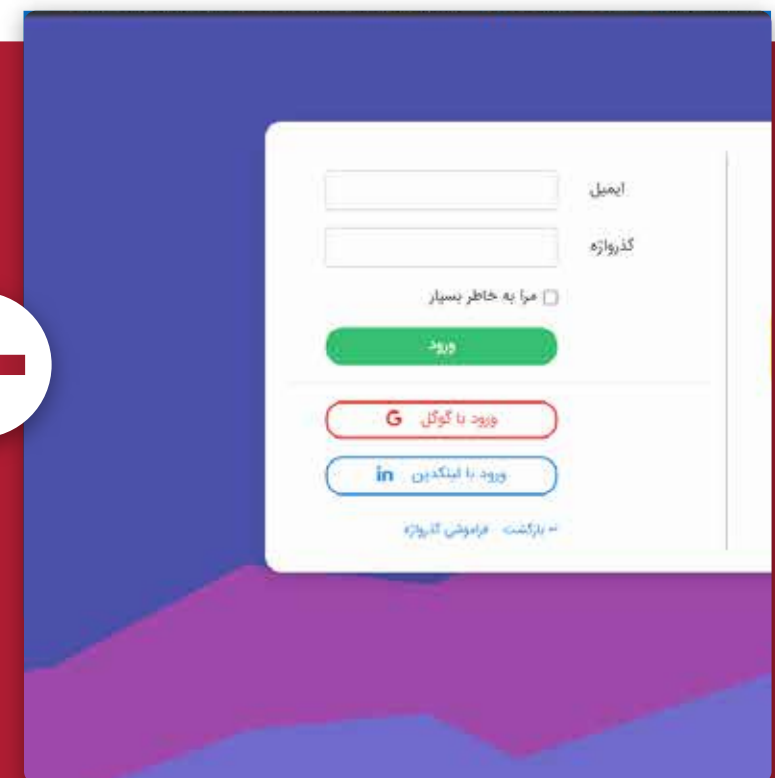
### آنلاین



### حضوری



### نیمه حضوری



- برگزاری کلاس های آنلاین به صورت مداوم
- رفع اشکال و ارتباط مستقیم با استاد
- امکان ارتباط صوتی و تصویری در کلاس

- برگزاری کلاس های حضوری تخصصی
- ارتباط حضوری با استادان و دانش پذیران

- دسترسی به محتوای آموزشی در هر ساعتی از شبانه روز
- ارسال تمرین ها و پروژه ها از طریق پلتفرم آموزشی کاربرپسند





## درباره هفتاد

موسسه آموزش عالی آزاد هفتاد به‌عنوان یکی از اولین موسسات آموزش عالی در ایران در سال ۱۳۸۱ با مجوز رسمی از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، توسط چهار تن از اساتید و مدیران ارشد دانشگاهی کشور فعالیت تخصصی خود در حوزه آموزش عالی را آغاز نمود. در این دو دهه، موسسه هفتاد موفق شده است در زمینه‌های تخصصی متعددی همچون مدیریت، روان‌شناسی، توسعه مهارت‌های فردی، فناوری اطلاعات، هنر و رسانه با کسب مجوز از وزارت علوم با برگزاری دوره‌های جامع و تخصصی، نسبت به پرورش نیروی انسانی متخصص و حرفه‌ای برای سازمان‌ها و موسسه‌های مختلف کشور اقدام نماید.

■ خدمات آموزشی موسسه آموزش عالی آزاد هفتاد به شرح زیر است:

- برگزاری دوره‌های تخصصی مدیریت
- برگزاری دوره‌های تربیت روان‌شناس و درمانگر
- برگزاری دوره‌های کوچینگ
- برگزاری دوره‌های توسعه مهارت‌های فردی
- برگزاری دوره‌های تخصصی فناوری اطلاعات و کامپیوتر
- برگزاری دوره‌های هنر و رسانه



هفتاد  
HAFTAD

مشترک دیدارتان هستیم

☎ ۰۲۱ ۲۲ ۳۵ ۴۰۰۰    🌐 Haftad.org

📱 ۰۹۳۹ ۳۰ ۹۰ ۲۶۰    ۰۹۳۹ ۳۰ ۹۰ ۲۷۰

## طه آباد

ما اینجایم

آسمان دوم غربی

فرزادى

آسمان

سعادت آباد

میدان کتاب

سرو غربی



مرکز خرید اوپال

شهید منفر دنیاکی

سعادت آباد، نبش آسمان دوم غربی، پلاک ۱۰۷