

## فرم طرح درس

گروه آموزشی:		
عنوان درس: اصول و روش های اصلاح رفتار	مقطع تحصیلی: کارشناسی	رشته تحصیلی: مشاوره
تعداد واحد: 2	نظری: 2	عملی:
	پیش نیاز:	سایر توضیحات:

### هدف کلی درس:

آشنا سازی دانشجویان با اصول و روش های اصلاح و تغییر رفتار می باشد.

آشنایی با تعاریف و قلمرو و تغییر رفتار و رفتار درمانی	آشنایی با روش های سنجش کارآیی درمان های شناختی
آشنایی با رویکرد های شناختی تغییر رفتار	
آشنایی با رویکرد های رفتاری تغییر رفتار	
آشنایی با روش های سنجش کارآیی درمان های رفتاری	

### جدول زمان بندی ارائه مطالب

شماره جلسات	موضوع درس	رئوس مطالب	شیوه تدریس
جلسه 1	مقدمه	<ul style="list-style-type: none"> <li>معرفی طرح درس</li> <li>اهداف درس</li> </ul>	سخنرانی و مشارکتی
جلسه 2	تعاریف و قلمرو و تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>رفتار کنشگر و رفتار پاسخگر</li> <li>رفتار بهنجار و رفتار نا بهنجار</li> <li>رفتار نهان و آشکار</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 3	تعاریف و قلمرو و تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعریف تغییر رفتار و رفتار درمانی</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 4	تاریخچه تحول تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>معرفی رویکردها</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 5	برنامه تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعیین رفتار آماج</li> <li>بیان هدف برنامه</li> <li>آماده کردن هدف رفتاری</li> <li>اندازه گیری و ثبت رفتار</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 6	روش های سنجش در تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>انواع روش ها</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 7	مشاهده	<ul style="list-style-type: none"> <li>روش های مشاهده</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 8	نظریه ها و اصول زیر بنای روش های تغییر رفتار و رفتار درمانی	<ul style="list-style-type: none"> <li>معرفی رویکردهای درمانی</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 9	اصول رفتار درمانی در درمان	<ul style="list-style-type: none"> <li>کودک و نوجوان</li> <li>فرزندپروری</li> <li>روش های افزایش رفتار مطلوب</li> <li>روش های کاهش رفتار نامطلوب</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 10	اصول رفتار درمانی در آموزش مهارت ها	<ul style="list-style-type: none"> <li>آموزش مهارت ها به کودکان</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 11	اصول و مبانی رفتار درمانی شناختی	<ul style="list-style-type: none"> <li>فرض های زیربنایی</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 12	مفهوم پردازش شناختی	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارزیابی شناختی رفتاری</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی
جلسه 13	روشها و فنون برخاسته از نظریه های شناختی	<ul style="list-style-type: none"> <li>تکنیک های مشترک شناختی</li> </ul>	سخنرانی، مشارکتی و عملی

سخنرانی، مشارکتی و عملی	• تکنیک های مشترک رفتاری	روشها و فنون برخاسته از نظریه های شناختی	جلسه 14
سخنرانی، مشارکتی و عملی	• تمرین	جمع بندی گزارش های کلاسی	جلسه 15
سخنرانی، مشارکتی و عملی	• تمرین	خلاصه و جمع بندی	جلسه 16
آزمون پایان ترم			جلسه 17

### نوع ارزشیابی:

1. حضور فعال و منظم در کلاس، انجام تکالیف آموزشی مرتبط با هر جلسه، مشارکت در ارائه مباحث و اجرای تکنیک های آموزشی و درمانی (5 نمره)
2. گزارش تمرین عملی فردی: انتخاب یک نامناسب به عنوان رفتار هدف و ثبت گزارش طرح تغییر آن (6 نمره)
3. امتحان کتبی پایان ترم (9 نمره)

### منابع اصلی:

دکتر علی اکبر سیف (1387) تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه ها و روش ها، تهران، نشر دوران  
Cooper, J.O etal (2008) *Applied Behavior Analysis*: Columbus, OH, Merrill Publishing Co.

### منابع فرعی:

- 1- کتاب شناخت درمانی مبانی و فراتر از آن نویسنده: جودیت اس. بک/ مترجمان: لادن فتی، فرهاد فرید حسینی/ ناشر: انتشارات ارجمند
- 2- شناخت درمانی: 100 نکته، 100 تکنیک نویسنده: مایکل نینان، ویندی درایدن/ مترجم: دکتر حمید یعقوبی، معصومه کریمی/ ارجمند
- 3- کتاب کار نگارانی و اضطراب - راه حل شناختی رفتاری نویسنده: آرون تی. بک، دیوید ای. کلارک/ مترجمان: دکتر فرزین رضاعی/ ناشر: ارجمند
- 4- آموزش درمان شناختی - رفتاری همراه با نمایش ویدئویی نویسنده: دکتر جسی رایت/ مترجمان: دکتر حسن حمیدپور، دکتر حبیب الله قاسم زاده/ ناشر: ارجمند
- 5- راهنمای درمان اهمال کاری: رویکرد شناختی - رفتاری نویسنده: مونیکا رامیرز باسکو/ مترجمان: مصلح میرزایی، دکتر مهدی اکبری/ ویراستار: دکتر بنفشه غرایبی/ ناشر: ارجمند
- 6- درمان شناختی - رفتاری برای اختلال اضطراب اجتماعی نویسنده: استفان هوفمان، میثائل اتو/ مترجمان: مسعود چینی فروشان، منصور آگشته/ ناشر: ارجمند
- 7- شناخت درمانی کودکان و نوجوانان راهنمای بالینی همراه با مثال های موردی نویسنده: مارک رینکه، فرانک داتیلیو، آرتور فریمین/ مترجم: دکتر نسرین دودانگی، دکتر نسترن حبیبی آشتیانی/ ارجمند