

# المرجع الإكلينيكي في العلاج بالقبول والالتزام النظرية والممارسة

دكتور

د/ هبة جابر عبد الحميد

أستاذ مشارك لمحة النفسية والتربية

الخاصة- جامعة سوهاج

دكتور

د/ أحمد محمد جاد الرب أبو زيد

أستاذ مشارك الصحة النفسية

والتربية الخاصة

المرجع الإكلينيكي في العلاج بالقبول والالتزام النظرية والممارسة د / احمد أبو زيد د/ هبة عبد الحميد القاهرة ٢٠٢٣

بطاقة فهرسة

أبوزيد، أحمد محمد جادالرب
المرجع الإكلينيكي في العلاج بالقبول والالتزام النظرية والممارسة. إعداد/ أحمد محمد جادالرب أبوزيد؛ هبة جابر عبد الحميد.
ط1، القاهرة، 2023
17 X 24 سم
الصحة النفسية/ العلاج النفسي/ علم النفس الإكلينيكي
الناشر/ المؤلف

رقم الإيداع: 7219 / 2023م  
الترقيم الدولي: 1-5039-94-977-978

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة للمؤلف، ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو تداول الكتاب على شبكات النت أو مواقع التواصل أو إعادة تنزيده كاملاً أو مجزئاً أو تسجيله على أشرطة كاسيت أو برمجته أو معالجته بأي طريقة إلا بموافقة المؤلفان خطياً.

يطلب من المؤلف على البريد التالي [dr\\_ahmedab@yahoo.com](mailto:dr_ahmedab@yahoo.com)  
أو تليفونياً على رقم 002/01019368193 أو 002/01150140900

## مقدمة الكتاب

ينتمي الكتاب الحالي " المرجع الإكلينيكي في العلاج بالقبول والالتزام النظرية والممارسة" إلى مناهج الموجة الثالثة من العلاج السلوكي، وهي مجموعة من العلاجات النفسية التي تستهدف عملية الأفكار بدلاً من محتواها، كما هو الحال في العلاج المعرفي السلوكي، مما يساعد الناس على إدراك أفكارهم وتقبلها بطريقة غير مباشرة.

وتم في الكتاب الحالي مناقشة نموذج العلاج بالقبول والالتزام<sup>1</sup> ACT الذي يطلق عليه عمليات العلاج بالقبول والالتزام التي تستهدف المرونة النفسية، فتعتمد تقنيات العلاج بالقبول والالتزام على عمليات ستة حددها نموذج العلاج بالقبول والالتزام وهي: القبول/ والفصل المعرفي، والذات كسياق، والاتصال باللحظة الحالية، والقيم، والفعل الملتزم، وهذه العمليات قد وضعها في مجموعتين؛ مجموعة القبول واليقظة وتشمل أربع عمليات هي: القبول والفصل المعرفي والذات كسياق والاتصال باللحظة الحالية، ومجموعة تغيير السلوك والالتزام وتشمل أربع عمليات هي: الاتصال باللحظة الحالية والذات كسياق والقيم والفعل الملتزم، وذلك لإنتاج أكبر قدر من المرونة النفسية. ويعتمد تطبيق هذه العمليات على مجموعة من التمارين والاستعارات التي ابتكرها المنظرون والباحثون في هذا المجال، كما يمكن للمعالج وعميله ابتكار تمارين واستعارات تتوافق مع عميل معينة أو مشكلة معينة في إطار عمليات العلاج بالقبول والالتزام.

ويختلف مدخل لعلاج بالقبول والالتزام عن المداخل العلاجية الأخرى في كونه لا يركز على الأعراض الحالية للمشكلة ولكن فقط يستهدف تطوير المرونة النفسية، ولكن يمكن النظر إلى الأعراض الحالية والتي يشكو منها العميل في إطار علاقتها بتعطيل القيم والحياة الوظيفية المهمة لحياة العميل، أي يمكن الاستفادة منها فقط للانطلاق إلى عمليات العلاج بالقبول والالتزام، فهو يركز على التعايش مع الأعراض وفي نفس الوقت التخلص من رؤية الأعراض كعوامل معطلة، والانغماس في نفس الوقت في أعمال ذات قيمة.

وقد يتضمن هذا المدخل العديد من القضايا والموضوعات ذات الصلة، والتي تم عرضها ومناقشتها في الكتاب الحالي من خلال الفصول المكونة لهذا الكتاب، والتي تكونت من 10 فصول، وكانت الفصول الثلاثة الأولى عبارة عن التعريف والأساس النظري والعملي؛ أي الجانب النظري والعملي لهذا المدخل، وكانت الفصول الأخرى عبارة عن تطبيقات وأمثلة للعلاج بالقبول والالتزام في المجال الإكلينيكية والنفسية والعام بصفة عامة.

1 - يستخدم الرمز ACT للإشارة إلى العلاج بالقبول والالتزام طوال العرض في متن الكتاب.

وباعتبار أن هذا المدخل جديد إلى حد ما، وقد لا تتوافر فيه الكتابات العربية بشكل كبير فقد حرصنا على وضع المصطلح الأجنبي بجانب الترجمة العربية، ليكون المصطلح الأجنبي هو الأصل، والعربي هو ما اجتهدنا في الوصول إليه، ولعل يكون صواباً.

ونحمد الله كثيراً أن وفقنا لإنجاز هذا العمل، ونتمنى أن يحوز الرضا والقبول، وإن كان هناك تقصير فمننا ومن الشيطان، وإن كان هناك توفيق فمن الله، والشكر لله بدايةً ونهايةً ودوماً.

المؤلفان في 5 / 12 / 2022

فهرس الكتاب

رقم الصفحة	اسم الموضوع
15 – 9	الفصل الأول: مقدمة في العلاج بالقبول والالتزام
11	– مقدمة.
12	– تعريف العلاج بالقبول والالتزام.
14	– عمليات/ فنيات العلاج بالقبول والالتزام.
28	– المرونة النفسية.
31	– الاندماج المعرفي.
33	– تجنب الخبرة.
34	– الاضطراب في نظرية العلاج بالقبول والالتزام.
36	– آلية العلاج بالقبول والالتزام.
37	– الأسس الفلسفية والعلمية للعلاج بالقبول والالتزام.
44	– العلاج بالقبول والالتزام في علم النفس المرضي.
44	– كفاءات المعالج.
50	– العلاج بالقبول والالتزام وتحليل السلوك.
116 – 51	الفصل الثاني: تطبيقات عمليات العلاج بالقبول والالتزام
53	– قاعدة العلاج بالقبول والالتزام: التحرك من FEAR إلى ACT.
55	– تطبيقات عمليات العلاج بالقبول والالتزام.
115	– مبادئ مهمة لعمليات التدخل الستة.
134 – 117	الفصل الثالث: صياغة الحالة
119	– صياغة الحالة في مدخل العلاج بالقبول والالتزام.
121	– تحليل نطاق وطبيعة المشكلة المعروضة.
125	– تقييم العوامل التي تؤثر على مستوى دافعية العميل للتغيير.
127	– تحليل العوامل التي تقلل المرونة النفسية للعميل.
128	– تقييم العوامل التي تعزز المرونة النفسية للعميل.
130	– تطوير مجموعة من الأهداف العلاجية والتدخلات المرتبطة.
159 – 135	الفصل الرابع: العلاج بالقبول والالتزام لاضطرابات المزاج
137	– اضطرابات المزاج.
141	– العلاج بالقبول والالتزام لاضطرابات المزاج.
144	– صياغة الحالة لاضطرابات المزاج وفقاً للعلاج بالقبول والالتزام.
149	– التدخلات الإكلينيكية.

رقم الصفحة	اسم الموضوع
153	– اعتبارات إكلينيكية.
156	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع اضطرابات المزاج.
158	– قياس الفاعلية والأثر.
161 – 194	<b>الفصل الخامس: العلاج بالقبول والالتزام لاضطرابات القلق</b>
163	– اضطرابات القلق.
166	– اضطرابات القلق في إطار العلاج بالقبول والالتزام.
170	– علاج اضطرابات القلق بالقبول والالتزام.
185	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع اضطرابات القلق.
195 – 206	<b>الفصل السادس: العلاج بالقبول والالتزام لاضطرابات الوسواس القهري</b>
197	– اضطرابات الوسواس القهري والاضطرابات ذات الصلة.
198	– اضطرابات الوسواس القهري في إطار العلاج بالقبول والالتزام
199	– علاج اضطرابات الوسواس القهري بالقبول والالتزام.
201	– دمج العلاج بالقبول والالتزام مع التعرض ومنع الاستجابة.
203	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع اضطراب الوسواس القهري.
207 – 249	<b>الفصل السابع: العلاج بالقبول والالتزام للاضطرابات المرتبطة بالضغط والصدمة</b>
209	– الاضطرابات المرتبطة بالضغط والصدمة.
219	– العلاج القبول والالتزام وعلاقته باضطراب ما بعد الصدمة.
221	– صياغة الحالة.
227	– التدخلات العلاجية.
237	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع اضطراب ما بعد الصدمة.
251 – 277	<b>الفصل الثامن: العلاج بالقبول والالتزام للاضطرابات المتعلقة بالمواد والإدمان</b>
253	– الاضطرابات المتعلقة بالمواد والإدمان.
257	– العلاج بالقبول والالتزام والاضطرابات المتعلقة بالمواد والإدمان.
259	– صياغة الحالة.
260	– التدخل العلاجي.
269	– العلاج بالقبول والالتزام مع العملاء المنومين.
269	– العلاج بالقبول والالتزام والتسمم.
270	– نموذج برنامج العلاج بالقبول والالتزام لعلاج تعاطي الماريجوانا.
274	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع الاضطرابات المتعلقة بالمواد

المرجع الإكلينيكي في العلاج بالقبول والالتزام (النظرية والممارسة)

رقم الصفحة	اسم الموضوع
	والإدمان.
314 – 279	الفصل التاسع: العلاج بالقبول والالتزام لطيف الفصام والاضطرابات الذهانية الأخرى
281	– طيف الفصام والاضطرابات الذهانية الأخرى.
292	– العلاج بالقبول والالتزام لطيف الفصام والاضطرابات الذهانية الأخرى.
294	– صياغة الحالة.
296	– التدخلات العلاجية.
309	– اعتبارات إكلينيكية للتعامل مع ذوي الأمراض العقلية الخطيرة.
313	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع الاضطرابات الذهانية.
323 – 315	الفصل العاشر: نماذج أخرى للتطبيقات العملية للعلاج بالقبول والالتزام
317	– تدخلات العلاج بالقبول والالتزام القائمة مع الإرشاد الجماعي.
317	– تدخلات العلاج بالقبول والالتزام القائمة مع التكنولوجيا.
318	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع الأطفال والمراهقين.
319	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع جودة الحياة.
319	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام في تحسين النظام الغذائي والنشاط البدني والوزن.
319	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام في تحسين التنظيم الانفعالي.
320	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع جائحة كوفيد 19.
320	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع الألم المزمن.
321	– تطبيقات العلاج بالقبول والالتزام مع مرضى السرطان.
342 – 327	مراجع الكتاب



د. أحمد أبو زيد

أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة

مؤلفات في الصحة النفسية والتربية الخاصة

1. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2020). العلاج النفسي- السلوكي الجدلي والعائلي الاتقالي السلوكي. الرياض: مكتبة الزهراء.
2. سيد يسن التهامي، أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2019). البرامج الانتقالية لقوي الإعاقة. الرياض: مكتبة الزهراء.
3. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد، محمود محمد الطنطاوي (2019). السلوك التكيفي. الرياض: مكتبة الزهراء.
4. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد، هبة جابر عبد الحميد (2019). الإعاقة الفكرية. ط2. الرياض: مكتبة الزهراء.
5. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2016). تحليل وتعديل السلوك الإيماني. الرياض: دار النشر السولي.
6. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد، هبة جابر عبد الحميد (2015). اضطرابات السلوك القوضوي. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.
7. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد، هبة جابر عبد الحميد (2013). المتخلفون عقلياً القابلون للتدريب. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.
8. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2014). دراسة حالة لقوي الاحتياجات الخاصة. ط4، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
9. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2012). منخل إلى تربية وتعليم المعاقين عقلياً. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، عمادة البحث العلمي.
10. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2012). الصحة النفسية (المعدين ذوي الاحتياجات الخاصة). جدة: خوارزم.
11. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2011). دليل الوالدين لخصائص اضطرابات السلوك القوضوي للأطفال المتخلفين عقلياً. القاهرة: مكتبة العلم والإيمان.
12. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2011). اضطراب قلق الانفصال عن الام. القاهرة: مكتبة العلم والإيمان.
13. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2011). بحوث في الصحة النفسية والتربية الخاصة [الجزء الأول]. القاهرة: مكتبة العلم والإيمان.
14. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2012). مقياس تقدير قلق الانفصال عن الأم للأطفال المرحلة العمرية من 6-12 سنة. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.
15. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2012). مقياس تقدير السلوك العدواني للأطفال المتخلفين عقلياً المعايير المصرية والسعودية. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.
16. أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (2012). مقياس تليب الحياة النفسية. القاهرة: مكتبة الأجلو المصرية.