

تعريف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي: عرف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بأنه نظرية في الشخصية العلم للعلاج النفسي طوره اليس عام ١٩٥٥ م، وهو يركز على دور امات غير الواقعية، والأفكار اللاعقلانية لدى الأفراد التمساء، ويركز العلاج باستخدام نموذج ABC على أن الانفعالات ناتجة عن المعرفة لي عن الحدث، كما يؤكد AEBT على أن العواقب الانفعالية ليست ياحة عن الحدث النشاط ولكن ناتجة عن فكرة أو أفكار غير عقلانية منية أو معنى الحدث، وأصبح العلاج العقلاني الانفعالي يغطي الاضطرابات النفسية الناتجة عن الأفكار الخاطئة. ما تعرف طريقة العلاج والإرشاد العقلاني الانفعالي بأنها: "طريقة في الارشاد والعلاج النفسي ارتبطت باسم "ألبرت اليس" وتفترض هذه النظرية ن الاضطرابات والمشكلات النفسية إنما تنشأ نتيجة لأنماط خاطئة أو غيرالطالبة في التفكير. في حين يرى آخرون بأنه: "أسلوب جديد من أساليب العلاج النفسي يسعى إلى إدخال العقل والمنطق في عملية الإرشاد والعلاج.