

وإذا كانت نظرية التحليل النفسي ومدارسها المختلفة قد صيغت الممارسة المهنية للعلاج النفسي خلال أوائل القرن العشرين. والعلاج السلوكي العاطفي العقلاني انبثق على يد مؤسسه نلاغ اعطاه ف أوائل العقد الخامس من القرن العشرين في محاولة منه للمزج بين مدرسة التحليل النفسي والعلاج المتمركز حول العميل ومدرسة الجشالتس وكما يصفه (1996) رح بأنه أسلوب علاجي يوحى بالشمولية في الطرح من حيث تركيزه على الثلاثة جوانب الرئيسية في حياة الإنسان وهي الإدراك والسلوك والمشاعر أن الاهتمام بتعديل العلاج السلوي وتطويره بدأت في الستينات Mahone (1977) والتفاعل فيما بينها. وفي مقابل ذلك يشير بالاهتمام بالإدراك (صمننصعهج) وأضاف أنه لكي يصبح العلاج السلوي فعالاً يجب أن يهتم بالعوامل الشخصية (ومن ضمها الإدراك) وتفاعلها مع العوامل البيئية. وعلى الرغم من وجود أكثر من أسلوب علاجي يحاول المزج بين الإدراك والسلوك من أشهرها على سبيل المثال العلاج المعرق المرتبط