

تعريف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي: عرف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بأنه نظرية في الشخصية العلم للعلاج النفسي طوره اليس عام ١٩٥٥م، وهو يركز على دور امات غير الواقعية، والأفكار اللاعقلانية لدى الأفراد التمساء، ويركز العلاج باستخدام على أن العواقب الانفعالية ليست ياحة عن AEBT على أن الانفعالات ناتجة عن المعرفة لي عن الحدث، كما يؤكد ABC نموذج 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 غير الطالبة في التفكير. في حين يرى آخرون بأنه: "أسلوب جديد من أساليب العلاج النفسي يسعى إلى إدخال العقل والمنطق في عملية الإرشاد والعلاج.