

حوارات علاجية نفسية (1) | د يوسف مسلم | اختصاصي العلاج النفسي والسلوكي

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. واهلا وسهلا بكم جميعا. ارحب بكم انا الدكتور يوسف مسلم وهذه دورة حوارات علاجية باذن الله تعالى يكون هذا البرنامج او هذا البرنامج التدريبي تحديدا وهذه الساعات خفيفة علينا وعليكم ونسأل الله بركة العلم والفهم وانه يوفقنا - [00:00:02](#)

ان الله عز وجل للتطبيقات التي نسأل الله عز وجل انه يعينا عليها ليش اجت دورة حوارات علاجية؟ لانه الان احنا عمالنا يعني ماشيين برنامج طوعي بحيث انه نقدم للاخصائيين في مجال المعالجة النفسية - [00:00:21](#)
الحد الادنى من المهارات الالازمة حتى نرفع من مستوى الكفاءات الموجودة عند المعالجين. وايضا نقوم اه التخفيف وخفض مستويات الضرر التي قد تكون واقعة على من يطلب العلاج لانه هذا العلاج او هذا الممارسات السريرية او الارشادية هي ممارسات لها طريقة ولها اسلوب يجب ان تتم بطريقة - [00:00:39](#)

علمية صحيحة حتى نستطيع فعليا ان نفيد ونقدم هذه الخدمة للناس بالطريقة المناسبة وبالتالي خلينا نتفق على بعض القواعد بالنسبة لنا ارجو منكم جميعا الان الموجودين بالاجتماع عدم فتح المايك لا صوت ولا صورة ولا كاميرا حتى. الا اذا كان بده يشارك او طلبنا المشاركة - [00:01:06](#)

بركة فممكن ترسل على اه مربع او سحابة الحوار انه انت حاب تشارك وبتشارك باذنه تعالى. اي حوارات حتم اليوم هي حوارات بيننا لو سمحتم لان هي تقع في خصوصية المتدرب. خصوصية المتدرب وممكن نحكي عن بعض اجزاء تخص بعض المراجعين. فنرجو انه الحوارات تكون - [00:01:32](#)

هذه المادة مادة ابتكارية فنرجو منك انه هاي المادة تستفيد منها شخصيا. لكن لا احل امام الله عز وجل لاحد انه يقوم بعرض هذه المادي او التدريب عليها لاحقا الا باذنه - [00:01:53](#)

بدك تشارك بتقدرك تشارك بدورك والمشاركة مسموحة. لكن اكتب على سحابة الحوار وعندك رفع اليد بتقدرك تشاركتنا الحضور يكون من جهاز جيد. فاللي ما فتح جهاز جيد لحد الان ارجوكم يفتح الابتوب. حتى يستطيع يتابع ويستمتع ايضا في الباور بوينت ويستمتع في - [00:02:09](#)

هذه الدورة ما اس天文نا. والمدرب اللي هو حضرتي انسان وانا انسان متفهم اتفهم انه احنا مخالفين عن بعضنا البعض. من يحضر لنا ممكن يفهمنا خطأ عند نقطة معينة. تأكدو كل ما سيرد الان - [00:02:27](#)

وخلال الخمس ساعات القادمة باذن الله تعالى. لا اقصد في شخص احد ولا اطرق فيه لشخص احد. فلو ضربت مثال ولقيت انه لمسك او لمس حدا بتعرفه تأكد انه مش قصدي. هي - [00:02:45](#)

كن في ذهنك لكن مش قصدي وانا اعتذر مسبقا اذا كان في هنالك اي تشبيهات او توضيحات لا سمح الله ممكن تمس احد فيكم احنا من عدد من الدول المختلفة - [00:03:00](#)

من عدد من المشارب المختلفة فممكن بعض الاشياء تمس احد تأكدو تماما اني في غنى وبعيد كل البعد عن استقصاد احد المقصود في هذا هذه الدورة لوجه الله تعالى الدين اللازم وان يكون لنا اجر باذنه تعالى فيما تقدموه لمراجعكم - [00:03:13](#)

مسار الجلسة احنا يعني بلشنا اربعة وربع على كل الاحوال لكن حتكلون اول استراحة عالساعة الخامسة باذنه تعالى هذه الاستراحة اللي حتكلون استراحة الصلاة ثم نعود بعد عشرين دقيقة ثم نستكمل حتى الساعة ستة ونص ونخرج باستراحة مدتها تقربيا نصف ساعة واقل بقليل حسب قديش بنكون ماشيين بالمادة. ثم بدننا نشد حيلنا باخر ساعتين - 00:03:32

لأنه احنا مضطرين انه نضغط باخر ساعتين محاور اليوم مغطيها بداية التواصل وفنيات التواصل ثم الصلة وفنيات الصلة ليش؟ لأنه التواصل بالكلام اصل التواصل في العلاج النفسي. على اذا سمحتم من يتفق معي - 00:03:54 او قديش نسبة اتفاقي معك من واحد لعشرة. انه التواصل بالكلام اصل التواصل في العلاج النفسي. يلا نشوف من واحد لعشرة قديش بتفق معك عشرة الف عشرة تسعه عشرة عشرة عشرة 00:04:16 - 00:04:39

سبعة طيب خلينا نشوف ميس بتحكي انه ستة. شاركينا صوتيما يا ميس. لماذا تعتقدني انه التواصل بالكلام اصل التواصل في العلاج النفسي اعطيتني او اكدي على هاي العبارة بست درجات. اذا الأربع درجات هدول اللي انت مش متفقة تماما مع العبارة او ما بتاكيدي على العبارة. وبين - 00:04:39

خلينا نسمع صوتك وشاركينا. تفضلي ميس ميس البوريامي طيب اذا مايس مش قادر تشارك في عنا نسرين فؤاد بتحكي انه سبعة يعطيكم العافية. تفضلي. بالنسبة الي بحكي سبعة وممكن اقل. لأنه في هناك مش بس الكلام المنطوق - 00:04:59 لغة الجسد الایماءات هاي كتير مهمة في العلاج والتوازن تمام تمام. طيب برأيك انا اطلعى بما انه دورك حتى لو حولك اطفال وضجة ما بنزعج. بس احنا بنزعج بفتح بغير ضوء - 00:05:34

ما عرفت الله يخلي لك ايام الصغار اه يا سست انا في الحديقة يلا الله يخلي لك ايها. يا سست نصرين. اذا. نعم. انت بتحكي انه في تلات او اربع درجات لصالح الكلام غير المنطوق. واللي هي - 00:05:48

ما نقول عنه لغة الجسد. انا ما بفضل لغة الجسد. انا بفضل اقول الایماءات الجسدية. الایماءات والحركات. شخصيا هذا ما افضله. صحيح. تمام فهل الایماءات واوضاع الجسم لوحدها كافية للتواصل برأيك في العلاج النفسي - 00:06:05 لا اكيد لا اذا لما منحك اصل التواصل هو الكلام اصل التواصل. يعني النسبة الاعلى للتواصل هو في الكلام صحيح شakra الک يا شakra الک يا نسرين. اذا اه هذا فقط - 00:06:26

لنشط اذهاننا بداية. فعليا حيكون في ناس ما حتفق لانه احنا تعودنا في اقسام علم النفس. اقسام الارشاد في دورات العلاج النفسي انه نعرف قديش اهم التواصل غير المنطوق او التواصل غير اللفظي - 00:06:47 وهذا صحيح. لكن الاصل لما نحكي الاصل فهو الغالب على ذلك. فالغالب على ذلك في العلاج النفسي. وخصوصا في العلاجات النشطة. شو العلاجات النشطة ما بعد التحليلية اللي هي اكتيف حقيقة وفي تفاعل اكبر مع المراجعين الغالب عليها هو التواصل. لأنه في العلاج - 00:07:00

التحليلي اكيد فيه تواصل لكن انتم بتعرفوا انه المحلل النفسي يسمع اكتر ويحاول ان يحل الرمزيات بطريقة او باخرى فدور كبير تكون على المتعالي. لكن في لهجات النشطة بعد ذلك احنا منعرف انه قديش انه التواصل غير اللفظي حتى لو كان مهم لكن من ادوات العلاج النفسي او ادوات العلاج النفسي - 00:07:20

خليفة واستراتيجياته مبنية عالكلام. مبنية عالكلام. فانت لما بدهك تعمل اي استراتيجية انت مضطر بها الكلام مع الموت وبالتالي هذه هي فكرة الدورة. فكرة الدورة انه للحظة من اللحظات احنا محتاجين نفهم اذا جزئية المنطوق - 00:07:40

جزئية المنطوق هلا جزئية غير المنطوق للحظة من اللحظات هاي اللي بنتعلمها في دورات الاشراف هاي بنتعلمها بالاشراف لانه بلحظة من اللحظات لما احنا بنتدرب تمام؟ التدريب لوحده تمام؟ بيعطينا ايش المهارات لكن اذا بدننا نشوف المهارات بعينا ونسمع باذننا كيف تتم يجب ان نحضر اما جلسات مع مشرف - 00:08:02

او المشرف يشاركتنا بعض الجلسات ويتدخل فيها بحيث نرى كيف تتم الفنيات. لاجل ذلك بنصحكم بداية في محاضرة مرفوعة عن الاشراف في العلاج النفسي على قناة اليوتيوب بنصحكم تحضروها حتكلون هذا المربع الخاص بالاشراف وطبيعة الاشراف -

واحمد كلامنا يطرق اي باب يا ترى او يا ترى بل بكتب اللغة العربية الفصحى تمام لما احنا نتكلم مع المراجع كم واحد فيكم الان
يعطيني من واحد لعشرة من واحد لعشرة تكون واثق - 00:08:50

واثق وين اجا الكلام عند المراجع. وهل هو طرق الباب الصحيح ولا لا يلا اشوف من واحد لعشرة كم حدا فيكم تكون واثق اين طرق
الكلام؟ اي باب من ابواب ذهن المراجع - 00:09:11

اذا فعليا احنا بحاجة لمهارات كثيرة بطرق حوارنا مع المراجع. حتى اتأكد انه انا طرقت الباب الصحيح في حدا فيكم صار معه موقف
موقف طريف بيكتب لنا برضه عطشات مش الموقف اذا صار معه - 00:09:40

كان بيحكي او بشارك المراجع بشيء واستغرب انه المراجع فهم الامور بغير طريقة او بغير موضوع. بالاش ازا ما مش اه يعني ما ما
غريت بهذا الموقف الطريف مع احد المراجعين. مع حدا كنت - 00:09:57

بتحكي معه من الاصدقاء. تمام؟ واكتشفت انه انت بتحكي عن اشي وبعدين هو بيفهم على اشي تاني وبيشارك عالاشي الثاني اللي
هو فاهمه. صارت معكم هاي هل حصل اذا هذا الشيء قابل انه يحصل معنى - 00:10:10

وطبيعي انه يحصل معنى تمام؟ بحيث انه احيانا تكون نحاول نوضح نحكي نشرح نوصل فكرة وبتكتشف انه الفكرة اللي عمالك
بتوصلها رغم وضوحاها لالك لكن المتلقي بيهمها بغير طريقة بهمها بغير شكل - 00:10:30

وبالتالي هذا معناه انه هذا الموضوع اللي انت بتتحدث فيه مع الشخص صديقك اخوك. وزي ما حكينا والمراجع حتى وهذا تواصل
قد يكون فتح باب اخر غير الباب اللي انت معني انه يفهم هذا الكلام يتربك هذا الكلام في ذهنه - 00:10:50

وهادا بصير بشكل كثير كبير هلا بصير احيانا كيف يعني انه في بعض الاحيان يكون الشخص انت بتحكي في الموضوع بطريقة
معينة تبهه لشيء تمام؟ طب دققة في عندي تشويش - 00:11:11

ردوا بعثوا لي خلينا دققة بس خلينا نتأكد من طيب الان الان واضح. راح التشويش تمام. تمام وبالتالي اقتراح واضح طب الان
الصوت واضح؟ الصوت واضح. طيب. ممتاز. يلا اذا نتابع - 00:11:30

فهادا اللي بصير وهاي هي وحدة من الاشكاليات الكبرى في التواصل انه في لحظة من اللحظات بتكون بده تفتح باب معين للتواصل.
تدخل من باب معين في ذهن المراجع. تخيلوا هاي الابواب الخمسة اللي امامكم - 00:12:36

هي ابواب في ذهن المراجعة. انا بدي ادخل من الباب اللي بالوسط بدي اطرق هذا الباب لكن المراجع مش ضروري تكون وصل لانه
يفتح لك هذا الباب. ممكن عماله تدخل المعلومة من باب اخر. بنرجع وبنحكي حتى على مستوى تربوي - 00:12:52

الامهات والاباء بيعروفوا بتكون تحكي مع ابنك بالشرق زي ما بنحكي احنا الاباء. تمام؟ وهو فاهمك بالغرب. فواضح انه باب التواصل
ما فتح بالشكل المناسب. فتح باب اخر في ذهن الشخص المتلقي - 00:13:08

فكلامنا يطرق اي باب يا ترى لاجل ذلك في العلاج النفسي من الضرورة انه نزيد مهاراتنا بحيث نتأكد قدر الامكان قدر
المتاح قدر ممكن انه احنا عمالنا بنطرق الباب الصحيح وبنتوجه للباب الصحيح حتى تكون على نفس الارضية نتحدث نحن -
00:13:23

المراجع وبالتالي هون كيف ندخل هاي البيوت من ابوابها مش من شبابيكها تمام؟ كيف ندخل الباب الصحيح هذا اللي بدن ايه. لانه
في كثير من الاحيان ما يتم ممارسته في العلاج النفسي حقيقة هو الحديث على الشباك وليس الدخول من الباب - 00:13:46

لبساطة تشبهه وتحشوفوا انه معظم الشيم تبع التدريب اليوم شبابيك وابواب. حتى تعلق هاي الفكرة في ذهنكم صوريا تمام
وتتصوروها فعليا كثير من المعالجات تتم كانه شخص عالشباك وتحكي انت وايه من الشباك - 00:14:10

احنا بدننا ندخل من الباب وتحكي مع المراجعة على نفس الارضية ونفهمه بنفس الطريقة ونطرق ذهنه للشيء اللي احنا بدننا نساعد
فيه وهو بيطلب المساعدة من خالله خلينا نشوف يعني بتشبيه بسيط او بتمرين بسيط. كيف الاستجابات وتأثيرها - 00:14:26
هذا مراجع بيحكي للمعالج. لم استطع النوم طوال ليلة البارحة لقد كنت افكر كثيرا فيما يخص اليات العمل؟ وهل سينجح مشروعنا

الجديد هون اللي احنا منا اياك تتعلم لما بتسمع عباره من هذا النوع - 00:14:46

وسامحوني رجاء يسامحوني الزملاء الموجودين والدكتورة الافضل اللي عندهم خبرة كبيرة. لما بحكي تتعلموا لا اقصد او لا اقصد
نهائي انه انا افضل من احد لكن نحن نتشارك الخبرة مشان هيك الاساتذة الكبار الدكتورة اللي لهم فضل علينا حتى وعمالهم بيحضروا
رجاء يتنهوا - 00:15:06

الكلمات انا لا اقصد شيء. تمام اه طبعا لا تستغربوا انا بمارس هاي المهنة من عشرين عام والتدريب تقريبا من سبع سنوات فيعني
يعرف بعض الاستجابات كيف مش بتصرير فبستبقها يعني بشكل او باخر فلا تستغربوا ليش بحكيك - 00:15:30
فالمراجعة بيحكي لم استطع النوم طوال ليلة البارحة لقد كنت افكر كثيرا فيما يخص اليات العمل وهل سينجح مشروعنا الجديد
بالتالي هون بيجي التساؤل اللي بيطرق اذهاننا. اذا كيف استجيب - 00:15:49

بما يتحدث عنه المراجع هذا اللي بدننا نتعلماليه اليوم كيف نستجيب؟ وكيف لما نستجيب او نتفاعل نطرق الباب الصحيح. اللي من
خلاله فعليا ندخل من الباب مش بنتحدث على الشباك. ونتحدث مع - 00:16:06

على ارضية واحدة شوف مين بيحب يلعب معنا دور. بدي خمس متطوعين خمس متطوعين. يكتب عالتشات انا مشان واحد واحد
يحكي لنا يلا سريعا ايمان حنبش مع ايمان عبيد ما نشوف مين اللي بيرغبه بلعب الدور - 00:16:24
ايمان اقرئي الجملة من جديد تمام؟ اذا رامز هاجر مريم ضل واحد السلام عليكم آآ لم تستطع النوم طوال ليلة بارحة لقد كنت
افكر كثيرا فيما يخص اليات العمل. وهل سينجح مشروعنا الجديد - 00:16:50

تمام. بدي بدي هاي العبارة تمام؟ انت تفكري فيها تخليها في ذهنك وها الكلام للخمس متطوعين اذا تكرمتوا. خلي العبارة في
ذهنك تمام احفظيها جيدا واحكيها بلغتك. انت معلش - 00:17:11

تمام. خليها باذنك. وهذا كلام لجميع المتطوعين الافضل. خليها باذنك. احفظيها جيدا. وعيدي لي ايها يلا تفضلني. بصراحة مبارح ما
عرفت انام طول الليل وانا بفكري يعني كيف ممكن هالمشروع ينجح ولا أ - 00:17:29

ما عرفت تنامي نعم يعني طول الليل وانا بفكري بس يعني اه ما في نوم من مرة بس وانا بفكري وبدرس انه المشروع رح ينجح ولا أ
كيف ممكن انا اربط اموري فيه؟ ما قدرت من مرة انام - 00:17:49

فما عرفت تنامي طول امبارح نعم نعم وطبعا اثر علي كتير بشكل صعب اه صباحا يعني طيب لاحظتوا كيف اللي تم الان مع زميلتنا
ايمان ماشي؟ انا الكلمة اللي كبست عليها الزر النوم - 00:18:04

فقلت لها ما عرفتي تنامي فاجابتها او جاوبت على موضوع النوم. خلينا نشوف لو ركزت على كلمة تانية تمام لو ركزت على كلمة
تانية. استاذ رامز تفضل احكي الجملة - 00:18:24

بس بلغتك بطريقتك زي ما حكينا وخلصها ولما انا بحكي كلمة معينة بدهك تستجيب للكلمة اللي حكيتها افضل تفتح المايك اذا بدك
تحكي طيب معلش استاذ رامز اذا عندك مشكلة حروح لهاجر وبرجع لك. هاجر تفضلي - 00:18:47

بفتح المايك هل ممكن انا عندي مشكلة مش مسموع استاذ رامز هاجر بتقدر تفتح المايك اذا تكرمتني طيب مريم مريم تقول ايمان
ايمان بما انه متاكددين انه المايك عندك مزبوط. ممكن تحكي كمان مرة بس خليني اتأكد انه ما في عنا مشكلة في السماعة -
00:19:18

تمام دكتور. هيك واضح اه واضح طيب مها بتقديري تشاركي بتفتحي المايك يسعد او قاتك يا هلا اهلا فيك يا مها واضح اه واضح
الصوت. تفضلي اقرأي العبارة بس اقرئيها بطريقتك - 00:20:12

مم. دكتور انا مريم رجعت بس حبيت اخبركم في مشكلة عندكم جهاز تمام خلينا نسمع لها وبعدين نرجع لك يا مريم ولا يهمك.
تفضلي مم مبارح اه طول الليل ما قدرت انام. كنت قاتلة هم وعم فكر بموضوع الشغل - 00:20:33

وقلقانة كتير طول امبارح طول الوقت طول الوقت في اكلي هم طول الوقت طول الوقت بالي كان مشغول وعمر شكرالا لك يا مها
احنا مع مها الان ركزنا على مبارح عكلمة مبارح اكتر طول الوقت او مبارح - 00:20:49

طيب مريم تفضلي كمان مرة احكي العبارة وهلأ منحكى لكم ايش بدننا نوصله تمام. مبارح عانيت من اسلوب من تفكير زائد ما خلاني انام اه لدرجة انه اه صرت افكر بكل اشي حتى يعني بالشغل وبالاشياء اللي بتصير معي اثناء اليوم. كان عندي تفكير زائد كتير -

00:21:12

ففكرت كتير كتير مبارح اه كتير فكرت تمام. طيب شكرا لالك يا مريم رامز ازا فتح معك كان في بعد مريم مسموع؟ اه في صوت الان. نعم. اه ما عرفت كلام طولي مبارح كنت افكر كتير بالشغل والمشروع -

00:21:33

جديد تمام. تفكيرك كان بالشغل كان بالزبط كان بالشغل والمشروع كيف راح ينجح او لا تمام شكرا لالك طيب وضل عنا هاجر. هاجر فتح معك المي كله لأ سلام عليكم -

00:21:55

وعليكم السلام آاه ما قدرت امس انام طول الليل حتى كنت افكر في الشغل وتفاصيله وما اعرف ايش حنعمل فيه والايام الجاية معلش انا ما سمعت اخر اشي مش واضح ان قطش الصوت -

00:22:13

اه قلت اه امس سمعت ما قدرت انام عشان الشغل نفكري في تفاصيله ومش عارفة صراحة ايش حياته في الايام جاية مش عارفة شو حبيصير في الايام الجاية اه ايوة يعني -

00:22:34

اه ايوة ايش؟ كملي آاه ايوة حاسة انه يعني خايف الواحد اه ما يسلم المشروع في وقته ويتفشل الله يستر بس فخايفه تتفشلي اه ايوة تمام. طيب شكرا لكم -

00:22:52

شو لاحظتوا؟ خليني اشوف اللي كانوا بيسمعوا. شو لاحظتوا شو لاحظتوا بهذا التمررين على التشتات اذا سمحتم شو لاحظتوا؟ نفس العبارة حكاهَا اشخاص مختلفين بس نفس العبارة وهاي العبارة تمام؟ كل مرة انا ركزت على كلمة معينة -

00:23:12

طيب خلينا نشوف ما شاء الله الاستجابات كتيرة. طيب اه كل شخص اكمل شکواه حسب استجابتك له. احسنت لاحظت يا مريم؟ وكانه الجملة اللي انحكت او حكاهَا الشخص او عبر عنها -

00:23:50

وين انا ركزت على الكلمات وكأنه كبست زر وفتحت الباب لهاي الكلمة اللي يحكي عنها او هو فتح الباب تمام؟ لهاي الكلمة انه يحكي عنها اكتر تغير مسار الحوار بحكي اه بتحكي رنين. صحيح -

00:24:09

وهاي واحدة من الاشياء المهمة جدا. اللي لازم تتنبهوا لها. انه حواراتنا مع المراجعين بتغير مسارها حسب على اي جزئية من الكلام بنركز. لانه لما ركزت عالنوم بش يحكي عن مشكلة النوم. لما حكى مبارح صار يحكي بعموم مبارح. لما حكى عن التفكير والافكار -

00:24:28

هذا اللي ركزت عليه. وانا كل اللي عملته اني عمالٍ بعكس محتوى او بعكس مشاعر معينة لهذا الشخص. تمام؟ مجرد ما حكى كلمة معينة تفاعلية معه تفاعلت معه بكلمة معينة فتح الباب لهاي الكلمة وبلاش يحكي فيها -

00:24:48

اه اه فرح بتحكي فيه اختلاف لاسباب المانعة في النوم حسب وين ركزت ففرح برضه بتحكي التركيز على كل كلمة بيعطي استجابة مختلفة من المراجعة. احسنت ورامز نفس الشيء بتحكي انه التركيز بخلي المسترشد يركز على العبارة نفسها -

00:25:05

اه حسب استجابتك كان تركيز انا بفضلشي الاسم الحالي لانها ترجم لانجليزية ومعناهم مختلف. بالنسبة لي كلها. بفضل المراجعين نقطة نقطة مختلفة كل مرة. تكرار السؤال عن شيء واحد تمام احسنتوا شكرا لكم -

00:25:23

اه احمد النقطة المرجعية احسنت وهي النقطة المرجعية اللي انا ركزت عليها. تنوع الاستجابات. اذا لاحظتم ليش الحوارات مهمة تمام اه فتحي مقاصد العبارة اللي تغيرت. احسنت. لانه وين انا ركزت على اي نقطة من الكلام ركزت -

00:25:41

وعملت عكس محتوى او عكس مشاعر المراجع ركز معه واسف انا بتحكي المراجع بس احنا بنلعب دور. تمام على هاي الكلمة لاحظتوا اذا وكأنه قبل شوي زي ما حكينا في عنا خمس ابواب -

00:25:59

فمشان هيكل جدا مهم لما انا عمالٍ بتفاعل لفظيا مع المراجع بتفاعل لفظيا مع المراجع على اي باب بدبي ادخل بدن الجرس واضح وبعديها في الجملة اللي بعديها على اي جزئية بدبي استفسر بدن الجرس او بدخل الغرفة اللي بدبي ادخلها. وكأنه انت بتدخل لبيت

المراجع. بيت -

00:26:16

رجع مكون من خمس ست غرف. بس اول اشي بده ترن الجرس لتدخل البيت وبعدين بتقدر تدخل الغرف. اما بخليك زي الضيف في غرفة الضيوف اما بدخلك عغرفة المعيشة وبكون صريح اكتر وبيحكي بجزئيات واما بدخلك على الغرف الخاصة وانك انت من اهل البيت وهذا معناه انه - [00:26:42](#)

فتح سيرته لالك واعطاك فرصة انك تتعرف على خصوصياته بشكل اكبر لاجل ذلك في نقطتين مهمات في ابعاد الحوارات العلاجية [النقطة الاولى اللي هي التواصل. كيف بتواصل والنقطة الثانية اللي هي الصلة - 00:27:02](#)

باللغة الانجليزية اللي مش كثير بفضل انه نحكي فيها وبفضل انه دائما تكون الاشياء معربة او بالاصل باصولها العربية وليس معربة باصولها العربية العميقه واللي الها فهم في مجتمعنا حقيقي - [00:27:21](#)

تمام التواصل اللي هو زي ما بيحكون بالانجليش كيف اتواصل الصلة كيف اعمل صلة مع المراجع؟ وهناك فرق كبير بين التواصل والصلة يكاد يكون مهم جدا كمعالجين لدرجة ضخمة جدا جدا. الهميته وجوهرته الحقيقية - [00:27:34](#)

في موضوع الحوارات العلاجية في موضوع الحوارات العلاجية. اذا احنا منحكي لسا في الحوارات العلاجية وطول اليوم حنضنا نحكي في الحوار العلاجي. ما عمالنا بنحكي عن تكتيكات العلاج. نهائيا مش حننطرق لكتيكات العلاج - [00:28:03](#)

احنا بنتطرق للحوارات العلاجية والجو العلاجي. اللي بخص بعدين اساسيات من ابعاد الحوارات. بعد الاول اللي هو التواصل وبعد الثاني اللي هو الصلة وبالتالي بداية خلينا نحكي عن التواصل القدرة - [00:28:16](#)

قدرتك او قدرة الشخص اللي بتواصل بتواصل على ايصال المعنى او المبني بشكل مقصود او غير مقصود لفظي او غير لفظي بلغتك الخاصة بكلمتين على التشاد شو فهمت من هذا - [00:28:37](#)

التعريف اهم كلمتين بالنسبة لالك بلغتك الخاصة نختار ما الذي نركز عليه بنحدد طول استجابة المراجع توصيل الفكرة لو تعيد التعريف لطفا. طيب. القدرة على ايصال المعنى او المبني بشكل - [00:29:00](#)

مقصود او غير مقصود لفظي او غير لفظي في التواصل اذا من الوسط المعنى من الوصل رسالة وبده يكون في قدرة لفظية او غير لفظية لنوصل هذه الرسالة بشكل صحيح - [00:29:29](#)

كيف نوصل الفكرة للمراجعة؟ احسنتم واحيانا في جزء من التواصل غير مقصود وهذا اللي بنحدر منه لانه ممكن تكون انت جالس مع المراجع. وللحظة من اللحظات وخصوصا شغالة التلفون اللي بتلاقي معظم الناس. تمام؟ تبدي حركة - [00:29:44](#)

معينة تمام؟ يفهم منها انه انت تنتقد او ما عجبك اللي حكاها المراجع او لست موافقا عليه وانت لكل اللي صار انشغلت فهادي مهمة جدا فهو لما احنا بنتحدث مع المراجع. ويتحدث المراجع معنا - [00:30:00](#)

بدنا يكون عنا قدرة على توصيل المعنى ايش بنقصد بشكل واضح مشان هيكل ما بيزيط انه نكون مغمومين او غير مفهومين وايضا المبني للموضوع اللي هي المبني بيختلف عن المعنى انه كيف بتكون الامور تسلسلية يعني انا بوصل فكرة قصدي بعديها اوصل - [00:30:22](#)

الفكرة قصدي بعديها اوصل فكرة فبتعطي معنى هذا الامر ممكن يكون مقصود او غير مقصود. لاجل ذلك آآ لما احيانا يعني بروح العيادة وبكون مرهق جدا او الواحد شوي في حالة مرضية خفيفة - [00:30:45](#)

لما يدخل المراجع اول شيء بوضح له اياه انه اه اعذرني بس انا اليوم مريض فيعني مش حتشوفني بنفس معالم الوجه اللي انت معتاد عليها ليش لانه المراجعين بيقرؤوا وجوهنا وبيقرؤوا ردة فعلنا. فبدي اوضح له هذا الكلام. تمام؟ طبعا هذا الكلام - [00:31:01](#)

اذا كنت انا متعب جدا الافضل ما اشتغل الاشتغل. لاجل ذلك انا عندي اعتبارات اساسية. وحقيقة في الكلام اللي قيل في فترة كورونا عن الفائدة للعلاج عبر الاولنلاين - [00:31:22](#)

عبر الاولنلاين لانه عبر الاولنلاين في الجزء الغير محكي في الجزء الغير محكي ومشان هيكل شوفوا على رسائل الواتساب كثير من الاحيان ممكن نختلف لكن لما بنحكي وجها لوجه نتفق انه احنا لما اختلفنا لانه كان في شيء غايب انا ما فهمتك كوييس وانت ما فهمتني كوييس لانه كان حضور - [00:31:39](#)

نعم بعض غائب حضورنا عن عن بعض غائب. بالتالي المقصود بالمبني هون انا احياناً تكون بدي اوصل عدد من الافكار للشخص. يعني طريقة بنائية معينة زي اعادة مثلاً البناء المعرفي - [00:32:04](#)

واضح؟ فهي طريقة مسلسلة لانه العلاج عملية مش معناه بكلمة وكلمتين واربعة وشريح واحد وتوضيح واحد واضح اذا في هذا الجزء الصلة شو بتختلف عن التواصل الصلة الصلة لما يكون في صلة الصلة بينك وبين حدا - [00:32:21](#)

تمام؟ فهو القدرة على تعميق العلاقة. لما بتعمق علاقتك او العلاقة بتكون عميقه بس بايش شرطها؟ عميق العلاقة بالثقة والامان كن في ثقة وامان. بشكل مقصود او غير مقصود لفظي او غير لفظي - [00:32:44](#)

لانه ليش احنا بنحط بشكل غير مقصود؟ لانه ممكن بشكل غير مقصود يصير العكس تمام؟ فقدرتك على تعميق العلاقة بالثقة والامان مهم مشان هيك قبل شوي انك بتكتب كلمة الاصالة حنين كتبت كلمة اصالة - [00:33:01](#)

هادي من اصعب الفئيات اللي ممكن يتعلم عليها المعالج المعالجون يستعجلون بايش؟ تكون اخد تدريب فاعتقد انه يستطيع ان يدرب يعني ان يعالج فوراً او يدرب حتى وهاي هاي الطامة الاكبر - [00:33:20](#)

تمام؟ تكون لسا ما مشي في العلاج دائمًا انا بشارك طلابنا اللي بيأخذوا معنا مثلاً الان عمانتنا بنطرب برنامج سنتين بالعلاج المعرفي السلوكى هذا بنطربه تقربياً كل عام ونصف انه وحدة من الاشياء اللي لازم تتعلمه الصياغات. كيف احنا منصيغ الكلام وكيف منصيغ السؤال وكيف بنحكه - [00:33:43](#)

بيجي مثلاً شخص مشان هيك مثلاً انا اي حدا من غير متدربينا ما بقبل يحضر جلساتي تمام؟ اذا من المتدربين انه يفهم ما الذي يحتاج ان يراه في الجلسة؟ اذا من غير متدربينا تمام؟ هو مش عارف شو اللي بده ياخده من جلستك - [00:34:04](#)

فالتالي عندي اعتبارات للتدريب الفاهم ايش بده يوخد من جلستك بيعرف انه مجرد حتى طريقتك في الكلام اسلوبك في طرح الاسئلة. اسلوبك في طريقة ادارة الحوار اللي عماله بصير بشكل او باخر. اصالتك وعكس اصالتك هذا فن - [00:34:20](#)

يشكل نصف العلاج. فالصلة مهمة وليست بسيطة جيشه طبعاً لانه بدننا نعرف شغله كثير مهمة واساسية هاي الجزئية من رسالتي في الدكتوراة تمام في رسالة الدكتوراة اه كان بحثي الاساسي عن - [00:34:42](#)

آآ برنامج لتبلیغ الاخبار السيئة. في قطاع الصحة النفسية عموماً والازمات تمام لاجل ذلك وضعت نموذج جديد تمام في موضوع تبلیغ الاخبار. كان الفكرة انه في نموذج جديد طرحته تدربنا عليه مجموعة وعملنا عليهم اشراف وقسنا الاثر والحمد لله كان الاثر - [00:35:06](#)

مناسب جداً وما زلنا بندرب على هذا الكلام تبلیغ الاخبار هو واحد من اساليب التواصل اللي بحاجة لصلة قوية للحظة من اللحظات تمام؟ لصلة قوية وتعرف تعمل الصلة سريعاً لانه بجوز - [00:35:34](#)

انت ما شفت مراجعتك الا جلسة واحدة وبدك تبلغه خبر بالنسبة للله سيء. عن نفسه او عن ابنته او عن زوجته تخيل لما تبلغ الاهل انه ابنهم عنده فصال او الابن يعني من التوحد - [00:35:54](#)

او انه هذا الابن تم التحرش فيه او تبلغ شخص انه الاثار اللي عنده هي اثار اضطراب ما بعد الصدمة او تبلغ الام انه الان انت تعاني من الاكتئاب هذه امور ممكن تكون مقبولة للبعض لكن قد تكون غير مقبولة للبعض او غير واردة - [00:36:09](#)

لاجل ذلك اللي حكيت لكم عنه اللي هو نموذج تبلیغ الاخبار بالسيئة اسمه نموذج الاطوار الثلاث في تبلیغ الاخبار السيئة كان وحدة من السبق اللي بنحاول نعمله في هذا النموذج - [00:36:28](#)

اه ولاجل ذلك يختلف عن غيره من النماذج مش احسن يختلف مش احسن يعني لما بتجي المراجع بدي سريعاً اقرأ انفعاليها - [00:36:43](#)

تمام؟ مشان اتأكد هو في اي حالة مزاجية الان اسمه نموذج الاطوار الثلاث لتبلیغ الاخبار السيئة. نشرناه كذا مرة في كتبنا نشرناه بي دي اف كذا مرة تمام ودرينا عليه كذا مرة حتى كانت التدريبات مجانية - [00:37:02](#)

تمام؟ واللي بتدرك يا درينا عليه تدريب طويل كان تمام فا بهمني اني اقيس الحساسية الانفعالية ليش بدي اقيس الحساسية الانفعالية؟

افهموني جيدا افهموني جيدا نرجع لسوره الابواب تمام لما تكون انت في حالة من الحزن - 00:37:17

او انخفاض المزاج هل استقبالك للي بينحكى بكون بنفس الطريقة اذا كنت في حالة من التوتر والقلق هل بيكون بنفس الطريقة اذا فيك اذا كنت في حالة من الغضب والحدة - 00:37:41

هل حيكون بنفس الطريقة اذا كنت في حال من ردة الفعل الانسحابية بتعرف هاد اللي بييجيك وهو بدوش يحكى مش جاي عباله يحكى لانه الزوج او الزوج او الابن مش جاي تمام من خاطره - 00:38:04

تمام مثلا اللي بعانونا من الادمان بنلاحظ عندهم هذه المشكلة الابباء في في في مرحلة المراهقة بجيبيوهم الاهل بنلاحظ عندهم هذى المشاكل لانه بكونوا في حالة من الحساسية الانفعالية العالية. وانت بده تتوافق معه - 00:38:21

اه هو اسمه نموذج الاطوال الثلاثة لتبلغ الاخبار السيئة تمام وبالتالي بهمني انه اعرف عن الحساسية الانفعالية الموجودة عند الشخص حتى يكون تواصلي صحيح واعرف كيف اعمل الصلة الحزين او اللي بيغيل للحزن. اجاني مريض اكتئاب او في مزاج اكتئابي - 00:38:38

كيف بيفهم الاشياء برأيكم كيف يغيل دماغه لفهم الاشياء ما هي الابواب التي تفتح في ذهنه على الاغلب لفهم الاشياء. اكتبوا لي حيكون ميوله للسلبية والتشاؤمية اعلى فلاجل ذلك لما انت - 00:39:05

تحكي معه في امور فيها بالاصل هي سينة حياخدتها بسوء اكبر مما هي عليه واضح في المقابل المتوتر والقلق الخائف كيف بياخد الامور؟ عالاغلب عالاغلب كيف يغيل لاخذ الامور كيف يغيل لاخذ الامور - 00:39:32

اقرب للكارثية اقرب ليتخيل السيناريو الاسوء احسنتم. ردة فعل سريعة يستشعر التهديد اسرى. المبالغة تضخم احسنتم احسنتم جميعا وبالتالي هذا الشخص كمان بدي اتنبه لانه الان ممكن يضحي بالامور - 00:39:57

ويكبرها و يجعلها كارثية طب لو كان غضبان او في حال من الحدة كيف حياخذوا الامور بشكل شخصي بشكل تهديد بس هو هون تهديد مش حيهرب زي الخائف. وبده امان بده يكسر راسي للحظة من اللحظات اذا زدتها عليه - 00:40:20

بشكل عدائي ممكن ينفعل ممكن يعصب وللعلم يعني فكرة تبلغ الاخبار هي جاءت بصرامة يعني في فترة الدكتوراة في الالفين وعشرة لما بلشت ادرس الدكتوراة كان الفكرة انه اه للحظة من اللحظات تتكرر احداث لها علاقة بضرب بضرب - 00:40:43 الدكتورة الدكتور المعالج في المستشفى وكان الفكرة انه نشوف ونطلع على بعض الاسباب وطلع واحد من اهم الاسباب طريقة نقل الاخبار فبعدين صار الفكرة في طرق لنقل الاخبار او نماذج لنقل الاخبار موجودة لقطاع الانكولوججي اللي هو قطاع الاورام وكذا - 00:41:07

القطاع اللي مش مدروس كفاية بنقل الاخبار كان القطاع النفسي. تخيلوا قديش احنا نتوافق مع الشخص مع ذلك قطاعنا اقل قطاع مدروس من ناحية نقل الاخبار ولقيت انه في عدد من الاساتذة العرب الكبار اللي اهتموا بنقل الاخبار اخذوا نماذج اجنبية صحيح وترجموها - 00:41:29

ثم طبقوها لكن مثلا اه اه مثلا اه كان في دراسات مهمة كثير عن نقل الاخبار. للام التي تتجنب طفل عنده اعاقة تبلغ اهل المتوفى تبلغ مريض السرطان انه الوضع متقدم او تبلغ اهله - 00:41:50

تمام الغريب اعمل تدريب في الجامعة الاردنية وكان الحضور من طلاب البكالوريوس تمام البعض منهم لما اجيت وحكيت لهم انه كان في في زي تصوير فيديو اه لعب دور مع احد المراجعين. بنفرجيمهم كيف المهارة لنقل الاخبار. تمام - 00:42:09 فكان يعني في في شخصين اعترضوا انه معقول الاكتئاب بعتبروه الناس خبر مزعج او سيء وانت بحاجة تنقلوا لهم الخبر بطريقة معينة قديش بتتفقوا مع هذا الكلام؟ هل تتفقى انه فعليا عادي تيجي تبلغ حدا انت عندك اكتئاب او عندك اضطراب ما بعد الصدمة او القلق اللي بتوصفه هذا قلق مرضي عادي - 00:42:35

تبوا لنا عالجات وبالتالي وبنرجع بنحكى احنا ما بنتحدث عن الاشخاص بعينهم لكن بنحكى عن انه احيانا نقص الكفاءة في فهم القطاع بتخلصي بعض الناس تفكك بعض الامور تمام؟ انها لأ عادية يعني انه بما انك انت بتعرف عن الاكتئاب الاصل انه المريض يتقبل

الاكتئاب وهذا مش صحيح. وهذا مش صحيح - 00:43:04

بالتالي قياس الحساسية الانفعالية قياس مهم. يحتاج منا ان نفهم الوضع الذي يكون الشخص فيه في الحالة الانفعالية. لانه هون كيف نتواصل؟ وكيف نؤكد الصلة مهم الحزين الصلة اللي بده ايها تكون مبنية عوجود امل وثقة - 00:43:33
الخائف والمتوتر والقلق الصلة اللي بده ايها تكون قائمة على نوع من الامان والجو الامن الغاضب تمام؟ بده برضه نوع من الامان ويعرف انه ما في تهديد من قبلك - 00:43:56

والمنسحب بده يتتأكد انه يثق فيك لاجل ذلك الجزء غير المحكي عادة تمام؟ في التدريبات هو الجزء اللي بخص الصلة. كثير من مركز عالتواصل. اخذتوا فنيات اه اه كيف انا مثلا اعمل عكس المشاعر وعكس المحتوى - 00:44:14
مطروح في كثير تدريبات اللي درسوا في الاقسام. لكن الصلة الاقل طرح لاجل ذلك بنبلش دائمًا بتأثير الحساسية الانفعالية طيب بذنا نفصل بالتواصل بشكل اكبر فقلنا التواصل هو القدرة على ايصال المعنى او المبنى بشكل مقصود او غير مقصود لفظي او غير لفظي - 00:44:32

اذا هذا التواصل حتى يتم بذنا نعرف فنيات خاصة بالتواصل. الفنية الاولى هي فنية الاسئلة والتساؤلات الفنية الثانية هي فنية الافتراضات الفنية الثالثة اللي هي فنية التوضيحات والفنية الرابعة والاخيرة هي فنية التوجيهات - 00:44:55
وهذا اللي بنظره اليوم هو مقدمة في الموضوع يعني قد تكون عندكم بعد ذلك اسئلة كثيرة وديروا بالكم لما تكثر اسئلتك عن شيء هذا يعني امر مهم انه بلشت تطلع من جهلك في الامر - 00:45:20

لأنه اللي بحس انه الموضوع عادي بسيط اذا هو ما ولج هذا الامر حتى يعرف قدبيش في اشياء في داخله من العلم فاذا صار عندك اسئلة اكتر نتأكد تماما انه الحمد لله احنا وصلنا لهدفنا بشكل اكبر - 00:45:38

لكن زي ما حكينا اللي بنظره اليوم مقدمات في الموضوع وبالتالي الاسئلة الاسئلة فيما يخص العلاج الان طبعا الاسئلة تخص التربية والتعليم الاسئلة تخص اولادنا الاسئلة الموجودة في كل شيء. كلنا بنظره اسئلة - 00:45:55

لكن هون ما نقصده الاسئلة في العلاج هي عبارة عن طرح استفسارات واستفهامات بستفسر بستفهم حول ظروف وتفاصيل معينة تخص المراجعين لظرف معين لتفصيل سواء كنت بعمل دراسة الحالة او باخذ تاريخ الحالة. انا عمال - 00:46:14
بستفسر وبستفهم عن الظروف الاوقيات الاعراض التفاصيل اللي بتخص المراجعين ولما بيعطيني مواقف وبنحدد مواقف انا برضه بدي استفهم واستفسر حتى افهم اكتر هذه المواقف اللي بطرحها المراجع وبالتالي - 00:46:41

في توجيهات الممارسة المثل زي ما بسموها ايش اللازم افعله في سياق الاسئلة؟ وايش المحاذير الاشياء اللي ما افعلها على قدر الامكان لازم تكون طريقة الاسئلة اللي بتطرحها استفهامية هل بتقصد كذا - 00:47:13

يا ترى كيف ممكن توضح لي الموضوع هون اكتر؟ استفهم واستكشف السؤال الثاني طرحته كيف ممكن توضح لي الموضوع اكتر شو في موقف صار ممكن يعبر عن الموقف اكتر هذا الاستكشاف - 00:47:39

في نوع من الاسئلة اللي هي في المقابل لا تفعل الاستئنكارية طب وانت ليش عملت هيكل من الاصل؟ هذا بطل استفهام وبطل استكشاف صار استئنكار طيب خليني اسأل سؤال استفهامي وسؤال استئناري - 00:47:56

وتحكوا لي شو الفرق كان بين السؤالين سؤال الاستفهامي يا ترى ليش انت اتصرفت هيكل في تلك اللحظة؟ هل هذا استفهامي؟ تتفقوا مع انه استفهامي مين بيتتفق مع انه استفهام؟ من واحد لعشرة - 00:48:16

طيب خلينا نشوف لو كان بهاي الطريقة طب ليش انت يا ترى تصرفت هيكل في هديك اللحظة تمام نبرة السؤال هي اللي بتخللي الاسئلة استفهامية او استئنكارية استكشافية او فضولية - 00:48:47

من اكتر المطبات اللي ممكن يتعرض لها المعالج اذا بلش يسأل بفضوله تمام صار دافعه الفضول مش دافعه اللي هو مصلحة المراجع. وهذا بصير من كثير من المعالجين الجدد للأسف - 00:49:20

انه بصير بعدين يسأل بفضول في قاعدة اساسية وفي برضه على قناة اليوتيوب الخاصة فيي موجود او مرفوع. اه اللي هو وحدة

من المعالجات اللي بنعتقد انها الجيل الجديد في الوسط العربي اللي هي العلاج المرتكز على الممانعة النفسية - 00:49:46

القاعدة الاساسية في العلاج المرتكز عالمانعة النفسية هي قاعدة علاجية اصيلة وهي انه احنا ما بنأخذ معلومات زائدة عن الحد واذا اخذنا معلومة من المراجع تكون الهدف استخدامها في العلاج وتوظيفها للعلاج - 00:50:07

وما بنأخذ المعلومة فقط بطريقة وبعدين ما بنهتم فيها وهاد وحدة من المطبات في الكلينكال سيكولوجي في علم النفس العيادي انه احيانا يتم السؤال باستفاضة عن كثير من التفاصيل تمام - 00:50:27

لمعلومات هي لا تفيق حقيقة في موضوع فهم مشكلة المراجع وتشخيصها لاجل ذلك من فنيات المعالج وفنينات الكلينيكال سيكولوجيست انه تكون اسئلته دقيقة وواضحة بحيث انه لما يعرف انه بيقدر يكتفي بكفي - 00:50:44

يعني انت احيانا الموقف مثلا في العلاج المعرفي في العلاج العاطفي العقلاني الانفعالي في العلاج السلوكي انت الموقف بایش بهمك ؟ بهمك عناصر معينة في الموقف ما بهمك تفاصيل كثيرة في الموقف - 00:51:06

لاجل ذلك في العلاج المعرفي او في العلاج العاطفي العقلاني دائمًا بعلمك كيف يصاغ او يكتب الموقف ليش لانه الموقف في عناصر مهمة هاي اللي بدك تفهمها وترى اما يقدر يفصل لك - 00:51:20

والله وطلعت انا واياه ووقفنا عند اه تبع القهوة هاد وشرينا كاستين قهوة. كل وحدة بنص دينار واعطانا اياهم بکاسة ورق قدر الامكان وهذا ديروا بالكم ترى بصير من بعض المراجعين - 00:51:38

وخصوصا مشكلتهم انه الاحيان بفصلوا كثير تفاصيل يظن انه لازم يحكي لك كل التفاصيل مشان هيک هم من الاصعب في ادارة الحوارات. تمام ؟ كل التفاصيل الدقيقة لانه بتوقع هيک بفهمك مشان تعرف تفیده - 00:51:53

ولما بتحاول بطريقة او او باخرى تدير الحوار بحيث تاخد المفاصيل مش التفاصيل. مفاصيل الموضوع هذا ممكن يخلية للحظة من اللحظات يستأووا ينزعجوا مشان هيک نرجع وزي ما حكينا بنوضح انه احنا اه بدننا حاول نفهم روح الموقف - 00:52:09

مفاصيل الموقف اللي بتفيده حقيقة ويتخلينا قادرين انه نتعامل مع الموقف لاجل ذلك منا اسئلتنا تكون استفهامية وليس استنكارية استكشافية وذات صلة مش ضايعة مش اللي بخطر عالي بسؤال عنه. لا - 00:52:28

في العلاج احنا مش المخترع عبالك بتسأل عنه انت بده يكون عندك طريقة منتظمة. مشان هيک احيانا ممكن المراجع يحكي لك كثير من الالشیاء وتسأل عن تفصيل معين انت كتبت على دفتر ملاحظاتك تفاصيل اخرى بدك تسأل عنها لاحقا. لكن طريقة العلاج حتى تضلها يعني يسترسل - 00:52:50

مش بالكلام يسترسل بالتفاصيل المفاصيل المهمة العلاج وبالتالي تحديد ايش اللي بدك ايه ؟ مفاصيل الموضوع. الاولويات كيف تبني فهمك للموضوع هذا بيرجع لك لاجل ذلك بنقر ساعتها لما نتساءل بدننا نسأل اسئلة اتساع بشكل افقي في الموضوع افهم تفاصيل حواليه ولا بشكل عمودي - 00:53:11

اخد قضية من اللي حكى واتوسع فيها اكتر زي ما طرحنا مثال المراجع. حكى عن النوم. اخد موضوع النوم وهو الموضوع اللي اغوص فيه وانزل فيه بشكل عمودي. طب هذا اول مرة بصير معك مشاكل انه قديش بتصرير معك وبيلش استفهمه واستكشف اكتر - 00:53:37

الاسئلة كل ما كان السؤال قصير مباشر محدد مفهوم هاي الاربع ميزات للسؤال الجيد وبالتالي الاسئلة اللي منبعها الفضول او الزائدة عن الحد او استكشاف زائد للموضوع بدننا نتبه لها - 00:53:55

اسئلة ذات حساسية عالية وهذا بصير اكتر اشي في العمل مع اللاجئين مع ضحايا التعذيب مع قضایا الاغتصاب مع قضایا مهمة. تمام في اسئلة ذات حساسية عالية انت حضرت على باب - 00:54:16

اذا فتح هذا الباب لالك ممكن انك تفعل صدمة في صدمة معينة ورا هذا الباب وتفعلها وانت لسه بتبلش مع المراجع يعني في قاعدة في العلاج انه بدك تتبه لو هنا طفوص مع المراجع احيانا بتعرف انه هناك في حدث سيء - 00:54:35

واحدة من الالشیاء الصعبة في العلاج عنا وبرجع وبحكي هادا اساس العلاج المرتكز عالمانعة. بتقدروا تسمعوا اللي قدمناه وتفهموا

كيف هذا العلاج ماشي واحدة من الاشياء السيئة انه احياناً احنا بتنطلق - 00:54:57

بس بدننا نعالج من غير ما نعرف اي ابواب بنطرق. لازم يتكون عنا فهم اي ابواب النطوق لانه لما بتروح لاي طبيب وعندك شكوى من الم او وجع او بذك عملية بعمل اجراءين - 00:55:11

بعمل اجراء مسكن وبعمل اجراء علاجي يعني بعطيك العلاج بس بعطيك مسكن رحت عطبيب الاسنان عندك التهاب بعطيك دوا للالتهاب تمام مضاد حيوي ويعطيك ايضاً مسكننا حتى تتحمل عين ما تعالج - 00:55:28

السؤال هون هل في علاجنا النفسي مسكنات نعم او لا يلا جاوبوني هل في مسكنات وايش هي هاي المسكنات؟ اذا وجدت هل فيه مسكنات وايش هي؟ الاسترخاء. التركيز على الجانب الايجابي قد لا يكون من مسكنات - 00:55:45

المسكن اللي بنقدر نعطيه للمراجع هو بداية ستabiliti طرق الاستقرار طرق الاستقرار. وبنفهمه انه طرق الاستقرار مش كلها بنفس الدرجة بتعطيه وبنفهمه كيف يتتحمل الانزعاج وانه الانزعاج ما يصير عنده الفزع من الالم او الانزعاج - 00:56:16

تمام احنا ما عننا المسكنات نفسها اللي بيعطيها الاطباء لاجل ذلك احنا بحاجة ايش؟ احنا بحاجة الى تيقظ الذهني اسماء مش من المسكنات. تمام؟ وهذا يعني الله طريقة احنا بحاجة بداية قبل ما نطرق ابواب صعبة عالمراجع لما نبلش بالعلاج هلا. عمالي بدرس الحاله ممكن اطرق بعض الابواب بس مش لازم ادخل جوة. خلص بدي - 00:56:39

افهم فاهم عام. توسيع افقى في الاسئلة استفهم واستكشف بشكل عام لكن لما اقرر اي باب بدي اطرقه تمام بدي اتأكد انه انا عندي العدة والعتاد لما بدي ادخل هذا الباب وافتتح على نفسي قبل ما افتح عالمراجع - 00:57:06

افتتح على نفسي قبل ما افتح المراجع باب ليس سهلاً لانه اذا في صدمة في الم في اذى في تحرش في في في خبرات صعبة حيروج مع المـهـ انا بخلص شغلي لكن هو حيروج مع المـهـ - 00:57:26

لاجل ذلك فنية طرح الاسئلة. والاستكشافات واعرف كيف اطرح الاسئلة ذات الحساسية. تمام؟ او الاسئلة الاشكالية في حد ذاتها مهمة احياناً مع المراجعين وخصوصاً المراجعين اللي اوضاعهم صعبة. بنروح بنشتغل عالاشيء السهلة في حياته البسيطة وبنفهمه انه احنا عمالنا بنشتغل عالاستقرار - 00:57:43

بنشتغل بعض الاشياء بتخرج حياتك بتكون الامور شوي شوي تحسنت بشكل بسيط بعدين بنفتح الموضوع الاصعب. لانه اذا فتحنا الموضوع الاصعب واصلاً حياته متعلقة او حياته صعبة. تمام؟ حتزيد صعوبة حياته بشكل كبير - 00:58:06

بذك دائماً تتأكد انك فاهم مصلحة المراجع. وفاهم انك ممكن تفتح عليه باب. هذا الباب لو فتحته. هو باب يعني صعب صعب انه يخرجوا منه بسهولة. لاجل ذلك بذك تكون عارف كيف تطرح الاسئلة وقديش تطمر في الاسئلة وخصوصاً في البداية - 00:58:22

لاجل ذلك فهمك للحالات بشكل تكاملـي هو اللي بخليلك تقرر الان على ايش بذك تشتغل؟ فدائماً منا تتأكد انك بذك تعرف تدخل للباب اللي ما بيأني بداية ويخليك تفهم من خالله المشكلة العامة ثم - 00:58:42

لما بتفكر هيـك منـاحـي الاستقرار لو زـدـتهاـ بـحيـاتهـ حـيـتحـمـلـ تـفـتحـ الـابـوابـ الصـعـبةـ. بـسـ زـيـ ماـ منـحـكـيـ مـثـلـاـ فيـ تـبـلـيـغـ الـاـخـبـارـ. الـخـبـرـ السـيـءـ دـايـماـ سـيـءـ. يـعـنيـ طـرـيـقـةـ نـقـلـ الـخـبـرـ حـتـىـ لوـ كـانـتـ لـطـيـفـةـ حـتـخـلـيـ الـخـبـرـ سـيـءـ. بـسـ الليـ بـيـخـلـفـ اـنـهـ بـدـلـ ماـ يـكـونـ الـخـبـرـ سـبـبـ فيـ الـصـدـمـةـ - 00:59:02

بصـيرـ فـقـطـ هوـ خـبـرـ سـيـءـ مشـ سـبـبـ فيـ الصـدـمـةـ وـفـيـ نـفـسـ الـوقـتـ فـتـحـ الـابـوابـ الصـعـبةـ حـيـكـونـ دـايـماـ صـعـبـ. لـكـ بـيـخـلـفـ اـنـهـ هـادـ المـريـضـ عـنـدـ شـوـيـةـ اـسـتـقـرـارـ تـخـلـيـهـ يـتـحـمـلـ اـكـثـرـ. مشـ مـيـةـ بـالـمـيـةـ - 00:59:22

يتحمل اكـثرـ وـلـاـ اـنـتـ تـجيـهـ فـيـ ظـرـفـ وـبـتـدـخـلـ عـالـصـدـمـةـ مـبـاـشـرـةـ وـبـتـضـرـبـ الـضـرـبةـ الـقـاضـيـةـ الليـ حـتـخـلـيـهـ بـالـعـكـسـ وـضـعـهـ اـسـوـاـ. مشـ اـحـسـنـ. طـيـبـ هـنـتـوـقـفـ الـاـنـ لـمـدـةـ خـمـسـطـعـشـ دـقـيـقـةـ حـنـرـجـ عـلـىـ السـاعـةـ خـمـسـةـ وـنـصـ بـعـدـ ماـ نـصـلـيـ الـمـغـرـبـ تـقـبـلـ اللـهـ مـنـ الـجـمـعـ. السـلـامـ عـلـيـكـ - 00:59:36