

# حوارات علاجية نفسية ) 3 ( | د يوسف مسلم | اختصاصي العلاج النفسي والسلوكي

يوسف مسلم

طيب اذا بسم الله وعليه توكلنا بيخ الخوض الان باخر جزء وتعريف التقبل والثقة عبارة عن تقبل حضور المراجع  
بمشاكله مهما كانت وكسب ثقته بانكم فريق واحد هذه التقبل والثقة - 00:00:04

بوابة من اكبر بوابات سوق الفهم حتى انا شخصيا احيانا لما بعرض بعض الاراء الخاصة ببعض الحالات والاضطرابات يسأله فهمي من قبل الزملاء وهو موقف من الشذوذ الجنسي ومتى يعتبره اضطراب ومتى يعتبره لا شخص مكابر - 00:00:37

وعنيد وما بده يتعالج ف تقبل حضور المراجع بمشاكله مهما كانت وكسب ثقته بانكم فريق واحد معناه انه انا بدبي اقبل وافهم واتعاطف واتعاون وانصت واعطي وقت للشخص ما دام هذه المشكلة مؤثرة عليه - 00:01:04

ويطلب العلاج والحل ويطلب العلاج والحل لكن تخيل يجييك مدممن ويقول لك انا بتعاطي طيب بدبي استمر في التعاطي وتساعدني خلال استمراري بالتعاطي اني ما ازعج وما اتوتر وما يضيق خلقي - 00:01:34

من انه انا عمالٍ بتعاطي من فيكم سيساعد على ذلك اتفضلوا اشوف عتشات حتساعدوه مدممن يقول لك انا بدبي تساعدنـي ان ابقى اتعاطى وما بدبي تحلي لي مشكلة التعاطي تمام بدبي تحلي مثلا مشكلة - 00:02:09

احسنت بدبي اساعدـه مثلا يغير تفكيرـه بدبي اساعدـه انه يفهم انه قد يعيش التعاطي ومشكلـة الـادمان هـذه هي اساس عـالـاـغلـبـ معظم مشاكلـه مـريمـ بـتحـكـي طـلـبـه مـتنـاقـضـ طـبـ لـما يـجيـكـ حـدـا يـمارـسـ اللـوـاـطـ ويـقـولـ لـكـ اـنـاـ بـدـبـيـ تـسـاعـدـنـيـ اـعـمـلـ هـذـاـ الشـيـءـ - 00:02:38

بس من غير ما اشعر بالذنب والقلق وانتـقـبـلـ نـفـسـيـ عـلـىـ ذـلـكـ شـوـ بـيـفـرـقـ عـنـ المـدـمـنـ ماـذـاـ يـفـرـقـ عـنـ المـدـمـنـ شـوـ رـأـيـكـ؟ـ بـفـرـقـ عـنـ المـدـمـنـ الليـ بـدـهـ يـضـلـهـ فـيـ نـصـ مـشـكـلـتـهـ - 00:03:07

بس ما بـدـهـ يـقـلـقـ مـنـ مـشـكـلـتـهـ اوـ يـشـعـرـ بـالـذـنـبـ مـنـ مـشـكـلـتـهـ؟ـ لـاجـلـ ذـلـكـ عـادـهـ الشـخـصـ الـلـيـ بـيـجيـ بـمـشـكـلـتـهـ بـدـهـ يـكـونـ وـاقـعـيـ فـيـ الـلـيـ بـطـلـبـهـ مـنـكـ وـاقـعـيـ فـيـ الـلـيـ بـطـلـبـهـ مـنـكـ - 00:03:27

تمام وـهـونـ اـنـاـ بـطـرـحـ دـايـماـ اـشـكـالـيـةـ تـخـيـلـ اـنـهـ تـيـجيـكـ اـمـرـأـةـ تـخـونـ زـوـجـهـاـ وـتـقـولـ لـكـ بـدـكـ تـسـاعـدـنـيـ اـخـونـ زـوـجـيـ تمامـ؟ـ منـ غـيرـ ايـ شـعـورـ بـالـذـنـبـ اوـ القـلـقـ هلـ حـتـسـاعـدـهـاـ - 00:03:47

هلـ حـتـسـاعـدـهـاـ فـيـ ذـلـكـ الـلـيـ بـنـعـمـلـهـ هـونـ هوـ اـنـهـ اـنـتـقـبـلـ نـقـلـ اـنـهـ يـجـيـبـنـاـ هـذـاـ المـرـاجـعـ نـفـسـهـ مشـكـلـتـهـ.ـ نـتـعـاطـفـ اـنـهـ هـايـ المشـكـلـةـ بـتـأـثـرـ عليهـ نـتـعـاوـنـ اـنـهـ نـحـلـ المشـكـلـةـ وـبـنـنـصـتـ وـبـنـعـطـيـ وقتـ - 00:04:13

اـنـهـ يـخـلـصـ مـنـ مشـكـلـتـهـ الاـسـاسـيـةـ.ـ الـلـيـ هـيـ الـاـدـمـانـ اوـ الـو~ا~طـ اوـ الـخـيـانـةـ وـاـضـحـ وـهـونـ بـاجـيـ لـعـدـ مـنـ الـاـمـرـوـ اـوـلـهاـ مـعـايـرـ مـعـايـرـ بـتـخـصـ العـلـاجـ وـمـعـايـرـ بـتـخـصـ المـجـتمـعـ لـوـ جـاءـكـ شـخـصـ وـهـوـ بـفـكـرـ يـرـتـكـبـ جـرـيـمةـ كـبـرىـ - 00:04:49

تمامـ وـبـدـهـ اـيـاـكـ تـتـكـتمـ عـلـىـ السـرـ هـلـ تـتـكـتمـ عـالـسـرـ هـلـ تـتـكـتمـ عـالـسـرـ؟ـ طـبـ لـيـلـشـ طـبـ يـلاـ لـيـشـ مشـانـ الـلـيـ الـلـيـ حـاـوـلـ يـحـكـيـ الصـوتـ بـقطـعـ.ـ ماـعـنـديـ مشـكـلـةـ اـذـاـ بـدـكـ تـحـكـيـهـ - 00:05:18

صـوـتـيـةـ لـانـهـ فـيـ قـاـعـدـةـ فـيـ قـلـبـهـ بـرـاسـكـمـ جـداـ مـهـمـةـ جـزـءـ مـنـ تـصـيـرـ اـخـلـاقـيـاتـ الـمـهـنـةـ قـوـيـ غـرـبـيـ لـكـنـ اـذـاـ بـدـنـاـ نـحـطـ اـيـضاـ مـنـ اـخـلـاقـيـاتـ الـمـهـنـةـ جـزـءـ مـنـ اـخـلـاقـيـاتـ الـمـهـنـةـ حـفـظـ المـجـتمـعـ - 00:05:45

يعني حفظ المجتمع مقدم على حفظ الفرد مين يتفق معي حفظ المجتمع ككل هو مقدم على حفظ الفرد تمام وهاي القاعدة مهمة  
00:06:09

مشان هيك اختصاصنا من اصعب الاختصاصات من اي ناحية انه يشرع فيه الشذوذ -  
بقول لك ما هو حرام وبلاش وكذا وبعاني ومشكلة. طب يا اخي مشكلة تعال خلينا تعالج له ايها انت ما بتطلب مني علاج عن مالك.  
انت بتطلب مني يتقبل المشكلة ويبيطل يشعر بالقلق اتجاهها. وهذا تناقض في اللي بتطلبه. طب ليش مريض القلق بدك تعالج له -  
00:06:36

قلق مريض الاكتئاب بدك تعالجه للاكتئاب. مريض اضطرابات الاكل لما يجي حدا وحدة عندها اضطرابات اكل او بتيجي بتحكي لك  
انا ما بدي اكل الانزوكس يا فرض نمام؟ وخليني اموت. نسمح لها تموت - 00:06:55

اسمحي لي تقتل نفسها بنسمح اللي عنده افكار انتحارية انه يقبل على الانتحار احنا بننقدش بس الافراد بننقد المجتمع من ظواهر اذا  
تركناها تنتشر وصرحنا فيها وخليناها مشرعة للأسف انها حتقتل المجتمع - 00:07:14

اولوية حفظ المجتمع تسبق حفظ الفرد والفرد جزء من المجتمع طب ما دام هيک ليش بنسجن السارق؟ ليش ما منعالج ضميره انه  
يبيطل يشعر بالذنب باتجاه السرقة ويسرق ما يسرق. وبين المشكلة - 00:07:39

ليش نكتشف للحظة انه والله اللي وقع على شخص من الاساءة الجنسية طب عادي واحد اساء لواحد جنسيا وبين المشكلة؟ ما هاي  
عمالهم بصرحوا. انه الامور الجنسية الخارجية عن السياق - 00:08:00

تمام مشكلة ولاجل ذلك برجع وبتحكي جزء من فهمنا لاضطراب لازم يكون ايضا مع فهمنا لطبيعة المجتمع وطبيعتنا الثقافية  
وطبيعتنا الدينية في امور هي بتخلينا المجتمعات على عتبة الخطر. هي التصريح فيها وتشريحها واعطائهما احقيـة معناه انا بطلب انه  
الاضطراب - 00:08:17

والشذوذ يصير مظلة الاخرين مش العكس وبدك تشوف لوين قباحت الموضوع تعال وتفرج على الافلام الجديدة حتى الافلام المصرية  
وشوف حضور الشذوذ الجنسي فيها والاشارات والاعلام تبعتهم موجودة بشكل قوي وبشكل مقمم بذاته - 00:08:43

هم بيعرفوا انه هذه الامور اذا استمرأها شخص في ورقة لواحد من علماء النفس الامريكان بيتحكي لك انه الولد بطبيعته لا يفكر بهذا  
الفعل الا اذا شافوا او مور يسمعوا - 00:09:08

بينكسر حاجز ويبصير يفكـر بهذا الفعل زي عفوا منكم وارجوكم انت كلـكم اخصائيـين نفسـيين فارجو انكم تفهمـوا اللي رايـح احـكيـه.  
الطفل لا يـفكـر اي شيء مع اخـته لكن اذا شاف هذا - 00:09:25

شيـء بـصـير بـدـه يـجـرب لـانـه بـنـكـسـرـ حاجـزـ فـفـي عـنـا مشـكـلـةـ حقـيقـيـةـ فـيـ مشـكـلـةـ فـيـ هـذـيـ يـعـنـيـ اـذـاـ انـ كـانـ وـجـودـ شـيـءـ مـنـ اـضـطـرـابـ فـيـ  
الرغبة الجنسية تجـاهـ نفسـ الجنسـ موجودـ عندـ بعضـ الناسـ نـتـيـجـةـ حـالـةـ مـنـ اـضـطـرـابـ لـكـنـ لـأـ.ـ فـيـ جـزـءـ اـكـبـرـ مـنـ مـحاـوـلـةـ - 00:09:39  
صنـاعـةـ هـذـاـ اـضـطـرـابـ وـتـشـرـيـعـهـ اـمـشـ اـضـطـرـابـ وـلـاـ ليـشـ بـيـتـمـ اـقـحـامـهـ فـيـ المـسـلـسـلـاتـ وـالـافـلـامـ وـتـوـصـيـلـهـ لـلـنـاسـ وـنـشـرـهـ بـهـايـ الطـرـيـقـةـ  
واـضـحـ فـبـالـتـالـيـ بـدـنـاـ نـكـونـ كـثـيرـ وـاـضـحـينـ وـمـنـتـهـيـنـ اـنـهـ لـاـ تـؤـجـرـ عـقـلـكـ.ـ اـنـ اـخـصـائـيـ وـمـتـخـصـصـ فـيـ العـلـاجـ النـفـسيـ فـشـ دـاعـيـ تـأـجـرـ  
عقـلـكـ - 00:10:00

انت مـسـؤـولـ اـمـامـ اللهـ عـزـ وـجـلـ وـمـسـؤـولـ عـنـ المـجـتمـعـ بشـكـلـ جـيـدـ تـامـ فـلـاـ تـلـغـيـ مـسـؤـولـيـتكـ مشـانـ ايـشـ مشـانـ يـحـكـواـ  
عنـكـ كلـ واللهـ هـذـاـ الشـخـصـ تـامـ؟ـ ايـشـ؟ـ وـالـلـهـ هـادـاـ مـتـفـهـمـ لـاـحـتـيـاجـاتـ الـاخـرـيـنـ وـفـرـدـيـتـهـ - 00:10:31

فعـلـ ايـ حالـ اـرـجـوـ منـكـمـ قـبـلـ ماـ تـحـكـواـ اـنـهـ وـالـلـهـ اـنـشـالـ وـلـاـ ماـ اـنـشـالـ.ـ هـمـ بـقـدـرـواـ يـشـيلـواـ الليـ بـدـهـمـ اـيـاهـ فـيـ  
التـشـخـصـ.ـ لـكـنـ عـلـىـ ايـ اـسـاسـ - 00:10:54

الـلـيـ بـدـهـ يـقـرـأـ مـقـالـةـ فـيـ مـقـالـةـ جـيـدةـ مـوـجـودـ وـكـتـبـتـهـ سـابـقاـ.ـ سـمـيـتهاـ اـيـهاـ المـبـتـلـىـ باـضـطـرـابـ الرـغـبـةـ جـنـسـيـةـ.ـ مـفـصـلـةـ بـهـذـاـ المـوـضـوعـ  
واـضـحـ اـنـهـ مـاـ عـنـدـهـ الـدـرـاسـاتـ الـقوـيـةـ اـحـلىـ اـشـيـ بـيـجـيـ بـيـحـكـيـ لـكـ - 00:11:06

هـذـاـ فـعـلـ طـبـيـعـيـ مـوـجـودـ فـيـ الطـبـيـعـةـ.ـ شـوـ الدـلـيـلـ؟ـ اـنـ الـحـيـوانـاتـ تـمـارـسـهـ طـبـ اـنـتـ اـذـاـ بـدـكـ تـفـهـمـ عـالـمـ الـحـيـوانـاتـ تـمـارـسـهـ  
يـمـارـسـ الـأـلـفـ مـيـلـ.ـ الـذـكـرـ الـلـيـ هـوـ الـأـلـفـ اوـ الـقـائـدـ بـحـقـ - 00:11:21

اي ذكر اخر للاشي بسموه الاخ ضاع. هدفه الاخ ضاع يعني يخضعوا لله وهو ليس سلوك جنسي هو سلوك اخ ضاعي اولا تمام الامر الثاني اذا بدنا نشرع هذا الكلام اذا عادي ما هي البهائم - [00:11:37](#)

عفوا منكم تأتي امها اي بهيمة تأتي امها فيما بعد تمام تأتي امها خلاص عادي اذا بما انه عالم الحيوان هو اللي بشرع للانسان اذا هذا بحد ذاته اسقط مفهوم الانسانانية. الثلاثين سنة الاخيرة تدور حول مفهوم الانسانانية. وزيادة زيادة - [00:11:58](#)

مركزية الذات والانسان بشكل انه الانسان هو اصل التشريع حسب قيم واهواء. افهمونني هذه فلسفة حاكمة اصبحت للعالم وعلى اساسها تصدر كل الافكار والايديولوجيات الحديثة اللي عمالها بتصرير. احنا مش يعني هدول الناس مش بيلعبوا. عارفين شو بيعملوا - [00:12:23](#)

تمام فاذا بده تأخذ من عالم الحيوان اذا انت اسقطت الحجة الاساسية تحت الانسان وهي اعتبار انسانية الانسان اسقطت اذا هذا تنافق عميق في الفكر اللي بيدور حول الشهوة والرغبة بعدين بيحطها بقالب الانسانية. وهاي شغله انسانية لازم نتعاطف معها - [00:12:45](#)

لا عفوا انا مش رايح اتعاطف معها انا اتعاطف مع كل حدا انبلي بهذا الابتلاء وبده يتعالج. باخد بابده وب ساعده في العلاج ويصير فرد من افراد المجتمع اللي قدر الامكان ن ساعده مشان يرجع هذا المجتمع بشكل سليم - [00:13:14](#)

لكن هذا الفرد اللي بده زي كأنه مريض بده تروح تعطيه سم وتقتل له لأن وبحكى له بده تتبنى اطفال دليل الاشكالية الكبيرة الثاني انه لما انت بتيجي بتحكى طبعا هدول حدا سائل - [00:13:31](#)

حدا سائل فيه لو عملوا هذا الشيء في الخفاء ما حدا داري طول عمرها في مشاكل من هذا النوع. والناس بتتخفي. طب ليش بدهم يظهروا و ليش شف جزء الفطرة السليمة الشغال ليش بدهم ايه في الزواج ايضا يصير زواج ويشرعوا الزواج لله - [00:13:48](#)

لانه بالاخر بحكوا عن الحقوق الاجتماعية طب انت بتحكى بده تمارس الاشي بحقك الفردي. هون صار في حق اجتماعي بده حافظ حقوقك مع الاخر. شو يعني؟ ايش التنافق؟ بعدين بيجي بيحكى لك بدي اتبني طفل - [00:14:09](#)

طب هذا الطفل مين ابوه ومين امه؟ اه والثنين اسمهم ادوارد ادوارد وادوارد. مين ابوه؟ مين امه تمام فهذا هو لما انا بصدر كمان انه الطفل يقبل هذا الشيء. اذا انا بصدر هاي المشكلة للمجتمع بشكل نمذجي - [00:14:22](#)

اذا سقطت حجة البيولوجيا وانه هذا الشيء موجود وراثيا فارجوكم احنا ما بدننا نأجر فكرنا. بتعرفوا شو الاشكالية الكبيرة خليني اشاركم فيها في القبول والتقبل اذا صعد اي اخصائي نفسي - [00:14:46](#)

متدين متدين بتلقيهم مباشرة بقولوا لك مهو متدين يعني درويش يساوي درويش يعني هو مش كثير متمكن من العلم يا اخي ماذا لو كان هو اكتر ذكاء بفهم الدنيا مشان هيكل تدين - [00:15:05](#)

ما حسب هذا الحساب ما حسبتوا هذا الحساب اكتر ذكاء وثقافة واطلاعا تمام فينظر للمتدين بعين الاستصغر وانه ما بيفهم وينظر لعين لا الشاب بعين القبول وحرام وكيوت ولازم نقبله - [00:15:26](#)

هذا التنافق تمام؟ تنافق كبير في المجتمعات. لاجل ذلك ثباتك وفهمك لانك كاخصائي نفسي مع المدة وممارسة هذه المهنة والقدرة على فهمها تصبح مسؤولة امام الله عز وجل عن مواقف - [00:15:46](#)

انك تشرع الشذوذ وتقول اه ومشكلة او تقرأ جيدا لانك بده توقف كمان هدول في حقهم بده توقف امام الله عز وجل. اذا كان اضطراب بيولوجي حتسأل عنهم ليش ابتلوا - [00:16:04](#)

وانك اجيت قلت لا والله ما عندهم مشكلة زي في حديث لرسول الله صلى الله عليه وسلم عن رسول الله صلى الله عليه وسلم لو حدوث حديث ذو الشجرة اللي شج رأسه - [00:16:16](#)

تمام فقال فنام ثم صحي مشان يصلني الفجر فكان احتلم فقال انه اه يعني هل يغتسل ام لا فاثنين من اللي مع قالوا له انه يجب عليه الاغتسال بما انه فاغتسل فمات - [00:16:25](#)

لما وصل الخبر للرسول عليه الصلاة والسلام شو قال عنهم؟ شف شوف الكلام الغير سهل هذا وتخيل يصدر من لسان نبي الرحمة. لما قال قتلوه قتلهم الله اولم يسألوا طب ليش ما سألو؟ فان - 00:16:43

فان دواء العي السؤال يعني الجاهل في امر دواده انه يسأل لاجل ذلك مشايخنا يسألون في بعض القضايا النفسية لانه هذى قضية قد يكون لها اسباب بیولوجية اسباب كذا فتصبح مسؤولين لانه هو على ذلك يفتى - 00:17:00

يصدر الفتوى لان هو ما يعقل بالطبع يسأل اهل الطب ما بيعرف بالعلاج يسأل اهل العلاج وكاهل علاج انا شخصيا اقول هم معذورون في رغبتهم حتى لو صار منه ممارسة وصار عنده رغبة بسبب الممارسات - 00:17:25

اذا كان يريد العلاج نسأل الله انه يخفف عنه. نسأل الله انه يرحمه. ونسأل الله انه نقدر نساعدك لكن اذا كان يريد انه يمارس هذا الفعل فهذا خطر على اولادك. تخيل هذا الشخص موجود بالمول - 00:17:43

تمام بالحمام وابن لالك عمره سبع تمن سنوات موجود تخيل بس او بنت صغيرة واحد من الناس هدول والله العظيم جلست معه بتعرفوا اعترى بتعرف هذا اعترى على اكم من طفل - 00:18:00

اثنين وسبعين طفل اللي صرح لي بعددهم اثنين وسبعين طفل تخيل واحد معتدي على اثنين وسبعين طفل جنسيا تتوقع هدول الناس بيجوا بيحكي لك شو بيعمل ؟ وبتقدير تسأل بعض الناس الموجودين - 00:18:20

على موقعهم الالكترونيه قاعدين بتوعدوا لما يكون واحد في خلال عام بتوعد مع خمسين شخص وبين الحب؟ وبين الطبيعى؟ فيعني نسأل الله العافية ف بدنا ننتبه انه احنا نتقبل انه الشخص عنده مشكلة بس في مشاكل نفسها هي ما بنتقبلها - 00:18:41  
نتقبل علاجها. انا ما بتقبل تشريع الادمان لكن بتقبل اني اساعد الشخص في علاج الادمان وبالتالي نعم في علاج وتم العلاج لكتذا مش واحد مش ثنين مش سبعة مش عشرة مش خمسطعش - 00:19:04

من الناس اللي هو فعليا فيه في قلبه من الايمان او في في قلبه من الرحمة او في في قلبه من الخير. اللي قال لك انا ابتليت بشيء ساعدوني ويعالجو نعم يعالجو. علاجهم طويل متعب - 00:19:22

زي علاج مرضى السرطان اللي بقعد ست سبع سنين؟ نعم مضنى وبده جهد نعم بس بتعالج بتعالج لما هو بده بتعالج وبالتالي في كندا بسحبوا الترخيص مش بس هيشفوا شو عملوا في جوردن بيترسون. من موافقهم النسوية وموافقه من الشذوذ الجنسي. شوفوا شو عملوا في جوردن بيترسم. اقراؤا عن - 00:19:37

ترسل وشوفوا شو عملوا فيه تمام لم استطع النوم طوال ليلة البارحة. لقد كنت افكر كثيرا فيما يخص اليات العمل وهل سينجح مشروعنا الجديد يلا نشوف كيف بدنا نمارس التقىل - 00:20:03

والتفهم اكتبوا لنا جمل تدل على التقىل والتفهم يلا يا جماعة جمل تدل عالتقىل والتفهم الشاشة مش معروضة ممكن يهاجر. نعم الايماءات جزء. خلينا نشوف طيب شو كتبوا واضح كانت ليلة متعبة الـ - 00:20:17

لطيف لطيف اه بس اللي فاتح المايك يغلقه لو سمحتوا لايد انه هذا مزعج كونك لا تستطيع النوم بسبب التفكير. نعم متعب جدا تمر بهاد الاشي يعني احنا بنحاول انه جدا وكثيرة ما نستخدمهاش. اذا ولايد نتعاطف ونعكس تفهمنا انه - 00:21:02

بتفهم هاد الاشي نعم هذا اشي ممكن يكون متعب بس بتعرفوا ليش بنبعد عن احنا ما بدننا كمان نبالغ في الكلمات لانه حتى ما يتمثلها الشخص نفسه يعني كثير حلو انك بتفكر بمستقبلك بتفكر تعمل اشي خاص فيك. هلا كثير حلو - 00:21:28

وممكن تكون واردة في سياقات اخرى لكنها واردة. واردة ممكن نستخدمها اذا ارتايت انها مناسبة آآ ممكن تستخدمها بطريقة ثانية. نور تيجي تقول له مثلا اه يعني الشيء اللي ممكن يكون جيد هون انك قديش انت مهمتهم مشروعك وحرirsch عليه. لكن خلينا - 00:21:48

نشوف قديش فعليا القلق متعب في نفس الوقت انا شاعري معكم قدرك في الامور صعبة بالنسبة لك. كلمة شاعر معك او شاعر بشعورك من المطبات اللي كثير مهمة ايمان اه لانه يقول لك احيانا وخصوصا في حالات فقدان - 00:22:05

تمام لما بتيجي بتقول له انا شاعر بشعورك. انت انت فقدت احد مشان تحكي انك شاعر بشعوري او بتيجي بقول له وانا شاعر

بشعورك قديش الوسواس صعب. انت ما عندك وسواس مشان تعرف قديش هذا صعب - 00:22:23

فهي انا فاهم عليك فهمت وجهة نظرك واضح انه الموضوع كان متعب لك. واضح قديش الموضوع متعب تمام اه استاذ عبد الله اللي عم مسجل مسجل الجلسة كاملة متعب جدا تمربهاد الشي لا بأس اي امر جديد قد يسبب قلق للشخص - 00:22:39

من الطبيعي انه ممكن نقلق بزيادة بس خلينا نشوف هذا القلق قديش فعليا عماله بتكرر معك. اذا انا تعاطفت واستفهمت اي مشروع جديد بحاجة لتفكير احنا انا بتفهم هذا الكلام - 00:23:00

لكن خلينا نشوف اذا حتفضل هالقلق يتكرر معك قادر افهم قديش عملك مهم تمام ومن الطبيعي انك ما تنام وهادا يجعلك تتعب في يومك. اه من الطبيعي اذا ما نمت طبعا بتضلوك تعبان. طبيعي القلق انه كأنه - 00:23:14

بيستنفذ قوتنا كلها اه اه حكينا امثال بعدى عن تفهم المشاعر. استخدمي اه او لا تفهم المشاعر المقبولة. قصدي بعدى عن انه تحكى شاعر فيك. نعم نعم انا اسف انا بسخرت بين التنتين - 00:23:31

اتفهم انك تشعر بالارق واضح انه المشروع بالنسبة الک مهم او عامل لك نوع من القلق. عشان هيک راح ندور سوا على حلول. كوييس يعني صياغات جميلة تمام؟ لكن الان صارت الفكرة - 00:23:50

واضحة لكم ايش هو التفهم؟ اه بدننا نتنبه بس لمطبات انه ما نقول له انا شاعر بمشاعرك محدث فينا بشعر بمشاعر حدا مفس مشاعر بالإنابة تمام؟ انا فاهم هذا الكلام. احيانا بصير في نوع من التفهم انه اه صحيح يعني - 00:24:04

اه صدقني هذا متعب ومنلاحظه كثير في مراجعينا. احيانا. هلا في صياغات خلينا ننقل سلبية عدم النوم للايجابية. سارة النا حدث طويل عالموضوع السلبية والايجابية الله يرضي عليك موضوع كلمات الايجابية ونكون ايجابيين هذي شغل التنمية البشرية. العلاج النفسي لا يوافق على طريقتهم - 00:24:25

تمام؟ لا يوافق على طريقتهم. معظم المعالجات النفسية النشطة. السي بي تي العلاج السلوكي. موضوع الاكتف. في ربיע عفكرة يعني اللي هو العلاج بتقبله التزام شرس حتى ضد اتفهم قلائق ربما كل بداية جديد يحدث فيه هذا - 00:24:53

القلق اه مصطلح الايجابية ماشي استخدموه مارتن سيلجمان واستخدموه بس اه التوجه توجه علم النفس الايجابي نفسه توجه التنمية البشرية صار. مش نفسه نهائيا حتى مشان هيک يعني مصطلحات الايجابية في علم النفس الايجابي بطبيعتها مثلا يستخدمو السعادة والتفاؤل بس تعالى شوفي لمعناها - 00:25:16

باقي معناها هم ضد الايجابية المطلقة هاي اللي مش مبنية على قواعد تمام. شكراء لكم. مشاركات جميلة جدا. الله يعطيكم العافية الاكثر يا ايناس من اروع المعالجات الحديثة حقيقة اي حدا عنده اه تدريبات اكت معتبر فيها ياخده بس بدننا نتنبه الاكتفيريابي ايضا من اكثر العلاجات - 00:25:45

في الان اللي بتتقبل المعايير الشخصية. هو بيعتبر معاييرك الشخصية. تمام؟ هي اساس منطلق سلوك. فإذا انت موافق على بتعملوا هذا اللي بسعدك اعمله وبالتالي شوفوا تحت هالمظلة قديش ممكن تدخل من مشاكل حقيقة - 00:26:12

مشان هيک مكيفين عليه يعني الناس اللي عندهم اضطرابات وشذوذ كثير لانه بخدمهم قاعد. بقول لك انت على حق. المهم تكون مبسوط. الحياة ايش غير السعادة. المهم كيف نتخلص من القلق والتوتر بسبب ذلك - 00:26:34

الى الامام والايمان عبارة عن تدعيم شعور المراجع بالقبول والحرض والدعم مهما صدر منه من کلام او تعبيرات انا فاهمك فاهم اللي بتحكىيه انت مقبول عندي هذى المشكلة بدننا نتساعد حلها لكن برجع وبحكي من الانتر بيرسونال سكيلز المهارات اللي بين شخصية - 00:26:47

اذا انت في مشاكل لا تتقبل العمل معها بتنقول له طيب خليني احولك لزميل او لشخص اخر او بدی اعطيك فرصة تسأل عن ناس ممكن يعالجوها هي المشكلة بالطريقة اللي انت بده اياها لانه - 00:27:14

انا ما يستخدم هذه التقنيات والتقنيات العلاجية. بدك تكون شفاف واضح اصيل واضح شفاف وواضح واصيل هذه المشاكل ما بتعامل معها هيک تمام فهذا مهم جدا في فهمنا للامر. اذا - 00:27:33

الامان عبارة عن تدعيم شعور المراجع بالقبول والحرص والدعم مهما صدر منه من كلام او تعبيرات. واحدة من البواقي يعني في هذا موقف علاجي المهم انت تفهم انت تفهوم فاهم عحالك. يعني خلينا نتفق. العلاج النفسي مش الشيء اللي يقدم بنفس الطريقة لكل الناس. و مش الشيء اللي لازم انت - 00:27:59

غير تماماً مشان تصير معالج نفسي في عندك قيم انت من حبك ايضاً تحافظ عليها انت منتج ولست منتج. والله تشكل على طريقة المراجع لا انت اصيل تشارك مع المراجع - 00:28:20

مش ضروري تغير قيمك ودينك وتصير المعالج اللي تمام انت الك هوية واذا كانت مهنتك لا تساعدك لعلمكم ارجعوا اقرأوا مثلاً بما انه هذا العلم مستورد شوفوا كتب اه شوفوا كتب - 00:28:36

اه اه شو في كتب؟ اه تمام شوفوا كتب اللي هم كتبوا عن انفسهم وبحثوا عن تجاربهم تمام من اخر كتب كتاب كيف أصبحت انا؟ كيف أصبحت على ما انا عليه - 00:28:59

فصل كامل عن الدين وقديش بؤمن انه الدين مهم في صنع الهوية وانه هو اللي بعطيك اطار محرك بالآخر لقضاياكم هو يهودي هو اللي بعطيك اطار محرك لقضاياكم. انت بتخدم افكار - 00:29:21

مجتمعك تخدم افكار وجودك وخصوصاً لما تكون في صراع وجوبي حقيقي تمام وبالتالي في مشاكل مثلاً بسنة من السنوات احنا اتفقنا احنا من الدول العربية متعددة مشان هيك ارجوكم ما انتم تقبلوا انه ما تاخدوا الامور شخصية. احنا زملائنا تشارک - 00:29:35

واحد من المراجعين كان من اليو ام تمام. وهذا الشخص لما بدلش يحكي قصته بدلش اه عنده عنده بتر في احد الا رجال واصابة في رجل ثانية فهو بيشتغل مترجم مع الامريكان لما احتلوا العراق - 00:30:03

وبحكي بشغف انه كيف كان يدخل عاليبيوت اه وشده من راسه انا يعني بصرامة لم يعجبني ذلك تمام؟ بغض النظر انا شو رأيي في قضية العراق لكن من يفارقه بانه مع عدو - 00:30:21

يعتقد الاخ مقاوم مرفوضة من وين ما كان من اي بلد كان فانا خليته يتبع جزئياً ثم بهدوء انهيت الجلسة وبكل بساطة رفضت فيما بعد وحولته لزميل اخر اسماء احياناً في اشخاص انا شخصياً - 00:30:48

بعد ما فهمت العلاج النفسي لا تقدري ترفضي تعالجيهم تقدري ترفضي تعالجيهم. انا ما بقدر اجلس مع شخص خان وطنه واعالجه لا استطيع ذلك على الاقل شخصياً على الاقل انا واعي لشعوري تجاه هذا الشخص - 00:31:16

تمام هذا شيء مهم لانه الان مشاعري الشخصية انا مشاعري الشخصية تجاه هذا الشخص خرجت عن الناحية المهنية كيف يعني خرجت عن الناحية المهنية يعني انا بدبي اقعد وانا متقبله. خرجت عن قبوري لله. اذا خرب شرط من شروط العلاج. وخلص - 00:31:42

باصالة ومحافظتي على اصالتى. بدبي اقول خلص يحول لشخص اخر. وهذا مسموح واضح فانت اللي ضروري تكون واعي لنفسك واعي لقضاياكم وبالنسبة لالي المعالج المحترف هو المعالج اللي بيعرف في القضايا اللي يعرف بيشتغل فيها يشتغلها جيداً - 00:32:04

تمام في امور في داخلك اذا انت ما بتتقبلها ولا تستطيع تقبلها انا قضية الخيانة ما بقدر اتقابله نهايآ تمام حدا بخون وطنه ما لا اتقبل ذلك وخصوصاً اذا هو مش ندمان عالخيانة لا هو بيعتقد انه بطل والله لا لاورجيهم من ارجع - 00:32:30

اه والله لا لاورجيهم. يا سلام يعني لازم تكون واعي لامورك وبالتالي تدعيم المراجع بالقبول والحرص والدعم ضروري. بتقدرش توفره للمراجع انه العلاج انا بالنسبة الي لم اتابع مع هذا الشخص. ما بقدر اوفر له هذا الشرط - 00:32:56

اذا لا اصلاح كمعالج له تمام وفي نفس الوقت مع الناس اللي بخصوصك ايش الناس اللي بخصوصك؟ قضاياكم الخاصة اذا انت رحت في هي القضية بشكل شخصي زيادة عن اللزوم. ايضاً فقدت حدود المعالج - 00:33:18

لانه مشان تفيده بده يكون عندك درجة من الحيادية وهاي حشرحها في التعاطف هلاً فافعل تقبل كن حريصاً على حفظ السرية ادعم عاطفيها تفهم الموقف تفهم رد الفعل. مش قادر تعلمهم - 00:33:42

لا خلص ارفض هي القضية العلاجية ولا تتعامل معها. مش ضروري انك تكون معالج لكل شيء دير بالكم. عادي مش ضروري تتقبلش

الشذوذ الجنسي انا ما بتنقله. مش ضروري تعالج الناس اللي بهم يتقبلوا - 00:33:57

شدود الجنس. انا بعالج اي حدا بهه يتعالج شمود الشذوذ الجنسي ما بتقبل الاダメن بس اكيد بياعلجه كل شخص بعاني من الاダメن ما دامه بهه يتعالج او احفره للعلاج - 00:34:08

احفذه للعلاج تمام؟ فبالتالي طبعا اذا شعر بالندم اكيد اكيد انا معه انا معك المراجع ممكن ارتكب اشياء حرام اشياء غلط اشياء سيئة وندمان عليها وفعليا كاي انسان غلط وبده حدا يساعدك ويطلع من هذا الكلام - 00:34:22

طبعا ما عندي مشكل بس بده تكون واضح انت وبين النقاط التي لا تقبلها تمام بدناس نهتك برضه الستر. بدناس نستخف بمشاكل الناس. بدناس نتعجب وننظر على الناس على كل الاحوال لكن ضروري تكون قضيائكم واضحة لالك. مش ضروري تكون معالج لكل اشي. يا اخي لو انت معالج بتعالج القلق - 00:34:45

والاكتئاب بشكل جيد وبتنجح مع ستين بالمائة من المراجعين انت معالج عظيم مشان هيك انتبهوا كمعالجين في الناس اللي بدها تدخل لكل اشي علاجي. صار اشي لاضطرابات الشخصية الحدية بده يعالج اضطرابات الشخصية الحدية. صار اشي للاダメن بضلله - 00:35:16

نط في السنة باحد عشر دورات في كل مكان فلا هو يستفيد ولا هو بقدر يكمل العلاج مبني على انه تتمكن من درجة درجة بشكل واضح من فئة فئة بشكل واضح ما ب يأتي بالاستعجال - 00:35:34

تمام هيا رجعنا للصفحة يا لها اه نعم في بعض الزملاء طبعا اه اكيد بعض الزملاء طبعا اذا العلاقة قوية طبعا بس اه لا تنسي براءة انا زميلي ايها بقدر العب معه دور الصديق. اذا كان بناسب دور الصديق - 00:35:53

مش كل اشي بده معالج. اتفقنا احيانا بده شوية دعم وكذا وبده صديق كوييس. بقدر العب معه دور الصديق بس اكيد دور المعالج الموضوعي مش حقدر العبه مع صديق مقرب او زميل مقرب - 00:36:17

لو زميل شوي في مسافة بينه وبينه نعم ممكن خلينا نشوف كيف منا نمارس موضوع الامان وتحقيق الامان الان. مع بطل الحلة تبعتنا شو ممكن تحكي له؟ يلا انا افهمك وسوف نعمل - 00:36:35

مع بعض لحل مشكلتك تمام يلا شو كمان انا مختص بكده وكده لا نستطيع مساعدتك في هذا الجانب. نعم نعم ما في اشي بيمنع مريم بالعكس هذا من امانتك كمعالج - 00:37:02

انه معلش مشكلتك هي خارج اختصاصي تمام او آآ خارج الامور اللي انا بشتغل عليها وحقولك لزميل او بتقدر تبحث بنفسك عن شخص يساعدك في هاي المشكلة انا متفهم ما تمر به وحربيص على مساعدتك - 00:37:29

اتفهم ان لديك صعوبة في النوم وهذا امر طبيعي ممكن ان يحدث عندما تتعرض لضغط ضغوط متعددة ممكن ان نعمل معا لتحسين النوم. لا تقلق سفر نسعى للحل. نعم. انه انه - 00:37:52

الامان هون انه اه نعم هذه المشكلة وحدة من الاشياء اللي دايما نعاكسها يعني ممكن تحدث مع اي انسان اللي هي منسميها ما حدا معصوم انه تصير معه هذا النوع من المشاكل - 00:38:02

هذا برضه نوع من ما يحس الشخص انه هو غريب عجيب. قديش من مراجعينا احيانا بيجي لما بيعرف انه هاي المشكلة موجودة عند بعض الناس برتاح درب الامان لانها موجودة - 00:38:19

مثل مع مرضى القلق في كتاب بعطيهم ايه هو اضطراب القلق تبع المترجم من عالم المعرفة. فيبيشعر لأ هذه المشكلة موجودة وفي ناس بتعاني منها كات الامان مهم جدا في العلاج وايضا يقدر يزرع فيك ثقة. انه تقدر تساعدك - 00:38:31

المراجعين مسبقا خلينا نتفق على نقطة مهمة المراجعين بشكل مسبق لما بييجوك هم اللي بيختاروك. يعني دارج عند بعض الناس اللي هو بيطلب منك انه تكون معالج موضوعي ما يبدو عليك اي مظاهر لا دين ولا توجهات ولا كذا - 00:38:50

وكانه انت بتروح عالمول و بتتسوق المراجعين والحقيقة المراجعين هم اللي بييجوك شو يعني؟ يعني المراجع بنفسه قبل ما يجيينا بسأل مين هاد و شو بيشتغل؟ هاي الايام بدخل على صفحتك - 00:39:12

الفيسبوك بيقرأ بتلقيه جاي بقول لك انا قرأت لك وانا مع افكارك يعني كذا شخص بيعاني من الاضطرابات الجنسية يجيوني ويقول لي انا قرأت رسالتك اللي كتبتها ايها المبتلى باضطراب الرغبة الجنسية - 00:39:29

انا مقتنع تماما في اللي بتحكي مشان هيك اظن انت اكتر حدا بتقدر تساعدنا انك فاهم الموضوع تخيل انا بدبي ابطل هادا الشي حاولت فشلت عدد من المرات لكن انا بعد ما قرأت - 00:39:46

واضح انت اكتر حدا ممكن يكون فاهم هذا الكلام ففي ممكن حدا يجي يقول لك لا حرام شو بتحكي عنهم. لا كثيرون منهم الحمد لله عماله بيجي بالعكس بوضوح موقفك ووضوحك من هاي القضية. فكرها مش واضحة لله. ابن مجتمعك. مش عارف انه هذا اشي غلط - 00:40:02

مش عارف انه هو يرتكب حرام هو مش قادر يصرح في الموضوع ليش ؟ هو ما بده يتترك لحاله المجال ليش ؟ اه هذا جوابه طويل يا رنيم هذا جوابه طويل - 00:40:20

القصد انت يعني بدك تكون جلوبال ثيربيست ؟ شوفي رنيم لاحظت احنا بنحكي عن الحوارات العلاجية لو جلس في بالك شخص الان من الجزائر حتعرفي تحكي معه وتمارسي هاي الحوارات العلاجية بشكل جيد باللغة المحكية - 00:40:40

احكي لي احنا فعليا العلاج بالاخر تكون صنعة صنعة تمام في وين انت بتشتغل ؟ لانه انت بدك تمارس العلاج باللهجة المحكية وضمن منظومة موجودة فارجوكم شيلوا من دهنكم. الحشو اللي بصير في الاقسام - 00:41:00

تمام ؟ انه انت لازم تكون موضوعي ولازم تكون نعم احنا لازم تكون موضوعين ونعرف هذي الامور بس احنا بالاخر العلاج يتم باللغة لغة هذى من الادوات المهمة. طب اذا انا بحكي عربي تمام ؟ وانا لهجتي كلها اهل الشام بقدر اتعامل مع اهل الشام. وباللغة العربية لكن اذا رحت للمغرب - 00:41:27

يعني وبدي احكي باللغة المحكية ممكن احكي مع واحد مثقف اثنين مثقفين ثلاث مثقفين وبعرفوا مثلًا باللهجات العربية يقدر يتواصل معي بس الغالبية مش رح اقدر اتواصل معهم اذا العلاج - 00:41:47

العلاج هو ابن الثقافي بدك تروح لثقافة جديدة بدك تمضي وقت جيد تفهم هذه الثقافة وطبيعتها وحدودها. مشان هيك من اسوأ ما حصل في حق اللاجئين. اسمعوني شو بحكي انا مسؤولة عن كلامي من اسوأ ما حصل في حق اللاجئين انه منظمات غربية اجت وجاروا اجانب ليعالجوهم - 00:42:03

وهم بيعرفوا انه هذا الاشي ما بصير لا والاهم قال في بينهم مترجم كمان يعني غير انت انت مش فاهم الثقافة تمام كانوا يتندروا انا اشتغلت مع اللاجئين. اشتغلت منظمة اطباء بلا حدود اربع سنين. كانوا يتندروا المرضى يقول لك شف شو بتحكي لي. قال اعملوا سوي - 00:42:27

وين عايشة هي ؟ مفكري بباريس لانه هو مدرك لمجتمعه ومدرك هو وين واضح هذا الفرق اخواني ارجوكم في فرق كثير. وارجوكم انا هون لا انتقص من احد. بين حدا اخذ دكتوراه واشتغل في الاقسام كمدرس جامعي - 00:42:47

وبين حدا بيشتغل في القطاع العملي مع المراجعين من سنوات ويفهم فعليا ايش هي تركيبة هالمجتمع تركيبة الاضطرابات وبيشتغل على حقيقة الموضوع اي مجتمع حتى تكون معالج فيه تحتاج لشوية وقت لتفهم ثقافته - 00:43:10

تخيل يعني هديك اليوم سيدي ماخدة بنتها المعالجة شو بتحكي لها ؟ بتحكي لها ثبت للعلم. طبعا بعد فترة من العلاج. بعد فترة من العلاج ثبت انه الحشيش له تأثير جيد على موضوع الوسواس القهري - 00:43:31

وجابت لها ببير شوفي هاي البير بتحكي. طبعا هديك السيدة عرأينا هيك بالشعبي عاد ما تعقلها انا جايب لك بنت عمرها ستطعمشر سنة مشان تقولي لي الحشيش ثبت انه له علاقة بتحفيظ الوسواس القهري ؟ - 00:43:47

يعني انا مشان اعالجهم الوسواس القهري اعطيها حشيش للبنت او تكون انت ابن بيتك وابن مجتمعك وحافظ نفسك تمام مش من حقه المعالج زي ما احنا بدننا نحفظ ثقافتنا ايضا. برضه المعالج هو مش من حقه. ليش انا - 00:44:03

اتفقوني اسمعوني جيدا شو اللي رايح احكيه اذا كان علم النفس بهذه الطريقة اسمعوني جيدا رجاء انصتوا جيدا اذا كان علم النفس

بهذه الطريقة بيحكى لك انت كشخص مسلم بصيرش - [00:44:22](#)  
انك تقدم المراجع بعقيدتك الدينية وقناعاتك اذا هذا كشخص متتحرر ايضاً متتحرر من كل شيء اجتماعي بصيرش يقحمي الناس في طريقتة. صح ولا لأنطق ولا مش منطق فلما بيجي - [00:44:44](#)  
هذا المعالج ويقول للبنت طب ليش ما تصاحبي في الجامعة؟ وهي من ثقافة لا تسمح بذلك بكل بساطة لانه شخص متتحرر او بتعلم بالغرب او هو غربي اصلا اذا اذا - [00:45:03](#)

اذا اسمعوني انت ضد الدين مش ضد انك تقدم الناس بالايديولوجية تبعتك انت يعني ما عندك مشكلة حدا يملي عالناس كيف يعيشوا حياتهم بس عندك مشكلة اذا كان هذا الموضوع الله علاقة بالدين - [00:45:21](#)  
 فهو غربي يجي يحكى انه صاحبه اعملوا وسروا وغفروا منكم واسكروا وخدوا حشيش ما في مشكلة. بما انه في توجهات علاجية وهي وحيعيش حياته حيكون مبسوط. بس عندك مشكلة ما حدا يجي يدق يحكى له كيف يتقي الله عز وجل. اذا انت واضح انك ضد الدين. مش ضد - [00:45:40](#)

اقحام المراجع تمام؟ بفكر المعالج. وهو اذا انت ضد اقحام المراجع بفكه سوء بالدين ولا بغير الدين. انا بحكي بحجتهم تمام اما اذا كان بالدين لأ من نوع - [00:45:59](#)

بس بالتحرر وبالقضايا الغير اخلاقية مسموح اذا صار في مشكلة في معايير اصلا اللي كتبوا هاي الاصلة النفسية وبعلمو الناس عليها نعم اه مر علينا كثير من الليل عنده وسوس صلاة يقول له بطل تصلي - [00:46:23](#)

طب ما هو ما دام عنده وسوس صلاة انت حتقته لما تقول له بطل تصلي هو الوسوس ايجاب الصلاة لحرصه الشديد عالصلوة وقيام الصلاة طيب وبالتالي حتى لا نطيل التعاطف هو عبارة عن ابداء المشاركة الوجدانية - [00:46:42](#)

لما يمر به المراجع مع شعور بالمسؤولية تجاه مساعدته وليس اتجاه حياة وتجربته السلوكية وسلوكه رامز معنا يا رامز لساتك تمام. رامز حنسرح الان بالقضية اللي انت سألت عنها وحنبلشها لانها هاي تيجي في دائرة التعاطف - [00:47:08](#)

اذا التعاطف ابداء المشاركة الوجدانية لما يمر به المراجع. وجداانيا بيدي مشاركة وجداانية بس شوف وبين المطلب مع شعور بالمسؤولية. انت كمعالج تشعر بمسؤولية انك تعالجه لكن انتبه اذا شعرت بمسؤولية تجاه حياته - [00:47:32](#)

او التجربة اللي صارت معه او سلوكه انت طلعت من دائرة التعاطف الدقيقة واضحك يا استاذ رامز الاولى طبعا الكلام للجميع بس هو لانه سؤال رامز بيدي امشي معه درجة درجة - [00:47:52](#)

فمشان هيك لما يسألوك احيانا بحطوا انه عكس التعاطف الشفقة لا هو مش صحيح مش صحيح انه احنا ما التعاطف انه اللي بنحكى عنه وبين اشكالية انه ببطل تعاطف اذا انت والله لانه خاض احداث سيئة في حياته تحس انك مسؤول - [00:48:10](#)

لاشعاش احداث سيئة. مسؤول ليش لساته بتصرف هيك؟ مسؤول اتجاه الحياة الصعبة مسؤول اتجاه ظروف حياته واضح كون انت فقدت التعاطف. هون صار في تورط عاطفي تورط عاطفيا مع هذا الشخص - [00:48:28](#)

وبالتالي هذا ما في مشكلة لو كان صديقك اخوك حدا بتتساعد لكن في مشكلة اذا كنت معالج تمام بالظبط انا اسف للاشي اللي انا مررت فيه يعني انا مش كثير بتفق مع هاي الجملة. افعل - [00:48:47](#)

شارك وجداانيا هاي وجداانيا اسف فيها خطأ املائي شارك وجداانيا يعني عبر زي ما عبرنا قبل شوي عن تعاطفك تفهمك الكلب يمر فيه تفهمك لصعوبة هذا الاشي. اكد انه انت متفهم لهذا الكلام - [00:49:04](#)

ولو حكى لك بس انت ما مررت فيه صحيح انا ما مررت فيه بس في نفس الوقت قادر افهم من اللي انت بتحكىه قديش هادا الاشي صعب عليك واضح من اللي انت شرحت لي ايه قديش عماله بعطلك - [00:49:22](#)

شارك تجربة خاصة هذا اللي سألت عنه يا رامز واللي بسموها تجارب الفاصح تفصح عن شيء بخصك كمعالج هاي من الادوات اللي ممكن تكون قوية كروجرز مثلاً بيستخدمها بس في عليها محاذير شديدة - [00:49:35](#)

وهاي المحاذير بتخص عدد من الامور اول اشي انه هاي التجربة اللي بدق تشاركتها فعليا تكون تجربة حقيقة هل مر عليكم المعالج

اللي بکذب مشان انه يعمل انه عنده تجربة ويشارك المراجع فيها؟ - 00:49:57

لا تکذب في عندك تجربة حقيقة في الموضوع بتقدر تحكي. ما عندك تجربة حقيقة لا تشارك الامر الثاني لما تشارك تجربتك الخاصة  
بدك تشارکها بشكل كثیر محدود وبسيط ما تخليها رواية تشارك المراجع فيها - 00:50:15

تمام انت عندك هدف لتشارک جزئية اذا هاي التجربة الخاصة بده يكون في الها هدف توضح له احيانا انا وخصوصا مع الزملاء مع  
الزملاه اللي قریبین منا يكون هو تمام؟ جاي - 00:50:35

ومستحي منك ومش کثیر منفتح فبحکي لك عالموضوع. اذا في عندي تجربة خاصة في الموضوع بشارکه بجزئية منها تلاقیه ارتاح  
وشعر بالامان. تمام؟ لانه اذا في بنسمیه. طبیعة انه ممکن انت او اي حدا يكون عنده هذی التجربة - 00:50:52

فبدک تشارکها بجزئية مع اللاجئين الموضوع کثیر بیزیط وخصوصا انه هذا اللاجي احيانا بتیجیه من مكان بعيد فرضا تكون ببلد مثلا  
زي اللاجئین الموجودین بتركيا ويچيhe واحد مثلا مذهب اللاجي السوري مش سوري. فبقول له بس انت مثلا ما مریت بتجربتنا

التجربة السورية غير. مشان هيک فعليا لما يشارکوا ابن بيته او شخص هو فاهم هاي التجربة او - 00:51:13

عاشهما تمام فعليا بيفهم انه انت قادر تفهم عليه. وهو ايش هي القصة اللي انت بتعملها مشان تشارکه في تجربة خاصة انك توضح له  
انه في ارضية مشتركة بيیني وبينك ممکن افهم تجربتك اللي حاسس انه ما حدش حيفهمها عليك او مش حيدرك قدیش هي صعبه -

00:51:38

واضح طیب استاذ رامز ضل اسئلة على موضوع التجربة الخاصة اه ممکن انه ما وضحتوا تمام بالتألیي المشاركة التجربة الخاصة زي  
ما حکینا هي اداة من ادوات انك تتواصل مع المراجعة. من اداة الحوارات - 00:52:01

اللي تبني تطرق الباب نفسه ويفهم انه في عندك تجربة شبیهہ ما بصیر تكون كل تجاربك امام المراجع. انت ممکن تشارک تجرب  
تجربتين محدودات بعدد محدود بشكل محدود. بهدف محدد - 00:52:30

تمام الاء حکت نقطة مهمة التفاخر فعليا وهو مش الهدف التفاخر هلا ممکن تعکس له تجربة انه انت خضت وکنت في وضع حرب  
وازمه تمام وكيف انه احتجت وقت مشان تتجاوزها؟ من باب انك تعکس له انه فعليا هاي الاشياء بتحتاج لوقت - 00:52:44

مش من باب انه تتفاخر انه والله انا تجاوزتها افهم مسؤولياتك. مهم جدا ليش؟ لانه ايش مسؤولیتك الحقيقة تجاه المراجع انت  
مسئوليتك اتجاه المراجع اتجاه ان يصیر العلاج جيدا. لكن - 00:53:04

كم واحد فيکم الموجودین بمارس العلاج النفسي من عالاقل الله خمس سنوات يكتب لنا عالتشات اذا سمحتوكم واحد له خمس  
سنوات؟ يكتب لنا على التشتات تمام من غير ایمان - 00:53:22

الله خمس سنوات عالاقل ممتاز لا انا متفهم شاعر بشعورك محدث بشعور الثاني بس بتفهمه فاهم اللي بتحکي عنه. فاهم  
عن ايش بتحکي طیب آآ واحدة من الاشياء المهمة في فهم المسؤوليات. للناس اللي الها اکثر من خمس سنوات. حتلاقي انه -

00:53:54

هل احنا بننجح مع كل المراجعین ایمان نسبی هل ننجح مع كل المراجعین طیب هل كل المراجعین  
يشفی تماما من مشکلته حتى اللي بننجح معه - 00:54:24

شو رأيك برضو لا يعني بدک تكون واقعي وتعرف مسؤولياتك انت احيانا بتوصل المراجع لدرجة من المنجمنت انه يكون في ادارة  
لمشكلته في ادارة لمشكلته اذا كان قلق وراثي وهو طبیعته شخصية قلقه - 00:54:54

انت بتخلیه يعرف يتعامل مع قلقه بس هيضل مستويات القلق على الاغلب عالية وممکن ينتكس حالات كثيرة مثلا زي الشخصيات  
الکاملة الكمالية قابلین کثير انهم يدخلوا في اضطرابات المزاج ويصیر عندهم من فترة لفترة - 00:55:18

کابي تمام انت بتعمل في بعض الاحيان ما نجمد ف انه والله انه احنا تماما بنعالج الناس بعضهم نعم بنعالج بالمية؟ بعضهم نعم  
بس في بعض اخر ممکن ما ننجح حتى علاجيا لدرجة ودرجتين - 00:55:37

ومر علينا مراجعین يعني انا قبل شوي احد الزميلات بتحکي معي بخصوص مراجعة هاي المراجعة من اکثر المراجعات صعوبة في

العلاج اللي مروا علي في هذا العام حالف وله ست جلسات ولم يبدوا عليها اي تحسن يذكر - 00:56:03  
تمام؟ لانه كل ما بنفكر حالنا بدننا نمشي هلا باجراء علاجي بيطلع عننا قصة اخرى فيها اشكالية جديدة فهذا بصير في نفس الوقت لو بدبي احسب عالعام الماضي لأ في كثير من الناس الحمد لله - 00:56:29

تجاوزوا مشاكلهم بشكل ممتاز. حتى في حالات كن في قمة الصعوبة ومع ذلك يتتجاوز مشاكله بشكل ممتاز. تجاوز المشاكل لا يعني انه راح القلق ولا راح الاكتئاب نهايائنا. ممكن تضل في نوع - 00:56:44

من ان هو يميل يميل للكآبة بس هو بيعرف يتعامل معها و مش مؤثرة عحياته. مشان هيكي المصطلح الجديد اللي في العلاج هو الوظيفية الوظيفية يعني من ناحية نفسية ووظيفيا من ناحية نفسية - 00:56:57

هذا الشخص يبقى قادر على لعب ادواره في الحياة مهماته في الحياة وظيفي وهذا اللادق وهذا اللادق تمام لاجل ذلك احنا مسؤوليتنا تجاه تقديم علاج جيد للمراجع ونشتغل بشكل كثير كبير - 00:57:14

على تطوير طرقنا العلاجية لكن مش مسؤوليتنا حياة المراجع واللي تعرض له المراجع. هي مش مسؤوليتنا اذا بلشنا نحس انها مسؤوليتنا بتتورط عاطفيا منبطل الناس تعاطف. بصير عاطفة زائدة. وللاسف انه محاذيرها كثير كبيرة وتؤدي لمشاكل مش لحل المشكلة. بجوز تصير مشكلة جديدة في حد ذاتها - 00:57:39

مشان هيكي بنكون عارفين قديش المساحة المسماحة المسماحة في العلاقة مع المراجع ومتى نفصل حالنا ونذكر نفسنا بمهمتنا يعني باخر اليوم ذكر نفسك انه بالحد الادنى. ممكن تقدم لهذا المراجع انه يفهم مشكلته - 00:58:00

وهاي مرحلة في العلاج. في بيجيني مراجع تمام آآ يعرف انه مش هيكمel في العلاج. فيحاول الجلسة جلستين انه يفهم مشكلته جيدا وفعليا يعني الاسيوخ الماضي اجاني مراجعة انا شايفها قبل ست سنوات - 00:58:16

ثلاث اربع جلسات وانقطعت طب ليش رجعت اليوم؟ تحكي لي اللي حكت لي ايه قبل ست سنوات. الان انا ما كان عندي هالدفعية كثير ومشغولة. وعندي اشياء اه ساعدني شوي بس نفس الحكي لي انه فعليا وضعني انه بحاجة لاجراءات معينة مشان تساعديني فيها - 00:58:34

كان بدورك ذهني منذ منذ سنة وخلال هالاسبوعين اخذت القرار انه لأن. لازم اعطي اولوية للعلاج فاحيانا انت زي اللي بيذر بذرة هاي البذرة ممكن ما يرجع لك. يروح لزميل - 00:58:55

اخر فمشان هيكي كن واقعي قديش بتقدر تعطي المراجع. مرحلة معينة بتقدر تعطي المراجع شوية دافعية او شوية معرفة بعض المراجعين لانه مش هيكمel بعد جلسة جلستين لكثير ظروف في مراجعين لأنك الفرصة انك تعمل عالعلاج ويتحسن اموره تكون منيحة - 00:59:10

هلاً ما بدك تفعله انك تتورط عاطفيا او تغرق في تناقضات مشاعرك. بين بدبي وما بدبي بزبط وما بزبط. انا ما بقبل مثلا قضية معينة وانا بدبي اغضب حالي عليها. ما بيزبط مش مش رايج تقدر تتعاطف - 00:59:29

اعرف ايش اللي بزبط معك انت كمعالج بالاصل مشان تكون اصيل وقدر انك تفید مراجعك تلعب بمعاجعك حتى لو انت برأيك مراجعة كيف بيعمل شيء انت لا تتوافق عليه. بس في نفس الوقت كانسان ما بصير تلعب فيه - 00:59:50

واضح مش قادر تقدم له الخدمة حله منك خليه يروح يشوف حدا تاني بتقدرش تجرب باشي انت عارف ما بتتقبله اللي بصير ايضا ما تغرق بخصوصيتك تبليش تحكي له عن تفاصيلك وحياتك وبعدين تحول لدور الشخص كانك انت الجورو او الشخص اللي يعرف - 01:00:08

بيصدر تجربته العظمى مشان يتعلموا منها الناس كلنا عنا مشاكلنا حتى كمعالجين وعنا امور من فترة لفترة ممكن تجلس فترة من الفترات وانت تعالجها عند نفسك احنا انفسنا عنا اخطاء بنرتكبها وبنتعلم من اخطائنا - 01:00:30

حتى على مستوى حياتنا الشخصية وهذا ديروا بالكم جزء من طبيعتنا. من بشريتنا لكن الجيد انه يكون عندك دائمًا هذا السينسور هاي البوصلة اللي بتوجهك دائمًا اتجاه الصح تعدل تبدل تحسن - 01:00:48

تعدي الحدود الشخصية ما بصير تتعدى الحدود الشخصية بقدر الامكان انك تحافظ على حدود واضحة مشان هيک مع الزملاء مع المقربين مع الاصدقاء مو بتقدر تمارس العلاج او الاغراق بالتأسي بتبلش يا خسارة والحياة هاي عدمية - 01:01:04

وشوف شو اللي بصير للناس والاولاد وخصوصا في العمل مع اللاجئين. ذكر حالك انه هدول الناس على صعوبة حياتهم انت اذا عرفت مسئوليتك اتجاههم علاجهم. بتقدر تقدم لهم الحد الادنى اللي يقدر يساعدهم - 01:01:22

حلو يكون عندك احالم مرضية بس حلو تكون واقعي انه انت لو قدمت مهامتك بشكل جيد حتساعدتهم بس بشرط الشرط بيحكى بشكل جيد تمام فمشان هيک لا تخلي برضه عاطفتك اللي تدفعك انا في هذا الناس اللي الصحة - 01:01:40

وقل لك تعرف اليوم حاس حالي معالج ومش عارف ليش. انا حاب العلاج بدی اطلع وانقذ الناس مما هم فيه هو العلاج وموضوع الرغبة الشخصية هذا جزء يدعم انت تكون معالج - 01:01:58

تمام؟ بس العلاج قائم على علم اولا ومعرفة ثم على مهارات بعد التدريب والاشراف الجيد مشان تقدر تقدم هذي الخدمة آآ التلامس البشري جزء اساسی من التعاطف عنا كبشرة انا ما بفضله يا رديم. عموما انا ما بفضل التلامس - 01:02:13

بالمراجعة رغم انه ممكن احيانا بصير نوع من الطبطبة اه انا غالب الجلسات اذا كانت المراجعة انشي اه بطلب منها تكون معاي جدا من المراجعات واحيانا بطلب من من المعالجات اسف. من معالجاتنا - 01:02:32

تمام وهاي المعالجة ممكن انها تتطبّب عليها للحظة. بس لانه صلتهم مش العلاجية الاولى واضح في ظروف معينة؟ نعم. وفي حالات معينة نعم انا ما بكون في الجلسة لوحدي بطلب تكون معاي. وحدة من المعالجات اللي معنا. لانه في ظروف - 01:02:49

معينة لازم تتنبه انت كمعالج ذكر. والعكس كمعالج وانشي ايضا هل الارشاد المدرسي مختلف اولادنا نعم بحبوا الطبطبة واحسنت اه احنا بنحكي عن الكبار. فاحسنت. نعم هذي ملاحظة اه جيد. بس اكيد يعني انا ضد ايضا التقارب الجسدي الاكثر. احضنه ويحضني يعني - 01:03:07

تمام الا اذا كان يعني بجوز طفل فاقد لالحنية بشكل كثير كبير بس للاسف ممكن هذا يدخلك انت في دوامة التعاطف الزائد وبالتالي كيف بدننا نمارس التعاطف هون اتفقنا انه بشبه الاشياء اللي قبل - 01:03:38

لكن هذا الان حينقلنا لفديات جديدة هلا في بعض الوسائل جدا مهمة ايضا في الحوارات العلاجية الجيدة تمام ما بتحكي الافضل يكون بالجلسة معالجة انشي بشكل دائم اذا كان المعالج رجل والمعالج انشي ولا بحالة لا لا حالات معينة - 01:04:01

يعني انا مع بفضل تكون معاي معالجة مع الناس لشوي او عندهم اساعات جنسية حصلت في حياتهم تمام يعني ما بدی احكي لك شو ممكن الواحد يمر باشياء. يعني تخيلي - 01:04:26

انه تطلع مراجعة فرضا فرضا. ممكن اه وصار عنا اه بالجلسة تكون معك معالجة وتقول لك يعني هم كانوا يتطلعوا علي ابصري كيف. تمام؟ فهذا ممكن بصير ممكن يصير لاجل ذلك هذا جدا جدا مهم - 01:04:40

انه من البداية انت كيف عرفت المراجع وخصوصا المراجعات لانه لا تسوا احنا يعني ممكن يعني الناس هاي برضه في بعض الحالات بعض الحالات والحمد لله انها قليلة. يورطونا بقصص احنا في غنى عنها - 01:04:58

اه روضة بتحكي هالمظاهر والثياب الاسلامية ممكن تمنعني اني امارس شغلي كمعالجة اذا انت كنت اه روضة محجبة قلتليه حضرتك؟ يعني عفوا للسؤال محجبة وحجاب كامل منتقبة والله انا شخصيا لا ارى انه في مشكلة - 01:05:13

لكن انا اصر انا تاخدي قضايا لا النساء والبنات حتى تستطعي نزع النقاب لانه وجهك بيحكى تمام وتتواصل هذا معمول فيه بالغرب ديروا بالكم بالغرب في حاجة متخصص بقضايا الاطفال او قضايا الاطفال الاناث - 01:05:37

او قضايا المراهقين الذكور او القلق فقط. شوفوا مراكز ضخمة. مركز كبير بكون هو بيشتغل على قضايا القلق والاكتئاب او قضايا القلق فقط. موجود هذا هو معمول فيه. تمام. يعني بنقدر بما انه الناس تتأنس فيهم اسوة. بنقدر يعني نعمل هذا الكلام. فبنصحك تشتغل مع النساء - 01:05:59

اه هدى غالبا بقتنعوا يعني اذا ما اقتنعت طبعا بعمل اجراءات اخرى بس غالبا باقتناع يعني اللي بنحكي في الاقسام هدى انه

المراجع وبيجي والسرية مش مش لها الدرجة. في ناس ما عندوش مشكلة يقعد بالصالحة ويحكي مشكلته راجعين. وهدول موجودين -

01:06:24

زيد يعني احيانا بتطلعي بدك تنادي المراجع الثانية بتكتشفي انه ستة قاعدين برا وحكي لهم القصة تعرف تشووفها يعني اه الشغل على ارض الواقع بغير وجهات النظر هادي شوي وسائل الحوارات الجيدة الصياغة - 01:06:44

تشبيه عكس المحتوى التلخيص والسؤال الذكي تمام ايش كان سؤال ايناس يا الا ؟ معلش انا سامحوني يعني الله يعطيكم العافية وما شاء الله عنكم الجلسة خلوة في شرط للخلوة شرطها انه يتمكن مما يتمكن من زوجته - 01:07:01

لو كانت زوجته يتمكن منها وبالتالي ما دام هذي الجلسة في مكان عام تمام اللي هو المركز فيه سكرتيرة تمام؟ وهي دخلت بجلسة محدودة الوقت فتفاصيل كثيرة ما بتتمشي عليها مسؤولية او موضوع الخلوة - 01:07:26

انا النساء اللي بتقول لك موضوع الخلوة ما بحترم ذلك لها ومشان هيك بتشاركتنا معالج فما في مشكلة لكن لا يعني في في في بعض العيادات اذا كان متاح تمام - 01:07:47

ايه اه ممكن ينفتح شباك زجاج من الجهتين تمام ويكون معزول للنساء اذا يعني كان هذا ظرف. بس قليل قليل من النساء بالعكس هي بتكون حريصة انه ما يسمع صوتها وكذا وتتأكد انه انت بتقدر تسمعها. وبرجع وبحكي لكم المرأة الحريصة على هذا الشيء هي ما بتختار اي حدا - 01:08:05

ديروا بالكم برجع وبحكي لكم القصة مش احنا اللي بنختار المراجعين غالبا المراجعين بيختارونا. هي بتكون نخلتك تخيل دخلت عصفحة الفيسبوك وسألت عنك وشافت اخواتك وبين بروحوا وعلى اي دار تحفيظ قرآن وتعرفت عليهم لولا شوي بطريقة غير مباشرة - 01:08:27

يعني المرأة الحريصة واللي بدها حدا يساعدها. فبتتخيلوا قديش بتكون بدلت من الجهود لتعرف. مشان تتأكد انها تيجي عندك فبتجييك طائع وطيعة لايش؟ انه انا اثق فيك تماما انك ستساعدني - 01:08:44

مشان هيك مثلا رجاء مناديين من معالجاتنا والدكتورة حنان من معالجاتنا ايضا. وسايبة من معالجاتنا يعني معالجينا معكم الان موجودين في التدريب شو بحكي للبنات غالبا وحتى النساء شو بحكي لهم؟ - 01:09:00

رجاء ناديين نسيبه شو بحكي لهم بايش بناديهم اكتبوا على التشتات يا بنات يا بنتي وبعمل جملة استباقية تمام؟ جملة استباقية وبقول لها معلش انا المراجعة بقول لها يا بنتي - 01:09:20

تمام هذا عموما مقبول في مجتمعنا في مجتمعنا جدا مقبول. هلا بتيجي بتحكي لحدا في غير مجتمع بقول لك مش مقبول ممكن. بس في مجتمعنا وانا جربته جدا مقبول وبالعكس تشعر بالامان - 01:09:51

لما بتقول لها يا بنتي نعم يا بنتي. اه يا بنتي لان هي بتسشعر آآ حرصنك وجديتك انك تقدم العلاج عنا في المجتمع. هلا مشان هيك برجع وبحكي لكم الخبرة في طبيعة المجتمع مهمة - 01:10:06

خبرتك في المجتمع مهمة لانه في اشياء لا تصلح في مجتمع لكن في مجتمع اخر تصلح يونس احمد الله يجزيك الخير ويبارك لنا بعلمك وينفع فيك. هناك بعض الافكار اللي قلتها صراحة مهمة كثير لي كمعلم وبالتعامل مع طلابي. يجزيهم خيرا وخاصة اني بعتمد على كثير من الجلسات واللقاءات الفاتحة - 01:10:27

ممتناز آآ هو انا بعطي مجال اه لا السكرتارية انهم بقدروا يدخلوا وخصوصا اذا في بنات اذا في بنت جوة تمام صدقوني بشعرووا بالامان لانه هاي بتعرفوا انه في حدا برا ممكن يجي باي وقت - 01:10:42

فهي اهي اصلا تشعر بالامان مشان هيك غالبا اذا حسيتها لسا خايفه واول مرة طب بتحبي تشربي قهوة تشربي اشي وبنطلب انه جيبوا لنا قهوة او بجيبوا شاي او بجيبوا مي. وبالتالي بتشعر انه لأ في حدا موجود برة كذا فبتشعر بالامان. اكثر - 01:10:59

اه في حلول متعددة للحرص انه لا تكون خلوة ولكن يصعب ان يقترحها المعالجة لم يقترحها العميل. اه يعني هاي هاي وزي ما حكى

لك في مجتمعنا قليلة بس يعني احنا حريصين كيف انه نتعامل معها. وخصوصا برجع وبحكي لكم انا - [01:11:19](#)  
النسبة سبعين بالمية من مراجعيني هم اللي بيختاروا هو قارئ صفحتك بعرف ارائك حظر اليوتيوب اللي انت رافعه حضر اللي انا  
بحكك هادا كله فهو يوافق معك عالي بتحككه. هو جاي مشان اللي انت بتحككه مش العكس - [01:11:32](#)

واضح ولعلمكم المعالجين المتدينين عنا حصتهم من المراجعين اكبر بكثير من المعالجين غير المتدينين. وانا مسؤول عن كلامي  
وبالارقام لانه البنت اللي رايحة تعالج هي بدهاش حكى فاضي هي بدها تعالج وتخلص من مشكلتها. الشعب اللي رايحة تعالج اليوم  
الناس بتدخل وبتقرأ و بتعرف و بتفهم - [01:11:50](#)

انا بيجيني ناس في قمة التحرر بس نقول لما قرأت او سمعت او كذا لقيت انت اكثر واحد ممكن تساعدني تمام وما عندي مشكلة  
بتدينك هذا بخليك حريص علي تخيل لما بتسمع كلام من حدا هو بالاصل مش متدين ولا يشجع التدين لكن عند الجد هو اختار  
شخص متدين لانه حيكون حريص عليه. فيعني - [01:12:17](#)

في قصص كثيرة ما يتتبه لها هذا وارد موضوع التحويل مشان هيكل بنفهمهم كثير من الاشياء. مشان هيكل حكينا الجمل الاستباقية  
اذا ما تقبل اذا ما تقبل طبعا ما بنحكيها. انا للشباب لأ عادي. اهلا وسهلا. اهلا فيك يا اخي تفضل اهلا وسهلا عادي - [01:12:39](#)  
بس منحكى بعدد لا بأس فيه تمام ما فهمت شو قصدك يا سارة متحرر اكتبي مشان نبلش بالصياغات. طيب الصياغة عبارة عن  
تشكيل الكلام بالفاظ تناسب حال المراجع. والغاية من الحديث معه - [01:13:05](#)

يعني انت يعني ايه تصبح نومك تشكل كلامك في حدا فاتح جهازين اذا سمحتم. هذا الصوت بيطلع اذا فاتح جهازي  
الموبايل وجهاز طيب تصيغ كلامك تشكل كلامك بالفاظ تناسب حال المراجع. والغاية من الحديث معه - [01:13:33](#)

يعني الحوار اللي بيتم مع المراجع هو ذو هدف انت مش بتدردش انت لا تدردش انت في كلام بدك تصيغه وتنقiche وتنظمه وتنظمه  
حسب طبيعة المراجعة اللي قبالك حسب عمره حسب طبيعته حسب فهمه حسب مشان هيكل بنسأل هو خريج ايش شو دارس بعض  
الاهتمامات مشان تعرف باي لغة تحكى معه - [01:13:59](#)

فصياغة الكلام مهمة. والآن في اعادة الصياغة. من اشكال الصياغة اللي حكيناها لما انا اجيست وركزت على كلمات معينة تذكروا  
التمرین اول اشي تمام وكيف انه هذا التركيز بياخد الحديث لمجرى معين - [01:14:27](#)

اللي ما كان موجود بهاي يرجع ويحضر بداية اللقاء حيفهم ايش اللي بنحكيه هون كيف كلامنا بياخد الحديث لشيء اخر وبالتالي في  
الصياغة يكون كلامك واضح فكر بهدفك ليش بدك تحكى؟ - [01:14:53](#)  
مشان هيكل احنا بنعتبر انه المعالج المحترف العلاج متعب بالنسبة للله ليش؟ لانه انت تكون شغال تلت خطوط براسك كمعالج تسمعوا  
وفي عندك ارضية انت فاهمه وفاهم العلم ايش بيحكي - [01:15:11](#)

وبتحلل شو لازم تحكى وكيف تستجيب هلا هادا التركيز العالي مع المراجع ومع فهمك لمشكلته ومع اختياراتك انا الجملة قبل ما  
احكيها للمراجعة بفك فيها مرتين شو لازم ينحكي له احكي ولا ما احكي. تكون فيها الصوت جواي. احكي لا تحكى لا مش مناسب  
الآن. طب اسأل عن كذا بعدين - [01:15:28](#)

لعل كده هذا مع المدة بنسميه هذا اذا اخذتوا دوره متقدمة في هذا الموضوع في عنا لانه مستويات متقدمة في هذا الموضوع  
حتتعلم اللي هي اللي بتعملها جوا دماغك كيف تكون كمعالج - [01:15:52](#)

وبالتالي تتزوى وتعرف متى تسكت الصمت في العلاج احيانا ما في مشكلة. ممكن بش يبكي تعطيه فرصة. مش ضروري تتدخل  
مباشرة. اعطيه شوية وقت سكت ممكن تسكت شوي مش ضروري كل الجلسة تكون حكى - [01:16:08](#)

في لحظات بدك تسكت وتشوف شو الاستجابات ومشاركة الابياءات المناسبة وبالتالي لا تتكلم بكثرة. مش الهدف تضلك تحكى المهم  
انه تتكلم لا هذا خطأ المهم انه تفهم قبل ما تتكلم. هذا الامر - [01:16:24](#)  
لا تتعجل لا تحاول انه والله بدیش اعطيه مجال اذا بکی او صمت او سکت. اعطيه شوية وقت ولا تضلكيش تشغل حواليك يمين  
وشمال. حاول تضلك مع مراجعك وبالتالي لو من المارس - [01:16:46](#)

موضوع الصياغات بذنا نعرف كيف نمارسه كيف نصير كلامنا شو نحكي للمراجع تمام هذا يبخلينا نصيغ صيغ التعاون ولا صياغة تعاطف ولا صياغة استنتاج واضح؟ شو صار الرابط بين الصلة - 01:17:04

والتواصل التشبيهات وهي عبارة عن مشاركة المراجع او الطلب منه لتصور الامر بما قد يشابهه من قصة او مثل او رمزية. اللي هي الاستعارات تأخذ استعارة مثلا الاشي اللي انت بتصر فيه - 01:17:23

كيف ممكن توضح لي اياه هل في مثل او قصة ممكن تساعدني اني افهم اللي بتحاول تحكيه هل في تشبيه معين ممكن يوضح اللي بتحكيه زي وبنصحكم تحضروه مثلا في فيديو عن الاكتئاب - 01:17:43

تمام؟ سموه اللي هو الكلب الاسود كان يعني من الاكتئاب كان دايما يحكى اي هادا بلاك دوقد مي عندي كلب اسود تمام؟ عندي كلب اسود هون جاثم على صدرى ايه كان يوصف شعور الكآبة - 01:18:02

فصار عبارة عن او الكلب الاسود عبارة عن واحد من الاوصاف تمام؟ واحد من المراجعين وصف لي الوسوس قال لي تعرف لما تشغل دريل تمام؟ كأنه في دريل فجأة بيشتغل - 01:18:25

و ببلش ينخر براسي تمام او حدا بشبه القلق. تمام. كان قارئها وهو موجود كتاب. تمام؟ انه آآ هذا القلق تمام؟ عبارة عن ثعابين بتنطنط جوة دماغي هاي التشبيهات بتعطي ارضية مشتركة تفهم الصورة اللي بحاول يوضحها المراجع - 01:18:42

لاجل ذلك بذنا نستوضح برضه شو مستوى المراجع الثقافي لانه في اشياء ما بتنفع مع مراجع ممكن ما بيحمل نفس الخلقة الثقافية مع المهندسين يستخدم واحدة من الاشياء اللي بيدرسوها - 01:19:11

الضغط والتحمل تمام او راحت العربية المهم تمام وبالتالي مهم جدا انه نعرف شو مستوى المراجع اللي بهتم في الاختصاصات الطبية او طبيب تعطي التوضيحات الطبية احيانا صحيح يا لها - 01:19:33

بنطلب صورة معينة معبرة وحدة من الناس تحكي لي عن موضوع انه احضر في المسلسل الفلاني في شخصية كذا. احضر عشر دقائق الحلقة هذه. هاي تماما بتعبر عنني تمام؟ بنطلب تشبيهات اشياء - 01:20:01

تمام؟ فحتلاقي في توضيحات تشبيهات واحيانا احنا زي ما حكينا بنسخدم التشبيهات. زي منستخدم للقلق زي جهاز الانذار اللي بيりن من غير وجود حريق فانت لما بتقلق مش معناه بالضرورة انه في حريق في اشي تهديد - 01:20:24

هذا معناه انه رن جهاز الانذار. لا تقدر تدور عالمشكلة بدك تطفي الجهاز تمام وبالتالي فيه تشبيهات كثيرة هلاً دائمًا بدك تستوضح ولا مرة ما تستوضح اكثر والامثلة اللي بدك تعطيها للمراجع اذا كان بدك تستخدم الاستعارات والتشبيهات - 01:20:45

بدها تكون امثلة ذات الفة مش غريبة عن ثقافته مشان هيك بنرجع وبنحكي الى الى حد بعيد العلاج ابن البيئة والثقافة انت اذا كنت بعيد عن ثقافتك وبيئتوك الاصلية يعني بثقافة جديدة عليك - 01:21:11

هذا حيحدد الحوارات العلاجية عليك. واحدة منها التشبيهات ممكن تيجي تعطي تشبيه. في عنا حدا من المغرب او الجزائر. في حدا من المغرب او الجزائر مين من المغرب او الجزائر؟ - 01:21:26

هاجر شو يعني عافية عندكم شو يعني عافية؟ ليلي ايش يعني عافية العافية بالجزائر تمام؟ النار بالمغرب اسف تخيل وهاي من الجزائر النار غالب المغاربة يعني الدول المغاربية لا اقصد المغرب فقط المغاربية - 01:21:45

وخصوصا المغرب تحديدا العافية النار. تخيل تقول له يعطيك العافية يا سلام يعطيك العافية لو اجا حدا قال لك انت الان هاجر بتعرفي لهجتنا بس. لو اجا قال لك حدا وانت لسا ما بتعرفي لهجة اهل الشام يقول لك يعطيك العافية. شو حتفهميها - 01:22:15

ايش حتفهميها حسب الموقع. تمام. جيد وبالتالي هذه مهمة تخيل كلمة بسيطة ممكن تستخدمنها وتنفهم غلط تمام ميم العراق مين معنى موجود من العراق؟ مين من العراق اهلا بمنى مين كمان بالعراق - 01:22:35

طيب باللهجة العراقية شو يعني مبسوط شو يعني مبسوط باللهجة العراقية لما اقول انت مبسوط مضروب مضروب انت من وين؟ انت لعاد مو من بغداد بدك تكوني موصليه موصليه يا مني - 01:23:10

طيب لانه غالبا العراقيين تمام مبسوط يعني مضروب طب باللهجة خلينا نحكي الشعب القديمة تمام بتقسيم المناطق اهل فلسطين

اهل الاردن اهل الشام تمام اهل لبنان مبسوط تمام يعني سعيد - 01:23:48

تمام لا مسطل اشي تاني يا اسماء اختلاف اللهجات واختلاف الخلفية الثقافية بيلعب كثير دور فتخيل لسا تروح ولثقافات بالاصل هي مبنية بطريقة مختلفة اه او سبحنا والله ها يا ايمان - 01:24:12

اول ما اشتغلت مع منظمة اطباء بلا حدود هذا كان الحكي بجوز بالالفين واربعة اه المراجعين يجوا يقول لك سبحت سبحت. يا اخي في عنا مسبح احنا يعني مثلا طلع سبحت يعني تحملت. كانت هاي اول يعني اه خلينا نحكي تعامل مع اللهجة العراقية. طلع سبح يعني تحمل - 01:24:39

يعني اخذ تمام؟ اخذ حمام اقول انا كل مرة تسبحت بغرفة بنتي لا تسبحت يعني تحملت مزيوط يا مني مزيوط مين اللي عراقيين كانوا موجودين باش تبحث معناها تحملت؟ وبالتالي - 01:24:59

مشان هيكل بترجع وبنحكي لا يمكن فصل العلاج النفسي عن طبيعة الثقافة اه صحيح جهال يعني اطفال جام زجاج يعني في باللهجات اشياء بالكويت اتسبحت تحملت طيب وبالتالي كثير من الامور مختلفة. العلاج ابن بيئته - 01:25:27

واذا انت خرجت من هذه البيئة بتحتاج لوقت لتفهم انت وبين وشو طبيعة الحوارات وبالتالي شو ممكن تعطي هذا المراجع الان تشبيهات شو ممكن تعطي تشبيهات هاجر تحكي طرحت بالكويتي هي ارسلت وفي السعودية هي تقىأت - 01:25:59

صحيح ائتلاف اللهجة. اعطيتنا تشبيهات استعارات مناسبة اعطونا تشبيهات واستعارات مناسبة عندكم فكرة شو ممكن؟ يعني صار هادا الان حكيم معه كثير بطل الحلقة فخلينا نعطيه هيكل نفترض افتراضا بنعطيه تشبيه او استعارة مناسبة لوصف وضعه -

01:26:20

يعني القلق اكل راسك. ممكن ممكن اذا هو اعطاني تشبيه ممكن هل هاد رنيم في طريقة في العلاج المعرفي تحديدا العلاج العاطفي العقلاني الانفعالي للبورت اليس. بسميه اللي هو الظرفة - 01:27:07

فييجيها بطريقة مثلا يعني مبارح الهاقلق اكل راسك صحيح؟ بشكل ملاطفة بس هاد عليه كثير محاذير مع مين نستخدمه؟ لانه في ناس ما بتتقبل هذا الكلام كأنه في حفلة في راسك وغير مستمتع بها. ممكن يعني حلوة هاي الحفلة - 01:27:27

اه في عرس براسك المشروع بالنسبة الک مثل الام الخايفه عطفها الرضيع من انه يصيبه شي مو منيح. جميل. والله هذا تشبيه جميل جدا يومها احسنت. انت کمان الک درب کنافة - 01:27:47

اه مریم لما تحاول تنام وتغمض عيونك وتشعر بالفكرة بتصحیک. ممكن تدخل من فكرة لفكرة کانک بمتابعة آآ بمتابعة کی ببرضو تشبيه جيد. يعني القلق کأنه بطل الليل بطل الليلة في الامس. نعم - 01:28:02

في متاهة احسنت اه في متاهة احسنت يا مریم واضح تشبيهات الاستعارات مهمة اهم اشي بالتشبيهات والاستعارات انه نتبه انه ما تبين وكأنه بنسخر من المراجع مشان هيكل غالبا احنا ما بنسخدمها في البدایات بده يكون المراجع - 01:28:27

عارف انه انت ممكن تحكي بعض الاشياء وتشبهها وشاشر بالامان في العلاقة حتى ما يفهم الموضوع بشكل خطأ او بفك انه انت بتسرخ منه موسوس متاهة اه موسوس يعني يعني من تشبيهات اللي شبهها مراجع بحكي - 01:28:47

بتعرف كيف لما تكون قاعد زهقان عالتلفزيون بتقلب قناة قناة قناة ومش ثابت عاشي اه هذا اللي كان صاير براسي بتقلب من فكرة لفكرة لفكرة بس المشكلة اني انا مش زهقان - 01:29:15

انا مش قادر اتخلص من الموضوع واضح فكتير مهم لاني لاي درجة برأيك التشبيهات اللي بعطيها المراجع ممكن تساعدهم تفهموا وتدروا اکثر شو بقصد لاي درجة من واحد عشرة. قديش بتعطي درجة؟ - 01:29:29

والله فيه حسب حسب اجانا مراجعين مهمتهم باللادب والثقافة وبيحكى لك يعني اوصاف عن جد. انا تعلمت من المراجعين والجل ذلك خلينا نوضح لكم فكرة كثير مهمة. كوييس اه طبعا ممكن نبالغ. بس يا ياسمين اذا بالغ المراجع احنا بنعرف برضه - 01:29:56

انه يعني في عنا مشكلة. عرفتي شو؟ اه خلينا نتفق الان بنعمل على ارضية مشتركة ممكن نبني عليها احسنت. احسنت. زي کاني بدومامة ما عم تخلص المي فيها. صحيح. اه او بمشي - 01:30:26

عرجي مكسورة عرجي مكسورة او راسي اه تقيل احسنت التشبيهات كويسة. خلينا نتفق مش بس المراجع بحاجتك وانت بحاجة المراجع. ليش انت بحاجة المراجع؟ لانه زيادة كفاءتك ومهاراتك كمعالج تعني انه انت بحاجة تشفوف مراجعين وتتقن العمل معهم يتم الاشراف عليك اتابع - [01:30:45](#)

فمشان هيكل اذا اطلعت للمراجع انه فرصة للتعلم ايضا برضو بتصرير تبدع في ناس بحكي لك والله الشغل مع المراجعين تقيل زي ما حكينا ما تفكرا انه بس المراجع هو المحتاج. حتى الطبيب مش بس انت اللي تحتاج للطبيب. حتى الطبيب بحتاجك. ايش فايدة الطبيب اذا ما شاف مراجعين - [01:31:12](#)

ومع المدة طور مهاراته وامكانياته ودراسته ودرجته العلمية فمشان هيكل المراجعين انفسهم وهو بمصدر غني للخبرة. انا تعلمت كثيرا من المراجعين صدقوني في كثير اشياء انا ما فهمت الوسواس بعمق الا من المراجعين - [01:31:36](#)

ما فهمت عمليات الاكتئاب بعمق الا من المراجعين ما فهمت الطلاق بعمق الا من المراجعين مع المدة من التشبيهات والتوضيحات. صرت خلص انت ماشي انت ما مش موسوس بس صرت فاهم الوسواس كيف بتركب - [01:31:57](#)

وكثير من الامور عن الحياة فهمت تركيبتها من المراجعين هذا المراجع ممكن يكون بالعكس هاي التشبيهات والتوضيحات لو اجتهدت تفهم اكثر بس الفهم الكافي لمساعدته مش فهم الفضول تمام بيعطيك فرصة اكبر للتعلم. هادا هو السلايد اللي قبل يا مها - [01:32:11](#)

تمام وبالتالي التشبيهات مشاركة المراجع بما يعبر عن المحتوى الذي شاركه باختصار. عفوا هذا مش التشبيهات. هذا عكس المحتوى لشركات التشبيهات هذا عكس المحتوى تعريف الالكس المحتوى. هاي وقعت خطأ. هاي لازم تكون تعريف عكس المحدود - [01:32:44](#) عبارة عن مشاركة المراجع بما يعبر عن المحتوى الذي شاركه باختصار يعني حكى لك عن اشي انت بتعكس له محتوى اللي حكى لك ايه افهم اختار الانسب فكر قبل ان تتكلم استفهم ان كان صحيحا - [01:33:05](#)

يعني بيجي بيحكى لك مبارح انا ما قدرت انا معي تعبان ما قدرتوا تناموا من التعب ممكن يكون بشكل استفهامي ممكن يكون احيانا بشكل تقريري ما قدرت تنا عب - [01:33:22](#)

بقول لك اه صحيح فعكس المحتوى هو كانه الجملة اللي حكاهما اخذت المحتوى الاساسي وحكيت له ايه هذا المحتوى يعبر عن فكرة يعبر عن موقف يعبر عن شعور يا اخي اخوي من حد ما تزوج تغير علينا كثير وانا بصراحة مشاكل كثير زادت. ما بيحترم لا ابوي ولا امي - [01:33:37](#)

وزاد المشكلة كمان لما اجي مثلا وصار يحكى لاابوي بدي حصة من الميراث من هلا عماله بحكي لكم مشكلة اذا انت بتحكي انه اخوك الان قوة الاساس في المشاكل اللي عمالها بتصرير - [01:34:00](#)

تمام فيجي بقول لك نعم هو الاساس. المحتوى اللي بحكيه اخذت طرف خيط منه وقلت له هذا هو. الحين بقول لك لا مش تماما انه هو الاساس. بس هو سبب اساسي من اسباب المشاكل اللي قاعدة بتصرير - [01:34:20](#)

تمام؟ طبعا عكس المحتوى او طريقة عكس المحتوى لها طرق متعددة تمام لكن انا بفضل هاي الطريقة في عكس المحتوى في العلاجات السريعة. لانه احنا بجوز شوي في العلاج المعرفي السلوكي ما بنستخدمها بنفس الطريقة اللي - [01:34:37](#)

بالضبط لانه بالاخر انا بتعامل مع محتوى بده يعكس طبيعة الافكار. يعني بدها تخدم اصلا طبيعة العلاج اللي انا بساعدته بستخدمه. مشان هيكل حتى عكس المحتوى في خصوصية بتخص باي علاج انت قاعد - [01:34:54](#)

اه بتعمل او اه بتطبق وبنستفهم اذا كان صحيح. المهم لا تشتبه الفهم تمام يجي يقول لك مبارح كانت ليلة كثير صعبة علي. يعني ما ضل اشي الا فكرت فيه. حسيت حاليا بنخنق وبدى اموت - [01:35:11](#)

حسيت قلبي حيوقف يعني لمرتين كنت بدي اصحابهم واقول لهم بدننا نروح للدكتور تمام تشووفوه بایش بحكي ما تيجي مثلا انت بده تعكس له المحتوى. فتقول له اه كنت انت يعني ماخذ اشي قبلها او كذا - [01:35:31](#)

هذا صار استفهام مش عكس المحتوى بيكون من الكلام اللي هو حكى فانت بتوصفها ليلة صعبة واضح بقول لك اه

ليلة صعبة كثير او بتوصف اعراض كانت شديدة عليك - 01:35:50

اه الاعراض كانت شديدة كثير واضح فمشان هيک بدناش نتسرع في الاختيار اذا الفكرة مش واضحة تمام ما تحكي ومش ضروري تعمل هيک. يعني المهارات هاي اللي بنحكيها يا بتعلملها في مكانها مش ضروري زي اللي تعلم شغلة بتعرفوا - 01:36:07  
احيانا الواحد بتتعلم اشي جديد فبحب يجربه هاي المهارات تستخدم في مكانها مش بتجربها في غير مكانها مشان والله تشفو تقدر تعملها ولا بدك تدربها تدرب عليها مع زميل لالك - 01:36:27

اما مع المراجعين استخدمنا في مكانها ولأجل ذلك خليني اشوف شو ممكن تستخدمو عكس محتوى طبعاً ممكن تيجي بصيغ تعاطفية اسماء. تيجي بصيغ تعاطفية بصيغ تعاطفية واضح؟ حكينا ما هي صيغة الكلام وطريقة الكلام ممكن تكون صيغة تعاطفية ممكن تكون صيغة تشاركية وتعاونية. اللي حكيناهم قبل - 01:36:41

فخلينا نشوف الان كيف ممكن تعاملوا عكس المحتوى على بطل الحلقة افضلوا مها اه واضح انه المشروع مهم لالك ادق فيك تمام ممتازين اه ايات اه اذا مشغول فكرك بالمشروع - 01:37:05

ماداروش للقلق الليل ما كانت لطيفة بالنسبة لالك او كانت ثقيلة وطويلة. هي بجوز هاي احسن نتيجة يعني ليلة كم؟ ثقيلة وطويلة طيب اه سارة اه يعني المشروع سبب لك ارق. تمام؟ احنا مش متأكدين من المشروع ممكن هو قلق - 01:38:06

ممكن العمل اكتر تمام؟ فيكون جزئياً اذا انت كنت قلق طول هالليل وهذا بسموه برضه عكس المشاعر واضح انها ليلة صعبة عليك جميل صحيح يبه يعني انت مرهق جداً من قلة النوم وكثرة التفكير. اذا كان حكى لي انه مرهق - 01:38:28

تمام ممكن انه نحكي اكتر يا هدى انه اذا ما قدرت تنام بهديك بليلة مبارح تمام هذا بده يكون تسائل اتأكد. هل كنت مرهق بفهم انه في افكار كانت مزعجة لالك وكان لها اثر على نومك. جميل يا الاء. ممتاز - 01:38:47

انت قلق جداً بسبب اهتمامك بإنجاز العمل بشكل جيد اه جداً جداً كثيرة حاولوا ما تستخدموهم بعكس المحتوى او لانه بتتصير ايحائية. كنت قلق بسبب اهتمامك. هلاً هو غالباً اذا كان قلق بقول لك اه كنت قلقان كثير. ساعتها بقول له اه اذا قلق كثير كان - 01:39:06

بالنسبة لالك انت ما قدرت تنام لانه بالك مشغول بالمشروع. والليلة كانت صعبة عليك برضه ما بدننا نقطع انه مشغول بالمشروع. كان بالك مشغول بشغلك والمشروع. هو واضح شو اللي حكى. بنقدر نحكي انه كثرة التفكير سبب لك مشاكل بالنوم. احسنت يا دينا - 01:39:28

وممكن نجيبيها بطريقة استفهامية. طب بنقدر نحكي انه كثرة التفكير سبب لك مشاكل بالنوم اذا كنا بدننا نعملها استفهامية تمام اه اذا كانت كنت قلق ليلة امس. جميل. نعم الليلة كانت مليئة - 01:39:44

بالافكار مليئة بالتفكير جميل يا صهيب بفهم من كلامك انه الارق وعدم القدرة على النوم والتفكير الزائد ناتج عن القدوم على خطوة جديدة. جميل جميل يا عمر صياغة ممتازة - 01:40:00

واضح وهادا التلخيص. ايش التلخيص؟ هي عبارة عن مشاركة المراجع بما يختصر الموضوع على طوله بجملة واضحة استفهامية او استنتاجية. الفرق بين التلخيص وعكس المحتوى يكون على جملة او فقرة او جملتين او ثلاثة - 01:40:15

التلخيص لأ بيكون على بعد ما يشرح لي شوي. اذا نقدر تلخص اللي حكيته. او كيف تقدر تلخص اللي حكيته هاد؟ مشان نحتوي الموضوع. شوفوا المراجعين اللي بصير خلال الجلسة كتير - 01:40:36

مشان هيک اذا قدرنا نعمل كل عشر دقائق نوع من التلخيص للجزئية اللي بنحكي عنها بطلع المراجع بمجموعة من الافكار افكار مرتبة بطلع بمجموعة من الافكار المراجع حيحك وتحكي ما بدك بدك ايه اللي حكيناها نستثمره. فمشان هيک بدننا تلخص او بدك تعطيه جزئية محددة - 01:40:50

تمام؟ افعل افهم شو المحتوى اصلاً. فكر قبل ان تتكلم ايضاً استفهم ان كان صحيحاً اختصر ما استطعت. قد تعدد النقاط. اذا انت اللي حاولت تحكي للان بعد مرور تقريب عشرين ساعة من الجلسة عشرين دقيقة من الجلسة. حاولت تحكي لي قديش انه موضوع اخوك

ليرة عامل لكم مشاكل في داخل البيت واضح اذا صار واضح بالنسبة لالكم شو الفرق بين عكس المحتوى والتلخيص فعكس المحتوى محتوى اللي بحكيه بعطيه ايه بكلمة او كلمتين محدودات - 01:41:34

بكون على جملة لكن التلخيص عدد من الجمل او بعد مضي شرح للمشكلة او الموضوع برجع بنلخصه وبنختصره بفكريتين اساسيات ممكن نحكيمهم بنقاط وممكن نحكيمهم بجملة صغيرة اللي ما بدنا نعمله بدناش نشتت فهم المراجع بدناش نتسرع في اختيارنا للكلام. نرجع ونحكي في العلاج مش بس بدق تحكي - 01:41:54

بدك تعرف شو اللي بتحكيه. و ليش بدق تحكيه اصلا اذا مش عارف مش ضروري تعمله لا تعمله. مش عارف مش ضروري تعمله عدم وضوح الموضوع والتحدث باسهاب. لا تتحدث باسهاب زائد - 01:42:18

فقط بدق توضح. مثمان هيكل يفضلوا اللي بشتغلوا بالطريقة انه عكس المحتوى يكون بكلمة او كلمتين عموما وعكس المشاعر بكلمة كلمتين. يعني بمختصر اشد ما يمكن. بالكلمات والتلخيص جملة. احيانا هيكل بعرفوها - 01:42:31

طبعا برجع وبحكي انه هاي المهارات موجودة صحيح انه صدرها بشكل او باخر كان روجرز لكن طريقة استخدامها مع العلاج المعرفي الها شوية طريقة شوي بتختلف طريقة المقابلة التحفيزية اللي هي لوليان ميلر شوي في اختلافات بسيطة. بس كلها بتخدم انها نتواصل وبنعمل حوارات جيدة مع المراجع - 01:42:50

نعم نعم ممكن يسجل واحنا بنفضل يسجل انا بخليهم يصوروا ورقة الورقة اللي مع المخطط او الاشي اللي وصلنا وبالتالي بالسؤال الذي برضه هون لازم يكون السؤال ذكي مش تلخيص عبارة عن طرح استفهام دقيق - 01:43:18

لما قد يكون المراجع غير متنبه له؟ استفهام دقيق سؤال في محله وهذا بيحتاج انك تتعلم كيف تفهم المحتوى كيف تفكر قبل ما تتكلم كيف تستفهم جيدا كيف تختصر في عمق الصندوق ما تفك خارج الصندوق يا - 01:43:34

اخي في العلاج فكر في عمق الصندوق تفكري خارج الصندوق تمام؟ استكشف التناقضات بهدوء. لانه احيانا السؤال الذي طيب انت بتتحكي انه انت ما قدرتي تناسمي مبارح وفي نفس الوقت - 01:43:49

انت حريص على عملك واضح وفي نفس الوقت في مشروع جديد اذا ايش اللي بنقلتك فيهم اكثر ممكن هو المخلوق لا عمله ولا المشروع الجديد. هو المقلق اكثر بعدين ليش ما قدرش ينام - 01:44:08

واضح السؤال الذي هي صياغات اسئلة مثمان بدي افهم التناقضات او افهم المحتوى او افهم شو اللي بحاول يحكيه فبدنا نكون متنبهين انه ما نشتت فهمنا ما نتسرع في الاختيار - 01:44:30

ويكون عنا وضوح للموضوع. مش سطحية لفهم وهذا ضروري في اسئلة في العمق مثلا زي ذي سؤال الثالث اسئلة بتستخدمهم مثلا جودف بيك موجود في كتابها اللي هو العلاج المعرفي في الاسس والابعاد مترجم - 01:44:46

بالعربية الطبعة الاولى الان في منه طبعة تانية وطبعة تالتة باللغة الانجليزية. تمام؟ لما بتتحكي لك كم مرة حصل معك هذا الكلام طيب شو اسوأ اشي صار لما حصل هاد الكلام؟ تخيل هذا السؤال - 01:45:06

احيانا بنبهك وخصوصا عند مرضى القلق انه صحيح شو اسوه اشي صار؟ ما صار اشي. بخصوص مثلا اللي عندهم قلق او نوبات هلا شو اسوأ اشي صار ممكن يجي يحكيك الاسوء بحس بدق وصل لاشي جدي جدا؟ لا - 01:45:23

واضح بهذه الطريقة في التساؤل والاسئلة الذكية تعطي مفاتيح مهمة السؤال احيانا بخليك تفهم المشكلة او تربط بين ابعاد المشكلة او تغير منظورك لشيء معين في تناقضات وبالتالي مهم جدا - 01:45:40

انه نتدرّب جيدا على كل هاي المهارات هاي المحاضرة حتى تكون مرفوعة على يوتيوب بتقدروا ترجعوا تحضروها مرة ومرتين تمام تستفيدوا منها بتمنى تتدربوا على مهاراتها تماما بتمنى ايضا تكتبو تعليقاتكم اذا كان في اي امور بدمكم تشاركوني فيها - 01:46:04 اهلا وسهلا تقدروا تشاركونا فيها تمام وبالتالي نسأل الله عز وجل انه نراكم على خير قبل ما ننهي. تمام؟ اذا تكرّمت من نفید بالك على المساجات الان. تمام؟ اللي بحب يكتب لنا فيد بالك - 01:46:28

اه الفيدباك مش مدح. الفيدباك معناه استفدت واتمنى في جزئية بديع تعدل هذا هو تمام فلو سمحتوا حنعطيكم شوية وقت لكتبوا  
بانتظار الفيدباك من عندكم - [01:46:48](#)