لقاءات مع أ. وسام الحداد في تهذيب التدريب

كيف أعرف إن كان لدي مشكلة نفسيّة تحتاج لمتخصص؟ وضيف اللقاء د.يوسف مسلم، تهذيب التدريب ح2 - الجزء3

يوسف مسلم

اهلا بكم في الجزء الثالث من هذه الحلقة من سلسلة تهذيب التدريب والتي احاول فيها ضيفي الدكتور يوسف المسلم حول هل يمكن للدورات التدريبية ان عالج الاضطرابات والامراض النفسية وفي هذا الجزء سيكون هناك رسالة مهمة جدا موجهة مني ومن الدكتور يوسف الى المدربين - 00:00:00

فهي بنا اليها. طب هلأ اه اه بدنا يعني في في ختام هاي الحلقة عشان نلخص نحتاج الى رسالتين. وحدة راح تكون من اشخاص اللي بتوجهوا الى هذه الدورات التدريبية - 00:00:20

واتنين الاشخاص الذين يقدموا هذه الدورات التدريبية. بالذات المنصفين منهم واللي فعليا باحثين عن حق. وبدهم منفعة الناس. الرسالة الاولى اه بدنا نتشارك فيها مع بعض او نصيغها بطريقة توضح لهؤلاء الاشخاص. الان كمدرب يدرب في مجال على سبيل المثال الخطابة او مهارات العرض والالقاء - 00:00:32

آآ ايش هي المعايير التي تساعد هذا الشخص في انه هو ما يؤذي الاشخاص اللي عندهم رغب يعني هل هناك معلوم كل ما كل مرض نهائي له من محكات تشخيصية اساسية. ايش الاشي اللي شفت اذا شفته على الشخص بحكي له والله لأ انت روح اول شي شوف يعني اه تشخص - 00:00:53

وبعدين ازا ما عندك مشكلة الرهب بدك تنمي مهاراتك انا بشتغل معك وين انا بقدر احكي والله هذا الشخص باخده هذا الشخص ما باخده او ما بشتغل معه. صحيح. يعني احنا من فترة كان استضفنا عدد من الناس اللي بيعملوا رقية شرعية. مم - 00:01:13

تمام؟ والسبب انه كان بدنا نعطيهم زي مقدمة في موضوع الاضطرابات النفسية ويصيروا يميزوا انه احيانا الحالات اللي بتعامل معها هي حالة نفسية وليست موضوع المس وكذا. تمام؟ احنا ما عنا مشكلة في الثابت شرعا. متفقين. نعم. لكن في مشكلة انه انت بتتعامل مع بعض الامور النفسية على اساس - 00:01:27

قلها هذا العلاج الوحيد لالها. ارقيه جزاك الله خير لكن في تخصصية مشان تحول للمتخصصين يعالجوا هذه المشكلة بان يفهم يرحمكم الله يرحمكم الله طيب فان يفهم هذا الشخص بداية - 00:01:47

اين يقف الاطباء كلهم اذا رحت بغير تخصص وبقول لك معلش لا انا بدي احولك لطبيب باطنية او طبيب دماغ او كذا او جراح تمام؟ فورا يفهم التخصصي لانه نتدرب عليها. نعم. هلأ - 00:02:06

لاجل ذلك اذا كان عندك مشكلة في التحويل لاصحاب التخصص بدك تشوف امرين يا انك انت مش فاهم ايش بتتعامل معه. فبالتالي ارجع وتثقف حول المشاكل النفسية. بدي اوقف هون انا يعني بنصح هون يا جماعة - 00:02:20

احضروا في دورات عامة تعطى حول الرهاب. يعني الية التعامل مع الرهاب تشخيص الرهاب. هاي بتعطيكم يعني على الاقل اه اه غلاف او قاعدة اساسية اقدر على الاقل انت تحكي والله هذا اكيد ما عنده رهب. وهذا ممكن. يعني هذا تشخيصيا ممكن تحكيه لا هذا مستحيل يكون عنده راب. لانه خلص المحكات التشخيصية بعيدة عنه. فخلص نشتغل - 00:02:34

مع هدول نعطيهم المهارات وامورنا تمام. لكن الذي وحتى ولو كان شكا مش لازم يقينا. يكون والله تشك انه ممكن يكون هذا الشخص والله لا عنده رهاب مرضي. فهذا شو رأيك المزبوط؟ وبالتالي هيك كانا بنحكي احنا عن جزئيتين. نعم. لهذا الشخص اللي بده يتصدر

للتدريب الاول. اولا. يفهم طبيعة المشكلات. نعم. وهاي مقدمة يعني الها علاقة - 00:02:55
بشوية ثقافة بالموضوع. في بعض البرامج شبكة علاقات مع زملاء منها الموجودين هذا متخصص في كذا هذا متخصص في كذا فاحله حول له يعني مش معيب انك انت بالعكس تمام؟ ليش؟ لانه معظم المتصدرين لمجالات التدريب او المجالات العامة - 00:03:15
فيما بعد الناس بطبيعتهم وهذا يعني هالة الشاشة تمام؟ بصير بده اه يستشيره في كل شيء فاحيانا الناس بتصير بدها تستشيره. بعض الناس عنده اشكالية او يعني يحكي ما بعرف او مو تخصصي. فبالتالي واضح انه بده يشتغل على هاي الناحية. اذا نقطتين ان - 00:03:37
يقف نفسه بشكل جيد في المقبول من الامور النفسية حتى اذا استشير بامر ولقى انه في امر نفسي او طبي يعني يحول فورا حتى لو ما انه انت بدك عالاغلب طبيب وحتى لو طبيب عام وهو بحولك فرضا. او حدا في القطاع النفسي وهو ممكن يحولك لاكثر تخصصية. والامر الثاني - 00:03:56
يعمل على نفسه انه يتقبل. يتقبل انه هذا دوره وما في داعي انت تطلع عن دورك اكثر من هيك. لانه خجلك من انه تطلع عن دورك سيتسبب لا سمح الله الواحد فممكن بخزي لك. نعم. انك انت شخص - 00:04:16
تهرف بما لا تعرف جميل. النصيحة الثانية للمتدربين. شخص عنده خوف تردد من الحديس امام الناس. عنده نوع من هذه المشكلات متى بحكي انه والله انا عندي مشكلة بروح لاخصائي نفسي عندي رهاب متى بحكي لا بروح احضر دورة تدريبية تعزز المهارات تنميها تطور مهاراتي اه اه تساعد - 00:04:34
انه انا امارس الخطابة قدام جمهور اختبر نفسي كخطيب اه اكتسب هاي المهارات اللي تقدم في هذه الدورات. متى يمكن ان اه احجم عن هذه الدورات واحكي لازم اروح عند متخصص. ومتى لا؟ يعني عادي اروح عند اه تمام. يعني انا دائما بنصح اي شخص عنده مشكلة انه يحاول - 00:04:58
يبحث شوي بحث عام ليقرأ حوالين مشكلته لا يعرف حوله مشكلته رغم انه على جوجل الان في مخاطرة لانه احيانا بتسير الامور تخرج عن مستوى الوصف يعني او هو مثلا لسا لانه مش فاهم - 00:05:17
مشكلته زي شخص اجانا وبفكر عنده فصام. هو مش فاهم شو موضوع الفصام. نعم. فقرأ عن بعض الاشياء. تمام؟ فبفكر انه اصبح عنده فصام. طبعا هو ما كمل القراءة لانه - 00:05:31
مم. تمام؟ وصار يدور بدي اعرف مين يساعدني فورا واجى فزع انه ممكن انه عنده فصات. لكن في بعض الاحيان ممكن تساعده اذا قرأ في مواقع متخصصة او حضر مثلا لاشخاص متخصصين فيديوهات تشرح عن مشكلته ممكن يحكي له انا ما عندي هايدا فبالتالي اذا بحث ووجد اي معلومة وما زال هو - 00:05:41
وفي مرحلة البحث يتأكد من لمين بيحضر او لمين بيسمع او لمين بيقرأ تمام؟ وهذا يعني استاذ وسام اضافة الى ذلك انه في بعض الناس ممتازين في شرح المشكلات لكن قد لا يكون هو كمعالج عنده الاحترافية العلاجية - 00:06:01
فاهمني؟ نعم. لانه ايضا احنا بنحكي مثلا بكل بلد الان في شروط حتى نكون مرخصين احنا لممارسة هذه المهنة. يعني ما يقل عن درجة ماجستير فرضا. يحمل ترخيص من وزارة الصحة. يكون عنده تدريبات متقدمة في العلاج النفسي. في شروط ويكون في الاختصاص. فايضا - 00:06:20
اذا بده يذهب الى شخص انه عنده هذه الكفايات او هاي الشروط متوفرة لانه الناس بدها تروح لطبيب قلب بتيجي بتسأل مين اشطر طبيب قلب بدها تروح طبيب اطفال مين اشطر طبيب اطفال؟ - 00:06:40
فبجوز الموضوع النفسي يخليه يتردد شوي لكن ممكن بطريقة او باخرى يسأل وموجود في كل مكان يعني في كل بلد موجود عدد لا بأس فيه من الاطباء عدد لا بأس فيه من المعالجين. تمام؟ واذا صاروا وصل لناس من اللي بيمارسوا التدريب الامينين - 00:06:52
من الناس اللي بقدموا محتوى اعلامي ممتاز. لكن ممكن بحاجة لاكثر تخصصية عالاقل نتمنى منهم انهم ينصحوا ممكن يساعدوا

عشرة بالمية عشرين بالمية ثم يحولوا لحدا اكثر تخصصية فبالتالي التخصصية مطلوبة لانه مثلا حتى احنا لما احنا بنتعامل مع الناس في امور بتكون تكميلية بنعتبرها. تمام؟ مهمة مهارية. طيب - 00:07:12

مين ممكن يقدم لك امور مهارية؟ اه اه الجهة الفلانية. الشخص الفلاني. اه اسمع في كذا. اه تابع لفلان. فاهمني؟ نعم. فهاي امور تكميلية لا بد منها انه نرى انه العلاج النفسي لا يبتدع لا يبتعد عن الامور تكميلية ويصير طريقة الحياة يعني او منهج الحياة بشكل افضل او احسن. جميل. اذا التلخيص للنصيحة - 00:07:37

تحاليل المتدربين اللي بيتوجهوا لهذه الدورات. اول شي حاول تعمل بحث بسيط. اه تعرف عن مشكلتك. تتأكد انه انت خارج اطار المشكلات النفسية مشكلة بسيطة مطعمة بامكان هذه الدورات انها تساعدك في تنمية مهاراتك. وكون حريص لو استطعت ان تستشير شخص متخصص امين. يمكن ان يساعدك اكثر في فهم - 00:07:57

كلتك ويوجهك تروح في اتجاه هذه الدورات اه طبعا حتى هذه الدورات لحالها بدها فلترة يعني في منها اه فعليا مفيد من ناحية مهارية وفي منها حتى من الناحية المهنية مش مفيد لانه - 00:08:17

فعليا لا تقدم قيمة حقيقية اذا كانت بحاجة متخصص فبتروح عند الشخص المتخصص وبتبدأ رحلة العلاج. في حال كان فعليا عندك مشكلة وهاي وهاي جزئية مهمة لابد ان نضعها تحت - 00:08:28

فعشرين خط فعليا بعض المشكلات النفسية قد ترى انها تحتاج الى اشهر ست شهور وسنة احيانا لكن فعليا هذه السنة ستكون سنة فارقة في حياتك ما تحاول انك انت تتغاضى عن الموضوع وتمشي وتروح هون وهون وتسمع حدا اه تبع تنمية وكتاب هون وقصة هون وتحفيز هون - 00:08:41

عن المشكلة الحقيقية وبالتالي تتفاقم هذه المشكلة وتؤذي نفسك وبيصير بدك يعني فترة اطول وقد يصعب علاج المشكلة فيما بعد اه دكتور يوسف انا سعيد جدا بهذا اللقاء. وانت اثريته بشكل اه رائع. اذا في عندك اي نصيحة في النهاية اه ختام سواء - 00:09:03

مدربين انه السلسلة بيعنوها عن تهذيب التدريب او للمتدربين والاشخاص الذين يتوجهوا الى هذه الدورات. نصيحة عامة لهاتين الفئتين. نصيحة طلبت مني احد الناس اللي تعالجوا قبل تقريبا خمسطعشر عام - 00:09:23

انه كل ما اعمل تدريب او اتعامل كانت بتعرف انه بلشنا اه يكون عندي بعض الطلاب. نعم كل ما نشوف الطلاب احكي لهم اياه لانه كان الها تجربة قبل سيئة كتير - 00:09:39

مع عدد من الجهات. نعم لم اختر ان اكون مريضة لكنك تصدرت العلاج تكن على قدر اختيارك قوية وما اختار ان يكون عنده هذه المشكلة لكن اخترت ان تتصدر اه بدي اكون على قدر هذه المسؤولية ولست معفيا من الاضطراب - 00:09:52

والله ثم والله بعض الاشخاص اللي رأيتهم كانوا من الناس اللي تصدروا للتدريب واصابتهم مشكلات تمام وثم لعلاج حقيقي وعولجوا واولجوا نعم. في منهم كان جاهل ما بيعرف انه العلاج هيك لانه خلص قرأت كلمتين وهاد - 00:10:18

وفي منهم لأ تدعم طريق هذا وعرف انه لأ لازم ياخد تخصصية احسن لانه حتى انا لست معفيا انه بيوم من الايام لا سمح الله ممكن انه يصيبني مشكلة من اي نوع - 00:10:38

في ناس في بلادها لم تعد امنة اصابها خوف ومخاوف وقلق واكتئاب تعرض لي مواقف في ناس اللي بعتبروا حالهم امنين في بلادهم اصابهم حوادث سير وفقدان لاشخاص اعزة. فدخلوا في حاجة نفسية - 00:10:53

لم يمدك تروح اذا صار معك هذا استاذي المدرب الى من ستذهب ما اختاروا الناس يكونوا مرضى لكنك اخترت تتصدق اتصدر لمن نتأهل فيما انت اهله الله يجزيك خير بارك الله فيك. آآ الى الى المتدربين والاشخاص الذين يذهبون الى هذه الدورات - 00:11:10

نصيحة سريعة اي شخص حتى اللي بده يروح ياكل اكلة بحاول يعرف ايش اللي بده ياكله. ايش المكونات؟ ايش المكونات تعرف شوي عالمكون جميل انك تكون من الناس اللي بلشوا يوعوا للثقافة والمعرفة ويطور حاله. جميل جدا - 00:11:31

تعرف شوي على المكونات اقرأ عنها ودائما اقرأ ماء وضد شوي حتى تعرف اكثر يصير عندك هالطريقة لشوي تحليلية او تقييمية وان شاء الله موفقين في اختياراتك. الله يرضى عنك الله يرضى عنك. الله يجزيك خير. سبحانك اللهم وبحمدك. اشهد ان لا اله الا انت.

استغفرك واتوب اليك. العبد يفكر - 00:11:51
والله يدبر ولله في خلقه شئون. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته طيب في ختام هذه الحلقة ارجو ان اكون قد وفقت في تقديم محتوى ماتع نافع للاخوة المتصدرين والفاعلين في مجال التدريب - 00:12:11
وان شاء الله تعالى في الحلقة القادمة سنغطي موضوعا اخر واشكالية اخرى في مجال التدريب. علنا واياكم نعمل سويا على تهذيب التدريب - 00:12:26