

# من أين أبدأ رحلتي كعلاج نفسي ( 1 ) | د يوسف مسلم |

## اختصاصي العلاج النفسي والسلوكي

يوسف مسلم

يعطيكم الف عافية. يعطيكم العافية دكتور يوسف ان شاء الله اليوم بدنا نحكي بخصوص اهم النظريات العلاجية والمدارس العلاجية وكيف نختار النظرية ونتعامل فيها ونتمكن منها ونتدرب عليها طيب بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله. يعني هذا نشاط مشترك كان - [00:00:00](#)

آ مع مبادرة آ يوم لصناعة مرشد ومن خلال اه اه عملنا في اه مجال التدريب ايضا واعداد الاخصائيين النفسيين. اه بمركز واليوم سنتحدث عن بداية رحلة المعالج النفسي وكيف انت ممكن تستفيد من رحلة معالج نفسي سبقك في ذلك - [00:00:36](#) وبالتالي اه هذه الرحلة ايضا اه تصبح بالنسبة لك خيلنا نحكي الطريق اللي اه تختاره وتطور نفسك من خلاله فنبدأ على بركة الله الان اذا موضوعنا من اين ابدأ دقيقة واحدة - [00:01:04](#)

ورحلتي كعلاج نفسي اه في البداية اه يعني اعرفكم بنفسي انا الدكتور يوسف مسلم اه متخصص تحديدا في مجالات العلاج النفسي. اه امارس هذه المهنة تقريبا من عشرين عام اه تخصص البكالوريوس كان علم نفس الماجستير اه يعني بمسار علم نفس سريري. والدكتوراه بالارشاد النفسي واحمل عدد من الشهادات التطبيقية - [00:01:29](#) في العلاج النفسي منها في السي بي تي منها في الاري بي تي ومنها في الاري ام دي ار وبالتالي اثناء تعلم هذه الفنيات وطرق العلاج اه اخدت خيلنا نحكي اه نوع من اه الدراسات وايضا التدريبات انه كيف ايضا - [00:01:55](#)

نشرف على المعالجين وكيف نعلم المعالجين العلاج وهذا نتعلم اله فنيات. لانه دائما لما بدنا نتعلم اي شيه بدنا نسأل نفسنا ثلاث اسئلة اساسية ماذا اريد ان اتعلم لماذا اريد ان اتعلم ذلك؟ وكيف اريد ان اتعلم ذلك - [00:02:18](#)

بدي اطلب منكم على التشات اذا سمحتوا الان. للي بقدر انه يكتب لماذا يريد ان يتعلم العلاج لنفسه لماذا يريد ان يتعلم العلاج النفسي بانتظار بعض المشاركات. يلا نشوف النشيطين منكم. اللي بدهم يشاركونا. لماذا اريد ان اتعلم العلاج النفسي - [00:02:40](#)

على تشات لو سمحتوا اذا سمحتم اللي فاتح المايك بس يغلقه اذا تكرمتموا طيب اول اجابة لانه تخصص علم نفسك لاني تخصص علم نفس اكلينيكي وحاب اقدم مساعدة للاشخاص لزيادة خبرتي في مجال دراستي كعمارة مهنية لكثرة الضغوطات - [00:03:05](#)

اول شيه اه يعطيكم العافية يا دكتور الله يعافيك حتى اضيني نفسي فاضيئوا للاخرين اذا لاني بدرس ارشاد اسري وحابي اطور نفسي لانه عالم العلاقات كلها مبنية على اه دقيقة. كلها مبنية على النفس الانسانية. افهم نفسي ونفوس الاخرين ومساعدتهم. حتى

استطيع ان اقدم المساعدة بشكل صحيح للمراجعين فهذه امان الحاجة للصحة - [00:03:27](#) النفسية لمساعدة الاخرين على تخطي الامهم. ما شاء الله اجابات يعني كثيرة. حتى نقدر نساعد الناس يتخلصوا من مشاكلهم.

نرشدهم صح. مساعدتي في المسار المهني طيب طيب سامحوني يعني صارت الاجابات كثيرة للممارسة المهنية والشخصية وتنمية المهارات المتعلقة بتخصصي لرفع المعاناة. جميل جميل. اذا واضح انه يعني - [00:03:52](#)

في عدد لا بأس فيه منكم هو عارف ليش بده يتعلم هذا العلم طيب هل عمرك سألت نفسك كيف بدي اتعلم هذا العلم وبدي أسأل الان وتكتب على التشات اذا سمحتوا - [00:04:14](#)

كيف اريد ان اتعلم هذا العلم كيف اريد ان اتعلم كيف اريد ان اتعلم هذا العلم؟ يلا اذا سمحتم اللي بس اه فاتح المايك بسؤال اهل

الذكر. اعجبني سؤال اهل الذكر. طيب عبر التدريب اه درجة عملية بالاضافة للقراءات الموسعة التخصص في الجامعة من خلال دورات متخصصة. دراسة اكااديمية - [00:04:26](#)

اساليب العلاجية من خلال الدورات عن طريق التدريب الممارس الدراسي والتدريب والعمل. ممتاز. اذا في بعض الناس عندهم فكرة وبعض الناس هم بحاجة اليوم يسمعونني جيدا. لانه اليوم حقيقة منا نعلمكم كيف تتعلم هذا العلم - [00:04:52](#)  
كيف تتعلم تمام؟ يعني نعطيك الخارطة لتفهم اذا بدك تتعلم هذا العلم ماذا تحتاج في طريق هذا التعليم وهذا الشيء انا كنت بحاجته قبلكم وتعلمناه ثم تعلمنا كيف نعلمه. للمعالجين واليوم احنا عمالنا بنقدم هذا الاشي - [00:05:09](#)

نتقدم في هذا لكن الان في سؤال جدا مهم هل هنالك فرق ما بين علم النفس والعلاج النفسي فيه فرق بين علم النفس والعلاج النفسي يلا وانا بشكر كل اللي اجابه يعني سامحوني بعض الناس يعني حاولت اذكر اللي بقدره. لكني مبسوط على نشاطكم. اه طبعا هنالك فرق. نعم هنالك فرق - [00:05:31](#)

علم النفس متعدد الفروع. نعم علم النفس نظري والعلاج النفسي تطبيقي احسنت. ممتاز. طبعا علم النفس واسع جدا. طبعا نعم هنالك فرق. احسنتم فيه فرق عادة كثير من الناس هم بيخلطوا ما بين علم النفس والعلاج النفسي - [00:05:59](#)

علم النفس المظلة الكبيرة. المظلة النظرية. المظلة النظرية هذا العلم هدفه انه يدرس سلوك الانسان وعملياته العقلية وما يخص هذه النفس البشرية. تمام لكن لما بنيجي للعلاج النفسي احنا بنروح لفرع من افرع علم النفس - [00:06:18](#)

و اللي هو علم النفس التطبيقي وفي علم النفس التطبيقي بنروح لمسار من مسار مسارات علم النفس التطبيقي. تمام؟ اللي هو

العلاج النفسي العلاج النفسي ما يعني لازم دائما يكون مبني على اساس. اذا العلاج النفسي هو جزء - [00:06:41](#)

تمام فما هي اهم المدارس العلاجية لما بيحوا بنطلع على واحد من اهم الكتب اللي يدرس في معظم الجامعات الاردنية لطلاب الماجستير والدكتوراة اللي هو النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي هو كتاب اجنبي مترجم. كتاب اجنبي مكتوب باللغة الانجليزية مترجم الى اللغة العربية - [00:07:05](#)

في هذا الكتاب لو نظرنا وشفنا الكاتب عن اي النظريات العلاجية يتحدث. تمام رايحين نشوف بالفهرس بيحكي لك مثلا عن اه اه مثلا نظرية التحليل النفسي نظرية الفرد لادلر في العلاج - [00:07:28](#)

العلاج الوجودي العلاج المتمركز حول الشخص العلاج السلوكي العلاج السلوكي المعرفي العلاج الواقعي العلاج النسائي مقاربات ما بعد الحداثة علاج الانظمة العائلية منظور الاندماج تمام بيحكي عن مدارس علاجية - [00:07:50](#)

لكن في كتاب اخر اللي هي موسوعة العلاجات النفسية موسوعة العلاجات النفسية تحتوي على مية طريقة او حتى يعني اكثر من طريقة منهجية علاجية لدرجة انه فيها منهجيات ما حدا يعني سمع فيها لانها مش منتشرة. لكنها موجودة ضمن العلة - [00:08:14](#)  
اذا لما بنحكي عن فهمنا للمدرسة النفسية والعلاج النفسي بتحكي عن مدارس كثيرة لكن مثلا هذا الكتاب فيه شيء مهم. زي كثير من الكتب اللي بتتحدث عن العلاج النفسي او الارشاد النفسي كنظرية وتطبيق. النظرية جزء النظر - [00:08:40](#)

زي ما حكينا والتطبيقات دائما في شيء بخص المعالج كشخص وخصائي ومهني. واخلاقيات ممارسة هذه المهنة. هذا بيقودنا انه نحكي عن هذا الجزء اللي هو كيف هاي المدارس طلعت؟ ولن اطيل هنا لانه غالبكم خريجين اقسام علم نفس او ارشاد نفسي -

[00:09:01](#)

كما تعلمون انه في كان محاولة للبحث حول طبيعة هذه النفس شو هي؟ شو طبيعتها شو بحركها ليش نتحرك يعني نسلك نسلك بهذه الطريقة فدائما بضرب مثال وخليه باذهانكم كالتالي - [00:09:25](#)

في عندك تقليدية اللي هي مثلا سيارات البنزين تمام سيارة البنزين الها ماتور يحركها هذا الماتور بيعتمد على تحويل الوقود لا قوة حركية تحرك الموتور بينما عندك الان جيب سيارة - [00:09:51](#)

واللي هي بتعتمد على الكهرباء تمام والطاقة الكهربائية لتحويلها لقوة حركة للسيارة التنتين سيارات والتنتين صمموا بهدف الوصول الى مكان التنقل لكن اللي بحرك او محرك السيارتين مختلف في شل بيولد الحركة. توليد الحركة - [00:10:17](#)

وهذا اللي صار مع علماء النفس لما حاولوا يعرفوا شو اللي بولد حركة النفس. شو اللي بخليك تفكر تسلك تعمل تتصرف تقدم تحجب حاولوا يدرسوا المولد لهذه الحركة داخل النفس - [00:10:49](#)

ففي من قال انه في قوة دينامية في حراك نفسي داخلي معين في من قال انه في مثير معين فيتبع استجابة بمن قال ذاتنا الذات وهي هاي الذات الها مكون وطريقة كيف تتحرك - [00:11:12](#)

في ناس قال لا غربة الوسط هذا الوجود والبحث عن المعنى هو اللي بحركنا وفي ناس حكوا عن التفكير والقناعات اذا عنا كذا منظور هذي الرسمة بكل بساطة توضح منظور المدارس - [00:11:31](#)

فهؤلاء السلوكيون من واتسون سكاثر فرن دايك بافلوف حكوا عن طبيعة البيئة. مشان هيك حطيناه انه الشخص واقف فوقها. طبيعة البيئة المحيط ففي مثيرات تحرك استجابة عند هذا الانسان بس عفاو دكتور؟ - [00:11:48](#)

اتفضلي. ما يتمشي مو مبينة الا اول صفحة ما مشيت طيب اعطوني دقيقة لعاد نشوف في مشكلة في دقيقة وحدة بس تشير اجين نعم الان سلايت ست رقم ستة دكتور - [00:12:10](#)

اه اتحرك اه اه هلا ستايل ستة دقيقة طيب مشان اللي ما شاف مشان نرجعهم كنا احنا بنحكي عن شو بدي اتعلم؟ انتقلنا ما هي اهم المدارس العلاجية ثم ما هي القوى المحركة للنفس بحسب هذا المبحث من بين هذا السلايد الرابع - [00:13:06](#)

لا دكتور هو بس لأ دكتور بس ستة مش عادي بتحركوا الان ولا برضه ما تحركوا لا لا ما اتحرك دكتور اذا واضح انا لازم اه اخلي السلايد زغار لانه مش عارف اه - [00:13:37](#)

هي ان شاء الله مش مشكلة في الباور بوينت اه مساء فول سكرين في البداية لانه اظن التطبيق هادا يختلف عن الزوم اظن اخي اسف انا بتفهم عليك. انا اصلا بستخدم هذا التطبيق ما بستخدم الزوم. اه بس هو اه انا تعرف انا سحبت اقتراحي - [00:14:01](#)

لا لا لا بالعكس اقتراحك في مكانه. يعني بس. فهذا التطبيق الجديد عملوا عليه تحديثات فانا شايف صار زي الزوم انا بهرب من الزوم صار زي الزوم. خلصنا. شكرا يا دكتور. اسف. زبطت - [00:14:27](#)

لا لا بالعكس بالعكس حياك الله شكرا لك اقتراحك انا بالعكس ما تحركت الشاشة ده ما حركت الشاشة بس الان واضحين قعدت طبعاً مباحين هسا طيب لو رجعنا هيك واضح اهمية اختيار مدرسة علاجية - [00:14:43](#)

اه هلا تحرك طيب تمام الان اذا هنا اذا واضح السلايد الان شايفين صورة الشخص هذا اه دكتور واضح هذا الشخص اللي انتم شايفينه الان تمام آآ بس كانه كتير بقطع الصوت وبعلق - [00:15:00](#)

والسؤال الصوت راح من عندي ولا من عند الجميع؟ لا من عند الجميع رايح وكتير بعلق بيقطع ما فيش صوت ما في صوت ما في صوت بقطع كتير شوي ان شاء الله بكون الدكتور معانا - [00:16:01](#)

طيب الان رجع كل رجاء الان كل اشني رجع عايزة اطلع وصوتك دكتور. تمام. تمام. تمام. بس انا بدي أتأكد من هاي الجزئية مشان الان بدنا نخط السلايدات هذا البرنامج انا عادة بستخدمه يعني ما بستخدم لكن اللي حاصل - [00:16:27](#)

انه عملوا عليه تحديثات مشان يخلوه قريب من الزوم خلوه زي ما هو كان احسن اسم الكتاب يا وفاء النظرية والتطبيق طيب الان مناسب صحيح؟ نعم دكتور. هاي الصورة واضحة - [00:16:56](#)

ممتاز جدا. اذا شايفين الرسمة هاي رسمة الشخص اللي حاولنا من خلاله انه نوضح المدارس النفسية فيقف على البيئة تبعته هون الوجوديون ثم مكان فرويد يعني اه فويد ما هو ابلش حاله كثير في موضوع الغريزة والجنس والتفاصيل هاي - [00:17:22](#)

كان روجرز وحديثه عن الذات والمعرفيين وحديثهم عن القناعات واضح انه المدارس النفسية كل مدرسة الها اصل فلسفي يعني علم النفس علم هجين لا نستطيع ان نفصل علم النفس على انه يكون في قاعدة فلسفية بتحرك هذا العلم - [00:17:45](#)

واضح فلاجل ذلك في عنا مدرسة نفسية هاي المدرسة النفسية حاولت تنظر زي ما حكينا داخل الانسان تشوف شو طبيعة المحرك للانسان شو هي طبيعة المولدات اللي داخل الانسان؟ لكن كل حدنا نظر من جهة. في حدنا نظر من جهة السلوك البحث زي السلوك -

[00:18:07](#)

في حدا نظر الى الحياء ومعنى الحياة للانسان. وقال هذا المحرك الاساسي. في حدا نظر الى مكون حركة داخلي زي وقال لك اللي بده والموضوع الجنسي في حدا قال لك لآ. هي الذات الانسانية لها مركب. وفي حدا قال لك الافكار والقناعات هي - [00:18:29](#) كابتن عبده بغض النظر عن ذلك احنا شو اللي بدنا اياه من هذي المعلومة. احنا اللي بدنا اياه من هذه المعلومة نعرف انه بالآخر انت بدك تشتغل في المجال العملي - [00:18:49](#)

كمعالج لازم تختار مدرسة علاجية. هذه المدرسة العلاجية لاختيارها في معايير. في اشياء مهمة. حتى تكون معالج ومعايير مهمة كيف تختار هاي المدرسة فهون بيحي السؤال المهم لاهمية اختيار المدرسة العلاجية. ما هي اهمية اختيار مدرسة علاجية بالنسبة لك؟ - [00:19:01](#)

اي مدرسة علاجية بدك تتمكن منها معناه بدك ترافق هذه المدرسة العلاجية تقريبا لما لا يقل عن سبع سنوات لما لا يقل عن سبع سنوات وهذا معناه مشان ترافقك هذه المدرسة العلاجية - [00:19:23](#)

بداية بدك يكون متوفر الكتب وتقدر تدرس على كتبها يعني تخيل انت بدك تتخصص بطريقة علاجية معينة تمام وهذي الطريقة العلاجية اللي بدك تتخصص فيها ما في اه اه لالها تمام؟ هاي الطريقة العلاجية - [00:19:44](#)

ما في لالها اي كتب باللغة العربية وانت ضعيف في اللغة الانجليزية اذا اصبحت امام خيارين اما ان تتعلم اللغة الانجليزية جيدا حتى تستطيع انك تتعلم هذي المدرسة تمام؟ لانه حتى لو بدك تروح تدرسها كدورات او غيره - [00:20:08](#)

تمام بالآخر بدك تقرأ كتب معينة المدارس العلاجية لها كتب اساسية معتمدة اذا لانه مصدر التعلم الاول بده يكون من خلال الكتاب سواء انت حضرت كمحاضرات او انت جبت بعض الكتب وتقرأها - [00:20:30](#)

فبدك تكون هذي الكتب متوفرة بشكل جيد. يعني في اهلنا في الجزائر والمغرب اه كنت بحكي اه مع احد الدكاترة الافاضل من الجزائر الدكتور زبير كان بيحكي انه المشكلة الاساسية انه كثير من طلابنا في اه السيكلوجي هم يتقنون اللغة الفرنسية -

[00:20:50](#)

فلاجل ذلك ما بيقدروا يقرأوا الا الكتب الفرنسية. فلما بدك تعطيهم اي مراجع مثلا في العلاج المعرفي السلوكي وخصوصا انه العلاج المعرفي السلوكي ليس قويا في فرنسا مثلا زي ما هو قوي في اميركا وبريطانيا - [00:21:10](#)

بصير في اشكالية لانه هم غير معتادين او غير متقنين مش كلهم بس يعني عدد لا بأس فيه. لا اللغة الانجليزية اذا الكتاب ثم المشرف والتدريب اي طريقة علاجية بدك تتعلمها؟ بدك يكون لها دورات تدريبية - [00:21:24](#)

طيب شو دور الدورة التدريبية؟ جينا هذا الكتاب. اللي حكينا لكم عنه قبل قليل او جينا فيه عدد من الكتب مثلا عندي كتب متخصصة بطريقة علاجية محددة جينا مثلا كتاب في العلاج المعرفي السلوكي. طيب - [00:21:45](#)

وفتحنا الكتاب وبلشنا نقرأ من الكتاب هل تظن انت لما بتقرأ من الكتاب انك فهمت بالظبط شو المطلوب شو رأيكم؟ لما بتقرأ من الكتاب كم تعتقد كم تعتقد انه انت - [00:21:59](#)

تمكنت من مادة تعليمية معينة يلا نشوف عالتشات ثلاثين بالمية خمسين بالمية اربعين بالمية كم تعتقد؟ يلا نشوف عشرة تعيد لي السؤال لانه كان بقطع الصوت تمام. كم تظن انت لما بدك تعتمد بس على قراءة الكتب - [00:22:18](#)

العلمية عن النظريات او كتب متخصصة بنظرية معينة. انت الميت معرفيا بالنظرية وايضا الميت تطبيقيا بالنظرية طبعا هذا بيعتمد على طبيعة الكتب مشان هيك الكتب فيها شغلة كثير مهمة في عنا الكتب التأسيسية زي هذا الكتاب هذا كتاب تأسيسي. تأسيسي.

يعني هذا الاصل انك تاخده من بداية الكتب - [00:22:49](#)

لانه بيحكي عن النظرية بيحكي عن الاطار النظري. الجزء النظري. وبحكي عن التطبيقات الاساسية لكن بخمسين او ستين صفحة او خليها مية صفحة لما بيحكي لك عن الاطار النظري اذا هذا للباحثين لاساتذة الجامعات - [00:23:21](#)

الاستاذ الجامعي بهم يعرف عن الاطار النظري للنظريات وانت كطالب بهمك تعرف عن الاطار النظري كنظرية الاطار النظري مهما كنت فاهمه هو لا يشكل اكثر من ثلاثين بالمية اكثر من ثلاثين بالمية - [00:23:40](#)

في المجال التطبيقي لانه المجال التطبيقي بصير به مشرف وتدريب. شو يعني تدريب؟ دورة تدريبية متخصصة في الطريقة العلاجية. في العلاج السلوكي مثل اي بي اي تمام اللي هو الابلاید - [00:23:59](#)  
آآ او مثلا في العلاج المعرفة السلوكي اللي هو السي بي تي او العلاج الجدلي. دي بي تي او العلاج بحركة العين الاي ام دي ار. او العلاج بالتقبل والالتزام. اکت - [00:24:16](#)

اي اي طريقة علاجية بديك تاخذ تدريبات اليوم الاونلاين هاد فتح لنا فرصة كثير كبيرة الا وللمؤسسات الكبرى انها تستطيع تخرج طلاب بياخدوا تدريبات. يعني احنا مركزنا سيخرج باذنه تعالى - [00:24:35](#)  
في نهاية شهر اطنعش دفعة الها بتدرس سنة عبر الاونلاين رغم انه المدرسة هي في تمام لا تدربوا على الاي ام دي ار تمام فالیوم في فرصة وبنصحكم تستغلوها هلا وين المشكلة؟ المشكلة انه بعض زملائنا بيحكي لك الدورات غالية الدورات اه اه مكلفة - [00:25:00](#)  
اي تخصص تطبيقي هذه مهنة بديك تدخلها في الها كلفاء ففعليا الدورات هاي غالية. من اجل ذلك حتى انا بعد كل هالسنوات ما زلت في عندي ميزانية سنوية برصدها لنفسی بحيث انه - [00:25:29](#)

تكون هذي يعني اخذ كل سنة تدريبات معينة سواء تدريبات دقيقة او تدريبات جديدة في مجال علاجي اذا بديك تتأكد بعد ذلك انك تقدر تاخذ تدريبات التدريب هو زي النهر بديك تقطع نهر - [00:25:49](#)  
الضفة الاولى لاله الضفة اليمنى هي النظرية. درسناها من الكتب. فهمناها من الكتب تعمقنا فيها. حفظتها حفظ بس انا مش رايح اقدر اعالج الا اذا سبحت من هذا النهر. ووصلت للضفة الثانية. شو الضفة الثانية؟ التطبيق - [00:26:09](#)

ومعظم مشكلة خريجينا انه بقول لك انا فاهم بكون متفوق جدا وبعرف اطبق عموما بشكل عام بس ما عندي مهارات التطبيق العالية لاجل ذلك تدريبهم مع التدريب بيحي دور الاشراف - [00:26:25](#)  
كم وحدة من الاشياء اللي استفدناها من مرحلة الدكتوراة تمام هذا كان يعني في بداية الدكتوراه بالالفين وعشرة انه اخدنا مادة في الدكتوراه اسمها الاشراف في الارشاد والعلاج النفسي. مادة الاشراف في العلاج النفسي - [00:26:44](#)

معناها بتتعلم كيف تصير تشرف على الطلاب الان انت طالب دكتوراة. بديك تصير تقدر تساعد الناس. تمام؟ اللي هم في هذه المهنة. فكيف تشرف عليه قديمي لهم اشراف. شو معنى الاشراف - [00:27:00](#)  
الاشراف مش تعليم هو بيتعلم في الجامعة الاشراف هو اعلم من تعليمه. ومش بس تدريب. الاشراف انك تمكن اللي تدرب عطريقة علاجية انه يطبقها اثيرها. اللي بنسبها تعليم المايكرو تكنيكس. اللي هي التكنيكات او التقنيات الدقيقة - [00:27:18](#)

لما باجي بحكي اعادة البناء المعرفي في العلاج المعرفي مثلا او في طرق العلاج المعرفي المختلفة لانه العلاج المعرفي برضه كذا مدرسة. تمام هذه الطريقة بديك حدا درسها تعلمها تدرب عليها كان عنده مشرف صار يفهم كيف يطبق - [00:27:38](#)  
هذه الطريقة فبعلمك اياها كيف تطبق بالطريقة الدقيقة والصحيحة لانه في كثير من منكم يعني زملائنا بيحب كتاب في العلاج المعرفي السلوكي او في العلاج السلوكي او في العلاج المعرفي او في العلاج بالتقبل والالتزام. تمام؟ في - [00:27:56](#)

رائعة جدا وفي سلاسل الان متخصصة تطبيقات في العلاج المعرفي السلوكي مثلا تطبيقات في العلاج والتقبل والالتزام. وهو مجتهد وبلش يقرأ في التكنيكس. وكيف تطبق وبيحاول يطبقها. لكن بظل يحس انه في نوع من الصعوبة في التطبيقات - [00:28:14](#)  
السبب في صعوبة التطبيقات انه احيانا بديك حدا تدرب بالظبط على هذي التطبيقات كيف تطبق وينقل لك اياها لتستطيع انك تصورها. يعني نتفق على شغلة كثير مهمة مين فيكم الان لو اجينا وعملنا له - [00:28:35](#)

اه مثلا كتاب كيف تقود السيارة؟ رايح يقدر يسوق السيارة. خلينا نشوف يلا. كيف تقود السيارة؟ بدي ارسل لكم كتاب بدي الف وانا كمان كيف تقود السيارة؟ كم واحد رايح يستطيع ان يقود السيارة؟ يلا - [00:28:55](#)  
شاركونا عالتشاد خلينا نشوف بنخرب عمان اه والله تمام ليش لانه قيادة السيارة فيها فنيات غير الفنية المعرفية فيها اداء وبالتالي نفس الشيء في العلاج النفسي مش كلها فنيات انك تعرف - [00:29:12](#)

ايضا في فنيات اداء فالنيات الداء كيف تؤدي التكنيك هاد اله طريقة كيف تطبقه كيف تعملوا؟ حتى على مستوى احيانا زملائنا

بستخفوا في احنا بنعمل دورة ونعتبرها دورة متقدمة في المهارات الاساسية في الارشاد - [00:29:39](#)

في الارشاد والعلاج طبعا اللي هي المهارات الارشادية الاساسية انك كيف تعمل المقابلة الاولى وكيف تعمل المنعكسات او عكس المحتوى وعكس الكذا فبحكي لك يا اخي هذا الاستماع والانصات شغلة بسيطة - [00:29:59](#)

اللي بياخد معنا التدريبات بستغرب قديش احنا بس نعمل التمارين انه في اشياء بسيطة على بساطتها لكن بتصير تعرف تطبق التكنيك بطريقة صحيحة زي لما يطلع مدرب تياقة جنبك ويعطيك كيف تتحرك بشوفك تتحرك. وبصير يعطيك التعليمات. لانه اذا ما شافك وما اعطاك التعليمات لن تتعلم القيادة. وبالتالي - [00:30:15](#)

هذا دور المشرف انه يعلمك قيادة هذه التطبيقات حتى تستطيع من خلال الخبرة وهذا المستوى الاعلى انك تقرأ الابحاث والدراسات اللي بصير معنا بعدين. احنا بصير بمرحلة متطورة اكثر انه بصير عنا خبرة فبصير ساعتها المؤتمرات - [00:30:41](#)

والابحاث والدراسات نستفيد منها مشان هيك يعني في اشكالية احيانا بلاحظها وخصوصا في الخريجين الجدد انه بفكر انه بيعرف كثير. وهاي ديروا بالكم حتى في العلاج النفسي وفي في في موضوع الاشراف في العلاج - [00:31:03](#)

منحكي عن ثلاث مستويات للمتعلم المستوى الاول مستوى من يظن انه يعرف كل شيه وهذا دليل جهله بس يصير عندك خبرة بعد كذا سنة توصل لمستوى ان تعرف ان هنالك اشياء لا تعرفها - [00:31:22](#)

فبتصير اكثر تواضعا وعارف انه لا لا. في اشياء لازم الها طريقة بصير المستوى الثالث والاعلى وهو مستوى الخبرة العالية لما تصير خبير بتعرف انه لا طلع اللي بتعرفوش اكثر بكثير مما تعرفه. فبتروح وبتاخذ تخصص دقيق في العلاج لانك عارف مش حتلحن - [00:31:40](#)

حج كل هالمعارف فبترتاح وبتصير تتعلم صح وتتواضع لهذا العلم لاي علم لانه العلوم هي عبارة عن بحر تحتاج لسنوات من التعلم والمعرفة فلما بعدين بتصير تقرأ الابحاث والدراسات وتعلمها - [00:32:00](#)

تمام ببلش انه نتعلم بعدين من المراجع نفسه. اعلى درجات التعلم يعني الكتاب الكتب العلاجية هي انكبتت عن المراجع. وكيف تتعامل مع المراجع بعد عشر سنوات من العمل فعليا عشر سنوات هذا اللي حطوه بدراسة الارشاد لانه ضروري تشتغل بعمق لمدة عشر سنوات مشان توصل لمرحلة الخبرة - [00:32:21](#)

مشان هيك السخرية لما بيحكى حدا في التنمية البشرية قرأ كتاب كيف احرك جنبتي فرضا. تمام؟ وبدرب وبيجي بيحكى لك انا كنت بشتغل كاشير وتعاملت مع الناس وصرت بعرف الزبون شو بده. يا سلام طب ممتاز - [00:32:47](#)

تمام؟ فهذا بدرب وبقول لك الخبير المعالج المستشار الطيار الفني يعني كل هاي الالفاظ والالقاب المجانية اللي بيعطوها انفسهم العلاج النفسي اعلم من هيك واشرف من هيك كمان تمام لانه - [00:33:04](#)

هذا شيه يوجه للناس وللتعامل مع الناس مع الامهم مع جروحهم مع ازماهم مع مصائبهم او مع حتى مثلا زي علم النفس الايجابي مع تنميتهم ونموهم وبازدهارهم اذا انت تتعامل مع انسان - [00:33:23](#)

كثير شناء موضوع بيع الاعضاء. تذكروا لما طلعت عصابات بيع الاعضاء بس قديش اشنع بيع المشاعر لما واحد بيعك كلام مشان يقول لك يلا مشان تحس انه امورك يعني احسن وافضل فبصيروا يبيعوا كلام - [00:33:42](#)

ويستهيونوا بجراحات والام الناس. تمام؟ اللي بدها فعليا حدا يتعلم. انا ما بحكي هيك تمام مشان تشعر بالاحباط ولا يا براءة ما بحكي انت حتجربي على الناس تمام؟ بحكي انه انت - [00:34:03](#)

حتجلسي وتتعلمي والطبق اللي اتعلمته من خلال تطبيق القلال اللي تعلمته بتعرفي ايش اللي ما بتعرفيه بتروحي بتعرفي شو الدورة اللي بدك تاخذها بعدين بتعرفي انه في عندك نقص في ناحية معينة - [00:34:23](#)

بتروحي لاستاذ معين يعلمك مشان هيك احنا بنصح وانا بنصح جميع الخريجين. هذا بعجبش خريجين علم النفس اللي رايح احكيه الان. بس انا بنصح جميع الخريجين انه بسنواتهم الاولى يشتغلوا في الارشاد المدرسي - [00:34:39](#)

في ناس بحكي لك اشتغل كمرشد والله انا اري مهنة المرشد المدرسي من اشرف المهن. لانه نضع اولادنا بين يدي المرشد وهي فرصة

الك لائك ما بتبلش تتعامل مع الاضطرابات الصعبة - [00:34:56](#)

وبتعطيك بداية خبرة التعامل مع الانسان وللعلم اعلى طريقة من الحديث والقدرة عالحديث تمام؟ انك تقدر تحكي مع الطفل فلما بيجيك هذا الطالب مشكلته محدودة بتطبق بعض المهارات المحددة مرة على مرة بصير هذا يهلك انك تنتقل الان لمهارات اعلى او لمشاكل حقيقية اكثر - [00:35:14](#)

طيب في سؤال طيب هل ممكن الشخص يفوت هالمجال من خلال التثقيف الذاتي والتطوير والدورات؟ وهو تخصص واشي ثاني؟ والله يا منال يعني ما بنصح ما بنصح اه اه سامحيني الكلام مش عليك بس يعني منتشر هذا في علم النفس. بصحى المهندس الصبح بقول لك بتعرف اليوم حاس حالي انا بقدر اساعد الناس. ليش ما اساعدهم - [00:35:46](#)

اصحى محدش بيصحى وبقول لك انا حاس حالي صيدلاني وبدي اوصف للناس ادوية وافتح صيدلية تمام بس اكثر شغلتيين بفتوا فيهم الناس الموضوع النفسي والدين صحيح تمام فاي حدا ممكن انه يقول لك والله بدهمش علم كبير. علما انه بدهم علم -

[00:36:08](#)

عميق واحدة من المراجعين راجعتني قبل سنوات كان عندها مشكلة اكتاب وايضا عندها ضعف في توكيد الذات. توكيد الذات القدرة انها تعبر عن ذاتها. بطريقة حازمة مش عصبية ولا انسحابية - [00:36:29](#)

تمام العلاج الوظيفي نعم بقدرنا يكملوا يا اختي عروب. العلاج الوظيفي اه همة بتتنطبق عليهم الاشياء الاساسية. لازم ياخدوا شوية اشياء اضافية في العلاج المعرفي السلوكي لكن بقدرنا حتى الصيدلي بقدر - [00:36:48](#)

تمام فهذه الصبية خضعت للعلاج كان الها فترة طويلة بتتعالج عن علاجات الادوية مش كثير تحسنت. تمام؟ لكن الحمد لله خضعت لبرنامج علاج سلوكي معرفي وبلشت تتحسن وتبدي تحسن و بلشنا نشتغل بعدين على توكيد الذات لما ارتفع الاكتاب وصارت امورها احسن مشان نرفع الاشي - [00:37:01](#)

اساس يعني اللي هو اللي هو مشكلة مهاراتها وقدرتها على توكيد ذاتها مشان ما يرجع حال الاكتاب مزيجة وشاطرة وبتكتب غير شكل. وهي اللي طلبت مني احكي هذا الكلام لكل مرة انا بعلم ناس او بدرب ناس - [00:37:23](#)

فاجت مرة بتحكي لي دكتور عفكرة انا بعجبك اليوم عملت شغلة مرتبة ايش عمليتي بتحكي؟ بالصدفة شفت في المول دكتور من الدكاترة اللي عالجوني لمدة خمس سنين. طبعا انا مش مع اللي حكى و مش عمال بعيب عالطبيب النفسي هو دوره - [00:37:40](#)

يشخص الاعراض ويعطي الادوية المناسبة وشوية نصائح. الناس احيانا ما بتميز ما بين انه هو مش بالضروري يكون عنده علاج معرفي سلوكي. الطب النفسي احنا ما بنستغني عنهم بالتاكيد انه احيانا يعني بحالات كثيرة مرضانا بحتاجوا لعلاجات دوائية.

بساعدونا كثير - [00:37:55](#)

لما بياخدوا علاجات دوائية بتحكي وقفت عند الدكتور قلت له بتتذكرني يا دكتور؟ قال اه بتذكر قالت له انا ما اخترت اكون مريضة لكنك اخترت انك تكون طبيب ليش ما عالجتني صح؟ - [00:38:12](#)

هل بغض النظر معها حق ولا ما معها حق لكن الكلمة هون اخترقت ذهني بعمق وصرت اوجه الكلام هاد لكل طالب يتعلم عندي واقول له مرضانا ما اختاروا انهم يكونوا مرضى لكن احنا اخترنا انه نكون اخصائيين - [00:38:27](#)

لما منحمل هذه المهنة وبنخليها امانة في اعناقنا معناه بدنا نشتغل صح انا احيانا بس احكي هذا الكلام بعض الناس بصيهم نوع انه القلق وهاي براءة بتحكي لك بتعب لما بتذكر هذي الجملة - [00:38:42](#)

صحيح وانا بالنسبة الي اربعتني بساعتها. فتحت في ذهني افق جديد انه فعليا. طب هل احنا بعاد عن انه للحظة من اللحظات نصاب باضطراب نفسي؟ لاسباب عضوية ما انتم عارفين في اسباب عضوية. لفقدان صعب في حياتنا لاشياء - [00:39:01](#)

كثيرا ممكن لا سمح الله مصاب نسال الله ان لا يبتلينا في انفسنا ويبعد عنا الابتلاءات ويلطف بنا تمام لكن في نفس الوقت هل هل الصوت ضعيف عند الكل في ناس بحكوا لي الصوت ضعيف؟ معلش البرايقت مسيجز ما بتطلع عندي - [00:39:18](#)

اللي بيبعتوا لي برايفت ما بطلع عندي لكن احنا منا ومشان هيك عمالنا بنوقف نسني وبنحاول نقدم اللي بنستطيع لنعلم طلابنا بشكل

جيد اخصائي قد حالي مش ضروري تعرف كل اشي. اسمعي يا براء. مش ضروري تعرفي كل اشي - [00:39:37](#)

بس ضروري تعرفي شو تبلشي تعرفي مشان تبلشي تقدري تقديم خدمة واكون صريح معكم هذي مهنة بدك يكون برضه في لك مردود من خلالها بس لازم تتعلم كيف هي الطريق. كيف هو الدرج - [00:40:00](#)

وكيف تمارس هاي المهنة في كان سؤالين مهمات في واحد من دكتور انا علاج وظيفي نعم نصحناك وقلنا لك بصير. شو رأيك كخطوة اولى آآ منال الان في العالم عماله بيروح باتجاه انه يكون في نانويلاز للكوتشينج وكذا - [00:40:18](#)

هلا خيلنا نتفق انا برأيي هو وحدة من المدارس اللي بتحاول تكون مدرسة نفسية بس مش قادرة. والسبب انها مش قادرة تدخل تدخل كفرع اكايمي. المدارس النفسية. اللي استطاعت انها تكون مدارس نفسية معتبرة - [00:40:36](#)

قدرت انها تفرض حالها وتدرس اكايميا. ليش تدرس اكايميا؟ مشان يصير عليها تدريس للطلاب. معترف فيها. يصير عليها ابحات ودراسات حتى نتأكد هل عمانهم بيستفيدوا الناس ولا لا؟ لانه افرض عندي طريقة علاجية. يعني اليوم احنا عمالنا بنطلق طريقة

علاجية جديدة اللي هي العلاج المرتكز على المناعة - [00:40:53](#)

النفسية فينا طلاب الان عمالهم بياخدوا هذا العلاج المرتكز على المناعة النفسية وبنعتقد انه الجيل الجديد سيكون اه في الوطن العربي. لانه هو يناسب ثقافتنا العربية حتى لساننا العربي هاي الطريقة العلاجية الان - [00:41:13](#)

في عنا عدد من الناس اللي بدهم يشتغلوا عليها ابحات ودراسات لاحقا حتى نتأكد من من من جدواها. مثل ما عمل ارومبيك ارمبيك كان عنده طريقة علاجية بلش يطبقها فيها شوية نفع. لكن الابحات والدراسات هي اللي بتحركنا. حتى نبلش نفهم ونعرف ونتأكد -

[00:41:28](#)

نتأكد كيف انه هاي الطريقة تطبق وانها تطبق بشكل مناسب. لبي بسألوا عن المحاضرة المسجلة نعم المحاضرة مسجلة وايضا ان شاء الله قريبا حتنزل على قناتنا عاليوتيوب اللي هي قناة الدكتور يوسف مسلم. تمام؟ ان شاء الله. وتحضروا هذا اللقاء - [00:41:48](#)

اذا حتى نبلش ناخذ هذا العلم بحقه بدنا نحدد ونبلش يصير عنا خبرة نقرأ الابحات ونعمل الابحات عالي بنعمله وبعدين بنوصل لقمة الهرم اللي هو المراجع. بتصير تتعلم من كتر ما سمعت من المراجع - [00:42:10](#)

تمام يعني المرة الماضية كنت بحكي انه حسبت العشر سنوات الاولى يعني وبفضل الله الواحد العشر سنوات الاولى انا الي عشرين عام العشر سنوات الاولى الواحد اشتقتل بجهد مضني كان يشوف عدد كبير من الجلسات مع تدريب مع مراجعة مع كذا - [00:42:28](#)

مش عدد المراجعين. انا بحكي عدد الجلسات العلاجية لاني اشتغلت ايضا في منظمات دولية وزي منظمة اطباء بلا حدود لاربع سنوات اشتغلت في مركز الحسين للسلطان فكان دائما في عدد جلسات كبير - [00:42:45](#)

تقريب انا عامل ما يقارب الثمنطعشر الف جلسة علاجية تخيل مع التدريب والخبرة والاستماع للمرضى. لما بفتح دينك كويس بعدين بتبلش تدرك. مشان هيك من عشر سنوات. يعني بعد هذه العشر سنوات - [00:42:57](#)

بلشت اتعلم منهجيات اعلى وافضل في العلاج النفسي واسمع المرضى اكثر لانه بلشت اکتشف اللي بندرسه بالكتب في مخالقات في اللي بحكوه المرضى. اذا مش مش بالضروري المريض ما يكون على حق. ما هو الكتاب ممكن فيه غلط - [00:43:17](#)

لانه انت في ظاهرة معينة سلوكية او تشخيص معين سمعت مرات ومرات ومرات ومرات من المراجع عنه فمن عشر سنوات بعد العشر سنوات الاولى عمال كل سنة بكون عندي دفاتر بسجل فيها اللي هي - [00:43:35](#)

اللي هي فيها تسجيل دقيق شو اللي بسمعه من المرضى؟ شو اللي بيحكوه؟ شو اللي لاحظته تكتيكات السلوكية هون ما اشتغلت. طب ليش؟ تكتيكات المعرفية هون ما اشتغلت. ليش؟ - [00:43:51](#)

شو ممكن اعمل؟ شو ممكن اتعلم تكتيكات بحاجة ايش لتدريب؟ ايش اللي انا ضعيف فيه تمام وهذا هو وقوفك امام المرأة وبتحاول تقدر احتياجات مراجعينا. طيب. نرجع سريعا بس للتشاد قبل ما ننتقل الجزء الجديد. السلام عليكم. انا من مصر - [00:44:04](#)

خريجة علم نفس جامعة الازهر اه التدريب لم استطع تحصيله حتى الان مش قادر احدد المدرسة العلاجية اه ارجعي اسمعي المحاضرة اختي وممكن لمحاضرات متقدمة يعني خليك عتواصل معنا - [00:44:21](#)

تواصلني سواء مع اخوانا في مبادرة اه يوم لصناعة مرشد او معنا مشان تكوني على القروبات اللي اي اشي جديد بصير بس بمصر الحمد لله الان يعني في عدد من الناس هم واجهة مشرفة لمدارس علاجية كبرى زي العلاج المعرفي السلوكي او العلاج الجدلي. يعني في في واجهة ممتازة وبالعكس - [00:44:35](#)

مثلا انتم عندكم الرخاوي لحاله مدرسة بحد ذاته الله يعطيه العمر والصحة هل اذا الشخص استمع لعدد لا بأس به من الناس في اضطراب واحد او اضطرابين علاجه هل هذا يعتبر من سنين الخبرة ام لا؟ نعم. نعم نعم - [00:44:55](#)

تمام؟ بس الخبرة هي بتنبى يعني زي ما بحكوا زي قطرات الماء تملأ الكأس. بدك تكون صبور بدي اه انا تخرجت ارشاد نفسي بس ما اشتغلت بسبب الخبر شو بتنصحي. حكينا تشتغلوا في مجال الارشاد النفسي - [00:45:12](#)

طيب ما عندكم دورات احنا كل الناس اللي في الدول اللي ما عندهم دورات قلنا يتواصلوا معنا. في عنا كل فترة دورات وبنساعدكم حتى لو كان في اختلاف بالتسعيرة بكذا. يعني بنلاقي لكم تخريجة - [00:45:28](#)

وبنساعدكم. الحمد لله احنا فترة كورونا اشتغلنا بفريق اسمه فريق كلمة النا صفحة عالفيسبوك وممكن تشوفوا الشغل اشتغل. اشتغل عدد كبير من الناس على رقعة واسعة من قطاع الوطن العربي. واخذوا تدريبات جيدة - [00:45:43](#)

فاهي حد لاقى انه في اشكالية يتواصل معنا يتواصل معنا وان شاء الله احنا بنساعد ما بنرد احد لانه العلاج النفسي بالنسبة لانا مهمة يعني احنا في فترة احداث غزة كان في فريق تدخل واشتغلنا معهم مؤقتا بالتدريبات - [00:45:56](#)

واحدة من الفريق سبحان الله استشهدت. يعني تم قصف العمارة اللي كانت فيها واستشهدت كنت بحكي لكم عن المريضة اللي راجعتني هاي باعتبارها الايقونة الثانية. في العلاج النفسي انه احنا بالآخر - [00:46:15](#)

احنا هالعرب والمسلمين يعتبر انه امام تحديات حقيقية تمام؟ انه هذا العلاج مهامة حقيقية لحاجة اهلنا وناسنا من حوالينا لحاجة اخوي في العراق لحاجة اخوي في لبنان. تمام؟ لحاجة قوي - [00:46:29](#)

في مصر وبالتالي هي اوسع من انه بس منا مهنة احنا بنحكي عن مهمة حقيقية نساعد بعض وبتساعد كيف اختار المدرسة العلاجية الان حتى اختار مدرسة علاجية تناسبني اول اشي بدي اشوف ميولي. انا لايش مايل - [00:46:46](#)

زي ما حكينا من جديد بجيب هالكتاب وبقراً عن المدارس العلاجية وبشوف ميولي. وين انا لكن في نفس الوقت ممكن عندي ميول للمدرسة التحليلية لكن لا يتوفر عندي تدريب للمدرسة التحليلية - [00:47:02](#)

او عندي مشكلة في اللغة الانجليزية ومعظم التدريبات باللغة الانجليزية والكتب باللغة الانجليزية. اذا هاي النقطة الثانية تمام؟ ولا اخفيكم سرا قبل عشرين عام لما بلشت في دراسة الماجستير ايضا مع بداية عملي. كن ضعيف في اللغة الانجليزية - [00:47:18](#)

يعني درست البكالوريوس باللغة العربية خمس سنوات فباعتبر انه يعني الواحد نسي حتى الانجليزي لما رجعت للماجستير وكان في مسار السريري. في في في الالفين وواحد كان يعني فيه صعوبة حقيقية - [00:47:36](#)

فكان الواحد لازم يتعلم الانجليزي بشكل جيد تمام ف اللغة ممكن تكون اداة تعلم مهمة مشان هيك بدك تعرف المتوفر بدك لغة انجليزية هل متوفر ببلدك يعني اهالي مصر عندهم اساتذة كبار في التحليل النفسي - [00:47:53](#)

اساتذة كبار في التحليل النفسي وعندهم كذا استاذ درسوا عند يعني عند طلابه الاوائل لادلر تمام في طلاب حتى درسوا على الخط الثاني زي الرخاوي تمام على الخط الثاني من طلاب فرويد - [00:48:13](#)

اه فبالتالي وجود اساتذة وجود دورات وجود مؤسسات هو هذا المتوفر امر ثاني وجود مشرفين. هلاً احياناً ما ممكن ما يكون موجود نظام اشراف تمام لكن رايعين نلقى بلحظة من اللحظات في عنا ناس. تمام؟ - [00:48:32](#)

حنلاقي انه هم للناس المميزين في كل بلد عربي في ناس مميزين في اساتذة مميزين للاسف احنا في زمن اللي بنشهر تبع اليوتيوب وانت نصيحتي انت اخصائي نفسي تدرس تخصص اه مهم وعمالك بدك تنطلق لاشي مهم تدورليش لا تدور عليه تبعون اليوتيوب - [00:48:52](#)

اسأل بالجامعات اسأل باماكن عديدة. وايضا الاستاذ ممكن يكون استاذ تخرج من قسم نظري مش من قسم عملي. انت بحاجة مشرف

مارس هذه المهنة لفترة جيدة فهو يعرف الاداء العملي - [00:49:18](#)

وعنده خبرة في الاشراف كيف يصرف على الطلاب. زي لما مثلا الاساتذة الجامعيين عندهم خبرة تمام فكيف يشرف عليك عرسالة ماجستير او دكتوراة بس مش كلهم عندهم خبرة كيف يشرف عليك في طريقة علاجية لانه المجال التطبيقي ما اله فيه - [00:49:34](#) وهون بيحي نقطتين اساسيات. بعد اذا الميول تبعتك شو المتوفرة عندك في بلدك او قريب منك او على النت. احيانا الوفرة اللي بدك اياها الفلوس كمان. بدك فلوس صدقوني يعني - [00:49:52](#)

احيانا انت بحاجة انك تعرف انه اختصاصنا عن جد بده دفع. مش مزح والمشرفين زي ما حكينا انه ناس بيعرفوا هذا الشيء. و برجع و بحكي في بسوريا في بالعراق في بمصر - [00:50:04](#)

اساتذة يعني على مستوى رفيع جدا. وانا يعني بتعامل بفضل الله الواحد يعني مع المدة انا استفدت من ناس في مصر واستفدت من ناس في سوريا فتم الناس في فلسطين تمام؟ - [00:50:20](#)

مش الاكثر شهرة. يعني مش حدا مشهور ما عندوش حتى موقع الكتروني تمام؟ ولا يهتم بذلك لكنه استاذ محترم لو تواصلت معه بساعدك فهذا مهم هون النقطتين المهمات النمو. ايضا يكون هذا الشيء ممكن تنمو فيه وتطور - [00:50:32](#)

وان تعمل به لانه تروح تاخذ طريقة علاجية ممكن العمل فيها صعب او لا تطبق في مؤسستك. تمام؟ مشكلة مثلا من الملاحظات كانت على قطاع التدريب خلينا نحكي على قطاع المنظمات الدولية - [00:50:48](#)

يكون عندهم ميزانية للتدريب. يصيروا يدربوا اه اه المعالجين من شرق وغرب مرة يومين في العلاج المعرفي ومرة يومين في الاي ام دي ار ومرة كذا هذا الطريقة في التدريب مش طريقة عملية ولا طريقة بتساعد على النمو والنماء - [00:51:05](#)

الصحيح للمعالج نمو المعالج اله طريقته اللي حنحكيها كمان شوي تمام؟ فاذا ما كان التدريب ببراعي النمو المهني حيكون في اشكالية بنيحي هون هل احتاج العمل على فئة عمرية او فئة معينة - [00:51:24](#)

هون المرحلة النمائية هذا من مقياس مهم بستخدموه في العلاج المعرفي بيستخدموه اللي وضعوا في البداية ارمبيك بالتعاون مع جيفري يونج اللي كان صديقه بالبداية وبشتغلوا مع بعض عاللاج المعرفي لكن بعدين ارم بيك راح للعلاج المعرفي وجفري يونج راح للعلاج بالمخططات المعرفية - [00:51:48](#)

لكن سنين متفقين على انه نمو المعالج يمر في مراحل ببلش المعالج يتعلم الاسس الاساسية. يكون غير كفؤ. وهذا طبيعي اي حدا بتعلم اشوي جديد غير كفؤ خريج القسم اللي ما اخذ تدريبات كافية غير كفؤ - [00:52:11](#)

ببلش شوي شوي من خلال الاشراف والمتابعة يصير مبتدئ ثم متقدم ثم كفؤ ثم بارع ثم خبير. وزي ما انتم شايفين بارع يعني بصير يطرح ثمار بقدر يدرب ويعلم ويعمل. والخبير هذا بيقدّر يشرف - [00:52:31](#)

ايضا مش بس يدرب لانه مش كل حدا والله قال لك انا بعمل دورة تدريبية بدك تسأل هو دورة تدريبية قديش خبرته في المجال؟ طب اللي بدرب عليه هل تخصص فيه هل اخذه من مؤسسة معتبرة ومحترمة او على الاقل تدريبات كافية وعنده الخبرة فيه -

[00:52:54](#)

تمام حتى يطرح الثمار الصحيحة غير كفؤ مبتدئ مبتدئ متقدم هاي بتاخذ لها خمس سنوات كفؤ بدها كذا سنة حتى تصل لبارح. الخبير زي ما حكينا بده بده هالعشر لخمسة عشر عام - [00:53:12](#)

مشان هيك بالغرب هم مريحين حالهم يعني هو بدخل لمدرسة علاجية من البداية بشوف عجوبته ولا مش عاجبته بعدين بكمل بمدرسة علاجية وعلى حالات علاجية معينة فشوف برة بتلاقيه والله متخصص في الوسواس القهري. وبعالج بالعلاج السلوكي

المعرفي للوسواس القهري. خلص هاي الحالات اللي بستلمها هاي الطريقة العلاجية - [00:53:29](#)

او متخصص بالاطفال او متخصص بالاطفال بالاي دي اتش دي فرضا او متخصص بالمرهقين بايش بمشاكل العناد او متخصص بالارشاد الاسري ضروري جدا من البداية بتخصص بطريقة علاجية مع فئة معينة. مشان هيك برجع و بحكي من افضل الاشياء اللي

بتعملها انه من بداية تخرجك - [00:53:50](#)

روح للمدارس اشتغل في مجال الارشاد او روح للمؤسسات واشتغل مع فئة محددة لانه عمك مع فئة محددة وتصير تتدرب على طريقة محددة في العمل هذا بخليك تبلش تكون مبتدئ وبساعدك توصل - [00:54:14](#)

ابتداً المتقدمة خلينا نشوف اسئلتكم قبل ما ننتقل للجزء القبلي الاخير وبالتالي دكتور اللي بيدرس تخصص ارشاد وتمكين اسري يكمل عليه دراسة العلاج النفسي. نعم نعم كل التخصصات اللي هي الها علاقة يعني بعلم - [00:54:31](#)

النفس او الارشاد النفسي او حتى العلاج الوظيفي آآ وحتى في الاختصاصات حتى حتى التمريض بشوفوا انه ممكن يكملوا في اختصاصات العلاج النفسي لانه يا يكون عنده نوع من الخلفية الطبية اللي بكملاها - [00:54:52](#)

نفسيا او نوع من الخلفية النفسية او التأهيلية علوم التأهيل كلية علوم التأهيل لانه لما تبلش تتخصص في مدرسة علاجية انت لازم دروسها كما هي المدرسة العلاجية. يعني لما بنيجي بنحكي عن الاكتئاب - [00:55:06](#)

كل مدرسة علاجية بتشوف الاكتئاب شكل. مش زي ما بشوف الطب النفسي. الطب النفسي بشوف انه مجموعة او زملة من الاعراض. لازم يكون واحد اثنين ثلاثة اربعة من الاعراض مش هاد نحكي عنده اكتئاب - [00:55:22](#)

بس المدارس النفسية المختلفة مثلا المعرفيين تمام؟ نظرتهم انه الاكتئاب هو مشكلة في الطريقة المعرفية اللي بتسبب الشعور بالعجز عند الشخص. تمام وبالتالي تؤثر على المزاج بانه يهبط هذا المزاج - [00:55:32](#)

بالمقابل السلوكيين بشوفوه بشكل ثاني. اذا طريقة النظر للتشخيصات حتى بتختلف من مدرسة لمدرسة في العراق حيدر اليعقوبي صحيح وفي يعني في اسادة افاضل في كل مكان. اغلب الدراسات اللي اخدناها النظرية فقط. صحيح. يوجد نظرية تسمى العلاج بالواقع. تمثل اتجاه - [00:55:49](#)

الانتقائية نوعا ما. العلاج بالواقع نعم موجود وقوي جدا في علاج الاحداث بستخدموه كثير في السجون بعض مراكز التأهيل تمام فهون العلاجات القوية حقيقة. لكن يعني بالوطن العربي عدد المعالجين او المتخصصين فيه قليل لكن موجود - [00:56:07](#)

نماذج بداية نعم طبعا احنا براعم. اكيد لازم نعرف انه احنا براعم مشان نعرف كيف نتعلم. اكيد. هذا ما بيعيب اهم اشئ انك تعرف انت وين لانه اذا عرفت انت وين بتعرف وين تزوح بس اذا انت التايه مش عارف انت وين. اذا انت مضيع البوصلة - [00:56:29](#)

واحد بده يروح على مكان معين تايه بهالصحرا. تمام؟ وما معه بوصلة ولا معه خارطة. اذا وين ما راح تمام مش حيوصل امين الله يعينكم جميعا صحيح الانسان اللي عنده مشاكل مادية يستعين بالله ويبلش يشوف المتوفر المتوفر - [00:56:50](#)

يعني اسئلة كثيرة عن التخصص والتخصصية تمام ان شاء الله انه ممكن نعمل لكم سلسلة يعني نساعدكم فيها. اه اذا رجعتم لقناة اليوتيوب في مثلا اه حلو تتطلعوا على موضوع مثلا العلاج - [00:57:17](#)

مرتكز على المناعة النفسية هذي حتكون يعني ان شاء الله طريقة رائدة وجديدة في الفهم النفسي للعلاج النفسي. اذا هذه هي مراحل الخبرة والتمكين للانتقال شوي شوي. اذا متى انتقل لمدرسة او فئة جديدة - [00:57:31](#)

احنا حتى ننتقل لمدرسة او فئة جديدة بنكون احنا عملنا يعني القديم. تمام؟ وتمكنا منه وقدرنا انه نحقق معرفة جيدة. تمام؟ وعميقة. لاجل ذلك يعني اي مدرسة علاجية بدك تدخلها - [00:57:47](#)

وفئة علاجية انا بنصحك تاخذ خمس سنوات. خمس سنوات يعني هاي مدة متفق عليها. هلاً اذا صرت اكثر خبرة الك هالخمسطعش عشرين سنة في المجال بتصير الشغلة تاخذ منك سنوات يعني انا مثلا بالالفين وخمسطعش تدريب عالام دي ار - [00:58:05](#)

ومن الالفين وخمسطعش للالفين وعشرين اه وانا بحاول اتعمق في موضوع الاي ام دي ار واطبق وعندي مشرفين واخذت مستوى اول ومستوى ثاني ومستوى ثالث ثم مستويات متقدمة. ثم مستويات متخصصة - [00:58:19](#)

تمام؟ هذا يعني اه هو جزء اساسي من طرق التعلم فبالثالي الان ممكن نفتح مجال النقاش لانه يعني اه ممكن هذا يساعد فاختنا اه يعني من المبادرة تفضلي الانس براءة والان سمها اذا حابين كنتم بدمك تناقشوا وتطرحوا عدد من الاسئلة بالآخر تفضلوا - [00:58:32](#)

نعم يا اسيل هاي محاضرة مسجلة وان شاء الله بتنزل على عدد من المواقع وعلى صفحتنا على اه الفيسبوك وعلى ايضا اه اللي هو على اليوتيوب السلام عليكم. وعليكم السلام ورحمة الله - [00:59:14](#)

يعطيك الف عافية دكتور براء اهلا فيك يا براء اهلا وسهلا يا بنتي الله يعطيك الف عافية يا رب على هالمعلومات وعلى وقتك وبدي اشكر كمان الطلاب اللي ملتزمين معنا لهلاً وما شا الله عليهم وعلى اسئلتهم. اه صدقا دكتور - [00:59:35](#)

الموضوع من المواضيع اللي هي هم يمكن عنا كلياتنا الخريجين الجداد انه احنا حسينا حالنا ضايعين بمرحلة الميداني بعدين لما اشتغلنا كمان حسينا حالنا ضايعين فانه قدبش كنا محتاجين حدا ينضم لنا هاي الافكار - [00:59:51](#)

ونعرف بالزبط احنا بالمسار الصح او لأ. يعني لما كنا مثلا نتناقش مع بعض باشياء انه مثلا احنا بالميداني اول ما دخلنا او اول ما اشتغلنا في اشياء احنا عارفين انها هي - [01:00:06](#)

غلط قاعدة بتصير بس مش عارفين البديل الصحيح الها نعم. ولو مثلا نرجع نسال اشخاص كل حدا اله من منظوره مثلا بجاوبك بطريقة معينة. بالنهاية بصفي انك زي ما حضرتك حكيت تمشي على مدرسة معينة على اشي معين - [01:00:16](#)

فانه في سؤال بتخيل احنا كنا مجهزين اسئلة بس اه حضرتك جاوبت عليها كلياتها الله يعطيك الف عافية فما بعرف اذا حدا من الموجودين حاليا في عنده اي سؤال بحب يفتح المايك ويسأل - [01:00:30](#)

نظمي نظمي الاسئلة اذا سمحتي يا انسة اه براءة نظم الاسئلة انت شوفي مين يكتب عالتشات احسن مشان ما يصير دوشة مشان الكل يصير. تمام اه او كيه ولا يهكم اه الاء بتقدري تكتبي سؤالك او بتحبي تفتحي المايك - [01:00:43](#)

يعطيك العافية دكتور الله يعافيك يا هلا اه دكتور بدي اسأل بس على نقطة حكيتها انه احنا يعني ببداية عملنا يعني بتنصح حضرتك انه نبدأ بالارشاد بالمدارس هلاً أنا بس سؤالي - [01:01:12](#)

آآ كونه احنا ما يعني ما درسنا او دخلنا كتير بمجال الارشاد. يعني اذا عنا معلومات فهي يعني معلومات بسيطة بالعلاج النفسي معينة تعلمناها. هل هاي الطرق او التكنيكات اللي تعلمناها بتصلح مع طلاب - [01:01:29](#)

اه مشاكلهم ما وصلت لدرجة اضطراب نفسي ولا هي اشي حصري احنا بنستخدمه مع الاضطرابات النفسية تمام شوفي. خيلنا نتفق على شيه مهم اه انسي الاء نتفق على شيه بداية - [01:01:46](#)

يعني بجزء من اكثر الاماكن اهتماما عموما بالمرشد. وفي درجة من الاشراف. طبعا هلاً بجوز بعض المشرفين ما يتفقوا معي لكن عالاقل في قسم ارشاد وفي نوع من التدريبات وفي نوع من الاشراف اللي هو المدارس - [01:02:02](#)

ثم المنظمات الدولية يعني انا بحكي يا مدارس او منظمة دولية فيها قسم متخصص تمام وهذا القسم المتخصص تمام؟ هو قسم ارشاد متفقيين اه الناس احيانا لما بيسمعوا الارشاد يحسوا انه شيه فيه سخف او بسيط يعني هو العلاج - [01:02:18](#)

هدفهم تمام؟ فكيف بتحكي انت عن موضوع مثلا اه بسيط زي الارشاد. الارشاد مش شيه بسيط بالعكس شيه غير عادي وخليني احكي لك ليش شيه غير عادي لانه في العلاج في ادلة علاجية للاكتئاب للقلق في طريق في تكنيك. صحيح؟ - [01:02:42](#)

مم صح؟ لكن لما تيجي للمشاكل التكيفية عند الناس تمام هاي احيانا ما الها تشخيصات واضحة فبتحتاج بالعكس لمنهجية اعلى مشان تقدر تتعامل مع مشكلات الناس هاي. صحيح؟ صح طبعا - [01:03:04](#)

فلما انت بتدخل في جو المدرسة ونكون صريحين هي لانها مهنة في الها راتب. انت عمالك بتاخدي راتب فبالتالي من ناحية مادية حتى لو كان الراتب ضعيف بس هاي بداية كويسة - [01:03:22](#)

عموما المشرف في له قسم يكون تابع للتربية والتعليم للاشراف لو كل شهرين عملوا لهم دورة لو تابع مع المشرف في قسم الوزارة وزارة التربية والتعليم فبيتابعوهم وبعملوا لهم بعض الدورات - [01:03:36](#)

فبعد سنة او سنتين تمام اللي حتكتشفه انه نعم بلشتي تقدر عالاقل توظفي او صار عندك عالاقل الارضية الاولى. الارضية الاولى لممارسة هذه المهنة بتعرفوا شو الارضية الاولى لممارسة مهنة العلاج النفسي - [01:03:54](#)

واللي بتحتاج سنة كاملة انك تقدر تمام؟ اتقابل الناس انك تقدر تقابلي الناس. تخيلي انه القدرة انك تقدر قدام شخص وتعرف تنظمي اسئلتك وتكون هاي المعلومات اللي بتجمعها مش بس تجمع معلومات. الها معنى والها هدف - [01:04:11](#)

هاي اول شغلة لازم تتدربي عليها؟ فبتلاقي مثلا اشي المقابلة الاولى. الناس بتقول لك شو شغلة بسيطة. لأ مش شغلة بسيطة. اني انا

اجلس قدام شخص واعرف انه كيف اسأل اسئلة - 01:04:40

بخمسة واربعين دقيقة اللي هي مدة الجلسة. هاي الاسئلة تكون موجهة ومنظمة افهم مشكلة الشخص. هل هذه شئ بسيط شو رأيك؟ لأ طبعا ف لما بتبليشي تعلمي هاد الاشي مع الطالب وخصوصا انه المشكلات بسيطة. وتتعلمي في شغلتين مهمات. في العلاج -

01:04:56

وخصوصا هاي بدك تبليش تتعلمها في المقابلات الصياغة الجيدة للجمل وصياغة الجيد للاسئلة صياغة السؤال الجيد فن عالي واحنا

بتواصلنا مع المراجعين اللي مبني عالكلام في غالبه فنيات الكلام فنية صياغة السؤال - 01:05:20

وفنية صياغة الجملة تمام فيما بعد فنيات عالية لانه تسعين بالمية من الجلسة تواصل لفظي صحيح يا الاء؟ اهو طبعا فتخلي فلما تتعلمي على هاي الفنية بس وتأخذ وقتها مشان هيك انا بيجيني احيانا حدا فعليا مارس الارشاد لسنة وستين يكون كثير افضل -

01:05:48

من حدن ماجستير ما عملش اشي. هو رغم انه هناك بكالوريوس. لانه عنده ارضية عالاقل كيف يقابل طبعا بجوز نغير ونعطيه يعني طريقة افضل للمقابلات لانه الطريقة العلاجية بتختلف عن الطريقة الارشادية في المقابلات لانه طبيعة الاسئلة وتوجيه الاسئلة وتوجيه

01:06:13 -

لكن فعليا مقابلة الناس بجوز بتضحكي لو حكيت لك انه حتى الناس اللي جايبين من خلفيات مثلا شوفي اه تبعوني التنمية البشرية

معظمهم جايبين من خلفيات سيلز مبيعات صحيح؟ وهو اصلا مم. هم مبيعات واحنا علاجنا خدمات - 01:06:30

فبتلاقي فنية الكلام مع الناس والاقناع وكذا اقنعت عندك الناس من الالفين لليوم وبقول لك تبعوني التنمية البشرية. لا والله هو بقول

يعني ساعدوني وعملوا فالنياتو في انه يتواصل مع الجمهور او مع الناس ويوصل الافكار ويسمع الافكار - 01:06:48

كانت بتساعد بشكل جيد فهذا مهم جدا احلام بتحكي كتاب المقابل في الارشاد والعلاج النفسي لماهر عمر هو دليل تطبيقي ممتاز في تعلم المقابلة الكتاب هذا في ذاته ما بعرفه لكن في كتب اخرى. تمام؟ ممتازة. اذا اطلعينا عالكتاب يا انسة احلام اه ممكن يكون ممتاز

01:07:06 -

تمام احكي لنا ايش في كتب ممكن تساعدنا. يعني بتنصحننا انت بكتب طيب انا من الكتب اللي بنصح فيها بس حسكر الكاميرا لاني

بدي اقوم على مكتبي دقيقة هاي هاي لانها قبالي لانه في غرفة المكتبة اطول عدد من الكتب - 01:07:27

اياها عالكاميرا معلش تمام طبعا فديقة واحدة بس عشان الكد عليكم انه المحاضرة مسجلة وان شاء الله راح تكون موجودة على صفحة اه رح تكون على آآ قناة اليوتيوب الهم عفوا وراح نزلها كمان على صفحة يوم لصناعة مرشد عشان اللي حاب انه يرجع يعيدها

والاشخاص اللي ما قدروا انهم يحضروا - 01:07:42

وهاي شوفوها باذن الله يعني بعديكم بدي اقعد شكله نص ساعة وانا اضب الكتب لكن لا بأس الاستاذ الدكتور المرحوم علي

كمال واستاذ رفيع جدا من العرب والاعمة العربية الكبرى - 01:08:19

تمام اللي كتب كتب جدا مهمة واله سلسلة. اسمها سلسلة ابواب العقل الموصدة طبعا في بعضكم رايح يحكي لي مش متوفر في بلدي

هذا الكتاب. ممكن ما يكون متوفر في بلدك - 01:09:19

لكن بنصحكم بشغلة كثير مهمة حاولوا قدر الامكان انه تكونوا قريبين من المكاتب الجامعية الكبرى. يعني اللي بالاردن مكتبة الجامعة

الاردنية. مكتبة جامعة اليرموك المكاتب الكبرى هاي تمام مكاتب الجامعات - 01:09:33

اه حتجد هذي الكتب تسعين بالمية حتجد هذي الكتب واضح فهذه بتساعد بشكل كثير كبير فلما الان هل الصوت بقطع ولا واضح

لانه في احد بعلق الصوت بقطع تمام؟ واضح دكتور - 01:09:49

واضح دكتور فالاستاذ علي كمال له مجموعة من الكتب فعليا بتفتح الذهن لانه الاستاذ علي كمال الله يرحمه هو مش فقط اه طبيب

نفسى هو كان شخص حتى مفكر واضح؟ واحيانا في من اهل هذا الاختصاص بتحسوا - 01:10:07

صاحب فكر للعلم كبرى الجوائز وحتى جائزة نوبل. اخدوها برة ناس متخصصين في علم النفس. لانه الكبار المدارس كبار المدارس

بتميزوا انهم ايضا اصحاب فكر. هلاً احنا متفقيين ولا ما متفقيين بس هم اصحاب فكر في الاشي اللي بيحكيه - [01:10:29](#)  
تمام عنا دار الفكر للناس الموجودة في الاردن وعنا قريبا في عدد من المعارض في معرض الرياض كانه صار معرض الرياض تمام؟  
داروا الفكرة شاركت فيه ستجد امر جدا مهم - [01:10:48](#)

انه هم يترجموا من اهم الكتب في العلاج النفسي. مثلا هذا العلاج المعرفي السلوكي المهارات والتطبيقات. هذا كتاب جدا ممتاز  
ورائع. هذا مثال عدد كبير من الكتب هم يترجموا اكثر من خمسين كتاب اساسي - [01:11:05](#)  
اه صار اه معرض الرياض اه يا بيان تمام. بالرياض كان صار في معرض في مصر شغلة كثير مهمة انا نصيحتي في كل عام. تمام انه  
تتابعوا معارض الكتاب اللي بتصير في بلادكم - [01:11:20](#)

معارضة كتاب تعطيك فرصة. كون عارف شو الكتب تمام؟ اللي بدك تشتريها تمام؟ يعني انا عادة معرض الكتاب في الاردن بعمل له  
نوع من الميزانية على اساس انه بكون عدد من الكتب اللي صدرت ومتابعها. وصعب تشتريها الا لما يجي معرض الكتاب - [01:11:33](#)  
زملائنا واخوانا واخواتنا الموجودين في مصر انتم محظوظين جدا جدا بمكتبة الانجلو المصرية بسمع لي الشغلة نعم. اه سؤال  
حساب مقدمة في العلاج المعرفي السلوكي المهارات والتطبيقات من المؤلف او اه هذا مترجم - [01:11:51](#)

مترجم هذا مترجم الدكتور ابراهيم معالي والدكتورة بسمة الشريف تمام دار الفكر زي ما حكينا عندهم اكثر من خمسين كتاب  
هم الموجودين اه يعني في في اه مقابل الجامعة الاردنية وفي بوسط البلد. عندهم فعليا كتب الان من اروع الكتب المترجمة. وهم  
بيعتنوا بالترجمة - [01:12:11](#)

بشكل كبير بحيث حتى لما بتقرأ بتحس الترجمة سلسلة رشيقة. في احيانا بصير اهون انك تقرأ الكتاب بالانجليزي من انك اقرأوا  
بالعربي حتى لو بتفهمش انجليزي كثير بتفهم عليهم في الانجليزي اكثر من العربي لانه بقول العربي نيلي. لو ترجمة جوجل ما هو  
هيك - [01:12:35](#)

فمكتبة الاندلو المصرية عندهم سلسلة كبيرة عندهم اكثر من الف ومئتين كتاب اساسي مهم تمام؟ مترجم كتب في قمة الاهمية.  
يعني الجديد ترجمه في كتاب بس اه نسيت اطوله موجود في المكتبة. العلاج المعرفي. بترجمه كتاب مهم في العلاج بالتقبل والتزام  
- [01:12:53](#)

عدد كبير من الكتب المترجمة. هذا كتاب اللي هي او تمام الكتاب الاساسي في اللي بي تي. رغم اسمه العلاج المعرفي السلوكي  
لاضطراب الشخصية الحدية لكن هو بيحكي عن مهارات اساسية - [01:13:15](#)

في العلاج في عنا يعني كتب قديمة بجوز مش كثير الناس تهتم فيها. تمام؟ لكنها موجودة في زي ما حكيت المكتبات الجامعية.  
بنصحكم تشتركوا في المكتبات الجامعية وتأخذوا الكتب منها ممكن تأخذوا وتصوروا. تمام - [01:13:33](#)  
اه مثل اه مثلا الدليل العملي للمرشدين النفسيين والتربويين. هذا كتاب اساسيات الارشاد الفردي رائع جدا للي يشتغلوا بالمدارس  
تمام؟ رائع جدا لانه هو متعوب عليه. في كثير يعني اه نصوص وترجمة طبعا - [01:13:50](#)

بمشي معك في العملية الارشادية بتفاصيل كبيرة وشو اللي تعملوا التقييمات الاساسية وبعطيك امثلة حوارات مع ناس وكيف تعمل  
الحوار وكيف عمل الحوار؟ في كتب متخصصة ودقيقة جدا مثلا الغضب وادارته. هدول تنين من طلاب - [01:14:07](#)  
اه البرت اليس كتاب مهم جدا في علاج الغضب. في عندي عدد من الكتب للبرت اليس كتب روجرز بس كلها في الكتب يعني هديك  
باللغة الانجليزية انجليزية لكن انا بحاول اعرض عليكم الكتب اللي ممكن اعتبرها جيدة باللغة العربية. مثلا ممكن تجيب كتاب

متخصص بالقلق. كتاب متخصص بالغضب - [01:14:26](#)  
للانجلوب كمان مرة اللي هو كتاب علم النفس المرضي اي حدا بده يشتغل في العلاج النفسي. في ناس بروحوا للدي اس ام. انا بنصح  
تروح سيكولوجي. سيكولوجي لانه دي اس ام بعطيك منظور - [01:14:46](#)

التشخيص المعتمد على الاعراض الظاهرة. تمام؟ انا بحكي هذا الديسك. طبعا الموسع الكبير لا بعطي بحكي عن تفاصيل اخرى لكن  
في مثلا اه اه هذه الكتب علم النفس المرضي هي فعليا تشرح اكثر وهي اقرب لفهم اقرب لفهم - [01:15:03](#)

المعالج النفسي مش بس للطبيب النفسي لانه منهج الطبيب النفسي يختلف دكتور الزراد دكتور رحمه الله الدكتور فيصل دكتور

سوري نشط طاف العالم وعلم في عدد من الجامعات ختمها في الجامعة - [01:15:24](#)

جامعة عمان الاهلية في قسم علم النفس السريري له عدد من الكتب الاساسية المهمة لكل حدا معالج هو اه من طلاب جوزيف فوبي  
كمان اه وبالتالي اه من الناس اللي جدا المهرة في العلاج السلوكي. واللي بتعرفوا لما بتاخذ العلاج من شيخه. تمام؟ الحدا اللي حكي -

[01:15:41](#)

تاخده منه وتسمعه هادا من طلابه. في عنا زي ما حكينا كويس مطلق. في كتاب مهم اللي هو هذا الكتاب العربي الوحيد لحد الان ما

صدر اي كتاب آآ في هذا الموضوع اللي هو الاشراف في الارشاد النفسي والتربوي - [01:16:03](#)

هذا للناس اللي معهم دكتوراة وممكن عندهم طرق علاجية وبده يتعلم الاشراف وكيف يشرف على المعالجين ويساعدهم حتى  
يكونوا اكثر مهارة وهذا الكتاب من اكثر الكتب اللي بنصح فيه. يعني اذا حكيتوا لي شو اهم كتابين انا بنصح فيهم ان لا تخلوا

مكتبتك منها - [01:16:19](#)

الكتاب الاول اللي هو كتاب حكينا النظرية وتطبيق الارشاد والعلاج النفسي والكتاب الثاني هذا موجود باللغة الانجليزية وصدر

نسختين بالانجليزية يعني صدر اربعين تكنيك وصدر الان خمسة واربعين تكنيك في العلاج. تمام؟ هذا بحكي خمسة وثلاثين اسلوبا

على كل مرشد معرفتها. الجميل بهذا الكتاب بيشرح الاساليب العلاجية يشرح - [01:16:40](#)

اطلب العلاجي. تمام؟ بالتفاصيل وبعطيك مع الاسلوب العلاجي التطبيقات وكيف تطبق العلاج. هذا يعني بخلي حاجتك اذا تعلمت

بشكل جيد اه يعني التعلم التطبيقي عالي هذا كتاب تطبيقي ممتاز جدا جدا - [01:17:04](#)

جدا. فاخر كتابين ما تهملوهم كتابين مهمين جدا اللي بقراوا بالانجليزي. بالاصل موجودات بالانجليزي. تمام هم اخر كتابين يا فرح

هو هذا كتاب النظرية والتطبيق وكتاب خمسة وثلاثين اسلوبا للي بقراوا باللغة الانجليزية يشتروا الكتاب اللي باللغة الانجليزية اللي

هو صار خمسة واربعين اسلوبا. نفس الكتاب لكن اضاف - [01:17:24](#)

باحث عشر اساليب الله يبارك فيك. يجزيك الخير. في كان سؤال اذا هاي الكتب متوفرة بدي اف او لا والله آآ خلينا نتفق على الشغلة.

في كتب متوفرة بي دي اف وممكن انت تحتاج هاد - [01:17:49](#)

لكن انا الشغلة اللي بتزعجني في بتعرف لما يكون هذا الاستاذ اله عشر سنوات بشتغل عالكتاب وبيكتبه سبب عدم عدم يعني

استفادة وهو من حقه يستفيد من الكتب انه بيقعد عشر سنين وهو يزيبط ويعمل او يترجم وكذا وبكل بساطة وصار بصير بي دي اف

وبين قلوب ببطلوا يشتروا الكتاب الاصلي - [01:18:05](#)

فانتبهوا لهاي النقطة يعني انتبهوا لهاي النقطة وممكن تحصل عليه ماشي بس يعني حاول تنتبه لهذه النقطة السلام عليكم تفضلي. اه

تفضلي انا شفتك. انا اخصائية وعم اشتغل صار لي تقريبا ثلاث سنين العلاج المعرفي السلوكي. لكن عم بلاقي مشكلة - [01:18:24](#)

الموضوع لما بتجيني مشكلة زوجية بيكون فيها طرفين. عم بضطر دائما انه اخذ طرف على جنب واشتغل معه بالعلاج المعرفي. في

تكنيكات معينة ممكن نستفيد منا من مدارس اخرى. تشتغل على اه بروتوكولات - [01:18:48](#)

تيناتن مع بعض. يعني كيف بدي نسق بيناتن هني كمشخصين هاي انا واحد من افضل الكتب في الارشاد الزوجي اه على الطرق

المعرفية هو كتاب الاستاذ الدكتور راشد السهل. الاستاذ الدكتور راشد السهل - [01:19:04](#)

تمام اه اسمه الدليل الوافي اه الدليل الوافي في الارشاد الزوجي تمام آآ الاستاذ الدكتور راشد السهل تعلم ذلك في معهد بك تمام في

امريكا من النبع والحلو انه خلاه في قالب قريب للعرب الاسلامي ايضا - [01:19:24](#)

تمام؟ فالكتاب جدا مناسب وجميل شكرا طيب الثقة بالناس كمان ما بدي روح فيه للتنمية البشرية. بدي ضل باطار الطبي انت انا

اسف هذا الكلام مش لك اللي انا بدي احكيه. بس اذا انت - [01:19:47](#)

اخصائي نفسي معيب انك تروح تستخدم شيه للتنمية البشرية. اكيد طبعا لكن اه يعني المجال السقة بالنفس بالذات آآ ابدعوا فيه

ونحن بالعلاج المعرفي السلوكي ما اثر بس بموضوع تأكيد الذات تأكيد الذات ما في اي اه مم - [01:20:03](#)

يعني التوسع كثير فانا اكد ما رح استعين بالتنمية البشرية لكن عم قول انه هن سباقين صاروا بهالموضوع يعني بيسروا المستمع اكثر بيلفتوا نزره بيغروه اكثر. فانا بكون علمية طبية بالسقة - [01:20:23](#)

النفس لانه جزء كبير من اللي بعملو هو تحفيزي اكثر من كونه علاجي اختي. مش مشان هو تحفيزي اكثر من كونه علاجي. يعني تخيلي انت طالب توجيهي عندك بتحفضيه تسعين بالمية وبتدرسيه عشرة بالمية. حينجح ؟ - [01:20:41](#)

اكيد لا مش في بعض هاي العلاجات الكاذبة المعتمدة على العلوم الكاذبة انه الناس هاي ما بتكتشف ما بتكتشف انها ما ما استفادت الا بعد فوات الاوان فاهممتي؟ لاجل ذلك بدنا نتنبه. الان بدك امور الها علاقة بالثقة بالنفس او غيره او غيراته - [01:20:58](#)  
بجوز ما بيحضرني الان اه كتب مخصصة في الموضوع. انا لاحزت انه شوي يعني قليلة يعني اذا بتقرأ بالغة الانجليزية على اللي هي الهيئة البريطانية تمام للصحة او جماعة بتلاقي كثير عن موضوع توكيد الذات والثقة بالنفس. موجود موجود بشكل كثير كبير - [01:21:19](#)

هلاً انا بنصح اي حدا بزيتته جيدة وبتساعده زي ما حكينا انه يقدر الان في دورات مع المؤسسات الام تمام في اساتذة ايضا بقدموا تدريبات. استغل فرصة الاونلاين الى اخر حد ممكن. تمام شكرا - [01:21:51](#)

ده ممكن سؤال تفضلي اه دكتور انا خريجة اداب علم نفس اه بالعراق يعني عندي بس شهادة بكالوريوس هاي السنة تخرجت وحددت ميولي اه لمدرسة علم النفس ما وراءه الشخصي؟ هل ساريد ابحات شنو المتوفر؟ ما اعرف من وين ابدأ - [01:22:12](#)  
تبحتي ماذا المتوفر وين اتدرب بالعراق او شنو اللي ممكن متوفر اليا وانا اتدرب الى المدرسة ما وراءه الشخص اللي هو عنده النفس الروحي والله ما بعرف انا كمان ما بعرف - [01:22:34](#)

يعني هذا مجال لم نخضه. عرفتي شو؟ لم نخوضه فما بعرف اثبت حقيقة اه بندر بحكي البرص هاي كل شي لأ البرص هاي كل وجه مختلف. عفكرة عندكم في العراق في الاستاذ العبيدي معروف في البرص هيكلوجي عمستوى عربي. عندكم جمعية البرص هيكلوجية العراقية - [01:22:51](#)

تمام من اوائل من خصصوا جمعية في البرا سيكلوجي. بس التخصص اللي انت بتحكيه يعني ملبش كثير حلم فيه. فانا بعذر يعني مش رح اقدر افيدك فيه لكن تمام. وبنصح الزملاء. دكتور اذا لا تروحوا لا تطلع اه يعني - [01:23:11](#)

بيجي بحكي لك يا اخي العلاج المعرفي السلوكي صار قديم. مين اذا حكي صار قديم في هذه العلاجات السلوكي والعلاج المعرفي والعلاج السلوكي المعرفي. لانه جمع بينهما. تمام؟ هذه المدارس الدارجة - [01:23:28](#)

يعني تعلم الدارج المتوفر السهل الموجود اللي اله كتب اللي اله اساتذة تعلموا جيدا اطلبوا تشتغل تاخذ راتب تدخل مؤسسات بتصير تشتغل جيد. تمام؟ ثم ابحت عن الطرق المعقدة ولا القليلة - [01:23:42](#)

للي ما فش فيها الا اتنين يعني من الناس اللي بطبقوها ما في مشكلة تساعدكم تمام. انا بتوقع بسأل سؤال في شخص كان بسأل انه حضرتك تعطي تدريبات للمعالجين اللي بشتغلوا - [01:23:58](#)

اه علاج في علاج الادمان او لا نعم نعم يعني بعام الفين الفين وتسعة تمام اذا كان في مشروع كبير مع مكتب المخدرات والجريمة التابع لليونان وتدريبنا معهم الان في كل بلد عربي يعني بالاردن انا وفي عدد من الزملاء متخصصين في التدريب على علاج السلوك الادماني - [01:24:14](#)

عنا باكج كبيرة في علاج السمينة في الادمان. موجود زملاء منهم في مصر وموجود بس لو سمحتوا اللي فاتح المايك وبياكل شمس اذا سمحتوا موجود زملاء تمام؟ في كل بلد من البلدان كانوا معنا. يعني حتى في المغرب - [01:24:42](#)

حتى في تونس موجود منهم فاللي معني يعني يتواصلوا معنا مشان نعرف كيف نوصلهم للناس اللي ببلدهم. او يتابع معنا مشان اذا احنا عملنا اي دورات او تدريبات يكون فيها. احنا في عنا برنامج مدته سنتين اللي هو العلاج المعرفي السلوكي التطبيقي -

[01:24:59](#)

اه في جزء مهم في علاج السلوكيات الادمانية. تمام؟ وبنمشي من الالف للياء في التدريبات مع المعالجين فيه فيعني لا اللي بده ببلده

بغير بلده يتواصل واهلا وسهلا. اكد ان شا الله احنا بنساعد الجميع - [01:25:16](#)

بازن الله دكتور بيس بس فينا يسأل عن موضوع التدريبات بعد ازلك اه طيب اه التدريبات لمين؟ اي تدريبات؟ اه هنا دكتور انا

سؤالي بشكل عام انه اه نحن اليوم في كمية تدريبات واسماء واشخاص كثير كثير - [01:25:32](#)

على طالب عم يكون عم يتخرج هيدي السنة مسلا. فمسلا شو الترتيب التدريب الصحيح او من وين واحد بيتدأ او شو الترتيب الصح

يعني نحن حقيقة انا شخصيا صرت ضايعة من كتر العناوين والاسماء والاشخاص اللي عم بتكون في ادلبات - [01:25:53](#)

صحيح. شو في؟ اهم تدريب دائما اللي هي المهارات الاساسية في المقابلة وهاي انت كاخصائية نفسية ما بتاخذها عند طبيب لانه

مهارات مقابلة الطبيب تختلف عن مهارات مقابلة الاخصائي كيف عملي دراسة الحالة وكيف تفهمي الحالة - [01:26:09](#)

فهذا اهم تدريب. ثم بعد ذلك لما بتاخذني تدريب خذي وقتك تتدربي عليه وتطبقه لانه في ناس باخدوا تدريبات كثير لكن يا دوب

بطبقوا تمام؟ من تدريباتهم آآ مشان هيك احنا برامجنا الناس احيانا بتستطولها زي ما حكيت لك برنامج العلاج المعرفي السلوكي عنا

ومدته سنتين - [01:26:26](#)

بتيجي بتحكي سنتين الله اكبر مين بيتحمل بحكوا لي اللي بده يشتغل بده يتحمل انه احنا بنحاول نوفر تدريب لو سمحت مشات

ليه تخربق. شناهي تمام؟ تدريب منتظم ندرج من البداية عال مهارات والفنيات الاساسية ونرتقي في الطالب شوي شوي شوي. حتى

بعد سنتين يكون اخذ المهارات المعقدة. فهمتني - [01:26:48](#)

اه صحيح في اسماء كثير وفي ناس فاضل من زملائنا ما شاء الله يعني عندهم العلم والمعرفة بصير بدنا نرشدكم. يعني اذا اذا

سمحت لنا براءة ممكن نعمل لقاء ثاني. تمام؟ لاحقا بعد - [01:27:14](#)

بعد شهر مش عارف يعني بس نعمل لكم لقاء ثاني. يكون الهدف الان بعد ما عملنا الارضية الاساسية نحكي لكم ايش اللي انت

بتحتاجه اه يا ريت يعني خليني طيب بس بدي اسكريم بس مشان اختنا اللي سألت - [01:27:32](#)

اه اه بدي بس اه بفرجيكي شي معاي الزملاء مسموع حسب تجربتي المتواضعة دكتور لاحزت انه الدراسة كثير مهمة النزيرة بس ازا

ما بلشت تشتغل مع مريض ويكون معك استاز مشرف - [01:28:04](#)

ما بتصير بحياتك. يعني بدك تستلم مريض ويكون الاستاز المشارك يقول لك صح هيك هيك غلط هيك عملت بعد ما انت اشتغلت

وتنحط قدام مواقف صعبة يجيك واحد مسلا كرب مع بعض الصدمة وانت ولا مرة استلمت هيك فتوقف تقول انا هادا كيف بدي

اشتغله؟ مع انك تكون دارس دارس دارس بس لما يجي المريض عنجد بينقل - [01:28:27](#)

انا هادا كيف بدك شو بدي اعمل؟ كيف بدي اخلصه من اه زكريات التحرش مسلا. فانت بتوقف هون عاجز بتروح لعند المشرف

الاستاز المشرف عليك وبتطلب منه مساعدة وخلص تدريجيا يعني انا برأبي الخبرة اهم شي - [01:28:45](#)

صحيح صحيح واي استاذ بدك تتعلمي عنده تأكدي برضه انه هو خبير في المجال اللي بعلمك فيه تمام لانه زي ما في بيدعوا العلاج

في ناس بيدعوا القدرة عالاشرف آآ - [01:29:01](#)

دقيقة السكرين واضحة عندك واضح الملفات اللي فتحت الان اه واضحة موجود منها قصدي في في في هاد وملف واحد اتنين ثلاثة

اربعة. موجود واضحين ظاهرين مثلا هدول هاي المواد اللي احنا بندرسها في العلاج المعرفي السلوكي - [01:29:21](#)

تمام التطبيق في فحتلاقي احنا بننطلق بتأسيس للطالب بعدين ناخذ العلاج السلوكي ومهاراته وفنياته الاساسية. بنروح للفنيات. مثلا

هون لما احنا بنحكي عن العلاج منعلم الطلاب من الالف للياء من بداية انت كيف لازم تقدم المشورة النفسية - [01:29:46](#)

وبنبلش في المشورة النفسية من ما قبل المشورة تمام الحاجة لمعرفة الاختصاص الحاجة لمعرفة الطريق المهني وبنبلش نحكي عن

الطريق المهني وكيف تعرف اللي بدك اياه تمام وبنروح بعدين بشكل متقدم اكثر - [01:30:07](#)

تمام؟ لمهارات اساسية مثلا اللي هي اللي بنسميه مخطط الارشاد للجلسات تمام؟ في عنا مخطط اساسي كيف تمشي في الجلسة

تمام؟ من الالف الى الياء. واضح عندكم المخطط من الالف الى الياء لانه معظم الناس بعرفوش كيف يفتحوا الجلسة وكيف يغلقوها -

[01:30:25](#)

تمام فمنعلم هاي المهارات الدقيقة يعني اعلى دقة بمقدارها بعدين دقيقة بنبلش نعلم طلابنا مهارات متقدمة اكثر تمام؟ بحيث انه فيما بعد يصير قادر على انه فعليا المهنة كعلاج يمارسها بطريقة صحيحة عميقة - [01:30:47](#)

ومناسبة طبعا طوال هذا الكلام احنا في عنا بكون في اشراف في تدريبات وفي اشراف. الان مثلا احنا عنا عدد يعني عنا عيادة الكترونية عنا طبعا مركز الكتروني معظم دوراتنا هي مطروحة الكترونيا - [01:31:20](#)

وحضروا عنا عيادة الكترونية في العيادة الالكترونية الان اللي عمالهم يشتغلوا في العيادة الالكترونية هم الطلاب اللي بلشوا معنا. وتدربوا بالبداية وצלهم ملازمين لانا طوال خمس سنوات فلجينا انه الان بقدرنا يقدموا الخدمات العلاجية بشكل مناسب. وما زالوا تحت اشراف وصاروا يقدموا الخدمات العلاجية - [01:31:38](#)

فوضحت الفكرة رائع موفقين ان شاء الله العلاج هذا له طريقته هو من الف والى ياء واله طريقته. كيف تعلم الناس؟ كيف اه اه يتزودوا بالمعرفة اه براء بس احنا قبل ما ننهي في ليلة رافعة ايدها من زمان وانا يعني محترم جدا انها رفعت ايدنا. فاذا بدها تشارك تشارك وهذا اخر سؤال - [01:32:07](#)

ليلي اتفضلي. ايوة ايوة يعطيك العافية. دكتور طب كان بدي اسأل عن امكانية نحنا التسجيل بهيدي الدورات اللي حضرتك عم تحكي عنا مثل المعرفة السلوكي عند حضرتك قائمة حاليا مسلا او تدريبات موجودة نقدر نباشر فيها دايركت - [01:32:32](#)

نعم احنا حطينا عالقائمة صفحتنا على الفيسبوك يعني هاي بتختصر بجوز الموضوع صفحة الفيسبوك حتلاقي انه موجود عليها الان ارجعي وحنعطيك وقت. يا ريت بس اه رجاء اذا سمحتي اه رقم التدريب و صفحة الفيسبوك هاي الاستاذة رجاء. وضعت لكم اياهم على التشات. تمام - [01:32:51](#)

فيعني اذا بتنقلي يا بتعملي عليها رقم بالتدريب وعليها صفحاتنا وربط اليوتيوب قناة اليوتيوب بنصحكم تحضروا اه اللي هي العلاج المرتكز على المنع بصراحة هذا جيل جديد من العلاجات واكاد ادعي انه خلال خمس او ست سنوات ممكن يصير الجيل الاول حتى في العلاجات عمستوى عربي لسبب انه هذه الطريقة العلاجية مبنية على اسس - [01:33:13](#)

تناسب مجتمعا حقيقة انتم بتعرفوا كثير من العلاج هو بالاصل مستورد. حتى العلاج المستورد. تمام؟ فلما بتستوردوا بتستوردوا من ثقافة مختلفة عن ثقافة فهذا بخلي بعض الامور ممكن تكون مختلفة. لكن هذا العلاج انبنى على ثقافتنا. فبتمنى انه يكون يعني - [01:33:45](#)

يعني تتابعوها مشان تعرفوا ايش اللي يقدم جديد. وزي ما حكيت لكم هذا جيل جديد من العلاجات ممكن يساعد دراسات وبحوث علمية في علم النفس. اه هل العلاج بالعائلة الاسلامية؟ اه للناس - [01:34:06](#)

معنيين بانهم يتابعوا اه برضه ممكن على اللي هي اه اه الجمعية طلاب علم النفس الجمعية العالمية وطلاب علم النفس اسلامي مرفوع عليها اه ثلاث محاضرات قدمتهم برضه اه اه محاولات نظرية جديدة. تمام - [01:34:25](#)

آآ في في يعني كنظرية في علم النفس الاسلامي وفعليا يعني اه العلاج المرتكز عالمناعة هادا هو جزئيا مرتكز على فهمنا لثقافتنا العربية وتراثنا الاسلامي ولغتنا العرب فنتمنى للجميع التوفيق اي حدا بتواصل معنا - [01:34:44](#)

بلاقي انه بعض الامور بجوز صعوبة عليه كذا احنا ما زي ما حكينا ما بنرد حدا وعنا امكانية كل حدا نحضر له شيه نساعد فيه يعني نسعد بتواصلكم بشكر الزميلة - [01:35:06](#)

اه براءة على اه مبادرتها والمبادرات الدائمة بتقديم المفيد وشكرا لك يا براءة شكرا الك دكتور والله يعطيك الف عافية يا رب على هاي المعلومات. وبانن الله اكيد بيسعدنا يكون في لقاء تاني وتالت اكيد يعني لسا واضح انه في كثير اسئلة - [01:35:19](#)

ما راح نتجاهلها ابدا يعني راح نخزنها عنا بحيث انه للقاء القادم نجابو عليها ان شاء الله. بس هلا احنا تأخرنا عليك كثير بنعتذر منك وشكرا اه على استمرارك معنا - [01:35:38](#)

والله يعطيك الف عافية يا رب دكتور الله يعافيك الله يعافيك. في امان الله جميعا. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. ان شاء الله جمعة مباركة على الجميع. السلام عليكم وعليكم السلام والله - [01:35:48](#)