

إرشادات للحصول على لقب معالج نفسي ولاعتماد معاهد التمرن على مدرسة علاجية

نقابة النفسانيين في لبنان - LOPsy

صادر عن: نقابة النفسانيين في لبنان (LOPsy)

تاريخ الإصدار: ٥ تموز ٢٠٢٥

الطبعة: النسخة الأولى

تمّ نشره على موقع النقابة الإلكتروني: www.lopsy.org.lb

قائمة المحتويات

٣	إرشادات بشأن المقاربات العلاجية النفسية: شروط الحصول على اللقب الرسمي "معالج نفسي" في لبنان.....
٣	الديباجة.....
٣	القسم الأول: المقدمة والمتطلبات العامة للحصول على لقب معالج نفسي.....
٣	١. مقدمة في العلاج النفسي.....
٣	٢. المتطلبات العامة لنيل لقب معالج نفسي.....
٤	٣. متطلبات التمرن على العلاج النفسي.....
٥	مرونة ساعات التمرن:.....
٥	ملاحظة حول ساعات المطلوبة للحالات:.....
٥	٤. التقييم النهائي.....
٥	٥. الانتماء المهني.....
٥	٦. الالتزام الأخلاقي والقانوني.....
٥	اعتماد معاهد التمرن التي تمنح لقب معالج نفسي لأعضائها.....
٦	القسم الثاني: أنماط العلاج النفسي: التعريفات ومتطلبات التمرن التفصيلية.....
٦	التحليل النفسي / العلاجات النفسية الديناميكية.....
٦	١- التحليل النفسي.....
٧	٢. العلاج النفسي التحليلي.....
٧	٣. العلاج النفسي الديناميكي.....
٩	العلاج المعرفي السلوكي.....
٩	١- المقاربات المعرفية السلوكية CBA-CBT.....
١٠	العلاجات الإنسانية / التجريبية.....
١٠	١- العلاج الغشثالي.....
١٢	٢- العلاج المتمركز حول الشخص.....
١٣	٣- العلاج الوجودي.....
١٤	العلاجات النظامية.....
١٤	١. العلاج النظامي.....
١٥	المقاربات التكاملية.....
١٥	١. علاج إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة EMDR كنمط علاجي نفسي شامل.....
١٠	٢. التحليل النفسي العضوي.....
١٦	٣. التحليل التحليلي - النظامي.....
١٩	القسم الثالث: التخصصات الفرعية في العلاج النفسي: متطلبات التمرن المركزة.....
١٩	١. العلاج الجدلي السلوكي DBT.....
٢٠	٢. العلاج بالقبول والالتزام ACT.....
٢١	٣. إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين EMDR - شهادة تخصص فرعي.....
٢٢	٤. العلاج المخطط - شهادة المستوى المتقدم.....

إرشادات بشأن المقاربات العلاجية النفسية: شروط الحصول على اللقب الرسمي "معالج نفسي" في لبنان

تاريخ الإصدار: تموز ٢٠٢٥

الديباجة

يوفر هذا المستند للنفسانيين الراغبين في التخصص في نهج معين للعلاج النفسي، ولمعاهد التمرن التي تسعى للحصول على الاعتماد من نقابة النفسانيين في لبنان (LOPsy) الإرشادات اللازمة والوثائق الواجب إبرازها للحصول على لقب معالج نفسي كما وللحصول على شهادة اعتماد للمعهد. يتألف ملف الإرشادات هذا من ثلاثة أقسام:

- المقدمة والمتطلبات العامة للحصول على لقب معالج نفسي للأفراد الذين يسعون إلى التخصص في نمط علاجي نفسي
 - عرض الأنماط العلاجية النفسية ومتطلبات التمرن الخاصة بها لتوجيه معاهد التمرن الحالية والمحتملة
 - وأخيرًا، التخصصات الفرعية لبعض المدارس العلاجية ومتطلبات التمرن الخاصة بها.
- لقد تم بذل هذا الجهد من قبل لجنة العلاج النفسي التي أجرت مراجعة شاملة للمعايير الدولية لدعم وضع المعايير المحلية، وتمت مراجعة الوثيقة واعتمادها من قبل مجلس النقابة. ملاحظة: تشكل هذه الوثيقة الخطوة الأولى نحو التطبيق من أجل الحفاظ على معايير عالية للتخصص في لبنان، كما يفترض مراجعتها وتحديثها مع نمو علم النفس والعلاج النفسي وتطورهما.

القسم الأول: المقدمة والمتطلبات العامة للحصول على لقب معالج نفسي

١. مقدمة في العلاج النفسي

يعد العلاج النفسي أسلوبًا علاجيًا نفسيًا قائمًا على إطار نظري. يهدف إلى دعم الأفراد والجماعات التي تواجه ضغوطًا نفسية أو اضطرابات في الصحة العقلية. ويستند إلى إطار منظم وأخلاقيات مهنية ووضع سريري محدد.

٢. المتطلبات العامة لنيل لقب معالج نفسي

١.٢. الغرض: تحدد هذه الوثيقة الشروط المهنية والتعليمية لمنح اللقب الرسمي كمعالج نفسي في لبنان. وهي تتوافق مع المعايير الدولية، ولا سيما معايير الرابطة الأوروبية للعلاج النفسي (EAP) والرابطة الأوروبية للعلاج السلوكي المعرفي (EABCT)، وذلك مع مراعاة أفضل الممارسات الوطنية الرامية إلى تعزيز جودة الرعاية العلاجية النفسية القائمة على الأسس الأخلاقية.

٢.٢ معايير الأهلية

- الوضع المهني
 - الانتساب إلى نقابة النفسانيين في لبنان (LOPsy)
 - إتمام ناجح لبرنامج التطوير المهني الأساسي (ECPDP) لنقابة النفسانيين في لبنان. ينطبق هذا المعيار على المنتسبين الذين تخرجوا في العام 2023 وما بعده.

٣. متطلبات التمرن على العلاج النفسي

١.٣ شروط خاصة بكل منحنى علاجي

يجب أن يكون التمرن في طريقة علاج نفسي معترف بها، استناداً إلى المدارس الخمس الرئيسية للعلاج النفسي المحددة في القسم ٢، وأن يفي بالمعايير الآتية لمدة التمرن الإجمالية:

نوع النمط	الحد الأدنى لساعات التمرن
الأنماط طويلة الأمد (على سبيل المثال، التحليل النفسي، التكامل، الإنساني، التحليل النفسي العضوي، الوجودي)	١٢٠٠ ساعة
الأنماط قصيرة الأمد (مثل العلاج المعرفي السلوكي، العلاج بإزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة EMDR)، العلاج النظمي، العلاج النفسي الديناميكي)	٨٠٠ ساعة

٢.٣ مكونات التمرن الأساسية للأنماط طويلة الأمد وقصيرة الأمد

- بالنسبة للعلاج النفسي طويل الأمد، يلزم ما لا يقل عن ١٢٠٠ ساعة وفقاً للمكونات الآتية:
- المقررات النظرية: ما لا يقل عن ٤٠٠ ساعة، تغطي النظرية الأساسية للعلاج النفسي وعلم النفس المرضي والأخلاقيات وأي موضوع ذات صلة بالنهج نفسه. يجب أن توفر هذه القاعدة النظرية فهماً واسعاً للمجال داخل وخارج النمط المختار.
- الممارسة السريرية: ما لا يقل عن ٤٠٠ ساعة من العمل المباشر مع طالبي العلاج تحت إشراف برنامج التمرن. يجب أن تخضع هذه الساعات لإشراف رسمي.
- الإشراف: ما لا يقل عن ١٥٠ ساعة من الإشراف، يقدمها مشرف مؤهل في نفس النمط. يجب أن يكون هذا الإشراف إشرافاً على حالات سريرية.
- العلاج/التطوير الشخصي: مطلوب للنهج التحليلي (ما لا يقل عن ٢٥٠ ساعة).
- بالنسبة للعلاج النفسي قصير الأمد، يلزم ما لا يقل عن ٨٠٠ ساعة وفقاً للمكونات التالية:
- المقررات النظرية: ما لا يقل عن ٢٠٠ ساعة، تغطي النظرية الأساسية للعلاج النفسي وعلم النفس المرضي والأخلاقيات، وأي موضوع ذات صلة بالنهج نفسه. يجب أن توفر هذه القاعدة النظرية فهماً واسعاً للمجال داخل وخارج النمط المختار.
- الممارسة السريرية: ما لا يقل عن ٤٠٠ ساعة من العمل المباشر مع طالبي العلاج تحت إشراف معهد التمرن. يجب أن تخضع هذه الساعات لإشراف رسمي.
- الإشراف: ما لا يقل عن ٢٠٠ ساعة من الإشراف، يقدمها مشرف مؤهل في نفس النمط. يجب أن يكون هذا الإشراف إشرافاً على حالات سريرية.
- العلاج/التطوير الشخصي: يوصى به لدعم وظيفة التفكير والوعي الذاتي ومنع إرهاق المعالج. ترد التوصيات المحددة للنهج غير التحليلي بالتفصيل في كل نمط في القسم أدناه.

مرونة ساعات التمرن:

تسمح نقابة النفسانيين في لبنان بالمرونة في توزيع ساعات مكونات التمرن الفردي (مثل الدورات النظرية والممارسة السريرية والإشراف) لكل من الأنماط قصيرة الأمد وطويلة الأمد. وهذا يتوافق مع التوزيعات البديلة عن معايير الاعتماد الدولية المعمول بها، وترتبط هذه المرونة بالوفاء بالحد الأدنى الإجمالي لساعات التمرن (٨٠٠ ساعة للأنماط قصيرة الأمد، و١٢٠٠ ساعة للأنماط طويلة الأمد)، وضمان الكفاءة الإجمالية في الخبرة الخاضعة للإشراف والفهم النظري، والالتزام بمتطلبات الاعتماد الدولية المحددة حيثما ينطبق ذلك (مثل الأنماط التي تعتمد بشكل كبير على البروتوكولات مثل العلاج بإزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة (EMDR)).

ملاحظة حول ساعات المطلوبة للحالات:

يُعتبر الوقت المخصص لمتطلبات الحالات، مثل كتابة الملاحظات السريرية والتحضير للإشراف وتوثيق جلسات طالبي العلاج جزءاً لا يتجزأ من ساعات الإشراف والممارسة السريرية، وبالتالي لا يُحتسب كمكوّن منفصل. ومع ذلك، ففي الأنماط العلاجية شديدة التنظيم (مثل العلاج الجدلي السلوكي - DBT والعلاج المعرفي السلوكي - CBT)، قد تكون هناك حاجة إلى تخصيص ساعات محددة لهذه المهام لضمان الالتزام بالبروتوكول.

٤. التقييم النهائي

- دراسة حالة سريرية أو/ تقرير نهاية التمرن/أطروحة: إنهاء وتقديم دراسة حالة سريرية شاملة تثبت المعرفة التطبيقية للنمط المختار وتصور الحالة وتخطيط العلاج والاعتبارات الأخلاقية.
- تقييم نهائي للمتمرن وفقاً لقواعد ولوائح معهد التمرن.

٥. الانتماء المهني

- أ. حسن السيرة والسلوك: الحفاظ على حسن السيرة والسلوك كنفساني منتسب لنقابة النفسانيين في لبنان (LOPsy).

٦. الالتزام الأخلاقي والقانوني

- أ. ميثاق أخلاقيات المهنة لنقابة النفسانيين في لبنان: الالتزام الكامل بميثاق أخلاقيات المهنة وجميع الأطر القانونية الوطنية ذات الصلة التي تحكم ممارسة علم النفس والعلاج النفسي في لبنان.
- ب. التعليم المستمر: يُشجّع بشدة الالتزام بالتعليم المستمر والإشراف المستمر بعد الحصول على الشهادة، كما هو عادة مطلوب لا بل الزامي للحفاظ على الانتساب والترخيص.

اعتماد معاهد التمرن التي تمنح لقب معالج نفسي لأعضائها

تحتفظ نقابة النفسانيين في لبنان - LOPsy - بالحق في تقييم واعتماد البرامج التمرنية لمعاهد التمرن على العلاج النفسي التي تمنح لقب معالج نفسي. وبالتالي، يُنصح المرشح، الذي يتقدم إلى معهد تمرن، بالتحقق ما إذا كان البرنامج معتمداً من قبل النقابة (LOPsy)، بما يخص المؤسسات المحلية، أو يمكن اعتماده من قبل النقابة (LOPsy) للمؤسسات الدولية. يمكن للمعايير المذكورة أعلاه أن تسهل قرار المرشح.

القسم الثاني: أنماط العلاج النفسي: التعريفات ومتطلبات التمرن التفصيلية

يوضح هذا القسم بشكل منهجي الحد الأدنى لمعايير التمرن للأنماط العلاجية النفسية المعترف بها في لبنان، بما يتماشى مع المعايير الدولية. ولتقديم إطار واضح ومنظم، تم تصنيف هذه الأنماط بعناية وعرضها تحت مظلة المدارس الخمس الكبرى للعلاج النفسي، مع الاعتراف أيضًا بالتخصصات العلاجية الفرعية التي توفر تدريبًا مركّزًا لمجالات محددة من الممارسة.

١. التحليل النفسي / العلاجات النفسية الديناميكية
٢. العلاج المعرفي السلوكي - CBT
٣. العلاجات الإنسانية / التجريبية
٤. العلاجات النظامية
٥. المقاربات التكاملية

يقدم هذا القسم تعريفًا واضحًا ومتطلبات تمرن مفصلة (بما في ذلك الوحدات النظرية والممارسة السريرية تحت الإشراف والإشراف المستمر والعلاج الشخصي الضروري) لكل منهج علاجي نفسي محدد ضمن هذه المدارس، وكذلك المعايير المحددة للممرنين والمشرفين. يتضمن هذا المنهج المنظم فهمًا شاملاً لمسارات التأهيل في كل مجال متخصص من مجالات العلاج النفسي في لبنان.

التحليل النفسي / العلاجات النفسية الديناميكية^١

يقدم هذا القسم العلاج النفسي التحليلي/العلاجات النفسية الديناميكية كقائمة شاملة من النهج المستندة إلى أعمال سيغموند فرويد. وغالبًا ما تستكشف هذه العلاجات العمليات اللاواعية وتأثير التجارب المبكرة والديناميات العلائقية. وتسلط المقدمة الضوء على النطاق الموجود ضمن هذا التقليد، بدءًا من التحليل النفسي الكلاسيكي المكثف وصولًا إلى العلاجات النفسية الديناميكية الأكثر قابلية للتكيف، وغالبًا ما تكون قصيرة الأمد، وكلها مصممة لتعزيز البصيرة والنمو النفسي. فيما يلي، سيتم تعريف كل من هذه المناهج العلاجية بالتفصيل.

١- التحليل النفسي

التعريف: تأسس التحليل النفسي على يد سيغموند فرويد، وهو نهج علاجي يركز على استكشاف العمليات اللاواعية والصراعات الداخلية والأحلام، والمقاومة والتحويل بهدف جلب الأفكار والمشاعر المكبوتة إلى الوعي، بما يهدف إلى إحداث إعادة هيكلة عميقة في الشخصية.

معايير التمرن

- المدة الإجمالية: ما لا يقل ٢,٥٠٠ ساعة، وتمتد عادةً ما بين ٥ إلى ١٠ سنوات.

^١ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

سيغموند فرويد، كارل يونغ، ميلاني كلاين، جاك لكان.

الرابط الدولي للتحليل النفسي (IPA):

https://www.ipa.world/ipa/Education/Training_Standards.aspx

الاتحاد الأوروبي للعلاج النفسي التحليلي (EFPP) – قسم الطفل والمراهق:

<https://efpp.org/>

الجمعية الأمريكية للتحليل النفسي (APSA): <https://apsa.org/training-curriculum-requirements>

- الوحدات النظرية: دراسة شاملة لنظريات التحليل النفسي، بما في ذلك فرويد وبونغ وكلاين ولاكان، وغيرهم، بالإضافة إلى المناهج المعاصرة؛ وتشمل هذه الدراسة حلقات بحث في علم النفس المرضي والتقييم التشخيصي والتقنيات السريرية.
 - الساعات النظرية: الحد الأدنى ٨٠٠ ساعة.
- العلاج التحليلي النفسي تحت الإشراف: معالجة طالب العلاج بإشراف مباشر.
 - ساعات التواصل المباشر مع طالبي العلاج (التحليل النفسي): الحد الأدنى ٧٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي وجماعي منتظم ومستمر مع ممرنين على التحليل النفسي.
 - ساعات الإشراف: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- العلاج/التحليل الشخصي: التحليل النفسي الشخصي (التعليمي) إلزامي طوال فترة التمرن.
 - ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٦٠٠ ساعة
- الحالات المطلوب متابعتها خلال فترة التمرن: متابعة مستمرة مع ما لا يقل عن حالتين إلى ثلاث حالات تحليل نفسي جارية (حالات مراقبة) طوال فترة التحليل، بحيث تتوصل عادةً إلى عمق وطول علاج ملحوظين.
- معايير الممرّن^٢
- : يشترط أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً للممارسة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحملة الماجستير) بعد الحصول على شهادة محلل نفسي، وحصوله على شهادة تدريس رسمية في التحليل النفسي من معهد تحليلي معترف به.
- معايير المشرف: يجب أن يكون ممرّناً، ويشترط إضافةً لذلك أن يكون قد أشرف بنجاح على دورة تدريب كاملة لمرشح واحد على الأقل، مع الحصول على اعتماد مؤسسي من معهد تحليلي معترف به.

٢. العلاج النفسي التحليلي^٣

التعريف: مستنداً إلى المبادئ التحليلية النفسية، يستخدم العلاج النفسي التحليلي نهجاً أقل كثافة وغالباً أقصر مدة مقارنة بالتحليل النفسي الكلاسيكي. يركّز على استكشاف الأنماط اللاواعية والتجارب المبكرة والديناميات العلائقية لفهم الصعوبات الحالية وتعزيز النمو الشخصي.

المعايير الدنيا للتدريب:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ١,٢٠٠ ساعة على مدى ٤ سنوات.
- الوحدات النظرية: دراسة معمقة للنظريات الأساسية في التحليل النفسي والعلاج النفسي الديناميكي، بما في ذلك نظريات العلاقات الموضوعية والتحليل النفسي العلائقي؛ وتشمل هذه الدراسة حلقات بحث في علم النفس المرضي والتقييم التشخيصي والتقنيات السريرية.

^٢ الممرن، كما هو مذكور في هذا الدليل: يمكن لمعهد تمرن مُنشأ في لبنان التعاون مع ممرنين غير لبنانيين، مرتبطين بمؤسسة معترف بها في نمط العلاج النفسي المعني. بالنسبة للممرنين غير اللبنانيين، قد لا تنطبق عليهم معايير LOPsy الإلزامية المتعلقة بحمل شهادة في علم النفس.

^٣ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

سيغموند فرويد، آنا فرويد، هاينز كوهوت، أوتو كيرنبرغ، ستيفن ميتشيل.
الجمعية الدولية للتحليل النفسي العلائقي والعلاج النفسي (IARPP):

<https://iarpp.net/>

الأكاديمية الأمريكية للطب النفسي الديناميكي والتحليل النفسي (AAPP&P):

<https://www.aappp.org/>

المؤسسة البريطانية للعلاج النفسي (BPF) – تدريب العلاج النفسي التحليلي:

<https://www.britishpsychotherapyfoundation.org.uk/>

- الساعات النظرية: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: جلسات علاج نفسي ديناميكي تحت الإشراف مع طالب العلاج، غالبًا ما تشمل حالات قصيرة وطويلة الأمد.
- ساعات علاج مباشر مع طالب العلاج: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي منتظم، وربما جماعي، مع معالجين نفسيين تحليليين ذوي خبرة.
- ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة.
- العلاج/التحليل الشخصي: علاج نفسي شخصي إلزامي، وغالبًا ما يكون ديناميكيًا نفسيًا، لفترة كبيرة من مدة التمرن .
- ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- متطلبات الحالات: خبرة مع مجموعة متنوعة من الحالات، غالبًا بما في ذلك حالة واحدة على الأقل طويلة الأمد تحت الإشراف.
- معايير الممرّن: يشترط أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحملة الماجستير) بعد الحصول على شهادة ممارس للعلاج النفسي التحليلي وخبرة تعليمية رسمية أو شهادة تدريس من معهد تدريبي معترف به للعلاج النفسي التحليلي.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد الحصول على المؤهل كممارس للعلاج النفسي التحليلي، بالإضافة إلى اعتماد مؤسسي من معهد معترف به للعلاج النفسي التحليلي.

٣. العلاج النفسي الديناميكي^٤

التعريف: العلاج النفسي الديناميكي هو شكل أقل كثافة وغالبًا أقصر مدة من العلاج النفسي المشتق من النظرية التحليلية النفسية. يركّز على مساعدة الأفراد في فهم كيفية تأثير الخبرات الماضية والأنماط اللاواعية والديناميات العلائقية على أفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم الحالية، وذلك بهدف التخفيف من الأعراض وتعزيز الأداء الوظيفي.

المعايير الدنيا للتدريب:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ٨٠٠ ساعة خلال فترة متوسطة من ٣ سنوات.
- الوحدات النظرية: دراسة المفاهيم الأساسية للعلاج النفسي الديناميكي، بما في ذلك العمليات اللاواعية، آليات الدفاع، التحويل، التحويل المضاد، والتطور المبكر. وقد تتضمن أيضًا عرضًا لمختلف مدارس الفكر الديناميكي النفسي.
- الساعات النظرية: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: ممارسة سريرية تحت الإشراف يتم فيها تطبيق المبادئ الديناميكية النفسية ضمن الجلسات العلاجية.
- عدد ساعات التواصل المباشر مع طالب العلاج (العلاج النفسي الديناميكي): ما لا يقل عن ٣٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف منتظم فردي و/أو جماعي من قِبَل معالجين نفسيين ديناميكيين ذوي خبرة.
- عدد ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٠٠ ساعة.
- العلاج/التأمل الشخصي: علاج شخصي موصى به وأحيانًا يكون إلزاميًا (غالبًا ما يكون ديناميكيًا نفسيًا)، لتعزيز الوعي الذاتي.

⁴ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- سيغموند فرويد، أنا فرويد، إريك إريكسون، ميلاني كلاين (تأثيراتهم).
- جمعية أبحاث العلاج النفسي () <https://www.psychotherapyresearch.org/> : SRP
- الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) – القسم ٣٩: التحليل النفسي: <https://www.apadivisions.org/division-39/>

- ساعات العلاج الشخصي الموصى بها: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة.
- متطلبات الحالات: خبرة مع مجموعة متنوعة من الحالات، غالبًا بما في ذلك بعض الحالات قصيرة الأمد، وربما حالة واحدة طويلة الأمد تحت الإشراف.
- معايير المتمرّن: يشترط أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحملة الماجستير) بعد الحصول على شهادة ممارسة للعلاج النفسي الديناميكي، وخبرة في التدريس أو التمرن.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد الحصول على شهادة ممارسة للعلاج النفسي الديناميكي، مع إثبات الكفاءة في الإشراف.

العلاج المعرفي السلوكي

يقدم هذا القسم العلاج المعرفي السلوكي (CBT) كمقاربات علاجية شاملة هادفة وقائمة على الأدلة. مستندًا إلى المبدأ القائل بأن المشكلات النفسية غالبًا ما تستمر بواسطة نماذج غير مفيدة من التفكير والسلوك، يركّز العلاج المعرفي السلوكي على تحديد هذه النماذج وتعديلها بشكل مباشر. لقد تطور هذا المجال ليشمل فروعًا متخصصة وعلاجات من "الموجة الثالثة" مثل العلاج الجدلي السلوكي (DBT) وعلاج القبول والالتزام (ACT)، والتي يتم استكشافها كتخصصات فرعية في الجزء الثالث من هذا الوثيقة. فيما يلي، سيتم تعريف المبادئ الأساسية ومعايير التمرن المفصلة لهذا المنهج العلاجي الأساسي.

١ - المقاربات المعرفية السلوكية CBA-CBT^٥

التعريف: نموذج علاجي منظم وهادف يركز على تحديد وتغيير الأفكار التلقائية غير الملائمة والسلوكيات الوظيفية الضارة مع معالجة المشكلات والأعراض الحالية، مستندًا إلى الأدلة التجريبية والبحوث العلمية المستمرة. ملاحظة متعلقة بالنطاق: تم تصميم معايير التمرن الموضحة في هذا القسم الخاص بـ "المقاربات المعرفية السلوكية (CBA-CBT)" لتوفير الكفاءة الشاملة في أساسيات العلاج المعرفي السلوكي. يشمل ذلك المبادئ والتقنيات المستمدة من كل من العلاج المعرفي لأرون ت. بيك والعلاج السلوكي الانفعالي العقلاني لألبرت إليس (REBT). ويُعتبر REBT نموذج أساسي من "الموجة الثانية" للعلاج المعرفي السلوكي، ولذلك تم دمج هذه الإرشادات العامة للعلاج المعرفي السلوكي، بدلاً من اعتباره تخصصًا فرعيًا منفصلًا مثل علاجات "الموجة الثالثة" (DBT و ACT) المعروضة في الجزء الثالث.

المعايير الدنيا للتمرّن:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ٨٠٠ ساعة من التمرن المتخصص في العلاج المعرفي السلوكي، خلال فترة متوسطة تبلغ ٣ سنوات. وتُخصص هذه الفترة لتطوير كفاءات متقدمة في العلاج المعرفي السلوكي بعد الحصول على المؤهلات المهنية الأساسية.
- الوحدات النظرية: دراسة شاملة تغطي المبادئ الأساسية للعلاج المعرفي السلوكي وأساليب التقييم واستراتيجيات التدخل. يشمل ذلك التمرن التعليمي على النموذج المعرفي لمختلف الاضطرابات النفسية (مثل القلق، الاكتئاب، اضطراب الوسواس القهري) وتطبيق البروتوكولات القائمة على الأدلة.

^٥ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- آرون ت. بيك (العلاج المعرفي)، ألبرت إليس (العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني - REBT)، جوزيف وولب (إزالة التحسس المنهجي)، ب. ف. سكينر (التكييف الإجرائي)، إيفان بافلوف (التكييف الكلاسيكي).
- الجمعية الأوروبية للعلاج المعرفي السلوكي (EABCT) (<https://eabct.eu/about-us/accreditation/>)
- معهد بيك للعلاج المعرفي السلوكي: <https://beckinstitute.org/>
- أكاديمية العلاج المعرفي ACT: <https://www.academyofct.org/>

- الساعات النظرية: الحد الأدنى ٣٥٠ ساعة. (من هذه الساعات، يجب تقديم ما لا يقل عن ٢٠٠ ساعة من خلال تعليم مباشر ومنظم على يد ممرنين معترف بهم في العلاج المعرفي السلوكي).
- الممارسة السريرية: العمل المباشر مع طالبي العلاج تحت الإشراف، ويشمل التطبيق المنهجي لتقنيات العلاج المعرفي السلوكي عبر مجموعة متنوعة من المشكلات المقدمة. يجب على المتمرنين إثبات الكفاءة في صياغة الحالات بشكل منظم ووضع خطط علاج فردية وتنفيذ تدخلات العلاج المعرفي السلوكي القائمة على الأدلة بشكل بارز.
 - عدد ساعات التواصل المباشر مع طالبي العلاج المعرفي السلوكي (CBT): الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة من الممارسة السريرية تحت الإشراف.
- الإشراف: إشراف فردي و/أو جماعي منظم يُقدّم من قِبَل مشرفين معتمدين وذوي خبرة في العلاج المعرفي السلوكي. سيركّز الإشراف على صياغة الحالات والالتزام بنماذج العلاج المعرفي السلوكي وسير العملية العلاجية ومتابعة النتائج والاعتبارات الأخلاقية. يجب أن يشمل الإشراف مراجعة العمل السريري بوسائل متنوعة (مثل التسجيلات الصوتية/الفيديو، والملاحظة المباشرة).
 - عدد ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة من الإشراف المباشر. (يشمل ذلك ما لا يقل عن ٥٠ ساعة إشراف فردي. ويجب أن يصل إجمالي خبرة الإشراف السريري إلى ٢٠٠ ساعة كحد أدنى عند الجمع بين الإشراف الجماعي والأنشطة الأخرى الخاضعة للإشراف).
- التطوير الشخصي / التأمل الذاتي: يُعد الانخراط في أنشطة التطوير الشخصي المنظمة أو تمارين التأمل الذاتي أمرًا حيويًا لفهم تأثير الخصائص المعرفية والعاطفية والسلوكية للفرد على العمل السريري. بينما يُوصى بالعلاج الشخصي لحالة مرضية محددة إذا لزم الأمر، يتركز الاهتمام هنا على الوعي المهني الذاتي.
 - ساعات التطوير الشخصي: الحد الأدنى ٥٠ ساعة (مثل الممارسة الذاتية المنظمة/التأمل الذاتي، أو العلاج الشخصي الموصى به).
- متطلبات الحالات خلال فترة التمرن: يجب إتمام بنجاح ما لا يقل عن ٨ حالات مختلفة، تمت معالجتها من مرحلة التقييم حتى إنهاء العلاج. يجب أن تُظهر هذه الحالات تطبيق العلاج المعرفي السلوكي عبر ثلاثة أنواع مختلفة على الأقل من المشكلات، مع أن تكون ٣ حالات على الأقل تحت "إشراف مكثف" (يشمل مراجعة متعمقة للجلسات المسجلة). ويُعد توثيق صياغات الحالات، وخطط العلاج، وتقييم النتائج أمرًا إلزاميًا.
- معايير الممرّن: يشترط أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، متبوعًا بالحصول على اعتماد معترف به كمعالج في العلاج المعرفي السلوكي. يجب أن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحملة الماجستير) بعد الاعتماد كممارس للعلاج المعرفي السلوكي، وأن يُظهر الكفاءة التربوية في تقديم التعليم على العلاج، وأن يكون قد تلقى تدريبًا رسميًا في الإشراف والتدريس في CBT من معهد أو جمعية معترف بها.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، متبوعًا بالحصول على اعتماد معترف به كمعالج في العلاج المعرفي السلوكي. يجب أن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد الاعتماد كممارس للعلاج المعرفي السلوكي، وأن يكون قد تلقى تدريبًا متقدمًا محددًا في الإشراف على العلاج المعرفي السلوكي، مع خبرة موثقة في الإشراف السريري، بما في ذلك القدرة على تقديم التغذية الراجعة باستخدام المواد المسجلة.

العلاجات الإنسانية / التجريبية

يقدم هذا القسم العلاجات الإنسانية والتجريبية، وهي مجموعة متنوعة من المناهج التي تؤكد على الإمكانيات البشرية وتحقيق الذات وأهمية التجربة الذاتية للفرد. مستندة إلى التقاليد الفلسفية التي تركز على الخير الكامن في الإنسان وقدرته على النمو، تعطي هذه العلاجات الأولوية لتجربة طالب العلاج الحاضرة والمسؤولية الشخصية والعلاقة العلاجية باعتبارها وسيلة أساسية للتغيير. وتشمل هذه المقاربات العلاج المتمركز حول الشخص (Person-Centered Therapy)، العلاج الغشتالي (Gestalt Therapy)، والعلاج الوجودي (Existential Therapy). فيما يلي، سيتم تعريف المبادئ الأساسية ومعايير التمرن التفصيلية لكل من هذه المناهج العلاجية الأساسية.

١- العلاج الغشتالي^٦

التعريف: العلاج الغشتالي هو شكل من أشكال العلاج النفسي التجريبي والإنساني، يركز على المسؤولية الشخصية، مع التركيز على تجربة الفرد في اللحظة الحاضرة ("هنا والآن")، والعلاقة بين المعالج والعميل، والسياقات البيئية والاجتماعية لحياة الشخص، والتعديلات التنظيمية الذاتية التي يقوم بها الفرد نتيجة لموقفه العام.

المعايير الدنيا للتمرن:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ١,٢٠٠ ساعة خلال فترة لا تقل عن ٤ سنوات.
- الوحدة النظرية: دراسة متعمقة لنظرية الغشتالت (تشكيل الشكل-الخلفية، الاتصال، الوعي، القضايا غير المنجزة، الأقطاب، التكيف الإبداعي)، الظواهرية الوجودية، نظرية الحقل، والديناميات العلائقية. يشمل التعلم التجريبي المكثف.
 - الساعات النظرية: الحد الأدنى ٣٥٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: العلاج الفردي والجماعي تحت الإشراف، غالبًا بما يشمل تمثيل الأدوار، العروض التوضيحية، والتطبيق المباشر لتقنيات الغشتالت (مثل الكرسي الفارغ، المبالغة، العمل على الأحلام).
 - عدد ساعات التواصل المباشر مع طالبي العلاج: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي وجماعي منتظم، مع التركيز على حضور المعالج، ووعيه، واتصاله العلائقي مع طالب العلاج، وتطبيق مبادئ الغشتالت.
 - عدد ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة.
- العلاج الشخصي/الجماعي: علاج غشتالي شخصي إلزامي ومكثف (فردي و/أو جماعي) لتطوير الوعي الذاتي وتجربة العلاج من منظور طالب العلاج.
 - ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- متطلبات الحالات: تقديم حالات مستمرة وإظهار كفاءة في تطبيق مبادئ الغشتالت.
- معايير الممرن: يشترط أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا للممارسة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحملة الماجستير) بعد الحصول على شهادة ممارسة للعلاج الغشتالي، وشهادة تدريس رسمية من معهد غشتالت معترف به.

⁶ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- فريتز بيرلز، لورا بيرلز، بول غودمان.
- الجمعية لتطوير العلاج الغشتالي (AAGT): <https://www.aagt.org/>
- الجمعية الأوروبية للعلاج الغشتالي (EAGT): <https://eagt.org/>

- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً للممارسة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد الحصول على شهادة ممارس للعلاج الغشتالي مع إثبات الكفاءة وتلقي تمرن رسمي في الإشراف على العلاج الغشتالي من معهد غشتالي معترف به.

٢- العلاج المتمركز حول الشخص^٧

التعريف: العلاج المتمركز حول الشخص الذي طوّره كارل روجرز هونهج إنساني غير توجيهي يؤكد على قدرة طالب العلاج على الشفاء الذاتي والنمو. يقوم هذا النهج على الشروط الأساسية التي يقرها المعالج، والمتمثلة في: التعاطف، والتقدير الإيجابي غير المشروط، والتطابق (الأصالة/الصدق)، بما يتيح بيئة آمنة وموثوقة تمكن المستفيد من استكشاف مشاعره وتجارب حياته بحرية.

المعايير الدنيا للتدريب:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ١,٢٠٠ ساعة موزعة على فترة لا تقل عن ٤ سنوات.
- الوحدة النظرية: دراسة معمّقة للشروط الجوهرية عند روجرز ونزعة التحقّق الذاتي ومفهوم الذات والفلسفة التي يقوم عليها النهج المرتكز حول الشخص. مع التركيز على مبدأ عدم التوجيهيّة والعلاقة العلاجية.
 - الساعات النظرية: الحد الأدنى ٣٠٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: تواصل مباشر مع طالبي العلاج تحت الإشراف، مع التركيز على إظهار الشروط الأساسية في التطبيق العملي. غالباً ما يتضمن ذلك تسجيلات صوتية أو مرئية لأغراض الإشراف.
 - عدد ساعات التواصل المباشر مع طالبي العلاج: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي و/أو جماعي منتظم، يركّز على مدى توظيف المعالج للشروط الأساسية، وتنمية الوعي الذاتي، والالتزام بالمبادئ المرتبطة بالعلاج المتمركز حول الشخص.
 - ساعات الإشراف: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- العلاج الشخصي: علاج شخصي إلزامي ومكثف، غالباً ما يكون متمركزاً حول الشخص، يهدف إلى تعميق الفهم الذاتي وتجربة العلاج من منظور طالب العلاج.
 - ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- متطلبات الحالات: تقديم دراسات حالة أو تسجيلات توضح الكفاءة في تطبيق المبادئ المرتكزة حول الشخص.
- معايير الممرن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات (١٥ سنة لحاملي الماجستير) بعد التأهيل كمعالج متمركز حول الشخص، مع إثبات الخبرة في النهج المتمركز حول الشخص وتجربة سابقة في التدريس أو التمرن
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد شهادة معالج متمركز حول الشخص، مع إثبات الكفاءة في الإشراف، ويفضل أن يكون قد تلقى تدريباً محدداً في الإشراف وفق العلاج المتمركز حول الشخص.

⁷ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- كارل روجرز
- الرابطة المعنية بالنهج المتمركز حول الشخص (PCEPS): <https://www.pceps.org/> (سابقاً BAPCA، الجمعية البريطانية للنهج المتمركز حول الشخص).
- الرابطة العالمية للعلاج النفسي والإرشاد المتمركز حول الشخص والخبراني (WAPCEPC): <https://www.pce-world.org/>.

٣- العلاج الوجودي^٨

التعريف: العلاج الوجودي هو نهج فلسفي في الإرشاد النفسي والعلاج النفسي يركّز على القضايا الإنسانية الأساسية مثل الموت والحرية والمسؤولية والعزلة والمعنى. يساعد هذا النهج طالب العلاج على مواجهة مخاوف الحياة واستكشاف خياراتهم وتحمل المسؤولية في خلق المعنى والهدف في حياتهم.

المعايير الدنيا للتدريب:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ١,٢٠٠ ساعة موزعة على فترة لا تقل عن ٤ سنوات.
- الوحدات النظرية: دراسة معمّقة للفلسفة الوجودية (مثل: كيركيغارد، نيتشه، هايدجر، سارتر، بوبر، فرانكل، ماي، يالوم)، وتبعاتها على الوجود الإنساني، وتطبيقها في الممارسة السريرية. مع التركيز على المفاهيم الفلسفية وليس فقط على التقنيات.
- الساعات النظرية: الحد الأدنى ٣٥٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: جلسات علاج فردية تحت إشراف، يستكشف فيها طالب العلاج المواضيع الوجودية. التركيز يكون على التجربة العلائقية وموقف المعالج الفلسفي أكثر من التركيز على التقنيات المحددة.
- ساعات التواصل المباشر مع طالب العلاج: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي و/أو جماعي منتظم، يركّز على قدرة المعالج على التعامل مع المواضيع الوجودية، إدارة مخاوفه الوجودية الخاصة، والحفاظ على منهج فلسفي تجاه مشاكل طالب العلاج.
- ساعات الإشراف: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- العلاج الشخصي/ الاستكشاف الفلسفي: يُوصى به بشدة أو يكون إلزاميًا، يشمل علاجًا شخصيًا غالبًا ما يكون وجوديًا، بالإضافة إلى التأمل الفلسفي الشخصي المستمر للتفاعل مع الأسئلة الوجودية.
- ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٢٠٠ ساعة.
- متطلبات الحالات: تقديم دراسات حالة توضح تطبيق المبادئ الوجودية والفهم الفلسفي.
- معايير الممّرن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا لممارسة المهنة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحاملي الماجستير) بعد التأهيل كمعالج وجودي، مع أساس فلسفي متعمق وخبرة رسمية في التدريس.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا لممارسة المهنة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٧ سنوات بعد التأهيل كمعالج وجودي، مع إثبات الكفاءة في الممارسة الوجودية والإشراف.

^٨ الشخصيات والمراجع الأساسية:

- رولو ماي، إرفين يالوم، فيكتور فرانكل، ر.د. لينغ، جيمس بوغنتال.
- جمعية التحليل الوجودي <https://www.existentialanalysis.org.uk/> (SEA)
- الاتحاد الدولي للعلاج النفسي الوجودي (IFEP): <https://ifexistentialpsychotherapy.com/>

العلاجات النظامية

التعريف: العلاج النظامي (غالبًا ما يُسمى العلاج الأسري) هو نهج فريد ينظر إلى الأفراد ضمن سياق علاقاتهم المترابطة والأنظمة الأكبر التي ينتمون إليها (مثل الأسرة، الزوجية، أو المجتمع). تُفهم المشكلات على أنها ليست معزولة لدى الفرد، بل تنشأ وتستمر نتيجة نماذج التفاعل والتواصل داخل هذه الأنظمة. تركز التدخلات على تحديد وتحويل هذه الديناميات والعلاقات ونماذج التواصل لتسهيل التغيير لجميع أعضاء النظام.

١. العلاج النظامي^٩

التعريف: العلاج النظامي (الذي يُسمى غالبًا العلاج الأسري) ينظر إلى الأفراد على أنهم جزء من أنظمة مترابطة أكبر (مثل الأسرة، الزوجين، المجتمع) ويفهم المشاكل على أنها ناشئة عن أنماط وتفاعلات داخل هذه الأنظمة وليس داخل الفرد وحده. تركز التدخلات على تغيير ديناميكيات العلاقات وأنماط التواصل.

المعايير الدنيا للتدريب:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ٨٠٠ ساعة موزعة على فترة لا تقل عن ٣ سنوات.
- الوحدات النظرية: دراسة شاملة لمجموعة متنوعة من النماذج والمفاهيم النظامية الأساسية والمؤثرة، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر: النموذج الهيكلي، الاستراتيجي، ميلان، السرد، بوبي، وعبر الأجيال. يشمل ذلك أيضًا دراسة السُّبُرَانِيَّات، نظرية الاتصال، وتطور الأسرة.
 - الساعات النظرية: الحد الأدنى ٢٥٠ ساعة.
- الممارسة السريرية: عمل سريري مكثف تحت الإشراف مع الأسر والأزواج وأحيانًا الأفراد من منظور نظامي. غالبًا ما يشمل الإشراف المباشر (مثال: من خلال مرآة ذات اتجاه واحد) أو مراجعة الفيديو.
 - ساعات التواصل المباشر مع طالب العلاج: الحد الأدنى ٣٥٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي وجماعي منتظم يركز بشكل خاص على تصور الحالات من الناحية النظامية، تخطيط التدخلات، واستخدام المعالج لذاته ضمن النظام. يُعتبر الإشراف المباشر أحد السمات المميزة لهذا التمرن.
 - ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة.
- التطوير الشخصي / العمل على عائلة الأصل: يُوصى بالتطوير الشخصي وغالبًا بالعمل المحدد على عائلة الأصل لفهم تأثيرات الفرد النظامية الخاصة به.
 - ساعات التطوير الشخصي: الحد الأدنى ٥٠ ساعة (إذا كان مدمجًا ومطلوبًا رسميًا كجزء من البرنامج).
- متطلبات الحالات: العمل المستمر مع عدة حالات، مع إظهار القدرة على تصور الحالة والتدخل وفق النهج النظامي.
- معايير الممرن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا لممارسة المهنة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة عملية لا تقل عن ٧-١٠ سنوات (١٥ سنة لحاملي الماجستير) بعد التأهيل كمعالج نظامي، مع شهادة تدريس رسمية واعتراف من معهد معترف به في العلاج النظامي.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلًا على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونيًا لممارسة المهنة في لبنان، وأن يمتلك خبرة عملية لا تقل عن ٥-٧ سنوات بعد التأهيل كمعالج نظامي، مع إثبات الكفاءة وتلقي تدريب رسمي في الإشراف النظامي، وغالبًا بما يشمل الإشراف المباشر.

^٩ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- سلفادور مينوشين، جاي هالي، فرجينيا ساتير، موري بوين، غريغوري بيتسون، مدرسة ميلان النظامية.
- الجمعية الأمريكية للعلاج الزوجي والأسري (<https://www.aamft.org/>) (AAMFT)
- الجمعية الأوروبية للعلاج الأسري (<https://www.europeanfamilytherapy.eu/>) (EFTA)
- الجمعية الدولية للعلاج الأسري (<https://ifta.org/>) (IFTA)

المقاربات التكاملية

يستعرض هذا القسم المقاربات التكاملية في العلاج النفسي، والتي تتميز بتطورها من أو من خلال التركيب المبدئي والمنهجي للمفاهيم والتقنيات المستمدة من مدارس علاجية قائمة متنوعة. بدلاً من الالتزام بإطار نظري واحد بمعزل عن غيره، تقوم هذه المناهج بدمج العناصر من أنماط علاجية متنوعة (مثل العلاج النفسي الديناميكي، العلاج الإنساني، العلاج المعرفي السلوكي، والنماذج النظامية) بشكل متماسك، لتقديم علاج أكثر مرونة وشمولية ومتخصصاً لطالب العلاج. ويهدف هذا النهج إلى تعزيز فعالية العلاج من خلال الاعتراف بالطبيعة متعددة الأبعاد للتجربة الإنسانية والضيق النفسي. لكل مقارنة ضمن هذا القسم مبرر نظري ومنهجية مميزة، مدعومة بأدلة على فعاليتها الفريدة، مما يضمن أنها نظام علاجي موحد ومتسق داخلياً، ومتميزة عن مجرد الانتقائية التقنية.

لغرض هذه الإرشادات، سنوضح ثلاث مقاربات تكاملية بارزة: إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة (EMDR) التحليل النفسي العضوي، المدرسة التحليلية النظامية. ومن المهم ملاحظته أن هذه القائمة ليست شاملة، وأن النسخ المستقبلية من هذه الإرشادات قد تشمل أنماط تكاملية إضافية مع اكتسابها لمزيد من الاعتراف ومعايير التمرن المعتمدة.

١. علاج إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة EMDR^{١٠} كنمط علاجي نفسي شامل

التعريف: هو علاج نفسي يركز على الصدمات يستخدم التحفيز الثنائي (مثل حركة العينين، النقرات، الأصوات) لمساعدة الأفراد على معالجة ودمج الذكريات الصادمة والتجارب المؤلمة الأخرى، مما يقلل من تأثيرها العاطفي. يتميز بأنه منظم، قائم على بروتوكولات محددة، وفعال للغاية في حالات اضطراب ما بعد الصدمة والحالات الأخرى المرتبطة بالصدمات. للتدريب الذي يغطي بروتوكولات EMDR الأساسية ويؤهل المعالج للتطبيق الأساسي، يُرجى الرجوع إلى الجزء ٣: التمرن المتخصص والمهارات المتقدمة.

المعايير الدنيا للتمرن:

- المدة الإجمالية: الحد الأدنى ٨٠٠ ساعة موزعة على فترة لا تقل عن ٣ سنوات، لتلبية المعايير الدولية والوطنية الشاملة (LOPSy) للنمط المنظم.
- الوحدات النظرية: دراسة معمقة لمبادئ EMDR، نموذج معالجة المعلومات التكميلية (AIP)، وجميع بروتوكولات EMDR القياسية (ثمانى مراحل، ثلاثة محاور). تشمل النظرية الأساسية، التطبيقات السريرية، والمواضيع المتقدمة.
 - الساعات النظرية: الحد الأدنى ٢٠٠ ساعة (تشمل التعليم النظري، المحاضرات، والقراءات المطلوبة).
- الممارسة السريرية: جلسات EMDR مكثفة تحت إشراف مع طالبي العلاج، تُظهر الكفاءة في جميع مراحل وبروتوكولات العلاج ب EMDR. يُركز على التطبيق الأخلاقي، تصور الحالة، وسلامة طالب العلاج.
 - ساعات التواصل المباشر مع طالبي العلاج: (EMDR) الحد الأدنى ٣٥٠ ساعة من العمل السريري المباشر بتطبيق EMDR مع طالبي العلاج.
- الإشراف: استشارات فردية و/أو جماعية منتظمة مع مستشار معتمد من EMDR أوروبا (أو هيئة دولية معتمدة). يركز على تصور الحالة، الالتزام بالبروتوكولات، إدارة الحالات المعقدة، والعناية بالمعالج ضمن إطار EMDR
 - ساعات الإشراف: ما لا يقل عن ١٥٠ ساعة من الاستشارات/الإشراف الخاصة بممارسة EMDR
- العلاج/التحليل الشخصي: يُوصى بشدة بإجراء علاج EMDR شخصي لمعالجة المواد الشخصية، وذلك لتعزيز قدرة المعالج واختبار العلاج من منظور طالب العلاج.

¹⁰ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- فرانسيس شاييرو.
- EMDR أوروبا: <https://emdr-europe.org/>
- الجمعية الدولية ل EMDR (EMDRIA): <https://www.emdria.org/>
- التحالف العالمي ل EMDR.

- ساعات العلاج الشخصي الموصى بها: الحد الأدنى ١٠٠ ساعة من العلاج الشخصي، بما في ذلك EMDR
- متطلبات الحالات: إتمام علاج EMDR مع ما لا يقل عن ٢٥ مريضاً، مع إظهار تطبيق ناجح لبروتوكولات EMDR عبر عروض سريرية متنوعة. يجب تقديم حالة واحدة على الأقل للمراجعة والتقييم النهائي.
- معايير الممّزن: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحاملي درجة الماجستير) بعد الحصول على الشهادة كمعالج EMDR. يجب أن يكون حاصلاً على صفة ممرن معتمد من EMDRIA (أو هيئة دولية معادلة)، مما يتطلب خبرة واسعة كمعالج EMDR ومستشار، وإكمال برنامج تدريب المدربين الصارم بنجاح.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يكون لديه خبرة عملية لا تقل عن ٥ سنوات في ممارسة العلاج بواسطة EMDR بعد الحصول على الشهادة، وأن يكون حاصلاً على صفة مستشار معتمد من EMDRIA (أو هيئة دولية معادلة). وهذا يتطلب إكمال تدريب متقدم في EMDR وتدريب رسمي محدد في الاستشارة.

٢. التحليل النفسي العضوي^{١١}

التعريف: نهج علاجي يدمج المبادئ التحليلية النفسية والإنسانية والنفسية العضوية. يعتمد على العمل الرمزي وتقنيات التنفس والتعبير اللفظي والعمل على الأحلام والتمارين الجسدية و **السيكودراما** وغيرها لمعالجة الصعوبات النفسية. يركز على العلاقة العميقة بين الفكر والعاطفة والجسد من خلال العمل مع العمليات الواعية واللاواعية كما تظهر في السجل الجسدي.

المعايير الدنيا للتدريب

- المدة الإجمالية: ١٢٢٠ ساعة على مدى ٤ سنوات.
- الوحدات النظرية: دراسة متعمقة لنظريات وتقنيات العلاج النفسي التحليلي المدمجة مع المبادئ النفسية العضوية، بما في ذلك علم الأعصاب وعلم النفس التنموي وتكامل العقل والجسد.
- الممارسة السريرية: جلسات علاج نفسي تحليلي تحت الإشراف تركز على التكامل بين العقل والجسد والتعبير العاطفي من خلال الجسد والعمل مع العمليات العضوية اللاواعية.
- الساعات النظرية والعملية: ٨٢٠ ساعة (بما في ذلك الدورات النظرية والمنهجية والتقنيات العلاجية وإعداد الأطروحة الشخصية).
- الإشراف: إشراف فردي وجماعي مستمر من قبل معالجين نفسيين تحليليين ممرنين معتمدين في التحليل النفسي العضوي، مع التركيز على التطبيق السريري وردود الفعل المضادة في العمل المتمركز حول الجسد.
- ساعات الإشراف: الحد الأدنى ١٥٠ ساعة.
- العلاج الشخصي (فردي وجماعي) / التحليل الشخصي: عملية تحليل شخصي شاملة (عادة في التحليل النفسي العضوي) إلزامية طوال فترة التمرن. وهذا يعزز الوعي الذاتي العميق ودمج المفاهيم النظرية في التجربة الشخصية.
- ساعات العلاج الشخصي: ٢٥٠ الحد الأدنى.
- متطلبات الحالات: إتمام ناجح لحالات خاضعة للإشراف في سياقات مختلفة، مع إثبات التطبيق الفعال للمبادئ النفسية العضوية وتكامل الجسد والعقل. يتطلب إكمال التمرن الأساسي تقديم أطروحة نهائية.

¹¹ الشخصيات والمراجع الرئيسية

- بول وجويل بويسن،
- الاتحاد الأوروبي للتحليل النفسي العضوي (EAPOA) - معايير التمرن.

- معايير الممرّن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان، بالإضافة إلى خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحاملي درجة الماجستير) بعد الحصول على الشهادة كمحلل نفسي عضوي معتمد. يجب أن يكون قد حصل على ما لا يقل عن ٩٠ ساعة من التدريب التربوي للممرّنين واعتراف رسمي من معهد معترف به للتحليل النفسي العضوي.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يكون لديه ما لا يقل عن ١٠ سنوات من الخبرة في ممارسة مهنة التحليل النفسي العضوي بعد الحصول على الشهادة، مع ما لا يقل عن ٣٠٠ ساعة من الخبرة في الإشراف بعد الحصول على الشهادة. يجب أن يثبت نجاحه في تقييم مهارات الإشراف من قبل هيئة معتمدة لنهج التحليل النفسي العضوي والتحقق المؤسسي من معهد معترف به للتحليل النفسي العضوي.

٣. التحليل التحليلي - النظامي^{١٢}

التعريف: نهج علاجي تكاملي يجمع بين رؤى من نظريات التحليل النفسي (مثل الديناميات اللاواعية، والتحويل، والعلاقات المبكرة مع الأشياء) ونماذج التدخل النظامي (مثل الأنماط العلائقية، والديناميات الأسرية، والتواصل). يركز هذا النهج على فهم المشكلات النفسية والتدخل فيها من خلال استكشاف التفاعل بين العمليات النفسية الداخلية والأنماط الشخصية/النظمية داخل الأسر والأزواج وأنظمة العلاقات الأخرى.

المعايير الدنيا للتمرّن:

- المدة الإجمالية: ١٢٠٠ ساعة كحد أدنى على مدى ٤ سنوات على الأقل (وفقاً للمعايير العامة للأنماط طويلة الأمد للمقاربات التكاملية المعقدة).
- الوحدات النظرية: دراسة متعمقة للنظريات التحليلية والنظمية، مع التركيز بشكل خاص على تكاملها المتطور، بما في ذلك مجالات مثل نظرية التعلق، الأنماط العابرة للأجيال، والتثليث، والتواصل اللاواعي داخل النظم.
 - الساعات النظرية: ٤٥٠ ساعة على الأقل (بما في ذلك الندوات وورش العمل والدورات النظرية التكاملية والدراسة الذاتية المطلوبة).
- الممارسة السريرية: جلسات خاضعة للإشراف تركز بشكل أساسي على الأزواج أو العائلات أو المجموعات، مع النظر إلى الجلسات الفردية بشكل منهجي، مع دمج المنظورات التحليلية حول الديناميات اللاواعية والتحويل والتحويل المضاد في مجال العلاقات.
 - ساعات الاتصال المباشر مع طالبي العلاج: الحد الأدنى ٤٠٠ ساعة.
- الإشراف: إشراف فردي وجماعي منتظم ومستمر مع معالجين تحليليين-نظميين ذوي خبرة. التركيز على الإشراف القائم على الحالات الذي يسلط الضوء على تكامل الأبعاد التحليلية والنظمية، بما في ذلك دور المعالج وتجربته العاطفية ضمن الديناميكيات العلائقية المعقدة.
 - ساعات الإشراف: ١٥٠ ساعة على الأقل.
- العلاج/التحليل الشخصي: يلزم الخضوع لعلاج شخصي مكثف إلزامي طوال فترة التمرّن، ويفضل أن يكون ذلك مع معالج نفسي تحليلي-نظمي أو تكاملي، من أجل تطوير الوعي الذاتي العميق ومعالجة الديناميات الشخصية التي تؤثر على العمل النظامي وتجربة التكامل من منظور طالب العلاج. كما يوصى بالمشاركة في أنشطة إضافية للتنمية الشخصية.
 - ساعات العلاج الشخصي: الحد الأدنى ٢٠٠ ساعة.

¹² الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- بيار فديدا، ماريكه وولف-فديدا.
- الجمعية الأوروبية للعلاج الأسري (EFTA: <https://www.europeanfamilytherapy.eu/>) (ذات صلة بالتكامل النظامي).
- منظمات العلاج التحليلي ذات الصلة.
- الجمعية الدولية للعلاج النفسي التجريبي (IEPTA)
- المدارس الأوروبية التكاملية – المعهد الدولي للعلاج النفسي المتكامل والعلاج النفسي النظامي (IPIS).

- متطلبات الحالات: ما لا يقل عن ٥ حالات موثقة، توضح التكامل المتطور بين المبادئ التحليلية والنظمية في التقييم والصياغة والتدخل. عادةً ما يُطلب تقديم أطروحة تتضمن حالات سريرية مفصلة كمشروع نهاية التمرن.
- معايير الممرّن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان، إلى جانب خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات (١٥ سنة لحاملي درجة الماجستير) في العلاج التحليلي النظمي بعد الحصول على شهادة المعالج. يجب أن يكون الممرن حاصلاً على شهادة مزدوجة أو خبرة عميقة في كل من التحليل النفسي/العلاج النفسي الديناميكي والعلاج النظمي، إلى جانب تدريب تربوي مثبت وشهادة تدريس رسمية من معهد متخصص في العلاج التحليلي النظمي أو التكاملي.
- معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يكون لديه ما لا يقل عن ٥-٧ سنوات من الخبرة في ممارسة العلاج التحليلي-النظمي بعد الحصول على شهادة المعالج النفسي، مع ما لا يقل عن ٣٠٠ ساعة من الخبرة في الإشراف بعد الحصول على تلك الشهادة. يجب أن يثبت كفاءة متقدمة في توجيه الحالات والمشاركة النشطة في الإشراف، مع اعتماد رسمي من جمعية تحليلية-نظمية أو تكاملية ذات صلة بالإضافة إلى التصديق من مؤسسة معترف بها.

القسم الثالث: التخصصات الفرعية في العلاج النفسي: متطلبات التمرن المركزة

في حين أنّ القسم الثاني يتناول بالتفصيل برامج التمرن الشاملة للأنماط العلاجية النفسية الكبرى، والتي تُزوّد الممارسين بالكفاءة اللازمة لممارسة واسعة النطاق ضمن المدارس التي يختارونها، فإنّ مجال العلاج النفسي يشمل أيضًا العديد من النُهج المتخصصة والفعّالة. تُعرّف هذه التخصصات الفرعية في العلاج النفسي من خلال تركيزها على تطبيقات محدّدة تتعلّق بمشكلات محدّدة، أو فئات معيّنة من طالبي العلاج، أو من خلال استخدامها لتدخلات موجهة. وهي تقوم على فهم أساسي للصحة النفسية والممارسة الأخلاقية، ولكنها لا تتطلب الساعات المكثّفة المفروضة في المقاربات الكبرى. وبدلاً من ذلك، صُمّم تدريبها لتأمين خبرة مركّزة في مجال محدّد. وبالنسبة لكل تخصص فرعي مُعترف به في العلاج النفسي، مثل: العلاج الجدلي السلوكي (DBT)، والعلاج بالقبول والالتزام (ACT)، وعلاج إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة – (EMDR)، شهادة التخصص الفرعي، والعلاج التخطيطي (Schema Therapy) – شهادة المستوى المتقدّم، فإنّ هذا القسم سيعرض تعريفاً واضحاً له ومتطلبات التمرن الخاصة به. هذه المتطلّبات، وإن كانت أقل شمولاً من تلك الخاصة بالمقاربات الكبرى، ستضمّن مع ذلك تحديد التعليم النظري اللازم، والساعات السريرية الخاضعة للإشراف والمركّزة على التخصص الفرعي، والإشراف المخصّص، والمعايير الخاصة بالمُشرّفين والمدرّبين المؤهلين.

ويضمن ذلك أنّه حتى في إطار الممارسات المتخصصة للغاية، يلتزم الممارسون بمعايير صارمة من الكفاءة والسلوك الأخلاقي في لبنان. ومن المهم الإشارة إلى أنّ هذه القائمة من التخصصات الفرعية ليست شاملة، وقد تُضاف مقاربات متخصصة أخرى في النسخ المستقبلية من هذه الإرشادات.

١. العلاج الجدلي السلوكي^{١٣} DBT

التعريف: هو علاج معرفي-سلوكي شامل طوّره مارشا لينهان، صُمّم بشكل خاص للأفراد الذين يعانون من اضطراب الشخصية الحديّة، ويجمع بين تقنيات العلاج المعرفي السلوكي ومهارات اليقظة الذهنية (Mindfulness)، وتنظيم الانفعالات، وتحمل الضيق، والفاعلية في العلاقات الانسانية.

المعايير الدنيا للتمرّن:

- المدة الاجمالية: تختلف مدّة التمرن، لكنها تشمل عادةً ورش عمل مكثّفة واستشارات مستمرة. وتشمل ما يقارب سنة واحدة من التمرن الأساسي، بالإضافة إلى ١٢ شهرًا من المشاركة الفاعلة ضمن فريق العلاج الجدلي السلوكي (DBT).
 - إجمالي الساعات التقديرية: الحد الأدنى ٣٠٠ ساعة (تشمل جميع المكوّنات).
- الوحدات النظرية: دراسة مبادئ العلاج الجدلي السلوكي (DBT)، بما في ذلك اليقظة الذهنية، تحمل الضيق، تنظيم الانفعالات، والفاعلية في العلاقات الانسانية.
 - الساعات النظرية المخصّصة: لا تقل عن ٨٠ ساعة من التمرن النظري المخصّص (تعكس عادةً مدّة ورش العمل المكثّفة الشائعة وتشمل وقتًا إضافيًا للدراسة).
- الممارسة السريرية: جلسات العلاج الجدلي السلوكي (DBT) خاضعة للإشراف مع طالبي العلاج، بما في ذلك العلاج الفردي وتيسير مجموعات المهارات.

¹³ الشخصيات والمراجع الرئيسية

- مارشا لينهان
- معهد لينهان، تقنية السلوك، وبرامج التمرن التابعة للعلاج الجدلي السلوكي DBT

- الساعات المقدرة للاتصال المباشر بطالبي العلاج الجدلي السلوكي (DBT): ١٠٠ ساعة على الأقل (تشمل الجلسات الفردية وقيادة مجموعات المهارات).
- الإشراف: استشارة منتظمة (أسبوعية) مع ممارسين ذوي خبرة في العلاج الجدلي السلوكي (DBT) ضمن فريق استشاري متخصص في هذا النوع من العلاج. يعتبر هذا عنصراً أساسياً لضمان الالتزام بالنموذج.
 - ساعات الإشراف المحددة: ٧٠ ساعة على الأقل (على سبيل المثال، استشارة أسبوعية لمدة عام واحد ووقت إضافي لإعداد الحالة).
- العلاج/التحليل الشخصي: العلاج الشخصي إلزامي لممارسي العلاج الجدلي السلوكي (DBT) يُشجّع بشدة على المشاركة في ممارسات اليقظة الذهنية.
 - ساعات العلاج الشخصي المحددة: ٥٠ ساعة على الأقل.
- متطلبات الحالات: مراجعة ما لا يقل عن ٣ جلسات مسجلة تحت إشراف، تثبت الالتزام ببروتوكولات العلاج الجدلي السلوكي (DBT) تعد المشاركة النشطة في فريق استشاري للعلاج الجدلي السلوكي (DBT) إلزامية.
- معايير الممرّن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان. خبرة لا تقل عن ٧ سنوات في ممارسة العلاج الجدلي السلوكي الشامل (DBT) بأمانة + مشاركة نشطة ومتسقة في فريق DBT لمدة لا تقل عن ٣ سنوات. غالباً ما يتطلب الحصول على شهادة من مؤسسة تمرن على العلاج الجدلي السلوكي الشامل (DBT) معترف بها (مثل مجلس شهادات DBT-Linehan) أو خبرة معادلة يمكن إثباتها.
- معايير المشرف: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان. خبرة لا تقل عن ٥ سنوات بعد الحصول على شهادة في تقديم العلاج الجدلي السلوكي الشامل (DBT) بأمانة + كفاءة مثبتة في تطبيق العلاج الجدلي السلوكي (DBT) + مشاركة نشطة في فريق استشاري للعلاج الجدلي السلوكي (DBT) + غالباً ما يتطلب تدريباً خاصاً في الإشراف/الاستشارة في العلاج السلوكي الجدلي.

٢. العلاج بالقبول والالتزام ACT^{١٤}

التعريف: علاج معرفي سلوكي من "الموجة الثالثة" يركز على المرونة النفسية من خلال عمليات مثل اليقظة الذهنية، وتقبل الانزعاج النفسي، والاسهاب المعرفي، والعمل الملتمزم المتوافق مع القيم الشخصية.

المعايير الدنيا للتمرّن:

- المدة الإجمالية: تختلف مدة التمرّن؛ وعادة ما تشمل ورش عمل ودراسة ذاتية وممارسة تحت إشراف. حوالي سنة واحدة من التمرّن المتخصص.
 - إجمالي الساعات المقدرة: ٢٠٠ ساعة على الأقل.
- التعليم النظري: دراسة مبادئ العلاج بالقبول والالتزام (ACT)، بما في ذلك الاسهاب المعرفي والقبول والعمل القائم على القيم سياقاً.
 - ساعات نظرية محددة: ما لا يقل عن ٤٠ ساعة من التمرّن النظري المخصص.
- الممارسة السريرية: جلسات العلاج بالقبول والالتزام (ACT) تحت إشراف مع طالبي العلاج.
 - الساعات المقدرة للاتصال المباشر بطالبي العلاج ٨٠: ساعة على الأقل.
- الإشراف: إشراف منتظم من قبل ممارسين ذوي خبرة في مجال العلاج بالقبول والالتزام (ACT).
 - ساعات الإشراف المحددة: ٤٠ ساعة إشراف على الأقل (يوصى بـ ٢٠ ساعة إشراف فردي على الأقل).
 - العلاج/التحليل الشخصي: يتم تشجيع المشاركة في عمليات العلاج بالقبول والالتزام (ACT). العلاج الشخصي إلزامي والمعتمد مطلوب.

¹⁴ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- ستيفن سي. هايز
- إرشادات التمرّن الصادرة عن جمعية العلوم السلوكية السياقية (ACBS).

- متطلبات الحالات: الحالات التي تتم مراجعتها بانتظام في الإشراف، والتي تظهر تطبيق مبادئ العلاج بالقبول والالتزام (ACT).
- معايير الممرّن: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان. أن يكون معترفاً به كمرن خاضع لمراجعة الأقران من قبل جمعية العلوم السلوكية السياقية (ACBS)، مما يدل على خبرة كبيرة (على سبيل المثال، ٧ سنوات بعد الحصول على الشهادة)، ومشاركة نشطة في مجتمع العلاج بالقبول والالتزام (ACT)، وخبرة مثبتة في تقديم وتمارين العلاج بالقبول والالتزام (ACT).
- معايير المشرف: يشترط الحصول على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانوناً لممارسة المهنة في لبنان. خبرة كبيرة بعد الحصول على شهادة العلاج بالقبول والالتزام (ACT) (على سبيل المثال، ٥ سنوات) في + كفاءة مثبتة في تطبيق ACT العلاج بالقبول والالتزام (ACT) + غالباً ما يتطلب تدريباً خاصاً في الإشراف على العلاج بالقبول والالتزام (ACT) أو التحقق من الأقران داخل مجتمع العلاج بالقبول والالتزام (ACT).

٣. إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين EMDR^{١٥} - شهادة تخصص فرعي

التعريف: نهج علاجي نفسي تكاملي مصمم لتخفيف المعاناة المرتبطة بالذكريات المؤلمة. ويشمل استخدام التحفيز الثنائي (مثل حركات العين أو النغمات أو النقرات) لمساعدة طالبي العلاج على معالجة الأحداث المؤلمة. يوضح هذا القسم متطلبات الحصول على تخصص فرعي معتمد في إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR)، والذي يختلف عن التمرن الشامل والكامل.

المعايير الدنيا للتدريب

- المدة الإجمالية: ما لا يقل عن ٢٠٠ ساعة على مدى عام إلى عامين على الأقل. تتوافق هذه المدة مع مسار الشهادة الكامل (على سبيل المثال، معالج معتمد من (EMDRIA)، والذي يتجاوز التمرن الأساسي الأولي.
- الوحدات النظرية: دراسة متعمقة لنموذج معالجة المعلومات التكيفية (AIP) والمراحل الثماني لإزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR)، وبروتوكولات إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) القياسية لمختلف فئات طالبي العلاج والمشكلات السريرية.
- الساعات النظرية: ٤٠ ساعة على الأقل من المواد التعليمية (محاضرات تعليمية وعروض تقديمية وورش عمل متقدمة).
- الممارسة السريرية: التطبيق السريري الخاضع للإشراف مع طالبي العلاج. ويشمل ذلك كلاً من التمرن العملي الأولي خلال التمرن الأساسي وجلسات ما بعد التمرن المكثفة المطلوبة للحصول على الشهادة.
- ساعات الاتصال المباشر مع طالبي العلاج: ١٠٠ ساعة على الأقل (تشمل ما لا يقل عن ٥٠ جلسة مع ٢٥ طالب علاج مختلف على الأقل باستخدام إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) بعد التمرن الأساسي).
- الإشراف: استشارة منتظمة ومستمرة: مع مستشار معتمد من EMDRIA / EMDR Europe لدعم دمج مهارات إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) في الممارسة وضمان الالتزام بالنموذج.
- ساعات الإشراف: ٤٠ ساعة على الأقل من الاستشارة مع مستشار معتمد (٢٠ ساعة من الاستشارة التمرنية الأساسية و ٢٠ ساعة من الاستشارة الإضافية بعد التمرن).

¹⁵ الشخصيات والمراجع الرئيسية:

- فرانسيس شابيرو
- الرابطة الدولية لعلاج إعادة المعالجة الحركية للحركة العينية (EMDRIA)، الرابطة الأوروبية لعلاج إعادة المعالجة الحركية للحركة العينية (EMDR Europe Association).

- العلاج/التحليل الشخصي: يوصى بشدة لجميع الممارسين بتجربة العلاج الشخصي. كما يُشجع على تجربة إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) الشخصية لتعميق الفهم ومعالجة احتمالية الإصابة بصدمة غير مباشرة.
- ساعات العلاج الشخصي: يوصى بحد أدنى ٢٠ ساعة من العلاج الشخصي.
- متطلبات الحالات: يلزم إجراء ما لا يقل عن ٥٠ جلسة إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) مع ما لا يقل عن ٢٥ طالباً للعلاج مختلفاً للحصول على الشهادة. يجب توثيق هذه الحالات ومناقشتها أثناء الإشراف لإثبات تطبيق مبادئ وبروتوكولات إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR).

معايير الممرّن (شهادة التخصص الفرعي): يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يكون ممرناً معتمداً من EMDRIA/EMDR Europe. تتطلب هذه الصفة خبرة واسعة كمعالج إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR) ومستشار، وإكمال برنامج تدريب الممرنين الصارم بنجاح. معايير المشرف: يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان، وأن يكون لديه خبرة لا تقل عن ٥ سنوات بعد الحصول على الشهادة كمعالج إزالة الحساسية وإعادة المعالجة بحركة العين (EMDR). يجب أن يكون المشرف حاصلاً على صفة مستشار معتمد من EMDRIA / EMDR Europe، والتي تتطلب تدريباً متقدماً في EMDR وتدريباً رسمياً محدداً في الاستشارة.

٤. العلاج المخطط - شهادة المستوى المتقدم^{١٦}

التعريف: نهج علاجي نفسي تكاملي طوره جيفري يونغ، يوسع نطاق العلاج المعرفي السلوكي من خلال دمج عناصر من العلاجات النفسية الديناميكية وعلاجات التعلق وعلاجات الغشالت والعلاجات التجريبية. ويركز على تحديد وتعديل المخططات غير التكيفية المبكرة. شهادة المستوى المتقدم مخصصة للمهنيين الذين أكملوا بالفعل المستوى الأساسي ويرغبون في تعميق مهاراتهم للعمل مع حالات أكثر تعقيداً.

المعايير الدنيا للتمرّن:

- المدة الإجمالية: ٢٨٠ ساعة على الأقل، يتم تجميعها على مدى ٢-٣ سنوات على الأقل بعد الحصول على درجة الماجستير. ويشمل ذلك جميع الساعات التعليمية والإشرافية والسريّة المطلوبة للوفاء بمعايير الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات (ISST).
- الوحدات النظرية: دراسة شاملة لمفاهيم العلاج المخطط، بما في ذلك المخططات، وأساليب التكيف، والأنماط، وأدوات التقييم، والتدخلات المتقدمة المحددة للحالات المعقدة.
- الساعات النظرية: يلزم حضور ما لا يقل عن ٤٠ ساعة من ورش العمل/التمرّن التعليمي.
- الممارسة السريّة: علاج مجموعة واسعة من طالبي العلاج باستخدام العلاج المخطط، وإظهار القدرة على التعامل مع الحالات المعقدة والصعبة مع الالتزام الشديد بالنموذج.
- ساعات الاتصال المباشر مع طالبي العلاج: يلزم ما لا يقل عن ٢٠٠ ساعة من العمل السريّي المباشر باستخدام العلاج المخطط.
- الإشراف: إشراف فردي منتظم مع مشرف معتمد من الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات (ISST). ينصب التركيز على التصور المتقدم للحالة، واختيار التدخل، والالتزام بالنموذج.
- ساعات الإشراف: يلزم ما لا يقل عن ٤٠ ساعة من الإشراف الفردي.
- العلاج الشخصي/العمل التجريبي: ساعات العلاج الشخصي: ليس عددًا ثابتًا، ولكنه جزء إلزامي من عملية التعلم.

¹⁶ الشخصيات والمراجع الرئيسة

● جيفري إي. يونغ
● الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات (ISST)

- متطلبات الحالات: يتطلب البرنامج علاج ما لا يقل عن ٤ حالات باستخدام العلاج المخطط، بحد أدنى ٢٥ ساعة علاجية لكل حالة. يجب أن تتضمن حالة واحدة على الأقل طالب علاج يعاني من اضطراب الشخصية الحدية، وأن تتضمن الحالة الثانية اضطراب شخصية مختلف. للحصول على الشهادة، يجب تقديم ما مجموعه ٤ تسجيلات فيديو أو صوتية للمراجعة، مع الحصول على درجة كفاءة لا تقل عن ٥،٤ على مقياس تقييم كفاءة معالج المخطط (STCRS) من قبل مقيم مستقل على اثنين من تلك التسجيلات.
- معايير الممرّن (شهادة متقدمة): يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان. يجب أن يكون مدرساً معتمداً من قبل الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات، مما يستلزم الحصول على شهادة متقدمة في العلاج بالمخططات، وخبرة سريرية واسعة (عادةً ما لا تقل عن ٥ سنوات بعد الحصول على الشهادة)، وخبرة مثبتة في التمرن، واعتراف رسمي من الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات (ISST).
- معايير المشرف (شهادة متقدمة): يجب أن يكون حاصلاً على درجة الماجستير أو الدكتوراه في علم النفس، كما هو مطلوب قانونياً لممارسة المهنة في لبنان. يجب أن يكون مشرفاً معتمداً من الجمعية الدولية للعلاج بالمخططات (ISST). وهذا يتطلب شهادة متقدمة، وخبرة كبيرة بعد الحصول على الشهادة (على سبيل المثال، ٣-٥ سنوات) في تقديم العلاج بالمخططات، وتدريب رسمي محدد في الإشراف على العلاج بالمخططات.