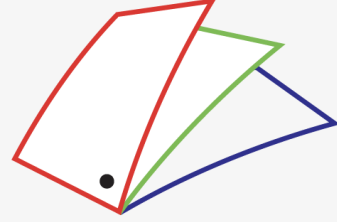


مجلة تلوغيا الرقمية
TLOGIA DIGITAL MAGAZINE



التأثير في المستقبل

حول الخرافات النفسية

اقرأ في هذا العدد

كتاب أشهر 50 خرافة في علم النفس

مقال علم النفس الشعبي
"بين المفهوم والمضمون"

التقرير الختامي لممارس التفكير الناقد



مشاركة العدد
د. مصطفى محمد

شخصية العدد
د. شاكر عبد الحميد

كتاب: أشهر 50 خرافة في علم النفس

للمؤلف: سكوت ليلينفيلد وآخرون

"تكتسب المعرفة الحقيقة بمشقة، ويبين لنا هذا الكتاب القيم الذي طُرح في الوقت المناسب، أن دحض الأكاذيب ليس مهمة سهلة. يكشف الكتاب زيف جميع معتقدات العلوم الزائفة شديدة الانتشار، ويقيم الأدلة على كذب مجموعة متنوعة من الخرافات التي يبدو وكأنها يجب أن تكون صحيحة، ويفسر أسباب سقوط الناس فريسة لمثل هذه الأكاذيب، وينتهي ببعض الحقائق المثيرة عن العقل والسلوك توضح أن الحقيقة يمكن أن تكون عجيبة كالخيال تماماً، هذه الخرافات الخمسون لن تختفي عند نشر هذا الكتاب، لكن هؤلاء الذين سيقروا به سيستمتعون بالقدرة على إخبار غيرهم – وغيرهم كثيرون – بالحقيقة وتصحيح معتقداتهم"

توماس جيلوفيتش، جامعة كورنيل

ياخذنا هذا الكتاب في رحلة تبدو أسطورية من حيث الأسلوب وغزارة المحتوى والذي ينطلق من

المقولة الموهولة : " لابد أن يبدأ العلم بالخرافات وبنقد الخرافات." سير كارل بوبر



سكوت ليلينفيلد وستيفن جاي لين وجون روشيو وباري بايرستاين

كتاب: أشهر 50 خرافة في علم النفس

للمؤلف: سكوت ليلينفيلد وآخرون

بشجاعة علمية موضوعية يناقش الكتاب أو هام " علم النفس الشعبي " الذي ينتشر من خلال الإعلام والكم الهائل من كتب مساعدة الذات التي تعبر عن آراء ومواقف تجارية تهدف لتقديم وجبات سريعة فيها من اللذة ما يعجب العامة، ولكنها أيضا تحتوي على سموم هادئة الإنتشار وبطيئة التأثير، ونتيجة لذلك نجد أنفسنا تحت رحمة خبراء مساعدة الذات ومقدمي البرامج التلفزيونية الحوارية وخبراء الصحة النفسية المزعمين على موجات الراديو ومواقع التواصل الإلكتروني. الذين يشيع كثير منهم نصائح ذات صلة بعلم النفس هي الأساس خليط مضلل من الحقائق وأنصاف الحقائق والأكاذيب الواضحة، فدون مرشد جدير بالثقة لتمييز الخرافة النفسية من الحقيقة، نصبح عرضة للضياح وسط أدغال المفاهيم المغلوطة والتي يمثلها بكل شراسة "علم النفس الشعبي".

يثبت الكتاب بشكل علمي دقيق أن المفاهيم العلمية المغلوطة لها أربع خصائص رئيسية هي:

- تبدو أفكار ثابتة وراسخة عن العالم.
- هي بالفعل تتناقض مع أدلة تثبت صحتها.
- لديها قدرة "سحرية" تؤثر من خلالها في الطريقة التي يفهم بها الناس العالم.
- تتضمن على مداخل نقدها للوصول إلى المعرفة الصحيحة.

أهم المفاجئات "كل التالي خرافات نفسية"

01 يستخدم الناس 10٪ فقط من قدرة المخ

02 يستخدم البعض جانب المخ الأيسر والبعض الآخر الجانب الأيمن

03 الحاسة السادسة ظاهرة علمية ثابتة معترف بها

04 بإمكان الرسائل اللاشعورية أن تقنع الأفراد بشراء منتجات



د. شاکر عبد الحمید

مجدد في علم نفس الإبداع

الذين يملكون أفكاراً غير واقعية، أو اعتقادات عالية جداً خاصة بأنفسهم، أو يصنعون خطأً تتسم بالمبالغة ولا تتناسب مع كفاءتهم يحملون بالطيران... إن الحلم يعوضهم عن نقائص شخصياتهم، وفقر واقعهم والحصار المضروب حول حريتهم في الحركة والحياة.

د. شاکر عبد الحمید

الدكتور شاکر عبد الحمید سلیمان ابن آسیوط في صعيد مصر ولد عام ١٩٥٢ ليكون نموذج الشخصية العربية الملتزمة بالنهج العلمي الحقيقي، قدم للمحتوى العربي مؤلفات خالدة على المستوى الأكاديمي والفني، ترقى في المناصب العلمية وعندما تطلبت المرحلة شارك في العمل العام كوزير للثقافة في مصر، لم تدم طويلاً مدة انشغاله بارهاصات المنصب السيادي لكن أثرة استمر بعدما، غيبته جائحة كوفيد-١٩.

هو من أسس لتوجه عربي في علم نفس الإبداع، كتب في الإبداع لدى الأطفال، والسينما والموسيقى والخيال حتى أنه قدم منتجاً علمياً في الفكاهة، أثبت في سيرته أن الشخصية العربية الجامعة في العلوم لا زالت قائمة وممكنة.

رحم الله الدكتور شاکر عبد الحمید، الذي رحل بجسده وعاش بفكره وعطاءه

مقال العدد

علم النفس الشعبي - بين المفهوم والمضمون

إذا كان العلم نشأ أساساً على نتائج التجارب الحياتية للأشخاص والمجتمعات، فلماذا لا نتقبل النصائح والتحليلات النفسية الصادرة عن طبقة المغردين في مواقع التواصل الإلكتروني، أو المتحدثين في مجالس المساء للمتسامرين في أحاديث ما كان وما هو كائن باعتباره حتمية ما سيكون؟؟

قضية العدد

تتمن خطورة النصوص والمفاهيم وحتى النظريات الشعبية الغير علمية بما تبدو عليه لغير المتخصصين ، وهم بالأصل الفئة المستهدفة لها، فهذا المضمون غير المنضبط علمياً يظهر:

- بصيغة علمية ويقدم بلغة راقية ومنمقة بشكل جيد.
- تحتوي على تأكيدات، تناقض كل منها الأخرى.
- تلامس الحاجات النفسية للأفراد، وتتسرب داخلها بهدوء.
- لديها قدرة عالية على التحفيز.
- وبالتالي فهي كالأزهار زاهية الألوان ولكنها خالية من الرحيق

أحمد مصطفى

لماذا علينا الحذر "الشديد" من إنبعاثات الجمل الرنانة التي ترفع حرارة التحفيز الشعبي، تلك الجمل التي تبعث فينا حماساً أكثر ما يشبه حماس السماع لأغنية بألحان المهرجانات الصاخبة، تلك الإنبعاثات التي تسم بيئة المعرفة وتجعل من الحقيقة ضباباً نصارع السلامة ونحن نمر خلاله نحو أهدافنا؟؟

لأن، العلم لم يكن يوماً تجربة فردية، ورأي شخصي، ولم يكن أبداً مجرداً من التأكيدات والمرجعيات المعتبرة، ولأن انبعاثات التحفيز غير المسؤولة إن استمرت بحجز مساحتها في مناهج تفكيرنا، ستجعل من بيئة المستقبل مستنقاعاً يبت رعب التخلف والرجعية.

القيمة التي نريدها في مستقبل شعوبنا، هي حقائق الأثر، وسلوكيات التقدم وتطور التفكير ومنهج الفهم القائم على الإدراك والمعرفة العميقة، وهذا

لا يتأتى من خلال زبد الحديث الشعبي في علم النفس ومساراته، وإنما يتحقق بالدراسة والتأصيل والبحث العلمي الرصين.

أحمد مصطفى

صحيح أن البعض يعتبر أن الحظ هو أحد أسباب النجاح في أي موقع أو وظيفة، لكن الحقيقة أنه لا يوجد حظاً مطلقاً، إنما هناك من لديهم الذكاء في اختيار الوقت والمكان والطرف المناسبين وربما الأشخاص المحيطين، بالإضافة إلى توفيق الله وهو ما يسمى بالقدر الذي يؤمن به كثيرون، وهذا ما يعتبره البعض حظاً محضاً.



مشاركة العدد

التحدث عن مشاكلك يساعد دائماً؟

الدكتور مصطفى محمد عباس

محاضر وخبير في علوم الانفعالات وجذورها البيولوجية والمعرفية
حاصل على درجة الدكتوراة في علم النفس الارشادي
مدير البرنامج العربي للرفاه النفس والمجتمعي
مستشار ومدرّب للعديد من المنظمات المحلية والدولية



التحدث عن مشاكلك يساعد دائماً، منذ أكثر من قرن بقليل ، شاع سيغموند فرويد فكرة "العلاج بالكلام" ، المعروف الآن باسم العلاج النفسي. قال فرويد إن لدينا جميعاً نزعة غير صحية لقمع الأفكار والمشاعر المزعجة. هذا الاعتقاد يدوم. يشرح احد المعالجين ذلك بقوله: "أعط أملك صوتاً ، ودع أحداً يستمع. ستندهش من مقدار الوزن الذي سترفع عن كتفك. ومع ذلك ، فإن الحديث عن التجارب المؤلمة ليس مضموناً أن يكون مفيداً. ضع في اعتبارك "استخلاص معلومات عن الإجهاد الناتج عن الحوادث الخطيرة ولم يجد التحليل لجميع تجارب المنشورة أي آثار مفيدة للتدخل، ربما لأنه يجبر بعض الأشخاص على مواجهة ذكريات مؤلمة قبل أن يكونوا مستعدين، في ورقة مهمة صدرت عام 2007 بعنوان "العلاجات النفسية التي تسبب ضرراً" ، سلطت الضوء على مجموعة متزايدة من الأدلة على أن العلاج بالكلام – رغم أنه مفيد للكثيرين – يمكن أن يأتي بنتائج عكسية في بعض الأحيان. حوالي 10 بالمائة من مرضى العلاج النفسي يزدادون سوءاً أثناء العلاج ، وحوالي النصف فقط يتحسن.

إن أكثر ما نحتاجه هذه الأيام هو القدرة على صياغة أحكام (الحكم على الأشياء) بموضوعية وبأقرب صيغة ممكنة للواقع والحقيقة
نعم هناك أدوات وطرق متعددة، لكن يبقى إطار التفكير الناقد، هو الأكثر فاعلية منذ القرون الأولى لبناء فلسفة القرار في حياة البشرية...
من خلال هذه الدورة تم الإنطلاق في تجربة علمية نحو بناء قدرات واكتساب مهارات وإثراء معرفة تجعلنا ممارسين جيدين لإطار التفكير الناقد واستخدام آلياته في صياغة الأحكام.



إنعام الشاذلي



التفكير الناقد تحديات وممارسات مهارة فكرية فريدة ؛ يتميز مسارها بمراحل تبدأ من الشك ثم التحليل الذي يقود إلى أولويات وهي بدورها توصل لصياغة الأسئلة والأحكام وفق سياق حدث منتج يعرف بالتواصل ٨ الذي بدوره يرسم بداية خط النهاية بالتعلم

سناء عمر



نقلة نوعية في طريقة التفكير الناقد وتصحيح للمعتقدات الخاطئة عن النقد وأسلوب ممنهج لإنتاج الحكم.. دورة مكتملة الأبعاد وشاملة لأهم المهارات.

بكرار سميحة



كانت دورة جميلة بكل المقاييس و خاصة شرح الاستاذ احمد ذيب الأسلوب السهل الممتنع و قد استفدت منها كثيرا في حياتي اليومية و تغيرت نظرتي لمفهوم التفكير الناقد بعدما كان سطحيا .

بشينة هلال الربيعي



بحق!! العقل.. وزير ناصح فما كان من ممارس أساليب التفكير الناقد إلا أن يسرد لي مدى النضج والتطور الذي يصل إليه المرء بامتلاك فكر كفكر التفكير الناقد..

سؤال العدد ؟

الذكاء هو اتمام الشيء بأفضل ما يمكن، وعليه فإن الشخص الذكي هو من يُتم المهام المطلوبة منه بأفضل ما يمكن وهذا يعني:

- 1- إتمام العمل بصورة إبداعية غير تقليدية وجديدة.
- 2- إتمام المهام بأجود طريقة والخروج بأفضل النتائج.
- 3- إتمام المهام بأجود ما يمكن وبأقصر وقت بالمقارنة مع الآخرين.

للإجابة عبر الرابط: