

#(التغيير)8_أزمة مفاهيم

#دكتور يوسف مسلم_اختصاصي_العلاج_النفسي_والسلوكي

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. هذا برنامج أزمة مفاهيم. ونحدث عن التغيير في الحلقة الثامنة كنا قد بدأنا نتحدث في هذه الحلقات الأخيرة حول الآثار النفسية لسوء فهم المفهوم لكن ما هي الآثار النفسية لسوء فهم المفهوم؟ على التواصل مع الآخرين -

[00:00:03](#)

في التواصل مع الآخرين اذا كان هنالك سوء فهم لمفهوم التغيير. سيؤثر بعدة طرق بداية انه قد يكون اصلا الاكثار من الكلام حول التغيير شيء مزعج لبعض الناس. يعني موضوع التغيير مهم مهم - [00:00:33](#)

كاحيانا انه بحاجة نغير نجد نتائج افضل على افكارنا انفسنا حياتنا اولادنا. لكن الاكثار من الكلام والنقل في الموضوع قد يصبح في قمة الازعاج لنا او لبعض الناس. ثم انه قد يؤثر على مستوى الاستقرار في التواصل. من امثلة ذلك في التربية - [00:00:52](#)

احيانا الام تكون متطلبة جدا لتغيير ابنها. او متطلبة جدا كزوجة لتغيير زوجها او العكس. وبالتالي قد يؤثر على مستوى الاستقرار لانك تطلب من الشخص الآخر انه يتغير تماما. فهو اصبح مفهوم استبدال ان يستبدل نفسه باي - [00:01:12](#)

شيء اخر غير الكائن اللي هو عليه. وبالتالي هذا قد يحدث مشكلة في استقرار التواصل مع الآخرين. لانه بدنا كما عرفنا التغيير انه التغيير هو نتيجة. والادوات هي ادوات التأثير. ضمن الممكن والمستطاع. بالتالي - [00:01:32](#)

قائمة التطلب من الآخرين قد تصعب الامور عليهم قد تصعب تواصلنا اصلا بطريقة التطلب الدائم. يجب ان نتغير يجب ان تصبح انسان افضل. هذا لا بأس في ان كان يأتي ضمن سياق مناسب او لشخص فعليا عماله بيقوم باعمال مزعجة جدا او غير مناسبة. لكن

[00:01:52](#) لما يصير -

عند الاهل تطلب دائم. في زوجات بيشكوا. كانت احد الزوجات بتحكي لي انه لسنين زوجي عنده قالب حاطه براسه لانسانة هي مش انا. وبحاول انه يقلمني تقليم لكون داخل هذا القالب. مش راضي يقبلني - [00:02:17](#)

اما انا وكما هي صفاتي اللي هي بالاصل مش اشيء سيئة بالتالي التطلب من الآخرين بصير شيء محبط لهم في حياتهم. والسبب انه بتصير تحس انه مهما فعلت مهما قمت وكأنه مش كافي او انت لن تستطيع ان تصل الى درجة ارضاء اه اه الشخص الآخر. هلاً ما -

[00:02:37](#)

انه لا يعني يجب او يتوجب انه نرضي الآخرين كلهم لكن اكيد بهم اه الزوجة والزوجة يكون في درجة من الرضا عن بعضهم البعض بهمك ترضي ابوك وامك وبالتالي بدنا نتنبه لتطلبات التغيير. فوضع الامور ايضا بقالب اما او - [00:03:04](#)

يعني اما انك تكون هكذا او انت يعني انسان فاشل او لم تبذل الجهد هذا بيخليه برضه الامور صعبة في التواصل مع الآخرين ما يبيزبط انه يكون الخيارات للناس في انه يحدثوا تغيير في حياتهم هي اما او لانه احيانا بدنا نساعد الشخص انه - [00:03:24](#)

يجري التغيير من خلال انه يقوم بالتأثير الممكن والمستطاع ليصير التغيير بالشكل التدريجي وبالتالي الناس كما هم وليس كما تريد بالضرورة. الناس كما هم وليس كما تريد بالضرورة تفرق بنفسك وتفرق بهم. لانه الناس كما هم وليس كما تريد بالضرورة. نستودعكم

الله - [00:03:44](#)

اراكم ان شاء الله في الحلقة القادمة من أزمة مفاهيم. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - [00:04:14](#)