

## رسائل من العيادة النفسية | 6 | اطلب أكثر لتخسر أكثر | د

### يوسف مسلم

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. نلتقي من جديد في رسائل من العيادة النفسية. موضوع اليوم اطلب لتخسر أكثر. شو معنى هذا الكلام؟ حتى نوضح هذا الكلام خلينا نتحدث بداية عن مكون الامان اللي احنا دائمًا - 00:00:00

نسعى لنحصل عليه او حتى لنوصل للله. يعني الانسان بطبيعته الامان مكون اساسي في حياته بده يكون مآمن على نفسه وعلى اطفاله على اهله امن ماديا امن في وظيفته. فالامان والامان مهم جدا لنا. لكن شو - 00:00:20

الامان والامان الان بانه اطلب أكثر لتخسر أكثر. في بعض الناس لما بده يطلب الامان بطلب درجة زائدة من الامان وللاسف احياناً ثمن الدرجات الزائدة من الامان ممكن يؤدي لمخاسير كثيرة كبيرة. يعني الشخص اللي وضعه المادي - 00:00:40

لما بيطلب درجة عالية من الامان بانه وضعه يكون احسن واحسن واحسن معناه بده يشتغل أكثر ساعات أكثر وممكن حتى يدخل في اعمال كثيرة فحيصير صحيح ممكن انه مطلب الامان المادي كسبه لكن خسر أكثر بانه كان على حساب كثير اشياء من حياته - 00:01:00

هذا وجہ من اوجہ ليش لما منطلب اکثر ممکن نخسر اکثر وطبعاً های مش قاعدة عامة في کل شيء في اشياء لا بنتطلب اکثر وممکن تنهول شيء جید لكن القصد انها قاعدة مهمة في المطلب الزائد للامان. في بعض العلاقات مثلاً نحوكي عن العلاقات الزوجية - 00:01:20

او علاقۃ الام بابنها خلينا نبلش بالعلاقة الزوجية لانه بجوز بتهم عدد كبير من الناس. في العلاقات الزوجية بنلاقي الزوج او الزوجة عماله بيطلب يطلب من الشخص الآخر طلبات كثيرة. تأکد على امانه. عالحب والولاء والاحسان في حقه. اللي بصیر - 00:01:40

قد يكون الشخص المتطلب بأثر بشكل كثير سلبي عالشخص المطلوب منه. يعني تخيل انت كزوج او كزوجة الشخص الثاني بيطلب منك كثیر تأکد قدیش انت بتتجبه وتعمل اکثر ودائماً تبذل جهد اکثر وشو ما عملت ممکن حتى بحسسك انك مقصراً - 00:02:00

لازم تعمل اکثر. هو بده يشعر بالامان. لكن انت حتبلش تفقد الامان. والسبب انه کمان احنا لما نكون منشتغل او بشركة او بعلاقة زوجية او بالعلاقة الوالدية اللي حنشرح عنها اکثر. ويصیر الشخص بيطلب منك کثیر وانت توصل لمرحلة - 00:02:20

قدمت کثیر حتبلش شوي شوي تنسحب من هذه العلاقة لانها حتصیر علاقة سمیة. شو السبب انها؟ علاقۃ سمیة لانه هتفقد الاحساس بالرضا لما يكون الشخص متطلب. مديرک في العمل المتطلب کثیر. شو ما عملت؟ بطلب اکثر وانت مقصراً لازم تعمل اکثر وتتجهد - 00:02:40

اکثر مع المدة حتشعر انه شو ما قدمت عالفاوضي ما فش حدا بيرضى وانت حتفقد مكون او شعور الرضا عن اللي بتقدمه وعن عملک عالاغلب حيبلاش هادا يكون اول مسمار في نعش هذا العمل. بدك تنسحب من هذا العمل - 00:03:00

ايه ضد في العلاقة الزوجية هي الزوج اللي بطلب اکثر؟ الفرد الثاني اللي عماله بقدم اکثر و يقدم اکثر و يقدم اکثر حيوصل لمرحلة حيكون صار وكيل - 00:03:20

انه عاجز انه يقدم اکثر لانه وكأنه احترق في هذه العلاقة من کثر ما قدم. ستصبح هذه العلاقة كانها علاقۃ سمیة. لانه بطل يشعر بالرضا رضا شو ما قدمت عالفاوضي وبدهم اکثر بدها مني اکثر او بده مني اکثر. اذا مهما قدمت عالفاوضي حتسیر العلاقة مهددة

في هذه العلاقة لانه شو ما قدمت ما عماله بيرضى وبالتالي انا بطلت كمان اشعر بالرضا. لانه شو ما عملت عالفااضي فحتأثر عالعلاقة بحيث انها ح تكون ايضا قد تكون يعني السابقة الاولى او السبب في الانسحاب من العلاقة او فتور العلاقة فيها - 00:03:50

ما بعد او حتى تصير في ردة فعل عكسية فيما بعد. لانه شو ما عملت عالفااضي اذا مش مش حقدر اقدم وارضي الشخص اللي في المقابل. اذا زائد في هاي العلاقة. حتى في العلاقة الوالدية الام او الاب احيانا بيكون متطلب بتطلب زائد من الابن. بدك تدرس اكثر تنجح - 00:04:10

اكثر تكون الاحسن الافضل الاجمل كل اشي تمام. في بعض اولادنا بنستغرب طب انا موفر له كل اشي واللي انه بس يدرس. طيب كيف الطريقة اللي بتطلب منه هذا الكلام؟ نكتشف انه وهذا اللي بصير وبنسمعه بالعيادة وخارج العيادة. انه هاد الولد تعرض لاحباط - 00:04:30

شديد لانه هو الاول والاحسن والافضل بحاول يعمل جهده وبحس انه لم هذا شو ما عمل هو غير كافي. هو مقصرا. فبصيبيه من الاحباط بيعمل ردة فعل عكسية. مش قد الجميع. بس هذه نقطة مهمة لازم ننتبه لها لانه البعض وعدد لا بأس فيه من الناس هذا اللي بصير عنده - 00:04:50

بصير عنده احباط شديد فباثر عطبيعة العلاقة الوالدية وايضا بأثر على انجاز هذا الشخص. لانه ما فش اه تعزيز يعني انت ما بتنجز شيء و بتسمع لك كلمة كويسة هذا التعزيز بخليك تستمر لكن بنجز بعمل بدرس تكون الاول الاحسن بعمل كل اشي بدهم ايات اهلي ومع ذلك دايما بشعروني - 00:05:10

مقصر فعلفااضي عملت ولا ما عملت. فبصيبيه احباط وهذا بأثر على العلاقة الوالدية وعلى انجاز ابنائنا. اذا بدك تنتبه قديش تطلب من الناس اللي انت على علاقة معهم لانه ممكن طلبك للاكثر يخليك تخسر اكتر. السلام عليكم - 00:05:30

ورحمة الله وبركاته - 00:05:50