

# تعرف على أثر تصرفاتك على نفسيات الآخرين.

خالد بن حمد الجابر

هل تدرك اثر تصرفاتك وافعالك وطبيعتك على نفسيات الاخرين دعني احدثك عن اثر العلاقات على النفسيات العلاقات لها اثار ايجابية واثار سلبية على العلاقات سنبدأ بالاثار الايجابية بمعنى انه انت نفسك قد تكون مصدر من مصادر السعادة والراحة والانس للآخرين.

لكن ايضا لها اثر سلبي لها اثار ايجابية لك انت ايضا في البداية - [00:00:01](#)

آآ الصحة النفسية لك العلاقات الحسنة مصدر من مصادر السعادة والسرور. وايضا صحة نفسية وسعادة للآخرين وعلاقات مستمرة تورت السكينة واسرة مستقرة. وعمل مستقر وشبكة اجتماعية مستقرة ففي النهاية اه اه تصرفاتك وافعالك الحسنة - [00:00:28](#)

تؤدي الى خفض التوتر والتشنج والخصومات الى اخره في قائمة طويلة جدا لكن ايضا هناك اثر سلبي للعلاقات السيئة على

النفسيات. هذا واضح عندنا في العيادة يعني سواء عليك او على المتضررين منك الاكتئاب - [00:00:48](#)

قلق اه المشاكل الاسرية المشاكل التربوية اثر العمل اثر العلاقات السيئة على العمل والانتاجية خلافات العمل الى خليفة واضح

جدا اذا طبيعتك وتصرفاتك لها اثار نفسية كثيرة عليك على الاخرين. ولهذا انا اود ان اذكرك ببعض القضايا المهمة - [00:01:05](#)

التي تساعدك على اه فهم تأثيرك انت على نفسيات الاخرين. اولا يجب ان تعرف نفسك. يجب ان تعرف نفسك. مهم جدا ان تعرف هل

انت اصلا مؤذي للآخرين؟ ولا انت مسعد للآخرين - [00:01:26](#)

والى اي درجة وايضا تعرف ما الجانب الذي فيك هو مصدر من مصادر السعادة للآخرين؟ وما الجانب الذي فيك هو مصدر من مصادر

الاذى والايذاء للآخرين؟ هل انت شرس في التعامل مع الاخرين - [00:01:38](#)

عنيف فظ غليظ ولا انت طيب لطيف لبق حنون حسن حسن الخلق معهم ثم ما يترتب على هذا كيف تعدل من طباعك وصفاتك

النفسية اذا كانت مؤثرة سلبا على الاخرين. كيف تتحول الى مصدر من مصادر الانس والسعادة للآخرين بدلا من تكون مصدرا -

[00:01:48](#)

من مصادر التنكيد عليهم. اهم شي هو التذكير بالقاعدة الاساسية جدا في التعامل مع الناس وهي قاعدة حسن الخلق قاعدة اسلامية

ممتازة جدا وهي اصل من اصول علم النفس الاسلامي عندنا في باب العلاقات انه القاعدة في التعامل مع الناس هي الالتزام -

[00:02:08](#)

بالمبادئ وليس المعاملة بالمثل يعني ليست هي المعاملة الرأسمالية المعاملة بالرأسمالية انا احسن اليك تسويقا ودعاية لا انا احسن

اليك لانه مبدأ لانه مبدأ عندي وانت لو تأملت في نصوص حسن الخلق تجد شيء عجيب. يعني مثلا الحديث المشهور الذي قارن بين

امرأتين. المرأتان هاتان كلتاها عشان حتى نسهل - [00:02:26](#)

المقارنة كلتاها آآ متوافقتان في الاصول في العقيدة يعني وفي الفرائض لكن الفرق في النوافل هذه المرأة نوافلها في العبادة

والصيام والذكر وقراءة القرآن. وهذه المرأة نوافلها في حسن الخلق - [00:02:52](#)

وآآ التعامل الحسن مع الناس وترك الغيبة وترك الكلام فيهم بالنص بالنص الحديث يوم القيامة الثنتين نفس الشيء مثل بعض في الاجر

والمرتبة والمنزلة عند الله سبحانه وتعالى فهذا يبين قيمة حسن الخلق - [00:03:08](#)

ولهذا من المهم جدا انه انت تكون من الناس الذين يعني يطيبون خواطر الناس يواسون الناس انفعاليا المواساة الانفعالية واه اه

بحيث انه انت فعلا تكون مصدر من مصادر الانس لهم والمواساة. مما يساعدك على هذا على على حسن التعامل مع الناس وعلى -

[00:03:26](#)

تكون مصدر ومصادر السعادة وان تتوقف عن ابياء الناس هو ان تتذكر البعد الديني في هذا في هذا الموضوع. اولا ببعد الاحتساب في العلاقات ومراقبة ان تفعل هذا لانه امر الله لانه امر ديني. ثم الثاني ان تفعله لانه لان المخالفة فيه عظيمة جدا - 00:03:46 وايذاء المؤمنين وردت فيه يعني تحذيرات شديدة اللهجة في القرآن آآ والسنة. لكن ايضا انا ودي اختتم هنا ودي اوجه الخطاب للشخص الذي قد يعني قد يتلقى بعض الايذاء من الاخرين لا تعلق نفسك على تطيبب الاخرين لنفسيتك وخاطرك وخاطرك -

00:04:06

لا تبالغ في هذا الجوع العاطفي هذا الجوع الانفعالي وهذا مرض والله مرض ومشكلة كبيرة ويحتاج منا نحن في علم النفس الاسلامي الى دراسة بعمق لانه فعلا اصبح منتشرا في هذا الوقت - 00:04:24

- 00:04:39