

# #مفهوم\_#التغيير4(#دكتور\_#يوسف\_#مسلم\_برنامج\_#أزمة\_#مفاهيم

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. هذا برنامج أزمة مفاهيم ومحدثكم الدكتور يوسف مسلم. نتحدث اليوم في الجزء الرابع حول مفهوم التغيير. مفهوم التغيير كما تحدثنا سابقاً ليست الأشكالية في المفهوم ذاته - [00:00:03](#)

الأشكالية في قائمة المفهوم. كما شرحتنا في الحلقة الماضية عندما يتبع هذا المفهوم أشياء ليست منه مثلاً الناس بتضع أشياء إضافية على مفهوم التغيير ما يبيحتملها هذا المفهوم. طيب شو دخلنا أهنا في الجانب النفسي في موضوع الحديث عن مفهوم التغيير - [00:00:23](#)

لأنه كثير من الناس صار عندهم قلق التغيير. يحس بعدم الرضا عن كثير من الأشياء. لازم أغير لازم اتغير لازم أشياء كثير حاولت تغير. وبالتالي بـلـش يضيف على مفهوم التغيير تفاصيل زي ما حكينا هي - [00:00:43](#)

من قائمته الخاصة لكنها لا تحتمل أنها تدخل على مفهوم التغيير. بكل بساطة زي ما بننصح طلاب التوجيهي. لو حكينا عنا اللي بين توجيهي اسعد وسعيد. اسعد كان مركز كثير على أنه يجيـب عـالـمـة عـالـيـة. هـمـهـ وـكـلـ تـفـكـيرـهـ كـيـفـ يـجـيـبـ عـالـمـةـ - [00:01:03](#)

عليـ بيـنـماـ سـعـيـدـ أـجـيـنـاـ وـنـصـحـنـاهـ وـقـلـنـاـ لـهـ أـنـهـ مـوـضـوـعـ التـرـكـيـزـ عـالـعـلـامـةـ عـالـنـاتـجـ لـمـاـ تـرـكـ عـالـنـاتـجـ كـثـيرـ وـتـفـكـرـ بـالـنـاتـجـ تـمـامـ حـيـكـونـ مـرـهـقـ

رـكـزـ عـالـادـاءـ مـشـ عـالـنـاتـجـ لـاـنـهـ النـاتـجـ هـوـ حـصـيـلـةـ الـادـاءـ. النـاتـجـ حـصـيـلـةـ الـادـاءـ. طـيـبـ كـيـفـ مـمـكـنـ تـرـكـ عـلـىـ الـادـاءـ؟ـ يـعـنـيـ رـكـزـ اـنـكـ تـدـرـسـ

بـشـكـلـ جـيـدـ - [00:01:23](#)

جـداـ وـبـتـبـذـلـ كـلـ جـهـدـكـ اـنـكـ تـدـرـسـ يـعـنـيـ نـعـطـيـكـ مـثـلـ حـصـةـ يـوـمـيـةـ مـنـ سـتـ أوـ سـبـعـ سـاعـاتـ درـاسـيـةـ تـدـرـسـهـاـ بـشـكـلـ جـيـدـ. لـاـ تـفـكـرـ نـهـائـيـاـ

وـلـاـ تـشـغـلـ بـالـكـ شـوـ يـكـونـ النـاتـجـ. المـهـمـ اـنـ تـدـرـسـ جـيـداـ. يـعـنـيـ تـقـوـمـ بـالـمـهـمـةـ الـاـسـاسـيـةـ. لـاـنـهـ اـذـاـ درـسـتـ جـيـداـ - [00:01:47](#)

تـحـصـيـلـ حـاـصـلـ النـاتـجـ حـيـكـونـ جـيـدـ. فـهـاـدـاـ اللـيـ بـيـفـرـقـ مـنـ الـزاـوـيـةـ الـنـفـسـيـةـ اـهـنـاـ بـدـنـاـ نـرـكـزـ عـالـادـاءـ مـشـ عـالـنـاتـجـ فـقـطـ بـالـنـاتـجـ وـالـنـاتـجـ

هـيـ كـانـهـ بـدـيـ الـهـدـفـ الـفـلـانـيـ. صـحـيـحـ رـكـزـ عـالـنـاتـجـ لـحـدـ مـعـيـنـ اوـ لـمـقـدـارـ مـعـيـنـ - [00:02:07](#)

لـكـنـ لـاـ تـغـرـقـ فـيـ الـقـلـقـ عـلـىـ النـاتـجـ. بـدـكـ نـتـيـجـةـ دـائـمـاـ رـكـزـ عـلـىـ اـدـائـكـ. لـاجـلـ ذـلـكـ لـمـاـ اـجـيـنـاـ وـغـطـيـنـاـ الـزاـوـيـةـ الـنـفـسـيـةـ كـانـ هـدـفـنـاـ اـنـهـ نـوـضـحـ

اـنـهـ تـغـيـرـ يـحـمـلـوـهـ النـاسـ اـحـيـاـ اـشـيـاءـ مـاـ بـيـحـتـمـلـهـاـ. بـبـاسـاطـةـ تـغـيـرـ هـوـ التـفـكـيرـ اوـ التـصـرـفـ بـطـرـيـقـةـ عـلـىـ غـيرـ مـعـنـدـ - [00:02:27](#)

اـنـكـ تـعـمـلـ. يـعـنـيـ لـمـاـ اـنـتـ بـتـفـكـرـ اوـ بـتـتـصـرـفـ بـطـرـيـقـةـ تـخـتـلـفـ عـنـ عـادـاتـكـ الـشـخـصـيـةـ. كـيـفـ اـنـتـ تـعـوـدـتـ اوـ عـادـاتـ الـاجـتمـاعـيـةـ الـمـحـيـطـةـ

حـوـلـكـ اوـ فـيـكـ اـنـتـ اـحـدـثـ نـوـعـ مـنـ التـغـيـرـ. لـكـنـ وـيـنـ المـشـكـلـةـ زيـ ماـ حـكـيـنـاـ؟ـ بـالـتـفـكـيرـ بـالـنـاتـجـ لـمـاـ تـصـيـرـ اـنـتـ مـشـغـولـ جـداـ بـدـكـ - [00:02:47](#)

يـحـصـلـ نـتـيـجـةـ. مـشـانـ هـيـكـ الـاـقـلـ قـلـقاـ وـاـقـلـ اـحـبـاطـاـ مـنـ النـاـحـيـةـ الـنـفـسـيـةـ اـنـكـ تـرـكـ بـدـلـ التـغـيـرـ التـغـيـرـ نـتـيـجـةـ تـرـكـ عـالـادـاءـ وـالـلـيـ هـوـ

الـتـأـثـيرـ. وـالـتـأـثـيرـ بـدـلـ المـمـكـنـ ضـمـنـ الـمـسـطـطـاعـ لـتـحـقـيقـ تـأـثـيرـ قـدـ - [00:03:07](#)

تـهـيـ بـشـيـءـ مـنـ التـغـيـرـ. وـهـذـاـ فـرـقـ اللـيـ بـنـحـاـوـلـ نـحـكـيـهـ. اـذـاـ نـعـيـدـهـاـ لـتـعـلـقـ فـيـ اـذـهـانـاـ. فـرـقـ بـيـنـ التـرـكـيـزـ عـالـنـاتـجـ اوـ بـلـيـزـ عـلـىـ الـادـاءـ.

دـائـمـاـ تـذـكـرـ اـنـ تـرـكـ عـلـىـ الـادـاءـ. اـيـ نـتـيـجـةـ بـدـكـ اـيـاـهـاـ اـسـأـلـ نـفـسـكـ سـؤـالـ. اـيـشـ هـوـ الـادـاءـ الـمـنـاسـبـ - [00:03:27](#)

الـلـيـ مـمـكـنـ يـوـصـلـنـيـ لـهـاـيـ النـتـيـجـةـ. فـلـمـاـ بـتـعـرـفـ الـادـاءـ الـمـنـاسـبـ بـتـعـرـفـ عـلـىـ اـيـشـ تـرـكـ وـلـاـ تـشـغـلـ نـفـسـكـ بـالـنـاتـجـ. اـشـغـلـ نـفـسـكـ اـكـثـرـ دـائـمـاـ

بـالـأـدـاءـ الـلـازـمـ وـالـلـيـ تـحـصـيـلـ حـاـصـلـ حـيـادـيـ لـنـاتـجـ. اـذـاـ بـدـلـ مـاـ تـشـغـلـ نـفـسـكـ بـنـنـاتـجـ التـغـيـرـ. اـشـغـلـ نـفـسـكـ وـاـشـغـلـ - [00:03:47](#)

لذهنك واستثمر جهداك في التأثير بحيث انك تبذل الممكن ضمن المستطاع لتحقيق تأثير قد ينتهي بشيء من التغيير وايضا دين وجود هذا التغيير لانه احيانا ليس استخدمنا كلمة ممكن ومستطاع احيانا الامور حولنا بتكون ما بتحتمل انه نقدر نغيرها - [00:04:07](#)

مثلا ما حدا بيقدر يغير اهله في اشياء مفروضة علينا. وبالتالي بتبذل الممكن لك او الممكن ضمن محيطك ضمن استطاعتك لانه احيانا الاستطاعة بتكون محدودة في عمل تأثير. وهادا بقلل مستوى الاحباط - [00:04:27](#)

قلل مستوى الانزعاج بيكمل مستوى الاحساس بالفشل. اذا ما استطعت. تحصل التغيير لانه التغيير احيانا زي ما حكينا يكون في ذهنك بتحمله بشكل اكبر مما يحتمل او تعطيه تعريف او بتعطيه وصف هو غير صحيح. اذا التأثير بدل - [00:04:47](#)

تغير لانه التأثير هو الاداء والتغيير هو النتيجة. نستودعكم الله عز وجل ونلقاكم المرة القادمة ان شاء الله في اللقاء الخامس بتفاصيل اكبر عن التغيير - [00:05:07](#)