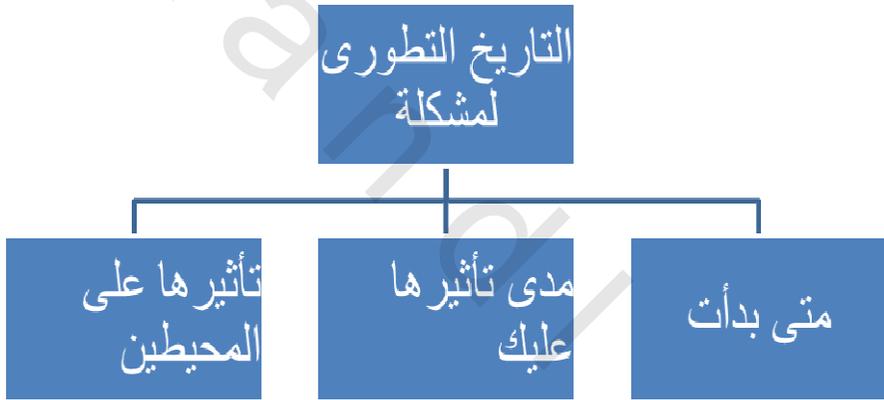
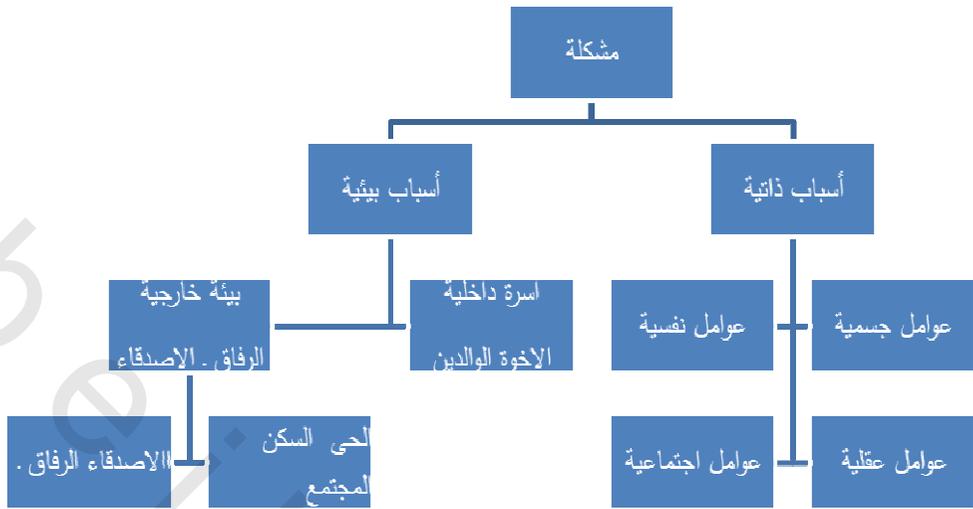


المحاضرة الثالثة عشرة  
حل المشكلات بطريقة علمية

obeikandi.com

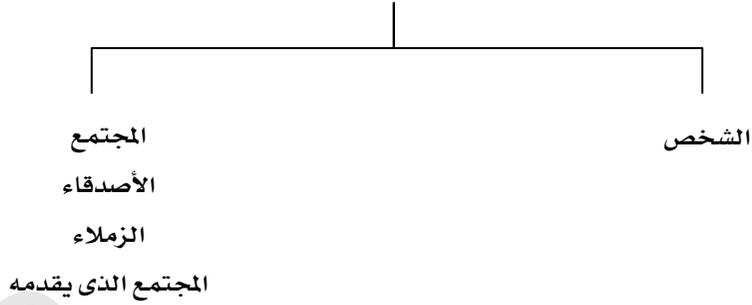


### التشخيص لأسباب المشكلة

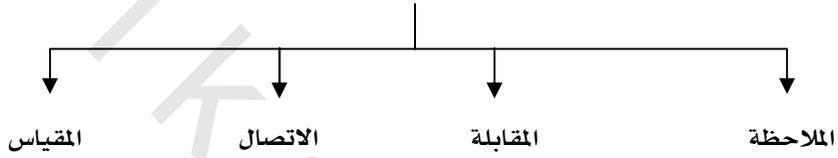
- ١- عوامل ذاتية ودينية قوية بنسبة كبيرة.
- ٢- عوامل ذاتية أكثر من
- ٣- عوامل بيئية أكثر من الذاتية.
- ٤- عوامل بيئية وذاتية بنسبة أقل.
- ٥- الموقف والتحويل.

شخص نفسك وحدد العوامل التي أدت الى مشكلتك أولاً

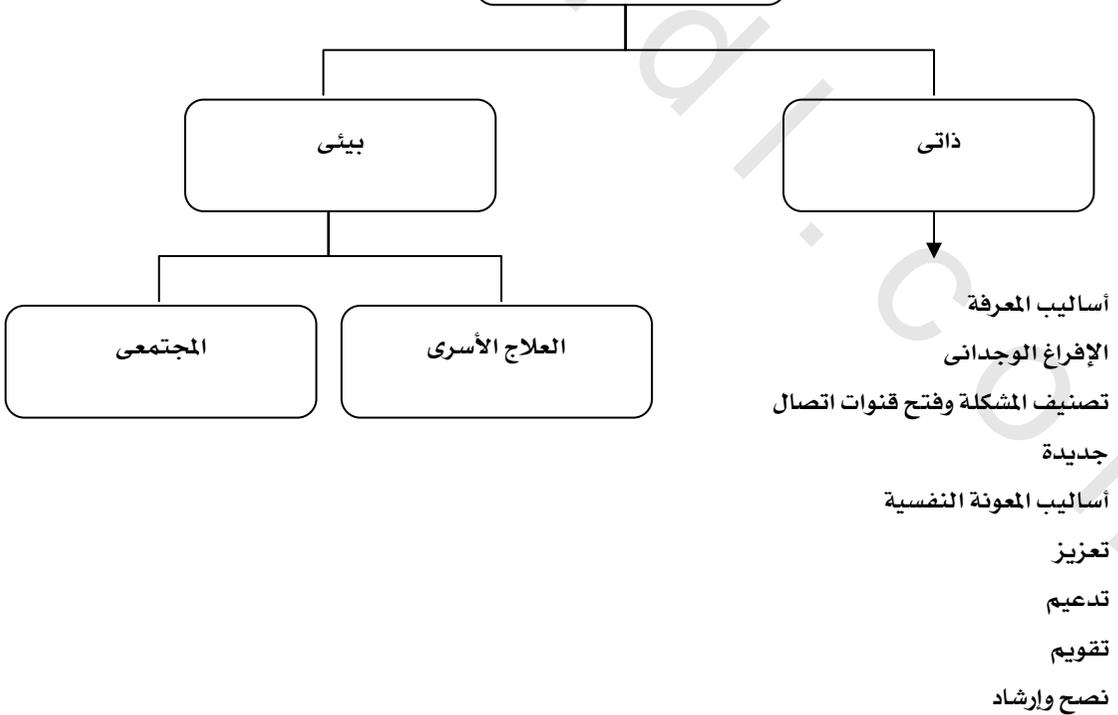
## مناطق دراسة المشكلة



## أساليب ووسائل الدراسة



## أساليب العلاج



### والأخص خطوات حل المشكلة في التالي :

- ✚ تحديد العوامل التي ادت للمشكلة هل هي عوامل ذاتية مرتبطة بشخصيتك ومنها العوامل الجسمية والعوامل النفسية والاجتماعية والعقلية أما هي عوامل بيئية ترتبط بالأسرة والاصدقاء والمجتمع
- ✚ تقوم بعملية دراسة عن هذه العوامل هي هي مستجدة ام منذ زمن بعيد وماهى الاثار المرتبة عليها ومدى تأثرك بها
- ✚ ثم تشخص بدقة العوامل التي ادت لمشكلتك بالضبط هل هي عوامل ذاتية ام بيئية ام الاثنان معا .
- ✚ العلاج نبدأ في هذه المرحلة العلاج اذا كانت المشكلة ذاتية تتطلب علاج ذاتي مثل التفريغ الوجداني التحدث مع صديق عن المشكلة أو التعزيز والتدعيم للايجابيات او من خلال التصميم والعزيمة والاصرار على التغيير، والتغير والحل ليس بالسهل وانما يحتاج لصبر وصمود وتضحية وشخصية قوية تتحدى العقبات حتى تصل الى بر الامان ، فحل المشكلة والتغيير له ثمن لا بد وان تدفعه
- ✚ اما اذ كانت المشكلة مرتبطة بالأسرة فلا بد من المواجهة والحوار للحل واذا كانت مرتبطة بالاصدقاء يجب اخذ قرار فوري بالبعد عن الاصدقاء الذين هم سبب المشكلة والتعرف على اصدقاء جدد وحياة جديدة تبعدك عن مشكلات الماضي واحزانه
- ✚ اما اذا كانت المشكلة عاطفية فيجب استدعاء العقل للحكم فيها ولا بد من التفكير المنطقي بعيدا عن الاحاسيس والمشاعر لأن العقل سوف يحفظ كرامتك ويحافظ عليك من الانجراف الى هاوية المشاعر التي ليست لها معايير تحكمها

المتابعة والاصرار على الحل اى مشكلة لها توابع واحيانا تجد نفسك في حنين الى ماكنت تفعله من سلوكات خاطئة وإن النفس البشرية تأمر بالسؤ والله عزل وجل ألهمها فجورها وتقواها ولا بد وأن تدعم وتصر على تقواها وتحاسب نفسك يوميا على ماتفعل حتى تظل في امان دائم.

واعلم جيدا:

من يتقى الله يجعل له مخرجا ويرزقه من حيث لا يحتسب

توكل على الله فإن الله يحب المتوكيل

استعن بالله وقل الله ماعنا بك عما سواك

وماتوفيقى إلا بالله رب العالمين

إن الله على كل شىء قدير

فى السماء رزقكم وماتوعدون

ولو كان الرزق بالقوة ما اخذ العصفور من الصقر شيئا

وكما قال الامام الحسن البصرى علمت أن رزقى لا يأخذه أحدا غيرى فطمأن قلبى.

وصلى على سيدنا محمد عليه وعلى اله واصحابه اجمعين