

EBT#2 P2 - Basic Level

Day 1

Introduction

الانماط الشعورية

- المشاعر مركبة وهكذا درسنا الاتجاهات الشعورية وتجمعها يعطي مشاعر القيم
- هذه المشاعر تشكل انماط شعورية نعيش بها
- نعيش بالانماط باتزان فطري او شهوة فطرية
- عندما نعيش الانماط الشعورية بتزان فطري نعيش لحظاتها براحة، عندما نعيش لحظاتها بشهوة فطرية نضطرب شعوريا (عدم راحة) وبامراض جسدية واضطراب في العلاقات
- تحليل لفهم الذات ولارشاد الذات للاتزان الفطري
- تحليل لفهم الانماط الشعورية خلف المشاكل والمواقف المتكررة

تقنية قياس المشاعر

- قام دكتور احمد باستخراج طريقة لقياس المشاعر للحظة مضطربة او متزنة مبنية على نظرية المنطقية التنظيمية لتصنيف CTRL
- قام باضافة الفطرة كمرجعية لتحليل المشاعر وكمرجعية للاتزان في الاضطراب الشعوري بعد تحليلة بتطوير النظرية لتكون المنطقية التنظيمية لتصنيف المشاعر فطريا FECTRL

تقنية قياس المشاعر

- استخراج كود مكون من 4 ألوان \قيم\ (أرقام) (بطريق مختلفة لمستويات وعي مختلفة بدون استخدام كتاب الألوان)
- مستوى الوعي \مستوى لوعي
- الكود اللوني
 - 1الازرق :قيمة الطمأنينة شعورا) مع الذات (والاستقامة حسا)خارجي)
 - 2الاخضر :قيمة القيمة شعورا) مع الذات (والانسانية حسا)خارجي)
 - 3القدرة :قيمة القدرة على حل المشاكل شعورا) مع الذات (والدعم حسا)خارجي)
 - 4الاصفر :قيمة الحرية شعورا) مع الذات (والمتابعة حسا)خارجي)

Agenda

Agenda

- الفصل الاول
 - الطريقة الاساسية لاستخراج الكود (اقرب للواعي)
 - الاتزان : معاشة الدور الفطري مع الذات من الداخل للخارج
- الفصل الثاني
 - طريقة استخراج كود المراحل العصبية المختلفة (التدرج في الاضطراب)
- الفصل الثالث
 - طريقة استخراج منظور من صورة و مقطع
- الفصل الرابع
 - تماهي الشكوى

الفصل الاول

الطريقة الاساسية لقياس المشاعر

لحظة اضطراب

لحظة اتزان

استخراج كود لحظة اضطراب

ملخص الخطوات

- تدريب المعنى العاطفي
- اسئلة استخراج الكود
- توزيع الاشارات واستخراج التصنيف
- تحليل الخانات بمعنى عاطفي و معنى منطقي تصنيفي
- ارشاد للاتزان الفطري (الدور العاطفي مع الذات)

نقاط هامة

- الانتباه للإجابة على كل الاسئلة في نفس اللحظة
- الانتباه للإجابة بناءا على مشاعر اللحظة وليس الأحداث والأفعال
 - ماذا يعني هذا الحدث شعورا
 - ماذا يعني هذا الفعل شعورا
- الانتباه للشعور الذات في اللحظة وليس على الآخر

تدريب المعنى العاطفي

خطوات تحليل لحظة الاضطراب الشعوري كما يشعرها صاحبها

1. تحديد لحظة الاضطراب الشعوري
2. تطبيق تمرين (المعنى العاطفي) للشعور المضطرب

● التمرين :

- اكتب أعلي الصفحة من جهة اليمين ((الشعور المضطرب))
- ماذا تعني هذه اللحظة لك شعوريا في 10 كلمات
- اقرأ ما كتبت بصوت مرتفع حتي تشعر
- ما اكثر 3 كلمات لمست قلبك
- ما أكثر كلمة مؤلمة

● فائدة التمرين :

- التأكد من الوصول الي الشعور المضطرب المؤلم في حال الاضطراب والشعور المريح الفطري في حال الاتزان والتركيز على هذه اللحظة فقط دون تشتيت
- التأكد من المعنى العاطفي للاضطراب للعميل

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (4)

نسأل العميل عما يضايقه بخصوص شكواه ونخيره بين 4 إجابات (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة)

(نبدأ باخر خانة لانه الشعور الضيق الذي اتجنبه او ارفضه)

1. هل المظاهر الحسية من حولك لا تعكس حب واستيعاب لك او لا يفهمك
2. هل المظاهر الحسية من حولك لا يتم تقديرك ولا اعتبارك
3. هل المظاهر الحسية من حولك لا يساندونك او يدعموك ويظلموك
4. هل المظاهر الحسية من حولك ان الاخر يعطلك عن اهدافك ويسبب لك مشاكل

رقم الإجابة التي يختارها العميل نضعها في مركز م(4)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (1)

1. نسأل العميل عن رد فعله تجاه شعور الضيق ونخيره بين 3 إجابات (الألوان الثلاثة لا تشمل لون م(4)

1. هل شعرت انك تنبذ ذاتك لمن تحب

2. هل شعرت انك اعلى وافضل من الاخرين وان وجهت نظرك هي الصح

3. هل شعرت ان طريقتك هي الافضل

4. هل شعرت انك عليك الهروب من الموقف

2. ضع رقم الترتيب الذي اختاره العميل في المركز م(1)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | التأكد من صحة م 4 وم 1

• للتأكد من صحة م 1 وم 4 نسال عن معنى م 2) و (3سويا

1. نسال العميل عن الشعور الذي يضع فيه جهدا كثيرا ولا يشعر بالإكتفاء .
2. نسال العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان (من ال 6إختيارات التالية
 1. السهولة والمرونة والإستقبال والتعلم ع1)و(4
 2. الإلتزام بهمة بما يجب عليه القيام به (المسؤولية ع2)و(3
 3. الجدية والتمسك بالصح ونبذ الخطأ ع1)و(2
 4. التحرر بمرح وإبتكار مع المجتمع من حوله (إجتماعي ع3)و(4
 5. عاطفة وحنان أو إستيعاب أو تقبل لمن حوله ع1)و(3
 6. الإهتمام بالتفاصيل الدقيقة والشعور بالتميزوالإستقلال ع2)و(4

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تأكيد مسار الكود

1. إن طابق اختيار العميل السؤال فهذا معناه أن بناء الكود في طريقه الصحيح

1. إن لم يطابق اختيار العميل السؤال فلنبدأ من الخطوة الأولى مرة أخرى لبناء الكود

1. موافقة العميل على سؤال 3تؤكد أن الألوان بالمراكز م (4)وم (1)دقيقة وسليمة

1. هذه الخطوة أساسية للتأكد من صحة الكود

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تحديد م(2) و (3) نحدد العاطفتان المحتملتان في م(1) و (2وم3) و (4)

1. ندمج كل من العاطفتين (اللونين) (المتبقيين مع العاطفة بمركز م(4)
2. نسأل العميل أن يختار أي عاطفة منهما يفتقدها أكثر من قائمة العواطف ال 6 السابقة في خطوة رقم 4
3. العاطفة المختارة تحتوى على عاطفة م (4) وعاطفة أخرى .
4. يتم وضع العاطفة الأخرى في م (3)
5. نضع العاطفة الرابعة المتبقية في م(2)
6. نسأل العميل هل م (2) أم م (3) أكثر إقلاقاً ويسبب له الشعور المرفوض في مركز م (4)
7. خطوة رقم 6 السابقة هي خطوة تأكيداً لصحة الكود (كود التوتر)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2) و3)

ندمج معني م 4و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

1. الشعور الذى يبحث عن مظاهره الحسية في هذه اللحظة اكثر من ال 6إختيارات التالية
(م 4مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين:)

1. المرونة والسهولة والمرح ع1) و4)
2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع2) و3)
3. السلام والعدل والامان ع1) و2)
4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع3) و4)
5. الاندماج والحنية ع1) و3)
6. التميز والاتقان والدقة ع2) و4)

استخراج كود لحظة اتزان

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | الموقف

1. أسأل العميل أن يختار الموضوع الذي يرغب تحديد عواطفه تجاهه في لحظة محدده

2. مثال:

- ما الذي تود أن تعرف أكثر عن عواطفك تجاهه؟؟
- موقف شعوريا اثر بك ايجابا وتريد ان تعرف مشاعرك به؟

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م (4)

نسأل العميل عما يقوم به تجاه مجتمعه ونخيره بين 4 إجابات (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة)

1. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس استقامتك وقيامك بدورك (من الداخل للخارج)
2. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس انسانيته وتواضعك وتقديرك لذاتك (من الداخل للخارج)
3. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس دعمك ومساندتك (من الداخل للخارج)
4. هل تبحث عن مظاهر الحسية لسعيك ومثابرتك لهدفك (من الداخل للخارج)

رقم الإجابة التي يختارها العميل نضعها في مركز م (4)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م (1)

1. نسأل العميل عن رد فعله في هذه اللحظة بين 3 إجابات (الألوان الثلاثة لا تشمل لون م (4)
 1. هل تشعر بالهدوء والطمأنينة
 2. هل شعرت بقيمتك واخترامك
 3. هل شعرت بقدرتك على الحل والتصرف
 4. هل شعرت بالاستمتاع بالمتاح والحرية
2. ضع رقم الترتيب الذي إختاره العميل في المركز م (1)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2 و 3

1. نسأل العميل عن الشعور الذي يتوجه له وهو في سلام مع حدوثه ومع عدم حدوثه
2. نسأل العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان) من ال 6 إختيارات التالية
 1. السهولة والمرونة والإستقبال والتعلم ع1 و4
 2. الإلتزام بهمة بما يجب عليه القيام به (المسؤولية ع2 و3)
 3. الجدية والالتزام بالصح ونبذ الخطأ ع1 و2
 4. التحرر بمرح وإبتكار مع المجتمع من حوله (إجتماعي ع3 و4)
 5. عاطفة وحنان أو إستيعاب أو تقبل لمن حوله ع1 و3
 6. الإهتمام بالتفاصيل الدقيقة والشعور بالتميز والإستقلال ع2 و4

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ا م 2 و 3

1. إن طابق إختيار العميل السؤال فهذا معناه أن بناء الكود في طريقه الصحيح
2. إن لم يطابق إختيار العميل السؤال فلنبدأ من الخطوة الأولى مرة أخرى لبناء الكود
3. موافقة العميل على سؤال 3 تؤكد أن الألوان بالمراكز م (4) وم (1) دقيقة وسليمة
4. هذه الخطوة أساسية للتأكد من صحة الكود

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تحديد م(2) و (3) نحدد العاطفتان المحتملتان في م(1) و (2وم3) و (4)

1. ندمج كل من العاطفتين (اللونين) (المتبقين مع العاطفة بمركز م(4)
2. نسأل العميل أن يختار أى عاطفة منهما يفتقدها أكثر من قائمة العواطف ال 6 السابقة في خطوة رقم 4
3. العاطفة المختارة تحتوى على عاطفة م (4) وعاطفة أخرى .
4. يتم وضع العاطفة الأخرى في م (3)
5. نضع العاطفة الرابعة المتبقية في م(2)
6. نسأل العميل هل م (2) أم م (3) أكثر توتر في مشاعره بين الايجابي والسلبي المتزنين
7. خطوة رقم 6 السابقة هي خطوة توكيدة لصحة الكود (كود التوتر)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2 و 3)

ندمج معني م 4 و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

1. الشعور الذي يبحث عن مظاهره الحسية في هذه اللحظة أكثر من ال 6 إختيارات التالية
(م 4 مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين:)

1. المرونة والسهولة والمرح ع1 و4)
2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع2 و3)
3. السلام والعدل والامان ع1 و2)
4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع3 و4)
5. الاندماج والحنية ع1 و3)
6. التميز والاتقان والدقة ع2 و4)

طرق التحليل

طريقة مركز مركز
طريقة مركزين مركزين

طريقة مركز مركز اتزان \ اضطراب

مرکز مرکز اتران

اشارات وتصنيف الكود

- كود متزن :
 - م (+) : 1
 - م (x) : 2
 - م (= | -/+) : 3
 - م (-) : 4
- استخراج التصنيف للكود (الاتجاهات الشعورية)
 - الابعد الاول (P1,P2) D1
 - البعد الثاني (P1,P3) D2

منظور الكود (م4) المعنى في كل الكود

- (1) دور في العلاقة
- (2) تقدير، وضع اجتماعي
- (3) حياة لا تعوقها مشاكل، تخطيط عملي processing
- (4) تحقيق هدف في رحلة حياة، اهتمام ورعاية

مرکز مرکز \ اتزان

- مرکز (1) شعوره مع الذات المرغوب فيه | ما يشعر به (معنى اللون الايجابي المتزن)
- مرکز (2) توتره مع نفسه (طريقة مرکز) (1) معنى اللون الإيجابي المتزن)
- مرکز (3) توتره مع الآخر (التوتر) ليس متأكد منه (معنى اللون) الايجابي | السلبي (المتزن)
- مرکز (4) شعوره مع ذاته كآخر \ ما يبحث عنه حسا (معنى اللون السلبي المتزن)

مرکز مرکز اضطراب

اشارات وتصنيف الكود

- كود مضطرب :
 - م(++): 1
 - م(x): 2
 - م(= | -/+): 3
 - م(--): 4 وهذا المركز هو توجه الكود كله
- استخراج التصنيف للكود (الاتجاهات الشعورية)
 - الابعد الاول D1 (P1,P2)
 - البعد الثاني D2 (P1,P3)

منظور الكود م4) المعنى في كل الكود

- (1) لا يقوم الاخر بدوره في العلاقة
- (2) الاخر لا يقوم بالتقدير
- (3) الاخر لا يقوم بمساعدة
- (4) الاخر يفسد المستقبل والخطه

مركز مركز اضطراب

- **مركز (1)** ما شعر به نتيجة لعدم وجود المظاهر الحسية لمركز (4) معنى اللون الايجابي المضطرب)
- **مركز (2)** توتري تجاه نفسي (طريقة مركز (1) معنى اللون الايجابي مضطرب اقل وضوحا)
- **مركز (3)** توتري تجاه الآخر (ليس متأكد منه) (معنى اللون الايجابي | السلبي) مضطرب اقل وضحا)
- **مركز (4)** يبحث عن مظاهره الحسية عند الآخر (معنى اللون السلبي المضطرب)

المعاني المستخدمة في التحليل

معاني القيم اتزاناً واضطراباً
معنى عاطفي \ معنى منطقي

المعاني المستخدمة في التحليل مادة اول 5 ايام معاني القيم

الالتزان الدور الفطري مع الذات

الالتزان

- معايشة الدور العاطفي مع الذات
- معايشة لمعنى المتزن للقيمة مع الذات من الداخل للخارج وليس احتياجا من الخارج للداخل

Day 2

الفصل الثاني

مراحل عمق الاضطراب (درجات الاضطراب)

الفرق بين المراحل

- المراحل (مراحل عصبية) هي تدرج الحال الشعوري والحسي من الاتزان الى الاضطراب
- اول مرحلة هو المتزن (الاجتماعي) يعيش فيه الشعور مع ذاته والمظاهر الحسية لذاته
- ثاني مرحلة هو اضطراب يلزم نفسه والآخر بالشعور والمظاهر الحسية التي تبعث على الشعور (معايشة المعنى المتزن بحرقه)
- ثالث مرحلة هو اضطراب اليأس من فائدة الزام نفسه والآخر من معايشة الشعور والمظاهر الحسية التي تبعث على الشعور (معايشة المعنى المتزن بعكسه)

طرق استخراج كود المراحل المختلفة

طرق استخراج كود المراحل المختلفة

- ثلاث مراحل تدرج في اضطرابات الشعورية
 - مرحلة الاتزان -المرحلة الاجتماعية
 - مرحلة الالتزام
 - مرحلة اليأس

طريقة استخراج كود مرحلة الاجتماعية الالتزان

تدريب المعنى العاطفي

خطوات تحليل لحظة راحة شعورية

1. تحديد لحظة راحة شعورية
2. تطبيق تمرين (المعنى العاطفي) (للشعور)

● التمرين :

- اكتب أعلي الصفحة من جهة اليمين ((الشعور المريح))
- ماذا تعني هذه اللحظة لك شعوريا في 10 كلمات
- اقرأ ما كتبت بصوت مرتفع حتي تشعر
- ما أكثر 3 كلمات لمست قلبك
- ما أكثر كلمة مؤلمة

● فائدة التمرين :

- التأكد من الوصول الي الشعور المضطرب المؤلم في حال الاضطراب والشعور المريح الفطري في حال الاتزان والتركيز على هذه اللحظة فقط دون تشتيت
- التأكد من المعنى العاطفي للاضطراب للعميلاو الشعور المريح الفطري

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م (4)

نسأل العميل عما يبحث عنه حسيا والشعور الذي يمثل هذا الحس لديه ونخيره بين 4 إجابات (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة)

1. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس استقامتك وقيامك بدورك (من الداخل للخارج)
2. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس انسانيته وتواضعك وتقديرك لذاتك (من الداخل للخارج)
3. هل تبحث عن المظاهر الحسية التي تعكس دعمك ومساندتك (من الداخل للخارج)
4. هل تبحث عن مظاهر الحسية لسعيك ومثابرتك لهدفك (من الداخل للخارج)

رقم الإجابة التي يختارها العميل نضعها في مركز م (4)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م (1)

1. نسأل العميل عن شعوره الداخلي في هذه اللحظة بين 3 إجابات (الألوان الثلاثة لا تشمل لون م(4)
 1. هل تشعر بالهدوء والطمأنينة
 2. هل شعرت بقيمتك و احترامك
 3. هل شعرت بقدرتك على الحل والتصرف
 4. هل شعرت بالاستمتاع بالمتاح والحرية
2. ضع رقم الترتيب الذي إختاره العميل في المركز م(1)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي |م2) و (3)

1. نسأل العميل عن الشعور الذي يتوجه له وهو في سلام مع حدوثه ومع عدم حدوثه
2. نسأل العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان (من ال 6إختيارات التالية
 1. السهولة والمرونة والإستقبال والتعلم ع1)و(4
 2. الإلتزام بهمة بما يجب عليه القيام به (المسؤولية ع2)و(3
 3. الجدية والالتزام بالصح ونبذ الخطأ ع1)و(2
 4. التحرر بمرح وإبتكار مع المجتمع من حوله وتعبير تأثيري ولغوي (إجتماعي ع3)و(4
 5. عاطفة وحنان أو إستيعاب أو تقبل لمن حوله ع1)و(3
 6. الإهتمام بالتفاصيل الدقيقة والشعور بالتميزوالإستقلال ع2)و(4

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2 و 3

1. إن طابق إختيار العميل السؤال فهذا معناه أن بناء الكود في طريقه الصحيح
2. إن لم يطابق إختيار العميل السؤال فلنبدأ من الخطوة الأولى مرة أخرى لبناء الكود
3. موافقة العميل على سؤال 3تؤكد أن الألوان بالمراكز م (4)وم (1)دقيقة وسليمة
4. هذه الخطوة أساسية للتأكد من صحة الكود

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تحديد م(2) و (3) نحدد العاطفتان المحتملتان في م(1) و (2وم3) و (4)

1. ندمج كل من العاطفتين (اللونين) (المتبقين مع العاطفة بمركز م(4)
2. نسأل العميل أن يختار أى عاطفة منهما يفتقدها أكثر من قائمة العواطف ال 6 السابقة في خطوة رقم 4
3. العاطفة المختارة تحتوى على عاطفة م (4) وعاطفة أخرى .
4. يتم وضع العاطفة الأخرى في م (3)
5. نضع العاطفة الرابعة المتبقية في م(2)
6. نسأل العميل هل م (2) أم م (3) أكثر توتر في مشاعره بين الايجابي والسلبي المتزنين
7. خطوة رقم 6 السابقة هي خطوة توكيدة لصحة الكود (كود التوتر)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي |م2) و(3)

1. نسأل العميل عن الشعور الذي يبحث فيه عن المظاهر الحسية التي تعكسه وهو في سلام مع حدوثه ومع عدم حدوثه
2. نسأل العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان (من ال 6إختيارات التالية
 1. السهولة والمرونة والإستقبال والتعلم ع1)و(4
 2. الإلتزام بهمة بما يجب عليه القيام به (المسؤولية ع2)و(3
 3. الجدية والالتزام بالصح ونبذ الخطأ ع1)و(2
 4. التحرر بمرح وإبتكار مع المجتمع من حوله وتعبير تأثيري ولغوي (إجتماعي ع3)و(4
 5. عاطفة وحنان أو إستيعاب أو تقبل لمن حوله ع1)و(3
 6. الإهتمام بالتفاصيل الدقيقة والشعور بالتميزوالإستقلال ع2)و(4

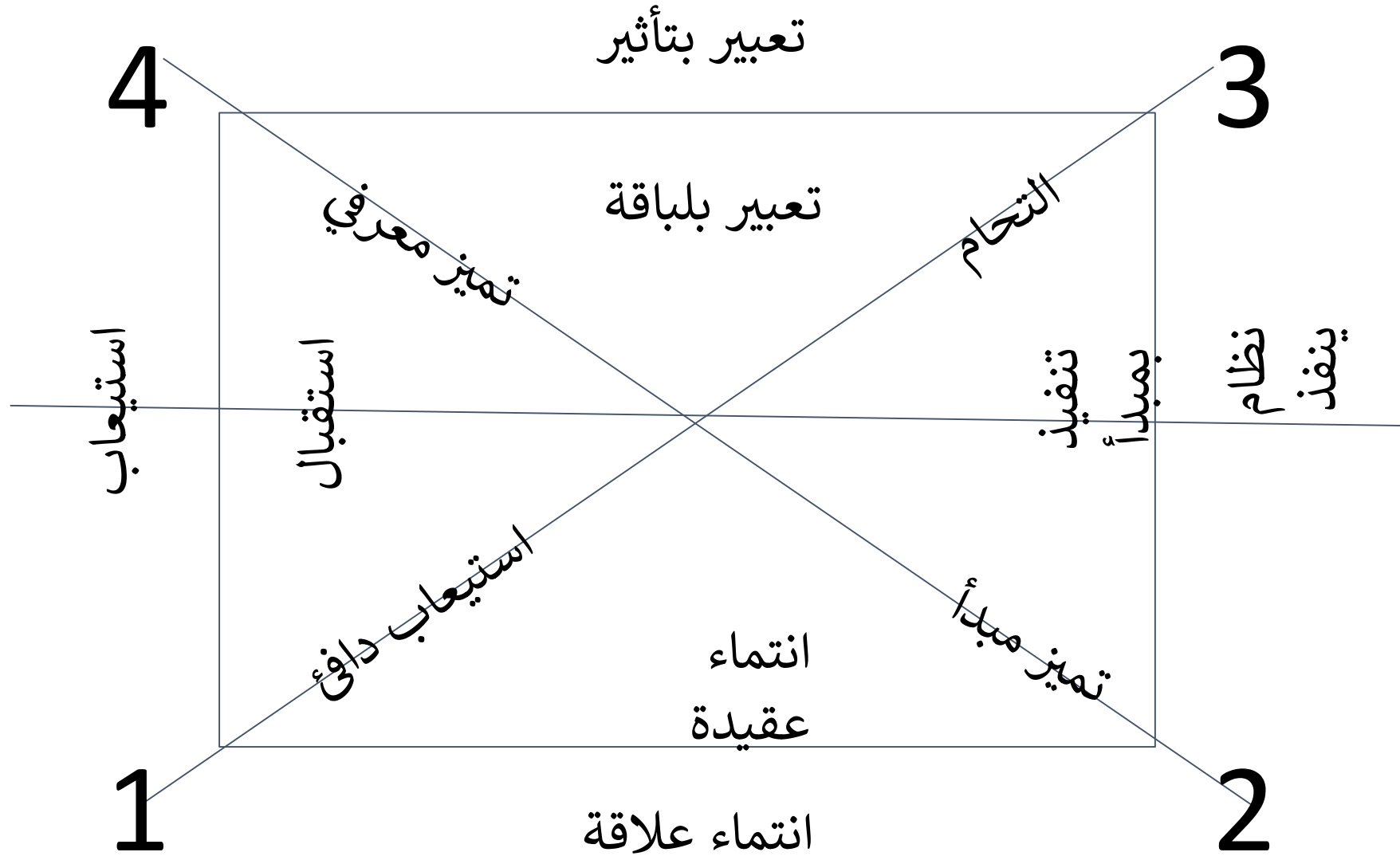
طرق التحليل \ المعاني المستخدمة في التحليل

معاني القيم
جداول المراحل

مرحلة الاجتماعية

- تحليل عاطفي للقيم (خانة خانة)
- تحليل منطقي للقيم (خانة خانة)
- تحليل المرحلة من المربع والجداول (خانتين خانتين)

مربع الاتزان



مرحلة الاجتماعية

محور الذات

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
13	أعيش استيعاب دافي / ذوبان وانصهار	يجد راحة وسلام في المظاهر الحسية التي تدل علي الاستيعاب الدافي - الأم الخبازة
31	أعيش الكرم والاندماج	يجد راحة وسلام في المظاهر الحسية التي تدل علي الضمة والقرب / حضن
24	عاش قيمتي بالطريقة الي بتمييزني	يجد المظاهر الحسية التي يبعث على قيمته الاصولية والعرقية
42	انا مميز بعلمي وتطويري وانفتاحي الفكري	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على تطوره المعرفي وتميزه الفكري

مرحلة الاجتماعية محور الزمان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
12	أعيش سلام وهدوء مبني علي أصول وقواعد \يعيش اتصال مع ذاته / يشعر الانتماء مع علاقاته الثابته (ذاته \ امه \ ابوه)	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على اتصاله بذاته وعلاقاته الثابته اتصال / جذور
21	اعيش ثوابتي العرقية والاصولية والتأصل العقيدي والهوية	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على رسوخ الاصول والعقائد والهوية
34	اعيش قدرتي على التعبير التأثيري عن ذاته	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على قدرته على التعبير التأثيري عن ذاته -الصقر
43	أعيش تعبيرى اللغوي والفني عن ذاتي -طلاقة في التعبير	يجد المظاهر الحسية التي تبعث عن التعبير اللغوي والفني عن الذات

مرحلة الاجتماعية

محور المكان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
14	أشعر انسجام وهدوء شديد / راحة و روقان	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على الانسجام والروقان
41	اشعر بالاستقبال والظهور والاضهار	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على ظهوره واستقباله واظهاره
23	يعيش تحقيق ارادته ووضع قواعد وانظمه تنفذ	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على تحقيق ارادته ونظامه والقواعد للتنفيذ
32	يعيش تأثيره بمهارته واجادة تصرفه القائم على المبادئ والقواعد	يجد المظاهر الحسية التي تبعث على تأيره بمهاره واتباع للنظم

تطبيق مع الحضور حالات اتزان (استخراج كود وتحليل)

مرحلة الالتزام

مرحلة الالزام (اضطراب الزام)
طريقة استخراج كود \ تحليل \ اتزان

تذكر لحظة الزام شديد بشعور معين
(الزام وحرقة)

تدريب المعنى العاطفي

خطوات تحليل لحظة الاضطراب الشعوري كما يشعرها صاحبها

1. تحديد لحظة الاضطراب الشعوري -الزام شديد لشعور ما ومظاهر حسية لشعور ما
2. تطبيق تمرين (المعنى العاطفي) (للشعور المضطرب)

● التمرين :

- اكتب أعلي الصفحة من جهة اليمين ((الشعور المضطرب))
- ماذا تعني هذه اللحظة لك شعوريا في 10 كلمات
- اقرأ ما كتبت بصوت مرتفع حتي تشعر
- ما اكثر 3 كلمات لمست قلبك
- ما أكثر كلمة مؤلمة

● فائدة التمرين :

- التأكد من الوصول الي الشعور المضطرب المؤلم في حال الاضطراب والشعور المريح الفطري في حال الاتزان والتركيز على هذه اللحظة فقط دون تشتيت
- التأكد من المعنى العاطفي للاضطراب للعميل

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (4)

نسأل العميل عما يضايقه بخصوص شكواه ونخيره بين 4 إجابات (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة)

(نبدأ باخر خانة لانه الشعور الضيق الذي اتجنبه او ارفضه)

1. هل تلزم الاخر بالمظاهر الحسية التي تبعث على ان الاخر يقوم بدوره باستقامة
2. هل تلزم الاخر بالمظاهر الحسية التي تبعث على ان الاخر يقدرك ويعطي قيمة لوجودك
3. هل تلزم الاخر بالمظاهر الحسية التي تبعث على ان الاخر يساندك ويدعمك على حل مشكلاتك
4. هل تلزم الاخر بالمظاهر الحسية التي تبعث على انه لا يسبب لك مشاكل في اهدافك المستقبلية ولا يعطلك

• رقم الإجابة التي يختارها العميل نضعها في مركز م(4)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (1)

1. نسأل العميل عن رد فعله تجاه شعور الضيق ونخيره بين 3 إجابات (الألوان الثلاثة لا تشمل لون م(4)

1. هل تشعر بالزام نفسك و الاخر بنبذ الذات
2. هل تشعر بالزام نفسك والاخر برأيك لانه هو الاصح عندا واصرارا
3. هل تشعر بالزام نفسك والاخر باتباع طريقتك لمهارتك الاعلى في هذا الشأن
4. هل تشعر بالزام نفسك والاخر بالهروب والتشتت وعدم المواجهة

2. ضع رقم الترتيب الذي اختاره العميل في المركز م(1)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | التأكد من صحة م 4وم 1

• للتأكد من صحة م 1وم 4نسال عن معنى م(2و (3سويا

1. نسأل العميل عن الشعور الذي يلزم ان يجده لكي يرتاح ولا يشعر بالإكتفاء .

2. نسأل العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان (من ال 6إختيارات التالية

1. بساطة واستعاب والمرونة والإستقبال والتعلم ع(1و(4

2. المسؤولية والتوجيه والتأثير ع(2و(3

3. الجدية والصح والانتماء ع(1و(2

4. التعبير عن الذات بحياد (إجتماعي ع(3و(4

5. عاطفة وحنان وعطاء ع(1و(3

6. الاتقان والدقة والاهتمام بالتفاصيل ع 2و(4

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تأكيد مسار الكود

1. إن طابق اختيار العميل السؤال فهذا معناه أن بناء الكود في طريقه الصحيح

1. إن لم يطابق اختيار العميل السؤال فلنبدأ من الخطوة الأولى مرة أخرى لبناء الكود

1. موافقة العميل على سؤال 3تؤكد أن الألوان بالمراكز م (4)وم (1)دقيقة وسليمة

1. هذه الخطوة أساسية للتأكد من صحة الكود

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2) و (3)

ندمج معني م 4و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

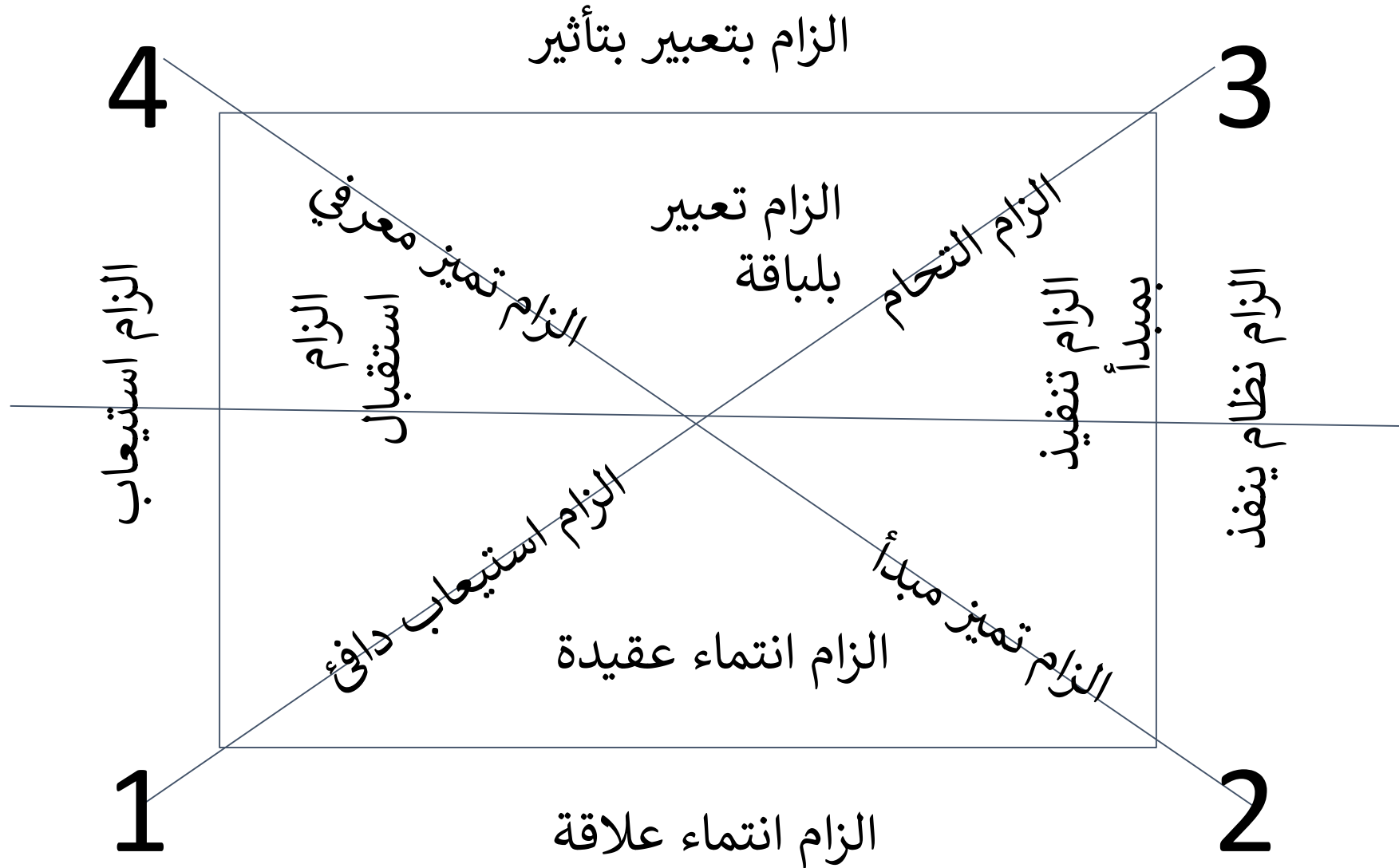
1. الشعور الذي يلزم الآخر ونفسه بايجاد مظاهره الحسية من ال 6إختيارات التالية) م 4مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين: (

1. بساطة واستعاب والمرونة والإستقبال والتعلم ع1)و(4
2. المسؤولية والتوجيه والتأثير ع2)و(3
3. الجدية والصح والانتماء ع1)و(2
4. التعبير عن الرأي والذات بحرية ع3)و(4
5. الاندماج والحنية والعطاء ع1)و(3
6. التميز والاتقان والدقة ع2)و(4

تحليل كود مرحلة الالزام

- تحليل عاطفي للقيم (خانة خانة)
- تحليل منطقي للقيم (خانة خانة)
- تحليل المرحلة من المربع والجداول (خانتين خانتين)

مربع الالزام



مرحلة الالزام محور الذات

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
13	ألزم نفسي و الآخر بشعور الدفء - لازم تكون لي وأكون لك ملجأ حضن	الآخر وأنا يلتزم بالمظاهر الحسية التي تدل علي الدفء (فعل / كلام...) /
31	ألزم نفسي و الآخر بشعور الهيمنة والسيطرة ، لازم اشعر بسيطرتي العاطفية على الآخر وهو يتقبلها	لازم الآخر وأنا يلتزم بالمظاهر الحسية التي تدل علي العطاء والمهارة والتأثير لازم أكون مؤثر بعاطفة علي ناسي/ مضطر أفرض حلولي لان دا دورى تجاههم عشان ندوب فى بعض
24	أنا لازم أشعر بقيمتي ومكانتي وتمييزي عند الآخر (بهذه الهوية)	لازم اجد المظاهر الحسية التي تدل على ان الآخر يعترف بتمييزي بقيمتي وهويتي
42	انا لازم أشعر تميزى الفكرى والمعرفى عند نفسي والآخر	لازم اجد المظاهر الحسية التي تدل على ان تميزى الفكرى والتطور

مرحلة الالزام محور الزمان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
12	ألزم نفسي و الآخر بشعور الانتماء)يعيش كأنه مني مش غريب عني (لالزم نفسي والآخر بالمظاهر الحسية التي تدل على الانتماء)كأنه مني مش غريب عني / (لازم ألتزم أنا بالمظاهر الحسية التي تثبت أني منكم وانتوا مني /اللي تدل علي إني احافظ على انتمائي ليكونا وانتمائكم ليا /معاملة
21	لازم ثوابتي ومعتقداتي هي التي تمشي لانها هي الصح، تمشي عليا وعليكم	لازم الآخر وأنا يلتزم بالمظاهر الحسية التي تدل علي الاصلة والعراقة والصح
34	انا لازم أشعر أني مؤثر وبتفاعل تعبيرا عن ذاتي باستمرار وان الآخر يشعر بهذا التفاعل ويتفاعل معي	لازم أجد من الآخر ومن نفسي المظاهر الحسية التي تثبت أني فعال مؤثر بتعبيري وان الآخر لازم يعبر بتعبير تأثيري عن ذاته
43	أنا أشعر أني لازم اعبر لغويا او فنيا عن ذاتي ولازم الآخر يعبر لغويا وفنيا عن ذاته	لازم أجد من الآخر المظاهر الحسية أنه معجب بتعبيري /أو يقوم هو بالتعبير بطريقتي وأسلوبتي

مرحلة الالتزام محور المكان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
14	لازم انبذ ذاتي حتى يرتاح الاخر فاجد معه الانسجام \ يجب عليه هو ايذا نبذ ذاته \ لازم انبذ ذاتي ليحبوا قاعدتي وصحبتني	لازم اجد المظاهر الحسية التي تبعث على الانسجام والروقان والالفة
41	يلزم نفسه بشعور الظهور والاستقبال الفكري والانفتاح ويلزم الاخر به	إلزام نفسي و الآخر أن يستقبلني وكانني نجمة ويظهرني
23	الزم نفسي والاخر باتباع النظام الخاص بي وتنفذ ارادتي	لازم اجد المظاهر الحسية من نفسي ومن الاخر التي تدل على تنفيذ ارادتي وما اريد
32	الزم نفسي بالسيطرة واتباع طريقتي في التنفيذ طبقا لنظامي	لازم اجد المظاهر الحسية التي تبعث على الالتزام بطريقتي واسلوبي التنفيذ المبني على نظامي

طريقة الاتزان

الدور الفطري مع الذات

- معايشة الدور الفطري مع الذات
- معايشة الشعور مع ذات دون الزام لنفسي والاخر
- معايشة المشاعر المتزنة في مرحلة الاتزان

Day 3

مرحلة اليأس

مرحلة اليأس (اضطراب اليأس) طريقة استخراج كود \ تحليل \ اوزان

تذكر لحظة يأس شديد من ان تشعر
بشعور معين
(يأس ورفض)

تدريب المعنى العاطفي

خطوات تحليل لحظة الاضطراب الشعوري كما يشعرها صاحبها

1. تحديد لحظة الاضطراب الشعوري -يأس شديد من انك تشعر شعور معين او انك تعثر على مظاهر حسية تبعث على شعور معين
2. تطبيق تمرين (المعنى العاطفي) (للشعور المضطرب)

● التمرين :

- اكتب أعلي الصفحة من جهة اليمين ((الشعور المضطرب))
- ماذا تعني هذه اللحظة لك شعوريا في 10 كلمات
- اقرأ ما كتبت بصوت مرتفع حتي تشعر
- ما أكثر 3 كلمات لمست قلبك
- ما أكثر كلمة مؤلمة

● فائدة التمرين :

- التأكد من الوصول الي الشعور المضطرب المؤلم في حال الاضطراب والشعور المريح الفطري في حال الاتزان والتركيز على هذه اللحظة فقط دون تشتيت
- التأكد من المعنى العاطفي للاضطراب للعميل

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (4)

نسأل العميل عما يأس منه بخصوص شكواه ونخيره بين 4 إجابات (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة)

(نبدأ باخر خانة لانه الشعور الضيق الذي اتجنبه او ارفضه)

1. هل يأست من ايجاد مظاهر حسية تبحث على استقامة الاخر
2. هل يأست من ايجاد مظاهر حسية تبحث على تقدير الاخر لك واعطاء قيمة لوجودك
3. هل يأست من ايجاد مظاهر حسية تبحث على دعم الاخر لك وتحمل مسؤولية حل المشاكل عنك
4. هل يأست من ايجاد مظاهر حسية تبحث على تحقيق خطط المستقبل بسبب مشاكل يسببها لك الاخر فيعطلت؟

رقم الإجابة التي يختارها العميل نضعها في مركز م(4)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي ام (1)

1. نسأل العميل عن رد فعله (التعويض (تجاه يأسه بالمظاهر الحسية لشعور م 4 ونخيره بين 3 إجابات (الألوان الثلاثة لا تشمل لون م (4)
 1. هل يأس من ان تشعر بالقبول والحب من حولك والذي تنبذ ذاتك للحصول عليه؟
 2. هل شعرت باليأس من الزام نفسك والآخر برايك؟
 3. هل شعرت باليأس من اثبات مهارتك وصحة طريقتك واتباع الآخر لها؟
 4. هل تشعر باليأس من فائدة الزام نفسك والآخر بالهروب وعدم المواجهة؟
2. ضع رقم الترتيب الذي اختاره العميل في المركز م (1)

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | التأكد من صحة م 4 وم 1

• للتأكد من صحة م 1 وم 4 نسال عن معنى م 2) و (3سويا

1. نسال العميل عن الشعور الذي يأس ان يجده ويرتاح فيه ولايشعر بالإكتفاء .

2. نسال العميل سؤال واحد فقط (اللونين المتبقيان (من ال 6إختيارات التالية

1. بساطة واستعاب والمرونة والإستقبال والتعلم ع1)و(4

2. المسؤولية والتوجيه والتأثير ع2)و(3

3. الجدية والصح والانتماء ع1)و(2

4. التعبير عن الذات بحياد (إجتماعي ع3)و(4

5. عاطفة وحنان وعطاء ع1)و(3

6. الاتقان والدقة والاهتمام بالتفاصيل ع2)و(4

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | تأكيد مسار الكود

1. إن طابق اختيار العميل السؤال فهذا معناه أن بناء الكود في طريقه الصحيح

1. إن لم يطابق اختيار العميل السؤال فلنبدأ من الخطوة الأولى مرة أخرى لبناء الكود

1. موافقة العميل على سؤال 3تؤكد أن الألوان بالمراكز م (4)وم (1)دقيقة وسليمة

1. هذه الخطوة أساسية للتأكد من صحة الكود

خطوات تحديد كود التوازن العاطفي | م2 و 3

ندمج معني م 4 و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

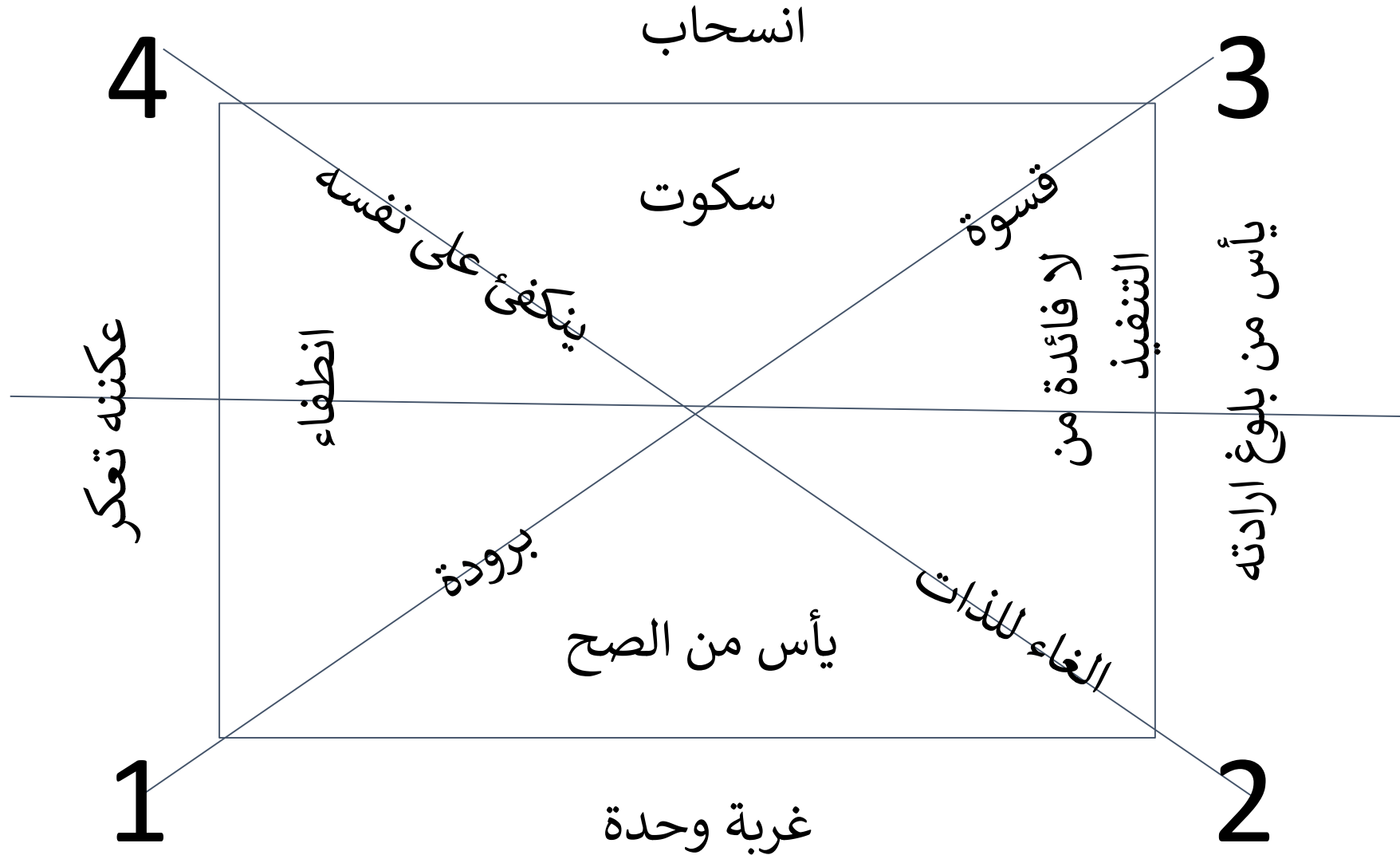
1. الشعور الذي ياس ان يجد مظاهره الحسية اكثر من ال 6 إختيارات التالية) م 4 مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين: (

1. بساطة واستعاب والمرونة والإستقبال والتعلم ع1 و4
2. المسؤولية والتوجيه والتأثير ع2 و3
3. الجدية والصح والانتماء ع1 و2
4. التعبير عن الرأي والذات بحرية ع3 و4
5. الاندماج والحنية والعطاء ع1 و3
6. التميز والاتقان والدقة ع2 و4

تحليل مرحلة اليأس

- تحليل عاطفي للقيم (خانة خانة)
- تحليل منطقي للقيم (خانة خانة)
- تحليل المرحلة من المربع والجداول (خانتين خانتين)

مربع اليأس



مرحلة اليأس محور الذات

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
13	يشعر برودة/لا لزمة له /يأس أنه يعيش الدفا /الحضن	يأس من الزام الذات أو الغير بالمظاهر الحسية التي تدل علي الدفاء
31	أشعر قسوة /أتعامل بقسوة /يأس أنه يعيش الاندماج	يأس من الزام الذات أو الغير بالمظاهر الحسية التي تدل علي لاندماج والانصهار
24	تجاهل عنيف لذاتي وكأنني ميت / إلغاء تام	يأس انه يشوفني الاخر بمظهر حسي يعكس قيمتي بأصالة
42	ينطفأ تميزه الفكري ويأس ان يشعر بتميزه بعلمه وتطوره	يأس انه يشوفني بمظهر حسي يعكس اختلافي الفكري وتميزي في التطور والعلم

مرحلة اليأس محور الزمان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
12	أشعر بـ الغربة مع علاقاتي التي انتمي لها	يأس من الزام الذات أو الغير بالمظاهر الحسية التي تدل علي الانتماء في العلاقة
21	يأس أنه يعيش الصح / لن ادخل في شأن الصح والغلط لن ابالي به / لا فائدة من الزام نفسي بالاصالة والصح	يأس من الزام الذات أو الغير بالمظاهر الحسية التي تدل علي الأصالة والعراقة
34	امتنع عن التعبير التفعيلي \ لا فائدة من الزان التعبير الفعلي الفعال	ياست ان اجد مظاهر حسية تبعث على تأثر الاخر بتعبيري وتفاعلي
43	لا ابالي اني أعبر / اسكت \ لا فائدة من التعبير والالزام به	ياست ان اجد المظاهر الحسية التي تدل على ان الاخر يتأثر بتعبيري اللغوي \ ياست ان اعبر تعبير لغوي يصل للاخر

مرحلة اليأس محور المكان

الاتجاه	شعور \ $p(1,2)$	احساس \ $p(3,4)$
14	ياس من الشعور بالروقان مع الآخر والانسجام في الصحبة / عكنة وقرف وتعكر	يأس من الزامي أو إلزام الآخر بعلامات الانسجام الحسية
41	ياس ان يظهر وينور كنجمة فيريد ان يختفي لان لا فائدة من الظهور	يأس من الزامي أو إلزام الآخر بعلامات تدل علي إني منور وسطهم
23	اشعر بيأس من الزام نفسي بتحقيق ارادتي ومن ان الآخر ينفذ ارادتي	اجد المظاهر الحسية التي تدل على يأس من تحقيق ارادتي وان يرى الآخر ان نظامي التنفيذي هو الاصح ويتبعه
32	اشعر بيأس من تنفيذ طريقتي واتباع مهاراتي وان الآخر يتبع اسلوبي	يأس من الزامي أو إلزام الآخر أن يتبع اسلوبي والاعتراف بمهارتي والعمل بها

الالتزان

الدور الفطري مع الذات

الدور الفطري مع الذات

- معايشة الدور الفطري مع الذات من الداخل للخارج
- معايشة الشعور مع ذات دون ياس من الوصول للشعور والفائدة من الامل في معايشته
- معايشة المشاعر المتزنة في مرحلة الاتزان

الفصل الثالث

استخراج کود منظور

صور \ مقطع

هل الشعور مريح ام هناك ما
ضايقك

1. اذا كان الشعور مريح

تحديد م (4) من الصورة

- ما الاحساس المباشر الذي وصل لك من الصورة وما الشعور الذي يمثله (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة،:)

1. مظهر حسي يدل على الاستقامة (التي تبعث على الطمأنينة)
2. مظهر حسي يدل على الود الاجتماعي والانسانية (الذي يعث على الاحترام والمكانة)
3. مظهر حسي يدل على الدعم والمساندة (التي تبعث على القدرة)
4. مظهر حسي يدل على السعي والمثابرة (التي تبعث على الاستمتاع بالاهداف)

تحديد م (1) من الصورة

- ما هو الشعور المباشر الذي يوصل لنا من الصورة (شعور ذاتي) (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة) (بعد استبعاد الرقم الخاص بخانة : ((4

1. شعور هدوء،طمأنينة، استرخاء
2. شعور احترام، قيمة مكانة
3. شعور قدرة على حل المشكلات
4. شعور حرية، انطلاق، سعادة

تحديد م (3) من الصورة

ندمج معني م 4و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

1. الشعور الذي تبحث عن مظاهره الحسة في هذه اللحظة اكثر من ال 6إختيارات التالية
(م 4مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين:)

1. المرونة والسهولة والمرح ع(1و(4

2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع(2و(3

3. السلام والعدل والامان ع(1و(2

4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع(3و(4

5. الاندماج والحنية ع(1و(3

6. التميز والاتقان والدقة ع(2و(4

2. اذا كان الشعور غير مريح
وهناك ما ضايقك

هل شعرت بشعور ملزم
ام شعرت بياس وعدم فائدة

إذا كان شعور الزام

تحديد م (4) من الصورة

- ما الشعور الذي يبعثه المظهر الحسي بالصورة (شعور اجتماعي) (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة :)

1. الزام بالاستقامة والقيام بالدور \سخط
2. الزام بالتقدير وعمل حساب لوجودي \قلة قيمة
3. الزام بالدعم وحل المشاكل من قبل الاخر \ظلم
4. الزام بالترقب لمشاكل المستقبل الزام بخوف وعمل حساب للاسوء \خوف وتقييد

تحديد م (1) من الصورة

- ما هو الشعور التعويضي الذي نتج عن الشعور الاول (شعور ذاتي) (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة) (بعد استبعاد رقم م: ((4)

1. الزام نبذ ذاتك لراحة الآخرين
2. الزام بالاصرار على وجهة نظرك واتباع الآخرين لها
3. الزام بالسيطرة واتباع طريقتك لكونها الامهر
4. الزام بالهروب وعدم مواجهة الواقع

تحديد م (3) من الصورة

ندمج معني م 4و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

1. الشعور الذي تبحث عن مظاهره الحسية في هذه اللحظة اكثر من ال 6إختيارات التالية
(م 4مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين:)

1. المرونة والسهولة والمرح ع(1و(4

2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع(2و(3

3. السلام والعدل والامان ع(1و(2

4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع(3و(4

5. الاندماج والحنية ع(1و(3

6. التميز والاتقان والدقة ع(2و(4

تحديد م (2) من الصورة

- اذا تعسر عليه اجابة السؤال السابق، نسأله هذا السؤال، اذا تمكن من اجابة السؤال السابق لا داعي لاستخدام هذه الشريحة الا للتأكد
- ندمج معني م 1 و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :
 1. الشعور الذي يفضله في هذه اللحظة اكثر من ال 6 إختيارات التالية) م 1 مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين:)
 1. المرونة والسهولة والمرح ع1) و4)
 2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع2) و3)
 3. السلام والعدل والامان ع1) و2)
 4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع3) و4)
 5. الاندماج والحنية ع1) و3)
 6. التميز والاتقان والدقة ع 2) و4)

إذا كان شعور اليأس وعدم فائدة

تحديد م (4) من الصورة

• ما الشعور الذي يبعثه المظهر الحسي بالصورة (شعور اجتماعي) (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة :)

1. شعرت بياس وعدم فائدة من قيام الآخرين بدورهم \سخط شديد
2. بياس وعدم فائدة ان الآخر يقدرك ويعمل حساب لوجودك \قلة قيمة شديد (لا وجود)
3. ياس وعدم فائدة من ان يقوم الآخر بدعمك وحل مشكلاتك \قهر شديد
4. ياس وعدم فائدة من الترقب لمشاكل المستقبل وياس من فائدة عمل حساب للأسوء \خوف وتقييد شديد

تحديد م (1) من الصورة

- ما هو الشعور التعويضي الذي نتج عن الشعور الاول (شعور ذاتي) (لاحظ أن رقم ترتيب الإجابة هو لون الإجابة) (بعد استبعاد رقم م: ((4)

1. يأس من فائدة نبذ ذاتك لراحة الآخرين (مهما عملت لن يقبلوك وينسجموا معك)
2. يأس من فائدة الاصرار على وجهة نظرك ويأس من اتباع الآخرين لها
3. يأس من السيطرة ومن اتباع طريقتك لكونها الامهر
4. يأس من الهروب ولا مبالاه شديد

تحديد م (3) من الصورة

ندمج معني م 4و أحد اللونين المتبقين بالتبادل ونسال العميل عن :

1. الشعور الذي يأسى من فائدة البحث عن مظاهره الحسية في هذه اللحظة أكثر من
ال 6إختيارات التالية) م 4مع لون من الاثنين بالتبادل الى ان يحدد احد الشعورين: (

1. المرونة والسهولة والمرح ع1و4)

2. تحمل المسؤولية وفعل ما يجب فعله ع2و3)

3. السلام والعدل والامان ع1و2)

4. التعبير عن الرأي والنفس بحرية ع3و4)

5. الاندماج والحنية ع1و3)

6. التميز والاتقان والدقة ع2و4)

الالتزان

وصف احساس | شعور

- وصف حسي للاحاساس
 - وصف جميع الاحاسيس
 - وصف علاقات في الصور وبين الصورة وبعضها
 - وصف الصورة فعليا وليس ما نراه نحن في الصورة (Fresh eye | baby eye)
 - وصف حقيقي للموجود بالصورة
 - اشعر الجمال
- وصف شعوري بمعنى طيب جديد



Day 4



مقاطع فيديو

مرحلة الاتزان (الاجتماعية)

<https://www.instagram.com/reel/CzrQJVUNbB8/?igsh=MXVIYTd0ZDZ1b3JvaQ==>

مرحلة الالزام

<https://www.instagram.com/reel/Cryfnb2IClu/?igsh=MXV4aHk4dmlyOTNqMQ==>

Day 5

Ongoing education
Technical Training program

الشغف
تماهي سلوكي وفعلي للمشكلة

Ongoing education

FECTRL Education

- دراسة المنطقية التنظيمية لتصنيف المشاعر فطريا
 - مدرسة الفطرة
 - برامج الفطرة
 - جيم الفطرة
 - المنطقية الشعورية -المستوى الاساسي
 - المنطقية الحسية
 - مدرسة التقنيات
 - المنطقية الشعورية -المستوى المتقدم
 - الاتزان العاطفي -المستوى الاساسي والمتقدم
 - اختبار لوشر التشخيصي بالالوان
 - عيادة التشخيص بالالوان
 - برامج التدريب التقنيات
 - برنامج تدريب مرشد الفطرة

FECTRL Education

- دراسة المنطقية التنظيمية لتصنيف المشاعر فطريا
 - مدرسة الطب التصنيفي
 - التماهي التشريحي - مستوى اساسي ومتقدم
 - الطب التصنيفي العضوي
 - الطب التصنيفي النفسي
 - قراءه الاشعة المقطعية للدماغ
 - برنامج تدريبي مرشد علاجي

FECTRL Education

- دراسة المنطقية التنظيمية لتصنيف المشاعر فطريا
- مدرسة العلاقات
 - ادم وحواء -المستوى الاساسي والمتقدم
 - التواصل بين الذكر والانثى
 - برنامج تدريبي مرشد علاقات

Technical Training Program

الشغف

الشغف

- استخراج كود متزن لحظة اتزان
- الشغف = الدور العاطفي
- م(1) = 4 اطار الدور العاطفي
- م(2) = 3 كيفية معايشة الدور العاطفي

الفصل الرابع

تماهي المشاكل

خطوات تماهي المشكلة

- مظاهر الشكوى \ المشكلة
- وصف لحظة حدوثها
- شعوري عاطفي وحسي وسلوكيا وتفاعليا
- وصف منطقي للشعور على الثلاث محاور
- تحديد مرحلة الاضطراب (الزام \ يأس)
- تحديد القيم المضطربة لهذه اللحظة طبقا للوصف المنطقي
- تطبيع الاضطراب في القيمة والمحاور على سلوكيات وتفاعلات المشكلة
- الاتزان بمعايشة الدور الفطري مع الذات للقيمة (من الداخل للخارج وليس احتياجا من الخارج للداخل)

شكرا لكم