

اساليب الخداع النفسي

عزيزي القارئ تم تصميم هذا الكتاب في اطار نظرية التحليل النفسي لفرويد لبيده د.كرييم عmad في شرح اساليب الخداع النفسي بأسلوب بسيط جدا مع شرح مجموعة من الامثلة العامة فكل انسان يتعرض لمجموعة من الازمات والصعوبات البعض يتميز بصلابة نفسية ويواجه هذه الصعوبات والبعض الاخر بدلا من ان يواجه هذه الازمات ويحول نقاط ضعفه الي مراكز قوة يلجا الي استخدام مجموعة من الأساليب، هدف هذه الأساليب هي ان تحافظ على توازن الشخص وعلى صورته أمام نفسه وتقلل من حدة التوتر وتشعره بالراحة والهدوء وكل ما يكون على مستوى اللاشعور يعني الشخص غير مدرك أنه يخدع نفسه اصلا

ولذلك قررت إني أكتب الكتاب الـ في إيديك دلوقتي وأوضحك أشهر هذه الأساليب والطرق النفسية لأي شخص على وجه الأرض بباستخدامها وهو مش عارف إنها أساليب خداع نفسى ودائمًا بيكون هدف هذه الأساليب إنها تحافظ على تماسك الفرد حتى لا يقع فريسة للمرض النفسي

والهدف الذي اسعى من وراء كتابة هذا الكتاب هو مساعدتك في تحويل هذه الطرق والأساليب التي نستخدمها من منطقة اللاشعور الى منطقة الشعور يعني تعملها وانت عارف افضل بكثير ما تعملها وانت مش عارف وبكدا عمرها ما ه تكون اساليب خداع نفسى لأنك مدركها تمام وعارف انك بتعمل كدا لسبب واحد وهو (حتى لا تذهب لطبيب نفسى)

لكن الأساليب دي بتعمل تشويه وتزيف للواقع الحقيقي، وكثرة استخدام هذه الأساليب هي الـ هتوديك لطبيب نفسى وخصوصاً إنها بتكون على مستوى اللاشعورى، يعني الواحد بيعملها وهو مش عارف إنه بيعملها أساساً ذي ما وضحت ليك قبل وقد تم تصميم هذا الكتاب في اطار نظرية التحليل النفسي لفرويد

ويتكون الكتاب من 6 فصول اساسية

- الفصل الاول

الكائن والبيئة في علاقة مستمرة لا بد أن تكون هذه العلاقة على درجة عالية من الاستقرار، وبما أن الكائن والبيئة متغيران لذلك يتطلب كل تغير تغيير مناسب للحفاظ على حالة الاستقرار، هذا التغير هو التكيف أو المواتمة **adaptation** وال العلاقة المستمرة بينهما هو التوافق **adjustment** وعشان كدا بنتكلم في هذا الفصل عن التوافق النفسي وما هو الفرق بين التوافق والتكيف على المستوى اللاشعوري وازاي نفهم التحليل العملي لعملية التوافق وليه بتسعي طول عمرك لتحصل على هذا الاشباع النفسي وبتفشل في الحصول عليه وتشعر بالاحباط والصراع النفسي وطبعا بتلاقي نفسك بتعمل حاجات انت مش عارف بتعملها ليه هي دي بقى اساليب الخداع النفسي وانت بتعملها اصلا عشان تتكيف مع البيئة الخارجية وللدفاع عن الكيان الشخصي في نفس الوقت ولكن ما هو الهدف الحقيقي من ورائها هو دا ال انت هتعرفه اكتر من خلال قراءتك لهذا الكتاب

الفصل الثاني

بنتكلم في هذا الفصل عن انواع الخداع النفسي فهمنها ما يتم على مستوى الشعور ومنها ما يتم على مستوى اللاشعور وهذا هو محور الدراسة فأما ما يتم على مستوى الشعور فبلعب التفكير الإرادي دوراً أساسياً في

حل المشكلة وتحليلها موضوعياً، فيلجأ الإنسان إلى مواجهة نفسه فلا يخدعها ولا يتغاضى عن عيوبه الخاصة، ثم يبحث عن الطريق السليم لحل مشكلاته أما ما يتم على مستوى اللاشعور فهنا تكمن الخطورة بعده كذا بنتكلم عن بداية الخداع النفسي وازاي يتم نقل الأفكار والخبرات من دائرة الشعور إلى دائرة اللا شعور أي من دائرة الوعي إلى دائرة اللا وعي ويعني ايه الكبت وعلاقته بالمقاومة والفرق بين الكبت والقمع في اخفاء كل الحاجات ال بتزوج الانسان ويتخليه يشعر بالتوتر

الفصل الثالث

وبنتكلم في هذا الفصل عن اساليب الخداع النفسي وهم ثلات انواع (اساليب الخداع النفسي الاعتدائية – الانسحابية – الابدالية) في الجزء دا هنبدء بنتكلم عن حيل الخداع النفسي الاعتدائية ومنها العدوان وهيتعرىفه وذكر انواعه مع شرح مثل باللغة بسيطه علي كل نوع حتى تدرك المقصود بسهولة وبعد كذا هندرس يعني ايه اسقاط وليه بنعمله وتعريفه واشكاله حتى تتقن اساليب الخداع النفسي الاعتدائية وتقدر تميز بينها وبين الحيل الاخر لان ال جي مهم جدا

الفصل الرابع

بنتكلم في هذا الفصل عن اساليب الخداع النفسي الانسحابية فهنعرف ان الانسحاب هو الابتعاد عن أي شيء من الممكن أن يسبب ألم نفسي للشخص بمعنى الابتعاد عن المواقف الصعبة التي من المحتمل أن تثير في نفسك القلق الذي يؤدي إلى الالم النفسي وبعد كذا هننناول 7 انواع من اساليب الخداع النفسي الانسحابية زي الانطواء مثلا وتعريف السبب النفسي ال بيخلبك تنتظري وتبع عن الناس دون اي سبب واساليب تانية زي احلام اليقظة - احلام النوم - النكوص - التبرير - الابطال - الانكار) كل دا يتم شرحه بشكل عملي تطبيقي مع ذكر مثل بعد كل اسلوب

الفصل الخامس

بنتكلم في هذا الفصل عن اساليب الخداع النفسي الابدالية وهتدرك بعد ما تقرء الجزء دا انت ليه بتبدل شعور معين بانفعال تاني و بتنتقل موضوع الصراع والقلق ال بتحس بيها من سببه الحقيقي الي سبب فرعي