



الحياة

مستوى التقييم

250

# المقدمة

- الطاقة شديدة الإيجابية لأنه متحرر من المستويات الأدنى.
- حالة الحياد تتيح المرونة والتقييم الواقعي.
- ان تكون محايدا يعني ان لا تكون مرتبط بالنتائج.
- عدم إيجاد طريقة لا يعد كتجربة هزيمة او خوف او احباط.
- بداية **الثقة الداخلية**: "حسنا، اذا لم احصل على هذا العمل فسأحصل على غيره".
- هذا المستوى هو مستوى الأمان، من السهل عليهم الانسجام لعدم اهتمامهم بالمنافسة ولا يعيشون الشعور بالذنب.
- يعيشون عدم التحكم وليس لديهم حاجة على السيطرة على سلوكيات الاخرين. يعيشون الحرية ويدعون الاخرين يعيشونها.

| المستوى   | تردد الوعي | الاحساس         | النظرة للحياة |
|-----------|------------|-----------------|---------------|
| الاستقارة | 700 - 1000 | أكثر من أن يوصف | *             |
| السلام    | 600        | الهناء          | مثالية        |
| الفرح     | 540        | الصفاء          | كاملة         |
| الحب      | 500        | الوفاء          | حميدة         |
| الطمينة   | 400        | الفهم           | معنوية        |
| التسليم   | 350        | العفوان         | متناغمة       |
| الرغبة    | 310        | التنازل         | متفائلة       |
| المحار    | 250        | الثقة           | واقعة         |
| الشجاعة   | 200        | التأكد          | معقولة        |
| الكبرياء  | 175        | الازدراء        | مطالبة        |
| الغضب     | 150        | الكره           | معادية        |
| الرغبة    | 125        | التوق           | خائبة         |
| الخوف     | 100        | القلق           | مناهضة        |
| الأسى     | 75         | الأسف           | تراجيدية      |
| الخمول    | 50         | اليأس           | يائسة         |
| الذنب     | 30         | اللوم           | ردية          |
| العار     | 20         | الذل            | تعيسة         |

# النقاش

| مستوى الحياد   | مستوى الشجاعة  |
|--|--|
| لا تكثرث بالإقناع او الاكراه او الترهيب او التهديد ، معني من حاجة اثبات الذات لذلك لا يعيش قلق اجتماعي | حافز وطاقته للتغلب على التحديات (يرى المشكلات)                   |
| لا يهتم بالفوز والتحكم بالآخرين وتحقيق المكاسب   | العمل بثبات وتصميم   |
|  | قدرة على تفعيل القرارات  |
| <b>الحرية</b> تنشأ من عدم التعلق بالنتائج او الإصرار على الوصول بطريقتي الخاصة                         | العقبات ممكن ان تكون توقعات تنشأ من الشك والقلق او الترقب والجهل |
| خالي من المطالب والضغوط والاحتياجات النرجسية   | لديه قلق ومخاوف لكن لا يعطله عن عمله                             |
| يهتم من دون ان ينهمر، عنده الحياة سهلة لأن لا يوجد شيء على المحك                                       |  |
| لا يربط حاجة البقاء على أمور خارجية ولذلك فإن مصدر <b>سعادته</b> داخلي                                 |  |
| متخلي عن الشروط والتوقعات، لا يعاني من النقص ولا يكون مدفوع بالرغبة.                                   | لديه رغبات لكنها اقل تطلب  |

- يملك ثقة بالله بأنه رحيم وغير متسلط لذلك يعيش الاتكال.
- لا يهتم بالصراعات في الحياة الاجتماعية او المشاركة في الحركات والاحتجاجات (مستقر)،

# ديناميكيات الأنا

- الحياد هو نتيجة عدم التعلق وهو مجرد من تشوهات القيم.
- هناك فرق بين عدم التعلق والانكار.
- الأهمية لديه صفر.
- لا يمارس الاسقاطات، القبول عالي عنده.

## تجاوز الحياد

- مستوى تعافي الروح.
- ينظر للماضي للحصول على المعلومات والخبرة وليس للحسرة.
- ليس مدمرا للحياة وغير مقاوم لها.