

ملف الاضطرابات الجامعة (11)

الزمن الوقت: من واقع التجريب المحدود (2)

(باقي إجابات الزملاء عن الأسئلة العشرة)

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/RakD291115.pdf>

بروفيسور يحيى الرخاوي

mokattampsy2002@hotmail.com - rakhawy@rakhawy.org

نشرة "الإنسان والتطور" 2015/11/29
السنة التاسعة - العدد: 3012



المقدمة:

نشرت أمس الاستجابات على نصف الأسئلة (من 1-5) أمس ونشر اليوم النصف الثاني أملاً - مرة أخرى - أن أعطي فرصة للتأمل والتعقيب، وأن أتيح الفرصة لمن يشاء أن يصله منها ما يريد دون تدخل ملاحق مني كما اعتدت في بريد الجمعة، ثم لعلها فرصة لمن لم يشارك في الرد أن يبادر فيفعل فأرد على الجميع معاً الأسبوع القادم.

اعتذار: وصلني عتاب من الابن "عمر صديق" أننا لم ننشر استجاباته أمس، وهو خطأ سكرتارية أنا مسئول عنه، فأرجو أن يقبل اعتذاري، وسوف أنشر استجاباته الخمس الأولى في هذه المقدمة، واضمن استجاباته على الخمس الأخيرة في نشرة اليوم، وأعتبرها فرصة أن يقرأ نصوص الأسئلة الأولى من لم يقرأها أمس.....
شكراً يا عمر، وهذه هي إجاباتك مستقلة:

(1) هو الزمن عبارة عن الوقت اللي الساعة بتقول عليه، ولا رأيك إيه؟

الوقت قياس للزمن وكأن الزمن اشمل من الوقت ومحتويه، ولكن مع الاسف اشعر ان الوقت قد احتل الزمن بالساعة.

(2) بتحس بمرور الزمن أسرع من زمان، ولا أقل، ولا هو هو؟

اظن ان سرعة مرور الزمن لها علاقة كبيرة بالشعور بلحظة المكان فكلما تطورت الادوات التي تبعدها عن هذا

الشعور ضاع الإحساس بمرور الزمن، ويا ويلنا ان لم نعي بذلك او لم نعمل بعد وعينا بذلك.

(3) يا ترى لو ركزت على شعورك بمرور الزمن ولقيت نفسك بتقرب من اللي أنت مش عايزه، تعمل إيه؟

الهروووب على طول

(4) هل تشعر إن الزمن سرقك أكثر مما كنت تعتقد؟

لا اظن ان احدا ينجو من هذا الشعور في لحظة ما وخصوصاً مع تقدم العمر، ولذلك يخيل لي ان هذا السؤال ليس له

معنى كبير لدى الشخص في مقتبل العمر.

(5) لو صدقت إن ربنا حايقاسبك على كل ثانية مليتها بيايه، تعمل إيه في اللي جاى؟

صدقك وكذبت وعملت وما عملت

ثم ننتقل إلى استجابات نشرة اليوم (الأسئلة من 6-10)

(6) تفكر إنت عايز اليوم يبقى كام ساعة عشان تحقق فيه نصّ اللي نفسك فيه؟

د. كيرلس فوزى: إن اليوم يبقى 30 ساعة

أ. زينب طارق: زى ما هو

أ. نادية حامد: 72 ساعة

أ. أمير حمزة: 48 ساعة

أ. محمد الويشي: 12 ساعة

أ. أية محمد حسين: أكثر من 48 ساعة

أ. محمود جمال الدين: أنا عايز اليوم ببقى 34 ساعة وساعات النوم ما تزددش عن 8 ساعات

د. محمد بكر: مش عارف

أ. رباب حمودة: مش عارفة يمكن هو هو انا ضد التغيير شوية

د. هالة الحلواني: مش قادرة احسبها ولا اتخيلها

أ. أيمن عبد العزيز: أحياناً باقى مش عايزاه يخلص، وأحياناً مايتبقاش فارقة قوى

أ. أحمد رأفت: زى ما هوا، المهم مش بعدد الساعات المهم بفائدة كل ساعة

أ. عزت على عزت: هو 24 ساعة كفاية بس اللي يعرف ينظم وقته يرتاح

د. جون جمال: 30 ساعة

أ. أمير منير: 60 ساعة

أ. علاء عبد الهادي: اليوم ببقى شهر

أ. د. خالد أنور: أنا شايف الـ 24 ساعة كفاية أوى

أ. عمر صديق: لو كنت محقق نجاح او متعة من متع الحياة اتمنى يطول للابد ولكن ايام الغيم الاسود اتمنى ألا يطول الا لثواني

د. يحيى:

أجلت تعقيبى إلى الأسبوع القادم كما ذكرت فى المقدمة، آملا فى تلقى ملاحظات وتعقيبات من

يشاء (وليس فقط صاحب الرد).

ملحوظة: يمكن لصاحب الردود أن يعدل إجاباته كما يريد، مع تحديد رقم السؤال وذكر

السبب أو بدون ذلك، وأن يعقب عليها كما يشاء، وكذلك أدعوه أن يعقب على إجابات

الآخرين إذا أراد..

(7) أحسن أوقات اليوم عندك: ساعة ما تصحى، ولأقرب ما تنام بالليل، ولأى وقت تانى؟

د. كيرلس فوزى: حالياً قرب ما انام

أ. زينب طارق: ساعة لما باصحى لو أى حاجة محتاجة نشاط، بس أحسن وقت عندى هو وقت الغروب

أ. نادية حامد: قرب ما أنام

أ. أمير حمزة: قرب لما أنام بالليل

أ. محمد الويشي: ساعة أى حاجة حقيقية

أ. أية محمد حسين: أفضل الأوقات هى الأكثر إنتاجاً سواء أول ما أصحى أو بالليل

أ. محمود جمال الدين: من بعد 10 مساء ولحد الشروق

د. محمد بكر: قرب ما أنام

أ. رباب حمودة: ساعة ما أصحى

د. هالة الحلواني: معادتش بتفرق

أ. أيمن عبد العزيز: قرب ما أنام بالليل - و بين العصر والمغرب

أ. أحمد رأفت: أى وقت تانى

أ. عزت على عزت: وقت الغروب

د. جون جمال: مش مُحدد

أ. أمير منير: أقرب مانام بالليل

أ. علاء عبد الهادي: ساعة ما أصحي

أ. د. خالد أنور: ساعات ساعة ما أصحي، وساعات قرب ما أنام بالليل وساعات أي وقت تاني

أ. عمر صديق: الله الله في وقت الصبح ما اجمله من وقت

د. يحيى:

أجلت تعقيبى إلى الأسبوع القادم كما ذكرت فى المقدمة، أملا فى تلقى ملاحظات وتعقيبات من

يشاء (وليس فقط صاحب الرد).

ملحوظة: يمكن لصاحب الردود أن يعدل إجاباته كما يريد، مع تحديد رقم السؤال وذكر

السبب أو بدون ذلك!، وأن يعقب عليها كما يشاء، وكذلك أدعوه أن يعقب على إجابات

الآخرين إذا أراد..

(8) هل بتتمنى ساعات إن الوقت يقف؟ إمتى؟ وليه؟ ويعنى لو الحكاية فى إيدك: تحب إنه يقف لمدة قد إيه؟

د. كيرلس فوزى: آه لما ابقي قاعد مع ناس بحبهم ومبسوط ولو الحكاية فى إيدى، يبقى يقف الوقت على حسب مزاجى، وأنا

اللى أقوله يمشى أو يقعد

أ. زينب طارق: ببجلى الاحساس ده ساعات لما باكون فى وسط الطبيعة يعنى فوق جبل أو أوقات الغروب على البحر، أو

ساعات تانية لما باكون مجتمعه مع عيلتى وكلنا بنضحك، بابقى عايزة اللحظات دى تستمر لحد ما أزهدق فمش عارفة ده لمدة قد إيه؟

أ. نادية حامد: أيوه، فى الأوقات اللى فيها مسئوليات وأعباء كثيرة وقدرات مهمة علشان أقدر أنجزها تمام أو أخذ قراراتى

بتأنى.

أ. أمير حمزة: ماحبش الوقت يقف خالص

أ. محمد الويشى: ماخطرشى على بالى الموضوع ده قبل كده

أ. أية محمد حسين: أيوه فى اللحظات الجميلة يعنى يوم مثلاً.

أ. محمود جمال الدين: باتمنى أن الوقت يقف أيام الاجازة أكثر، وأحب إنى أنيسط فيه أكثر

د. محمد بكر: أه يقف لما أحب أوقفه علشان يمكن يبقى مريح لحد ما ربنا يسهل

أ. رباب حمودة: نعم، وقت زحمة الشغل، عشان ألحق أخلص، لغاية ما اخلص، وأعتقد أنه حايبقى كثير

د. هالة الحلوانى: مش عايزة الزمن يعدى وأنا واقفة فى مكانى لسه ماحققت أحلامى، عايزاه يقف لحد ما أحقق ذاتى

وطموحاتى

أ. أيمن عبد العزيز: صعب قوى ده، عند فقد عزيز

أ. أحمد رأفت: لا... لا أتمنى

أ. عزت على عزت: أه، لما أكون متأخر، لأن باحب ألتزم بالمواعيد، حسب ما أنا محتاج.

د. جون جمال: أه عند الشعور بالرضا وفايدة الناس عشان باحس بالمعنى، يقف كثير

أ. أمير منير: أه لحظات الفرحة- المعبودة جداً

أ. علاء عبد الهادي: لا مش عايزه يقف

أ. د. خالد أنور: لا،... وعمرى ما أتمنيت إن الوقت يقف

أ. عمر صديق: جواب سؤال 6 تقريباً فيه الاجابة اما لماذا؟ فهذا فيه كلام وفصال!؟!؟

د. يحيى:

أجلت تعقيبى إلى الأسبوع القادم كما ذكرت فى المقدمة، أملا فى تلقى ملاحظات وتعقيبات من

يشاء (وليس فقط صاحب الرد).

ملحوظة: يمكن لصاحب الردود أن يعدل إجاباته كما يريد، مع تحديد رقم السؤال وذكر

السبب أو بدون ذلك!، وأن يعقب عليها كما يشاء، وكذلك أدعوه أن يعقب على إجابات

(9) إليه أحسن الأوقات في مراحل عمرك، الوقت الحالي، الوقت اللي فات، الوقت اللي جاى حسب توقعاتك؟

د. كيرلس فوزى: جزء من اللي فات وجزء من الحالي وجزء من اللي جاى

أ. زينب طارق: سؤال صعب، اللي فات حلو بس عندي أمل في المستقبل

أ. نادية حامد: الوقت اللي فات

أ. أمير حمزة: الوقت اللي فات كان أحسن كثير

أ. محمد الويشي: كل مرحلة زمنية فيها جزء أحسن

أ. أية محمد حسين: الوقت الحالي

أ. محمود جمال الدين: أيام طفولتي ولحد 3 إعدادي

د. محمد بكر: الوقت اللي جاى

أ. رباب حمودة: الوقت الحالي

د. هالة الحلواني: مش عارفة ، ومش فارقة

أ. أيمن عبد العزيز: الوقت الحالي

أ. أحمد رأفت: الوقت الحالي

أ. عزت على عزت: الوقت اللي جاى

د. جون جمال: الوقت الحالي

أ. أمير منير: اللي فات

أ. علاء عبد الهادي: الوقت اللي فات

أ. د. خالد أنور: الوقت اللي جاى

أ. عمر صديق: على الاكثر الوقت الحالي ولكن احن كثيرا للوقت الماضي واخاف من اللي جاى، ربنا يستر

د. يحيى:

أجلت تعيبي إلى الأسبوع القادم كما ذكرت في المقدمة، أملا في تلقى ملاحظات وتعقيبات من

يشاء (وليس فقط صاحب الرد).

ملحوظة: يمكن لصاحب الردود أن يعدل إجاباته كما يريد، مع تحديد رقم السؤال وذكر

السبب أو بدون ذلك!، وأن يعقب عليها كما يشاء، وكذلك أدعوه أن يعقب على إجابات

الآخرين إذا أراد..

(10) لو صدقت إن مش مهم الوقت، يبقى المهم إيه؟

د. كيرلس فوزى: لا، أنا مش مصدق أن الوقت مش مهم - ولو صدقت يبقى مفيش حاجة مهمة بعد كده.

أ. زينب طارق: راحتك النفسية ورضاك عن نفسك

أ. نادية حامد: مش قادرة أصدق إنه مش مهم الوقت، أو لو صدقت يبقى المهم هو الوقت ضاع في إيه، أو كنت حاسم فيه إيه.

أ. أمير حمزة: إزاي أستفاد من كل لحظة مهمة في حياتي عشان أحقق اللي أنا عايزه

أ. محمد الويشي: التصديق

أ. أية محمد حسين: لا الوقت مهم لأنه ينظم الحياة

أ. محمود جمال الدين: المهم اللي بنعمله في الوقت ده

د. محمد بكر: تصدق!! ماعرفش

أ. رباب حمودة: اللي بتعمله في الوقت

د. هالة الحلواني: أنا مصدقة أنه مهم جداً

أ. أيمن عبد العزيز: أراى أعيش الوقت ده

أ. أحمد رأفت: مافيش أهم من الوقت

أ. عزت على عزت: مافيش حاجة مهمة أكثر، لأن كل حاجة مرتبطة بالوقت

د. جون جمال: مش عارف أصدق أنه مش مهم

أ. أمير منير: الرب

أ. علاء عبد الهادى: إزاي اتبسط بكل لحظة عايشها

أ. د. خالد أنور: السعادة

أ. عمر صديق: العمل العمل العمل، كنت اتمنى اجيب غير هذه الاجابة التقليدية

د. يحيى:

أجلت تعقيبى إلى الأسبوع القادم كما ذكرت فى المقدمة، آملا فى تلقى ملاحظات وتعقيبات من

يشاء (وليس فقط صاحب الرد).

ملحوظة: يمكن لصاحب الردود أن يعدل إجاباته كما يريد، مع تحديد رقم السؤال وذكر

السبب أو بدون ذلك، وأن يعقب عليها كما يشاء، وكذلك أدعوه أن يعقب على إجابات

الآخرين إذا أراد..

*** **



*** **

الكتاب الأبيض
الصحة النفسية في الوطن العربي

الإصدار الثالث 2015

الكتاب الأبيض لواقع العلوم النفسية في الجزائر

د. زبير بن مبارك (الجزائر)



تحميل الكتاب

(تنزيل خاص بالمشاركين / حمى بكلمة عبور)

http://www.arabpsynet.com/pass_download.asp?file=1403

الغلاف و الفهرس والمقدمة

www.arabpsynet.com/WhiteBooks/WB3ZMCont&Pref.pdf

دليل سلسلة "الكتاب الأبيض"

www.arabpsynet.com/WhiteBooks/eWBIIndex.htm

المجلة العربية للعلوم النفسية
مجلة فصلية محكمة فى علوم النفس

العدد 46- صيف 2015

الملف الجنوسية المثلية... من الاسواء الى الاضطراب



تنزيل كامل العدد

(تنزيل خاص بالمشاركين / حمى بكلمة عبور)

http://www.arabpsynet.com/pass_download.asp?file=46

الإفتتاحية

www.arabpsynet.com/apn.journal/apnJ46/apnJ46First&Editorial.pdf

دليل الأعداد السابقة

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-apn.htm>