

ملخص ابتكار (تطبيق نظام تحليل الذاتية) والعلاجات الحديثة الناتجة عن تحليل الذاتية يقصد ب(علم الجرافولوجي Graphology) هو علم تحليل الشخصية من خلال خط اليد، وهو علم يستطيع أن يكشف معظم السمات الجسمية والصفات النفسية للكاتب من خلال خط يده، وخط اليد يشمل الخريشة سواء أكانت تلك الخريشة عبارة عن رسم (مفهوم أو غير مفهوم) أو كتابة (مفهومة أو غير مفهومة)، حيث يعتبر خبراء الجرافولوجي أن الكتابة التي يقوم بها الكاتب هي عبارة عن قراءة لما يدور بمخ الكاتب وما يسلكه جهازه العصبي، ليس هذا فحسب بل يعتبر خبراء الجرافولوجي أن الكتابة أيضا تطبع هيئة الجسم وقدرات أجهزته المختلفة؛ إذن نستطيع أن نقول إن خط الكاتب يعبر عن مكونات جسمه ونفسه، أي هي مقياس دقيق - بل شديد الدقة - لشخصية الإنسان التي تعتبر - أي الشخصية - ناتج تفاعل الجسم مع النفس. ويستطيع علم الجرافولوجي أن يكشف شخصية الإنسان (الجوانب الجسمية والنفسية معا) من خلال دراسة عدة جوانب من طريقة الكتابة، ● درجة ميل الخط (عمودي - مائل إلى الأمام - مائل إلى الخلف). ● توزيع المساحات وسيادة بعضها على الباقي (العلوية - الوسطى - السفلية). ● استقامة وتخرج السطر. ● الضغط (ثقيل - متوسط - خفيف). ● العرض (سميك - متوسط - رقيق). ● الحجم (طبيعي - كبير - صغير). ● المسافات (بين الحروف - بين الكلمات - بين الأسطر). ● الهوامش (عريضة - ضيقة). ● الإيقاع والنسق الكتابي ودرجة التغير في الحجم وفي الشكل على مستوى الحرف أو الكلمة أو السطر. إلخ. وبهذا يستطيع علم الجرافولوجي الكشف عن جميع أو معظم سمات الإنسان الجسمية والنفسية والأمراض (الجسمية والنفسية) والحالة المزاجية والعاطفية والقدرات الفكرية والميول والاتجاهات تقسيم علم الجرافولوجي : - الجرافولوجي Graphology: علم تحليل الشخصيات من خلال الخط والرسوم والتوقيع. - الجرافوثيرابي Graphotherapy: هم علم تعديل السلوك من خلال خط اليد، وهو مشتق من علم الجرافولوجي والذي يعني دراسة الشخصية عن طريق خط اليد، ويستغرق العلاج عن طريق خط اليد عادةً (21 يوما) في المتوسط. - الجرافونومي Graphonomy: علم تحليل الشخصيات من خلال الخط والرسوم والتوقيع وفق قياسات ومعايير محددة (مبني على إحصاءات وأرقام) وهي محاولة لتأصيل تحليل الخط علميا. - الأستروجرافولوجي Astrographology: يدمج ما بين التنجيم Astrology وعلم تحليل الخط والرسوم والتوقيع (الجرافولوجي) Graphology ليتنبأ بالطالع والمستقبل، وهذا العلم تم إسبعاده بشكل مطلق من فكرة مشروع (تطبيق نظام تحليل الذاتية) لإحتواءه على مغالطات نفسية وتربوية ودينية عديدة. فوائد علم الجرافولوجي تمكين الإنسان من فهم ذاته، والاطلاع على مكان القوة والضعف في شخصيته، وأهم المهارات الشخصية التي يمتلكها وكيفية تطويرها من خلال تحسين الإنسان لخطه في اتجاهات معينة، وهي قدرات فنية في إعادة هيكلة الخطط ليؤدي في النهاية إلى انعكاس على شخصية القائم بالكتابة فيما يعرف بإعادة اتزان فصي الدماغ للإنسان من خلال (Graphotherapy) بالإضافة إلى أنه يساعد على فهم الآخرين المهمين في حياتنا في سبيل تكوين علاقات إيجابية معهم أساسها مبني على الصدق والوضوح والتفاهم، كما تكمن قيمة علم الجرافولوجي للعاملين في قطاع التعليم، حيث يمكن معرفة أنماط وأنواع تفكير التلاميذ، ومستوى ذكائهم كما بينها، على النحو التالي : والاضطرابات النفسية والفكرية التي قد لا تظهر بشكل آخر، والنبوغ المبكر، والموهبة والمهارات. مفهوم (اللون): هو عبارة عن طاقة مشعة لها طول موجي معين - تحسب بوحدة الأنجستروم (Å) والتي تعادل (10⁻¹⁰ - 7⁻¹⁰) - تقوم المستقبلات الضوئية في شبكية العين للكائن الحي بترجمتها إلى ألوان مختلفة وتحتوي الشبكية على ثلاثة ألوان أساسية هي الأخضر والأحمر والأزرق وتتكون بقية الألوان من مزج هذه الألوان الثلاثة وعندما تدخل طاقة الضوء إلى الجسم فإنها تنبه الغدة النخامية والجسم الصنوبري مما يؤدي إلى إفراز هرمونات معينة تقوم بتحديث مجموعة من العمليات الفسيولوجية وبالتالي السيطرة المباشرة على تفكيرنا ومزاجنا وسلوكياتنا. وأكثر الألوان التي يفضلها الإنسان حسب عدد من استطلاعات الرأي هو الأزرق بسبب تأثيره المهدئ الذي يخفض حتى معدل الشهييق والزفير وهو لهذا واسع الانتشار في أماكن العلاج، أما أكثر الألوان المكروهة على الإطلاق فهو الأصفر لأن الفائض منه يسبب الشعور بالقلق وثقل الحركة ونقص التركيز وفقدان الإحساس بالهدف، وبزيادة كبيرة جدا عن الحد من هذا اللون يشعر الشخص بالتوتر العصبي وبالشك وأحيانا يتصرف بشكل غير عقلائي وغير مسئول. يقصد ب(بنية بصمات الأصابع) لأي شخص في الكون هي ذلك التسجيل للتعرجات التي تنشأ من إلتحام طبقة أدمة هذا الشخص مع طبقة بشرته بمجرد إكتمال نموه - وهو جنين في بطن أمه في الشهر الرابع - وتبقى حاملة لخصائصه النفسية والسلوكية وشيفرته الوراثية طيلة حياته - تميزه عن الآخرين - دون أن يطرأ عليها أي تغيير مطلقا - ولو احترقت وأضررت بشكل كبير، أو تم إلتلافها بشكل متعمد لإخفاء هوية صاحبها - مما يجعلها دليلا مميزا لكل شخص. يقصد بمصطلح (أسلوب تطبيق العلاج النفسي عبر الإنترنت) هو عبارة عن علاج يستند إلى أسس وخبرات علمية ويعتمد في الأساس على الكتابة عن طريق البريد الإلكتروني (E-mail) عن التجارب

الشخصية المؤلمة ل(الطفل)، حيث تقوم (الأم مثلاً - كمراقب الحالة) بدور المعالج النفسي الافتراضي وكاتم الأسرار - عوضاً عن (المعالج النفسي المختص ذو شهادة الاختصاص) - بعد الإحاطة الكاملة والمناقشة السرية بينه وبين (الطفل مثلاً)، حيث يدور حوار سري - على عدة مراحل - ما بين (الأم) كوسيط من جهة وبين (الطفل مثلاً) كطرف تشخيصي لحالة وبين برنامج (نظام تحليل الذاتية - PowerBazz) المتكامل كطرف معالج نفسي، وقد تستمر هذه المراحل لعدة أسابيع بحيث يقوم (الأم) بجعل (الطفل) كتابة عشرة نصوص كتابية أو رسائل إلكترونية افتراضية، مع تخصيص مدة خمسة وأربعين دقيقة لكتابة كل نص. وبعد أن يقوم (الأم - كمراقب الحالة) بتوجيه كل نصين معاً لبرنامج (نظام تحليل الذاتية - PowerBazz) المتكامل ليقوم البرنامج بتحليل ما ورد إليه من نصوص وتوجيه النتائج والرد الإلكتروني المبرمج المباشر ل(الأم - كمراقب الحالة) بحيث يحتوي الرد الإلكتروني هذا على التقييم النفسي لهذين النصين المرسلين من قبل (الطفل مثلاً) بالإضافة إلى إرشادات وتوجيهات تعنى بكيفية كتابة (الطفل مثلاً) للنصوص القادمة، مع التنويه بأنه بعد إنقضاء مدة المراحل جميعها وحسب التحصيل العام لجميع النصوص المخزن في برنامج (نظام تحليل الذاتية - PowerBazz) ليقوم هذا البرنامج بتوجيه كيفية تطبيق العلاج النفسي وماهيته إلى (الأم - كمراقب الحالة) الذي يقوم بدوره بتوجيه والسيطرة على التطبيق العلاجي المناسب ل(الطفل). يقصد بمصطلح (أسلوب تطبيق العلاج النفسي عبر المحادثة) وهو شبيه ببرنامج (تطبيق العلاج النفسي عبر الإنترنت) الفرعي الثانوي مع إختلاف بسيط جداً وهو أن الشخص الذي يقوم بدور (مراقب الحالة) يجب أن يكون أخصائي إجتماعي وله دراية كبيرة بدراسات النفس البشرية أو معالج نفسي قدير. إن مصطلح (أسلوب تطبيق العلاج عبر المحادثة) هو مصطلح واسع، وهذه الجزئية هي تطوير لابتكار (تطبيق نظام تحليل الذاتية - PowerBazz) فيما بعد. والجدير بالذكر، إن جلسات تقديم المشورة، أو العلاج النفسي الإدراكي؛ هي جميعها أنواع مختلفة من العلاج النفسي بالمحادثة، لكنّها تشترك في بعض المظاهر العامّة، وقد يكون أحد تلك الأنواع أفضل من غيره بالنسبة لبعض المشاكل والحالات النفسية التي تعرض لها (الطفل)؛ وتلك الأنواع المختلفة من العلاج النفسي بالمحادثة مناسبة لتنوع العديد من (الطفل) الكثيرين؛ ولكي يحصل (الطفل) على مساعدة على إتخاذ قرار محدد بشأن أسلوب تطبيق العلاج الأنسب له، عليه التحدّث إلى (الأم مثلاً كمراقب الحالة) حول أساليب تطبيق العلاج بالمحادثة المتاحة وتفضيل إحداها. هو استخدام مواد قرائية مختارة كمواد علاجية مساعدة في الطب النفسي أو الطب البدني وكذلك في التوجيه إلى حل المشاكل النفسية الشخصية/ العضوية ل (الطفل) من خلال القراءة الرشيدة، وغيرها من أساليب (البليوثيرابيا). والجدير بالذكر، أن وصفة أو روشة القراءة في عملية العلاج: علاج المرض العقلي أو المرض البدني يمكن أن ينظر إليه على أنه (علم البليوثيرابيا) أو أسلوب تطبيق العلاج بالقراءة، بينما محاولة علاج العيوب الشخصية أو مساعدة (الطفل) ما على أن يحل مشاكله الشخصية من خلال مقترحات أو توصيات وإرشادات بقراءة كتب محددة من جانب (الأم - كمراقب الحالة) يكون تخصصه أمين مكتبة أو مدرس أو موجه نفسي أو أي تخصص آخر خارج الوسط الطبي النفسي أو البدني، يمكن أن ينظر إليه على أنه (فن البليوثيرابيا) فهو لا يبنى على (تشخيص إكلينيكي) ولكن على الفطنة والبصيرة والشفافية والتجربة الذاتية من جانب أمين المكتبة أو الأخصائي الاجتماعي أو النفسي، ويجب التنويه بأن (علم العلاج بالقراءة (البليوثيرابيا)) كعلم مُستخدَم في برنامج (نظام تحليل الشخصية الإلكتروني) المتكامل يتطلب: عناصر بشرية تدخل فيه على النحو الآتي: (المريض: المتمثل ب (الطفل)) - (عضو أو أحد أعضاء الهيئة الطبية: المتمثل بأساتذة وذوي إختصاص علم النفس وفرعاته المساندين لجهاز (نظام التحليل الشخصي الإلكتروني)) - (أمين المكتبة: المتمثل ب(الأم - كمراقب الحالة)). (تحليل دقيق لحالة (الطفل) ثم تحليل لإحتياجاته من جانب الهيئة الطبية: المتمثل ببرنامج (نظام تحليل الشخصية الإلكتروني) المتكامل). 3. (روشة قراءة من جانب الهيئة الطبية: المتمثل بالبرنامج الفرعي (أسلوب تطبيق العلاج النفسي عبر القراءة (البليوثيرابيا)) المتفرع من برنامج (أساليب تطبيق العلاجات النفسية) الفرعي الرئيسي المتفرع من برنامج (نظام تحليل الشخصية الإلكتروني) المتكامل. مجموعة كافية ومتنوعة من الكتب والدوريات وغير ذلك من المواد المكتبية المستحدثة موجود في المكتبة حيث يتم توفيرها على هيئة كتب ومنشورات إلكترونية وكذلك برامج حاسوبية علاجية منضبطة وموثقة من منظمة الصحة النفسية العالمية، ويجب التنويه بأن أهداف وأغراض العلاج بالقراءة (البليوثيرابيا)، 1. 2. 3. 4. 5. خلق الإحساس ولفت الانتباه إلى أن الآخرين لديهم نفس المشاكل ويظهر هذا أكثر ما يكون عند استخدام برنامج (نظام تحليل الشخصية الإلكتروني) في المدارس والمعاهد والكليات والجامعات ودور العلم . إيجاد حلول للمشكلات النفسية/ العضوية التي تسبب المرض النفسي أو البدني ل(الطفل). 7. ربط إتصال (الطفل) بالواقع وإيجاد حلول واقعية لمشاكله النفسية/ العضوية التي يعاني منها. أما عن طرق وأساليب العلاج بالقراءة فإن هذا النوع من العلاج يتبع أسلوبين، هما: الأسلوب الأول: هو العلاج الفردي

الذي يتناول (الطفل) واحدة فقط. وعادة ما تكون ظروفهم المرضية واحدة ومستواهم العقلي والنفسي متقارب. - العظام: تبعاً لعوامل مثل العمر، الجنس، الهرمونات، العرق والنشاط البدني. والمعروف أن كثافة العظام تبلغ أعلى نسبة لها مع بلوغ الشخص سن الثلاثين. ثم تبدأ في التراجع، إلا إذا تم المواظبة على حفز العظام وإستثارتها عن طريق إستخدام العضلات، الأنسجة الرابطة والأوتار في تمارين تقوم أساساً على تحديّ الجاذبية. أن ممارسة النشاط البدني بانتظام تحافظ على صحة العظام وتحث على نموها وتقويتها. ومن شأن هذه التمارين أن تعرّض العظام لإجهاد يدفعها إلى إنتاج خلايا محددة تدعى "أوستيوبلاست"، تقوم بمساعدة عناصر مغذية مثل الكالسيوم، بإنتاج طبقات جديدة من النسيج العظمي، ما يؤدي إلى تقوية العظام وزيادة كثافتها. النشاط البدني لا يساعد فقط على منح البشرة إشراقة صحية، بل يُسهم أيضاً في تنقية الأجسام من الداخل، وفي التخفيف من ردّات فعل الجلد الالتهابية مثل الـ"أكزيما". إنّ النشاط البدني والحركة هي أداة للترشيح والتنقية، وهي تشبه مصفاة طبيعية لتنظيف الجسم وتجديد خلاياه وتعزيز طاقته. يجب إستخدام الحركة والنشاط البدني لإنتاج العرق، وهو يكافح الجراثيم ويطردها من سطح الجلد. وينصح الأخصائيين الجميع بممارسة أنشطة مثل المشي السريع، الهرولة، من جهة أخرى، تساعد ممارسة النشاط البدني على التخفيف من تجاعيد البشرة. وإرتفاع مستويات هذا الهرمون، بفضل الرياضة، يعني زيادة في سُمك الجلد الذي يرق مع التقدم في السن، وتراجعاً في عدد التجاعيد ودرجة ظهورها. - الجهاز المناعي: تؤكد الأبحاث العلمية، و"جامعة الأبالاشيان" الأسترالية، أنّ الأشخاص الذين يمارسون النشاط البدني بانتظام، ويتمتعون بدرجة عالية من اللياقة البدنية، يكونون أقل عرضة للإصابة بالأمراض التي تنتقل بالعدوى، مثل الرشح والإنفلونزا اللذين ينتشران في الفصول الباردة. وحتى في حالة التقاطهم العدوى، فإن عوارض المرض تكون أقل حدة لديهم، وتستمر لوقت أقصر من المعتاد. وأكثر المستفيدين من قدرة النشاط البدني على تقوية الجهاز المناعي، هم أولئك الذين يمارسون التمارين الرياضية لمدة (5 أيام) أو أكثر في الأسبوع. أن ممارسة التمارين الرياضية لمدة نصف ساعة في اليوم، تساعد على خفض عدد حالات الإصابة بالرشح إلى النصف. والمعروف أنّ هذه الخلايا تتولى مهمة مهاجمة الجراثيم والفيروسات التي تسبب المرض، تقول الأخصائية الأسترالية جولي ريني، بالتالي، هو يحتاج إلى الحركة كوسيلة لتنشيطه وتقويته ودفعه إلى إخراج المواد السامة من الجسم. - الدماغ: يطلق الدماغ بعد ممارسة الرياضة "أندورفينات" تساعد الشخص على الإحساس بالإرتياح والحبور، وتخفف من مستويات التوتر أيضاً. وقد أظهرت دراسات عديدة، أنّ الأشخاص الذين يمارسون النشاط البدني والذهني بانتظام، يعانون عدداً أقل من عوارض الإكتئاب والقلق، وأنّ المواظبة على ممارسة تمارين النشاط البدني والذهني معتدلة القوة هي واحدة من أكثر الوسائل الطبيعية الفاعلة في علاج حالات الاكتئاب الخفيفة والمتوسطة. ويساعد هذا الناقل العصبي على تعديل المزاج، وجميع ذلك يخفف الإجهاد، والتوتر، والضغط النفسي. من جهة أخرى، فإن ممارسة الأنشطة الذهنية والبدنية تقوم بحالة إلتهاء الشخصي عن الموضوعات التي تسبب حالات الوهن والقلق والتوتر. كذلك يمكن لهذه الأنشطة، عند القيام بها في إطار فريق أو مجموعة، أن تخفف من الشعور بالوحدة الذي يسبب الإكتئاب، ويضعف الثقة بالنفس. ويقول الأخصائي الأسترالي في صحة الدماغ، الدكتور مايكل فالنزيولا، إنّ ممارسة النشاط الذهني تُسهم أيضاً في تعزيز القُدرات الذهنية، خاصة القدرة على استيعاب المعلومات الجديدة، وفي رفع درجة التيقّظ الفكري. فالنشاط البدني يتمتع بتأثيرات إيجابية في الوظائف الذهنية، والقيام بمهام عديدة في الوقت نفسه. فقد أظهرت إحدى الدراسات الأميركية، تمكنوا من حفظ وتذكّر عدد أكبر من هذه المفردات، مقارنة بما تمكنوا من حفظه وتذكره أثناء الجلوس من دون حركة. كذلك، تساعد على تحسين الأربطة العصبية الدماغية المسؤولة عن التخطيط، ووضع الإستراتيجيات المختلفة. أما العلماء في "جامعة إلينوي" الأميركية، فقد أظهروا أنّ ممارسة النشاط الذهني تزيد من حجم المنطقة الدماغية المسماة "قرن آمون"، المسؤولة عن فرز المعلومات الجديدة وحفظها وتذكرها. 5- القلب: لا يُسهم النشاط البدني في تنشيط القلب والرئتين وتقويتها فحسب، بل يساعد أيضاً على التخفيف من إرتفاع ضغط الدم، وقد أفادت دراسة أميركية، أجريت في كلية الصحة العامة التابعة لـ"جامعة هارفرد"، أنّه حتى لو كان هناك قدر قليل من النشاط البدني، ويقول الأخصائي جاكوب ساتيلماير، إنّ الأشخاص الذين يتبعون نمط حياة مدينيّاً خاملاً بالكامل، يمكنهم أن يخففوا من خطر إصابتهم بمرض القلب، عن طريق ممارسة المشي السريع يومياً لمدة تتراوح بين 10 و15 دقيقة. - الظهر: وفي سيارتهم، وأمام شاشة التلفزيون في منازلهم. وتصل مدة جلوس الكثيرين منهم إلى أكثر من (15 ساعة) في اليوم. ومن الطبيعي أن تؤدي فترات الجلوس الطويلة هذه، إلى انتشار ظاهرة (آلام الظهر والرقفين). ويؤكد مريدث، أن غياب الحركة البدنية هو أبرز العوامل المسببة لآلام الظهر. فجسم الإنسان مُبرمج طبيعياً لكي يتحرك كثيراً، أي أنّه على الجميع ممارسة الأنشطة البدنية والذهنية المتنوعة يومياً. وتُسهم تمارين الـ"أيروبكس" والمشي السريع والهرولة في تعزيز

وصول الدم إلى العمود الفقري، كما تُسهم أنواع أخرى من النشاطات البدنية، مثل الـ"بيلاتيس" في تقوية عضلات الجسم الداخلية، ما يخفف من الإجهاد الذي يتعرض له العمود الفقري وما يتبعه من ألم في الظهر. ويتحتم على الأشخاص الذين يضطرون بحكم عملهم، أو يمشوا حول المكتب قليلاً. فمن شأن ذلك أن يساعد على الوقاية من ألم الظهر. أمّا الأشخاص الذين يعانون آلاماً فعلية في الظهر، فعليهم استشارة أخصائي يصف لهم برنامجاً خاصاً لتمارين الظهر مناسباً لحالتهم الصحية. - الثدي: أظهرت الدراسة الإحصائية الواسعة، التي شملت عدداً كبيراً جداً من الممرضات الأمريكيات، على امتداد سنوات طويلة، أن إمكانية الإصابة بسرطان الثدي قبل سن اليأس تتراجع بشكل ملحوظ لدى النساء اللواتي كنّ يمارسن النشاط البدني ما بين سن 12 و 35 سنة، مقارنة بالنساء الأقل نشاطاً. إن الأمر يتعلق بمجمل النشاط البدني الذي تمارسه المرأة. والمعدل الجيد يوازي الهرولة لمدة تصل إلى (3:25 ساعة) في الأسبوع، أو المشي لمدة (13 ساعة) في الأسبوع. فقد تبين أن (4 ساعات) من النشاط البدني في الأسبوع كافية للتخفيف من خطر هذه الإصابة. ويعزو الباحثون ذلك، المعروف بعلاقته بالإصابة بسرطان الثدي. • المفاصل: وتسهيل حركتها، وتعزيز مرونتها. وتراجع نسبة هذا السائل لدى الأشخاص، مثل التهاب المفاصل العظمي. أن النشاط البدني لا يسهم في رفع مستويات هذا السائل المهم فحسب، بل يساعد أيضاً على تقوية العضلات المحيطة بالمفاصل، مما يخفف من الضغط والإجهاد اللذين تتعرض لهما المفاصل نفسها. من جهة أخرى، وبما أن ممارسة النشاط البدني تساعد على التخفيف من حدة التهابات التي تصيب الجسم، بالتالي، فهذا يعني أنها تخفف أيضاً من التهاب المفاصل. ويقصد بمصطلح (أسلوب تطبيق العلاج النفسي بالطاقة الإيجابية والحيوية) هو أن يمتلك (الطفل) الإنسان سر مفتاح علاج الأمراض جميعها النفسية والجسدية التي يعيشها حيث يكمن هذا السر في ممارسة رياضة (التشي كونغ الصينية) التي تعد أم العلوم وأساس العلاج الصيني - وهذا ما تؤكده بعض الدراسات الحديثة التي قام بها عدد كبير من الأخصائيين النفسيين - حيث تعد (التشي كونغ) الطريقة الوحيدة التي تمكن (الطفل) من تحريك طاقته الإيجابية الكامنة داخله والتوصيل بين العقل والروح والجسد وبالتالي يمتلك الصحة والقوة التي يريدها ليعيش حياته بشكل أفضل بحيث يخدمه جسده كما يريد، وتعني كلمة (التشي) الطاقة الكامنة الخفية، وهي قوى عظمى في جسم الإنسان تستخدم في العلاج لتنظيفه وتطهيره من السموم الموجودة حوله، كل هذا يثبت أن في جسم (الطفل) الإنسان طاقة خيالية تدل على قدرة الخالق سبحانه وتعالى. وترجمة (تشي كونغ) هي تدريبات الطاقة الكامنة الإيجابية والتي تعتبر مؤثرة داخل جسم (الطفل) ومرتبطة مباشرة بجسده وطاقته لتقوية توازنها وتدفقها. ورغم حداثة هذا المفهوم إلا أنه معروف منذ الأزل، وأعتمد عليه الصينيون بصورة أساسية في التعامل مع هذه الطاقة ومفاهيمها، فإذا كانت الطاقة قوية ومتوازنة في الجسم وتدفقها مستمر فإن (الطفل) يتمتع بصحة جيدة، مما يعني أن الأعضاء الداخلية لجسم (الطفل) في حالة صحية جيدة وتؤدي وظائفها بصورة طبيعية، أما إذا طرأ خلل في مستوى الطاقة أو تدفقها أو توازنها فسيؤدي هذا إلى اختلال في الصحة. وتعتمد على (8 حركات) أساسية تكمل المثلث الصيني. وكل من يتمكن من تطبيق (التشي كونغ) يستطيع تحريك طاقته الكامنة الإيجابية، وبالتالي يصبح إنساناً مكتملاً مع ذاته ويفتح جميع مسارات الطاقة لديه خلال ممارسته لمدة (100 يوم) بشكل متواصل. أما مركز الطاقة الكامنة فهو (المعدة) وتقع تحديداً بعد انش واحد من السرة. ويؤكد خبراء (التشي كونغ) أن جسم (الطفل) يتكون من 7 عناصر، هي كما يلي: - (العنصر الأول: الأثير) يبدأ من تاج الرأس إلى منطقة ما تحت العينين ولونه أبيض. - (العنصر الثاني: الهواء) ويقع في المنطقة ما تحت العينين وتفاحة آدم ولونه أزرق فاتح. - (العنصر الثالث: النار) ويقع في المنطقة بين تفاحة آدم والحجاب الحاجز ولونه أحمر أو مشتقاته. - (العنصر الرابع: الماء) ويقع من الحجاب الحاجز إلى آخر الحوض ولونه أزرق غامق. - (العنصر الخامس: الأرض) ويقع بين الحوض وأسفل القدم ولونه أخضر. - (العنصر السادس: الخشب) ويحوي اللحم والجلد والأمعاء ولونه بني. - (العنصر السابع: الحديد) ويتألف من الهيكل العظمي والنخاع الشوكي ولونه أسود. وهناك خط غير مرئي "خط الفضة" يوصل تلك العناصر مع بعضها ويدخل من فتحة (المخيخ) في الدماغ البشري ويوصل فيما بين العناصر. ومن خلال النظر في الحياة اليومية لدى العديد من (الطفل)، يتم إيجاد تراكمات كبيرة بالطاقات المضافة السلبية التي ينتج عنها الكثير من الآثار النفسية والجسدية السيئة مثل التوتر والقلق الذي يعد علمياً من الأسباب الرئيسية للكثير من الأمراض المختلفة العضوية والنفسية، ويؤدي إلى ضعف النشاط والحيوية والتركيز وإنعدام الطاقة الكامنة الإيجابية الكافية لتحقيق النجاح والطموحات لدى العديد من (الطفل). ويأتي دور (التشي كونغ) كأقوى نظام تدريبي عرفه الإنسان في تاريخه، وأداء تدريباته يقوي ما يسمى داخل الجسم بآليات (تحفيز الطاقة الكامنة الإيجابية) والتخلص من الطاقات المضافة السلبية التي اكتسبها (الطفل). هو أن يمتلك (الطفل) مفتاح الإحياء الذاتي ويتعلم كيفية السيطرة على مهام جسمه ويجعله يسترخي بواسطة الكلام الهامس وبتعبير آخر أكثر سهولة وبساطة هو أن

يقوم ذلك الشخص بتهدد ذهنه وجسمه بترديد كلمات معينة بطريقة معينة والتنفس ببطء، كما يؤكد طبيب الأعصاب الألماني جوهان شلتز مؤسس هذا العلم والذي وضع الأطر الأساسية للإسترخاء بالإيحاء الذاتي (عام 1930) والتي أطلق عليها تسمية "المتولدات ذاتياً" بأن إقناع أجزاء الجسم بتوليد أحاسيس خاصة بها هي أفضل الطرق للإسترخاء والتخلص من الضغوط الناجمة عن العمل أو المشاكل الأسرية أو حتى الصحية. والعلاج ب(الإيحاء الذاتي) يرجع إلى عهد القدماء المصريين عندما كانت هناك بما يسمى ب(معابد النوم) أو ما يسمى ب(النوم العلاجي)، ويشاع خطأ تسمية (التنويم المغناطيسي) على هذا العلم، حيث أن تسميته هي (علم الإيحاء الذاتي) حيث إن جميع حالات الإيحاء لا تتم إلا من الشخص نفسه. ويختص دور المعالج النفسي على إرشاد وتوجيه الشخص إلى علم الإيحاء الذاتي وكيفية الوصول إليه وممارسته، ثم كيفية الاستفادة منه، ولكي تكون الصورة أكثر وضوحاً فإن جميع الأشخاص يمرون بحالات اليقظة والنوم ويرسل المخ موجات كهربائية تحدد درجة اليقظة أو النوم التي يكون كل شخص عليها، فلقد إكتشف باحثون إيطاليون أن العلاج بالإيحاء الذاتي – كان له أثر إيجابي كبير على أدمغة بعض مرضى شلل الرعاش (باركنسون) بصورة لم تكن متوقعة. وأعطى باحثون من كلية طب جامعة (تورين) الإيطالية بقيادة الدكتور (فابريزيو بانديتي) عدداً من المرضى محلولا ملحيا عاديا وأخبروهم أنه أحد أدوية المرض، ثم راقبوا الخلايا العصبية في أدمغتهم فوجدوا أن إستجابة الخلايا العصبية لذلك المحلول الملحي تماثل إستجابتها للدواء الحقيقي، وقام الباحثون الإيطاليون الذين نشروا دراستهم في مجلة "نيتشر" بإعطاء مرضى الشلل الرعاش ثلاث جرعات من دواء (أبومورفين)، ثم قاموا – جراحيا – بإستزراع أقطاب داخل أدمغة المرضى في منطقة (النواة تحت التلامية). وتحتوي هذه الأقطاب مجسات ترصد عن كثب نشاط حوالي (100 خلية عصبية) في ضخ دفعات الدوبامين، كل على حدة أربع درجات: – أولاً: (الببتا) وهي حالة اليقظة ويرسل المخ موجات حوالي 14 موجه / ثانية. ثانياً: (الألفا): وهي حالة ما قبل النوم أو نهاية النوم أو حالة أحلام اليقظة، ويكون الشخص واعيا تماما ولكن في حالة استرخاء شديدة. ويرسل المخ 8 موجات/ ثانية. ثالثاً: (البيتا والدلتا): وهي حالات النوم الكامل العميق. فعال في كثير من المشاكل والصعوبات التي يواجهها (الطفل) (الطفل) القدرة على الكلام في مشاكلهم الخاصة مثل الكبار . فالحديث مع (الطفل) (الطفل) الصغير عن مشاكله واهتماماته والصعوبات التي يواجهها ليست سهلة اذا كانت عن طريق اسئلة واجوبة كما يحدث بالنسبة ل(الطفل) البالغ، لكن في الغرفة الإفتراضية المخصصة للعلاج النفسي . يكون الطفل في مكان محبب للنفس . يتعامل مع مخاوفه بطريقة أفضل ويتغلب على الصعوبات التي يواجهها . ويتحدث بطريقة تلقائية، حيث تعرف التسلية باللعب بأنه نشاط موجه يقوم به (الطفل) الأطفال لتنمية سلوكياتهم وقدراتهم العقلية والجسمية والوجدانية، ويحقق في نفس الوقت المتعة والتسلية؛ وأسلوب التعلم باللعب هو إستغلال أنشطة اللعب في إكتساب المعرفة وتقريب مبادئ العلم ل(الطفل) الأطفال وتوسيع آفاقهم المعرفية، وتكمن أهمية التسلية باللعب في التعلم : 1- إن اللعب أداة تربوية تساعد في إحداث تفاعل الفرد مع عناصر البيئة لغرض التعلم وإنماء الشخصية والسلوك. 2- يمثل اللعب وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم وتساعد في إدراك معاني الأشياء . 3- يعتبر أداة فعالة في تفريد التعلم وتنظيمه لمواجهة الفروق الفردية وتعليم (الطفل) الأطفال وفقاً لإمكانياتهم وقدراتهم. 4- يعتبر طريقة علاجية يلجأ إليها المربون لمساعدتهم في حل بعض المشكلات والإضطرابات التي يعاني منها بعض (الطفل) الأطفال. 5- يشكل اللعب أداة تعبير وتواصل بين (الطفل) الأطفال. 6- تعمل الألعاب على تنشيط القدرات العقلية وتحسن الموهبة الإبداعية لدى (الطفل) الأطفال. يوجد الكثير من فوائد أسلوب التعلم باللعب حيث يجني (الطفل) الطفل عدة فوائد منها : 1- يؤكد ذاته من خلال التفوق على الآخرين فردياً وفي نطاق الجماعة . 2- يتعلم التعاون واحترام حقوق الآخرين. 3- يتعلم احترام القوانين والقواعد ويلتزم بها. 4- يساعد في نمو الذاكرة والتفكير والإدراك والتخيل. 5- يكتسب (الطفل) الطفل الثقة بالنفس والاعتماد عليها ويسهل إكتشاف قدراته واختبارها. ويقصد بمصطلح (أسلوب تطبيق العلاج النفسي عبر الصوتيات والمرئيات) هو أن يقوم (الطفل) بالاستماع إلى كل ما يمكن سماعه عبر الأذن مثل الموسيقى او كل ما يمكن للإنسان رؤيته عبر العين مثل الافلام الفيديوية – إن كانت منفردة أو مصاحبة للكلمات – لمدة معينة من الزمن وبشكل دوري، حيث أشارت الأبحاث الحديثة إلى أن سماع الموسيقى له تأثير إيجابي على الحدة العقلية، وعلى وجه التحديد في مجالات الذكاء المعرفي والشفهي والعاطفي، وتؤكد هذه الأبحاث على أن الموسيقى تخفف من التوتر العصبي وذلك بزيادة إفراز جسم (الطفل) لإنزيم اللاندورفين (إنزيمات الشعور الجيد)، وتظهر أبحاث أخرى جديدة أن الموسيقى تولد تأثيراً قويا على الدماغ، في تعزيز التنمية المعرفية، والمهارات اللفظية و الذكاء العاطفي، وفي هذا الأمر يقول أحد خبراء الغرب المختصين بالعلاج بالموسيقى ((ليس بمقدور أي دواء أن يعيد ذكريات الماضي، ويوطد العلاقات الإنسانية، ولكن الموسيقى تستطيع أن تقوم بكل ذلك في آن واحد))، وأهم مثال على هذا

معزوفة الربيع للموسيقار المبدع (بتهوفن). ومن الجدير بالتنويه أنه يمكن أن تدخل جميع أنواع الموسيقى في العلاج النفسي ولكن الموسيقى الكلاسيكية تتفوق عليهم جميعا في أنها: • متنوعة جدا في أمزجتها. • ألحانها جميلة وسلسلة وغير معقدة وتحاكي الجميع. • مليئة بالتعابير الموسيقية التي تنعش القلب وتوحي بالأفكار الكثيرة الجميلة. • ترفع مستوى القدرة على التركيز ومستوى التفكير والذكاء والتخيل. • تعزز التوازن النفسي ل (الطفل) بأسلوب تأليفها الذي يتبع مبدأ التوتر وإزالة التوتر بنسب سليمة متناسبة مع ترددات نبضات القلب والجسد. • يتم تنفيذ إيقاعاتها بأسلوب فني جميل لا يؤدي الجملة العصبية في دماغ (الطفل) على عكس الإيقاعات الإلكترونية الرتيبة القاسية. ومن الجدير بالذكر، أن الموسيقى توصف كعلاج ناجح لحالات الإكتئاب والأمراض النفسية والعضوية المختلفة حيث أنها :- - توفر الموسيقى ل(الطفل) المصاب بالإكتئاب جرعة من هرمون السعادة (هرمون السيروتونين) وتساعد على التخلص من الإكتئاب، كما تساعد على التواصل والعودة إلى العالم الواقعي المحيط به. - أهم شاهد على نجاح العلاج بالموسيقى إستخدامه في المستشفيات العسكرية بدءا من فترة ما بعد الحرب العالمية الثانية لمعالجة الحالات النفسية البالغة التعقيد. - بمساعدة أنواع معينة من الموسيقى نتوصل لتحقيق أهداف سلوكية لدى العديد من (الطفل) المصابين بالتوحد كالتواصل البصري والتخفيض من الحركات النمطية وتطوير القدرة على التواصل الإجتماعي والتعبير عن الذات. - يتم إستخدام الموسيقى ليس فقط عبر الإستماع وإنما أيضا عن طريق تعليم العزف على آلة موسيقية ما تكون محببة ل(الطفل). - تستخدم الموسيقى في علاج العديد من (الطفل) المدمنين في بعض المراكز الطبية المتطورة وفق برامج خاصة غير تقليدية عبر جلسات فردية أو جماعية. - يتعلم العديد من (الطفل) المدمنين في هذه الجلسات العزف على آلة موسيقية يحبها مما يجعله يستمتع ويتعلم بأن واحد ويشعر بالثقة في قدراته ويحترم نفسه. - أهم فوائد البرامج العلاجية بالموسيقى أنها تتيح ل(الطفل) التعبير عن نفسه وعن آلامه مع من حوله دون أن يضطر إلى التحدث والكلام مما يخفف عنه الضغوط النفسية والفكرية ويهدئ من إنفعالاته النفسية والسلوكية. - في (الطفل) الطاعن بالسن (الهرم) فإنه يحتاج إلى مزاولة الهوايات المتنوعة ومنها الموسيقى لتملأ حياته بالسرور والسعادة وتخلصه من الآثار السلبية لأمراض الشيخوخة التي يعاني منها التي من أخطرها الزهايمر، ويؤكد هذا الطبيب (ميجان آدمونيستون) - طبيب وخبير في العلاج بالموسيقى - : (كثيرا ما يتمكن المريض من لفظ الكلمات والتعبير عن نفسه عبر الأغاني - وأهمها الراسخة في ذاكرته - ولكن عندما نريد التحدث إليه عن طريق الحديث العادي فإننا نلاحظ تلغمه وعدم تركيزه في الحديث)). اما دور الموسيقى في الأمراض العضوية والعمليات الجراحية:- - تحفز الموسيقى الغدة النخامية على إفراز مادة (الأندروفين) التي تخفف الألم فتساعد بهذا على :- * تخفيف آلام (الطفل) المرضى بشكل عام وأثناء وبعد العمليات الجراحية. * تخفف الحاجة إلى المسكنات الدوائية ذات الآثار الجانبية غير المرغوبة أو غير المحتملة أثناء العمليات الجراحية. - بعد مدة تتراوح بين (10-15) دقيقة من سماع الموسيقى (التي يتم إختيارها وفق ما يتناسب مع الحالة النفسية ل(الطفل)) تحصل له تغييرات فيزيولوجية عديدة مثل إنخفاض ضغط الدم وإنخفاض سرعة نبض القلب وإسترخاء عضلات القلب. - في حالات (الطفل) مرضى السكري وإرتفاع ضغط الدم تدخل الموسيقى كعلاج داعم ومساند للعلاج الدوائي بإستخدامها كوسيلة لتحقيق الإسترخاء وبالتالي تخفيض مستوى السكر بالدم والحد من إرتفاع الضغط بتخفيض مستوى هرمون الإكتئاب (هرمون الكورتيزول). - بالنسبة ل(الطفل) المصاب بغيوبة فإن سماع الموسيقى تساعد على العودة للواقع. الخطوات العملية لخوارزمية الابتكار: يبدأ البرنامج بشاشة افتتاحية. 1- ثم يسلك البرنامج أحد المسارين: - أ- المسار الأول في حال ان المستخدم جديد. • كل المتغيرات التي سوف يتم التعامل بها تكون مساوية للقيمة الصفرية مبدئيا. • يتم فتح سجل خاص بالمستخدم الجديد به كافة المعلومات الشخصية للمستخدم، كمثال: الاسم، والعمر، والجنس، وكلمة السر. وغيرها من المعلومات المهمة الأساسية. • يتم حفظ هذا السجل في البرنامج الخاص بالمستخدم. • يتم ارسال هذا السجل عبر (بروتوكولات الانترنت) الى برنامج المركز الطبي النفسي ليتم حفظ السجل في المركز. • يتم اغلاق السجل والتوجه الى المسار الآخر. ب- المسار الآخر يتم فيه طلب اسم المستخدم المسجل مسبقا في الخطوة (أ) وكلمة المرور، مع العلم بان عند فتح البرنامج مرة أخرى سيقوم البرنامج بالتوجه المباشر الى المسار الآخر تلقائي. 2- يتم بعد السماح بالدخول الى البرنامج بطلب المدة الزمنية المراد إدخالها للمستخدم والتي سيتم فيها إعادة (التحليل الجرافولوجي) له. سيتم شرح هذه الخطوة لتوضيحها في الخطوات اللاحقة. ويجب ملاحظة ان القيمة المبدئية لإدخال هذه المدة الزمنية هي الصفر. 3- يجب ادخال المدة الزمنية بشكل صحيح، وهذه المدة الزمنية محددة للمستخدم من نصف ساعة الى 24 ساعة فقط. وفي حال تحديد مدة زمنية اقل من نصف ساعة او اعلى من (24 ساعة) فإن البرنامج يلغي هذه المدة الزمنية المدخلة ويعيدها للقيمة الصفرية والمطالبة بإدخال مدة زمنية جديدة وصحيحة. 4- يتم الانتقال الى شاشة

شيفرة الاصبع - والتي يوجد بها كافة المتحكمات الخاصة بشيفرة الاصبع- ويتوجب على المستخدم (الطفل مثلا) لمس الموضع الخاص لإدخال شيفرة الاصبع لكي يتسنى للبرنامج اخذ شيفرة الاصبع بشكل صحيح. 5- يتم تسجيل شيفرة الاصبع للمستخدم وحفظه وإرساله الى برنامج الذكاء الاصطناعي الخاص بتحليل شيفرة الاصبع في برنامج مركز الطب النفسي. 6- يتم ارجاع نتيجة تحليل شيفرة الاصبع من برنامج مركز الطب النفسي الى برنامج المستخدم. 7- يتم حفظ النتيجة في برنامج المستخدم للتعامل معه فيما بعد. مع ملاحظة بأن ادخال الكتابة او الرسم هنا يتم بأحد الاسلوبين، اما بالأسلوب المباشر وهنا يتوجب على المستخدم (الطفل مثلا) رسم بشكل عفوي في الموضع الخاص لإدخال لوحة الجرافولوجي (سواء كتابة او رسم)، او يتم استخدام الأسلوب الآخر وهو بإدخال الكتابة او الرسم الذي يقوم الطفل بكتابتها او رسمها او خربشتها على ورقة خارجية ومن ثم يتم استخدام الماسح الضوئي (السكانر) لإدخالها الى برنامج الجرافولوجي الخاص بإبتكار (تطبيق نظام تحليل الذاتية)، مع الجدير بالذكر هو انه عند استخدام المسح الضوئي في المحاولة الأولى فانه يجب استخدام نفس الأسلوب في المحاولات التكرارية الثلاثة. 9- يجب ملاحظة ان هنالك جملة حسابية لها مهمة خاصة سيتم شرحها في الخطوات اللاحقة. 10- يتم ارسال ما تم إنجازه من هذه الشاشة الى برنامج الذكاء الاصطناعي في برنامج مركز الطب النفسي لتحليلها والحصول على النتيجة المبدئية المؤقتة الأولى، وهذه هي المرة الأولى لتحليل الجرافولوجي حيث سيتم اخذ نتيجتين فيما بعد للحصول على النتيجة النهائية للجرافولوجي. 11- يتم استقبال نتيجة تحليل الجرافولوجي المبدئية المرسله من برنامج مركز الطب النفسي الى برنامج المستخدم. 12- يتم حفظ النتيجة في ملف مبدئي مؤقت. 13- يوجد حالة شرطية مفادها الحصول على مسار خاص للملف المبدئي المؤقت. فإذا كان هذا الملف هو ملف اول يتم عبوره الى مسار حفظ الملف الأول، اذا لم يتحقق الشرط، والملف الثاني سيتم عبوره الى مسار حفظ الملف الثاني، والملف الثالث سيتم حفظه في الملف الثالث عبر المسار الثالث، في حالة لم يتحقق الشرط الأول والثاني.