العنوان: تفريغ وتدقيق بودكاست " أعظم 3 دقائق ستفاجئهم شخصيتك الجديدة، بودكاست ياسر الحزيمي "
مدة المقطع: 03:57 دقيقة.
نوع المنتج: تفريغ صوتي + تدقيق لغوي وتنسيق.

« يبقي السؤال لماذا لا يؤكد الناس ذواتهم؟؟
لماذا الناس لديها ضعف في توكيد الذات؟؟
توكيد الذات أقصد به أنك لا تستطيع أن تعبر عما يجول بخاطرك، لماذا لا تستطيع التعبير عما تريد ؟
لنأخذها من أسبابها القديمة :

- **أولاً:** ثقافة إحترام الكبير، إنها ثقافة عربية و إسلامية أصيلة، " ليس منا لم يوقر كبيرنا " ـ ممتاز ـ ولكن ما حدود هذا الإحترام ؟؟

هل حدود هذا الاحترام أنني لا أستطيع أن أعبر عن رأيي أمامه ؟ هل حدود هذا الإحترام أنني لا أستطيع أن أقول لا؟ لا أستطيع أن أناقش رأيي أمامه؟ أن أناقشه ؟ أن أعبر عن مشاعري بحضوره ؟

عندما نُضخم أو نُعملق الكبير أو المدير أو الغريب أو العالم أو أي إنسان، إننا عندما نعملق الأشخاص فإننا نقزم من أنفسنا ـ أنا وأنت نفس الفكرة ـ عندما تقارن نفسك بكبير فأنت تصغر، وعندما تقارن نفسك مع صغير فأنت تكبر؛ لذلك كلما عمْلقت الناس هِبتهم ، ولن تستطيع أن تكون قادراً على مواجهتهم؛ لذلك أستطيع أنا أن أخرج كل مشاعري على أطفالي، ربما على الخدم الذين يعملون عندي؛ لأنني أشعر أنني كبير وهم صغار؛ لذلك أستطيع قول ما أريد، ولكن عندما أذهب إلى من هو أعلى مني تتقازم نفسي، لذلك فإن احترام الكبير ممتاز، ولكن النبي صلى الله عليه وسلم يقول : " أنزلوا الناس منازلهم "، ويقول النبي صلى الله عليه وسلم : " نحن معاشر الأنبياء أُمرنا أن ننزل الناس منازلهم " ومنازل الناس خلقهم وهم مخلوقات ليس بيدهم نفع ولا ضر حتى لأنفسهم ، وبالتالي فأنا أعطيه قدره من الإحترام ولكن لا يجعلني هذا الإحترام أحتقر ذاتي وأسكت على الحقوقي ولا أطالب بواجباتي.

- **ثانياً**: ثقافة الصمت

نحن نُسوّق للصمت ونقول الصمت جيد و " إذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب " ، ولكن هذا الكلام خاطئ ، هل هذا الكلام برايي انا ؟ لا؛ لأن النبي صلى الله عليه وسلم يقول: " من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت " .
إذاً ما هو الإختيار الأول ؟ الكلام (فليقل) . إذاً الخيار الأول أن يتكلم الإنسان، فإذا لم يستطع أن يقول شيئاً جيداً فيذهب للخيار الثاني وهو الصمت.

ضعف تقديرك لذاتك يؤثر عليك حتى في عملك، إذا أنت إنسان لا تستطيع أن تقول لا فستقول دائماً نعم، ومن قال نعم دائماً للآخرين قال لحياته وأهدافه لا، من قال للناس نعم دائماً قال لأهدافه وحياته وأسرته وأبنائه لا، لأن معظم وقته وجهده للناس وليس لحياته .
ومن سعى لأهداف غيره ترك السعي لأهداف نفسه. »