

دورة تدريبية بعنوان:

مهارات التخطيط الجيد

إعداد/ د.عبدالله صابر عبدالحميد

أستاذ خدمة الفرد المساعد

(مستشار أكاديمي)

بمركز الإرشاد الأكاديمي بعمادة

القبول والتسجيل



أهداف الدورة

الهدف العام : تدريب المشاركين في الدورة
علي وضع خطة مستقبلية لأنفسهم :

في نهاية الدورة تصبح قادراً على:

- تحديد مفهوم التخطيط واهميته واهدافه
- معرفة خطوات التخطيط الناجح
- رسم ووضع خطة زمنية وعملية مستقبلية
- معرفة وسائل التأكد من تنفيذ الخطة
- اكتساب مهارات التخطيط الدراسي الجيد للنجاح

الحياة مليئة بالحجارة...

فلن أتعثربها ...

بل سأجمعها وأبني بها

سليماً نحو النجاح

نحو القمة



صعوداً

قم وانطلق



يد

تقعد



فلا

إن تعثرت



تعامل الافراد مع مواقف الحياة

- 1- الناجحون المنطلقون المحددون لمسارهم .
- 2- الجادون في الوصول لغاياتهم مهما كلفهم ذلك
- 3-الباحثون الذين لديهم الاستعداد للتطبيق والتضحية والجد ونبذ الشكوى والتذمر والإسقاط.
- 4-المسقطون غير الجادين المنتظرون السماء أن تمدهم بالحلول، والحظ أن يزودهم بالتغيير
- 5-المتببطون غير الراغبين في الجد والاجتهاد.

التخطيط سر النجاح

• التخطيط سر النجاح الافراد وأهم من التخطيط

أيضًا: أن تكون للإنسان رسالة.

• يرى العلماء أن الذين لا يحملون رسالة أكثر
عُرْضة للمشاكل والصدمات النفسية والاجتماعية



الرسالة

- الرسالة : يخلو للبعض تسميتها المهمة أو الدور وهي ما تود أن تسير عليه في الحياة .
- هي شيء عام وطريق دائم غير محددة بهدف مثال "رسالتي ان اعلم الناس" فذلك شيء لا ينتهي ، فأنت تعلم الناس حياتك كلها .
- فالرسالة اتجاه ليس لها حسبة نوعية نشعر ونحس بها .

الرؤية :

- هي النتيجة النهائية التي تسعى شخصيا لصنعها.
- يعني هو ما تود الوصول اليه والرؤية ترجمة عامة للأهداف بما أن الأهداف تنقسم إلى بعيدة ومتوسطة وقصيرة المدى فما الرؤية هي المقصد وهدف تصل إليه .
- مثل : ”رؤيتي أن أكون احد أعضاء هيئة التدريس بكليتي
- فالرؤية هي نتيجة تقاس وتحسب وهي وسيلة والرؤية يمكن ان تعد وتقاس .

نماذج الرؤية والرسالة

1) **رسالة ورؤية:** فهؤلاء يعرفون مسارههم وتخصصهم فيه ، ولديهم أهداف واضحة فهؤلاء العظماء المؤثرون ، السعداء ، الأقوياء ، المنتجون ، الواضحون ، مثلهم مثل الأنبياء والرسل والقادة الذين غيروا في أممهم و مجتمعاتهم

2- **رسالة دون رؤية :** فهؤلاء يعرفون مسارههم لكن ليس لديهم خطة مكتوبة فهؤلاء صالحون ، نافعون ، والقادة المربون وهؤلاء جيدون غير أنهم غير واضحين في تحقيق الرسالة ليس لديهم خطة و متابعة ، وفيهم جمع كبير ربما الأكبر من المتدينين والمشايخ

تابع الرؤية والرسالة

3- رؤية دون رسالة : هؤلاء يعرفون ما يريدون دون أن يحددوا مسار حياتهم ، مثلهم مثل العاملين في مؤسسات هادفة و التجار المركزيين في تجارتهم فقط من اجل المال و النجاح و هؤلاء جيدون في الخطوط الثانية في سير الحياة لكن عادة ما يحققون النجاح و لا يحققون السعادة

4- لا رسالة و لا رؤية هؤلاء لا يعرفون مسارهم في الحياة و لا يعرفون ما يريدون فهم أنواع منهم الحائرون هؤلاء عليهم تحديد مساراتهم وتخطيط حياتهم

خطة حياتي

أولاً : رسالتي في الحياة

.....

.....

ثانياً : أهدافي في الحياة

.....

.....

.....



إلى أين أنت ذاهب؟

- ما أهدافك في الحياة؟ أهدافك القريبة والبعيدة؟
 - هل تريد أن تكون أفضل مما أنت عليه؟
 - هل تريد أن تحقق أحلامك وآمالك.
 - هل تعرف أين أنت الآن؟ وإلى أين تريد الوصول؟
- وضعك الحالي (أ) ووضعك المستقبلي (ب) وما تحتاجه للانتقال من (أ) إلى (ب) هو معرفة التخطيط الصحيح وأدواته؟

كيف تصل إلى هدفك وما الذي عليك عمله لذلك؟

الهدف

- هو الامر الذي يرغب الانسان في تحقيقه وانجازه
- الهدف الاول يسمى الحصييلة
- الهدف الاخير يسمى الحالة الجوهرية وهي حالة التغيير الحقيقي لبرمجة العقل الباطن.
- والحالة الجوهرية هي مرحلة الغايات... فهي المرحلة التي لا تستطيع أن تري أو تشعر بأن هناك مرحلة بعدها.

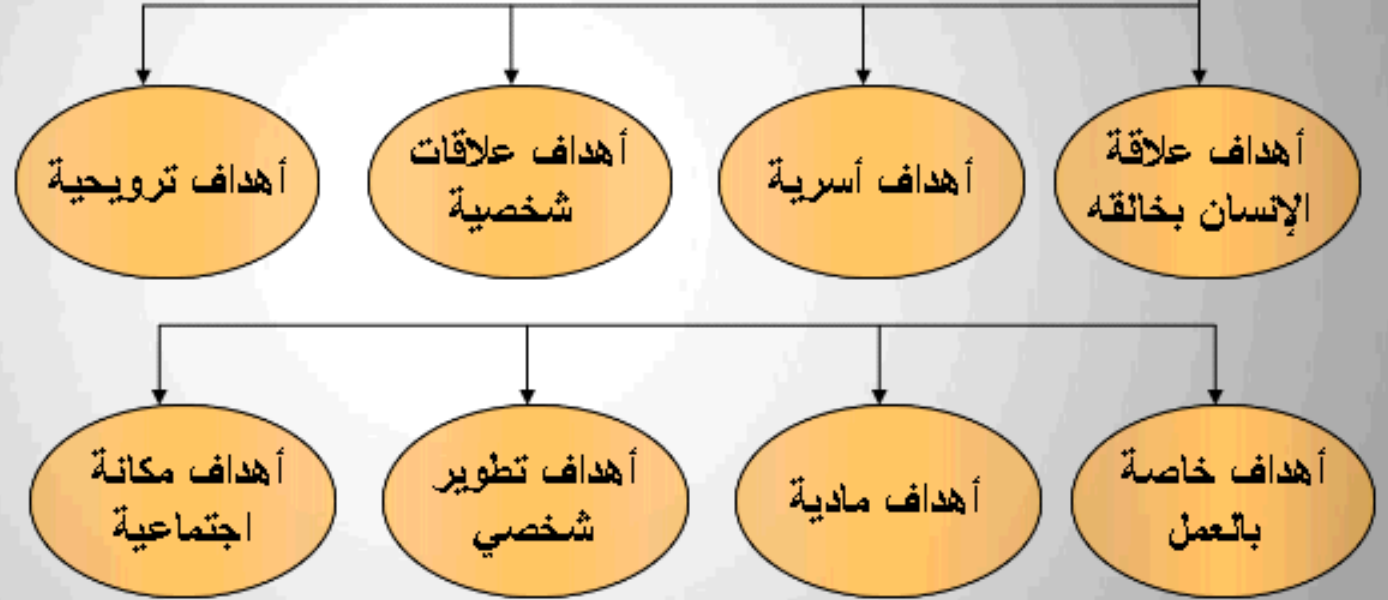
النقطة الحمراء



The Red Point

الهدف

أنواع الأهداف





الهدف

يعتمد تحقيق الأهداف على:

1. المكانة التي يضع الإنسان نفسه فيها.
2. طموحاته.
3. قدراته.
4. إهتماماته.
5. تربيته.
6. الطريقة التي يفكر فيها.

أهمية وجود الأهداف

- تحديد الاتجاه.
- وضع الرؤى في إطار قابل للتطبيق.
- معرفة الانجاز الذي تم وتقويم الوضع.

السمات الضرورية في الأهداف

- أن تكون محددة وواضحة وصادرة عن إرادة واقتناع.
- واقعيته وقابليتها للتحقيق ضمن فترة زمنية محددة.
- تسلسلها المنطقي في الأولويات ومراعاتها للزمان والمكان.
- اتفاقها مع القيم الدينية والاجتماعية.
- تضمينها قدرأً من التحدي للقدرات، ومرونة كافية تجعلها قابلة للتغيير.

حدد أهدافك

- كيف أرفع مستواي الإيماني والعبادي؟
- كيف أنمي مستواي العملي والثقافي؟
- كيف أنمي نفسي صحياً وجسدياً؟
- كيف أنمي علاقاتي مع أهلي وأصحابي؟
- **كيف أضع مخططاً عملياً مرتبطاً بزمن
محدد يساهم في تحقيق ذلك؟**

عرض قصة الصقر



ما هو
التخطيط؟

أسئلة التخطيط الرئيسية

- أين أنا الآن؟ وما هو وضعي الحالي؟
- أين أريد أن أكون؟ وما هي طموحاتي المستقبلية؟
- كيف سأصل لتلك الطموحات؟ ما هي الوسائل المطلوبة؟
- كيف أعرف أنني حققت ما أريد؟



مفهوم التخطيط

- تصور عقلي لموقف مستقبلي تتخذ اتجاهه مجموعة إجراءات لتحقيق أهداف معينة
- تصميم المستقبل المؤمل وتصور الخطوات الفعالة لتحقيقه ويرتكز مفهوم التخطيط على عدة أمور هي:
- أنه عملية ذهنية.
- يرتكز على المستقبل والتنبؤ بهذا المستقبل.
- يعتمد التخطيط على الإمكانيات المتاحة.
- يقوم التخطيط على اختيار بديل من عدة بدائل،
بمعنى أنه إذا لم يكن هناك بدائل فلا حاجة للتخطيط.

فوائد التخطيط

- ستصبح أهدافك النهائية واضحة لك.
- ستصبح لديك ثقة بأن عملك اليومي هادف
- ستصبح قادرا على التحليل بموضوعية
- ستصبح منهجيا في تفكيرك
- ستصبح قادرا على الاستفادة من نقاط القوة لديك.
- ستقلل من نقاط الضعف.
- ستنجز الأمور.

شروط التخطيط

- أن تحقق الخطة الأهداف الموضوعية من أجلها.
- مراعاة الاعتدال في الأهداف.
- الواقعية في الخطة.
- مراعاة الأولويات عند تنفيذ الخطة
- أن تحقق الخطة عنصر المرونة.
- أن تكون الخطة متوازنة وفق حدود الإمكانيات
- عدالة التوزيع للميزانية (التوزيع حسب الاحتياج)
- أهمية التطوير للخطة
- أن يراعي البرنامج التنسيق بين المعنيين بتنفيذه.

خصائص التخطيط الجيد

- **الواقعية:** تتناسب الإمكانيات المتاحة والممكنة مع الأهداف المنشودة.
- **الشمول:** أن يكون للخطة السيطرة والتوجيه على كافة الموارد
- **المرونة:** أن تكون الخطة قادرة على مواجهة الظروف الطارئة.
- **الاستمرارية:** الربط العضوي بين مختلف عمليات التخطيط وبين سابقتها من خطط.
- **الإلزام:** بحيث تكون الخطة ملزمة التنفيذ وفقاً للجدول الزمني المحدد لها.
- **المشاركة:** مشاركة جميع الأفراد والمؤسسات في تنفيذ الخطة.
- **-التنسيق:** يقصد بها التنسيق والإجراءات والوسائل

النقطة الحمراء



The Red Point

التخطيط

مستويات التخطيط:



معادلة التخطيط

أهداف واضحة محددة + تخطيط سليم +

تنفيذ بوسائل مناسبة + تقويم و مراجعة

= تحقيق النتائج بإذن الله.

خطوات وضع خطة ناجحة

- **التشخيص:** من أنا؟ وأين أنا الآن؟
- **التهديف:** أين أريد أن أكون؟
- **التنظيم:** كيف أصل إلى ما أريد؟
- **التنفيذ:** كيف أعرف أنني وصلت؟

الخطوة الأولى: التشخيص

- **معرفة الواقع وتحليله.**
- **التعرف على احتياجاتك الإنسانية.**
- **تحديد وجهتك ومبادئك وقيمك الحياتية.**
- **التعرف على قدراتك وقواك الذاتية**

الخطوة الثانية: تحديد الأهداف

• **أين أريد أن أكون؟ وهذا يتطلب
تحديد:**

○ المجال الذي سأعمل به أو أتجه إليه.

○ رسالتي في الحياة.

○ أدواري وأهدافي الشخصية.

الخطوة الثالثة: التنظيم

- كيف أصل إلى ما أريد؟
- وضع خطة زمنية مدروسة (يومية، أسبوعية، شهرية، سنوية)
- اختيار القرارات والمواقف حسب الأولويات.
- تنظيم وإدارة الوقت.

الخطوة الرابعة: التنفيذ

كيف أعرف أنني وصلت وحقت أهدافي؟

1. توفير متطلبات تنفيذ الخطة (تحفيز، تعليم، تركيز، انجاز

2. نقد ذاتي وتقويم المنجزات.

ما الأهداف التي حققتها؟

ما القرارات التي اتخذتها؟

ما الاهداف التي لم احققها؟

ما الذي منعني من تحقيقها؟

3- كما تشمل خطوات التنفيذ الإجابة على أسئلة ترشدك للتنفيذ: أين؟ متى؟ كيف؟ مع من؟ بماذا؟ بكم؟

وذلك لكل خطوة ولكل هدف

منجزات التقويم

- **من خلال عملية التقويم نحقق ما يأتي:**
- 1. **رفع مستوى الإدراك الذاتي.**
- 2. **تنمية الضمير والرقابة الذاتية.**
- 3. **بناء العادات الفعالة.**

SUCCESS



التخطيط

النجاح



التخطيط الدراسي

التخطيط هو : عملية ينظر فيها الفرد الى المستقبل بعين بصيرة وعقل نافذ وفكر ثاقب ليضع في ضوء ذلك اطارا للعمل يقوده الى هذا المستقبل

فالتخطيط مفتاح النجاح

أهمية التخطيط الدراسي للطلاب الجامعي

- يحفز الطلاب إلى التعلم ويشوقهم إليه ويحميهم من أضرار التعلم المشوش وسوء الفهم وإطراب الذهن.
- يساعد الطالب على تنظيم وقته لأكبر قدر ممكن وتوزيعه بطريقة مناسبة لكل مادة.
- يزيد من دافعية الطالب للتعلم وثقته بمعلومات المعلم وقدرته على العطاء.
- يكسب الطلاب اتجاهات إيجابية نحو المعلم.

مهارات التخطيط الجيد للنجاح

- القناعة بأنك قادر على التغيير
- التفكير الإيجابي في الحياة - اقتناص الفرص
- فن إدارة الوقت - المبادرة وعدم التأخر
- المستشار الناجح - التعاون على البر والتقوى
- رتب حياتك - حاسب نفسك
- المجاهدة - اختيار الوسائل المعينة للنجاح
- فن اتخاذ القرارات - التأمل في حياة الناجحين
- كن متميزاً تكن ناجحاً - علو الهمة

تابع مهارات التخطيط الجيد للنجاح

- فقه الأولويات -التوكل علي الله
- الثقافة في النجاح -لا بد من الشعور بالتحدي
- تكوين الأسرة الناجحة -التخطيط الجيد للهدف
- دور الحكومات والتعليم والبيت والمسجد في النجاح
- صاحب الناجحين - التوازن في مطالب الحياة
- قوة التفكير وسلامة طريقته -الاستفادة من الفشل
- تعلم فن التفويض -إتقان التواصل بالآخرين
- إدارة الأزمات -احذر من التسويق

النجاح الكبير هو محصلة نجاحات صغيرة

نجاح علمي



النجاح له جوانب
متعددة

نجاح إجتماعي



نجاح مادي



يخطئ الكثيرون حين يعتبرون النجاح المادي مقياسا للنجاح الكامل



التواضع | الغرور

الاخلاص | الغيرة

الاجتهاد | الغش

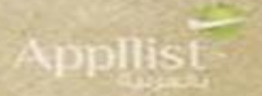
العلم ▲ | الكسل ▼

سَلْمٌ النَّجَاحُ

أهم ثمانية مهارات يجب عليك تنميتها كي تنجح



ممارسات تحول دون تحقيق النجاح



اختلاق
الأعذار
والتحليل
غير
المنطقي؛
لتبرير عدم
القدرة على
إتمام أمر
ما.

عدم
التوازن
والاعتقاد
بأن النجاح
في جانب
ما يعوض
الفشل في
جانب آخر.

عدم
الالتزام
بالأمور التي
ينبغي
تطبيقها
في سبيل
تحقيق
الأهداف
والطموحات

عدم تقدير
أهمية
الوقت
وضعف
القدرة على
تنظيمه
في سبيل
تحقيق
الأهداف.



www.dalilsohag.com

منقول عن : Appllist

Resala-systems.com



ما يدفع
الإنسان
الى النجاح



الجرأة في

الجرأة في

الجرأة في



تقبل الفشل

التفكير

التنفيذ



من كل عشرة في العالم العربي هناك :



واحد يعمل بإخلاص



أربعة يرددون
له يومياً لن تنجح



اثنان يشكرونه
على عمله



ثلاثة يشككون في نواياه



نصائح للحد من أفكار السلبية



حاول التفكير
في تأثير الأفكار
السلبية وإعاقتها
لرؤيتك للجوانب
الإيجابية في حياتك.



لا تعمم ما
تتعرض له من
سلبيات على حياتك؛
فالفشل في أمر لا
يعني الفشل على
الدوام.



تجنب التفكير
في ضرورة سير
الحياة في اتجاه
معين؛ لأن ذلك يعرّضك
للشعور بالحزن
والإحباط.



لا تتحمل
مسؤولية كل ما
يحدث في حياتك، ولا
تلم نفسك على أمور
لا يمكنك التحكم
فيها.

www.dalilsohag.com



منقول عن : Appllist

Resala-systems.com



كيف تقلل من السلبية في حياتك؟

- 1 ركز على الحلول 
- 2 أحط نفسك بأشخاص إيجابيين 
- 3 اهتم بصحتك ولياقتك 
- 4 فكر في الوقت الحاضر 
- 5 لا تأخذ الأمور على محمل شخصي 
- 6 ركز على الجانب الإيجابي في كل الأمور 
- 7 توقف عن انتقاد نفسك والآخرين 
- 8 قدم المساعدة للآخرين 
- 9 اقتنع بأن الحياة يوم لك ويوم عليك 
- 10 تجاهل ما سيفكر فيه الآخرون 

قالوا عن التخطيط

- **الفشل في التخطيط تخطيط للفشل.**
- **ليس المهم معرفة ما تريد ... ولكن معرفة كيف تصل إليه.**
- **إن العالم يفسح الطريق للمرء الذي يعرف إلى أين هو ذاهب.**
- **العوائق تبدو دائماً أسوأ إذا لم تواجهه.**
- **التخطيط ليس خياراً إضافياً بل حاجة ضرورية.**

مع اطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته