

## الدرس الثالث: التطوير الذاتي

المفاهيم المتضمنة في الدرس

الأهداف

من المتوقع من الطالب نهاية كل وحدة أن يكون قادراً على أن:

تأكيد الذات.

الأمن النفسي.

يحدد كيفية وضع الرسالة.

يعدد الأساليب التي تساعد على  
تطوير الذات.

يعدد فوائد تطوير الذات.

يبين أهمية تطوير الذات.

يبين أهم مجالات التطوير بالعمل.



لماذا لا نبقى كما نحن في معارفنا ومهاراتنا؟

لماذا محاولة التغيير .... ما جدواها؟

قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾<sup>(١)</sup>.

يُعدُّ تطوير الذات بمثابة النهر الجاري، إذا أغلق منبعه جف ماؤه ، فتطوير قدراتك ومهاراتك يجعلك قوياً أمام نفسك وأمام الآخرين.

### يترك للطالب

اقرأ الموقف الآتي ثم أجب عن التساؤلات بعده:

تخرجت من الثانوية العامة وأنت لا تجيد اللغة الإنجليزية وبقيت بعدها عاماً لم تلتحق بالجامعة، اضطرت للسفر لبلاد أوروبية لمرافقة والدك المريض، وعند وصولك للمطار سألك موظف الجوازات عن سبب قدومك لبلدهم، لكنك لم تفهم ما قاله، كرر سؤاله عدة مرات منتظراً الإجابة والآخرين من خلفك ينظرون إليك مشفقين، وأنت لا تعلم ما قاله ولا كيف ترد.

- صف شعورك حينها؟
- ماذا كنت ستفعل لو عادت بك الأيام؟
- اذكر مهارات أخرى تعد ضرورية لمستقبلك.
- هل تتمنى أن يحدث لك مثل هذا الموقف؟
- لماذا نمشي في طريق في حياتنا ثم يصيبنا الفتور في منتصف الطريق؟
- لماذا لا نسأل أنفسنا من قبل، ماذا نريد من دراستنا؟ من عملنا؟ من تفاعلنا مع الحياة؟



انتبه

إن هذه الأسئلة سوف تعني بالنسبة لك ألا تبدأ أي مشروع أو عمل أو حتى اتخاذ قرار إلا بصورة المحصلة النهائية والنتيجة التي تتوقع أن تصل إليها هي المرجع أو المعيار الذي يحكم كافة قراراتك وتصرفاتك.

### كيف تضع رسالتك؟

أعلم

أن رسالتك هي شخصيتك، لا يعرفها إلا أنت، رسالتك هي التي تحمل قيمك ومبادئك وانطباعاتك.

ركز في رسالتك على الآتي:

- ماذا تريد أن تكون؟ أي ذاتك.
- ماذا تريد أن تفعل؟ أي إسهاماتك وإنجازاتك.
- ما القاعدة التي تكون ذاتك وتوجه أفعالك؟ أي القيم والمبادئ الأساسية التي تتبناها.

أساليب تطوير الذات



#### المهارات المكتسبة من النشاط

- التحليل.
- التفسير.
- الاستنتاج.
- عرض وجهات النظر.

#### أهداف النشاط

- اكتساب الطالب مهارات التفكير التأملي في طرح وجهة نظره حول أساليب تطوير الذات.

إن الواقع الحقيقي وراء اهتمامنا بالتطوير الذاتي هو إيماننا بأهمية التطوير، وخطورته فالإنسان الناجح هو الذي يدرك حجم وقيمة الطاقات التي أودعها الله سبحانه وتعالى فيه، وبناءً على حجم هذا الإدراك يُتخذ القرار المناسب حول كيفية استخدام هذه الطاقات.

في ضوء الفقرة السابقة قم بكتابة بعض الأساليب التي تساعد - من وجهة نظرك - في تطوير الذات.

كن مع الله لأن الله وحده من يمتلك القوة والعظمة والرحمة وكل ما تتخيله هو بيده  
جرب الجديد ولا تلتصق بالقديم: لأن ما فات قد مات، ابحث عن الجديد وطور منه  
مارس حياتك وكأنك طفل: حتى يولد عندك الاهتمام الكامل وحتى تغرق في حياتك بكل ما فيها  
ليكن لك رأيك المستقل: لا تتغير من أجل أحد أو لإرضاء أحد، كن أنت صاحب الرأي مهما اختلفت مع  
الآخرين ليولد عندك حب الذات وتقبل الآخرين لاختلاف آرائهم  
تحمل المسؤولية  
اعمل بجدية وبقوة في ما تقدره  
حاول أن تكتشف عيوبك والأشياء السيئة التي تفعلها فهي تزيد من قوة الشخصية  
كن مخلصاً وتجنب الإيمان بالمظاهر: كن جيداً مع الآخرين وابتعد كل البعد عن المظاهر والتعامل مع  
الناس بهذا الشكل  
ابحث عن صنع الذات

انتبه! يبدأ التغيير الذي يدوم طويلاً من الداخل «من الذات».

### وتأكد

أن التطوير الذاتي في السلوك والمهارات والطباع يمنحك المزيد من المعرفة والكفاءة وتحقيق ذاتك في الحياة،  
والحصول على احترامك لنفسك ومن ثم احترام الآخرين لك.

### تطوير الذات ضرورة شخصية أولاً:

قال تعالى: ﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ﴾<sup>(١)</sup>.

قطعاً لا، فالأولوية دوماً لمن يعلم أكثر من غيره، أو هكذا يقول المنطق، وهل هناك حالات يمكن فيها للمرء أن يتوقف عن الإحساس بالحاجة إلى تطوير ذاته؟ نعم، فقد يمرُّ كل إنسان بمثل هذه الحالة في مراحل معينة من حياته، خصوصاً عندما يشعر أن ما اكتسبه من علم لم يستفد منه كثيراً على الصعيد العملي والوظيفي.



تنمية مهاراته في تحليل الملفات والمستندات  
تنمية مهاراته في استقبال جميع الرسائل و الفاكسات و  
المكالمات لعرضها على المدير  
تنمية مهاراته في التواصل، وذلك لمتابعة تنفيذ القرارات  
الإدارية عن طريق التواصل مع كل الأقسام الأخرى  
تنمية مهاراته في تنظيم الاجتماعات واللقاءات  
ومستلزماتها  
تنمية مهاراته في استقبال الزوار والعملاء  
تنمية مهاراته في أداء المهام المكتبية العامة، من نسخ  
وتصوير وفاكس وبريد وأرشفة ملفات  
تنمية مهاراته في كيفية إعداد حلام الأرشفة الورقي  
والإلكتروني  
تنمية مهاراته في إعداد التقارير

من المعلوم أن تطوير الذات لا يقصد به التطوير فقط، فتطوير الذات يشتمل على تطوير ذهني، مهاري، وكذلك تطوير وجداني. في ضوء هذه الـاقرأ معي هذا الموقف:

تقدم محمد وهو طالب يحمل شهادة الثانوية العامة لالتحاق بعمل في وظيفة «سكرتير» بإحدى المؤسسات الخاصة بمدينة الرياض، وبعد إجراء المقابلة لتطوير الذات. ومن وجهة نظرك، كيف يمكن لمحمد تطوير ذاته

### مساحة إثرائية

### فرالي



هناك من يقول لك «تحاشهم... تجنبهم... أهرب منهم... هيا، فرّ وكأن أخطر أعداء الأرض يطاردونك.. لا تستدر وراءك.. لا تتردد... الفرار... اجعل هذا شعرك ولا تخجل»

من هم؟ ولماذا كل هذا التنبيه والصراخ الذي يوحى بخطورة الأمر الشديدة؟ إنهم سارقوا الأحلام، ناقلوا الموجات السلبية، زارعوا الكآبة واليأس والقنوط، إنهم

ببساطة الأشخاص المتشائمون، وهم قادرون على تحويل مسار حياة الشخص بصورة لا يمكن تصوّرها، والمطلوب منك أن تبدأ وتصبر وتثابر فالتجارب رفيقك على الدرب.



### ثقافة العمل وتعدد المهارات:

هناك مجالات جديدة ومختلفة في عالم العمل اليوم، يُعدُّ الإلمام بها من أهم ما يجب أن يحرص عليه الفرد حتى يصبح على دراية بمجالات التطوير والتحديث المستمر، ومن ثم العمل على التطوير الذاتي لا يمتلك المهارات والخبرات التي تساعد في مواكبة هذا التطوير، ومن أهم مجالات التطوير ما يأتي:

#### (أ) العمل متعدد التخصصات:

لقد أصبح مفهوم التخصصية في العمل من المفاهيم المألوفة من قاموس العمل الحر، وعلى وجه التحديد في القطاع الخاص. فهناك بعض أصحاب الأعمال يريدون شخصاً لديه القدرة في القيام بأكثر من عمل، في مكان واحد.

#### النشاط الشخص متعدد المهارات



المهارات المكتسبة من النشاط	أهداف النشاط
<ul style="list-style-type: none"> <li>التفكير</li> <li>توظيف التقنية.</li> <li>تعدد القدرات.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوعي بتعدد المهارات والقدرات التي يجب على الفرد امتلاكها مستقبلاً.</li> <li>بلوغ النجاح والتفوق.</li> </ul>

هناك أحد الأشخاص يعمل في شركة معينة، فهو اليوم يقوم بعمل الحسابات الخاصة بالشركة، وغداً يقوم بتوزيع وتسويق منتجات الشركة في عالم العمل، وفي نفس اليوم يقوم باستقبال أحد العملاء من المطار، ويستخدم الحاسوب للبحث عن شيء ما على شبكة الإنترنت، ثم يقوم في نهاية اليوم بكتابة تقرير عن نشاطاته.

### لديه القدرة على القيام بأكثر من عمل في مكان واحد

في ضوء ما سبق، ناقش ما يأتي:

(أ) المهارات المطلوب توافرها في الشخص المتقدم للوظيفة في عالم العمل اليوم.

(ب) هل حجم مؤسسة العمل لها دور في تحديد تلك المهارات أم لا؟ **نعم**

لقد أصبح لدى هذا الشخص أكثر من تخصص في عمله، وبناءً عليه، احرص أن يكون لديك القدرة على ممارسة أكثر من مهنة وأن تتعلم كيفية عمل كثير من الأشياء، حتى لو كانت خارج نطاق تخصصك الأساسي.

### (ب) العمل المستقل:

هو أن تعمل ما تريده وأن تمتلك حرية وضع لمساتك وبصماتك على هذا العمل، فالكثير منا يتخوف من أن يعمل مستقلاً، فالبعض يخشى على ماله في أن يضعه في مشروع ويفقده. ولكننا اليوم أصبح لدينا فكر ومفهوم جديد عن العمل المستقل؛ لذا عليك أن تقوم بدراسة عملك بعناية، وتخطط له جيداً، وتحاول تجنب الكثير من الأخطار والمشكلات التي تتوقع حدوثها.

### مساحة إثرائية ثقافة العمل والتطوير الذاتي

- ♦ ثق في إمكانياتك وقدراتك وحاول أن توظفها في العمل الذي يلائمها.
- ♦ لا تتسرع في شغل وظيفة لا تتلاءم مع ميولك لمجرد العمل فقط.
- ♦ كن صبوراً ولا تجعل اليأس يتسلل إلى نفسك، وتأكد أنه من المستحيل أن تفشل.
- ♦ حاول أن تكون إنساناً متجدداً ولا تقف على مستوى ثابت، بل طور نفسك دائماً.
- ♦ لا تجعل هدفك من العمل هو المادة (المال) في المقام الأول، فهناك أعمالاً كثيرة تكسبك خبرات لها قيمة أعلى من المادة.

