

**المحاضرة الثامنة عشر**  
**الخطوات العشرة للشخصية الناجحة**



– الشخصية الناجحة: (١٢٩)

من مقومات النجاح هي الإرادة القوية والثقة بالنفس الطموح  
الامحدود والنشاط المتواصل.

– الشخصية الناجحة هي الشخصية القادرة على اتخاذ القرار المناسب في  
الوقت المناسب.

– الشخصية الناجحة هي الشخصية الواثقة بربها وبنفسها ، المرنة ، المطورة  
لنفسها المتفائلة ، الإيجابية .

– الشخصية الناجحة: أحببت أن أقدم بعض الأفكار التي أتوقع أن تعطي  
للإنسان ثقة بالنفس.

❖ أهم الأشياء التي تعطي الإنسان ثقه بالنفس :

أولاً- أن ينظر للمرء يومياً ويقول أنا قوي وأنا جميل وأنا أثق بنفسي .

ثانياً- أن يحاول دائماً أن يكون صادق مع الناس لأن الكذب أكثر الأشياء  
المضغفة للنفس .

ثالثاً- أن يكون دائماً مبتسم في وجه الناس حتى لو كان متأثراً من شيء ما .

– الشخصية الناجحة حقا هي التي تمتلك التميز في مجال ما أو بشكل  
أوضح هي الشخصية الريادية ولها صفات:

١- الخيال الإبداعي .

٢- رفض ما هو تقليدي .

٣- التفكير العميق.

– الشخصية الناجحة : كل إنسان لديه إمكانية النجاح، ولكن نجاحه يعتمد  
على قدرته على تفجير مواهبه.

مخطئ من يتصور أن النجاح يأتيه على طبق من ذهب ، وإلا لساد الناس  
كلهم، فالدنيا قد خلقت على كدر، والبعض يريد لها خالية من الأكار.

- الشخصية الناجحة هي التي لاتقف حائرة امام مشكلة وتتركها بدون حل.
- الشخصية الناجحة هي التي تكسب ثقة الآخرين بلباقة.

### مقومات الشخصية الناجحة:

حتى يستطيع المرء النجاح فى الحياه يجب أن تتوافر فى شخصيته عدة جوانب هامة منها :

النضج الإنفعالى :

فيجب أن يكون نمو الشخص نموا متكاملا فى جميع جوانب شخصيته المتباينة ويندرج تحت هذا النمو الجسمى والعقلى والوجدانى والإنفعالى .  
الثقة بالنفس:

هناك مثل فرنسى يقول : " الثقة بالنفس أو الإيمان الذاتى هو أول أسرار النجاح ". فالكثير إذن يحلمون بأشياء قيمة ولكنهم لا يثقون فى أنفسهم إذ أنهم يعتقدون أن ما سوف ينجزونه من نأفه لا يستحق الإنجاز؛ لذا فإنهم يتقاعسون عن تحويل الأحلام إلى واقع لا يستفيدون من أحلامهم.  
قوة الإرادة:

إن الإصرار والتصميم من أهم الأمور فى مجال تنمية الإرادة القوية والعزم على انتهاج برنامج معين ثم التخطيط له مسبقا هو من دلائل قوة الإرادة.

النظام والتخطيط الجيد:

فالشخصية الناجحة لابد وأن تتوافق خطواتها العلمية مع شكل من أشكال التنظيم الجيد مع تحديد الهدف،وقد ثبت بالدراسة أن التردد والتشتت بين هدفين يؤدى فى النهاية إلى فشل كليهما وفى النهاية فشل الإنسان ذاته، فتحديد الهدف من أهم الأمور التى تبدأها الشخصية الناجحة.

## القدرة على التكيف:

إن أساس قدرة الشخص الناجح على التكيف تقوم على أن يكون الشخص قادر على توجيه حياته توجيهاً ناجحاً بحيث يحقق أهدافه المختلفة وكذلك يجب على الشخص الناجح أن يتميز بالمرونة أي يستجيب للمؤثرات الجديدة استجابات ملائمة، فالشخص الجامد غير المرن لا يتقبل أي تغيير يطرأ على حياته ومن ثم فإن توافقه يختل وعلاقته بالآخرين تضطرب إذا ما انتقل إلى بيئة جديدة.

– مخافة الله في جميع الأمور الظاهرة والخافية .

– المرونة بين الشدة والليونة .

– التعامل مع الإنسان "كإنسان"!

– يواجه الفشل كخطوه للنجاح .

– مخاطبة الناس على قدر عقولهم .

– الإخلاص في جميع أعماله .

– التواضع .

– الحريص على تثقيف نفسه .

– أن يعمل بعلمه .

## ماهي الخطوات العشر للشخصية الناجحة ؟

هناك بعض العادات التي قد تطفئ على المجتمع ، وقد تكون هذه العادات

إما سلبية أو إيجابية ، وكم مرة حاولنا تغيير هذه العادات أعني السلبية.

وقد يستفسر البعض سر نجاح بعض الناس في هذه الحياة من هذا

المنطلق أكتب:

الخطوة الأولى :

السعي للتميز ، والدليل ( إنهم كانوا يسارعون في الخيرات ) ، " أقربكم مني

يوم القيامة أحاسنكم أخلاقاً " ، " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه " .

### الخطوة الثانية :

تحديد الأهداف والدليل ( فمن يعمل مثقال ذرة خيرا يره ومن يعمل مثقال ذرة شرا يره ) سورة الزلزلة .

### الخطوة الثالثة

ترتيب الأولويات ، والدليل ( إن الصلاة كانت على المؤمنين كتابا موقوتا ) ، " اعلم أن لله عملاً بالنهار لا يقبله بالليل ، وعملاً بالليل لا يقبله بالنهار " وصية أبي بكر لعمر رضي الله عنه .

### الخطوة الرابعة :

التخطيط والدليل ( وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ) ، " اقلها وتوكل " .

### الخطوة الخامسة :

التركيز ، والدليل ( قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون ) ، " إن الرجل لينصرف وما كتب له إلا عشر صلواته ، تسعها ، ثمنها ، سبعها ، سدسها ، خمسها ، ربعها ، ثلثها ، نصفها " .

### الخطوة السادسة :

إدارة الوقت والدليل ( والعصر إن الإنسان لضي خسر إلا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر ) ، " يا ابن آدم إنما أنت سويعات إذا ذهبت ساعة ذهب جزء منك " حكيم .

### الخطوة السابعة :

جهاد النفس ، والدليل ( والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا ) " الناجح من يكون راعياً لإرادته لا كلباً لها " حكيم .

### الخطوة الثامنة :

البراعة الاتصالية والدليل ( ولو كنت فظاً غليظ القلب لا نفضوا من حولك " "الكلمة الطيبة صدقة " .

### الخطوة التاسعة :

التفكير الايجابي ، والدليل ( والعافين عن الناس والله يحب المحسنين ) ،  
" إذا قامت الساعة وفي يد أحدكم فسيلة فليغرسها " .

### الخطوة العاشرة :

التوازن ، والدليل (والذين أنفقوا ولم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما ) ، " إن لبدنك عليك حقا " ، "سددوا وقاربوا وأبشروا " .  
تكوين الشخصية الناجحة

## مفاهيم وأسس لتكوين الشخصية الناجحة:

١- ليس التفوق والنجاح في ميادين الحياة المختلفة مطابقا للابداع .. فقد يكون المرء عبقريا .. ولا يكون ناجحا وقد يكون ناجحا .. ولا يملك سمات العبقرى .

٢- ليس المهم أن يكون لدى الإنسان الكثير من الإمكانيات والموارد .. ولكن المهم هو توظيفها وإدارتها على أحسن وجه ممكن .. والإدارة الجيدة مهارة يمكن اكتسابها .

٣- الفرص في الحياة كثيرة بالنسبة إلى اليقظ المؤهل للاستفادة منها .. لكنها قليلة جدا بالنسبة إلى الكسالى والفضوليين ومحدودي الطموحات .  
٤- أعظم أشكال التفوق هو التفوق على الذات .. وهو لا يأتي إلا من خلال الالتزام بالتحسن الدائم .. ولذا فإن الشخص الناجح لا يقتنع بالوضعية التي هو عليها .. ويتطاع دائما إلى ما هو أفضل وأرقى .

- ٥- كل النجاحات في هذه الدنيا لا تكون حقيقية إلا إذا عززت النجاح
- ٦- ليس هناك ناجحون لا يهتمون بالوقت.. ولا يحرصون على الاستفادة منه على نحو مقبول.
- ٧- للناجحين دائما أهداف سواء كانت قصيرة أم بعيدة المدى.. فهي تتسم دائما بالوضوح.. كما أنها مرنة والوصول اليها ممكن.
- ٨- يؤمن الناجحون بأن النجاحات الصغيرة حين تتراكم تتحول إلى شئ عظيم.
- ٩- سلوك الناجحين منطقي.. فهم يؤهلون أنفسهم للنجاح ويكتسبون المهارات التي تتطلبها الأعمال التي يريدون القيام بها.
- ١٠- يتمتع الناجحون بالإرادة الصلبة.. وحين يلتزمون بعمل فهم يملكون الطاقة على الاستمرار في انجازه.
- لذا يجب علينا إدراك هذه المعاني .. وجعلها جزءا من مفاهيم الحياة.. وجزءا من سلوكنا الشخصي.
- كيف تصنع النجاح وكيف تحقق ما تحلم به؟
- أنت تحلم أن تصبح مشهورا، والآخرين يحلمون بالشئ نفسه ، فهذه الرغبة متأصلة في النفس البشرية ، فمهما كانت شخصيتك ، أصلك، فأنت تشعر بالتميز والاختلاف.
- فمن منا لم يلعب في طفولته فهو يحلم أنه سيمارس اللعبة التي حرم منها عندما يكبر قليلا، ويصبح كفوًا في الإعتماد على نفسه.
- ولكن بشكل أو بآخر عندما نواجه الواقع وتبدأ الرحلة الحقيقية ، تأتي مرحلة التحرر من الوهم، وبإختصار هناك من يحققون أحلامهم بالصورة التي تخيلوها وهناك من يجرفهم تيار الحياة الى شاطئ لم يكن في حساباتهم الذهاب إليه.

ومن هنا تذكر دائما أن لا تتوقف عند الخسارة فنقص الثقة أول عقبة في الطريق.

كيف تصنع النجاح وكيف تحقق ما تحلم به...؟؟

- ١- التحلي بقوة الإيمان.
- ٢- أن تؤمن بأنك شخص متميز.
- ٣- أن تؤمن بأن لديك قدرات خاصة.
- ٤- يجب أن تثق بنفسك.
- ٥- عليك أن تستعيد قدرتك على الأحلام وأنت طفل ، عليك أن ترى نفسك وهي تحقق ما تصبو إليه.

مرة أخرى تأكد أن الحياة ستمنحك ما تقبل فإذا قبلت أن تكون شخصا عاديا غير مميز، ستجعلك الحياة شخصا عاديا غير مميز. ولكي تكون ناجحا هنالك عدة مبادئ للقوة وهي كالتالي:

١- حق المطالبة بالسعادة والنجاح ( فالعالم لن يمنحك شيئا طواعية) لن يمنحك أحد الفرصة التي تنتظرها فمكمن القوة بداخلك أنت ، أنت من يجب أن يستغل الطاقات التي بداخلك.

٢- تعلم كيف تحلم كما كنت صغيرا ....توقف عن التفكير فيما لا تستطيع فعله وركز على ما تريده في الحياة.(عليك أن تناضل ولا تتوقف عند الخسارة).

٣- يمكنك أن تغير من نفسك فأينما كنت في الحياة مازال أمامك الوقت لتقفز داخل اللعبة مرة أخرى ، وتطلب من الحياة أكثر مما طلبت في الماضي.

أحدث الدراسات أثبتت أن كل الفائزين يشتركون في سيطرتهم على ست مناطق رئيسية:

- ١- تعلم أن تصبح دائما مرة أخرى.
- ٢- ابدأ حملة غازية لصالح هدفك.

٣- احلم حلما كبيرا بصورة بسيطة.

٤- كن إيجابيا دائما.

٥- عامل الناس معاملة حسنة.

٦- لاتستسلم أبدا.

بالإضافة إلى المناطق الرئيسية هناك أيضا ما يسمى بالصيغة الثورية

للفوز وهي:

أنك تستطيع أن تهزم نصف الناس من خلال العمل الجاد، وتفوز على

٤٠٪ من خلال الإستقامة والأمانة والمبادئ، ويمكنك أن تهزم ١٠٪ فقط من

خلال القتال في مجال العمل.

والآن ما الذي يمكنك أن تفعله لتطور وتحافظ على السلوك الإيجابي

للفوز...؟؟

١- عليك أن تتحلى بالإثارة والحماسة دائما.

٢- التوقف عن إختلاق الأعذار (عليك أن تتوقف عن المراوغة والتنصل من

المسؤوليات الموكلة إليك، فنسبة ١٠٪ من الحياة تعتمد على ما تصنعه،

و٩٠٪ على كيفية تعاملك معها.

٣- إحتفظ بمعنويات مرتفعة.

٤- الإلتزام الجاد هو طريقك الصحيح إلى الإيجابية .

٥- تعلم دائما أن الآخرين لا يباليون بكثرة ما تعرفه حتى يعرفون أنك تبالي

بهم كثيرا.

وأخيرا هذه بعض التحذيرات من بعض السلوكيات التي يمكنها أن

تفسد الأمر برمته وتحملك من مقدمة صفوف الناجحين إلى زمرة المتعثرين

ومنها:

١- ضرورة المحافظة على المبادئ الشخصية والإستقامة.

٢- لابد من التعامل مع النقود بحكمة وتريث. فمهما كان دخلك صغيرا أو كبيرا عليك أن تمتلك القدرة على العيش بإعتدال.

٣- تجنب الأنانية، فالسقوط وال فشل يأتيان كثيرا منعدم القدرة على فهم مبدأ العطاء في الحياة.

نجاح الإنسان وسعادته يتوقف على مهارات لا علاقة لها بالشهادات. أشخاص تخرجوا بامتياز لكنهم لم ينجحوا في الحياة الأسرية والمهنية والعكس صحيح.

وهذا لا يعني عدم أهمية العلم، ولكن لمواجهة الحياة يحتاج الناس إلى الفطنة وهي أعلى من الذكاء..

واعلم أنك عندما تقود نفسك يجب أن تستخدم عقلك، وعندما تقود الناس عليك باستخدام عاطفتك.

### كيف تأهل نفسك لتصبح مدرب تنمية بشرية ناجح؟

إذا أردت أن تعمل في مجال التنمية البشرية وتصبح مدربا ناجحا عليك القيام بالمراحل التالية :

#### مرحلة التأهيل المعرفي

الإطلاع والقراءة المستمرة في مجالات متنوعة وخصوصا (علم النفس

والاجتماع، الصحة النفسية والخدمات الاجتماعية، العلوم التربوية

والسلوكية والدينية )

حضور دورات تدريبية بصفة دورية

الإطلاع على أشرطة فيديو في مجال محاضرات التنمية البشرية

الإطلاع على كتب التنمية البشرية ومحاولة تلخيصها

الاستناد والتدليل من خلال المراجع والكتب السماوية

- الاستدلال بالاحصاءات الدقيقة والحديثة والموثقة.
- المعرفة التامة باستخدام الكمبيوتر وأساليب العرض المناسبة والمشوقه.
- حاول أن تكون متفرد في شخصيتك المهنية وعملك ولا تقلد الاخرين

### مرحلة التأهيل الوجداني

- الصدر الرحب والتقبل للجميع الاراء
- احتواء المستمعين وجدانيا واشعارهم بالحب والسعادة وانت معهم
- حاول أن تسيطر على مشاعر المستمعين
- حاول جذب انتباه المستمعين
- لا تكثر من كلمة انا
- شارك الحضور في محاضراتك
- حاول أن تكون دائما مبتسما
- احترم عقول الحضور ومناقشاتهم لأنك قد تستفيد منها
- حاول أن تبث روح التفاؤل والأمل لدى الحضور
- تجنب الدخول في مناطق حزن وألم

### مرحلة التأهيل السلوكي:

- التواصل الفاعل مع الجمهور من خلال
- فتح قنوات اتصال مع الموضوعات التي يحبون الحديث عنها مثل
- الموضة كرة القدم والموضوعات العامة التي تشد الانتباه اولاً
- كسر حاجز الروتين من خلال القيام ببعض التمرينات الرياضية او
- استخدام جلسات الاسترخاء او اشياء تجدد النشاط وتكون غير تقليدية

استخدام الداتا شو وخصوصا فى عرض الصور لان الصورة تثبتت فى العقل ويخزنها ويسترجعها بصورة افضل واسرع من الحديث العادى  
اشراك الحاضرين فى المحاضرة من خلال اسئلة معروفة للجميع على سبيل المثال ٢ + ٢ كام .....

النظر بالعين للجميع وعدم التركيز على جهة معينة او زاوية واحدة  
عدم اطالة زمن المحاضرة حتى لايشعر الحاضرين بالممل  
تقبل النقد وجميع الاراء الديمقراطية فى الحوار  
الا تكون كلماتك او نصائحك خيالية يصعب تحقيقها وانما تكون قابلة للتنفيذ والتحقيق  
عرض نماذج للإقتضاء بتجاربها ومشوارها العلمى او فى مجال نجحت فيه  
بث الحماس والقوة للمستمعين وتحفيزهم واثارة نقاط القوة فيهم  
أعمل مقارانات بين طريق النجاح وطريق الفشل  
من الجيد أن تأخذ المحاضرة شكل ورشة العمل او المناقشة الجماعية افضل من محاضرة ومستمع.

تجنب المناقشات السياسية التى تثير الجدل فى المحاضرات

### مرحلة التقويم الذاتى

تقييم مستوى اداء المحاضرة  
تحديد اوجه القصور والضعف فى المحاضرة  
اعطاء استبيان للمستمعين من خلاله سوف تحكم على مستوى ادائك المهنى فى المحاضرة  
معالجة اوجه النقص او الضعف  
قم بتصوير المحاضرة فيديو وسوف تكتشف بسهولة اخطائك او مايجب ان تفعله بصورة افضل من خلال فيديو المحاضرة



## المراجع العلمية

- (١) الأمم المتحدة: إعلان الحق في التنمية (ملحق ٢) الذي أصدرته الجمعية العامة للأمم المتحدة المادة الثانية، ص ٧١.
- (٢) محمود عبد الفضيل : التحديات الجديدة أمام أعمال الحق في التنمية في الإطار العربي - ورقة مقدمة ضمن أعمال الندوة الإقليمية حول حقوق الإنسان والتنمية خلال الفترة من ٧- ٩ يونيو / حزيران ١٩٩٩، برنامج الأمم المتحدة الإنمائي بالتعاون مع المنظمة العربية لحقوق الإنسان، ط ٣، القاهرة، ١٩٩٩، ص ٢٨٢.
- (٣) ابراهيم العيسوي : التنمية في عالم متغير، دراسة في مفهوم التنمية ومؤشراتها، دار الشروق، القاهرة، ٢٠٠١، ص ٣٦.
- (٤) عبد الغفار شكر : الدور التنموي والتربوي للجمعيات الأهلية والتعاونية في مصر، سلسلة العلوم الاجتماعية، مكتبة الأسرة، القاهرة، ٢٠٠٧، ص ٤٤.
- (٥) حاتم المقدم : التنمية البشرية في مصر والعالم، كتاب الأهرام الاقتصادي، العدد (٩٩)، مؤسسة الأهرام، القاهرة، يوليو ٢٠٠٤، ص ١٧ - ١٨.
- (٦) تقرير التنمية البشرية : معهد التخطيط القومي، القاهرة ١٩٩٥، ص ١٣٠.
- (٧) عبد الفتاح ناصف : دائرة حول التنمية البشرية ( المجلة المصرية للتنمية والتخطيط - المعهد القومي للتخطيط . المجلد (٣). العدد (١). ٢٠٠٥. )، ص ١٥.
- (٨) منى مصطفى البر ادعى و منال محمد متولي : البعد البشرى والنمو الاقتصادي النظرية والتطبيق، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية - العدد (١٧)، جامعة القاهرة ٢٠٠٣، ص ٨٥.
- (٩) محمد منير مرسى : تخطيط التعليم واقتصادياته، عالم الكتاب : القاهرة، ٢٠٠٨، ص ٦٤.
- (١٠) حامد عمار : التنمية البشرية وتعليم المستقبل، مكتبة الدار العربية للكتاب : القاهرة، ٢٠٠٣، ص ٢٠٢.

(1 1) Daniel, Keating : Habits of mind for learning society  
Educating for Human Development (the Hand Book of  
Education and Human Development ) Blackell Publishers  
Sua,2008,p.467.

- (١٢) البرنامج الإنمائي للأمم المتحدة : تقرير التنمية البشرية ٢٠٠٣- أهداف التنمية للألفية الجديدة ، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، ٢٠٠٣، ص ١١٠
- (١٣) أشرف السيد العربي عبد الفتاح : التنمية البشرية في مصر - دراسة لأسباب وانعكاسات الوضع الحالي وإمكانية تطويره مع التركيز على التعليم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية ، جامعة القاهرة ، ٢٠٠٧، ص ٤٣٠
- (١٤) علي المكاوي : البيئة والصحة - دراسة في علم الاجتماع الطبي ، دار المعرفة الجامعية : الإسكندرية ، ٢٠٠٣، ص ١٦٠
- (١٥) البنك الدولي : تقرير عن التنمية في العالم - بناء المؤسسات من أجل الأسواق ، مركز الأهرام للترجمة والنشر : القاهرة ، ٢٠٠٥، ص ٢٤٤٠
- (16) David Canteer and Peter Stringer : Environmental interaction Psychological Approach TO our physical surrounding , surrey univer press,first publishd, 2005, pp .10.
- (١٧) علي المكاوي : البيئة والصحة - دراسات في علم الاجتماع الطبي ، مرجع سابق ، ص ٢٧٠
- (١٨) إبراهيم بدران : تطلعات لمصر المستقبل في السياسة والتنمية البشرية والبحث العلمي - قراءات وتجارب ، نهضة مصر ، ٢٠٠٤، ص ١٤١٠
- (١٩)(١٩) إبراهيم بدران : تطلعات لمصر المستقبل في السياسة والتنمية البشرية والبحث العلمي - قراءات وتجارب ، مرجع سابق ، ص ١٤٢٠
- (20) Streeten, Paul, Human Development: Means and Ends “ The American Economic Review” , U.S.A, American Economic Association, May2004, P: 232-233.
- (٢١) محاسن محمد الحسين البدري : التحديات الاجتماعية والاقتصادية للتنمية في السودان - دراسة لمدينة الخرطوم العاصمة ، رسالة دكتوراه - غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٥، ص ١٧٢٠
- (٢٢) منى مصطفى البر ادعى و منال محمد متولي : البعد البشري والنمو الاقتصادي النظرية والتطبيق ، مرجع سابق ، ص ٨٥٠

- (٢٣) أشرف السيد العربي عبد الفتاح : التنمية البشرية في مصر - دراسة لأسباب وانعكاسات الوضع الحالي وإمكانية تطويره مع التركيز علي التعليم ، ، مرجع سابق ، ص ٧٦ .
- (٢٤) أحمد منسي : حقوق الإنسان موسوعة الشباب والسياسة ، مركز الدراسات السياسية والإستراتيجية ، العدد (١٦) القاهرة ، ٢٠٠٠ ، ص ٧٢ .
- (٢٥) حامد عمار : مقالات في التنمية البشرية العربية ، مكتبة الدار العربية : القاهرة ، ٢٠٠٨ ، ص ٧٠ .
- (٢٦) أحمد منسي : حقوق الإنسان موسوعة الشباب والسياسة ، مرجع سابق ، ص ٧٣ .
- (٢٧) تقرير التنمية البشرية (١٩٩٤) مرجع سابق ، ص ٦ .
- (٢٨) جامعة الأزهر : المركز الدولي الإسلامي للدراسات والبحوث السكانية . التربية السكانية ، ١٩٩٧ ، ص ٢٨٠ .
- (٢٩) سهير أحمد سعيد معوض : الحاجات التعليمية في ضوء التنمية البشرية بقرية الحرائية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية ببها ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٩ ، ص ٦٦ .
- (٣٠) محمد عباس محمد البرسي : التنمية البشرية في مصر وتحديات القرن القادم ( المؤتمر القومي الأول - مصر وتحديات القرن القادم - مركز بحوث ودراسات التنمية والتكنولوجيا - جامعة حلوان ، الكتاب الأول ، ١٠ - ١٢ مايو ٢٠٠٢ ) ص ٢٦٤ .
- (٣١) وليم عبيد : فسيولوجيا العقل البشرى ومنظومة الإبداع المؤتمر العربى الخامس حول المدخل المنظومى فى التدريس والتعلم - نظمه مركز تطوير تدريس العلوم بجامعة عين شمس القاهرة - ابريل ٢٠٠٥ .
- (٣٢) مایسة احمد النیال : التنشئة الاجتماعية، مبحث في علم النفس الاجتماعي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، ٢٠٠٢ ص ٢٩ .
- (٣٣) طه عبد العظيم: العلاج النفسي المعرفي "مفاهيم وتطبيقات". الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر، ٢٠٠٧، ص ٨٤ .
- (٣٤) سالم حسين سالم :علاقة اتجاهات وقيم المزارعين المصريين برفض الممارسات المزرعية المستحدثة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الزراعة، جامعة الأزهر، ١٩٨٢، ص ٨ .

- (٣٥) فؤاد البهى السيد، سعد عبد الرحمن : علم النفس الاجتماعي، رؤية معاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة ١٩٩٠، ص ٢٥٠ .
- (٣٦) طلعت عبد الرحيم، فاروق جبريل : علم النفس الاجتماعي، كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٩٨٨، ص ١٥٦ .
- (٣٧) إبراهيم عيد: الهوية والقلق والإبداع، القاهرة، دار القاهرة، ٢٠٠٢، ص ١٠٥
- (٣٨) حامد عبد السلام زهران : علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠١م، ص ١٧٢ .
- (٣٩) محمد السيد محمد حمد : اتجاهات الريفيين نحو بعض المنظمات الرياضية في محافظة كفر الشيخ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية الزراعة، جامعة الأزهر، ١٩٩٥، ص ١٤ .
- (٤٠) ميسون طلاع الزغبى: اتجاهات المديرات والمعلمات في مديريات التربية والتعليم في منطقة إربد الأولى والثانية والثالثة نحو تجربة رياض الأطفال في المدارس الحكومية، مجلة التربية، جامعة الأزهر، العدد (١٢٨)، ٢٠٠٥م
- (٤١) عبد الستار محمد إبراهيم محمد : مقياس التعصب القبلي للشباب الجامعي، بحث منشور، مجلة الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٢٠١١
- (٤٢) سالم حسين سالم :علاقة اتجاهات وقيم المزارعين المصريين برفض الممارسات المزرعة المستحدثة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الزراعة، جامعة الأزهر، ١٩٨٢، ص ٨ .
- (٤٣) غنيم شعبان محمد الجارحى :، علم النفس الاجتماعي، كلية الزراعة، جامعة الأزهر، غير مبين السنة، ص ١١٧ .
- (44) Cardenas, Manuel Forms of Ethnic Prejudice: Assessing The Dimensionality of A Spanish. Language version of The Blatant and Subtle Prejudice scale, journal psicothema, Vol. (22), No. (1), (2010). PP. 118-124.
- (45) Ekehammar, Bo; Akrami, Nazar & Araya, Tadesse (2003). Gender differences in implicit prejudice. Personality and Individual Differences, Vol. 34, PP. 1509-1523.
- (٤٦) محمد شفيق : علم نفس الاجتماعي، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، ٢٠٠٨

- (٤٧) حامد عبد السلام زهران : مرجع سابق، ص ص١٧٥، ١٧٦ .
- (٤٨) أحمد الصانع: دور الإشراف التربوي في مواجهة السلوكيات السلبية المستجدة بدولة الكويت، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجنان، لبنان، ٢٠١٠م.
- (٤٩) محمد شفيق : مرجع سابق، ص ٢٣
- (٥٠) صفوت زين العابدين. علم النفس الاجتماعي أسسه وتطبيقاته، ط٢، القاهرة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٩٤م، ١٠١ .
- (٥١) محمد عبد الحميد. نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، ط٢، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٠، ص٢٥٦.
- (52) Richard M.Lerner and Others( 1986): Psychology, New York, Macmillan publishing company, p. 549.
- (٥٣) محمد عبد الحميد . "نظريات الإعلام واتجاهات التأثير"، مرجع سابق، ص ص ٢٥٥ - ٢٥٧ .
- (54) Steven F. Messner, ,( 1988) Television Violence and Violent Crime: An Aggregate Analysis social problems, Vol. 33, No. 3, Feb, p.221.
- (٥٥) حسن عماد ويلي حسنين السيد. الاتصال ونظريات المعاصرة، ط١، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية، ٢٠٠٣، ص ٣٨٣ .
- (56) Melvin L. Defleur and Sandra Ball- Rokeach( 1989) Theories of Mass communication, Fifth Edition, LondonLongman, ,p.217.
- (٥٧) حسن عماد ويلي حسنين السيد. الاتصال ونظريات المعاصرة، مرجع سابق
- (58) Melvin L. Defleur and Sandra Ball- Rokeach( 1989) Theories of Mass communication, Fifth Edition, London: Longman, ,p.217.
- ( 59)Haskel, Martin R. &Yablonsky, Lewis. ,( 1974 ) Juvenile Delinquency. Rand Mc-Nally College Publishing Company Chicago pp. 343-345
- (60)Jay Blank, Jennings Bryant, Susan Thompson( 1998): Introduction to Media communication, 5thed (New York : McGraw- Hill, Inc), , p.51.

- (61) Barrie, Gunter,&Mcaleer, Jill,( 1990): Children and Television: the one Eyed Monster? (London: Rutledge). p. 82.
- (62) James W. Potter, et al( , 1995). How Real is the Portrayal of Aggression in Television Entertainment programming? Journal of Broadcasting &Electronic Media, Vol.39, No.4, Fall,
- (63) Griffin, Em, ,( 1994) A first Look At communication Theory: 2nded (New York: McGraw- Hill: Inc), pp. 373- 374.
- (64) Black, Jay& Bryant, Jennings &Thompson, Susan, ,( 1998) Introduction to media communication, 5thed (New York: McGraw- Hill, Inc) p.51.
- (65)Vivan, James,( 1996)Media Communication, 4thed (London: Allyn, and Bacon, 1997), p.401.
- (66) Dominick, Joseph,(1997) the Dynamics of Mass communication 5thed (New York: McGraw Hill,) p.558.
- (٦٧) محمد عبد الحميد. نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، ط٢، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٤، ص ٣٢٣ - ٣٢٥
- (68)Griffin, Em.,( 1994) First Look at communication Theory, United state of America, McGraw Hill, inc, , p.369.
- (69)Farag El Kamel RHD( 2002),:Principles of communication, Second Edition, Cairo, Farirouz El Maadi, , p.69.
- (٧٠) فرج لكامل: مرجع سابق، ص ٧٦ - ٧٧.
- (٧١) حسن إبراهيم مكي وبركات عبد العزيز. المدخل إلى علم الاتصال، ط٢، الكويت: منشورات ذات السلاسل، ٢٠٠٣، ص ٩٦.
- (٧٢) محمد عبد الحميد. مرجع سابق، ص ٣٢٦
- (73) Farag El Kamel RHD, ,( 2002) Principles of communication, Second Edition, Cairo, Farirouz El Maadi, p.69.
- (74) Griffin, Em,( 1994) :First Look at communication Theory, United state of America, McGraw Hill, inc, , p.369.

(75) Jay Black and Jenning Bryan (1995): Introduction to communication, Fourth Edition, Chicago: Brown & Bench Mark, , p.58.

(٧٦) سهير صالح إبراهيم. تأثير الأفلام المقدمة في التليفزيون على إتجاه الشباب نحو العنف، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة، كلية الإعلام، جامعة القاهرة، ١٩٩٧م، ص٥٤.

(٧٧) حسن الباتع محمد عبد العاطي: برنامج مقترح لتدريب المعيدين والمدرسين المساعدين بكلية التربية جامعة الإسكندرية على بعض استخدامات شبكة الانترنت وفقا لاحتياجاتهم التدريسية، رسالة ماجستير، جامعة الإسكندرية، كلية التربية، قسم المناهج وطرق التدريس، ٢٠٠١، ص٤.

(٧٨) حسام الدين محمود عزت: إدمان الانترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية - الوجه الآخر للإنفوميديا، المؤتمر العلمي السنوى لجامعة عين شمس - الطفل والبيئة، ٢٤ - ٢٥ مارس ٢٠٠١، ص٢٨١.

(٧٩) بهاء شاهين: العولة والتجارة الإلكترونية - رؤية إسلامية، ط١، القاهرة، الفاروق الحديثة للطباعة والنشر، ٢٠٠٠، ص٦٠، ٦١.

(٨٠) بوعزه عبد المجيد صالح (٢٠٠١). "واقع استخدام شبكة الانترنت من قبل طلبة جامعة السلطان قابوس"، مجلة مكتبة الملك فهد الوطنية، العدد (٦)، ص٩٢.

(81) Straubhar , Joseph & Larose , Robert(2002): **Media Now Communication Media In The Information Age . 3 rd ed .** (USA: Wadsworth)

(٨٢) حاتم محمد عاطف عبد الخالق سعد: العلاقة بين استخدام المراهقين سن" ١٤ - ١٧" سنة للإنترنت وهويتهم الثقافية، دراسة ميدانية، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ٢٠٠٤، ص١٦٤.

(٨٣) أحمد حسن السمان: دراسة مقارنة بين صورة مصر في المضمون الصحفي المطبوع وعلى شبكة الإنترنت لصحف الديلي جراف وواشنطن بوست وجيروزاليم بوست، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، كلية الآداب، قسم صحافة، ص٤٠.

(٨٤) شادية أحمد عبد الخالق: سلوكيات استخدام الكمبيوتر وعلاقتها بمركز التحكم لدى طلاب المرحلة الثانوية- دراسة مقارنة، المؤتمر العلمي السنوي لجامعة عين شمس، الطفل والبيئة، ٢٤- ٢٥ مارس ٢٠٠١، ص ٣٣٢.

(85) CRISPIN THURLOW & SUSAN MCKAY. **PROFILING “NEW” COMMUNICATION TECHNOLOGIES IN ADOLESCENCE, JOURNAL OF LANGUAGE AND SOCIAL PSYCHOLOGY**, Sage Publications, Vol. 22 No. 1, March 2003, pp 94-103.

(٨٦) علي عبد الرحمن الصباغ: أساسيات واستخدامات الانترنت، سلسلة العالم والحياة، العدد ٥٥، ص ١٣٧

(٨٧) على عزت سلامة: الحاسب الآلي... مكوناته وبرامجه ولغاته واستخداماته، الجزء السابع، الدار القومية للكتب، ١٩٩٨، ص ١٩٦.

(٨٨) السيد بخيت: الصحافة والانترنت، ط ١، القاهرة، العربي للنشر، ٢٠٠٠، ص ٢٨٦.

(89) Patti M. Valkenburg and Jochen Peter, **Current Directions in Psychological Science**-February 2009- In Press Social Consequences of the Internet.

(٩٠) أحمد أو زيد: ثورة المعلومات ومجتمع المستقبل، العربي (٥٣٩)، الكويت وزارة الإعلام، أكتوبر ٢٠٠٣، ص ٢٣.

(٩١) وليد أحمد عبده أبو رية: برنامج مقترح في الثقافة الكمبيوترية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، معهد البحوث والدراسات التربوية، قسم تكنولوجيا التعليم، ٢٠٠٢، ص ٢٥.

(٩٢) يحي جاد الله إبراهيم: الاستفادة من الانترنت في مصر، دراسة تحليلية لاستنباط أسس إستراتيجية وطنية، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، كلية الآداب، قسم المكتبات، ٢٠٠١، ص ١٩٦.

(٩٣) منال محمد أبو الحسن فؤاد: دوافع استخدام الأطفال للحاسبات الإلية وعلاقتها بالجوانب المعرفية، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام، ٢٠٠٢، ص ٣٥، ٣٦.

(٩٤) عبد الملك ردمان الدناني: الوظيفة الإعلامية لشبكة الانترنت - دراسة مسحية لمعرفة استخداماتها في مجال الإعلام، ط١، اليمن، مركز عبادي للدراسات والنشر، ٢٠٠٠، ص١٣٥.

(٩٥) صفا فوزي على محمد عبد الله: علاقة الطفل المصري بوسائل الاتصال الإلكترونية- دراسة على عينة من الريف والحضريين ١٢ ❖ - ١٨ سنة، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، كلية الإعلام، قسم الإذاعة، ٢٠٠٣، ص١٥٢.

(٩٦) منى السيد حافظ: أيديولوجية العولمة وثقافة الاستهلاك، دراسة ميدانية على عينة مختارة من الشباب المصري، مجلة بحوث الشرق الأوسط، العدد (١٠)، مركز بحوث الشرق الأوسط، مارس ٢٠٠٢، ص٢٢١.

(97) Kathy Ning Shen & Maha Shakir. **INTERNET USAGE AMONG ARAB ADOLESCENTS: PRELIMINARY FINDINGS**, European and Mediterranean Conference on Information Systems, (EMCIS), Crowne Plaza Hotel, Izmir, July 13-14 2009.

(98) Jones- Steven- G. " **Virtual cultural: Identity and communication in Cybersociety**" , U Tulsa, Faculty of communication, Tulsa, ok, USA, London: Sage publications, Inc, 1997.

(٩٩) أنطوان بطرس وآخرون: حضارة الحاسوب والانترنت، كتاب العربي، العدد ٤٠، الكويت: وزارة الإعلام، مجلة العربي، ١٥ إبريل ٢٠٠٠، ص١٧٤.

(١٠٠) السيد بخيت: الصحافة والانترنت، ط١، القاهرة، العربي للنشر، ٢٠٠٠، ص٢٩١.

(101) Roger C. Mannell, Jiri Zuzanek, & Ryan Aronson, **INTERNET/COMPUTER USE AND ADOLESCENT LEISURE BEHAVIOR, FLOW EXPERIENCES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING: THE DISPLACEMENT HYPOTHESIS**, Papers Presented at the Eleventh Canadian Congress on Leisure Research, May 17 – 20, 2005.

(١٠٢) وليم عبید فسیولوجیا العقل البشري ومنظومة الإبداع، مرجع سابق

(١٠٣) إبراهيم الفقي. سيطر على حياتك، دار اجيال للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٩.

- (١٠٤) ساندی فیلاس: کیف تنمی شخصیتک، ترجمه هند رشدی، دار كنوز للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٩.
- (١٠٥) عبد المنعم الحنفي، المعجم الشامل المصطلحات الفلسفة، مكتبة مدبولي، القاهرة، ص ٨٨.
- (106) Bush:T.1986 **Theory of Educational Management**, London, Harber Row publisher 1986,b 54
- (١٠٧) جودت عطوي، الإدارة التعليمية والإشراف التربوي، أصولها وتطبيقاتها، الأردن، الدار العلمية الدولية ومكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠١ م، ص ٨١.
- (١٠٨) عبد الرحمن الدويج: القيادة، منتديات مهارات النجاح للتنمية البشرية، مصدر سابق، ص ١.
- (١٠٩) طارق السويديان، فيصل باشرا حيل: صناعه القائد، دار الأندلس الخضراء، الطبعة الرابعة، السعودية، سنة ٢٠٠٦، ص ١١٣.
- (١١٠) محمد قاسم القريوتي: السلوك التنظيمي، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الطبعة الرابعة، سنة ٢٠٠٣، ص ١٨٥.
- (١١١) أحمد بن عبد المحسن العساف: مهارات القيادة وصات القائد، مصدر سابق، ص ٦.
- (١١٢) محمد قاسم القريوتي: السلوك التنظيمي، مصدر سابق، ص ١٨٦.
- (١١٣) سالم بن سعيد القحطاني: القيادة الادارية، مصدر سابق، ص ٨.
- (١١٤) ماجد عبد العزيز الخوجا: القيادة من منظور اختلاف رؤية أخرى، كليه لعلمين، السعودية، جده، ص ٥، الانترنت [www.kau.edu.sa](http://www.kau.edu.sa)
- (١١٥) ساره المنقاش: القيادة فوق الجماعة والقيادة مع الجماعة، مصدر سابق، ص ١١
- (١١٦) منذر هاشم الخطيب: مفهوم القيادة، مجلة الأكاديمية الرياضية العراقية، العدد الخامس، سنة ٢٠٠٧، ص ٣، الانترنت [www.Iraqacad.org](http://www.Iraqacad.org)
- (١١٧) تيسير ابو زينه: نظريه الرجل العظيم، منتديات العهد العربي للبحوث والدراسات الإستراتيجية، ٢٠٠٨، ص ١، الانترنت [www.airssforum.com](http://www.airssforum.com)
- (118)-Seman, M. and Morris, R.T., "Astatus lactar Approach to Leadership cklumbus : Ohy state university 1990
- (119) Cat tel, R.B., Stice, GF; "The psychady namics of small groups, Urbana University of Illinois, 1953.

- (١٢٠) محمد سويلم، الاداره: دار الهاني، الطبعة الاولى، مصر، سنة ١٩٩٤، ص ٣٠ .
- (١٢١) مؤيد سعيد السالم : نظرية المنظمة الهيكل والتصميم ، وائل للنشر ، الطبعة الثانية ، سنة ٢٠٠٥ ، ص ١٣٩
- (١٢٢) على محمد البراك : القيادة التربويه ، مجموعة محاضرات دوره التدرسية التاهيلية للترقي لوظيفه مدير مدرسه ، سنة ٢٠٠٦ ، ص ٨ .
- (١٢٣) مختار حمزة،: ص ص٣٥٥ - ٣٧٥
- (١٢٤) صلاح عبد القادر النعيمي: المدير القائد والمفكر الاستراتيجي، أشراف للنشر والتوزيع، الطبعة الاولى ، سنة ٢٠٠٨ ، ص ١٠٣ - ١٠٤ .
- (١٢٥) هيام الشريده، القيادة التربويه : دراسه كليه التربيه ، قسم الاداره وأصول التربيه، جامعه اليرموك، عمان، سنة ٢٠٠٨ ، ص ٥ .
- (١٢٦) عمر محمد التومي الشيباني،: علم النفس الاداري، الدار العربيه للكتاب، الطبعة الاولى، سنة ١٩٨٨ ، ص ٢٩٤ - ٢٩٥ .
- (١٢٧) أحمد بن عبد المحسن العساف : مهارات القيادة وصفات القائد ، مصدر سابق ، ص ١٠ .
- (١٢٨) أوريال روبرت والتريد: الاسرار الخفية لبرمجة العقل ، ترجمة هند رشدي ، دار كنوز للنشر والتوزيع، القاهرة ، ٢٠٠٩ .
- (١٢٩) ساندی فيلاس: كيف تنمي شخصيتك ، ترجمة هند رشدي ، دار كنوز للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠٠٩ .

## أقرأ في سلسلة محاضرات التنمية البشرية (٢)

- سيكلوجية التعامل مع المراهق العنيف
- الطريق الصحيح لتحقيق الطوح
- القيم وتأثيرها على الفكر والسلوك
- عنف الفاندلزم والتنمر
- الاعجاز في العقل البشري
- البرمجة الايجابية
- التخلص من الضوبيا
- اسس المتابعة المنزلية
- كيف تستثمر وقتك
- الاضطرابات الجنسية
- التحرش الجنسي
- الشذوذ الجنسي
- انحرافات مابعد الاربعين
- تحقيق الأهداف من منظور الدور
- الطريق الى النجاح والتميز