

دعوة للنجاح

أستاذ دكتور

بهجت رشوان

أستاذ خدمة الفرد المساعد
المعهد العالي للخدمة الاجتماعية
بسوهاج

مكتبة دار العلم

الفيوم - حي الجامعة
ت. ٠١٠٤٤٥٥٩٦.٣٢٢٥٨١٢

إهداء

إلى من علمنى كيف انطق حرفى
إلى من علمنى كيف امسك قلمى
إلى من غررز فى نفسى حب العلم والسعى إليه
إلى روح أبى الطاهرة رحمة الله تعالى وادخله
فاسيح جناته وهو على ذلك قدير أمين يارب العالمين.
إلى شمعة عمرى وريحانة حياتى
إلى من أشعر وأنا بين يديها بأننى فى الفردوس الأعلى
إلى أمى التى شاركت أبى ليكونا أول من قدم لى دعوة للنجاح
إلى إسمى الحبيبة الغالية متعها الله بكامل الصحة والسعادة
أمين يارب العالمين
إلى أختى و أخوانى لفضلهم على
إلى ابنى الحبيب الغالى عادل الذى أتمنى ان يصل إلى ما أتمنى
الوصول إليه
إلى زوجتى الغلية رفيق دربى
إلى من صالحتتى بها الدنيا لتكون خير معين فى زمن قاس
إلى زهرتى حياتى ومقلتى عينى ابنتى الحبيبتين سعاد وفريدة

بهجت رشوان

مقدمة

كل إنسان يتمنى أن ينجح فى المجال الذى يعمل فيه مهما كان هذا المجال وهذا العمل، هذا طبيعى، ولكن قد نجد البعض لا يسأل أو قد يخشى أن يسأل كيف أكون ناجحاً فى عملى وفى حياتى؟ فى وقت يشعر الكثير بانتهزام الروح الداخلية وتفشت روح اليأس والانكسار وانتشر التافهون السطحيون فى كل مكان والأدهى والأمر من ذلك ان يصبح المعرّبون والسطحيون مثلاً وقدوة!!!. هذا فى الوقت الذى تظهر الحاجة الملحة إلى من يبعث روح الأمل ويرسل ضياء يضىء الطريق أمام الحيارى والباحثون عن النجاح، فهناك من تتوق نفسه لإيجاد مكاناً لها تحت الشمس، بل بجوار الشمس كى تضىء الدنيا بنجاحها. نفوساً تقسم ان تحفر بأظافرهما حروف أسمها على جبين التاريخ.

وهذا الكتاب هو محاوله من المؤلف لتفعيل الأفراد عن بصيرة، فالمؤلف أحد المتخصصون فى الخدمة الاجتماعية وبالتحديد فى خدمة الفرد، وهى - خدمة الفرد - إحدى طرق الخدمة الاجتماعية التى تتعامل مع الوحدات الصغرى

كالأفراد والأسر، وتهدف إلى تحسين الأداء الاجتماعي للفرد، ويهدف المؤلف من وراء ذلك مساعدة القارئ على التطوير الذاتي وتقل المهارات والقدرات الفردية واكتشاف المواهب وتفجير الطاقات بما يحقق النجاح.

عزيزي القارئ هل لديك القدرة على التحدي، هل يمكنك ان تتحدى عوامل الفشل، تتحدى الظروف، تتحدى الآخرين، تتحدى نفسك التي قد تميل للخمول أو تركز للكسل، تتحدى الدنيا إن حاولت أن تحول بينك وبين أهدافك وطموحاتك؟ هل لديك القدرة على أن تثبت ذاتك وتفرض قيمتك وشخصيتك بنجاحك على الدنيا؟ فالنجاح يساعدك على ان تكون ذاتك، على أن تفرض احترامك على الآخرين وان تستمتع بكل لحظة في حياتك.

فهذا الكتاب دعوة لنجاح.

دعوة لأن تعيش حياتك وتستمتع بها.

دعوة من د/ بهجت رشوان

الفيوم ديسمبر ٢٠١٠

obeikandi.com

الدعوة الأولى
دعوة لشحذ الهمم

obeikandi.com

شحن الهمم:-

كلنا يريد النجاح وعندما تسأل إنسان هل تريد ان تكون ناجح ؟ تجد انه لا يوجد إنسان في هذه الدنيا يرضى بأن يجيب على هذا السؤال بكلمة «لا»، لماذا؟ لأن النجاح أمنية عظيمة ورغبة، بل وحلم غالي جداً، ولأن كل إنسان يسعى ويكافح ويبذل جهده في كل عمل سواء كان صغيراً أو كبيراً مهماً أو تافهاً لكي يحقق هذه الأمنية ويقطف ثمارها الصالحة النافعة المفيدة لشخصه وللمستقبله. ولكن البعض منا يخفق في الوصول إليه ظناً ان كلمة النجاح درب من دروب المستحيل وأمنية صعبة المنال، متناسياً انه يحمل بداخله مقومات النجاح والفشل. فليس كل من قصد شيئاً عرف الطريق الموصل إليه، فقد يسأل البعض بتعجب وقد يصل هذا التعجب إلى حد الاستغراب، كيف يحمل الفرد مقومات فشله داخله ؟ أهنالك إنسان يريد ان يكون فاشلاً ؟

مقومات الفشل قد تبدأ بمجرد التفكير في هل أستطيع القيام بهذا العمل؟ فبمجرد ان يردد بينه وبين نفسه هل أستطيع ؟ فهو يقوم بما يمكن ان يسمى بتهييط الهمم ويضع لقدراته وإمكانياته حدود، حدودها النظرة السلبية التي نظرها لنفسه بسؤالها هذا السؤال الذي يجب ان يصح مكانه ما هي السبل التي سنستخدم لتحقيق هذا العمل ؟ وما هي المتطلبات الواجب توفيرها لكي يتم إنجاز هذا العمل على أكمل وجه ممكن؟. فالنظرة السلبية لأنفسنا تنزل النفس إلى أدنى منزلة و تبخسها حقها، فرويتك السلبية لنفسك سبب فشلك في الحياة، هذا بالإضافة إلى

انها تعطل ما لديها من إمكانيات وقدرات قد تكون قابلة لأفضل استثمار ممكن، فإذا اعتقد الإنسان إنه فاشل فسوف يكون فاشلاً ويسعى إلى يذبح نفسه قبل ان يذبح الآخرين إنه فاشل، ويهدر المال، وربما يمكن ان يثبت فيها ذاته، فنجده يردد دائماً انا أخشى من الفشل، لا أستطيع القيام بهذا العمل، لا أملك مقومات القيام بهذه المهمة، لا أفهم ماهو المطلوب مني، لا أستطيع الإقلاع عن هذه العادة أبداً. كما يردد ان الشخص الناجح هو شخص محظوظ وان الظروف وحدها هي التي جعلته ناجحاً، ولو توافرت هذه الظروف له لأصبح أكثر نجاحاً من هذا الناجح، فهذه التوكيدات السلبية لها من القوة ما يجعلها تطفئ لهيب الحماس إن لم يكن مدعماً بدافع وإرادة وحافز. وإذا أردت ان تتغلب على التوكيدات السلبية عليك ان تتذكر باستمرار تجارب النجاح التي مررت بها خلال سنين عمرك الماضية. فليس هناك شخص ناجح او فاشل، و لكن يوجد شخص عنده الرغبة و القدرة على النجاح و بذل الجهد لإدراك هذا النجاح، و شخص عنده نفس الإمكانيات و لكنه لا يبذل اي شيء لإدراك هذا النجاح.

فالنجاح شيء لا يأتي من نفسه ولا يتحقق بلا شيء، لا تتفجع معه الأمانى، ولا الكلام، ولا القعود والكسل، إنه يحتاج إلى الكثير؛ يحتاج أولاً إلى العزيمة القوية الفولاذية، والتوكل على الله القوي القدير المعز الذي بيده كل شيء ؛ كما قال تعالى: ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾، ثم يحتاج إلى العمل وبذل الجهد الكبير الدعوى

المتواصل. فخذ مثلاً ممارسة الرياضة نجد ان أى لاعب يعلم تماماً أنه لا يمكنه أن يكون ناجحاً في لعبته وأن يكون بطلاً من أبطالها بمجرد التمني والكلام، إنه يعلم أن النجاح هدف لا يمكنه إحرازه إلا بقضاء الساعات الطويلة يومياً في التمرين، حتى التمرين العادي البسيط لا يصنع النجاح والفوز والبطولة، بل لا بد من التمرين الطويل الشديد المستمر دون كلل أو تعب. وهذا ما يحتاجه كل عمل لتحقيق التقدم والوصول إلى النجاح والتفوق.(١) لذلك فإن الشيء الوحيد الذى يجب عليك فعله لإدراك النجاح هو تنفيذ و عمل ما ينجزه الشخص الناجح. فكل إنسان يملك بداخله كل مقومات النجاح، ولكن القليل هو الذى يدرك ذلك ويسعى لإظهارها وإبرازها

فالمسألة تحتاج إلى رغبة فى العمل هذه الرغبة مغلفة بالثقة بالنفس وحب المغامرة والإيمان والاشتياق للنجاح، فهذه الرغبة مع الوقت تتحول إلى إيمان وأسلوب حياة.

فلكل إنسان منا تجارب ناجحة فى حياته حتى خلال مرحلة الطفولة، فعليك ان تتذكرها وتستخدمها كقوة دفع تدفعك دوماً إلى الأمام وتستخدمها كتوكيدات إيجابية، فهذه التوكيدات الإيجابية تكون بمثابة الدافع الداخلى والقوة المحركة التى تدفع للامام وإنجاز العمل فى أفضل وضع ممكن، فكلما ردت بصوت عالٍ لتصل إلى أعماق أعماق نفسك أنا ناجح، أنا الأول، أستطيع القيام بهذه المهمة ان شاء الله، ليس هنا مستحيل أو صعب بالنسبة لى، و عليك ان تتعامل مع مستويات

أعلي من الثقة بالنفس كما لو كانت جزءاً منك، وان تحدد ما تريده بدقة و اعقد العزم علي إتمامه أيا كان حتي تحققه، وان تثق أنك أكثر ذكاء وإبداعاً مما تتوقع، فاعقد العزم في كل يوم على أن تكون أكثر تميزاً وفطنة عن ذي قبل، فهذه التوكيدات الإيجابية تتحول إلى اعتقاد وهذا الاعتقاد يتحول إلى دافع داخلي و محرك قوى لدفعك للأمام، فإذا اعتقدت إنك إنسان ناجح فسوف تخلق لنفسك فرص النجاح التي تدعم وتؤكد للأخريين ولنفسك إنك ناجح. حتى وان جانبك الصواب في موقف ما فأبلك تردد ان لم أنجح فسيكفيني شرف المحاولة، ولا ينال اللذة إلا كل مغامر، فالحياة إما أن تكون مغامرة جريئه... أو لا شيء (هيلين كيلر) و احرص على ان يكون استخدامك لهذه التوكيدات الإيجابية من القوة ما يوجد لديك القدرة على تحويل السلبيات إلى إيجابيات وتحول الفشل إلى نجاح.

واعلم إنه في كل مرة تردد فيها التوكيدات الإيجابية تعطى لنفسك فرصة لتفكير في العوامل التي جعلتك في هذه المرة تتجنب النجاح، فهذه العوامل هي التي غيرت طريقك للنجاح، وبمعرفتها تتعرف على المعوقات التي عطلت سيرك أو جعلتك تتحرف عن طريق النجاح، فاللجاح هو شامخ في مكانه لا يتحرك وأنت الذي تأتي إليه بجهدك وكفاحك وصبرك ومداومتك على العمل، وعليك ان تؤمن بان لديك من القدرات و الإمكانيات التي تجعلك بعون الله قادر على التغلب على كل العوائق تقريباً لو استطعت ان تواجه الحياة بشكل مباشر، وبقدر من

التفكير الموضوعي، و عليك دائماً ان تتسلح بالمقولة التى تقول من ظن
القدرة على شئ قدر عليها، ويقول الإمام علي رضي الله عنه (كل
متوقع آت). بمعنى انك إذا اعتقدت انك قادر على أى شئ فى هذه الدنيا،
وأخذت بالأسباب فإنك بعون الله ثم بإرادتك سوف تقدر عليها و تحققها.
فالناجح هو الشخص الذى استطاع ان يسود مملكته الداخلية ويحكمها
ويسوسها ويقودها، فأصبح ملكاً ناجحاً يوجه قدراته وإمكانياته ورغباته
لتحقيق أهدافه والحصول على درجات النجاح والتقدم.

و سأعطيك عبارة ولكن افهمها جيداً وستجد ان حياتك سوف تتغير بإذن
الله تعالى ويكون لها معنى آخر، فليس للحياة معنى سوى المعنى الذى
تضعه أنت لها، فلو رأيت الحياة على أنها فرصة جميلة للنجاح والتفوق
فى الدنيا والآخرة لوجدت ان السعادة والنجاح يحيطك من كل مكان، أما
لو رأيتها على أنها هم وغم وفشل فإنك لا ترى الحياة إلا بهذا المنظار
بل وسيحيطك الفشل من كل مكان.

أذن الحياة مثل الصدى لصوت فإن ناديت بأعلى صوتك: الحياة
جميلة سوف يرجع لك الصوت — الصدى — ويقول الحياة جميلة جميلة
جميلة، وان ناديت وقلت: الحياة فشل سيرجع اليك الصوت — الصدى —
ويقول: الحياة فشل فشل.

ومن هنا نؤكد على ان أدائك لن يكون ملائماً إذا لم يتوافق مع الطريقة
التي ترى بها نفسك. فعليك ان تثق بنفسك فإن لم تثق بنفسك ستدفن

أفكارك وتعتبر أحلامك مخاطر وطموحاتك مستحيل وستضيع الكثير والكثير من الفرص التي من الممكن ان تجعلك ناجحاً.

لذلك قال البعض ان نوعية الحياة التي نعيشها تتأثر بدرجة كبيرة جداً بالطريقة التي نعامل بها أنفسنا والطريقة التي نعامل بها الآخرين.

وصدق ابو القاسم الشابي حينما قال:-

إذا الشعب يوماً أراد الحياة فلا بد للقدر ان يستجيب

وقديما سئل نابليون كيف استطعت ان تولد الثقة في نفوس افراد جيشك، فأجاب كنت أرد بثلاث على ثلاث، من قال لا أقدر قلت له حاول، ومن قال لا أعرف قلت له تعلم، ومن قال مستحيل قلت له جرب.

فعليك ان تسأل نفسك سؤال ما هو الفرق بينك وبين الشخص الذي يوصف بأنه الناجح الذي يشار إليه بالبنان؟ هل هناك فرق والله سبحانه وتعالى وهب كل إنسان من الوقت الأسبوع سبعة أيام، وكل يوم 24 ساعة، وكل أسبوع 168 ساعة، كما وهب سبحانه وتعالى من القدرات العقلية مخ يحتوي على 200 بليون خلية، هذا بالإضافة إلى قدرة العقل على حفظ معلومات تصل إلى 100 بليون معلومة، كما تنتقل سرعة الأفكار بسرعة قد تصل إلى حوالي 300 ميل في الساعة، أبعد هذا يكون هناك فرق بينك وبين الناجح وكلنا متساوين، بل ان الجملة الجديرة بالذكر هنا هل بعد ذلك يمكن ان نقول ان هناك

فاشل ؟. فالمسئلة ان كل الفرص تمر على الجميع بالتساوي، فيهملها ما يطلق عليهم الفاشلين، ويستغلها الناجحون..

ما نريد ان نقوله هنا هو ان كلنا عندنا القدرات التى توصلنا إلى ما نريد و لكن هناك الحثير لا يعرف كيف يستخدم هذه القدرات ، و عدم القدرة على الاستخدام لا يعنى انها غير موجودة فسر النجاح يكمن داخل الإنسان نفسه ليس فى البيئة ، وليس فى الصدفة ، وليس فى الحظ وليس فى مساعدة الآخرين.

فإذا تأملت لفظ نجاح تجده يتكون من:-

ن = نور لحياتنا.

ج = جهد.

ا = استمرار .

ح - حماس .

وبهذا فإن لفظ نجاح من بين ما يعنيه نور لحياتنا يحتاج لجهد، واستمرار وحماس ليظل النور فى حياتنا.

وهذا اللفظ — النجاح — مرتبط فى معناه بلفظ آخر وهو أمل، وأمل مكون من:-

أ = أنا أعيش .

م = مفيش مستحيل .

ل = لازم أنتصر.

اعتبر ان كل فشل يصادفك هو إحدى تجارب الحياة التى تسبق كل نجاح، فما الفشل إلا هزيمة مؤقتة تخلق لك فرص النجاح، ولا تبكى على اللبن المسكوب، فتضحك عليك الدنيا، فان تبحث وتعيد الذكريات وما فات وتبقى سجين الدمعة والآهات شئ بالتأكيد سلبى، وقيل فى الأمثال لكل جواد كبوة، و لذلك فلك أن تتعلم من كبواتك وعليك ان تتعلم كيف لا تنسى لان ما مضى يجب ان يكون دروس للحاضر و توجيهات للمستقبل، وعليك ان تفكر ثم تفكر و تفكر كيف أنسكب اللبن منك ؟ وما هى العوامل التى سبقت وصاحبت هذه الكبوة وهذا الانسكاب، فالتفكير فيما مضى دون محاول الاستفادة منه يجعلك أسير الماضى، و يجعل قدميك مقيدتين بغلاله، فلا يسمح لك هذا التفكير بالسير قدماً نحو الأمام. فإذا لم تفشل، فلن تعمل بجهد. فقد فشل المكتشف الشهير أديسون مئات المرات قبل ان يكتشف المصباح الكهربائى، بل اتهمته الصحف بالجنون، وهذا ما حدث مع هنرى فورد عندما أصيب بالإفلاس خمس مرات قبل ان ينجح فى اختراع سيارته، ولقد تم رفض كولونيل ساند روس من قبل أكثر من ألف مطعم قبل أن يزدهر مطعمه بوجبة الكنتاكي الشهيرة، فالذى جمع بينهم جميعاً هو الرغبة فى الاستمرار.(٢) والإصرار على النجاح.

ولا تكون كالبعض الذى قد يكافح ويحقق قدر معين من النجاح، ولكنه يكتفى بما حققه، وكأنه بلغ كل المنى وأقصى ما فى الحياة، وهو بذلك

لا يعلم ان الحياة بالنسبة له تفقد معناها و يبدأ تدريجياً يفقد الشعور بلذة الحياة ، فيعيش حياة بلا معنى، بل ان الشواهد الواقعية فى العالم الغربى تشير إلى ان هناك الكثير ممن حققوا النجاح فى جانب معين من الحياة وظن انه وصل لمنتهى الأهداف ونهاية الأمانى ولم يجد أمامه إلا ان أنهى حياته بيده لانه ظن ان الحياة توقفت عند هذا الهدف بدلاً من ان يوجد أهداف جديدة وطموحات أخرى تضيف إلى نجاحاته نجاحات وأمجاده أمجاد. فإن رضيت بمكانك لن تصل أبعد منه، فكما قال رونا لد اسبورت إذا لم تحاول أن تفعل شيء أبعد مما قد أتقنته.. فأنت لا تتقدم أبداً. بمعنى أنك إن شئت ان تجدد حماسك فعليك قراءة كتب النجاح، وقراءة قصص الناجحين، وأن تحتك بمن يلهب حماسك وقلل ممن لا يثري روحك، وأكتب دوافعك للأشياء، شجع نفسك داخلياً، كافيء نفسك على أي إنجاز ولو بسيط، شجع الآخرين، ادع لأمر وستجد نفسك تفعله تلقائياً وأول المطبقين له، وعليك الاقتناع التام بما تفعله، و لا تجعل نجاحك وسعادتك مصدر ألم، و استمتع بنجاحك وتقدمك ولا تعتبره واجب لابد أن تؤديه ولكن شيء تحب أن تفعله ويسعدك، فإنك إن ترى نهاية الشيء الذي تفعله فستفرح فرحاً عظيماً بإنجازه. وأعتبر ان الهدف الفعلي هو الاستمرار في النجاح، والاستمرار في النجاح يعني الاستمرار في التطور والعمل على أن تكون دوماً في أفضل حالاتك، والحرص على أن تكون الأفضل في

مجال عملك ومهنتك التي اخترتها وكذلك تكن أفضل زوج أو زوجة، أفضل أب أفضل أم أفضل صديق أو ابن أو بنت.. وهكذا.

ولا تكن خالبعص الذي يحافح ويجهد نم يوقف ويعول ان هناك من يقف حجر عسرة أمام تحقيقى لمزيد من النجاح والأحلام، هنا نقول له تأكد بانه لن يستطيع أى إنسان مهما بلغت مهارته وقدرته ان يدخل إليك ويؤثر فيك إلا بإذنك أنت ورضاك وبمباركتك لهذا التدخل وذلك التأثير، وأعلم بأنك عندما تقول أنا عملت كذا لان فلان قال أو أشار علىّ بهذا، أعلم بأنك كنت تريد ان تفعل هذا ولكنك كنت تنتظر من يدعمك ويدفعك لهذا العمل. وفي نفس الوقت فنجد من يرد عليه قائلاً قد يمنعك الآخرين عن فعل شئ لبعض الوقت، لكنك أنت الذى تمنعها كل الوقت، أنت الوحيد القادر إما على إطلاق سراح أحلامك، أو وأدها و الإجهار عليها. (٣) حقاً أنت الشخص الوحيد الذى يستطيع ان يحدث تغييرات جوهرية فى حياتك لها من القوة ما يبقه راسخاً، فلا تنتظر الشخص الذى قد يأتى لينقذك ويمنحك القوة لكى تتطلق، ويهزم أعدائك ويناصرك، ويمنحك الدعم اللازم، ويدرك قيمتك، ويفتح لك أبواب النجاح، فأنت الشخص الوحيد الذى يمكنه ان يلعب دور المنقذ الذى يحرر حياتك من قيود اليأس والفشل. حقاً ان الآخرين والحظ و الصدفة قد تلعب دوراً فى تحقيق النجاح، ولكن دوراً ثانوى لا يتعدى تأثيره ٥ % والباقى اى ٩٥ % من التأثير يقع عليك أنت لان هذه العوامل يمكن ان تتوافر لشخص ليس لديه من القدرة ولا من الحماس

ما يدفعه للنجاح فيفشل. فأول شيء يجب ان تفعله هو التغلب على الاعتقاد الساذج بأن هناك من سيدخل حياتك كى يحدث لك كل التغييرات اللازمة، فلا يوجد شخص ناجح يتأثر بالعوامل الخارجية ويتهمها إنها سبب فشله و لكنه يرى فى هذه الصعوبة فرصة و يتحدى هذا الظرف الخارجى ، اذا كنت جاد وتريد النجاح يجب ان تتعلم كيفية تغيير تفكيرك من لعب دور الضحية الى الاعتقاد بأنك السبب الأول والأخير فى فشلك او نجاحك ، بعد إرادة الله بالطبع. فإذا كان هناك من لا يريد لك النجاح ويكن لك كل كراهية فإن ابلغ رد عليه هو ان تكون ناجحاً، لأن نجاحك قاتله، فكلمة أذنت نجاحاً زاد الم، **فالنار تأكل بعضها ان لم تجد شيء تأكله**، وكلمة فشلت انت فى شيء ما كلما كان هذا الإنسان سعيدا بفشلك، فهل تريد ان تسعد من يكن لك كل هذه الكراهية على حساب نفسك؟ واعلم ان أفضل وسيلة للانتقام هي النجاح وردد أمام نفسك انه لا يجب ان تهتم بما قد يعتقده الآخرون، فالآخرون لا يعيرونك اهتماما على الإطلاق، وتجاهل الناس الذين يرددون مستحيل.. مستحيل، ولا تستمع إلى أي شخص يسبب لك إحباطات أو يقلل من طموحاتك. وكن كبطل هذه القصة، ففي إحدى المرات كان يوجد مجموعة من المتسابقين الصغار كانوا يشاركون في منافسة والهدف كان الوصول إلى قمة برج عالي وهناك مجموعة من الجماهير تجمعوا لكي يتفرجوا على السباق ويشجعوا المتنافسين وانطلقت لحظة البدء.....بصراحة لا أحد من المتفرجين اعتقد أن

هؤلاء الصغار يستطيعون أن يحققون إنجازاً و يصلون إلى قمة البرج
و كانت تطلق من الجماهير عبارات مثل أوه، خم هي صعبة... لس
يستطيعوا أبدا الوصول إلى أعلى أو.. لا يوجد لديهم فرصة... البرج
عالي جداً واحد تلو الآخر، بدأت مجموعة من الصغار بالسقوط ما
عدا هؤلاء الذين كانوا يتسلقون بسرعة إلى أعلى فأعلى ولكن
الجماهير استمرت بالصراخ صعبة جداً!!!.. لا أحد سيفعلها ويصل
إلى أعلى البرج عدد أكبر من الصغار بدأت تتعب وتستسلم ثم تسقط،
ولكن أحدهم استمر في الصعود أعلى.. فأعلى، وكان من الواضح انه
مستمر في ذلك التحدي ولم يكن الاستسلام وارداً في قاموسه، في
النهاية جميع الصغار استسلمت ماعدا طفل واحد هو الذي وصل إلى
القمة، بطبيعة الحال جميع المشاركين أرادوا أن يعرفوا كيف استطاع
أن يحقق ما عجز عنه الآخرون، أحد المتسابقين سأل الفائز: ما السر
الذي جعله يفوز؟

الحقيقة هي:- الفائز كان أصم لا يسمع

فالنجاح شيء لا يأتي من نفسه ولا يتحقق بلا شيء، لا تتفجع معه
الأماني، ولا الكلام، ولا الأحلام والكسل، ولا الاهتمام بما يقوله
مهبطي الهمم و أعضاء حزب أعداء النجاح، بل يحتاج إلى الكثير و
الكثير؛ يحتاج أولاً إلى التوكل على الله القوي القدير الذي بيده كل
شيء ؛ كما قال تعالى : ﴿فإذا عزمنا فتوكل على الله إن الله يحب

المتوكلين)، ثم إلى العزيمة القوية الفولاذية، و بحتاج إلى العمل وبذل
الجهد الكبير الدؤوب المتواصل.

فلو نظرنا لأي لاعب لأي نوع من الألعاب الرياضية نجده يعلم تمامًا
أنه لا يمكنه أن يكون ناجحًا في لعبته وأن يكون بطلاً من أبطالها
بمجرد التمني والكلام، ويعلم أن النجاح هدف لا يمكن أن يحرزه إلا
بقضاء الساعات الطويلة يوميًا في التمرين، حتى التمرين العادي
البسيط لا يصنع النجاح والفوز والبطولة، بل لا بد من التمرين الطويل
الشديد المستمر دون كلال أو تعب. وهذا ما يحتاجه كل عمل لتحقيق
التقدم والوصول إلى النجاح والتفوق.

فالنجاح في كل عمل أو مجال له أسباب، ووسائل لا بد من العمل بها
بإخلاص وتفان وجهد مستمر حتى يتحقق .

لذلك نود أن نؤكد هنا على ضرورة أن تؤمن بأنك بالفعل شخص
كفاء، وأن الأفكار السلبية التي تساورك عن نفسك أو التي قد يرددها
من لا يريد لك النجاح والخير ليس لها أي أساس من الصحة، وعليك
أن تنمي صورتك الذاتية أمام نفسك، فكل منا له صورة ذاتية خاصة
به تشتمل على انطباعه عن ذاته من تاريخه وخبراته وتخيل لعيوبه
ومزايه وإمكانياته وطموحاته، أي هي نظرة الإنسان لنفسه داخلياً
وإحساسه بقدراته، وهذه الصورة تحدد مدى ثقة الإنسان بنفسه، وتحدد
أيضاً هل عنده روح المغامرة أم لا، وهذه الصورة هي السبب الرئيسي

فى أن لا يسعى الإنسان لتحقيق أهدافه التى يرى من وحي صورته الذاتية أنها أكبر من إمكانياته وانه لن يصل لها ابداً.

وعليك عند الإقدام لعمل ما ان تفكر فى انك سوف تتجح فيه، حتى لا قدر الله لو لم توقع فما هو الضرر الذى قد يعود عليك؟ بالطبع لا شئ لأنه لإسواء الأحوال يظل الوضع على ما هو عليه قبل الإقدام لهذا الفعل، وعليك ان تفكر فى لذة النجاح، فالنجاح شئ عظيم ولذيذ يعرف طعمه كل من تذوقه، وهو أمر يمنح صاحبه إحساساً لا يوصف بالسعادة، وثقة بالنفس لا تقدر، وحماساً لا يوزن ولا يفاس. وكن على يقين بان النجاح شعور، و الناجح يبدأ رحلته بحب النجاح و التفكير فيه، و تذكر دائماً: يبدأ النجاح من الحالة النفسية للفرد، فعليك أن تؤمن بأنك ستجح بإذن الله تعالى

الدعوة الثانية

دعوة للتفكير

هل تريد أن تكون ناجحاً؟

obeikandi.com

هل تريد ان تكون ناجحاً؟

قد يرى البعض ان عنوان الفصل بهذا التساؤل قد يكون أمر من وجهة نظره غير مناسب، إلا أننا نقصد ذلك لكي أكد لك على انه يجب ان تكون مؤمناً ان حياتك بيدك أنت وحدك، فأنت المسئول الأول و الأخير عنها و عما يحدث فيها، و أنت الذى يحدد هل تريد أن تكون ناجحاً أو عكس ذلك ؟ لأن العمل يبدأ من الداخل، وان أضخم معارك الحياة تلك التي تدور في أعماق أعماق النفس والتغيير يكون من الداخل، فالتغيير يبدأ من الإنسان وبذلك التغيير يتغير كل شيء، فالله سبحانه وتعالى هو الخالق وهو أعلم بخلقه وقد قال سبحانه وتعالى (ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم). فإذا أرت ان تأخذ رأى الآخرين عليك ان تعلم ان شخصيات الناس مختلفة و الحكم النهائي للفرد نفسه، فأنت من تحكم على نفسك و ليس الآخرين، فالحياة حياتك أنت والهدف هدفك أنت، فانشغل بها ولها بكل طاقاتك وقدراتك بكل صدق وجهد لترسمها كما تريد وكما تحلم.

حقاً ان لكل إنسان أحلام وطموحات، ولكن هناك من تكون الأحلام هي كل حياته وهناك من تكون الأحلام والطموحات دفعاً لتحقيق الحياة، فالأول يعيش في أحلامه ولا يملك القدرة على تحقيق الحلم، فالحياة هي حلم في منام أو تخيل في يقظة، فهو يعيش ليحلم، فالحياة بالنسبة له عبارة عن حلم، وقد يكون اكبر وأهم حلم له ان يبنى بيت وأسرة وهنا نقول له إن كنت تعتقد انك مخلوقاً للصغير من الأمور فلن

تبلغ إلا الصغير. والثانى يحيا ليحقق حلمه ولا ينام إلا إذا تحققت أحلامه وتحولت إلى واقع ملموس، فهو يعيش ليحول الأحلام لواقع، والحياة بالنسبة له عبارة عن تحقيق نجاحات وتحويل الحلم لحقيقة، فهو عاش حياته وعلم الدنيا ان شهد له، ومن أحلامه ان يبني لنفسه مجداً وتاريخ، فهو الذى يخلق دنياه. وهنا نقول له إذا كنت تعتقد انك خلقت لعظائم الأمور شعرت بهمة تكسر الحدود ، فالأول لم يعش حياته وإنما ضاع فى دروب الأوهام وعلمت الدنيا غيره كيف يضحك عليه. فالناجح لديه أحلام يحققها، والفاشل لديه أوهام وأضغاث أحلام يبدها. وصدق الشاعر حينما قال:-

لا تحسبن المجد ثمراً أنت أكله

لن تبلغ المجد حتى تلعق الصبراً

منا من يعيش حياته ولا يرضى إلا ان يكون فائداً لآله الحياة، ومنا من يرضى ويعيش كترس فى آلة الحياة مُقنع نفسه و الاخرين ان قمة البطولة ان يتخلى عن أحلامه وطموحاته من اجل لقمة العيش ومتطلبات الأبناء و رعايتهم، وعندما تسأله يرد قائلاً عايش حياتى وراضى، فهو فى الواقع ليس له هدف ولا طموح ورضى بالراحة والخمول. وهنا نقول كن على حذر فلا تجمع بين القناعة والخمول. وأعلم ان الناجح يصنع الأحداث والفاشل تصنعه الأحداث. و ان تغييرك لنفسك ينبع من التأمل والإرادة والشعور بالمسؤولية، لذلك عليك

ان تثق بقدراتك , فالإنسان يستعمل ٢ إلى ٤% من مخه فقط....
التحدي والإرادة والإبداع والغاية السامية أعظم محركات القدرات.
هنا قد يسأل سائل كيف ابدأ ؟ كيف أستطيع اصنع حياتى وابنى لنفسى
مجداً و تاريخاً ؟

ويجب ان نؤكد فى البداية إذا أردت النجاح فالطريق ليس مفروشاً
بالورود وسأخبرك من الآن أنك ستواجه الصعوبات وستتعب وسترهق
وستفشل وتسقط، مع كل هذه العقبات يجب ان لا تفقد الأمل بعد أول
او ثانى فشل يواجهك، بل يجب ان يكون لديك إصرار و عزيمه و عليك
ان تتحمل، **فلكل وريده شوكةها**، ولكل شيء ضريبة وضريبة النجاح
هذه الأمور غير المحببة والنجاحات مخفية تحتها ووراءها، وقديماً
قالوا **أن قطرة الماء تنقب الحجر**، وهذا يعنى انه ليس هناك أهداف
مستحيل تحقيقها مع قوة إرادة وعمل جاد، فهى تحتاج فقط لجهد وتعب
وإذا لم نتقدم سنعود للوراء، حقاً قد تجد نفسك فى بداية الأمر مضطرباً
بعض الوقت خائف تشعر ببعض القلق وهنا يجب ان تتأكد بأنك على
الطريق السليم، فهذا الشعور ظاهرة صحية تدفعك إلى الرغبة فى
استعادة التوازن والبعد عن الاضطراب والقلق وهذا التوازن يكون
طريقه النجاح، هذا ان كان لديك الإصرار والعزيمة الصادقة على
النجاح، ولك مثل يوضح لك الأمر كله، انك إذا عشت فترة من حياتك
فى مكان ما أو فى وظيفة ما يتولد لديك ما يمكن ان يسمى بالأمن
الداخلى أو ما يسمى بالآلفة بينك وبين هذه الأماكن أو هؤلاء

الأشخاص الذين عايشتهم وبمجرد التفكير بانك سوف تتركهم حتى ولو
لمكان أو لوظيفة أفضل، تشعر بالخوف والاضطراب وفقد الأمن
الداخلي أو ما يسمى بالآفة بالرغم من ان هذا الوضع الجديد أفضل
وانت الذى ترغب فيه، وهذا طبيعى لانه بمضى الوقت يتولد لديك الفة
جديدة وأمن داخلى جديد تجاة الوضع الجديد، ولكن إذا لم تكن صادقاً
ولم يكن لديك عزم فإن مجرد شعورك بالاضطراب وعدم الأمن
يجعلك تعود للسكون والخمول تقاوم التغيير وتقع نفسك انك ترضى
بالقسمة والنصيب، وإذا تأملنا حياة هذا الشخص نجده يعيش فى ألم
وندم عمره كله أو على فترات طويلة من عمره كلما تذكر محاولته
للنجاح أو تذكر الوضع الذى كان من الممكن ان يكون فيه، فهذا الأمر
يكون كالجرح القديم الذى يؤلم كلما نظرت إليه أو لمستّه، لذلك أدعوك
وانت فى طريقك للنجاح عليك ان تعتبر العقبات تحديات لا بد من
اجتيازها، وتذكر الناجحين قبلك كيف واجهوا كل رفض وعقبة
بإصرار أكبر، كن الشخص الذى يصر على أهدافه إلى أن يحققها،
وتُردد أمام نفسك لازم انتصر، ليمتليء قلبك بالحماس وروحك بلهيبها
وتقدم بكل قوتك وكلما وجهت عقبة لا تكثر السقوط وتكثر الآلام بل
تقدم حتى مع جراحك وواصل المسير، وأقنع نفسك بأنك عندما بدأت
طريقك أخبرت نفسك أن الطريق سيكون صعباً، فهل توافقين على
خوضه فوافقتني وخضته وخضناه معاً، ونحن اليوم بعد النجاح نجني
ثمرات ما بنيناه وما جاهدناه، ولا زال الطريق طويلاً أمامنا وفي كل

يوم ولحظة سنتقدم أكثر ونحقق أهدافاً أكثر، ولن نتوقف عند محطة بل سنكتشف كل روعات الحياة ونحقق كل حلم ونبني كل مجد بإذن الله. وأكد لنفسك ان الإنسان الوحيد الذى ينجح هو الذى يمتنع بالمثابرة و يكمل عمله بشكل صحيح للنهاية حتى يجد ما يسعى إليه حتى ولو واجه الكثير من المشاكل أو الفشل أكثر من مرة. وإذا وقعت على الأرض فلا تدع الجهل يوهمك أن الناس قد حفروا لك الحفرة، حاول الوقوف من جديد وافتح عينيك وعقلك كي لا تقع فى حفر الأيام وكيبات الليالي. إذا وقعت فتعلم كي تقف لا كيف تجزع، و لا تجعل لليأس طريقاً إلى قلبك، فالليأس يغمض العيون، فلا ترى الأبواب المفتوحة ولا الأيدي الممدودة. ومهما كان فإن هناك أمل هكذا علمنا الله سبحانه وتعالى فقد قال تعالى: " قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ(٥٣) الزمر. وكن كبطل هذه القصة، ففي إحدى المعارك أنهزم أحد القادة هزيمة شعر معها بالألم والفشل المرير وتفرق جنوده بعدها، جلس القائد على صخرة تبعد عن ارض المعركة وهو يفكر فيما وصل إليه أمره وأثناء تفكيره لاحظ مجموعة من النمل تحمل كل لملة من هذه المجموعة قطعة من الخشب أو الطعام وتحاول الصعود بها على الصخرة وكلما تحاول تقع من على هذه الصخرة فتحاول مرة بعد مرة بعد مرة... إلى ان نجحت فى تسلق هذه الصخرة وتكرر هذا الموقف مع بعض النمل إلا انها كانت تُصر على الصعود، ففكر هذا

القائد أ يكون النمل أكثر إصراراً وأقوى عزيمة وأصلب إرادة منه، وتعلم من هذا النمل معنى عدم الاستسلام و ضرورة الإصرار على تحقيق الهدف، وتعلم أيضا ان الناجحون دائماً لا يستسلمون وعندما يواجهون الفشل يستجمعون قواهم مرة أخرى و يواصلون المسيرة، ففكر فى جمع جنوده مرة أخرى ليهاجم عدوه، وبالفعل قام بجمع جنوده وتم له النصر .

وأعلم انك إذا استسلمت أمام حالة من الفشل فهذا يعني أنك تتخلى عن النجاح بإرادتك، وأن من يحملهما فإن همه لن يدوم، فمثلما تقنى السعادة هكذا تقنى الهموم. واعلم ان الإخفاق أساس النجاح، و ليس سقوط المرء فشلاً وإنما الفشل أن يبقى حيث سقط، و أسوأ من الفاشل من لا يحاول النجاح ، واعلم أن النجاح ليس نهائياً فهناك فترات يكون النجاح فيها حليفاً، وأوقات يكون الإخفاق فيها صديقاً. لكن الناجحون دائماً لا يستسلمون وعندما يواجهون الفشل يستجمعون قواهم مرة أخرى و يواصلون المسيرة مؤكداً لأنفسهم ان الفشل ليس جريمة، فالخطأ هو ان لا تبدأ وليس ان لا تخطأ، كما ان النجاح لا يأتي دون تجارب فاشلة، فلا تجعل فى قاموسك كلمة فشل، وإنما يجب ان تتعلم ان الحياة هى عبارة عن محطات، و عليك ان تنتقل من محطة نجاح إلى أخرى وأشعل دائماً طموحك وإرادتك حتى تحرق سفن اليأس و الانهزام والتراجع وقديماً قالوا *إذا لم تخطأ لم تتعلم الصواب*، ولكن تكرار الفشل وكثرته تعنى ان الشخص يستخدم طريقة

خاطئة ويكررها في حل المشكلة أو الوصول للنجاح. واحذر من **التشاؤم** **وكن متفائلاً**، فإذا فشلت فلا تقل إنى فاشل بل قل "ان الله ربي ادخر لى من الحبر ما لا أعلم و اراد ان يعلمى " لان عدم نجاحك هذه المرة هى تجربة تضيف إلى خبرتك وعلمك علم بان الطريقة التى استخدمتها هذه المرة هى طريقة خاطئة وعليك ان تبحث عن طريقه أخرى تساعدك على النجاح، فإذا عرفنا كيف فشلنا نفهم كيف ننجح، ولا تقل أنا فاشل بل قل أنا ناجح بظموحى وجهدى وتوفيق ربي ورضاه، وان تتذكر الإنجازات الماضية – النجاحات السابقة – وان تردد ما اطلقنا عليه سابقاً التأكيدات الايجابية، فتردد دائماً بينك وبين نفسك أنا ناجح، أنا واثق من نفسى، ياااما قابلتتى تحديات ومشكلات قبل كدة وحليتها بل وانتصرت عليها انتصار رائع. فينتج عن ذلك الربط الذهلى فى العقل اللاواعى، بمعنى انه عندما تنتفس بقوة وتحدث تحركات جسمية دالة على النشاط والتصميم والعزيمة مع التأكيدات الايجابية عندها يتولد الرابط الذهنى فى العقل اللاواعى فى المخ حتى ولو كانت حاله الإنسان النفسية غير جيدة أو فى حالة يأس. كما يؤدي ذلك إلى ثقة الإنسان بنفسه وقدرته على النجاح، هذا يعنى انك عند تكرارك للتوكيدات الايجابية يفكر فيها العقل الباطن ويقبلها ويضع لها السبل لتحقيقها والعكس صحيح، فإنك عندما تردد التوكيدات السلبية فإن العقل الباطن ويقبلها ويضع لها السبل لتحقيقها فى اللاشعور، ونؤكد هنا انه عندما تفكر فى نفسك وتقول التوكيدات عليك ان تقولها

بشكل سليم وصحيح، لان الشكل الذى تصاغ بها هذه التوكيدات تؤثر على الحالة النفسية و القوة الدافعة فمثلاً قولك أنا لست فاشل أو أنا ناجح نجد ان الجملة الأولى أنت تريد ان تقول بشكل إيجابى يوجد فى الذهن صورة للفشل لأنها مصاغة بطريقة خاطئة، لذلك نؤكد لك أن النجاح يبدأ من الحالة النفسية للفرد، فعليك أن تؤمن بأنك ستجح من أجل أن يكتب لك نجاحاً فعلاً، وهذا يجعلك لست فى حاجة إلى السماع من الآخرين، فالسماع من الآخرين قد يؤدي إلى التشتت خاصة وإذا كان الفرد غير واثق بنفسه وبلا هدف، وقد تقول أنا واثق من نفسى ولكن هم أصدقاء وأهل، هنا نقول لك احذر من العسل القاتل الذى يأتى من الأهل والجيران والأصدقاء الذين يتطوعون بتقديم أفكاراً تفشل أفكارك وتهدد نجاحك وتهبط هممك، فنجد ان كل فرد يدلى برأيه النابع من فكره هو ورؤيته هو للموقف، وقد يكون غير صحيح أو غير مطابقة للواقع الذى ينطبق عليك أنت، أو قد تتعارض مع آراء الآخرين فيؤدي إلى التشتت، لذلك عليك ان تكون على علم بما تريد وان تكون واثق بقدراتك، فالناجحون لا يتأثرون بسهولة مما يؤدي إلى تحقيق أهدافهم والوصول إلى غاياتهم وإلى نتائجهم، حقاً أنهم قد يسألون، ولكن سؤالك للآخرين قد يكون فى الوقت الذى تكون محتاح فيه فعلاً إلى السماع من الآخرين وأن نعيم وبنفى ما يناسب حالك وظروفك وقدراتك وقيمك وأهدافك ومهما يكون رأى الناس ومهما تكون التحديات فلا تجعلها تعوقك عن تحقيق أهدافك ولا تجعلها تبعثك

عنها، بل احرص على ان تخلق لديك إصرار وتأكيد على هذه الأهداف، ولاحظ الفرق بين ان تسمع دون ان تطلب السؤال، وبين طلبك للسؤال والنصيحة ويجب ان تكون على علم ووعى تام للفرق بين النصيحة لعمل شئ والإيحاء لفعل هذا الشئ. فالفرق واضح لان هناك متطوعون يتدخلون في شئون الآخرين دون مبرر، وهذا التدخل كثيراً ما يفسد حياة الذين يسمحون لهم بالتدخل في حياتهم يسمعون إليهم. أما السؤال فأنت الذى تسأل للإيضاح ولاستكمال بناء رأيك، أى ان رأيك واضح أمام عينك يحتاج فقط لبعض الوضوح، أى إنك تحتاج فقد إلى ما يشبه بإشارات المرور التى تكون على الطريق والنسبى نسترشد بها لنتأكد من إننا نسير على الطريق السليم، أم الحالة الأولى فإن الآخرين يبنون رأيك أو لنقل انهم يشكلون رأيك بنسبة كبيرة. بل يرسمون لك الخريطة التى تسير عليها فى حياتك.. فهل هذا يجوز ؟

وهذا الكلام لا يعنى انك تصم أذنك عن نصح ونقد الآخرين، بل بالعكس يجب عليك أن تسمع للنصح ونقد الآخرين ولكن بشرط ان يكون لديك وعى بان تفرق بين النقد الموضوعى والنقد الهدام، وفى كلا الحالتين ينبغى عليك ان تستفيد من هذا النصح وهذا النقد. وأحرص دائماً على ان تجعل قدراتك وإرادتك تعمل معك ومن أجلك بدلاً من ان تعمل ضدك ومع من يريد الضرر بك. وعليك ان تؤمن ان حياتك قد وهبت لك كى تخلق أنت لها معنى، وان لم تسر حياتك على

النحو الذى ترغبه، فلا تلوم إلا نفسك، فأنت الشخص الوحيد الذى يستطيع إحداث اختلاف فى حياتك له من القوة ما يبقيه راسخاً.

وطالما أنك الشخص الوحيد المسئول عن ذلك، فمن المتوقع أن تجلس مع نفسك بعض الوقت وتتعرف عليها وتساؤها بعض الأسئلة وتحاول أن تجد معها إجابات على هذه الأسئلة، فتسألها من أنا؟ وما هى قدراتي؟ وما هو هدفى فى الحياة؟ وما هو دورى فى الحياة؟ كيف أتصرف؟ كيف أقضى وقتى؟ كيف يمر يومى؟ وما هى الإضافة التى تمت لى هذا اليوم؟ وما أهم إنجازاتي فى هذا اليوم؟ من هم أصدقائى؟ من هو مثلى الأعلى؟ وتساأل نفسك هل تتمنى أن تكون أنت مثلاً أعلى؟ وهل حاولت أن تكون مثلاً أعلى؟ وماهى هذه المحاولات؟ وهل فشلت هذه المحاولات وما سبب فشلها؟ ما هى صورتك أمام نفسك؟ وما هى الصورة التى تعتقد أن الآخرين يرونك بها؟ وإلى أى مدى ترغب فى تحسين هذه الصورة؟

فليكن اكتشافك لذاتك من اكبر مشاريع حياتك لأنك بذلك تعرف مدى صلاحيتك، هل أنت على مستوى الأداء أم عليك الالتزام الأكثر فمهما وصل الإنسان إلى درجات النجاح والتفوق يريد دائماً أن تكون صورته أمام الآخرين أفضل وأفضل. أطلق لنفسك الخيال وحاول أن ترى نفسك فى أحر العمر... ما الإنجازات التى حققتها؟ وما الأثر الذى تركته؟ وما نوع الحياة التى عشتها؟ بمعنى أن تغمض عينيك لتتعرف على حياتك المستقبلية، فتخيل أن أمامك باب.. المس الباب..

افتحه، لاحظ النور الذي يظهر منه، هذا هو نور مستقبلك اعبر من خلال الباب وابدأ في المشي في حياتك المستقبلية تجاه هدفك، استمر في المشي في حياتك والزمان الذي حققت فيه حلمك، وحدد فترة زمنية تصل بعدها للمكان الذي تريده لنفسك بالضبط، تأمل الزمان الذي تحقق فيه حلمك لاحظ أين أنت بالضبط.. من الذين حولك؟.. ماذا ترتدي؟، لاحظ كل شيء تراه، وكل شيء تسمعه، وعندما تحقق حلمك لاحظ ما الذي تقوله لنفسك بالضبط...؟ وما الذي تقوله الحجرة التي أنت بها: لاحظ أحاسيسك ، لاحظ نفسك، لاحظ الجو المحيط بك، و عليك ان تحس، أحس بكل شيء، بكل جوارحك والأآن كوّن صورة لنفسك بعدما قمت بتحقيق هدفك.. قم بتكبير هذه الصورة واجعلها قريبة منك أكثر.. أضف إليها كل ألوانك المفضلة، قم بإعطاء هذه الصورة شيئاً من الطاقة بأن تأخذ نفساً عميقاً، ثم تطلق سراح هذا النفس في الصورة، و قم بعمل ذلك ثلاث مرات... انظر إلى الصورة تسبح من فوقك، والآن اترك صورتك وأنت تحقق حلمك وعد على خطك الزمني للحاضر وأنظر لصورتك التي ستكون عليها في المستقبل وهي الصورة التي تنتظر منك أن تصل إليها خذ لحظة اشكر فيها عقلك الباطن واشكر الله الذي أمدك بكل هذه القوة لتحقيق حلمك، استمر في أغمض عينيك وابدأ الآن في صعود السلم و في كل خطوة سيكون عندك طاقة أكبر وثقة أكثر وستشعر بزيادة في الانتعاش

ورغبة في النجاح، لذلك يجب عليك أن تحدد أهدافك في الحياة.. تريد النجاح ولكن في ماذا؟

هل أجبت على هذه الأسئلة ؟ بعد الإجابة عليها اجلس مع نفسك بعض الوقت وتأمل معنى النجاح وتخيل نفسك وأنت ناجح، وتأمل كيف تحولت الدنيا لك -

وهنا نوجه دعوة للحب:-

إن تحقيق النجاح يكمن في أن تحب نفسك بكل خصائصها الحالية - ربما يكون هناك بعض الجوانب التي يجب أن تغيّرها - ولكن جوهرك يستحق ذلك الحب، ولكن يجب أن تحبها مع عدم كراهية الآخرين، حبها حباً محموداً يدفعها إلى الأمام، يجعلك تراها شيئاً عظيماً يستحق أن يكون أكثر رفعةً وعلواً.

كن متأكداً وواثقاً ان لك نفس جديرة بأن تُحب بكل ما فيها وان عليك ان تحب نفسك الآن حباً عظيماً، وأعلم انك بحبك لنفسك يجعلك تسعى إلى تنقي نفسك من كل الأخطاء، وان تتعرف على عيوبك و تتذكر أخطاءك لتتخلص منها، فان لم تعرف أخطاءك فإنك سوف تقع فيها مرة أخرى، كما عليك ان تدرس أخطاءك وتعلم منها لتمهد طريقك للنجاح وتيقن أنك لو تخلصت من عيوبك لكنت أكثر قرباً من أحلامك، لذلك عليك ان تواجه نفسك بشجاعة، وان تنتقد أفعالك وتصحح الخطأ وتعالج جوانب الضعف. وتكون لديك القدرة لكي تجعل نفسك شئ جدير

بان تحبها ويحبها الآخرين، فالذى يحب شئ يسعى دائماً لى يجعله أفضل ما يكون، كما ان الإنسان بطبيعته يحب الشئ الحسن وينجذب إليه، و يستطيع كل شخص أن يكون ما يشاء إذا فهم نفسه و استخدم قدراته و تغلب على نقاط ضعفه معرفة النفس و إدراك حقيقتها تمكنك من التعرف على نقاط قوتك وكذلك النقاط التي تحتاج إلى تحسين و تطوير، وأعلم ان لكل إنسان عيوب وهي تحد من النجاح.

وهنا قد يتسأل البعض كيف تتخلص من عيوبك ؟

الإجابة تكمن فى ان أعترف بعيوبك، وتحديدك للنقائص التي فيك مثل: استعجال، عدم الثقة فى النفس و فى الآخرين، إفراط فى الثقة فى الآخرين، حب الظهور، الخجل، ضياع الوقت، التردد، ثم ابدأ بعلاج نفسك.

وكن متأكداً من ان سعيك بإصلاح نفسك والقضاء على نقاط الضعف هي من أعلى نقاط القوة فيك وهي البداية الصحيحة.. (ومن صحة بدايته صحة نهايته) و عليك ان تردد دائماً معرفتي بأن أفضل إمكانياتي تكمن فقط داخلي جعلتني أقبل ذاتي، وأحاول ان أجعل واحدة من الناجحين، وان تردد داخل نفسك ان الناجحون فى الأرض كمثل النجوم فى السماء، فبهم يهتدى الحيران فى الظلماء، ما أنهم يقدمون للبشرية دوراً يجعل لهم ذكرى طيبة يُذكرون بها بعد موتهم، وعندما

يموت الناجح تبكى عليه الدنيا، اما غيره فهو يعيش دون ان يشعر به
أحد ويموت دون ان يشعر به أحد وصدق الشاعر عندما قال:-

قد مات قوم وما ماتت مكارمهم
وعاش قوم وهم فى الناس أموات

الدعوة الثالثة
تعرف على نفسك
من الداخل

obeikandi.com

هل تريد النجاح حقاً؟.. وهل لديك ما يملكه الناجحون من سمات؟ هنا أجيّب نيابة عنك نعم فكل إنسان لديه ما يملكه الناجحون، ولكن هناك بعض الأمور المشتركة بين الناجحين وتيسر لهم النجاح، وفي ذلك نتفق مع جيفري جيه ماير عندما حدد في كتابه النجاح رحلة خمسة أمور يشترك فيها الناجحون وهي من وجهة نظره كالتالي :-

١- لديهم حلم:- فلكل ناجح حلم وهذا الحلم هو ان يكون ناجحاً، بل ان هدفه ان يكون أكثر نجاحاً، وان يحقق ذاته، و يزيد من نجاحه.

٢- لديهم خطة:- هي محاولة تطبيق الحلم السابق لكي يكون حقيقة ملموسة، وفي هذه المحاولة يحدد مجموعة من الخطوات التي من خلالها وبواسطة قدراته وإرادته يُحول التخيل إلى واقع ملموس، فالناجحون أصبحوا ناجحون من خلال قدرتهم على فعل ما يريدون بإرادتهم النابعة عما بداخلهم.

٣- لديهم معرفة وتدريب من نوع خاص:- هذه المعرفة تتمثل في معرفتهم بأنهم مسئولون أمام أنفسهم أولاً عن أهدافاً يجب ان يحققوها، ومعرفة خاصة بكيفية تحقيق هذه الأهداف وكيفية استثمار قدراتهم وكل ما يمكن استثماره لتحقيق هذه الأهداف، وتدريب على تحقيق هذا النجاح وهذه الأهداف، وقد يكون هذا التدريب جاء من تكرار مرورهم بتجارب النجاح.

٤- لديهم استعداد والرغبة في العمل بجد: وهم يقومون بأداء العمل بإتقان وإخلاص ويبدلون

فيه جهداً كبير في إتمام هذا العمل في صورة ترضيهم.
٥- لا يعدون كلمة "لا" إجابة لأي تساؤل:- فالناجحون دائماً ما يردون على التساؤلات التي لا يعرفونها بأنهم سوف يدرسون هذا الموضوع ثم يجيبون، فهم لا يتكلمون إلا بعد تفكير ودراسة، ولكن هذا لا يعنى أنهم يفتون بغير علم، بل إنهم في الأمور التي تحتاج إلى رد سريع وهم غير مدركين لهذا الموضوع فإنهم يجيبون بعدم المعرفة وهنا تكون الإجابة بهذا مستحبة جداً ومستحسنه عن ان تكون فتوة بدون علم.

وفي نهاية هذه الجملة نقول انه من الضروري ان تستفيد من تجارب الآخرين نجاحاً وفشلاً، نجاحاً للإقتداء وفشلاً للالتقاء، ولكن لا تنسى ان عندك تجارب ذاتية ناجحة عليك استثمارها وتكرارها.

_ الفرق بين الناجح والفاشل:- عليك ان تتعرف على هذه الفروق لكي تكتشف في اى من هذه الجوانب تنفق، وفي أيهما تختلف، وعليك ان تنمى الجوانب الإيجابية الموجودة لدى الناجحون وقد يكون بعضها موجوده لديك وتحتاج لتنمية أو غير موجود ويحتاج لغرس، وهذه الفروق بين الناجح والفاشل وهى:-

أولاً - الناجح شخص يسعى دائماً لاكتشاف طرق جديدة لتحسين أداء عمله وتطويره والفاشل يسعى دائماً للإنتهاء من عمله:- فالناجحون يسعون دائماً للبحث عن الجديد ويؤمنون بإمكانية كل شئ ويلغون من قاموس حياتهم لفظ مستحيل أولاً فائدة، اما الفاشل فهو الذى يؤمن بأنه ليس فى الإمكان أحسن مما كان وان طريقته لعمل الشئ هى الطريقة الوحيدة بل و المثلى.

ثانياً:- الناجحون يتحدث عنهم أعمالهم والفاشلون يتحدثون عن أحلامهم:- فالناجح ليس لديه وقت للكلام ، حتى وإن تكلم فإن أفعاله تكون أبلغ وأكثر من كلامه لان ليس لديه وقت للكلام و لإيمانهم بان الأعمال أعلى صوتاً من الكلمات، أما الفاشل فليس لديه ما يتكلم عنه فيضطر هو الكلام عن نفسه وأحلامه، فنجده كثير الكلام وقليل الفعل ووقته كله للكلام.

ثالثاً:- الناجحون يفكرون فى الحل والفاشل يفكر فى المشكلة:- فالناجح عندما يواجه مشكلة ما فإنه يحلها و يبحث فى عواملها وأسبابها وكيفية التغلب عليها، بل والأكثر من ذلك ان الناجح عندما يواجه مشكلة فإنه يستفيد منها فى حياته المستقبلية، سواء فى كيفية الوقوع فيها حتى يتجنب هذه العوامل فيما بعد أو كيفية حلها ليتمكن من حل أى مشكلة قد تكون متشابهة فى المستقبل. أما الفاشل فهو يقف أمام المشكلة ويرى انها نهاية الكون، بل انه يغوص فى المشكلة ولا

يرى فى حياته إلا هذه المشكلة، فتشل تفكير، بل وتمرر حياته ولا يستطيع حلها.

رابعاً:- الناجحون يرون حلاً فى كل مشكلة والفاشلون يرون مشكلة فى كل حل:- ومما سبق نجد ان الناجح يرى حل لكل مشكلة، اما الفاشل كلما يتوصل إلى حل أو يشير إليه أحد بحل يجد فى هذا الحل مشكلة، كما نجده متردد دائماً فى اختيار الحلول وأخذ القرار.

خامساً:- الناجحون يقولون ان الحل صعب ولكنه بكل تأكيد ممكن ومتاح والفاشلون يقولون ان الحل ممكن ولكنه صعب جداً:- أى ان الناجح يرى ان أى مشكلة مهما كانت صعبة فإنه أكيد لها حل، والفاشل يرى فى أى مشكلة مهما كانت أنها صعبة الحل وذلك لانه يغوص فى المشكلة ويعيش فيها وفى حدودها.

سادساً:- الناجحون يعتبرون أن النجاح التزاما والفاشلون يعتبرون انه عملاً بطولياً:- فالناجح تعود على النجاح ويرى ان عليه ان يحقق مزيد من النجاح لانه شئ عادى وواجب عليه فهو تعود على عظم انهم الأمور، أما الفاشل فإنه يرى فى أى خطوة مهما كانت يرى انها عملاً بطولياً حتى وإن كان هذا العمل واجباً.

سابعاً:- الناجحون لديهم أحلاماً يسعون لتحقيقها أما الفاشلون لديهم أوهاماً يريدون ان يبددوها:- فالناجح يسعى إلى تطبيق أحلامه إلى واقع ملموس ويسعى لإيجاد السبل التى تحقق هذه الأحلام، مؤمناً انه

يحمل في داخله من القدرة ما يكفي لتحقيق هذه الأحلام. أما الفاشل فإنه يعيش في الأحلام ويرى ان حياته كلها عبارة عن حلم لا يفكر في كيفية تحقيقه كما إنه يكفي بمجرد التفكير فيها، فهذا التفكير هو كل حياته.

ثامناً:- الناجحون لا تنتهي أفكارهم والفاشل لا تخلص أعضاره:- فالناجح عنده من الأفكار والأحلام ما لا تنتهي ويسعى لتحقيقها، أما الفاشل لا تنتهي أعضاره لأنه يسير ومعه الشماعة التي يعلق عليها عناصر فشل ومقومات عجزه.

تاسعاً:- الناجحون يرون في العمل أملاً ولذة والفاشل يرى في العمل ألماً ومشقة:- فالناجح يجد في عمله متعة وملاذة، بل انه يجد في نجاحه حياة بما فيها من متع وملذات، بل انه يجد في عمله وجوداً له. أما الفاشل يجد في عمله تعب ومشقة وان عمله هذا يشغله عن الكثير والكثير من متع الحياة والهوى مع الأصدقاء والخلود إلى الراحة، فراحة الفاشل في الكسل والخمول والخلود للنوم، أما راحة الناجح فهي في العمل وتحقيق مزيد من النجاح وحسب.

عاشراً:- الناجحون ينتظرون المستقبل ويتطلعون لما هو ممكن والفاشل ينظر للماضى ويتطلع لما هو محال:- اتفقنا ان الناجح لديه أحلاماً لذلك فإنه ينتظر المستقبل الذى يسعى هو لتسكيه كما يريد هو لان المستقبل هو مجال تحقيق مزيد من الذات، فالناجح يؤمن ان غداً

سيكون أفضل بإرادة الله وبتوقيفه وبمجهودي. أما الفاشل المستقبل غامض لأنه فارغ لم يعد له شيء فهو إن حقق شيء من النجاح فإنه يعيش فيه وعليه، فهو يؤمن بالمثل السلبي القائل (مطرح ما تحطدق لها) فهو يعيش كالريشة في مهب الريح تقذف بها اينما تريد.

أحد عشر:- الناجحون يناقشون بقوة ولكن بأسلوب مهذب وبأخلاق ويتمسكون بالقيم أما الفاشلون يتشبهون بالصغار ويتنازلون عن القيم:- فالناجح يناقش بقوة لأنه لديه الحجة والدليل والبرهان على قوته وصدق عزيمته، وهذه القوة لا تلغى تمسكه بالقيم ولا تجعله ينجرف بعيد عن الأخلاق والقيم، أما الفاشل نجده يتمسك بالصغار فهي عنده كبائر وعظائم، كما نجده يتخلى عن القيم وعن المبادئ لأى منفعة مهما كانت تهايتها.

إثنى عشر:- الناجحون يساعدون الآخرين والفاشل يتوقع المساعدة من الآخرين:- فالناجح يؤمن ان سر نجاحه يكمن داخله فقط وانه هو الوحيد الذى يبده اللجاح و عدم اللجاح، بل انه يجد متعة فى مساعدة الآخرين ويرى ان مساعدته للآخرين ترسخ نجاحه، أما الفاشل دائماً يحتاج لمن يساعده على السير، فهو ينتظر من يحرر قيود فشله و يدفعه لطريق النجاح ويدعم له قدراته...!!!!

وبعد ان علمت بعض السمات المشتركة بين الناجحون، وكذلك الفرق بين الناجح والفاشل، عليك ان تعلم ان البعض(ه) قد أشاروا إلى أن مكونات الشخصية الطبيعية أربعة مكونات احرص على ان تحدد من

أنت منهم ؟ وان تجمع داخلك أجمل ما فيها، وحاول ان تتشرب سمات
وخصال الناجحون لتكون سمات أصيلة فيك وتكون من خصائصك،
وهذه المكونات هي:-

الزاوية الأولى: من أين تستمد طاقتك و حيويتك ؟ هل من تفاعل مع
الآخرين أم من تفاعل مع نفسك من الداخل ؟

المنفتح (E) : Extroverted

المتحفظ (I) : Introverted

الزاوية الثانية: كيف تنتبه للأشياء من حولك ؟ وكيف تجمع
المعلومات من العالم الخارجي ؟

الحسي (S) : Sensor

الحدسي (N) : Intuitive

الزاوية الثالثة: كيف تأخذ القرار ؟

المفكر (T) : Thinker

الوجداني (F) : Feeler

الزاوية الرابعة: كيف تنظم العالم من حولك ؟

الحاسم (J) : Judger

التلقائي (P) : Perceiver

المكون الأول:-

من أين تستمد طاقتك و حيويتك، هل من تفاعلك مع الآخرين أم من تفاعلك مع نفسك من الداخل ؟

المنبسط (E) :

تميل إلى أن تتكلم أولاً ثم تفكر بما قلته فيما بعد، وكذلك أنت لا تعرف ما تود قوله إلا بعد أن تسمع نفسك وأنت تقول هذا الكلام.

تميل إلى معرف الكثير من الناس وتعتبر الكثير منهم من أصدقائك والمقربين، وأنت كذلك تفضل إن يشترك الكثير من الناس معك في النشاطات والمناسبات، فالوحدة تعتبر متعبة ومنهمكة لك للغاية.

تستطيع أن تعمل أكثر من عمل في وقت واحد، فقد لا تمنع أن تقرأ كتاب أو تتحدث مع آخرين أثناء مشاهدتك للتلفاز أو استماعك للمذياع ، ولا نعتبر ذلك شموشاً عليك.

من السهل التعامل معك والوصول إليك سواء مع الصديق أو الغريب، ومع ذلك تكون أنت المسيطر أثناء الحديث بينكما بحيث أنت تتحدث معظم الوقت.

تجد أن تلقيك للمكالمات الهاتفية أثناء الحديث أو في عملك من الأمور التي لا تجد حرجاً أو صعوبة في التعامل معها، بل وتفضلها أحياناً،

وإذا أردت أن تخبر أحدا بشيء معين فأنت لا تترد في رفع السماعه الهاتف والتحدث إليه مباشرة.

أنت تفضل الذهاب على الحفلات و اللقاءات و تجد متعة في التحدث إلى الكثير من الناس و لا تحصر نفسك ضمن دائرة الذين تعرفهم بالفعل، بل لا تجد صعوبة في التحدث إلى جميع الناس سواء كنت تعرفهم أم لا.

تجد أن الاستماع إلى الآخرين أصعب بكثير من الحديث معهم ولذلك تشعر بالملل والتوتر إذا كنت ضمن مجموعة معينة ولم تستطع المشاركة معهم في الحديث.

تحتاج التأكيد والدعم من أصحابك بخصوص ما تقوله أو تفعله أو بخصوص هيئتك الخارجية حتى تسمع ذلك من الآخرين.

سلوك المتحفظ المنكفي (I) : **Introverted**

تميل إلى مراجع الأشياء التي تود قولها، وترغب أن يقوم الآخرين بنفس الفعل، وإذا وجهه إليك احد سؤال معين فأنت تقول احتاج إلى أن أفكر في سؤالك هذه قبل أن أعطيك الجواب عليه أو سوف أرد لك الجواب بعد قليل.

تفضل أن تقضي وقتاً مع نفسك بهدوء وبسكينة وبدون إزعاج.

ترى نفسك أنك مستمع جيد وهذا هو انطباع الناس عنك وقد يستغل الآخرون فيك هذه الميزة فد يراك الناس علي انك حجول، بل أن بعضهم قد يراك كتوم، وترد الكلام على الناس بدلا من تبتدى الحوار معهم.

تشعر بالامتعاض من الناس الذين يتكلمون عنك ويقولون ما تود أن تقوله قبل أن تقوله أي يكملوا كلامك ويتكلموا بلسانك ويقولون ما تود قوله بدلا عنك.

تفضل أن تصرح بأفكارك وبكلامك بدون مقاطعه من احد.

قد تتضايق عندما يمدحك بعض الناس بل يمكن أن تشك في الآخرون و إذا أفرطوا في مدحهم لك وثناء هم عليك.

المكون الثاني:-

كيف تنتبه للأشياء من حولك، و كيف تجمع المعلومات من العالم الخارجي ؟

Sensor

السلوك الحسي (S):

تفضل الإجابات المحددة عن أسئلتك المحددة، فعندما تسأل عن الوقت مثلا فأنت تفضل إجابة مثل السابعة وأربعة عشر دقيقة، وتتضايق من إجابة مثل بعد السابعة بقليل أو لم يبق إلا قليل من الوقت لموعد الاجتماع.

تفكر أن تركز تفكيرك على ما تقوم به الآن.

ترى انه من الضروري الحصول على نتائج ملموسة في عملك.

تؤمن بالقاعدة التي تقول: إذا لم تكن الأشياء معطلة أو مكسورة فلا تحاول إصلاحها بل انك قد تستغرب كثيرا لمحاولة بعض الناس أن يقوموا بتطوير الأشياء التي تعمل بكفاءة.

تفضل أن تتعامل مع الحقائق والأرقام أكثر من الأفكار والنظريات، وكذلك أنت تفضل أن يعرض الآخرين كلامهم بطريقة مرتبة بدلا من الكلام العشوائي غير المنظم.

تعتقد أن الخيال كلمة غير واقعية وليست عملية، وقد تستغرب كثيرا كيف أن بعض الناس يقضون وقتا طويلا في الخيال أو أحلام اليقظة بدلا من التعامل مع الواقع اليومي.

تفضل أن تقرا الكتاب من أول كلمة في الصفحة الأولى حتى آخر كلمة وبطريقة مرتبة، بل انك قد تستغرب من أسلوب بعض الناس في القراءة عندما يمسك الكتاب ويقرا ما يحلو له وبدون ترتيب.

أنت واضح جدا في استخدامك للكلام فأنت تقول ما تقصده بالضبط.

أنت تفضل أن ترى تفاصيل الأشياء بدلا من الصورة العامة للأمور.

أنت تؤمن بالقول أنا اصدق ما أراه بعيني فلو قال لك أحد ما أنه يوجد فيل في الخارج فلن تصدقه حتى تراه بعينك أو تلمسه بيديك.

Intuitive

السلوك الحدسي (N) :

تميل إلى أن تفكر في عدة أشياء في الوقت نفسه، بل انه غالباً ما يتهمك أصحابك بأنك شارد الذهن ولا تنتبه للأشياء من حولك.

تجد أن المستقبل أو التعامل مع الاحتمالات والبدائل يثير فيك الاهتمام والحماس أكثر من كونه مثيراً للقلق، فأنت تتحمس كثيراً للتفكير في المستقبل أكثر من التفكير الحالي للأمور.

تجد أن كثرة التفاصيل مملة وزيادة في الكلام لا داعي له.

تجد أن الوقت نسبي وليس من الضروري الالتزام به بمنتهى الدقة.

تفضل أن تفكر وتأمل في طبيعة عمل الأشياء فقط، ومعاني الأمور لان هذا الأمر ممتع بالنسبة لك.

تجد نفسك مهتماً بالبحث في ارتباط الأمور ببعضها البعض وخطوط الاتصال والعلاقات بينها بدلاً من التعامل مع الوجه الظاهري للحقائق وتجد نفسك تسأل نفسك دائماً ماذا يعني هذا الشيء؟.

تميل إلى أن تعطي إجابات عامة لغالبية الأسئلة وتتعجب أحياناً من أن بعض الناس يجدون صعوبة في الالتزام بإرشاداتك التي أعطيتها لهم وقد تستغرب إذا طلب منك الآخرون أن تكون أكثر تحديداً أو أن تقول ما تقصده بالضبط وحرافياً وبالتفاصيل الدقيقة.

المكون الثالث:-

كيف تتخذ القرار ؟

Thinker

سلوك المفكر (T):

تميل إلى أن تكون هادئ وثابت في وجه الانتقادات أو الهجوم عليك ولديك المقدرة على الالتزام بالموضوعية والإنصاف في نفس الوقت الذي يشعر الآخرون فيه بالضيق.

تميل إلى أن تناقش الخلاف مع الآخرين بإنصاف وموضوعية وتبحث عن الحقيقة والعدل بدلا من أن تقول ما يرضي الآخرين أو يسعدهم.

تفضل أن توضح حقيقة الأشياء أو أن تثبت صحة وجهة نظرك بل انك أحيانا قد تناقش كل أطراف الموضوع، وذلك حبا في إثراء النقاش وتوسيع مجال طرح الأفكار ووجهات النظر.

تميل إلى أن تكون حازما وصارما أكثر من ميلك لأن تكون طيب القلب أو مجاملاً، فلو اختلفت مع شخص معين فأنت تفضل أن تخبره برأيك بصراحة بدلا من أن تلتزم الصمت أو تترك له أن يعتقد ما يشاء.

تفتخر بأنك شخص منطقي وعقلاني وموضوعي بالرغم من أن بعض الناس يعتقدون أنك بارد الإحساس وبليد المشاعر ولا تهتم بالآخرين.

لديك المقدرة على اتخاذ قرارات صعبة، بل أنك قد تستغرب من أن بعض الناس قد يتضايقون من أمور عاطفية لا علاقة لها بالموضوع نفسه ولا ينظرون لها نظرة منطقية عقلانية.

تفضل أن تكون على صواب أكثر من أن تكون محبوبا من الآخرين، وقد ترى أن حب الناس لك أمرا ضروريا للتعامل معهم خصوصا إذا كنت تؤدي عملك بصورة صحيحة. و تهتم أكثر بالأشياء المنطقية أو العقلانية أو العملية منها، وتضع لها وزنا كبيرا، بل إنك تميل إلى أن تكون ناقدا للأمور حتى تتوفر لديك حقائق كافية ترضي بها عقلك وفكرك. كما تميل إلى تذكر الأرقام والحقائق أكثر من الأسماء والوجوه.

سلوك الوجداني (F):

تعتقد أن القرار السليم هو الذي يأخذ بعين الاعتبار حاجة الناس ومشاعرهم ويبني على المبادئ والقيم الإنسانية. كما تعتقد أن الحب لا يمكن تفسيره وتشعر بالغضب ممن يحاول أن يعطي له معاني وتفسيرات منطقية. و قد تتعب نفسك وجسمك في محاولة إرضاء الآخرين وإسعادهم بل قد تحاول فعل أي شيء لإرضائهم حتى على حساب نفسك أو صحتك أو راحتك، و تميل إلى أن تضع نفسك في مكان الآخرين وتشعر شعورهم كمحاولة منك للإحساس بمعاناتهم

وإحساسهم. بل انك تستمع بأن تؤدي خدمات للآخرين حتى وإن كنت تعرف أن الآخرين يستغلون فيك هذه الخصلة الطيبة.

تجد نفسك أحيانا تسأل هل هنالك من يهتم بأمرى أو بما أريده ؟ أو تقول أنا أهتم بالناس ولكن لا أحد يهتم بي، بل إنه قد تجد من الصعب علي أن تقول هذا الأمر لأحد من الناس رغم حاجتك الشديدة له. بل قد لا تتردد في الرجوع عن كلامك الذي قلته إذا وجدته يخرج شعور الآخرين أو يضايقهم. كما تفضل الانسجام والتناسق مع الآخرين بدلا من عكس وجهة نظرك بقوة وبصرامة، ولذلك فقد تشعر بالإحراج إذا كان الموقف متأزما أو الخلاف شديدا خصوصا في الوسط العائلي أو وسط أصحابك، وعلى هذا الأساس فقد تغير كلامك لكي ترضي جميع الأطراف بدماثة أخلاقك وطيبة قلبك وسلوكك.

قد يتهمك الآخرون بأنك غالبا ما تأخذ الأمور بطريقة شخصية وعاطفية بدون النظر إلى الجوانب المنطقية والعقلانية للموضوع نفسه.

المكون الرابع:-

كيف تنظم العالم من حولك ؟

Judger

سلوك الحاسم (J):

ترى نفسك أنك تنتظر الآخرين لأنهم يتأخرون في الالتزام بمواعيدهم معك. تعتقد اعتقادا جازما أنه لو قام كل شخص بما يجب عليه فعله،

حتى وإن كان من المفروض أن يقوم بذلك فلن يكون العالم عالماً أفضل بكثير. كما أنك تعرف تماماً طبيعة كل يوم تستطيع فيه لأنك قد أعددت جدول أعمالك مسبقاً، ولذلك فأنت تلتزم بما خطت لنفسك في هذا اليوم، وتجد نفسك في غاية الضيق إذا لم تجري الأمور كما أعددت لها سلفاً. كما لا تفضل المفاجآت في آخر لحظة، بل وقد تخبر الآخرين بذلك لأنها قد تربك جدولك اليومي الذي تحرص على الالتزام به بكل دقة، و تحتفظ بقائمة الأعمال المطلوب منك إنجازها وتستخدم هذه القائمة وإذا أردت أن تعمل شيئاً ما غير موجود في هذه القائمة فأنت تضيفه لها حتى تستطيع أن تشطبه لاحقاً، لأنك لا تستطيع العيش في عالم الفوضى، بل أنك حريص جداً على الترتيب والنظام في حياتك.

لذلك قد يهتمك الآخرون بأنك تفتقد إلى المرونة.

Perceiver

سلوك التلقائي (P):

من السهولة تشتيت انتباهك بل إنك قد يشرذ ذهنك وأنت خارج من بيتك بحيث لا تتنبه لما يدور حولك من أمور.

تفضل أن تكتشف المجهول حتى وإن كان الأمر بسيطاً مثل اكتشاف طريق جديد للذهاب إلى العمل، ولا تفضل أن تخطط للأعمال بطريقة مسبقة، بل تنتظر أن تكتشف ما تحتاج لإنجاز هذا الأمر، ولذلك فقد يهتمك الآخرون بأنك قليل الترتيب أو التنظيم ولا يمكن الاعتماد عليك.

من الأمور التي تدفعك لإنجاز عملك بمنتهى السرعة هو إحساسك بأن الوقت بدأ ينفذ بسرعة وخصوصاً في اللحظات الأخيرة من الموعد النهائي للانتهاء من العمل، فعلى الرغم من أنك قد قمت بتحديد ذلك الموعد النهائي للانتهاء من العمل مسبقاً، إلا أن الجميع يشعر بالتوتر والضغط لعدم التزامك بأداء العمل حسب الخطة الموضوعية لذلك بل تنتظر اللحظات الأخيرة لإنجاز كل شيء بسرعة. و تفضل أن تترك الأمور تسير على هواها، ولذلك فإنك لا تلتفت كثيراً إلا بترتيب مظهرك الخارجي بدقة ورغم أنك قد تفضل أن تكون الأشياء مرتبة، فإن المهم بالنسبة لك هو الإبداع والابتكار والتفانيّة والتفاعل مع الأشياء بدلاً من السيطرة عليها.

تميل إلى اللهو واللعب والمرح في أوقاتك لأي عمل، فسرعان ما يتحول العمل الجاد إلى مرح ومزاح لذلك يكون جو العمل جو أنس ومرح أثناء بذل الجهد لإنجاز عملك.

قد تميل إلى التغيير موضوع الحديث مراراً وتكراراً والموضوع الجديد قد يكون أي شيء خطر ببالك في تلك اللحظة، و تفضل عدم تقييد حريتك والالتزام بخطة ما بمنتهى الدقة، بل تفضل أن تكون اختياراًك مفتوحة لأي احتمال أو أمر طارئ قد لا يكون في الحسبان.

تميل إلى عدم حسم الأمور من وقت لآخر.

عرض مختصر لكل الشخصيات

ملح الأرض

جاء، هادي، يحقق النجاح في حياته عن طريق التركيز الشديد والدقة المتناهية في العمل. عملي منظم للغاية، يفضل التعامل مع الحقائق المادية، واقعي، يمكن الاعتماد عليه.

يفضل أن ينظم جميع الأمور من حوله، يتحمل المسؤولية، ويقرر بنفسه ما يراه مناسباً للعمل، ومن ثم يقوم بتنفيذ ما قرره داخل نفسه بثبات بغض النظر عن احتجاجات الآخرين.

أستاذ فن تحمل المسؤولية وأداء الواجب

هادي، ودود، صاحب ضمير حي ويشعر بالمسؤولية. يعمل بإخلاص لتنفيذ التزاماته.

يعتبر عنصر ثابت في أي مؤسسة أو مشروع يعمل به، دقيق ومتمكن ويتحمل الألم والضغط

اهتماماته في العادة ليست فنية، ولديه صبر لتحمل التفاصيل الدقيقة للأمور.

صاحب ولاء ويقدر الظروف، مدرك للأمور ويهتم بشعور الآخرين.

الحكيم

بحقق النجاح عن طريق الإصرار والثبات على المبدأ، أصلي (لا يقلد غيره).

لديه رغبة كبيرة في عمل ما ينبغي عمله أو يمكن أن نحتاج إليه. يضع أفضل ما في طاقته في العمل، قوي للغاية وصاحب ضمير حي ويهتم بالآخرين.

يحترم الناس لصلابة التزامه بالمبادئ، ويحترمه الآخرون ويتبعونه لوضوح الرؤية لديه وهي تقديم أفضل خدمة للناس جميعا.

سيد نفسه، أستاذ فن التفكير

صاحب تفكير أصلي (لا يقلد غيره) ورغبة متجددة تجاه أفكاره ودوافعه الداخلية.

لديه نظرة بعيدة المدى، كما إن لديه القدرة السريعة على فهم ارتباطات الأمور وتشابكها في العالم الخارجي.

في المجال الذي يفضلونه ترى لديهم قوة دقيقة لتنظيم العمل والأداء بطريقة دقيقة يتمكن.

ناقد بطبعه، ويشك ويتساءل، ومستقل بذاته وذو عزيمة قوية.

لديه مستوى عال من القدرة والكفاءة.

الأسد في برائنه

هادئ، يتفرج على الأحداث من حوله ببرود، محافظ.
يراقب الأوضاع والأحداث من حوله ويحلل الوقائع بفضول.
محايد وترى عليهم أحيانا لمحات من المرح الأصلي غير متوقعة.
يهتم أساسا بالسبب والنتيجة، كيف ولماذا الأشياء اليدوية. وكذلك فهي
تنظيم الحقائق عن طريق استخدام المبادئ المنطقية.
ممتاز جدا في استنباط أصل المشكلة عملية، ومن ثم إيجاد الحلول لها.

الروح الوديعه

خجول، ودود للغاية، حساس، لطيف المعشر، متواضع بخصوص
قدراته. يتجنب الخلاف، ولا يفرض مبادئه أو آرائه على الآخرين.
لا يهتم أن يكون في محل القيادة ولكنه تابع مخلص.
يقوم بإنجاز الأعمال بهدوء وتروي وذلك لأنه يستمتع باللحظة الحالية
ولا يرغب أن يفسد هذه المتعة باستعجال أو استنزاف للطاقات لا داع
له.

المثالي، سبيكة ذهب

يراقب الأوضاع من حوله بهدوء، مثالي للغاية، صاحب ولاء.

يرغب أن تكون حياته الخارجية متوافقة مع ما في داخله من أفكار وقيم.

فضولي، سريع في الوصول إلى الاحتمالات، ويعمل دائما كعنصر مساعد في تنفيذ الأفكار متكيف، مرن ويقبل ما هو موجود إلا إذا تعرضت مبادئه للخدش.

يرغب في فهم الناس والوسائل لتحقيق قدرات الناس وقدراتهم وطاقتهم.

ليس لديه اهتمام للسيطرة على الآخرين أو للوضع من حوله.

العشيري

هادئ، محافظ، يستمتع بملاحقة النظريات أو الحقائق العملية.

يفضل حل المشاكل عن طريق التفكير المنطقي وتحليل الأمور.

يهتم أساسا بالأفكار والتفكير فيها مع رغبة قليلة للمنتديات أو اللقاءات مع الآخرين، ولديه اهتمامات واضحة وجليّة.

ويفضل الوظيفة التي تستخدم مواهبه الفطرية واهتماماته بحيث يستفاد منها.

الفاعل

لديه مهارة في التعامل مع المشكلة في مكان ووقت حدوثها، يفضل الإثارة والحركة ويستمتع بما هو ات، يفضل الأشياء اليدوية والرياضية.

متكيف، ذو قدرة على التحمل، واقعي، عملي، ويركز على تحقيق النتائج، يكره الإسهاب في الشرح.

مهارته تكمن في التعامل مع الأشياء المادية الحقيقية التي يمكن التعامل معها أو تناولها أو تركيبها أو تفكيكها.

الجوكر، عاشق الحياة السعيدة

ينفعل الأوضاع، ملسحب، ودود، يستمتع بكل شيء يمكن أن يسبب بالمرح والسرور للآخرين.

يفضل العمل و الإثارة وأن يحقق الإنجازات.

يعرف بما سوف يحدث ويشارك فيه بشغف.

يجد تذكر الحقائق أسهل بكثير من التحكم بالنظريات.

مها ته تكمن في الأوضاع التي تتطلب البديهة والقدرة العملية للتعامل مع الناس.

طبيب القلوب

حماسي للغاية، وصاحب مشاعر دافئة وذو روح عالية، عبقري وصاحب خيال واسع.

يستطيع أن يعمل أي شيء تقريباً شرط أن يحوز على اهتمامه. سريع في الوصول إلى الحلول مع أي مشكلة أو معضلة، وعلى استعداد دائم لمساعدة أي شخص وفي أي وقت. يتكل أساساً على قدرته وارتجاله للموضوع بدلاً من التحضير مسبقاً. يجد أسباباً قاهرة ومقنعة لأي شيء يقوم بعمله.

أستاذ فن الحوار والخاطبة

سريع، عبقري ولديه مهارات كثيرة.

يستمتع بوجوده مع الآخرين، لمام، ذكي وذو طلاقة في الحديث.

قد يناقش بقصد المتعة فقط، سواء أكان مؤيد أم معارض.

واسع الحيلة في حل المشاكل الجديدة أو الصعبة ولكنه قد يتجاهل الأمور الروتينية.

لديه غرام في التحول من أمر مثير إلى آخر وهكذا.

لديه مهارة كبيرة في إيجاد أسباب منطقية فيما يقوم به من أعمال.

المدير الإداري

عملي، واقعي، يتعامل مع الحقائق المادية مع ميل فطري طبيعي للقيادة في مجال الأعمال أو الميكانيكا.

لديه اهتمام قليل بالنظريات ويفضل تعلم المهارات التي يمكن تطبيقها فوراً.

يفصل تنظيم الأمور وإدارة النشاطات.

لديه مهارة كبيرة في إدارة العمل. صارم، حازم وحاسم في اتخاذ القرار.

يتحرك بسرعة لتطبيق القرارات ويهتم بالتفاصيل الروتينية.

أستاذ فن الضمير الحي

صاحب قلب دافئ المشاعر، متكلم، شعبي وصاحب ضمير حي.

طبيعته وفطرته أن يساعد الناس، ويعتبر عنصر فعال ضمن أي مجموعة أو لجنة.

يحتاج إلى التناسق والانسجام ولديه مهارة أيضا في صنعهما.

دائما ما تراه مشغولا بعمل الخير للناس.

يعمل بشكل أفضل إذا قام الآخرون بتشجيعه وتقديره لجهوده.

اهتمامه الأساسي بالأشياء التي تؤثر إيجابيا على حياة الناس.

أمير الناس

سريع الاستجابة ويمكن الاعتماد عليه، ويشعر باهتمام حقيقي لما يفكر به الآخرون أو يريدونه، ويحاول أن يتعامل مع الأشياء آخذا بعين الاعتبار مشاعر الآخرين.

يستطيع أن يتقدم بمشروع أو يقود مجموعة أثناء النقاش بسهولة واقتدار.

اجتماعي، شعبي، عاطفي.

سريع الاستجابة للثناء وللنقد أيضا.

يفضل أن يسهل الأمور على الآخرين وأن يساعدهم للوصول إلى قدراتهم وتحقيق ذاتهم.

المدير التنفيذي

صريح، حاسم، قيادي بطبعه في النشاطات.

يصمم ويقوم بتنفيذ نظام مسهب وشامل لحل مشاكل المنظمات والمؤسسات.

لديه مهارة كبيرة في أي عمل يتطلب التفكير والتحليل المنطقي حتى في مخاطبة الجماهير

لديه اطلاع واسع للأمور ويستمتع بإضافة معلومات جديدة إلى خبرته السابقة.

obeikandi.com

الدعوة الرابعة
تهيئة النفس
للإنطلاق

obeikandi.com

هناك بعض الجوانب التي نرى انها تمهد الطريق او يجب أن توضع في الاعتبار عند السعى والتخطيط للنجاح، وهى بالطبع تيسر وتسهل حدوث ما بعدها وهى:-

أولاً:- الاعتماد والتوكل على الله:- قبل ان تبدأ بعمل ما عليك ان تتوكل على الله حيث قال سبحانه وتعالى (فلا تقولاً لشيء أنى فاعل ذلك غداً إلا ان يشاء الله) فاعلم انك إذا بدأت عملاً مستعين بالله فإنك تكون فى معيه الله ومزوداً بمدد من عند الله، هذا خلاف الراحة النفسية التى تشعر بها، وهذا مصداقاً لقوله تعالى (ألا بذكر الله تطمئن القلوب)، بل و الأكثر من ذلك انك إذا وهبت عملاً لله فإنك تأخذ عليه ثواب حتى الطعام الذى تتناوله. بل إنك مأمور بان تسير فى معيه الله، فقد قال الله سبحانه وتعالى: ﴿ قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ ﴾ [الأنعام: ١٦٢، ١٦٣]

ثانياً:- الإعداد والتهيئة النفسية:- إذا فكرت فى عمل شئ ما فقد تصاب ببعض التردد والخوف، هنا يكون عليك ان تقوم ببعض الأشياء وهى:-

- ١- عليك ان تؤمن بأن بالمبدأ القائل (العمل يبدد الخوف) لذلك عليك بالفعل بمجرد ان تحدد هدفك وأثناء فعلك هذا عليك أن تحدد سبب خوفك وان تبدأ بالعمل، فإنك ستجد ان خوفك هذا يقل بالتدرج.
- ٢- اشحن ذاكرتك بالأفكار الإيجابية الخلاقة وأفتخر بإيجابياتك مع

تجذب كل معاني الغرور، و سجل إنجازاتك على صفحات عقلك
وتفكر فيها عند مواطن الضعف وأمام التحديات. كان تتخيل نفسك
بعد ان تحقق هدفك بنجاح.

٣- ضع الموضوع أو الناس الذين تخشاهم في قدرهم الحقيقي عند
سعيك لتحقيق أهدافك.

٤- افعل ما يدل على ثقتك بنفسك لتكتسب تدريجياً تفكير الإنسان
الوائق.

ثالثاً: فكر بالنجاح واعمل كأنه يستحيل عليك الفشل:- وهنا حاول ان
تقنع نفسك بأن النجاح خلق لك وحدك وان قاموسك يخلو تماماً مما
يسمى بالفشل، و إعلان العصيان على الفشل عليك ان تؤمن بأنك دائماً
أفضل مما تظن فلا تستهن بقدراتك، وأن ضع في رأسك قاموس
الناجحين وان تستخدم كلمات كبيرة مضيئة براقه هادفة مثمرة تثير
حماسك وتجدد فيك الأمل، وتجنب الكلمات السلبية، وان تكون بعيد النظر
ولا تكتف برؤية ما تحت قدميك وان تجعل لعملك قيمة، فأعمل بجد
لتحقيق خطوات أفضل على طريق العمل، وإيداء في العمل بجد وحب و
اهتمام، فالعمل بجد وحب واهتمام كفيلاً بأن يجعل النجاح أقرب إليك من
الفشل وقديماً قالوا إن (لم تعمل ما تحب فحب ما تعمل). واعلم انه كما
أن لك حق التنفس، وحق الارتواء، وحق الملابس والمسكن، فإن لك الحق
ان يكون لك دور في الحياة يتناسب مع إنسانيتك، وإصرارك على أداء

هذا الدور هو الذي يجعلك قادراً على تحقيقه، واعلم ان النجاح لا يأتي بالصدفة أو بالحظ وإنما لابد من العمل والجهد و الاستمرار في بذل هذا الجهد

رابعاً: اقتدى بالناجحين:- وهنا حاول ان تسير على خطى الناجحين وهذا يأتي من النظر إلى الكيفية التي يعملون بها، وحاول ان تضيف وان يكون لك أسلوب وبصمة خاصة لك، فلو أن كل جيل جديد لا يتعلم من الذي سبقه لكان علينا دائماً أن نعيد تجارب القرون الأولى. واعلم ان نجاحك ولو بقدر بسيط هو القطرة التي تسبق الغيث فأول السيل قطرة ثم ينهمر، فإن من ينجح مع شخص ينجح مع غيره، وان من ينجح في مكان ينجح في كل مكان. ويجب ان تكون مستمعاً جيداً حتى تسلم ما تعلمه من الآخرين من خبره، وكن على علم بأن هذا التقليد إقتداء وليس تقليداً أعمى.

خامساً: ابدأ بالممكن، يستسلم لك المستحيل:- قد تقول لنفسك بان هناك شئ ما يصعب عليك ولكن هناك ألف شئ آخر يسهل عليك عمله. وعليك ان تبدأ مشوار النجاح بثقة فالخطوة الأولى في قطع طريق طويل لا تختلف عن الخطوة الأخيرة إلا في أن صاحبها يكون في البداية على شك من أمره، بينما يكون على يقين منها في النهاية، لذلك عليك ان تتزع من صدرك كل خوف وان تتسلح بالثقة بالنفس والإيمان بالله. وان لم تستطع ان تقنع نفسك بانه لا يوجد مستحيل

فعليك ان تقنعها بان قائمة الممكّنات بلا حدود أما قائمة المستحيلات
فإن وجدت فهي محدودة

سادساً: اجعل من نفسك قدوة للآخرين:- فبمجرد تحقيقك قدر من
النجاح ويشعر به الآخريّن فإنهم ينظرون لك نظرة مختلفة هذه النظرة
تضعك في صفوف الأوائل، وعليك ان تستثمر هذا النجاح في تنمية
قدرتك على أن تحمل الناس على عمل ما تريده منهم لتنمية نجاحك
وذلك من خلال شعورك بأهمية عملك فإن هذا الشعور يعطيك أهمية
تجاه نفسك ويحفزك على أداء الأفضل كذلك ينتقل هذا الشعور
بالأهمية للآخرين و بالتالي قد يسعدونك في نجاحك. وعليك ان تظهر
دائماً بمظهر الشخص المهم ليدل مظهرك بشكل إيجابي عن أنت.

سابعاً: انشد النجاح الطويل الأمد:- عليك ان تضع لنفسك أهداف
طويلة المدى يمكن تحقيقها مرحلأً بمعنى ان يكون لك هدف عام
يمكنك تحقيقه من خلال مجموعة من الأهداف الفرعية. وأثناء ذلك
امنح نفسك يوماً حوافز علي النجاح وأشعر أنك على القمة حتى
تستطيع الوصول إليها، حتى وعلى أسوأ الظروف ان لم يمكن تجزئه
هذا الهدف، فأصبر على هدفك واعمل بجد وحزم لتحقيقه، وقدماً قالوا
(لا تنتظر أسفل قدميك) وفي النهاية عليك ان تسأل نفسك دائماً هل هكذا
يفكر الرجل الناجح ؟

ثامناً: واجه ضغوط العمل بالحكمة:- اعلم ان كل ضغط جديد يحمل
لك فرصة جديدة لنجاح والتطوير، ولكن عليك ان تكون يقظاً لتأثير

البيئة على عقلك، و لا تدع القوى المحبطة تثنيك عن الإنجاز ولا تستمع لأقوال من قال: لن تستطيع عمل هذا.. انك إنسان حالم.. ان هذا مستحيل أو صعب تحقيه، و عليك دائماً أخذ النصيحة دائماً من الناجحين، و ابحث عن أصدقاء جدد و علاقات إيجابية تحفزك على النجاح. و عليك ان تتجنب قدر المستطاع المحادثات السلبية و لا تتحدث عن الآخرين إلا بالإيجاب

تاسعاً: لا تتوقع المعجزات:- فإن ما يحقق المعجزات هو ذلك الأمل و تلك الإرادة التي تدفعك إلى الاستمرار في العمل حتى يتحقق لك النجاح، و بذلك فإن المعجزات تحيط بنا في كل جوانب الحياة. كل الفرص تمر على الجميع بالتساوي، فيهملها الفاشلون، و يستغلها الناجحون بما لديهم من قدره على تحويل المعجزات إلى واقع ملموس، فالإرادة و الأمل و الرغبة في استمرار النجاح، هذا كله يجعلك تسعى إلى إيجاد الحل الآخر و ابتكار طريقة جديدة للوصول للهدف عندما تخفق الطرق المستخدمة، و عليك ان تجرب ما لم يجربه غيرك، و لك امتياز ما تصل إليه من النتائج، و عليك استخدام الطاقة المخزونة لدي الجميع و لكن بأسلوب الناجحون الذين يسخرون هذه الطاقة لاكتشاف طاقات جديدة. هذه هي الخطة السرية التي تحول المعجزات إلى حقيقة ملموسة.

عاشرأ: كن مرناً:- المرونة هي القدرة على التكيف مع الظروف الخارجية، هي القدرة على تجربة شيء آخر او طريقة أخرى عندما

تفضل الطريقة المستخدمة. الكثير من المرونة تعنى الكثير من التأقلم مما يزيد فرص النجاح، فعندما تخطط لعملك وتفكر فيه لا تدع الروتين أو المؤلف يشل قدرة عقلك على التفكير كن مجرباً لأشياء جديدة و تقدم في عملك، و عليك ان تسأل نفسك كل يوم كيف يمكنني أغير أداء عملي حتى أتمكن من تحقيق النتائج بصورة أفضل؟ بل عليك ان تسأل نفسك كيف يمكنني أداء المزيد؟ ويجب عليك ان توسع مداركك حتى يكون عقلك في حالة تهيؤ دائم لأفكار جديدة. بمعنى ان تجعل عقلك كبيراً وتقبل بصدر رحب الاختلافات والمتناقضات بينك وبين الآخرين، ولا تلعب دور الناصح، وان توجه عقلك دائماً لاستقبال الإشارات الموجبة للتعامل مع الناس وفق أفكار إيجابية تدفعك للنجاح.

الحادي عشر: حاسب نفسك: - لا بد لكل من يريد النجاح ان يقيم عمله كل يوم، أو كل أسبوع، أو كل شهر، أو كل عام وهو اضعف الإيمان فبدون ان نحاسب أنفسنا كيف نستطيع ان نكشف الخطأ والضعف فيما نقوم به؟ وكيف نطور عملنا وننمي أنفسنا؟. ويجب ان نضع في الاعتبار ان المحاسبة لا تعني المحاكمة، ولذلك فهي ليست من اجل إصدار إحكام إدانة أو براءة وإنما هي من اجل تحسين العمل وتطويره. حاسب نفسك بتجرد، لتصل لما قد يعوق أو يحد من نجاحك و بالتالي لتمكن من تطوير ذاتك، فهذه المحاسبة هي عملية تقييم، فأنت

تقيم نشاطك وأسلوب حياتك في ضوء أهدافك الشخصية والألوييات التي تسعى إليها، ويجب ان يكون هذا التقييم جزء من أسلوب حياتك.

الثاني عشر: اهتم بجودة العمل:- عندما تفكر بعمل ما فلا تماطل ولا تتعلل ولا تقل ما لا تفعل وكن الشخص الذي يفعل. و لا تنتظر حتى تتحسن الظروف وتخرج بها فإنك إذا انتظرت فستنتظر إلى الأبد، وفكر جيداً في اعتبارات و الصعوبات والمشكلات التي قد تعوقك عن مهمتك واعمل على حلها، ولا تكفي بالأفكار بل يجب أن تبدأ بتحويلها إلى واقع ملموس ولا تنتظر حتى تأتيك الفكرة الملهمة، وإنما حرك الإلهام بعقلك عن طريق الفعل، ويجب ان تكون مركز على الكيفية في عملك أكثر من الكمية.

الثالث عشر: حول الهزيمة إلى نصر:- لكي تحول الهزيمة إلى نصر يجب عليك ان تدرس أخطاءك وتعلم منها لتمهد طريقك للنجاح، و لا تقل حظي سيئ أو تلقي بالخطأ علي الآخرين، وإنما واجه نفسك بشجاعة، وانتقد أفعالك وصحح الخطأ وعالج جوانب الضعف، و كن مثابراً في عملك وامزج المثابرة بالتجربة من نواح مختلفة ولا تتشبث باتجاه محدد في حل أي مشكلة، واجعل نفسك دائماً واثق من أن هناك حل وما من مشكلة استعصت علي الحل.وأخيراً حدد أهدافك وإلى أين تمضي ؟

الرابع عشر: تعلم ان تستفيد من الآخرين:- المشورة قوة عظيمة، ولكن بشرط هام وضروري ألا وهو لاستكمال بناء الرأى وبعد التفكير فيها وأخذ ما يتفق وما يفيدك وان لا يكون رأى الآخرين هو المسيطر على رأيك ومشكل لحياتك، وهذا لا يعنى انك ترفض المشوره بل يجب ان تستفد منها دائماً، وقدمها للآخرين إذا طلبوا منك ذلك، واحصل عليها منهم كلما هممت بالقيام بأي عمل ويجب ان تكون مؤمناً بأن الاستعانة بعقول الآخرين، أهم ألف مرة من الاستعانة بعضلاتهم. وقديماً قالوا ان العقل موزع بين البشر بالتساوي، ومن استطاع ان يأخذ من كل واحد منهم قسطاً صغيراً منه، يكن قد حصل على اكبر الحصص.

الدعوة الخامسة

ممارسة النجاح

obeikandi.com

بمجرد أن تأخذ قرار بأن تكون ناجحاً وان تكون صادق مع نفسك ويكون هذا القرار صادقاً وجاداً، فإنك تكون مسئولاً وملتزماً بما يمكن ان يسمى بقانون الإلزام، فأنت تلزم نفسك بأن تكون ناجحاً، هذا لو انك صادق في قرارك وعندك العزم لتحقيق هذا القرار، وإذا كنت تريد حقاً ان تكون ناجحاً فيجب ان يكون لديك فهماً قوياً لبعض الخطوات و المفاهيم التي قد توجه طاقاتك وتجعلك ناجحاً، وهذه الخطوات متتالية و مترابطة، و هي:-

أولاً:- الثقة بالله عز وجل:- يجب ان تكون واثقاً بان الله سبحانه وتعالى لن يضيع عملك، بل لن يضيع ظنك المقترن بالعمل، فعليك العمل والاجتهاد فيه، وكن واثقاً من ان الله سبحانه لا يضيع عملك وجهدك هذا، فقد قال الله سبحانه وتعالى (ان الله لا يضيع اجر من أحسن عملاً) وهذا يعنى إنك تعمل وتحسن العمل مع حسن الظن بالله، فقد قال سبحانه وتعالى (أنا عند حسن ظن عبدى بى) وصدق الشاعر حينما قال:-

توكل على الرحمن فى الأمر كله
ولا ترغبين فى العجز يوماً عن الطلب
ألم تر أن الله قال لمريم
وهزى إليك الجزع يساقط الرطب
ولو شاء أن تجنيه من غير هزه

جنته ولكن كل رزق له سبب ثانياً: - الثقة بالنفس: - إذا لم يكن لديك ثقة بالنفس فإنك لن تستطيع ان تعرض أفكارك و بالتالى فإنها سوف تدفن، و قد تتحول إلى مجرد أحلام يقظة وتشعر ان طموحاتك مستحيلة، و من ثم ستضيع الكثير من الفرص التى قد تجعلك ناجح. إذا أردت ان تزيد فرصة نجاحك يجب ان تبني ثقتك بنفسك. و لكى يكون لديك ثقة بالنفس يجب أن تغير مفهومك لذاتك حتى يكون مفهوماً إيجابياً، كما يجب أن ترى نفسك قادراً على فعل ما تريد، و ان تعلم انك لكى تغير مفهومك الذاتى يجب ان يكون هذا التغيير نابع من الداخل من نفسك أنت، لان هذا التغيير إذا لم يكن من الداخل أو إذا لم تكن أنت مقتنع به فإنك سوف تعارض هذا التغيير لانه لم يتفق مع قيمك ورؤيتك الذاتية، ويجب ان تسعى لكى تكون ناجح وليس لكى يقال انك ناجح، فإذا كان سعيك لكى يقال انك ناجح فإنك ستكون كالذهب القشرة لون الذهب وما هو بالذهب، ولكنك لو عملت لكى تكون ناجحاً فسوف تكون ناجحاً، فالنجاح ليس ادعاء، بل حقيقة ملموسة فى نفوس وعقول وقلوب الناجحين، فأغرس فى نفسك نجاحات تحصد ثمارها أنت والتاريخ، ولا تلتفت للأمور السطحية أو الشكلية. و عليك فعل ما يدل على ثقتك بنفسك لتكتسب تدريجياً تفكير الإنسان الواثق، وافتخر بإيجابياتك مع تجنب كل معاني الغرور، وسجل إنجازاتك على صفحات عقلك وتفكر فيها عند مواطن الضعف وأمام التحديات، واعلم ان الله سبحانه و تعالى أكرمنا منذ ان خلقنا

وأكد في محكم تنزيله على ذلك فقال (ولقد كررنا بنى آدم) فلا تتنازل أنت عن هذا التكريم بعقدة النقص وضعف الثقة بالنفس وعدم معرفة الواجب.: وكن دائماً في المقدمة وضع في راسك:-

١- أنت دائماً أفضل مما تظن فلا تستهن بقدراتك.

٢- ضع في رأسك قاموس الناجحين واستخدم كلمات كبيرة مضيئة برفقة هادفة مثمرة وتجنب الكلمات السلبية

٣- كن بعيد النظر ولا تكثف برؤية ما تحت قدميك

٤- اجعل لعملك قيمة فاسع لتحقيق خطوات أفضل على طريق العمل.

٥- اشعر بأهمية عمالك ليعطيك أهمية تجاه نفسك ويحفزك على أداء الأفضل.

٦- امنح نفسك يوماً حوافز علي النجاح وأشعر أنك على القمة حتى تستطيع الوصول إليها.

٧- اسأل نفسك دائماً هل هكذا يفكر الرجل الناجح؟ وبعد الثقة بالنفس عليك بالخطوة التالية

ثالثاً:- تحديد الهدف:- يجب ان تسأل نفسك دائماً هل عندك أمل؟ هل لديك هدف تسعى إليه؟ فلا تعود نفسك على أعمال لا هدف لها ولا تشغل بالك بأعمال ذات أهداف تافهة، فإن عظم الفرد من عظم أهدافه، فمهما عظم الهدف فإنه دال على تفتح عقلية صاحبه وحببه

لمعالى الأمور. ويرى علماء النفس إن الذين لا يحملون هدفاً أكثر عرضة للمشاكل و الصدمات النفسية و الاجتماعية، لان الإنسان الذى يعيش بلا هدف كالسفينة التى تسير بلا دفة، فكلهما لا يملك إرادة اختيار الطريق الذى يسير فيه، و إنما يسير وفقاً للظروف ولمشيئة الآخرين، فهما ينتظران السماء لتمطر عليهم حلول لمشكلاتهم والحظ يزودهم بالتغيير والآخرين يعملون عنهم ويشكلون حياتهم. اما صاحب الهدف فهو كالقبطان للسفينة واضح في اتجاهه و مقصده و يكون الوقت لصالحه لأنه كلما مر الوقت قرب من هدفه وحقق رسالته. وعند تحديد هدفك لكي تكن ناجحاً في هذه الحياة عليك ان تحدد أهدافاً يمكنك أن تحققها لنفسك ثم تصل إليها، وبعد ذلك تحدد أهدافاً أكثر صعوبة بقليل من الأولى ثم تعمل على تحقيقها والوصول إليها... وهكذا. و يجب ان تحدد هدفك ثم تحدد الأسباب التى جعلتك تختار هذا الهدف دون غيره من الأهداف. أى أسباب الهدف، وبتحديد هذه الأسباب تجد نفسك حددت ما يمكن ان يدفعك نحو هدفك، وبولد لديك الرغبة فى تحقيقه، أى يخلق داخلك ما يشبه الثورة الداخلية لتحقيق هذا الهدف، بمعنى انك تقول لنفسك أنا حددت هذا الهدف لكذا وكذا وكذا، وتجد انك لكى تشبع كذا يجب ان تحقق هدفاً ما، وهذا الهدف أنت حددته مسبقاً وعند تحديد الهدف عليك ان تتأكد من ان هدفك يتناسب مع الإمكانيات الفعلية لك وللبيئة التى تعيش فيها. وإجعل أهدافك حلمك الذى يداعب أجنانك الذى تتمنى يوماً فى تحقيقه. وهنا قد نجد من يسأل

أمن الممكن ان يكون هناك أناس يرفضون تحديد هدف لهم ؟ نقول نعم
هناك أناس يرفضون تحديد هدفاً لهم وذلك يرجع لعدة أسباب وهى:-

١- الخوف من الفشل أو لأنهم يجهلون كيف يحددون هدفهم أو
لايسعون لهذه الأهداف.

٢- الرفض لانهم يرون ان تحديد الهدف يحتاج لجهد ومجهود،
ويشعرون أنهم فى وضعهم الحالى بالراحة، لذلك فهم ينشدون
الراحة فيظهرون رافضين وبلا هدف.

٣- التسويف والمماطلة كل يوم يقولون غداً سوف أحدد وأعمل.

٤- عدم الإيمان بضرورة تحديد الهدف، فهم يعملون ولا يحددون هدفاً
ويكونون متواكلين، فنجدهم يقولون اللى يجيبه ربنا كويس، أو
سيبها على الله، ناسين أو متناسين أنن الرسول صلى الله عليه
وسلم قال اعقلها وتوكل أى خذ بالاسباب.

وبعد تحديد الهدف عليك ان:-

- **تركز على أهدافك:-** أيقن بأنك إذا أتقنت عمالك وأحبيته وتفانيت فيه
وركزت عليه فإنك تستطيع أن تحقق ما عجز عنه الآخرون، وقد أكد
ذلك حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم حينما قال: " إن الله يحب
إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه " حيث يتوجب عليك أن تكون إيجابياً
في تصرفاتك، وأن يكون تركيزك كله على ما يحقق هذه الأهداف،
وأن تكون قديراً في أدائك، فتفعل الشيء على صورته الصحيحة، وان

تعزل نفسك عن العالم الخارجي والبعيد عن ذاتك، ولا تتأثر بأى مؤثرات مهما كانت أثناء سيرك لتحقيق هدفك، بمعنى ان تركز حتى وإن كنت مطالب بإنجاز (١٠٠٠) مشروع، يجب أن تعمل على زيادة مجهودك. فهناك الكثير من الإغراءات التي تصرف انتباهك. و الكثير من الأشياء الشيقة لتعملها والأماكن لنذهب إليها والناس لتختلط بهم، فبإمكانك قضاء وقتك بعدة طرق أخرى. لكن إذا أردت أن تتجز فما عليك إلا أن تركز على ما هو أكثر أهمية... وهكذا ببساطه، وكن الشخص الذي يفعل... ولا تماطل ولا تتعلل ولا تقل مالا تفعل، ولا تنتظر حتى تتحسن الظروف و إلا ستنتظر إلى الأبد، و ضع في اعتبارك الصعوبات والمشكلات التي قد تعوقك عن مهمتك واعمل على حلها. وركز على أهدافك وأكتبها، فالتركيز على الهدف وكتابته وقرأته باستمرار يذكرك بأن هناك التزاماً ما عليك الوفاء به. وأحرص دائماً على تبني الأهداف والطموحات والواضحة عن طريق ما يلي:-

- تحديد الكثير من الأهداف و المجالات التي تتطلب تحقيق نتائج ملموسة، وذلك حتى يتحقق لك الثقة بالنفس. - قسم أهدافك إلى أهداف يمكن تحقيقها على المدى القريب و تؤدي على المدى البعيد إلى تحقيق الهدف الذي تصبوا إليه. - فكر في الخيارات المطروحة لتحقيق الهدف واختر أحسنها. - ضع احتياطات أو البدائل عندما يجانبك الصواب في تنفيذ أي جزء من أجزاء هدفك. - استخدم معايير مناسبة لتتبع مستوى أدائك.
- تأكد من أن أهدافك وطموحاتك تتفق مع قدراتك وإمكاناتك وكذلك

الوقت المسموح لك أو الذي خصصته أنت لتحقيق هذه الأهداف، وتأكد من أنها تعكس احتياجاتك وطموحاتك أنت. - حدد مواعيد لمراجعة الأداء بصورة مستمرة. - راجع مستوى تقدمك ونجاحك بصفة منتظمة. - وفي النهاية عليك ان تتذكر أن بضع دقائق من التفكير والتخطيط توفر بضع ساعات من العمل الشاق ثالثاً- حدد أولوياتك،- كي تستطيع إنجاز الأهداف والطموحات التي تسعى إليها على النحو المطلوب عليك إتباع الإرشادات التالية:

- حدد أولوية الأهداف تبعاً لأهميته، والسرعة المطلوبة لإنجازه.
- خطط لإنجاز الأعمال الهامة والعاجلة أولاً، ثم الأقل أهمية وهكذا
- حدد الأهداف التي يمكن ان يؤدي تحقيقها إلى الإسهام في تحقيق الأهداف الأخرى
- طبقاً لمبدأ باريتو، فإن نحو ٨٠% من نشاطاتك تتوزع على نحو ٢٠% من وقتك، لذا حاول أن تركز على الوقت القصير المنتج بدلاً من الوقت الطويل الضائع.
- أعد باستمرار تقييم نشاطاتك في ضوء أهدافك الشخصية و أولوياتك التي تسعى لتحقيقها، ورتب نفسك على هذا الأساس.
- رابعاً: نظم وقتك :- تنظيم الوقت عامل حيوي من عوامل النجاح، لذلك عليك أن تتحكم بوقتك وتنظمه وتذكر أن الفشل في التخطيط هو تخطيط للفشل، ومن أجل استغلال ناجح للوقت اتبع ما يلي

- أولاً عليك ان تذكر أن الوقت ليس تحت تصرفك ، لذا افترض المضيغات.
- ضع جدولاً زمنياً لأعمالك. و لا تعطى أي نشاط أكثر من الوقت الذي يستحق.
- اترك هامشاً من الوقت بين عمل وآخر لمواجهة المواقف والمقاطعات غير المتوقعة.
- حدد قائمة ببعض الأنشطة التي يمكنك أن تملأ بها هذا الفراغ.
- اجعل الساعة الأولى في يوم العمل ساعة نشيطة ومزدحمة لأنها ستكون بمثابة مؤشر لنمط العمل في باقي اليوم.
- خصص نحو نصف ساعة أو ساعة يومياً للتفرغ للتفكير فيما يستجد من أمور هامة .
- خذ استراحة في الأوقات التي تشعر فيها بأنك لا تستطيع أن تعمل أو تفكر بكفاءة.
- أنجز المهام التي تحتاج إلى تفكير عميق حين تكون في أفضل حالاتك.
- احرص على أن تشغل يومك بأعمال ذات قيمة، ولا تقم بأي عمل غير ذي أهمية لمجرد شغل وقت الفراغ.
- قم بمهمة واحدة في كل مرة تنوي فيها عمل شيء.

- خصص وقتاً للاسترخاء والراحة، كي يساعدك على استعادة قوة التركيز وإطالة فترة نشاطك، ويخلصك من الإحساس بالخمول.

ولكى تنظم وقتك يجب ان تقوم بالخطوة التالية:-

خامساً- استخدام منظمات الوقت: وهناك عدة طرق من منظمات الوقت التي ستساعدك على تنظيم الوقت واستغلاله على أحسن صورة، ومن هذه المنظمات المفكرة الشخصية، المخطط اليومي، المخطط الأسبوعي، الشهري، لوحات الحائط، لوحات المحادثة، البريد الصوتي والبريد الإلكتروني.

بعد أن تحدد منظمات الوقت المناسبة لك اتبع ما يلي:

- جهز نفسك بالأدوات اللازمة والتي تتناسب معك وتمكنك من تنظيم وقتك، وهي قد تكون واحد من الأدوات السابقة أو بعضها أو كلها، وعليك ان تحدد الذي يتناسب معك.

- خض التجربة، وقد تستهلك محاولتك الأولى جزءاً كبيراً من وقتك، لكن لا تقلق، فبمرور الوقت ستزيد سرعة أدائك ووقتك بنفسك.

- في نهاية كل شهر راجع كيف سارت الأمور، وما هي العوامل التي ساعدتك والكيفية التي تمت بها، وما هي العوامل التي أعاقتك.

- عدل أسلوبك وجربه مرة أخرى في الشهر التالي.

- داوم على المحاولة والمراجعة حتى تتوصل إلى أنسب الطرق.

أستمر ولا تنقطع حتى الوصول لهدفك

و هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى ضياع الوقت، يجب ان تكون على علم بها حتى تتمكن من التعامل معها بفاعلية و منها:-

- الزيارات المفاجئة من الآخرين أو ممن يأتي إليك ليشغل فراغه على حسابك.
- التردد في اتخاذ القرار.
- المكالمات الهاتفية الزائدة عن الحد.
- عدم وجود خطة.
- تراكم الأوراق وعدم ترتيبها.
- التسويف.
- عدم القدرة على قول (لا) لما يمكن ان يهدر وقتك ومجهودك.
- ضعف مهارة إنهاء الحديث بلباقة.
- عدم الاستفادة من السجلات والتجهيزات والإمكانيات.
- إعطاء المكالمات الهاتفية الأولوية في العمل.
- سيطرة الروتين على الآخرين.
- عدم الثقة بالآخرين.

- الاعتماد على الذاكرة.

وقد يتسأل البعض كيف أتغلب على مضيعات الوقت؟

وهنا نقول له للتغلب على مضيعات الوقت عليك بعمل ما يلي:-

- تحديد مضيعات الوقت ومبدداته.
 - وتجيب أمام نفسك هل مني أو من غيري؟
 - ضع عدداً من الحلول لكل مضيع ثم اختر أنسبها.
 - إن لم تتم إزالة هذا السبب الذي يضيع وقتك، فلا أقل من الإقتصاد فيه.
 - سد منافذ الهروب ومبرراته.
 - استغلال الأوقات الهامشية.
 - لا تستسلم للأمور العاجلة غير الضرورية.
- *** تخيل لو أن شخصاً بلغ من العمر سبعين عاماً وأضاع من يومه مقدار (حسب ما هو مدوّن في الحقل) كم يضيع عليه خلال العمر تأمل الجدول:- (٤)

٣ أشهر	٥ دقائق
٦ أشهر	١٠
سنة كاملة	٢٠
٣ سنوات	ساعة
٣٠ سنة	١٠ ساعات

ولذلك نقول لك عزيزي القارئ:-

- لن تستطيع السيطرة على كل وقتك لكن سيطر على ما تستطيع منه.

- الانضباط الذاتي والإرادة الجبارة سر نجاح إدارة وقتك.

- يستحيل أن تكون الأعمال كلها في درجة واحدة من الأهمية.

- إياك وفضول النوم والأكل والكلام في أوقات العمل.

- عليك ان تطبق ما قاله السابقون تحكّم في الوقت قبل أن يتحكّم فيك.

- الاشتغال بالندم على الماضي تضيق للمستقبل
 - تذكر أن التفرغ في مستقبل الأيام وهم وسراب
 - بقدر ما تتمنى تنال ما تتمنى.
 - الوقت لا ينتظر أحداً، وانه مورد مهم يستوي الناس في امتلاكه لا في تصريفه.
 - اعمل بطريقة أذكى لا بمشقة أكثر.
 - وبعد ذلك كله يجب ان تقوم بالخطوة التالية وهي:-
- سادسا التخطيط:-**

- ١- جهز قائمة بالمهام التي يجب إنجازها. أدرج بها كل الأفكار التي ترد لذهنك. تكمن الفكرة في أن تدون كل شيء على السورق. لا تتوقف لصياغة أسلوبك أو للتفكير في أحد النقاط كل ما عليك هو الاستمرار في كتابة القائمة حتى تكتمل.
- ٢- درج قائمتك تبعاً للأهمية. وأسهل طريقة للقيام بذلك هي تصنيف كل مادة إلى ثلاثة أقسام رئيسية:-
 - أ - عاجل وهام.
 - ب - هام وليس عاجل.
 - ج - لا هام ولا عاجل.

النقاط (أ) هي الأكثر أهمية لذلك تأخذ الأولوية القصوى دائماً.
والنقاط (ب) تليها فى الأهمية.

أما (ج) فلا تستحق تضييع الوقت بها.

اتخاذ الوقت اللازم لتحديد الأولويات سيساعدك على إنجاز المهام
واحدة تلو الأخرى، دون التوقف لتحديد أهمية الخطوات لإنجاز
المهمة.

٣- حدد بإحساسك وتفكيرك أكثر الخطوات أهمية.

٤- ثم بعد ذلك قم وببساطه بحذف أي خطوه غير هامة مدرجه
بالقائمة. اسأل نفسك " ما هو أسوأ ما يمكن حدوثه إن أسقطت
هذه كليا من القائمة ؟. وإن رأيت أنك تستطيع تحمل النتائج دون
خسارة، احذفها فوراً.

٥- طور عادة تدوين خطه على الورق لإنجاز المهام، سواء كانت
كبيرة أم صغيرة، فالنجاح الذى يتمتع به الكثيرون يرجع إلى دقة
تخطيط حياتهم، ارسم طريقك ثم أسلكه هكذا، عمل بسيط لكن
فعال جداً.

٦- استثمار الوقت عامل و مطلوب لإنجاز كل مهمة على قائمتك.
احسب الوقت اللازم لإنجاز كل مهمة مثل السفر والمقابلات

والتخطيط.. إلخ. لا تنسى إضافة وقت ضائع للوقت الفعلى لإنجاز هذه المهام.

٧- حدد أهدافك. اكتبها واجعلها أمامك. حدد ما تعمل من أجله. سجل أهدافك فى خطتك اليومية وارجع إليها باستمرار. ثم ضع تسلسل زمنى منطقى لإنجاز كل هدف.

٨- ضع خطه مرنة لكل هدف. سجل الهدف المراد إنجازه فى قمة القائمة. يمكن تقييم كل مهمة إلى خطوات لكل منها ميعاد نهائى لإنجازها. الفكرة من الخطة المرنة هى أن تقسم الخطوات باستمرار لخطوات أصغر، وفى كل سلسلة قم بتدريج الأعمال حسب الأهمية. تزودك الخطة المرنة بحلول للمواقف الحرجة مما يؤدى مباشرة لإنجاز مهمتك.

٩- أعطى لكل مهمة الوقت اللازم لإنجازها. استغل وقتك لمعالجة الأمور ذات الأولوية. وإذا انتهيت من المهمة مبكراً، ابدأ مباشرة فى إنجاز التالية. استغل الأوقات التى تكون فيها فى ذروة طاقتك لإنجاز المهام الأكثر إلحاحاً. وكلما أكثر من استعمال الوقت المحدد لكل مهمة بمهارة، كلما أصبحت أكثر مهارة فى تحديد الوقت المطلوب

١٠- حدد باستمرار الوقت اللازم لإنجاز كل مهمة. عندما تبدأ فى إنجاز المهام، فإنك تحتاج للعمل دون أى عوائق وعندها ستشعر بحدوث النتائج المطلوبة بشكل أسرع.

١١- قسم الأهداف إلى مهام أساسية. لا يهم إن كان الهدف كبيراً أم صغيراً. أى هدف قد يبدو مثل حلم بعيد المنال حتى تبدأ فى تقسيمه إلى خطوات عمل صغيرة جداً يمكن أن تبدأ بها فى الحال، تقسيم الهدف إلى مهام أساسية يجعلك تتجزأ خطوات توصلك إلى ما كنت تحلم به، إذا فشلت فى عمل هذا ستصبح أهدافك أحلاماً بعيدة المنال.

١٢- أعط كل مهمة الوقت الكافى لإنجازها، هذه هى الطريقة الصحيحة، ولاحظ إنك تحتاج لإنهاء المهمة بالشكل الصحيح من أول محاولة حتى لا تتعرض لضغوط تسارع الوقت المحدد

٣- توقع ما لا يتوقع كن واضحاً مع الآخرين حول ما يجب أن يفعلوه ومتى ؟ لكن عليك إدراك أنه ما من أحد غيرك ملزم بالإنجاز. راجع بشكل مستمر بدلاً من الانتظار للدقائق الأخيرة وهذه هى الوسيلة المثلى لتبقى على الطريق الصحيح.

والآن علينا ان نؤكد لك إنه يجب ان تكون فى كل خطوة ملتزماً بالصفة التالية، وهى:- **التنظيم**

فهذه الصفة يجب ان تكون معك فى كل مرحلة من مراحل عملك، بل

من مراحل حياتك، فلا تكون مبالغين لو قلنا ان التنظيم والحسم سر من أسرار النجاح، بل والبوابة الاساسية للدخول للنجاح. فعليك أن تكون حاسماً، فأحسم أمورك أولاً بأول ..لا تدع مشكلة أو موقف ما يفوت عليك من دون حسم.. قرر حتى ولو كان خطأ أحسم حتى لو أخطأت لأنك ستتعلم أن تحسم وتتعلم من خطأك، وأن تخطئ أفضل من أن لا تحسم، و أبتعد عن التردد، فإنه يضيع الوقت والجهد ويهبط الهمم.

ويتضح التنظيم من خلال قيامك بما يلي:-

- ١- هيئ نفسك لتقوم بأداء عالي وكفاء و جهز أى شئ تحتاجه لأداء المهمة المطلوبة منك على أكمل وجه
- ٢- ضع كل شئ فى مكانه. فى نهاية اليوم، أفرغ مكتبك وارجع كل ملف أو مستند لمكانه المعهود. بهذه الطريقة ستجد كل شئ فى مكانه عندما تحتاجه فى المرة القادمة
- ٣- قبل أن تبدأ أى المشروع، أحرص على توفر الأساسيات أجمع كل المواد التى تحتاج إليها مسبقاً. بالنسبة للكاتب قد تكون هذه المواد مجموعة أبحاث، وبالنسبة لعامل البناء قد تكون أدوات ومواد البناء التى يحتاجها، وبالنسبة للطالب يكون الكتاب وسجل المحاضرات والأوراق والأقلام هى

الأدوات التى يحتاج إليها، فجهز ما تحتاجه مسبقاً لتتدمج
بالعمل دون انقطاع حتى تكمل مهمتك

٤- استفد من كل المصادر القيمة التى أمامك. كما يمكنك
الاعتماد على حدسك الخاص للوصول إلى ما تحتاج.

٥ قم اليوم بوضع قائمة للغد ومن الأفضل أن تحتفظ بجدول
أعمالك فى ملف مخططك اليومي أو تجمعها كلها على شكل
كتيب. بهذه الطريقة سيكون لديك دائماً كل الأعمال الأنشطة
اليومية. تحضير جدول أعمالك فى وقت سابق يجعلك تبدأ بداية
أفضل فى يومك الجديد. ويجعلك أيضاً تفكر بالخطوات التالية
والآن ابدأ فوراً.....فبعد تحديد الهدف خذ خطوه عمليه
فوراً.....

٦- قم بعمل أبغض المهام أو اثقلها أولاً، وذلك عند ما تواجهه
بقائمة من المهام الثقيلة، قم بالأكثر بغضاً واحده تلو الأخرى،
ستشعر بعد ذلك أن كل ما يأتى لاحقاً سهل، وستشعر أنك لا
تقهر باقى اليوم.

٧- ابدأ فوراً، اتخذ شعار " الآن أعمل.. الان أفعَل " وإعلم إنك
إن لم تبدأ فلن تنتهى. إذا انتظرت انتظام بعض الأمور فإنك
قد تفقدها كلها، وإذا كان الأمر صعباً فعليك إنجاز بعض

الخطوات كل يوم، فإن ذلك يصل بك إلى تحقيق هدفك، لا
توَجَلْ عمَلِكْ بل قَمْ به الآن.

٨- كن حاسماً و دقيقاً، وإجعل الدقة في حياتك في كل شئ عادة،
فإنك في وقت قصير جداً ستجز أكثر من غيرك بـ ٩٧%.
فالدقة في المواعيد ستجعلك تبدو ملتزماً وتوفر لك الوقت
والمال، وتجعلك كذلك بحترم وقت الآخرين، حضورك للعمل
أو مكان دراستك مبكراً أو في أى مكان يفترض ان تكون
موجود فيه مبكراً يتيح لك الفرصة للتعرف على طبيعة المكان
والإمكانيات والأوضاع والجوانب المختلفة لهذا المكان، ويتيح
لك وقتاً للراحة، ووقت للاستعداد الذهني أو حتى على الأقل
وقت لمراجعة ملاحظاتك.

obeikandi.com

الدعوة السادسة

لكى تكون

طالباً ناجحاً

obeikandi.com

إذا كنت طالباً كيف تكون طالباً ناجحاً ؟

لكي تكون ناجحاً يجب ان يكون لديك قبل كل شيء رغبة في النجاح، فالرغبة في النجاح والإرادة القوية هما أول خطواتك على طريق النجاح، وبذلك يجب عليك ان تحدد هدفك بدقة مع بداية العام الدراسي و تقوم بمايلي:

أولاً-إدارة الوقت:-

وقد عبر العالم أحد العلماء عن تجربته مع إدارة الوقت بالأرقام، ويذكر العالم أنه كان يملأ كل خلايا اليوم المخصصة للنشاط بالعمل والإنتاج، ومع ذلك كان يشعر أنها لا تكفي لتحقيق حلمه المستقبلي مما اضطره إلى تقليص عدد ساعات نومه إلى (٥ - ٦) ساعات. ومن خلال العمل الدؤوب وإدارة الوقت بدقة أصبح عالماً كبيراً ووصل إلى العديد من الاكتشافات العلمية الهامة. وينصح هذا العالم الطلاب وهم في ريعان الشباب ألا يقضوا أيام شبابهم بالنوم دون حاجة.

فالإنسان يقضي ثلث حياته في النوم. وفي النهاية تستطيع عزيزي الطالب أن تحدد الأفعال والأنشطة التي عليك أن تقوم بها خلال اليوم الواحد وتحديد الزمن المخصص لكل فعل من خلال جدول بسيط يمكنك أيضاً من ضبط عملية هدر الوقت. وتعلم كيف تستثمر وقتك، وذلك من خلال:- - استغلال فترة الصباح الأولى وفترة المساء

للدراسة الفاعلة، ففيها يكون الذهن في أقصى حالات استيعابه للمعلومات.

- الابتعاد عن التشتت الذهني الذي يسرق الأوقات، ويؤدي إلى تدني نسبة الفهم والتركيز.

- - الإصرار والجدية في كافة شؤون حياتك، فالإصرار الذاتي هو الذي يحقق المعجزات.

- استغلال وقت وصولك للمدرسة بقراءة كتيب أو قصة قصيرة.
- كن لينا ولكن حكيمًا ومرتزنا، إذا حدث شيء مفاجئ يعيق أوقات دراستك فكر متى يمكن تعويض هذه الساعات في وقت آخر.

ثانياً: تخلص من عادة التساجيل:

شجع نفسك على ترديد عبارة (في هذه اللحظة) والتي تعني ألا تؤجل واجباتك المدرسية وأن تتجزها في وقتها لأن ذلك يساعده على التفوق الدراسي وبسهولة، وخطط لنفسك "جائزة" تعطيتها لنفسك مع نهاية الدراسة، مثلاً: مشاهدة التلفاز، شيء تحبه أو محادثه مع صديق.
ثالثاً: دفتر اليوميات:

- سجل جميع واجباتك المدرسية في دفتر اليوميات، حتى لا تضطر إلى اللجوء إلى زملائك للسؤال عنها أو عدم حل الواجب وإحراج نفسك أمام زملائك وأستاذك في حال نسيان أداء الواجب.

- هذا السجل يعلمك النظام ويعلمك من أين تبدأ في إنجاز الواجبات وكما انتهيت من واجب معيّن تقوم بالإشارة لذلك بأنه انتهى.

رابعاً: تعرف على قانون الأولويات في المذاكرة الناجحة:

غالباً ما تجد نفسك في حيرة عندما تفكر من أي مادة تبدأ دراستها أولاً، لذلك اختار من بين كل الأعمال المفروضة عليك عملاً أشد أهمية لتتجزه أولاً، لأنه لا يوجد وقت لعمل كل شيء، ولكن هناك دائماً الوقت لعمل الشيء المهم، ومن المفضل دراسة أكثر من موضوع يومياً، للتنوع وعدم الضجر من الدراسة.

خامساً: أبدأ بدراسة المواد التي تجد فيها صعوبة:

غالباً ما يعمل الطلاب على تأجيل المواد الصعبة حتى يقترب موعد الاختبارات دون أن يتمكنوا من استيعاب هذه المواد، لذا فلا مجال أمامك سوى الإقدام والمبادرة لدراسة هذه المواد حتى لا تجعل الدروس تتراكم، فابدأ مراجعة الدروس قبل تراكمها حتى لا تقع محل الحيران الذي لا يعرف من أين يبدأ بسبب ضيق الوقت، لذلك فإنه عليك مراجع درسك من أول يوم كتبته فيه، فأبشئ خزن في المذاكرة لا يمحى أبداً، واستعادته تكون سهلة، كما أنه من المفضل أن تبدأ دراستك اليومية بالمادة الصعبة ومن ثم الانتقال إلى الأسهل بالتدرج فالدمغ يكون أقل إرهاقاً في بداية الدراسة، لذلك فالاستيعاب يكون أكثر. وعليك ان تقوم بما يلي:-

- حدد الوقت المناسب للمذاكرة، و هذه الأوقات التي تكون بها نشيط الذهن والجسم، فلكل إنسان ساعات في اليوم يستطيع ان يركز ويستوعب المادة أكثر.
- من المهم أن تكون الدراسة منظمه مع فترات أستراحه، أخذ فترة راحة لمدة نصف ساعة بعد كل ساعتين أو ثلاث ساعات من الدراسة. بهذه الطريقة يستوعب الدماغ بشكل أفضل، ويجب أن تستذكر يومياً سواءً أكان لديك واجبات مدرسية أو امتحان أم لا.
- أن يكون استذكارك لدروسك في مواعيد ثابتة يومياً لتتكون لديك عادة الجلوس إلى المكتب في مواعيد معينة كل يوم.
- يجب عليك أن تعطي لنفسك سبع ساعات من النوم يومياً على الأقل.
- التوقف عن الدراسة حين يحين وقت النوم أو عندما تشعر بالإرهاق لأن الدراسة مع الإرهاق فائدتها محدودة.
- عدم الإفراط في تناول المنبهات والمشروبات الغازية أو أي مشروبات تحتوي على مواد ضارة بالجسم، ويفضل تناول العصائر الطازجة والفواكه والخضروات.
- لا تتنازل عن ساعات الفراغ وقضاء وقت ممتع.

- لا تبدأ أي مادة قبل أن تأخذ ورقة بيضاء تضع فيها عناوين ومحاور حتى تكون الأفكار لديك منظمة ومرتبّة تكفيك بضع ثوانٍ للتذكّر الدرس بأكمله.

- لا تخل من السؤال عن الأشياء التي لا تفهمها، ومن الأفضل أن تسأل الأستاذ وتستفيد بدلاً من أن تبقى الفكرة مبهمّة غير واضحة تتّمنى لو أن أحد ما يفسرها لك يوم الامتحان.

- أفضل وسيلة للفهم هي الشرح، فحاول ان تشرح لأصدقائك الدرس وكن متيقناً بأنك فهمته ١٠٠% فلن يستطيع الإنسان شرح شيء إن لم يكن متمكناً منه.

سادساً: صمّم جدول الأولويات:-

هذا الجدول يعتبر خطة تنظّم بها الواجبات المطلوبة، ونقدّم هنا نموذجاً لهذا الجدول:

الخانات الرئيسية: مهم - مستعجل، مهم - غير مستعجل، غير مهم. مع التأكيد على أهمية البدء بالمهم- المستعجل: مهم - مستعجل مهم - غير مستعجل غير مهم.

استذكّر الواجبات المدرسية، و مطالعة، و الجلوس مع الأصدقاء، وزيارة عائلية، وبعض المهام الشخصية و الأسرية الأخرى، وبعدها نقوم بتحديد الأولويات وتنظيم الوقت المطلوب لتنفيذ البرنامج.

المطلوب الان يجب ان تحضر لنفسك جدولا مماثلا حسب أولوياتك، وأجبتك وظروف حياتك...

— حدد هدفك في ذلك الوقت:— غالباً ما تلجأ بعض الأسر إلى صياغة هدف لأبنائها، على الرغم من عدم رغبة الأبناء بهذا الهدف، لذلك تأتي النتائج المدرسية مخيبة لآمال الأسرة والأبناء على حد سواء، لذلك لا بد أن يتبلور في ذهنك بشكل ذاتي، ومن المراحل الأولى هدفك في الحياة وتساءل نفسك الأسئلة التالية :

- ماذا أريد أن أحقق من خلال دراستي...؟

- ماذا أريد أن أكون في المستقبل...؟

- ما هي الخطوات العملية التي عليّ أن أقوم بها لتحقيق مستقبلي...؟

وقد أصبح الهدف في حياة الإنسان أساس نجاحه.

عزيزي الطالب أنت تحتاج طوال مسيرة حياتك الدراسية تحتاج إلى هدف تعود إليه عندما تشعر بالإحباط وتواجهك بعض الصعوبات، بحيث يمنحك هذا الهدف قوة الدفع و الإرادة والطموح فيحافظ على توازنك ويمنحوك المدافعية نحو الإنجاز والاستمرارية لبلوغ الهدف. **وعليك ان تحاول ان تفهم هذا المثل وتطبقه في حياتك: ضع الصخور**

الكبيرة أولاً!!!

قام أستاذ جامعي في قسم إدارة الأعمال بإلقاء محاضرة عن أهمية تنظيم وإدارة الوقت حيث عرض مثالا حياً أمام الطلبة لتصل الفكرة إليهم، كان المثال عبارة عن اختبار قصير، فقد وضع الأستاذ دلواً على طاولة ثم أحضر عدداً من الصخور الكبيرة وقام بوضعها في الدلو بعناية، واحدة تلو الأخرى، وعندما امتلأ الدلو سأل الطلاب: هل هذا الدلو ممتلئ؟

قال بعض الطلاب: نعم

فقال لهم: أ أنتم متأكدون؟

ثم سحب كيساً مليئاً بالحصى الصغيرة من تحت الطاولة وقام بوضع هذه الحصى في الدلو حتى امتلأت الفراغات الموجودة بين الصخور الكبيرة.

ثم سأل مرة أخرى: هل هذا الدلو ممتلئ؟

فأجاب أحدهم: ربما لا .

استحسن الأستاذ إجابة الطالب، وقام بإخراج كيس من الرمل ثم سكبته في الدلو حتى امتلأت جميع الفراغات الموجودة بين الصخور، وسأل مرة أخرى: هل امتلأ الدلو الآن؟

فكانت إجابة جميع الطلاب بالنفي .

بعد ذلك أحضر الأستاذ إناء مليئاً بالماء وسكبه في الدلو حتى امتلأ.
وسألهم: ما الفكرة من هذه التجربة في اعتقادكم ؟

أجاب أحد الطلبة بحماس أنه مهما كان جدول المرء مليئاً بالأعمال،
فإنه يستطيع عمل المزيد والمزيد بالجد والاجتهاد .
أجابه الأستاذ: صدقت.. ولكن ليس ذلك هو السبب الرئيس .
فهذا المثال يعلمنا أنه لو لم نضع الصخور الكبيرة أولاً، ما كان بإمكاننا
وضعها أبداً

ثم قال: قد يتساءل البعض وما هي الصخور الكبيرة ؟ إنها هدفك في
هذه الحياة أو مشروع تريد تحقيقه كتعليمك وطموحك، وإسعاد من
تحب، أو أي شيء يمثل أهمية في حياتك..
تذكروا دائماً أن تضعوا الصخور الكبيرة أولاً... و إلا فلن يمكنكم
وضعها أبداً

سابعاً: اختر لنفسك جواً ومكاناً مناسباً للدراسة:-

- في كل بيت ظروف دراسية مختلفة، أوجد لنفسك أكثر مكان مريح
تستطيع فيه أن تستذكر دروسك مع الأخذ بعين الاعتبار حاجات أفراد
العائلة الباقين، فالمذاكرة المنتجة والمثمرة تحتاج إلى مكان ومكتب أو
شيء يمكن ان تستذكر عليه ويكون مريح عند الكتابة عليه، كما يجب
ان يكون المكان والمكتب لا يحتوي على أي شيء يشتت الانتباه

والتركيز بعيد عن الاستذكار، هذا ويفضل أن يكون المكان هادئ ومضاء بقدر الامكان (هذا يتعلق بظروف البيت عامة).

- أ جعل استذكارك بدون سماع الموسيقى لان ذلك مفيد أكثر ويمكن من الدراسة أكثر في المادة، فالاستذكار مع سماع الموسيقى قد تسبب الإحساس بالصداع وسرعة فقد القدرة على التركيز، ليس المقصود هنا الموسيقى فقط وإنما المقصود هنا هو كل ما يسبب الضوضاء، فالضوضاء تشتت ذهن عند الإنسان بصفة عامة، فما بالناس بإنسان المفترض انه تشبه بالعملية الجراحية التي يفترض ان تكون الحجرة معقمة لان جسم الإنسان يكون معرض للهواء، وعند الاستذكار يكون عقلك مفتوح، بل انه يكون كالمغناطيس الذي يجذب كل شئ فلو عرض المغناطيس ووجهته لأشياء معينة فإنه سيجمع كمية كبيرة من هذا الشئ، ولو عرضة لمجموعة مختلفة من الأشياء في حين انك تريد شئ معين فإنه سيجمع كمية من هذا الشئ وأشياء أخرى، أى انه سيكون مشتت في جمعه، فايهما أفيد لك. لذلك احرص على ان تكون غرفة الاستذكار كغرفة العمليات المعدة والمطهرة من كل ما يؤثر على التركيز و التحصيل العلمى.

- كما يجب ان تكون درجة الحرارة مناسبة وتساعدك على التركيز والاستذكار، ففي الصيف يجب ان تكون درجة الحرارة مناسبة لا تشعرك بالحرارة، وفي الشتاء يجب ان تكون درجة الحرارة لا تشعرك بالبرودة، كما يجب ألا تكون درجة الحرارة بالدفي الذى

يساعدك على النوم، بل يجب ان تكون بالبرودة المحتملة و التي تشعرك بتجدد النشاط.

- هناك أمور خاصة وشخصية قد تؤثر سلباً على دراستك وتعرفها مثل الخلافات و الارتباطات الاجتماعية والعاطفية، فعليك ان تتحاشى المشاكل والخلافات مع أفراد أسرته أو أصدقائك فهذه الخلافات تنعكس على تحصيلك الدراسي، وإذا كان هناك ارتباط عاطفي فإحرص على ان يكون هذا الارتباط دافع ومحفز للنجاح، فإنظر إلى الطرف الآخر في العلاقة على انه شيء كبير وعظيم، على إنه نجمة السماء وشمسها.. وعليك ان تكون في مكانه عالية لكي تكون جدير بهذا الحبيب، وعليك ان تكون في مكانه مساوية له، لا بل وفي مكانه أعلى لكي تستحق هذا الحبيب.

وقد يتسأل البعض في الامتحان كيف أنجح داخل قاعة الامتحان؟

لكي تتجح في الامتحان ينبغي ان تهتم أثناء مذاكرته بما يلي:
- فهم المعلومات الأساسية المتعلقة بالمادة، وذلك عبر فهم الكتاب الأساسي المقرر عليك قبل الكتب المساعدة الأخرى.

- الاهتمام بفهم المصطلحات بعمق، والجزء النظري عموماً.
- التحديد عند المذاكرة:- لا تبدأ أي مادة قبل أن تأخذ ورقة بيضاء تضع فيها نقاط للدرس وهي عبارة عن عناوين ومحاور يدور

حولها الموضوع حتى تكون الأفكار لديك منظمة ومرتبطة تكفيك
بضع ثوان للتذكر الدرس بأكمله.

- التدريب على حل المسائل الحسابية. و الأسئلة السابقة للامتحانات
وبذلك يتحقق لك التعود على نظام الامتحانات وطريقة الأسئلة
عبر دراسة الامتحانات السابقة.

- لا تجعل الدروس تتراكم: ابدأ مراجعة الدروس قبل تراكمها حتى
لا تقع محل الحيران الذي لا يعرف من أين يبدأ بسبب ديق
الوقت، لذلك يجب عليك مراجعة درسك من أول يوم كتبته فيه،
كما يجب عليك عند استذكار المادة مراجعة لما فات، فعلماء
النفس يقولون ان الإنسان عند مقراءة موضوع ما فإنه يحفظ كخط
خفيف في الذاكرة يزداد هذا الخط في الوضوح كلما راجع الفرد
قراءة هذا الموضوع، لذلك فأى شيء خزن في الذاكرة لا يمحي
أبداً، واستعادته تكون سهلة.

نوعية الأسئلة:-

الامتحانات عادة توضع بواسطة أساتذة متخصصين، درسوا المنهج
وألموا بالجوانب التي لا يسع الطالب أن يعبر مرحلته الراهنة للتي
تليها دون أن يلم بها، لذلك الامتحان في الأساس يركز على هذا
الجانب - المعلومات الأساسية -، كما لا يغفل الأسئلة الذكية التي
يقصد منها تقييم الفروق الفردية بين الطلاب وهذه نسبتها أقل، و عليك

دراسة الامتحانات السابقة، و ذلك لتتعرف على نوعية الأسئلة التي تطرح، والتي تختلف كثيراً من مادة إلى أخرى ومن أستاذ لآخر ؛ فقد تكون هناك أسئلة قصيرة تتطلب ذكاء وملاحظة: ملء الفراغات، اختيار الإجابة الصحيحة،... الخ، وقد تكون هناك أسئلة طويلة تقليدية تتطلب فهماً عميقاً للمادة.

وقد يتسأل البعض عن كيفية كسب الدرجات ؟

إن واضعي الامتحان يضعون أيضاً إجابة نموذجية، توضح الدرجات المعطاة لكل قسم ولكل سؤال، كما توضح النقاط التي يجب أن تشملها الإجابة الصحيحة، وعند التصحيح يهتم المصحح بعدد النقاط الصحيحة التي وردت في الإجابة، بغض النظر عن طول الإجابة أو قصرها، إذا كتب الطالب كلاماً خاطئاً أو أسهب في أمر ليس موضوع السؤال فلن يجني درجة واحدة من فعله ذلك بل سيكون قد أضجر المصحح وأضاع وقته.

وعليك أن تدرك أنه من السهل عليك أن تحرز درجة عالية في سؤال تتطلب الإجابة عليه سرد مجموعة من الحقائق المحددة، وليس من السهل إحراز درجة عالية في سؤال تتطلب الإجابة عليه كتابة مقال عن موضوع واسع متنوع، وإن كان بالإمكان الاختيار بين السؤالين فالأفضل لك أن تختار السؤال الذي تعتمد إجابته على سرد حقائق محددة.

في الأسئلة الطويلة والمركبة، عليك أن تجيب على كل أجزاء السؤال ولا تركز على جزء معين وتغفل بقية السؤال، أو تجيب عليها إجابات ضعيفة، لأن إسهابك في فرع من السؤال لا يعوض تقصيرك في فرع آخر، لكل فرع درجة محددة لن تتجاوزها مهما كانت إجابتك جيدة. كذلك في الأسئلة الطويلة ينصح الطالب أن يتجنب الكتابة النثرية الطويلة، وأن يجتهد في تقسيم الإجابة تقسيماً يبرز النقاط الأساسية في الجواب عبر العناوين الجانبية، والنقاط المرقمة، والرسومات الموضحة، والمعادلات المعروفة، وذلك بخط واضح ونظيف ومنظم لأن ذلك يريح المصحح، ويبين الكثير عن شخصيتك من حيث الفهم والنظام، كما ينصح الطالب بالموازنة بين الحديث العام والخوض في التفاصيل الدقيقة، فلا يكون كثير التعميم ولا يخوض في التفاصيل خوضاً لا يتطلبه السؤال ولا يسعه الوقت.

في داخل قاعة الامتحان:

ليس من المتوقع - ولا الشائع - أن تستمع بوقتك داخل غرفة الامتحان، لكن يمكنك الاقتراب من ذلك بإتباع النصائح التالية:-
- تأكد من معرفتك لمكان الامتحان وزمانه، كذلك تأكد من أنك تعرف المادة موضوع الامتحان، وعدد الأسئلة التي يجب أن تجيب عليها، والزمن المتاح للإجابة عليها.

- احرص على أن تصل إلى المكان المحدد في وقت مناسب، ومعك كل مستلزمات الامتحان من أقلام وأدوات كتابية.

عندما تدخل قاعة الامتحان:-

- سم الله، وأكثر من الدعاء بالثبات والتيسير والتوفيق.
- اقرأ الإرشادات المكتوبة للممتحنين.
- اكتب اسمك ورقم جلوسك، و كل المعلومات المطلوبة.
- اقرأ جميع الأسئلة، وتأكد من فهمك لها - تأكد من فهمك لأنواع الأسئلة المختلفة، مثلاً
- وضح مستعينا بالرسم، يختلف عن وضح بالرسم.
- ضع علامة أمام الأسئلة التي ترى أنها سهلة.
- أبدأ بالإجابة على الأسئلة السهلة واحذر أن تسهب حيث لا يتطلب الإسهاب حتى لا تضيع وقتك.
- انتقل للأسئلة الصعبة، و اكتب ما تعرفه عنها، ولا تعطها من الوقت أكثر مما تستحق.
- تأكد من أنك أجبت على كل الأسئلة الإجبارية، حيث انه قد يكون عليها درجات أكثر من غيرها، و تأكد من أنك أجبت على العدد المطلوب من الأسئلة الاختيارية.
- راجع إجاباتك وصحح الأخطاء التي تلاحظها.

- خصص ما تبقى من وقت للتفكير فى الأسئلة الصعبة.
- قبل أن تسلّم الورقة للمراقب تأكد أنك كتبت اسمك ورقم جلوسك وكل المعلومات المطلوبة.

بعد الامتحان:-

- لا تراجع أجوبتك السابقة، ولا تحاول أن تتعرف إلى أخطائك أو تتناقش إخوانك الآخرين، خاصة إذا كان هناك امتحانات تالية، وركز جهدك على الامتحان القادم، وأعلم أن الكثير ينتظرك ومنتظر جهدك وتركيزك فلا تضيع تركيزك فى التفكير فيما مضى من الامتحانات. وسر بتوفيق الله وتسديده، مع خالص تمنياتنا بالتوفيق والنجاح الباهر.

قائمة ببعض المراجع التي إعتد عليها المؤلف والتي
يعرضها لمن يريد الإستزاده:-

١- عدنان الطرشة:- كيف تكون ناجحاً ومحبوباً، مكتبة العبيكان،
الرياض، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٧.

٢- ابراهيم الفقى:- سيطر على حياتك.

٣- طارق محمد السويدان، فيصل عمر باشرا حيل:- صناع
النجاح.

٤- موسى الجويسر تعريف على شخصيتك وشخصيات من تحب،
من خلال أسرار النفس البشرية.

٥- علي بن صالح البطيخ:- فن التعامل مع عقارب الساعة