

## خطط لحياتك

لتجد خارطة الطريق التي تدلك على كنزك الخاص الذي لن يستطيع العثور عليه شخص سواك تحتاج إلى اكتشاف ذاتك وتحديد وجهتك في الحياة ورسم منهجك والتخطيط لمستقبل ناجح. استغل الطاقة الهائلة والكامنة فيك واكتشف مواهبك واطلق قدراتك وانهض بنفسك. لا تدع الإحباط يغزو قلبك أو المشاعر السلبية تحبطك وتفقدك ثقتك بنفسك لأنك بذلك لن تستفيد من المهارات والقدرات التي تمتلكها والموارد المتاحة في يدك.

إن التخطيط في أبسط تعاريفه هو:-

"النشاط الذي ينقلك من وضعك الحالي إلى ما تطمح الوصول إليه"

لجعل أحلامك واقعا وملموسا عليك تحديد هدفك والتخطيط لها مروراً بسبع

محطات أساسية:-

### 1- المحطة الاولى: الاستعداد:-

تتمحور في اكتشاف ذاتك والتعرف عليها وعلى شخصيتك وحواسك و نمطك هي رحلة داخلية من أربع مراحل :

أ- اكتشاف الذات : تتعرف فيها على نمطك الشخصي من وجهة نظرك ونظر الآخرين.

ب- تقييم الذات : تضع نموذج شخصية تهدف إليها وتبحث الفروق بينك وبين النموذج وتقوّم الجيد وتردد السيئ من شخصيتك.

ج- تقويم الذات : تغيير وتطوير المهارات والسلوكيات وإدخال التعديلات لحياتك والتغيير الإيجابي لشخصيتك .

د- تقدير الذات : التقدير الحقيقي للآخرين يبدأ بتقدير الشخص لذاته والسعي نحو الكمال يعزز عندك احترام ذاتك كما يعززه عند الآخرين.

## 2- المحطة الثانية: البواض:

- البحث في شخصيتك واكتشاف منظومتك القيمية والمبادئ الانسانية تسيرك في الحياة.
- استعراض القيم والمبادئ والبحث في العقل والقلب عن ما يتعارض معها وإزالة التعارض.
- كتابة القيم المتبناة لتكون أمام العين حتى تحتكم بها في المواقف وهنا يكون الانسجام والهدوء النفسي.

## 3- المحطة الثالثة: المسارات:

- يقوم الانسان بعدة أدوار وينطلق من خلال عدة مسارات (موظف ، زوج ، زوجة، صديق ، أب ..)
- وعلى الانسان حصر كل دور وتقييمه، ولتحقيق التوازن في هذه الادوار يجب تحقيق التوازن في خمس جوانب:-
- أ- الجانب الروحي: من خلال الايمان بالله.
  - ب- الجانب الجسدي: يجب العناية بسلامة الجسد وصحته ولياقتة.
  - ج- الجانب العقلي: أهم وسائل تنمية العقل هي القراءة.
  - د- الجانب الاجتماعي: من خلال العلاقات الإنسانية، فالإنسان بطبيعته لا يميل إلى العيش منفرداً.
  - هـ- الجانب المالي: تحقيق القدر الكافي من المال الذي يوفر الحياة الكريمة.

## 4- المحطة الرابعة: الوجهة:

- الانسان تتعدد أمامه في الحياة الوجهات وعلية اختيار جهته الخاصة وتحديد مساره.
- إن تحديد الوجهة يسهل التحديد السليم لكل الاولويات في الحياة.
- يجب الاجابة عن سؤال ماهي رسالتك في الحياة ومهنتك التي تريد ان تمارسها ؟ ما هي أحلامك؟
- الرسالة ببساطة هي بيان موجز لغايتك والتي تؤمن بأنك تعيش لأجلها على طول الحياة.
- اكتب رؤيتك العامة والخاصة لكل جانب من جوانب حياتك.

## 5- المحطة الخامسة: الانطلاق:

قبل الانطلاق عليك معرفة أين أنت الآن وأن ترصد إنجازاتك وإخفاقاتك.

أ- **الإنجازات:** قم بإعداد قائمة بالإنجازات الناجحة.

ب- **الإخفاقات:** سجل ماتعتبره إخفاقاً وابحث عن الأسباب.

ج- **وضعك الداخلي:** يتحدد الوضع الداخلي بنقاط القوة ونقاط الضعف.

د- **وضعك الخارجي:** يتحدد عن طريق الفرص المتاحة والمعوقات التي تعترض طريقك.

إن معرفة وضعك الداخلي والخارجي يعطيك لمحة سريعة عن وضعك الحالي ويحدد موقفك من طموحاتك وأمالك والمسافة التي تفصل بينهما.

## 6- المحطة السادسة: السعي:

إنها الطريقة الوحيدة لتحقيق الرسالة هي تحويلها إلى برامج مكتوبة ومحدودة يمكن إنجازها والعمل على ترجمتها إلى أهداف محددة و وضع بدائل في حال وقوع طوارئ أو قصور أو تغير في التطبيق.

الهدف وصف يطبق على الامر الذي يرغب الشخص في تطبيقه وقد يكون هذا الهدف عاماً أو خاصاً، كبيراً و صغيراً ، نافعاً أو ضاراً، وللهدف ستة سمات هي:-

1- **الهدف محدد**

2- **قابل للقياس:** هل أنت قادر على تقييم الاداء المنجز

3- **قابل للتحقيق:** يمكن تحقيقه حسب المعطيات

4- **له اطار زمني محدد**

5- **مناسب:** الهدف منسجم لرسالتك وغايتك في الحياة

6- **طموح:** هل يحقق لك طموح شخصياً واجتماعياً

## 7- المحطة السابعة: الارتقاء:

على الشخص تحديد علامات في حياته يعرف من خلالها أنه وصل لما يصبو إليه ومتابعة الإنجاز للخطة المكتوبة والتأكد من تحقيق كل هدف بالجودة المطلوبة والزمن المحدد بالتكلفة المقدره.

## في الختام: ومضات خذها في عين الاعتبار

- وجود الموهبة فقط غير كافية لتحقيق هدفك.
- ابحث واكتشف وتأمل في ذاتك ومن حولك فهو غذاء للروح يعينك ويوسع أفقك.
- السكينة والطمأنينة سعادة ملائمة لتحقيق النجاح في الحياة.
- سر السعادة الحقيقي ليس في سلسلة من المتع المتصلة إنما يكمن سرها الحقيقي في الإيمان بالله والاستيعاب الكامل للغاية الأساسية من الحياة.
- إمنح الآخرين السكينة فالقائد الحقيقي يضئ لهم نوراً داخلياً يجعلهم قادرين على إكمال المسيرة سواء كان رب أسرة أو رب عمل أو مدير شركة..الخ.
- شكر الناس والامتنان والاعتراف بالفضل يجعل قافلة العطاء الإنساني تستمر وينمي روح الجماعة ويعزز العلاقات.
- الصبر والمرابطة المستمرة لتحقيق ماتطمح إليه يحدد المسافة بين حلمك وتحقيقك له.
- في النهاية الحامد والشاكر للخالق على نعمه له وعد بالزيادة وبالعطاء الذي لا ينتهي بالمدد الإلهي المستمر.

تأليف وإعداد : شيخنا سعيد بن حارب المهيري

من كتاب : فتجان من التخطيط

للكاتب: عبد الله العتيبي