المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة المجمعة
كلية التربية بالزلفي

جامعة المجمعة
Majmaah University

الطريق الى الامتياز

إعـــــداد

رشا هاشم عبد الحميد محمد

أستاذ المناهج وطرق تدريس الرياضيات المساعد

بسم الله الرحمن الرحيم

سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك انت العليم الحكيم

مرحـــباً
بالسادة الحضور

يا ترى ما هو السبب في أن هناك أشخاص متميزين وأخرين غير متميزين ؟ وكذلك هناك ناجحون وأخرون غير ناجحون؟ وهناك من يعيش حياته بطريقه أفضل من غيره وهناك من يحقق أحلامه وأهدافه في حين أن هناك أناسا غير ذلك ؟

هل الناس التي لا تعيش حياتها بالطريقة التي تفضلها ولا تحقق أحلامها وأهدافها لا يريدون أن يكونوا سعداء ؟ أو أن يكونوا متميزين ؟ **بالطبع لا** فما هو الفارق بين الفريقين ؟

كل الأشخاص متحدون في أربعة أشياء:

١- **الخامات** : الحواس الخمس

٢- **الوقت** : ١٤٤٠ دقيقة أو ٢٤ ساعة في اليوم

٣- **الفكر** : فكل الناس متحدون في الفكر لأن الله قد أعطى لنا العقل البشرى والقدرة على التفكير والتحليل

٤- **الطاقة** : والتي تخرج بسبب هذا الفكر والمنطق والتحليل .

وطالما أن جميع الناس يمتلكون كل هذه الأشياء ، فما السبب أن هناك أشخاص متميزين وأشخاص غير متميزين ؟

السبب هو أن الشخص المتميز يستخدم خاماته ووقته وتفكيره لكى يكون متميزا .

أن كل انسان متميز لأن الله سبحانه وتعالى خلقنا متميزين ، فقال تعالى :

« لقد خلقنا الانسان في أحسن تقويم »

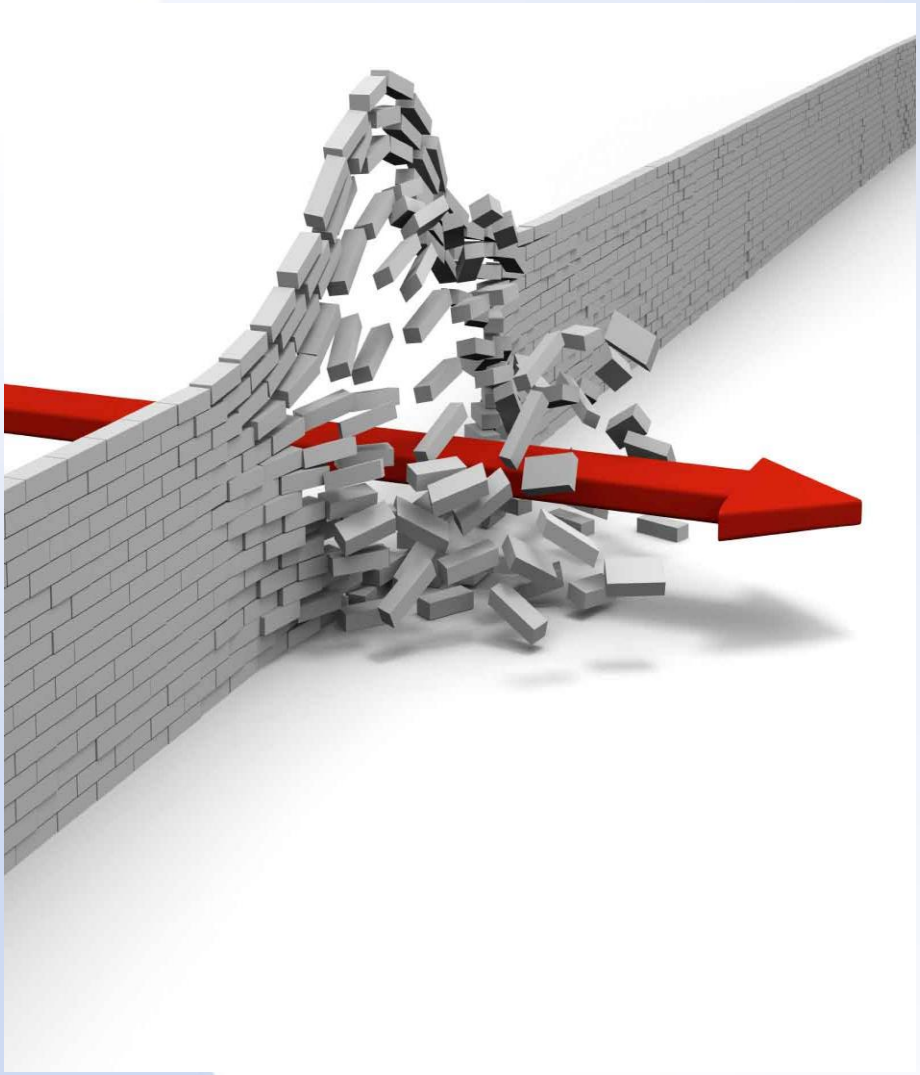
لذلك سخر لنا السماء والأرض وما بينهم ، فقال تعالى «ألم تروا أن الله سخر لكم ما في السموات وما في الأرض وأسبغ عليكم نعمه ظاهرة وباطنة »

خطوات الطريق الى الامتياز

١ـ حددي أهدافك :

عندما تفكري في هدفك
يتواجد في ادراكك وعندما
تكتبيه يتواجد في وجدانك
وعندما تضعيه في الفعل
يصبح جزء لا يتجزأ منك

"السبب الرئيسي للنجاح في الحياة
هو القدرة على تحديد أهداف معينة وتحقيقها.
وهذا هو سبب أن من لا أهداف لديهم
مكتوب عليهم العمل دائماً في خدمة هؤلاء
الذين وضعوا لأنفسهم أهدافاً وأنجزوها ...
وهذا يعني أنك عليك أن تختار
إما أن تعمل لتحقيق أهدافك أو تعمل
لتحقيق أهداف أشخاص آخرين".
"براين تراسي"
www.dramany.net



٢- التواصل الجيد مع النفس: لابد أن يكون لديك قوة تحكم في الذات ، وأن تقتعي نفسك انك لكى تنجحي لابد وأن تمرى بالفشل لأن الفشل هو بداية النجاح ولا يمكن أن تشعري بروعة الشيء الا عندما تذوقي عكسه.

٣- المهارة :

انت متميزة بما لديك من امكانيات ، لذا يجب أن تستخدمي عقلك بصورة جيدة لينمو ويتقدم ، والمهارة تأتى من المعرفة ، والمعرفة تعطيك قوة لذهنك وتفكيرك وادراكك وقوة لتركيزك وانتباهك.

٤- التصور (التخيل) :

التخيل هو بداية الابتكار، لذلك عندما ترى نفسك ناجحة قادرة على تحقيق أهدافك مؤمنة بذلك من قلبك يتكون داخلك قوة ذاتية داخلية تحقق هذا الحلم

٥- الفعل (تطبيق ما تعلمتيه)

المعرفة وحدها لا تكفى لأنه لابد أن يصاحبها التطبيق العملي ، والاستعداد وحده لا يكفى فلابد من العمل ، فالحكمة هي أن تعرف ما الذى تفعله والمهارة أن تعرف كيف تفعله ، ولا تخافي من الفشل لأن القرار السليم يأتي من الخبرة بعد القرار الغير سليم.

التوقع هو الطريق الى الواقع

برمجي عقلك على التوقعات الايجابية لأنك وقتها سوف تبدأى في تحقيق أحلامك ، أما الأفكار السلبية فسوف تعوقك عن تحقيق هذه الحلام « تفاءلوا بالخير تجدوه»

الالتزام :

الالتزام هو القوة الداخلية التي تدفعنا للاستمرار حتى بالرغم من أصعب الظروف والتي تجعلك تخرجي جميع قدراتك الكامنة، فبعض الناس يفشلون ليس لنقص القدرات ولكن لنقص الالتزام

والالتزام يتطلب منك أن تخططي الوقت الذى يمكن أن تنهى فيه هدفك وتلزمي نفسك به حتى يتولد لديك الاهتمام ، لأن الانسان عندما ينجز يشعر بطاقة هائلة بداخله وأنه يريد أن ينجز اكثر وأكثر وبالتالي يزداد تقديره الذاتي وتحسن صورته الذاتية فينجز أكثر .

المرونة :

لا بد أن تكوني مرنة لأنك ممكن أن تحددي هدف وتلتزمين بتحقيقه ولكن لا تصلى للنجاح لذلك يجب أن يكون لديك خطط بديلة، اجعلى الفرصة دائما متاحة أمامك.

الصبر:

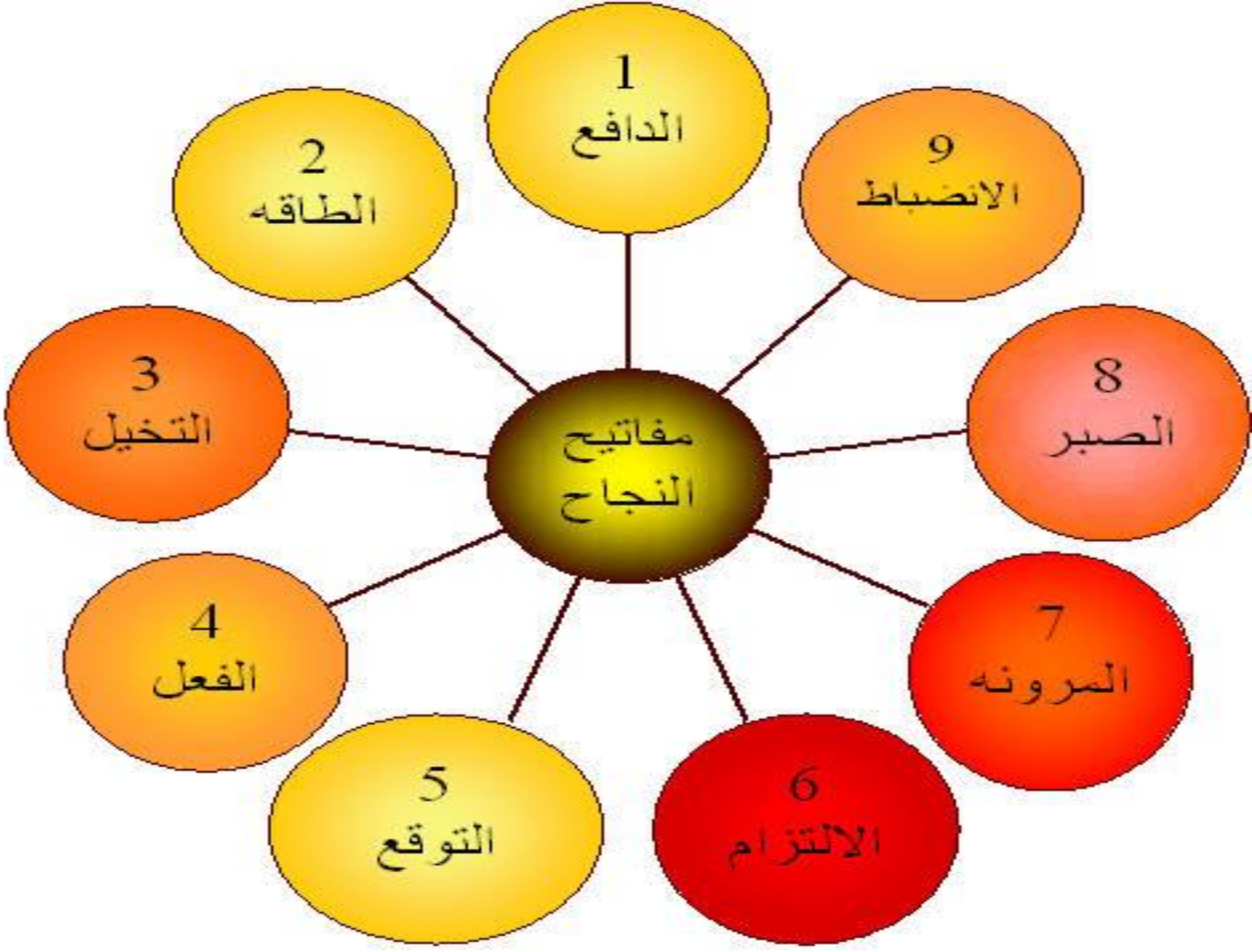
كثير من حالات الفشل كانت لأشخاص لا يدركون أنهم قريبين من النجاح عندما استسلموا فالشخص الذى يتقن الصبر يمكنه اتقان كل شيء

عادة ما يكون أخر مفتاح في سلسلة المفاتيح هو الذى سيفتح الباب

الانضباط :

الانضباط هو الاستمرارية وهو أساس التحكم في الذات، وهو القوة التي تصل بك الى حياة أفضل ، فالمثابرة تقضى على أي مقاومة وهى من أهم مفاتيح النجاح

«خير الأعمال أدومها وان قل» ،
لأن القليل الذى تفعلينه كل يوم يصبح جزء منك ، فتفعلي قليلا أخر غير هذا القليل فالقليل مع القليل يحدث الكثير


مفاتيح
النجاح
1
الدافع
2
الطاقه
3
التخيل
4
الفعل
5
التوقع
6
الالتزام
7
المرونه
8
الصبر
9
الانضباط

خطوات النجاح

١- لكى تنجحي اتخذى موقفا قائما على الاعتقاد بإمكانية تحقيق النجاح فبناء على ذلك تظهر لك طرق كيفية التحقيق.

٢- تخلصي من أعذار الفشل وعدم المقدرة الصحية فمن الأفضل أن تتلفى بسبب كثرة الاستخدام على أن تصدأ بسبب قلة الاستعمال.

٣- لا تقللي من شأن قدراتك فنوعية تفكيرك «إيجابية أو سلبية » تقود وتوجه ذكائك أكثر من مستوى ذكائك نفسه.

٤- الخوف من أكبر أعداء نجاحك وسببه ضعف ثقتك بنفسك ، عالجي خوفك بعمل شيء فالفعل يعالج الخوف ، واشحنى عقلك بالأفكار الايجابية وتصرفي بثقة تكتسبينها ، انت فيما تفكري فيه.

٥- ضعى يدك على ايجابياتك قبل السلبيات واستخدمى دائما القاموس اللغوى للنجاح «سأنجح بأذن الله ، سأحاول ، سأنجح ....»

٦- تصرفى دائما من منطلق «هناك طريقة أو حل» وشجعى عقلك على التفكير المبدع للوصول الى طرق جديدة غير مألوفة .

٧- كونى ممن يفعلون أكثر مما يتكلمون وتصرفى دائما من منطلق «الأن» ولا تلجأى الى التسويف . «لا تؤجل عمل اليوم الى الغد»

٨- استفيدى من أخطائك لتعزيز نجاحك وحولي الهزيمة الى انتصار وكررى المحاولة بطريقة أخرى ، انظرى للمشكلة من جانب أخر.

٩- ضعى خطة لتحسين قدرتك على النجاح «ما هو هدفك والى أين تمضى ؟» واختلى بنفسك لتنظيم أفكارك واستدعاء الأفكار المبدعة التي تدفعك للنجاح.

F
اشكركم جميعا
من كل قلبي