

وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي
Ministry of Education and Higher Education
دولة قطر • State of Qatar



وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي
إدارة المناهج الدراسية ومصادر التعلم

المهارات الحياتية والبحثية

المستوى العاشر

الفصل الدراسي الأول

طبعة 2023-1445



حضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني
أمير دولة قطر

النشيد الوطني

قَسَمًا بِمَنْ رَفَعَ السَّمَاءَ قَسَمًا بِمَنْ نَشَرَ الضِّيَاءَ
قَطْرٌ سَتَبَقَى حُرَّةً تَسْمُو بِرُوحِ الأَوْفِيَاءِ
سِيرُوا عَلَى نَهْجِ الأُلَى وَعَلَى ضِيَاءِ الأَنْبِيَاءِ
قَطْرٌ بِقَلْبِي سِيرَةٌ عِزٌّ وَأَمْجَادُ الإِبَاءِ
قَطْرُ الرِّجَالِ الأُولِينَ حُمَاتِنَا يَوْمَ النِّدَاءِ
وَحَمَائِمُ يَوْمِ السَّلَامِ جَوَارِحُ يَوْمِ الفِدَاءِ

الإعداد والإشراف العلمي والتربوي
قسم الارشاد الأكاديمي والمهني - إدارة التوجيه التربوي
خبرات تربوية وأكاديمية من المدارس

المراجعة والتدقيق العلمي والتربوي
فريق من الخبراء التربويين
إدارة المناهج الدراسية ومصادر التعلم



رؤية قطر الوطنية 2030

بموجب القرار الأميري رقم (44) لسنة 2008، تم اعتماد الرؤية الشاملة للتنمية لدولة قطر «رؤية قطر الوطنية 2030»، وذلك باعتبار التنمية الشاملة هي الهدف الأساسي لتحقيق التقدم والازدهار للمواطنين، حيث تهدف رؤية قطر 2030 إلى تحويل قطر إلى دولة متقدمة قادرة على تحقيق التنمية المستدامة وعلى تأمين استمرار العيش الكريم لشعبها جيلا بعد جيل. وتستشرف الرؤية الوطنية الآفاق التنموية من خلال الركائز الأربع المترابطة التالية:

التنمية البيئية

التنمية الاقتصادية

التنمية الاجتماعية

التنمية البشرية

الركيزة الأولى - التنمية البشرية الغايات المستهدفة

سكان متعلمون - سكان أصحاء بدنياً ونفسياً - قوة عمل كفؤة وملتزمة بأخلاقيات العمل

سكان متعلمون:

- نظام تعليمي يرقى إلى مستوى الأنظمة التعليمية العالمية المتميزة ويزود المواطنين بما يفي بحاجاتهم وحاجات المجتمع القطري، ويتضمن:

- مناهج تعليم وبرامج تدريب تستجيب لحاجات سوق العمل الحالية والمستقبلية.
- فرص تعليمية وتدريبية عالية الجودة تتناسب مع طموحات وقدرات كل فرد.
- برامج تعليم مستمر مدى الحياة متاحة للجميع.

- شبكة وطنية للتعليم النظامي وغير النظامي تجهز الأطفال والشباب القطريين بالمهارات اللازمة والدافعية العالية للمساهمة في بناء مجتمعهم وتقدمه، وتعمل على:

- ترسيخ قيم وتقاليد المجتمع القطري والمحافظة على تراثه.
- تشجيع النشء على الإبداع والابتكار وتنمية القدرات.
- غرس روح الانتماء والمواطنة.
- المشاركة في مجموعة واسعة من النشاطات الثقافية والرياضية.

- مؤسسات تعليمية متطورة ومستقلة تدار بكفاءة وبشكل ذاتي وفق إرشادات مركزية، وتخضع لنظام المساءلة.

- نظام فعال لتمويل البحث العلمي يقوم على مبدأ الشراكة بين القطاعين العام والخاص بالتعاون مع الهيئات الدولية المختصة ومراكز البحوث العالمية المرموقة.

- دور فاعل دوليا في مجالات النشاط الثقافى والفكرى والبحث العلمي.

شُكْرًا وَقَدْرًا

تتقدم وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي في قطر بالشكر والتقدير لكل من ساهم في اعداد وتنقيح برنامج المهارات الحياتية والبحثية من أفراد ومؤسسات، ونخص بالذكر المؤسسات التالية:



مقدمة

عزيزي الطالب / عزيزي الطالبة

يهدف كتاب «المهارات الحياتية والبحثية» إلى إكساب الطالب مجموعة واسعة من المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات الإيجابية التي تساعد المتعلم في بناء مستقبله بثقة واقتدار.

وسيتم تحقيق أهداف المنهج من خلال أنشطة متنوعة تركز على مهارات أساسية:

- مهارات شخصية
- مهارات عقلية
- مهارات أكاديمية
- مهارات مهنية
- مهارات بحثية

ويتطلب ذلك اهتماما بالمهارات وكيفية تعلمها واكتسابها، وذلك من خلال:

- الحضور النشط والتفاعل في الحصص ، تنظيم الفعاليات والأنشطة المختلفة داخل وخارج الفصل الدراسي.
- الرغبة في استغلال الفرص للنشاط والمشاركة والتعلم والاندماج بالخبرات الهادفة.
- تسليم ما هو مطلوب بشكل دقيق، ومرتب، وكامل.
- تحمل مسؤولية التعلم الذاتي والعمل على إثراء المخزون المعرفي باستمرار.
- العمل في بيئة تسودها الألفة والارتياح ويعمّها التفكير الجماعي والمشاركة والتفاعل .
- توظيف المعارف والمهارات والاتجاهات والقيم المكتسبة من المواقف التعليمية والحياتية الجديدة.

سائلين الله تعالى لكم التوفيق والنجاح

المهارات الحياتية والبحثية

مهارات عقلية



- أنماط التفكير
- أنواع الذكاءات
- التفكير الناقد
- حل المشكلات



مهارات شخصية

- احترام الذات
- إدارة الانفعالات
- إدارة الذات
- التطوع
- الضغوط
- المسؤولية
- الوعي الذاتي
- الانضباط



مهارات أكاديمية وبحثية

- الخرائط الذهنية
- تدوين الملاحظات
- مهارات التعلم والبحث



مهارات الاستعداد الجامعي و المهني

- التخطيط المهني
- وضع الاهداف
- ادارة الوقت والاولويات
- قياس السمات والميول الشخصية

المحتويات

الوحدة الأولى: أعرف ذاتي

13	الدرس الأول: من أنا؟
20	الدرس الثاني: كيف أفكر؟ (1)
27	الدرس الثالث: كيف أفكر؟ (2)
33	الدرس الرابع: ذكائاتي متعددة

الوحدة الثانية: أدير مواردني

46	الدرس الأول: أصنع رؤيتي
51	الدرس الثاني: أحدد أهدافي
58	الدرس الثالث: أرتب أولوياتي
63	الدرس الرابع: أدير وقتي (1)
70	الدرس الخامس: أدير وقتي (2)

الوحدة الثالثة: مسؤولياتي

76	الدرس الأول: واجباتي ومسؤولياتي
82	الدرس الثاني: أبنائي وطني
91	الدرس الثالث: مشروعني التطوعي

1

الوحدة الأولى
أعرف ذاتي



من أنا؟
كيف أفكر؟ (1)
كيف أفكر؟ (2)
ذكاءاتي متعددة

الدرس الأول:
الدرس الثاني:
الدرس الثالث:
الدرس الرابع:



مخرجات الوحدة

في نهاية الوحدة، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:

- يتعرف مفهوم الوعي الذاتي.
- يميّز مناطق نافذة (جوهاري).
- يكتشف سماته الشخصية من خلال تطبيق نافذة (جوهاري) على نفسه.
- يتعرف مفهوم التفكير.
- يستنتج أنماط التفكير.
- يطبق مقياس (هيرمان) للتفكير.
- يستكشف طريقة تفكيره من خلال بوصلة (هيرمان).
- يوظف بوصلة (هيرمان) في المواقف الحياتية.
- يتعرف مفهوم الذكاءات المتعددة.
- يستكشف ذكائه المتعددة.
- يستنتج فوائد الذكاءات المتعددة.

تمهيد



إن معرفة الطالب بنمط شخصيته الخاصة سيكون له بلا شك أبلغ الأثر على حياته كلها من حيث تنمية ذاته وبناء علاقاته، كما أنّ الوعي الذاتي وتعرف الذات بصورة أكثر عمقاً سيؤدي إلى مجموعة من المعاني التي يحتاجها كل إنسان يرغب في النجاح والسعادة، وهذا يتيح له:

- إيجاد الرؤية الواعية عن النفس والذات.
- معرفة نقاط القوة والضعف في شخصيته.
- امتلاك الرؤية الواضحة لبناء خطة الحياة.

في حين أنّ افتقاد القدرة على معرفة الذات سيؤدي بطريقة مباشرة إلى:

- عدم الراحة النفسية والروحية والعقلية وفي بعض الأحيان الجسمية.
- عدم التمكن من أخذ القرارات والمواقف الإيجابية للنفس وللآخرين.
- عدم القدرة على الاندماج والتعامل مع الآخرين.

كما أنّ تعرّف أنماط التفكير وفهم أنواع الذكاءات المتعدّدة سيتيح للطالب:

- التعرف على نفسه بصورة أكثر وضوحاً.
- فهم طبيعة ونمط تفكير الأشخاص الذين يتعامل معهم في حياته اليومية.
- التعرف على أسباب ميوله لبعض المواد الدراسية عن غيرها.
- اكتشاف أنواع جديدة للذكاء داخل شخصيته بما يساعده على تحقيق النجاح.

نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم الذات.
- يميّز مناطق نافذة (جوهاري).
- يكتشف سماته الشخصية من خلال تطبيق نافذة (جوهاري) على نفسه.

ومضات

أنت مرآة ذاتك.
حياتنا من صنع أفكارنا.
راقب عاداتك لأنها ستصبح طباعك.
راقب طباعك لأنها
تحدد شخصيتك.

تمهيد

يحتاج الإنسان اليوم إلى معرفة ذاته وأبعادها معرفة واعية حتى يستطيع أن يتكيف مع بيئته التي أصبحت بالغة التعقيد. ولذلك يظل الإنسان باحثًا عن معالم وصفات ذاته من بداية حياته، فيلاحظ طريق تعامله مع الأشخاص المحيطين به في أسرته، ومدرسته، والبيئة التي يعيش فيها، ويستمرّ ببحثه عن ذلك في جميع المراحل العمرية التي يمرّ بها.

ولذلك اهتم العلماء بالإجابة عن سؤال (من أنت)؟

ومن هنا جاء مصطلح الذات، وبما أن الذات هي سلوك الفرد، فهي تعتمد على العوامل الفطرية المكتسبة، بالإضافة إلى توقعات الآخرين، لذلك على الفرد أن يفهم نفسه ويعرف عنها، حيث إن للذات دورًا كبيرًا في تفسير سلوك الفرد اليومي، كما لها دور كبير في تحفيز وتنظيم سلوكه، وهي مجموعة من المعلومات المتنوعة التي تصف الفرد. وتتكوّن من جزأين، أحدهما يخص الفرد نفسه، في حين يتعلق الجزء الآخر بالمجتمع أو ما يعرفه الأفراد عن الشخص نفسه، وقد جاءت تعريفات كثيرة للذات، منها أنها شخصية الفرد وسلوكه الذي من شأنه الكشف عن حقيقته، وأنه اتحاد لمجموعة من العناصر، وهي: الجسم، والعواطف، والأفكار والأحاسيس التي هي ميزة لكل شخص، وتعبّر عن هويته، وإذا كانت الذات هي جزءًا من الشخصية، فهي إداً التي تميز كل فرد عن غيره وتجعله مختلفاً.

مفهوم الذات

نشاط 1-1



لديك مجموعة من الكلمات استنتج منها «بالعمل مع زملائك» مفهوم الذات:
(مجموعة - الاعتقادات - المشاعر - المبادئ - القيم - والتوجهات - الفرد - نفسه)

.....

.....

أنواع الذات

يمثل الوعي الذاتي خطوة رئيسة في إدارة الذات، وقاعدة أساسية لبناء خطة الحياة، ويُعدّ السبب الرئيس في تحقيق الإنسان لأهدافه، وتكوين رؤية واضحة حول شخصيته بما في ذلك نقاط القوة والضعف، والمعتقدات والمشاعر.

إن تحقيق الوعي الذاتي يحتاج إلى طريقة علمية ومنهجية تؤدي إلى معرفة حقيقية تكون السبب في تحقيق الأهداف والنجاح في الحياة، ومن ثم تحقيق الذات. ثمة ثلاثة أنواع رئيسة للذات :

• الذات الواقعية :

وتمثل إدراك الفرد لنفسه على حقيقتها وواقعها وليس كما يرغبها، مثل إدراكه لمظهره وقدراته ودوره في الحياة .

• الذات الاجتماعية :

وتمثل التصورات التي يدركها الآخرون عن الفرد والتي تظهر خلال تفاعله معهم .

• الذات المثالية :

• وتمثل الحالة التي يرغب أن يكون عليها الفرد في المستقبل .

الذات
الاجتماعية

الذات
المثالية

أنواع
الذات

الذات
الواقعية

تعرف الذات من خلال نافذة (جوهاري) (Johari Window)

تُعتبر نافذة (جوهاري) من نماذج تعرف الذات والاتصال مع الآخرين، وسميت بهذا الاسم نسبة إلى العالمين (جوزيف لوفت Josef Luft) و (هاري إنجهام Harry Ingham) في عام 1970م. وتتكون نافذة (جوهاري) من أربع مناطق فرعية بناء على مدى معرفة الإنسان بنفسه، ومدى معرفة الآخرين به. يفيد تطبيق النافذة في تعرف الذات بصورة أوضح.



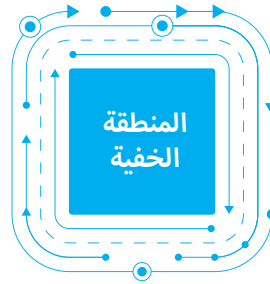
لا تعرفها أنت ويعرفها الآخرون



تعرفها أنت ويعرفها الآخرون



لا تعرفها أنت ولا يعرفها الآخرون



تعرفها أنت ولا يعرفها الآخرون

المنطقة المكشوفة «الواضحة» Open Area

معلومات أعرفها عن نفسي ويعرفها الآخرون، مثل: (الاسم، والعمل، والأفكار العامة... إلخ)، ولا يوجد أي حرج في تبادلها.

المنطقة العمياء Blind Area

معلومات لا أعرفها عن نفسي لكن يعرفها الآخرون، مثل: (انطباعات الآخرين عني، وتقييمهم لي)، وهي مفيدة لتطوير وتحسين الذات.

المنطقة الخفية «القناع أو الأسرار» Hidden Area

معلومات أعرفها عن نفسي، ولا أريد أن يعرفها الآخرون (الأسرار). إن اتساع هذه النافذة يدل على شخصية متحفظة.

المنطقة المجهولة Unknown Area

معلومات لا أعرفها عن نفسي، ولا يعرفها الآخرون، ومنها: المعلومات المستقبلية.



عزيزي الطالب اقرأ المعلومات التالية والتي يتحدث فيها ناصر عن نفسه ثم استخراج مناطق نافذة جوهاري لديه في الجدول أدناه :

« أعلم أنني أتمتع بمهارات اجتماعية جيدة، وأمتلك قدرات لفظية، وكذلك حسن التصرف في المواقف المختلفة، وكثيرا ما يلجأ إليّ زملائي لاستشارتي في مشكلاتهم، ولكن كثيرا ما يلوموني على اندفاعي وعصبيتي في أوقات كثيرة. وعند التفكير في ذلك لم أدرك السبب، وبسؤالي لمعظم زملائي عن سبب ذلك لم أجد لديهم إجابة أيضا. ومن العجيب أن بعض الزملاء دائما ما يصفونني بالمتكبر المغرور في طريقة حديثي بالرغم من أنني لم أشعر بذلك مطلقا، كما أنني أرى كوايبس في نومي وبصورة متكررة ولم أخبر أحدا بذلك» .

المنطقة العمياء	المنطقة المكشوفة
.....
.....
.....
.....
المنطقة المجهولة	المنطقة المخفية «الأسرار»
.....
.....
.....
.....

إيضاحات



- كلما اتسعت المنطقة المكشوفة كنت أقرب إلى الاتزان والوضوح، وبعيداً عن الخوف من المجهول. وتسهّل على الآخرين أن يفهموك؛ لأن أفكارك وصفاتك مكتوبة بوضوح. وكلما ضاقت هذه المنطقة زاد الغموض في حياتك، وتسببت في توتر العلاقات مع الآخرين؛ فقد يغضب البعض منك، أو يؤذيك دون قصد، وقد تخسر فرص المساعدة وأنت في أشد الحاجة إليها، لأنهم لا يعرفون من أنت بوضوح.
- كلما اتسعت المنطقة العمياء، أدت بالإنسان إلى الانفصام والابتعاد عن المجتمع، وعدم تقبل النصيحة. وكلما ضاقت هذه المنطقة، حصل الإنسان على الدعم المعنوي من الآخرين.
- كلما اتسعت المنطقة المخفية، أدت بالإنسان إلى غموض شخصيته، وابتعاد الآخرين عنه. وكلما ضاقت هذه المنطقة أصبح الإنسان كالكتاب المفتوح بلا أسرار.
- كلما اتسعت المنطقة المجهولة يصل الإنسان إلى حالة الضياع واتخاذ بعض القرارات الخطأ؛ لأن رؤيته للأشخاص والأشياء مختلفة عما هي في الحقيقة. وكلما ضاقت هذه المنطقة اقترب الإنسان إلى النجاح في الحياة، وتمكّن من تقدير الذات. وهي تساعد الإنسان على محاسبة نفسه وتحليل سلوكاته وسلوكات غيره بإنصاف وبطريقة أكثر واقعية وعدلاً.

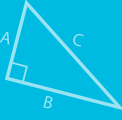
ومضة

من الخطأ تحويل مواقع التواصل الاجتماعي إلى كاميرات مباشرة لنقل كل أسرارك.
«لاتفتح منطقتك المخفية على مصراعيها».

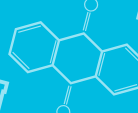


الدرس الثاني

كيف أفكر (1)؟



AB





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم التفكير.
- يستنتج أنماط التفكير من خلال تطبيق مقياس (هيرمان) للتفكير.

تمهيد



ينصح علماء النفس دائمًا بأن يكون الإنسان في رحلة سعي دائم لتعرّف شخصيته ونمط تفكيره ومعرفة سلبياتها وإيجابياتها، سيما لو كان يبحث عن النجاح والتألق والسعادة في حياته سواء المهنية أو الخاصة، فمعرفة الإنسان بنمط تفكيره بلا شك سيكون له أثر بالغ في محاولة تفادي الأنماط السيئة التي تظهر من خلال علاقاته وتعاملاته مع من حوله في الحياة، كما أن معرفته بالأنماط الإيجابية في التفكير التي يتمتع بها ستزيد من ثقته بنفسه، وتجعله يعمل على تميّتها بالقدر الذي يساعده على خلق مساحة من التفاؤل والسعادة، ما يساعده على تحقيق المزيد من التألق والنجاح.



مفهوم التفكير

يعتبر التفكير من العمليات المعقدة والتي يمكن أن تعرّف على أنها:

سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عند تعرضه لمثير بعد استقباله بإحدى الحواس الخمس ، ويمكن أيضا أن يعرّف بشكل بسيط على أنه «نشاط عقلي يبحث عن حل لمشكلة ما».

أنماط التفكير

تتعدد أنماط التفكير الإنساني، والتي يختص كل منها بوجود نظرة مختلفة لواقع الحياة، ولكل ما يحدث في البيئة التي تحيط بالإنسان، فهي جزء رئيس من نجاح الإنسان في إدارة حياته ، وتعامله المتميز مع الآخرين ، وتحديد أسباب اختياراته، وفهم طريقة تفكيره وتفكير الآخرين من حوله.

• لماذا أنماط التفكير؟

• لماذا تختلف ردود أفعالك عن غيرك؟

• لماذا تصرفاتك ليست كتصرفات الآخرين؟

• لماذا تفعل ما تفعله، ويفعل الآخرون ما يفعلونه؟

هل تود معرفة كل ذلك؟

إن كنت تود وترغب في معرفة كل ما سبق، فهي لتكتشف نمط تفكيرك من خلال نموذج بوصلة (هيرمان) للتفكير.

ومضة

سيساعد فهمنا لأنماط التفكير على إزالة الكثير من سوء الفهم بيننا وبين من حولنا.

نشاط 4-1



اكتشف نمط تفكيرك من خلال الإجابة على العبارات التالية لنموذج بوصلة (هيرمان) للتفكير:

لا X	نعم ✓	العبرة	الفئة	الرقم
		حرصي على الدقة والحقائق قد يجعلني في نظر الآخرين جاف المشاعر.	A	1
		أعمل مع الآخرين عن طيب نفس من أجل هدف مشترك.	C	2
		أدرك الأرقام وأعي دلالاتها ولي القدرة على حسابها.	A	3
		لدي القدرة على توقع احتياجات الآخرين ومن ثم مراعاتها.	C	4
		أدرك الكثير من الأشياء بالحدس والبديهة دون التفكير العميق فيها.	D	5
		حذر وحريص واهتم بالعواقب كثيرًا.	B	6
		أجمل اللحظات هي التي أسعد فيها الآخرين.	C	7
		أتحمس للأهداف وأكرس لها وقتي وجهدي كله.	D	8
		أستطيع أن أحدد سبب المشكلة عند حدوثها، وأحلها، ثم أجد لها الحل المناسب.	A	9
		لا يمكن أن أصبر على الفوضى، بل أرتب وأنظم كل الأمور والأشياء الخاصة والعامة.	B	10
		لدي القدرة على تنمية العلاقات مع الآخرين والمحافظة عليها.	C	11
		المال عندي للإنفاق ويصعب عليّ جمعه أو ادخاره.	D	12
		لستُ بخيلاً ولكني لا أصرف شيئاً من مالي إلا بعد تحليل ودراسة متأنية.	A	13
		أكره الروتين و أحب التغيير دائماً.	D	14
		أحافظ على أغراضي وممتلكاتي بطريقة منظمة ومرتبّه.	B	15
		يقول بعض الناس عني (أنت مندفع ولا يمكن توقع أفعالك).	D	16
		أعتبر أنني أسير بوضوح إلى هدفي الذي قررتّه.	A	17
		أنفذ الأمور خطوة بخطوة، وأتمتع بالدقة في عملي.	B	18
		أعتبر أن علاقتي الطيبة بالآخرين هي أعز ما أملك.	C	19
		أميل للعمل أكثر من ميلي للتأمل والتفكير.	B	20
		مستعد للخدمة وتقديم نفسي للآخرين متى احتاجوا إلى ذلك.	C	21
		أجد نفسي أفكر وأستنتج بعيداً عن العاطفة والمشاعر.	A	22

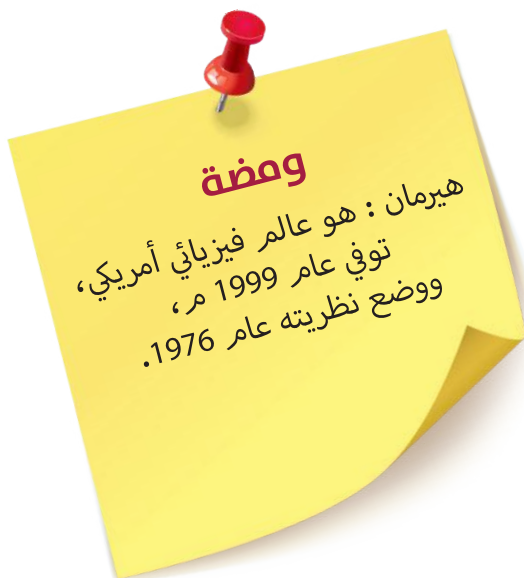
لا x	نعم ✓	العبارة	الفئة	الرقم
		يعتمد عليّ الآخرون ويثقون في إنجازي وإخلاصي.	B	23
		أحب التحدث مع الآخرين عن مشاعري وأحاسيسي.	C	24
		تستهويني الأفكار غير المعتادة والتي يسميها الآخرون أفكارًا مجنونة.	D	25
		لديّ قدرة عالية على وضع تفسير وأسباب للأحداث واستنتاج آثارها المنطقية.	A	26
		لديّ القدرة على مواصلة العمل حتى إنجازته.	B	27
		أجيد بتّ الحماس في همم الآخرين.	C	28
		أمتلك معرفة مميزة بالمواضيع العلمية والتقنية.	A	29
		أعتبر نفسي عطوفًا ولطيفًا وأساعد الآخرين متى احتاجوا ذلك.	C	30
		أحب العمل في أكثر من شيء في وقت واحد.	D	31
		أراقب وجوه الآخرين وتعبيراتهم لا إرادياً عندما يتحدثون إليّ.	C	32
		كثيرًا ما تراودني الأفكار الجديدة والمبتكرة.	D	33
		لا أحب أن يقاطع أحد نمطي الرّوتيني.	B	34
		أشعر بارتياح أثناء أدائي لأعمال التّصنيف والترتيب والتنظيم.	B	35
		أهتم عادة بالصّورة العامّة (الكبيرة) ولا أدقق في التّفصيل.	D	36
		أعتقد أن العمل الدّراسيّ أهم بكثير من المشاعر الإنسانية.	A	37
		يفضل الآخرون أن أتولى زمام القيادة عند العمل معهم.	A	38
		أدوّن التزاماتي الاجتماعية في مفكري الخاصة و أحرص على القيام بها.	B	39
		أتمتع بروح الدّعابة والسخرية التي قد توقعني في مشاكل.	D	40
		أميل في حكمي على الأشياء على حدسي و توقعاتي أكثر من ميلي إلى التّحليل.	D	41
		أفضّل تعليمات محددة وواضحة عند العمل على أن يترك الأمر بلا خطوات محددة و واضحة.	B	42
		يصفني النّاس بأني عاطفي.	C	43
		يصفني النّاس بأني حريص أو حذر أو منضبط.	B	44
		يصفني النّاس بأني مغامر.	D	45
		يصفني النّاس بأني حازم أو عقلائي.	A	46

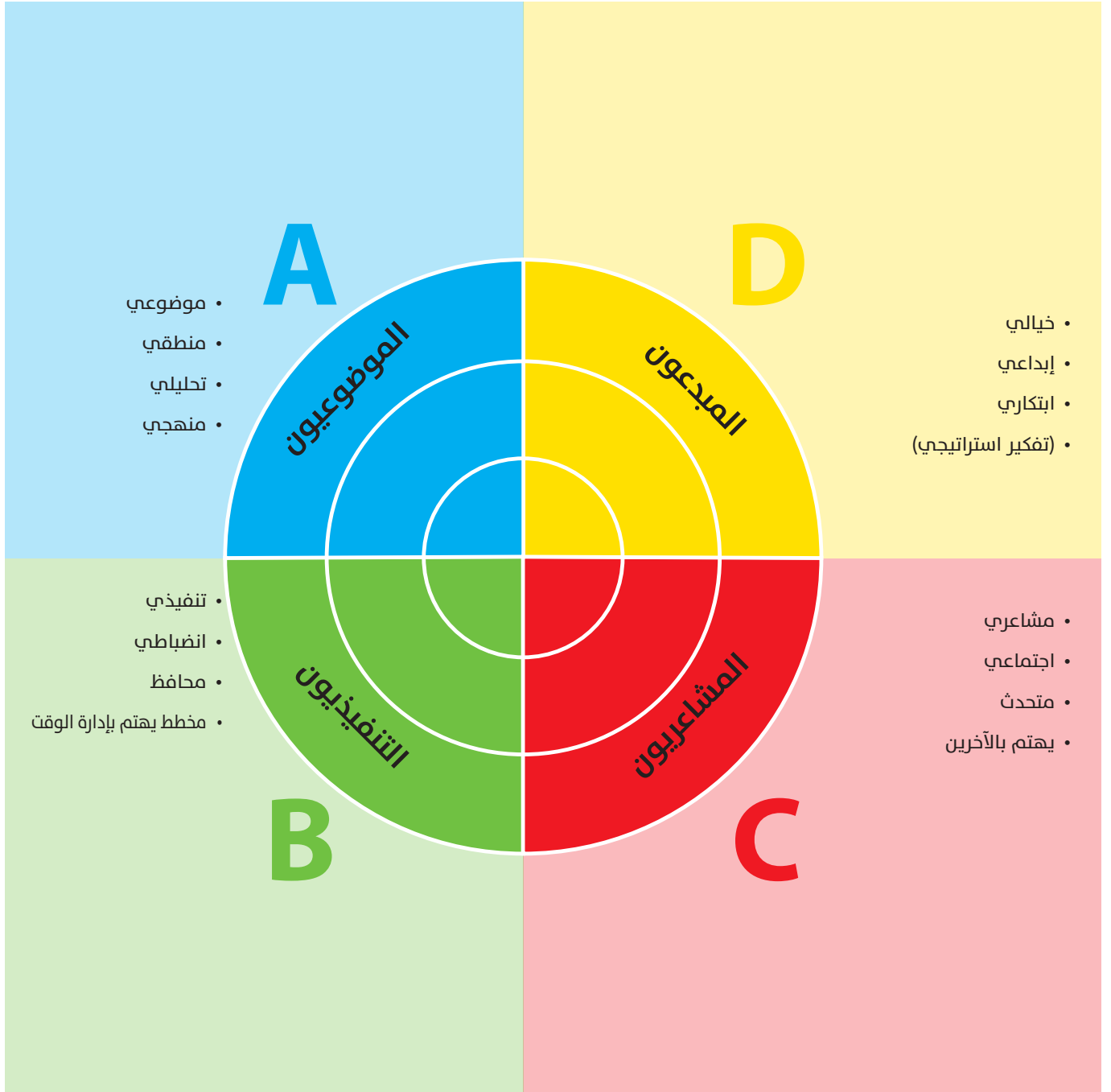


لا x	نعم ✓	العبرة	الفئة	الرقم
		أحبّ معرفة التفاصيل أو خطوات أيّ عمل سأقوم به.	B	47
		لا أحبّ الأنظمة والقوانين وأشعر بأنّها تقيّدني.	D	48
		أحبّ السّعر أو القصص أو التّواصل مع الآخرين.	C	49
		أشعر بأنه يجب أن تنفّذ القوانين والعقوبات بحزم وبدون عاطفة أو مجاملات.	A	50
		لا أحبّ الأشياء المحتملة أو التي لا يمكن توقع نتائجها (غير المضمونة).	A	51
		أحبّ مساعدة الآخرين وإعطاءهم من وقتي ومالي وجهدي.	C	52
		أحبّ التّخطيط التفصيلي لأيّ عمل سأقوم به.	B	53
		عند شرائي لجهاز جديد أحاول تشغيله بنفسني دون اللجوء إلى كتيّب التّشغيل.	D	54
		أحبّ الاستماع لمشاكل الآخرين ومساعدتهم.	C	55
		لديّ القدرة على التّعامل مع الأرقام أو الحسابات.	A	56

مقياس هيرمان - بوصلة تحليل أنماط التفكير

D	C	B	A





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يستكشف طريقة تفكيره من خلال بوصلة (هيرمان).
- يوظف بوصلة (هيرمان) في المواقف الحياتية.

ومضة

تغيير حياتك يبدأ من تغيير تفكيرك. أنت تفكر سواءً رضيت أم أبيت.
المسألة هي: كيف تفكر، وقيم تفكر.

(قول مأثور)

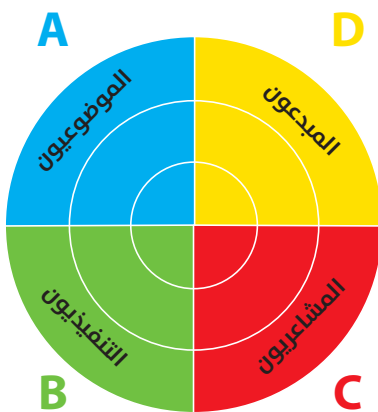
تمهيد

اقترح هيرمان نموذجًا لشرح كيفية عمل الدماغ التي تعمل من الناحية الفسيولوجية: كيف يفكر، ويبدع، ويحل المشاكل، ويتواصل مع الآخرين، وما إلى ذلك...

ويعتبر نموذج هيرمان لفهم وظائف الدماغ نموذجًا رمزيًا وليس فسيولوجيًا يمثل الأقسام الأربعة للدماغ البشري، وتمثل هذه الأقسام الأربعة مناطق التفكير في الدماغ، مع ملاحظة أن هذه المناطق الأربعة مترابطة، وتعمل معاً لتشكيل «الدماغ الكلي»، كما أنه في الغالب تسود أو تهيمن لدى كل فرد منطقة واحدة أو أكثر من هذه المناطق الأربعة..

أنماط التفكير من خلال بوصلة (هيرمان):

تنقسم أنماط التفكير من خلال بوصلة هيرمان إلى أربعة مناطق مترابطة تشمل:



- منطقة ربع اليسار الأعلى ولونها **أزرق** وسماها **A (الموضوعيون)**
- منطقة ربع اليسار الأسفل ولونها **أخضر** وسماها **B (التنفيذيون)**
- منطقة ربع اليمين الأسفل ولونها **أحمر** وسماها **C (المشاعريون)**
- منطقة ربع اليمين الأعلى ولونها **أصفر** وسماها **D (الإبداعيون)**



A . التفكير التحليلي أو الرقمي (Analytical)

- ويطلق على أصحاب هذا النمط من التفكير «الموضوعيون» أو «التحليليون».
- ومن سمات أصحاب هذا التفكير:
- التركيز على إيجاد الحقائق من خلال الحصول على الأرقام والوثائق والمعلومات.
 - استعمال المنطق.
 - الاستماع والإصغاء للغير والتّميّز بالموضوعية.

B . التفكير الموجه أو التنفيذي (Sequential)

- ويطلق على أصحاب هذا النمط من التفكير «المبدعون».
- ومن سمات أصحاب هذا التفكير:
- يشبه دور المخرج السينمائي الذي يدير ويضع جدول الأعمال، ويقرر الأدوار المناسبة لكل شخص.
 - له دور فعال في وضع الخطط، وإعطاء التعليمات.
 - التركيز والاهتمام ببرمجة وترتيب خطوات التنفيذ والإنجاز.
 - يدفع الحوار والتفكير والنقاش للخروج بنتائج عملية، واقتراحات فعالة.
 - لا يُفضل الجدل أو النقاش غير العملي.

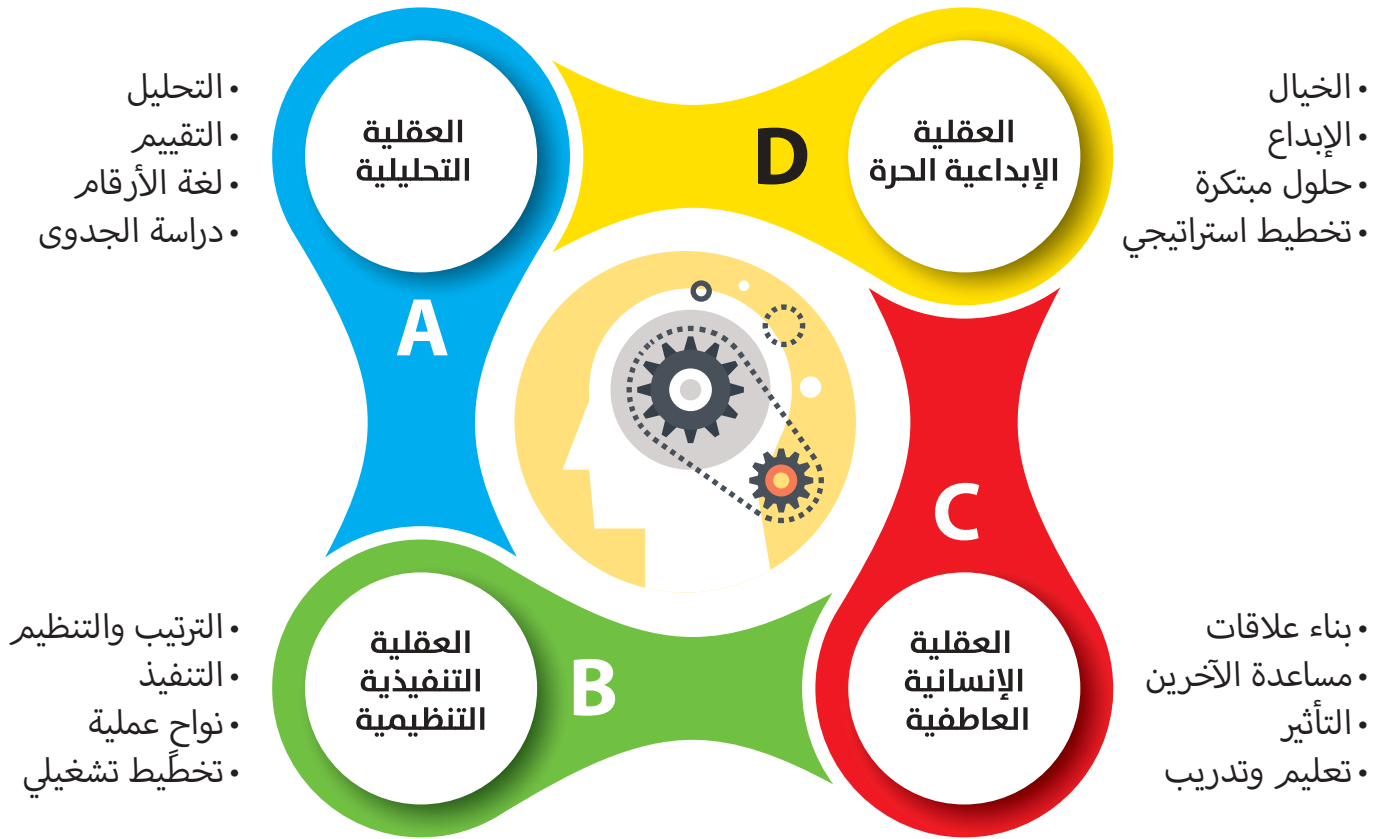
C . التفكير العاطفي (Interpersonal)

- ويطلق على أصحاب هذا النمط من التفكير «المشاعريون».
- ومن سمات أصحاب هذا التفكير:
- يعتمدون على المشاعر، والحدس، والاحساس.
 - يظهرون المشاعر والأحاسيس دون وجود مبرر.
 - يتخذون القرارات على أساس المشاعر أو الإحساس الداخلي دون الاهتمام بالحقائق.

D . التفكير الإبداعي (Creative)

- وهذا النمط من التفكير يمثل النمو والتغيير والابتعاد عن الأفكار والأساليب القديمة، والتركيز على التفكير بطريقة غير مألوفة وجديدة. ويطلق على أصحاب هذا النمط من التفكير «المبدعون».
- ومن سمات أصحاب هذا التفكير:
- عدم الممانعة في أخذ الوقت والجهد الكافي للبحث والوصول إلى أفكار وبدائل جديدة.
 - لديه الاستعداد لتحمل المخاطر والمشقات للوصول لهدفه.
 - لا يُفضل الروتين أو التقيّد بالقوانين.

مخطط أنماط التفكير (هيرمان)



تطبيقات (هيرمان) في الحياة:

يستخدم الفرد ويطور عدة طرق وأساليب أثناء تفاعله مع البيئة بكافة مكوناتها، ولاسيما عندما يواجه مشكلات ومواقف بحاجة إلى تفكير من أجل الوصول لحل أو لاتخاذ قرار معين. وعند تكرار الفرد هذه الطرق والأساليب أثناء التعامل مع مواقف مختلفة قد تثبت وترسخ لديه، وهذا ما يسمى بعادات التفكير.

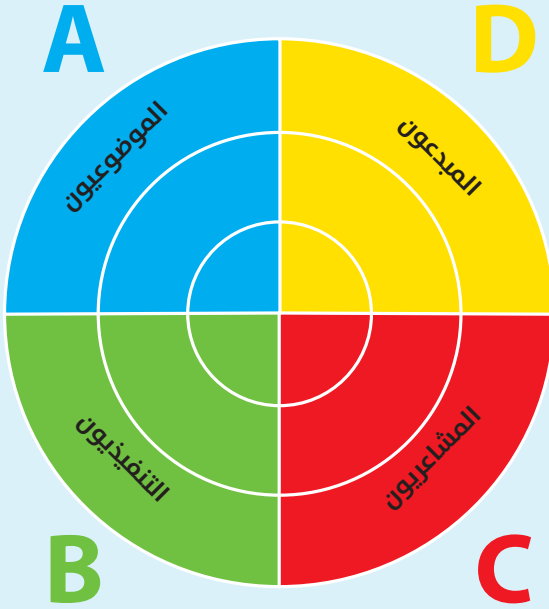
يُعدّ مقياس (هيرمان) من أدوات التشخيص التي يمكن بواسطتها تعرّف طريقة تفكير الإنسان، وبالتالي تعرّف سلوكه. وقد جاء تقييم (هيرمان) ثمرة لبحوث استغرقت (15) عامًا، تم فيها التحقق من صحته وفاعليّته. وتناولته بالبحث العديد من أطروحات الدكتوراة والمقالات العلمية المنشورة، ولذا يُعدّ متطورًا من حيث دقته وتصنيفه لأنواع التفكير، وتصنيف اتجاهات الأشخاص، الأمر الذي يجعل عددًا كبيرًا من الشركات العملاقة تطبق هذا المقياس على العاملين في مؤسساتها لوضع الموظف المناسب في المكان المناسب.



تأمل الجدول أدناه، ثم حدد النمط الذي يشير إليه السلوك:

النمط	السلوك
	<ul style="list-style-type: none"> • منضبط ويملك القدرة على تنفيذ الأعمال الروتينية بدقة بالغة. • لديه مهارة عالية في وضع خطط تساعد على تنفيذ واجباته ومهامه في وقتها. • يعالج قضاياها بشكل عملي.
	<ul style="list-style-type: none"> • يهتم بالحقائق، وكثير الأسئلة حول التفصيل صغيرًا كان أم كبيرًا، حيث لا يستطيع أن يترك أي فكرة صغيرة تمر دون تمحيصها. • يفكر غالبًا بعمق، ثم يقرر بهدوء، وغالبًا يصر على صحة رأيه. • يغلب عليه الطبع الهادئ، والتصرف بعقلانية.
	<ul style="list-style-type: none"> • لديه القدرة على الابتكار، ويحب الاستكشافات والمغامرات. • يفضل التجارب العلمية والبحثية التي تساعد على توسيع أفقه وفهم المعلومات بدلًا من حفظها فقط. • قراراته سريعة وكبيرة، وقد يتصرف ثم يفكر.
	<ul style="list-style-type: none"> • لديه قدرة على إقامة علاقات مع الآخرين والتودد إليهم، وتلبية احتياجاتهم دون الحاجة إلى طلبها. • يحب المناخ الذي تسوده المحبة، وقد يكره مقررًا ما في حال وجود شائبة تشوب العلاقة بينه وبين معلمه، والعكس بالعكس. • يفضل العمل ضمن فريق، ويفضل المصلحة العامة على اهتماماته الشخصية.

نشاط 6-1



بناء على المهارات الموضحة في مخطط أنماط التفكير السابق، لو تم اختيارك للعمل في قسم تسويق إحدى المؤسسات، كيف يمكنك تقديم مقترح تسويقي تخاطب به كافة أنماط العملاء؟

نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم الذكاءات المتعددة.
- يستكشف ذكاءاته المتعددة.

تمهيد

وضعت جامعة ستانفورد أول اختبار للذكاء عام 1904م، ثم تعددت الاختبارات حتى قام عالم النفس وأستاذ المعرفة والتربية بجامعة هارفارد الأمريكية هوارد جاردنر Howard Gardner بنوع من التحديد لمفهوم الذكاء الكلاسيكي المتمثل في القدرة العقلية العامة، من خلال تطبيق امتحان الذكاء التقليدي (I.Q). وقد ابتداءً هذا التحديد باختبار المعتقدات الشائعة حول الذكاء، حيث توصل إلى اقتراح مفاده وجود أنواع مختلفة من الذكاء، ما تزال أساسية حتى اليوم. وقد حاول من خلال تحاليل علمية لنظريته أن يوسّع مفهوم القدرة البشرية إلى أبعد من معامل الذكاء الكلاسيكي المعروف.

وقد انتشرت نظرية الذكاءات المتعددة على نطاق واسع بعد أن نشر هوارد جاردنر كتابه: «أطر العقل Frames of Mind» عام 1983. وقد عمل جاردنر مستشارًا لكثير من المدارس الأمريكية وقام بتأليف ونشر عدد كبير من الكتب والمقالات عن الذكاءات المتعددة، حتى أصبحت نظريته موضع اهتمام على مستوى واسع، وتبناها تربويون، وتضمنتها دورات تدريب المعلمين، وكذلك بعض المقررات الدراسية. وأخيرًا أكد جاردنر أن الذكاءات لها أثر كبير في تطوير التفكير وحل المشكلات واتخاذ القرارات السليمة.

مفهوم الذكاءات المتعددة:

عرّف هوارد جاردنر - صاحب نظرية الذكاءات المتعددة - الذكاء بأنه يتكوّن من قدرات متعدّدة، تظهر في مجالات مختلفة، ويمتلك جميع الأفراد هذه القدرات ولكن بدرجات متفاوتة.

بنيت نظرية الذكاءات المتعددة على الأسس المعرفية التالية:

- كل فرد يمتلك ثمانية أنواع من الذكاء، ولكن الأفراد يختلفون في نسبة وجود كل ذكاء منها.
- معظم الناس يستطيعون الاستثمار في كل ذكاء من هذه الذكاءات.
- تعمل الذكاءات بشكل جماعي، وبطرق متعددة ومعقدة.
- ثمة العديد من الوسائل والاستراتيجيات التي تنمي هذه الذكاءات.

أنواع الذكاءات المتعددة:

الذكاء مُكوّن من قدراتٍ مُتعددة، ويظهر في مجالاتٍ مختلفة، وجميع الأفراد يمتلكون هذه القدرات، لكن بدرجات متفاوتة.

الوظائف المحتملة	المهارات	الوصف	الذكاءات
<ul style="list-style-type: none"> • الفن المعماري والهندسة. • التصميم الداخلي . • الفن المرئي . • وظائف الإبحار . • اختراع الأشياء . • أعمال الميكانيكا. • الفلك. 	<ul style="list-style-type: none"> • القراءة و الكتابة. • فهم الصور والخرائط والجداول والرسوم . • تركيب و بناء الأشياء وتصميم النماذج . • حل الألغاز المرئية . • القدرة على تحديد الاتجاهات والمواقع. 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على فهم واستيعاب الأشياء المرئية. • الاهتمام بالصور والخرائط والأفلام. 	 <p>الذكاء الحسيّ البصريّ</p>
<ul style="list-style-type: none"> • تدريس اللغات. • الصحافة . • المحاماة. • الترجمة . • تأليف القصص والروايات. • مجالات الشعر والفنون الأدبية. • خدمة العملاء. • الإعلام والخطابة. 	<ul style="list-style-type: none"> • التحدث و الكتابة . • قصّ الحكايات والسّرح والإيضاح . • فهم وتصريف معاني الكلمات. • تذكر المعلومات . • إقناع الآخرين بوجهات النّظر. • تحليل الاستخدام اللغوي. • إتقان الألعاب المعتمدة على. الكلمات. 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على استخدام الكلمات والألفاظ والمعاني وتسلسل الكلمات في مهارتي التّحدث والكتابة. • تميّز المتعلّم بطلاقة الحديث والقدرة على تعلّم كلمات وألفاظ وتعابير جديدة بكل سهولة. 	 <p>الذكاء اللّفظيّ / اللغويّ</p>
<ul style="list-style-type: none"> • تدريس الرياضيات . • برمجة الكمبيوتر . • الهندسة . • المحاسبة. • الموارد البشرية. • المشتريات. • إحصاء وبرمجة. 	<ul style="list-style-type: none"> • أسلوب حل المشكلات وتنظيم وتصنيف المعلومات . • التّعامل مع المفاهيم المجردة لاستنباط العلاقات بين الأشياء • أداء التّجارب المحددة • أداء العمليات المعقدة والمركّبة. • سهولة التّعامل مع الأشكال . • إثارة التساؤلات حول الأحداث الطبيعية. 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على تحليل الأسباب وتوظيف الأرقام والمنطق . • يهتم المتعلّم بأنماط التّسلسل المنطقيّ والرّقمي لإيجاد علاقات بين المعلومات . 	 <p>الذكاء المنطقيّ / الحسابيّ (الرياضيّ)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • تدريس التربية الرياضية . • أبطال ألعاب القوى. • التمثيل. • رجال الإطفاء. • العلاج الطبيعي. • الميكانيكا والحرف. 	<ul style="list-style-type: none"> • أداء التّمارين الرّياضية بإتقان. • التّمثيل و تقليد الحركات الجسدية . • التّوافق الجسدي و التعبير عن المشاعر بأداء الحركات الجسدية (الإيماء - لغة الوجه - اللمس). 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على التّحكم بحركة الجسد والتّعامل بمهارة بالأشياء المحيطة . • التّعبير عن النفس عن طريق الحركة وامتلاك القدرة على التوازن و التّوافق بين العين واليد. 	 <p>الذكاء الحسيّ/ الحريّ</p>

الوظائف المحتملة	المهارات	الوصف	الذكاءات
<ul style="list-style-type: none"> • الاستشارات . • السياسة . • ريادة الأعمال . • العلاقات العامة . • إرشاد وتوجيه . 	<ul style="list-style-type: none"> • الاستماع للآخرين وتفهم طبائعهم ومشاعرهم . • التّشاور مع الآخرين والعمل ضمن مجموعات . • التّواصل مع الآخرين . • ملاحظة توجهات ومحفزات ونوايا الآخرين . • بناء الثقة ومحاولة التّوصل للحلول أثناء الخلافات . 	<ul style="list-style-type: none"> • رؤية المتعلّم للأشياء من وجهة نظر الآخرين لتعرّف نمط تفكيرهم و فهم مشاعرهم . • القدرة على التّنظيم مع الآخرين واستخدام اللّغة اللّفظية وغير اللّفظية من أجل إقامة علاقات ووسائل اتصال مع الآخرين . 	 <p>الذكاء التفاعلي / الاجتماعي</p>
<ul style="list-style-type: none"> • مجالات العلوم الفلسفية . • مجالات البحث والاستشارة . • الطب النفسي . • الإرشاد الديني . • الإرشاد النفسي . 	<ul style="list-style-type: none"> • فهم الذات وتحليلها . • تقييم طريقة التّفكير والتخطيط الجيد . • فهم المتعلم لدوره بين الآخرين . • أداء المشاريع المعتمدة على الجهد الذاتي . • عكس القدرات الذاتية للمتعلم لتوجيه أسلوب ممارساته . 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على فهم الذات وتعرّف كينوتها . • فهم المتعلّم لمشاعره وأحلامه وتنظيم علاقاته مع الآخرين . • تعرف المتعلّم على مكامن القوة والضعف لديه واتّخاذ القرار المعتمد على حاجاته ومشاعره وأهدافه الذاتية . 	 <p>الذكاء الذاتي / التأملي الإبداعي</p>
<ul style="list-style-type: none"> • مطربون . • مدرسو الموسيقى . • عازفو آلات موسيقية . • مؤلفو الأغان والأغاني . • الإنشاد . • هندسة الصوت . • التربية المسرحية . 	<ul style="list-style-type: none"> • الغناء . • عزف الآلات الموسيقية . • تعرّف أنماط الإيقاعات . • تأليف الموسيقى . • تذكّر النغمات وفهم التراكيب والألحان الغنائية . • إصدار الأصوات (الهمهمة - الصّفير - تقليد أصوات الأشياء) . 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على أداء وتقدير الموسيقى . • اهتمام المتعلّم بالأصوات المحيطة به بجميع أنواعها وبالألحان والأنماط الموسيقية . • يستجيب المتعلم للموسيقى اما بتقديرها أو انتقادها . 	 <p>الذكاء الإيقاعي / الموسيقي</p>
<ul style="list-style-type: none"> • البحوث في حقائق الحيوانات أو المتاحف الطبيعية . • العمل في المنظمات البيئية ورعاية الحيوان . • البحوث في مجال الجيولوجيا والفضاء . • تقديم النشرات الجوية . • تدريس الجغرافيا والمواد الزراعية . 	<ul style="list-style-type: none"> • الرّغبة في زيارة المحيط الخارجي (جبال - حدائق - غابات - أنهار) . • ملاحظة الحيوانات و تربيتها . • جمع و تصنيف أنواع النباتات . • الاهتمام بالظواهر الطّبيعية ورصدها (خسوف - كسوف - زلازل - براكين) . • مطالعة المصادر (كتب - برامج - أفلام) التي تهتم بالطبيعة والعلوم والكائنات الحية . 	<ul style="list-style-type: none"> • القدرة على تقدير وفهم العالم الطبيعيّ . • تعرّف المتعلّم على الطّبيعة (نبات - حيوان - ظواهر طبيعية) . • الاهتمام بأنماط الحياة الأخرى ومدى تفاعلها في البيئة . 	 <p>الذكاء الطّبيعيّ</p>

نشاط 7-1



- تحدث أمام زملائك في موضوع تحبه لمدة نصف دقيقة دون نطق حرف (ذ).
- أي نوع من أنواع الذكاءات، قمت باستخدامه في هذا التمرين؟

استكشف ذكاءاتك المتعددة:

نشاط 8-1



- اقرأ مؤشرات كل نمط.
- قيم نفسك من 1 إلى 10 حسب مدى انطباق السلوك عليك.
- اجمع درجاتك في كل ذكاء.
- رتب الدرجات التي حصلت عليها من الأعلى إلى الأقل.

الذكاء اللفظي / اللغوي

1	أكتب وأقرأ الكتب الثقافية والشعر والقصص والمجلات
2	تجذب انتباهي التعليمات الموجودة على اللوحات الإرشادية والإعلانات أكثر من الصور.
3	لديّ قدرة كبيرة على الحفظ.
4	أستطيع التحدث بوضوح وأناقش في الآراء العامة والموضوعات المهمة.
5	أفضل اللغة العربية واللغة الإنجليزية واللغات الأخرى على المواد الدراسية الأخرى.
6	أنا بارع في حل الكلمات المتقاطعة وتكوين الكلمات والجمل وغيرها من الألعاب اللغوية.
7	لديّ قدرة على التلاعب بالألفاظ والتورية المضحكة.
8	أبحث عن مفردات جديدة ومواطن الجمال في اللغة العربية واللغات الأخرى.
	المجموع

الذكاء الرياضي المنطقي

1	أقوم بعدد درجات السلم والأشجار في الطريق أو أي شيء أمامي.
2	أقارن دائماً بصيغ: أكبر وأصغر وأطول وأقصر.

3	أحبّ مواد الرّياضيات والإحصاء والعلوم.
4	أستمتع بحل الألغاز الرّياضية.
5	أحبّ الأفكار التي تبدأ بـ (بماذا لو؟).
6	من السّهل علي استخدام الأرقام والرّموز العددية دون آلة حاسبة.
7	أستخدم المعادلات لوصف ملاحظاتي.
8	أحبّ الرّسوم الهندسية والتخطيط والرسم البياني.
المجموع	

الدّكاء الحسيّ الحركيّ

1	تنخفض طاقتي عند المذاكرة لمدة ساعة ، وأنام أكثر من 8 ساعات.
2	أحرك ذراعِي أثناء التّحاور العادي دون شعوري بذلك.
3	أتحرك أثناء التفكير كثيرًا.
4	أحب لمس الأشياء وعدم الاكتفاء بالنظر إليها.
5	أمارس رياضة معينة بشكل منتظم لمدة 5 ساعات أسبوعيًا.
6	أستمتع بالأشغال اليدوية ؛ كالفخار والتّحت والتّجارة والغزل ...
7	أفضل تعلّم مهارات جديدة دون قراءة.
8	أحبّ الخروج والحركة الكثيرة.
المجموع	

الدّكاء التّأمليّ الإبداعيّ

1	أستمع أكثر مما أتحدّث.
2	لديّ هدف وخطة وإرادتي قوية.
3	أتأمل الكون والوجود والنّفس وأحوال المجتمع.
4	أحترم الوقت والرّمن.
5	أقضي أوقاتًا طويلة في التّفكير والتّفكّر بمفردتي.
6	لديّ اهتمامات وهوايات يراها الناس غريبة.
7	أتعامل مع الظّواهر وفقًا لقوانينها وقواعدها.
8	أهتم بمعرفة ذاتي وأعرف نقاط قوتي وضعفي وحالتي المزاجية.
المجموع	



الدِّكَاةُ الإِيْقَاعِيَّةُ المَوْسِيقِيَّةُ

1	أحفظ جيّدًا الأغاني والأناشيد.
2	صوتي جميل وأقلد الأصوات والألحان.
3	أستمع إلى الأغاني والأناشيد أكثر من القراءة ومشاهدة الأفلام.
4	أنشد عند المشي وعلى السرير وأثناء الاستحمام.
5	أستطيع تذكّر لحن جديد بسهولة، وأغيّره حسب حالتي المزاجية.
6	أحوّل العبارات والتّصوص والأرقام إلى ألحان.
7	أتقن العزف على آلة موسيقية.
8	أحافظ على الإيقاع أثناء الصّفير أو النقر بالأصابع.
المجموع	

الدِّكَاةُ الحَسْبِيَّةُ البَصْرِيَّةُ

1	أحب الكتب ذات الصّور الكثيرة، وأستطيع تخيل الصّورة في أبعادها الثلاثية.
2	أحبّ الرّسم، والألوان تلفت انتباهي وأضيف إلى الواقع من خيالي.
3	أميّز الأشكال بدقة وسرعة.
4	أحدّد مكاني بسهولة من بيتي، وأعرف القبلة والاتجاهات الأربعة.
5	أستمتع بالغاز الصّور والمتاهات.
6	أقوم بالرّسم العاّبث والتّخطيط أثناء التفكير.
7	الهندسة عندي أسهل من الجبر.
8	أسجّل الأحداث والمناسبات بالصّور أو الفيديو أو الرّسم.
المجموع	

الدِّكَاةُ الطّبيعيَّةُ

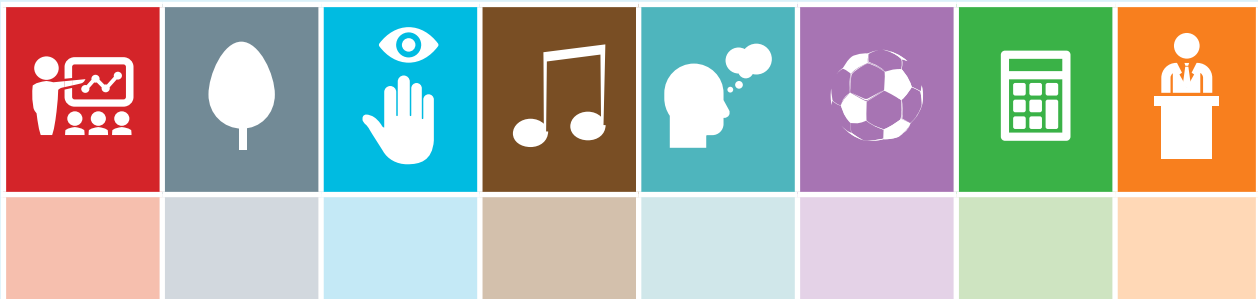
1	أنا أحبّ الحيوانات جميعها.
2	أستمتع كثيرًا بصيد الأسماك والحيوانات، والزراعة والطهي.
3	أقوم بجمع الصّخور والحشرات مثل؛ الفراشات والأصداف وغيرها.
4	أتفقد عادة تقارير المناخ لتهيئة الظروف المناسبة.
5	أهتم بزراعة الزهور والنباتات بشكل عام.

6	أحبّ تنظيم الأشياء والوجود خارجًا.
7	كثيرًا ما أستخدم كاميرا أو مسجل فيديو متنقلًا لتسجيل ما أشاهد حولي .
8	ألاحظ السّمات الأساسية للكائنات بشكل عفويّ.
المجموع	

الدّكاء التفاعليّ الاجتماعيّ

1	أفضّل المذاكرة في مجموعة.
2	أتمتّع بصفات قيادية؛ فأنا (حازم واثق بنفسي، محبوب ومشهور، مرن وصاحب رأي يفتقد).
3	أنجز بشكل أفضل في المجموعة، وأفضل الألعاب الجماعية.
4	أعرف 100 شخص على الأقل وأتعامل معهم.
5	يعدّني أصدقاؤني زعيمًا.
6	أشعر بارتياح مع الغرباء.
7	أشارك في المناسبات الاجتماعية، كالأفراح والأحزان والزيارات.
8	أطلب النّصح من غيري وأعلم ما يعرفه غيري عني.
المجموع	

- قم بنقل النتائج إلى المربع الآتي؛ لتتعرف نوع الذكاء الذي تمتلكه بصورة أكثر وضوحًا.
- نوع الدّكاء الذي يميّزك هو أعلى مجموع حصلت عليه.
- كل الدّكاءات موجودة لديك لكن بنسب مختلفة.





أنشطة لاصفية لدعم الذكاءات المتعددة
عزيمي الطالب ... تعتبر الأنشطة اللاصفية وسيلة للتعامل الإيجابي مع الذات، وحسب تعريف د. محمد عمر
(هي الطريقة التي ينظر بها الإنسان إلى نفسه). وإليك بعض الأنشطة المقترحة لدعم الذكاءات المتعددة لديك.

• أضف بعض الأنشطة الأخرى لدعم الذكاءات المتعددة لديك:

الأنشطة اللاصفية

اللغوي

مناظرات باللغة العربية واللغة الانجليزية -
Qatar Debate

.....
.....

الموسيقى

الاشتراك في المسرحيات وممارسة الكتابة.

.....
.....

البصري

المشاركة في الأعمال الفنية واليدوية، من
خلال المتاحف.

.....
.....

المنطقي

برنامج البيرق في جامعة قطر.

.....
.....

الحركي

الاشتراك في الأنشطة الرياضية المتوافرة في
مراكز رياضية في جميعها - ومثال ذلك: أسباير.

.....
.....

الطبيعي

برنامج أصدقاء البيئة والصحة.

.....
.....

فوائد الذكاءات المتعددة والدراسة :

- تساعد الطالب كثيرًا في تعزيز التعلّم وحل المشكلات الحياتية.
- تسهّل عملية قياس القدرات الأكاديمية، وذلك عكس الذكاء الكلاسيكي الذي يعتمد على الإجابات القصيرة.
- تساهم في تحديد فريدة الطالب وتساعد على تقوية شخصيته.
- تدعم المُعلّم في تصميم دروس مبنية على قدرات الطالب ونقاط قوته وضعفه.
- تحفّز الطالب على استخدام إمكانياته؛ لفهم قدرات الاستيعاب لديه وتطويرها.

فوائد الذكاءات المتعددة في الحياة:

- تحفّز الطالب على روح المشاركة الفعّالة؛ من خلال تطبيق الأنشطة المختلفة التي تستخدم أثناء التعلم.
- تدعم الطالب الضعيف في الدراسة وتحوّله إلى طالب مجتهد شغوف بالتّعلم؛ وذلك من خلال تطبيق أنشطة تعتمد على التنوّع التفكيريّ.
- تربط مهارات التّعلم بمهارات الحياة؛ حيث تقدم إلى الطالب فرص التّعلم المبنية على احتياجاته واهتماماته ومواهبه؛ مما يجعل الطالب أكثر نشاطاً واهتماماً بالدراسة.
- تساعد على ربط الجوانب الاجتماعية بالتّعليم؛ الأمر الذي يعزّز تواصل الأهل والمجتمع مع الطالب والمدرسة والمعلمين.
- تزيد من ثقة الطالب بنفسه؛ ليصبح قادرًا على إظهار قدراته والمشاركة مع الآخرين؛ مما يمنحه روح الدافعية نحو التّخصص.
- تمنح الطالب القدرة على وجود حلول للمشاكل التي تواجهه، و تساعد في الحصول على خبرات تعليمية إيجابية.



2

الوحدة الثانية أدير مواردني



أصنع رؤيتي	الدرس الأول:
أحدد أهدافي	الدرس الثاني:
أرتب أولوياتي	الدرس الثالث:
أدير وقتي (1)	الدرس الرابع:
أدير وقتي (2)	الدرس الخامس:



مخرجات الوحدة

في نهاية الوحدة، يتوقع أن يكون الطالب قادراً على أن:

- يتعرف مفهوم الرؤية.
- يدرك أهمية الرؤية.
- يتدرب على كتابة رؤيته.
- يتعرف مفهوم الهدف.
- يدرك أهمية كتابة الأهداف الشخصية.
- يضع أهدافاً ذكية لنفسه.
- يدرك أهمية ترتيب الأولويات.
- يتعرف كيف يرتب أولوياته.
- يربط بين أولوياته ومجالات الحياة.
- يتعرف مفهوم إدارة الوقت.
- يدرك أهمية الوقت.
- يضع وسائل عملية لمواجهة مضيعات الوقت.
- يتدرب على إدارة الوقت.
- يصمم برنامجاً شخصياً لإدارة وقته (مفكرة الطالب).



نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم الرؤية.
 - يدرك أهمية الرؤية.
 - يتدرب على كتابة رؤيته.

ومضة

الإيمان بالله وما وضعه في الإنسان من قدرات ومواهب هو الخطوة الأولى في طريق النجاح، لأنها تُكسب الإنسان قيمة لكل ما يقوم به.

مفهوم الرؤية Vision

نشاط 1-2



عزيزي الطالب: ما رأيك في هذه المقولة ؟

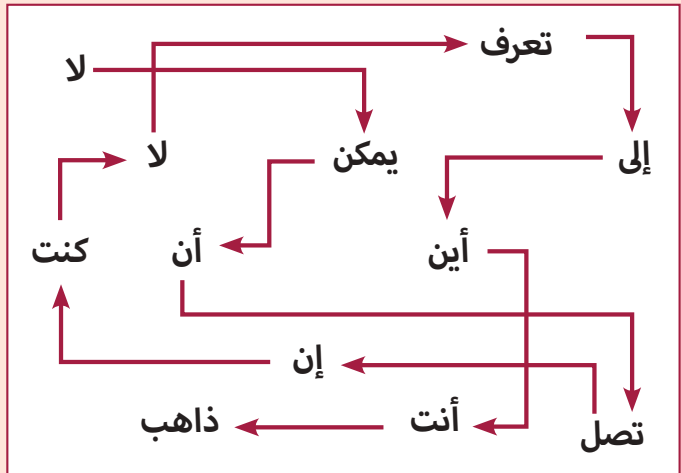
«إذا فشلت في التخطيط، فقد خطت للفشل»

- هل تملك رؤية لما سيكون عليه حالك في المستقبل؟
- هل تملك أهدافا محددة تود تحقيقها؟

نشاط 2-2



هل تستطيع أن تتوصل إلى الجملة من خلال الشكل الآتي ؟



الرؤية Vision هي الحلم الأكبر الذي ترغب في تحقيقه على المدى البعيد.



باختصار الرؤية هي
كيف ترى نفسك في المستقبل؟
أين أريد أن أكون؟

مثال في قصة



يعمل أحمد مندوب مبيعات في شركة لبيع الألبان، ولكنه دائماً ما يرى نفسه مستحقاً لمنصب أعلى من هذا. أحمد لديه شغف بالتسويق، ويريد أن يصبح مديرًا للتسويق، ومن هنا قرر أحمد التوقف والسؤال: «ماذا أريد أن أفعل لكي أصبح المدير التسويقي للشركة؟» وكان هذا هو الدافع الرئيس في قراره، حيث رأى أنه وجب عليه بناء خطة للوصول لهذا المنصب.

بدأ أحمد في البحث عن مهارات هذه الوظيفة ومهامها الرئيسة، ثم جلس وبدأ يستخدم خياله في رسم صورة للشخص الذي يريد أن يكون عليه بعد خمس سنوات من الآن، وبدأ يكتب هذه الصفات: «أريد أن أكون شخصاً أيقناً، لدي القدرة على الإلقاء والإقناع، لدي خبرة عملية وعلمية في مجال التسويق، أجد التحدث باللغتين العربية والإنجليزية، لدي القدرة على إدارة فريق وتوزيع المهام والتفاوض. لدي علم ببعض المجالات التي تمس التسويق مثل المبيعات والإدارة».

وكتب أحمد صورةً متكاملةً لهذا الشخص الذي يُريد أن يكون عليه بعد مرور خمس سنوات.

ما فعله أحمد هو تحديد الرؤية ورسم صورة متكاملة للنتيجة التي يريد الوصول إليها.



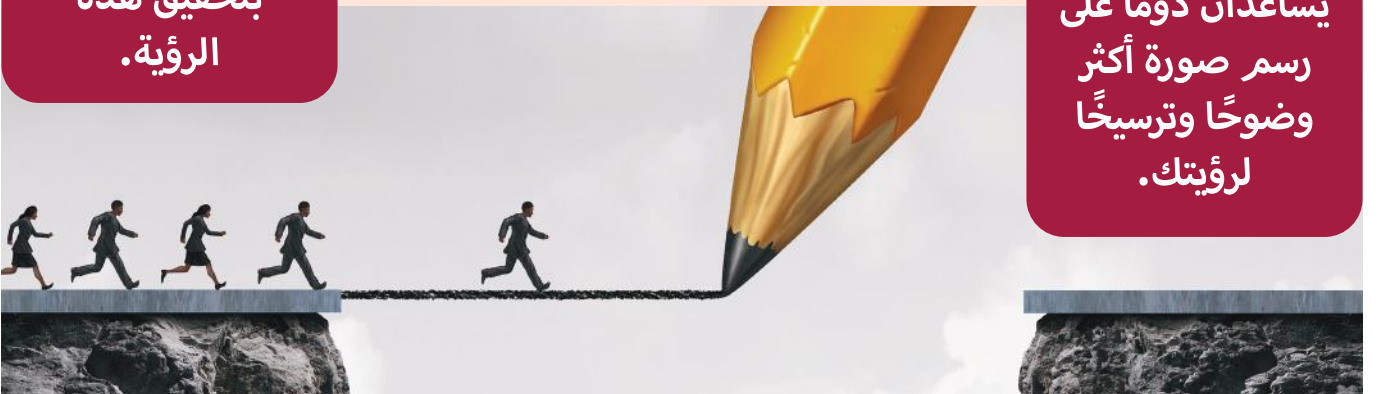
عزيزي الطالب ... أغمض عينيك واترك العنان لخيالك، وارسم صورة ذهنية تعبر عن نجاحك الذي تصبو إليه:

لا تحد من إبداعاتك، وارسم كما تتخيل نفسك.



كن إيجابياً ومتفائلاً
بتحقيق هذه
الرؤية.

الكتابة والرسم
يساعدان دومًا على
رسم صورة أكثر
وضوحًا وترسيخًا
لرؤيتك.



ومضة

تتعدّد صور النّجاح من شخص إلى آخر، فقد يكون النّجاح لدى شخص هو الحصول على سيارة فارهة وعند آخر أن يكون أستاذًا محاضرًا في أكبر الجامعات العلمية، وعند ثالث يكون من المشهورين إعلاميًا سواء أكان فنيًا أم سياسيًا أم علميًا، وقد يكون النّجاح عند بعض الأشخاص هذا كله.

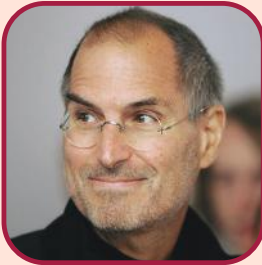
نشاط 4-2



الرؤية مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالنجاح. ضع دائماً رؤيتك أمامك، ضعها في مكان بارز، واحفظها جيداً، واجتهد في تحقيقها، فهي أنت في المستقبل.

رؤيتي :

نشاط 5-2



ستيف جوبز



الأمير الوالد
الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني



أمير دولة قطر
الشيخ تميم بن حمد آل ثاني



الدكتور مهاتير محمد

ما يجمع هؤلاء القادة أن لهم رؤية واضحة. من خلال البحث في الشبكة المعلوماتية، اختر شخصية واحدة، وتوصل إلى أسباب نجاحها من خلال رؤيتها.



2

الدرس الثاني

أحدد أهدافي





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم الهدف.
 - يدرك أهمية كتابة الأهداف الشخصية.
 - يضع أهدافًا ذكيّةً لنفسه.

مفهوم الهدف Objective

الهدف هو الأمر الذي يرغب الشخص في تحقيقه. وتتعدّد مستويات الأهداف على المدى القريب أو المتوسط أو البعيد. يقول الله تعالى :

{ أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنْكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾ فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ﴿١١٦﴾ } المؤمنون (115 - 116).

صاحب الأهداف يسير بخطى ثابتة..
في مسار محدد، وبرؤية واضحة.



عديم الأهداف، يسير بحسب الآخرين..
يتبعثر حسب الظروف، لا يرى ماذا
يريد ولا كيف يمكن.

نشاط 6-2



ما الفرق بين هاتين العبارتين:

- أريدُ تعلم الجرافيكس العامّ القادم.
- سوف أستخدمُ مهارة الجرافيكس في تصميم فيديو شائق في العام القادم.

دون إجابتك هنا :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ومضة

إنَّ صياغتك أهدافك تعد أحد مفاتيح تحقيقها إلى جانب إرادتك وعزيمتك للوصول إلى أهدافك.

نشاط 7-2



عزيزي الطالب: اكتب هدفًا ترغب في تحقيقه نهاية العام.

.....

.....

.....

.....

قاعدة الأهداف الذكيّة S.M.A.R.T.

تضم القاعدة معايير تم ابتكارها لمساعدتك على تحديد أهدافك بطريقة سليمة وتمكنك من متابعتها، وتسهل عليك العمل على تحقيقها. لا يوجد رأي قاطع فيما يتعلق باستخدام المصطلح S.M.A.R.T. للمرة الأولى، ولكن يشيع أن أول استخدام لهذا المصطلح كان في عدد نوفمبر من العام 1981 من مجلة (Management Review) لـ (George T. Doran).

يشير كل حرف من الاسم المطلق على معيار تحديد الهدف (S.M.A.R.T). إلى معيار مختلف يجب تحقيقه في كل هدف تقوم بتحديده، إذ يجب أن يكون محددًا (Specific)، وقابلًا للقياس (Measurable)، ويمكن تحقيقه (Achievable)، وموضوعياً (Realistic)، ومُحدّداً بزمن (Time-Bound)، وعلى الرّغم من وجود العديد من المرادفات الأخرى للمعاني ذاتها، إلا أن تلك هي الأكثر شيوعاً.

S	محدد Specific
M	قابل للقياس Measurable
A	قابلاً للتحقيق Achievable
R	واقعي Realistic
T	محدد بزمن Time-Bound

تأمل هذا النموذج لهدف ذي

((هديني أن أقرأ كتاب «الرحيق المختوم» قبل نهاية الشهر القادم))

نشاط 8-2



في ضوء قاعدة الأهداف الذكية اقرأ الأهداف التالية وناقشها مع أفراد مجموعتك من حيث الفاعلية.

محدد بزمان	واقعي	يمكن تحقيقه	قابل للقياس	محدد	الهدف
					أريد شراء سيارة تويوتا .
					سوف أقرأ كتاب مهارات الحياة الجامعية من صفحة 20 - 37 الأسبوع القادم.
					أريد تحقيق نسبة (100 %) في امتحان الثانوية العامة هذا العام.
					أتمنى أن أنهي دراستي الثانوية في فصل دراسي واحد.
					أريد الحصول على شهادة جامعية، والالتحاق بوظيفة مرموقة.
					سأقوم ببناء مركز للأعمال الخيرية بعد عشر سنوات من الآن.
					سأحضر دورة متخصصة في اللغة الإنجليزية بواقع 4 ساعات لمدة شهرين لرفع مستواي.
					سأمارس الرياضة أسبوعياً لأخفف من وزني.

نشاط 9-2



بعد أن تعرّفت قاعدة الأهداف الذّكيّة S.M.A.R.T.، ضع أهدافك وفق رؤيتك التي وضعتها في النشاط 2 - 4 بما يتوافق مع قاعدة الأهداف الذكية.

.....

.....

.....

.....

دون رؤيتك وأهدافك في مفكرتك الشخصية.

نشاط 10-2



يمكنك أن ترسم أهدافك بطريقة أخرى عن طريق الإجابة عن الأسئلة التالية لكل هدف من أهدافك كما هو موضح في الجدول التالي:

الهدف الثالث	الهدف الثاني	الهدف الأول	التساؤلات
			ما الهدف الذي أصبو إليه؟
			متى سأصل إلى هدي؟
			من سيدعمني لتحقيق هدي؟
			كيف يؤثر تحقيق هدي على جوانب حياتي الأخرى؟
			ما العوائق التي تحول دون تحقيق هدي؟
			كيف يمكنني التغلب على تلك العوائق؟

دورة حياة الأهداف:



لكي تتحقّق أهدافك؛ فلا بد من توافر العوامل الآتية:

1. ضع كل أهدافك وأحلامك، وكلما زادت أحلامك زادت الأمور التي يمكن تحقيقها.
2. اختر ما يناسبك منها؛ اختر ما يتماشى مع ميولك وقدراتك وطموحاتك.
3. حدد المعوقات التي قد تواجهها، وقد تحد من تحقيقك لأهدافك.
4. ضع خطة عمل واضحة الخطوات والمراحل: "هدف بدون خطة هو مجرد أمنية".
5. أبحث عن الدافع والحافز بشكل مستمر: تواجه الدوافع والحوافز مهم لدفعك بشكل مستمر ودائم لتحقيق الهدف، لكي تنجح يجب على رغبتك في النجاح أن تفوق خوفك من الفشل.
6. اجعل أهدافك حقيقة وليست مجرد أمنية وفكرة.
7. توقف، تأمل وقّيم مدى نجاحك لكل مرحلة للوصول لتحقيق أهدافك وأحلامك.



نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يدرك أهمية ترتيب الأولويات.
- يتعرف كيف يرتب أولوياته.
- يربط بين أولوياته ومجالات الحياة.

تمهيد



من المفاهيم المهمة في ديننا الحنيف «فقه ترتيب الأولويات»، ويعني: وضع كل شيء في مرتبته، مؤكدًا على ضرورة الترتيب بين الأشياء بحسب أولويتها وأهميتها بالنسبة للفرد المسلم وللمجتمع، فيُقدّم الأولى فالأولى، ولا يقدم غير المهم على المهم، أو المهم على الأهم، وهكذا.

أهمية ترتيب الأولويات

يعتبر ترتيب الأولويات فاصلا يميز الناجح من الفاشل، ويثبت مدى مرونة الذات في تطويع المهام حسب ماتقتضيه الأهداف، وبوقت محدد لكل مهمة وفق ترتيب الأهم فالمهم، فالإنسان الناجح ليس الإنسان المنتج أو الذي ينجز الأمور فقط، بل هو الإنسان الذي يحقق النتائج المطلوبة في الوقت المتاح. لذا تأتي أهمية ترتيب الأولويات التي تعود الفرد على ترتيب مهامه وأعماله ابتداءً من المهم فالأهم، بحيث يتمكن الإنسان من تحقيق أهدافه في الوقت المتاح أمامه.

ومضة

إذا سألت عن سر الفشل في ترتيب الأولويات، سجد الإجابة في الانشغال بالأمور العاجلة وغير الهامة، وأكثرها أمور هامشية.

نشاط 11-2



عزيزي الطالب: اقرأ هذه القصة القصيرة واستنتج منها الفائدة.

ذهب رجل ليزور بلدًا أفريقيًا لعدة أيام لإنجاز مهمة ما، وفي أثناء تجوله في آخر أيام زيارته انقطع الحذاء الذي كان يرتديه، وكان قد تبقى وقت قصير على رحلة طيران المغادرة، فكان كلما تحرك بضع خطوات حاول إصلاحه، حيث رأى أن ذلك سيوفر له بضعة من الدولارات، لكنه لما كرر ذلك لعدة مرات أضاع الوقت فدخل المطار متأخرًا وفاتته الطائرة. لقد وفر مبلغًا صغيرًا، ولكنه تكبد مبلغًا ضخمًا.

.....

.....

.....

ومضة

تعلم قول كلمة: لا
قل: «لا» للأعمال التي لا ترى منها
فائدة، أو لا تستطيع الوفاء بها.

نشاط 12-2



اكتب في الجدول التالي خمسًا من المهام التي تود إنجازها.
في هذا العام بالرجوع إلى أهدافك التي وضعتها في الدرس السابق.

جدول المهام	
	1
	2
	3
	4
	5

مصفوفة أيزنهاور لترتيب الأولويات

تعد استراتيجية ترتيب الأولويات من أولى خطوات إدارة الوقت حيث يجب ترتيب الأعمال والمهام، إذ ثمة مهام عاجلة وأخرى غير عاجلة، بحيث يتمكن الفرد من إنجاز الأعمال دون ضغوط.

غير عاجلة	عاجلة	
مهام هامة ولكنها غير عاجلة. أمثلة: ممارسة الرياضة، حضور دورة، وضع جدول للمذاكرة.	مهام غاية الأهمية وعاجلة يجب القيام بها. أمثلة: زيارة مريض، مراجعة الاختبارات.	مهمة
غير مهم، وغير عاجل. مثل : تصفح مواقع التواصل الاجتماعي.	غير مهم، ولكن عاجل. أمثلة: زيارة قريب، الرد على مكالمة هاتفية.	غير مهمة

نشاط 13-2



بعد معرفتك أنواع المهام وكيفية ترتيب الأولويات. ارجع إلى قائمة المهام التي دوّنتها في النشاط السابق (12-2) وصنفها حسب استراتيجية ترتيب الأولويات:

غير عاجل	عاجل	الأهمية
2 - خطط	1 - أنجز	هام
.....	
.....	
4 - أترك	3 - فوض	غير هام
.....	
.....	

توجيهات مهمة عند ترتيب الأولويات



- ترتيب الأولويات يستلزم وجود أهداف واضحة في حياتنا، والتدريب على عدم المماطلة في تحقيقها.
- ممارسة ترتيب الأولويات يستلزم أن يكون على جميع مستويات الأهداف؛ إذ ثمة أولويات للأهداف الكبيرة، وتلك المتوسطة، وأخرى اليومية. ومن هنا لابد من ممارسة هذه المهارة يوميا وباستمرار.
- أفضل شخص يرتب أولوياتي هو: **أنا**.

الأولويات نوعان:

- ثابتة كالتى تتعلق بواجباتنا الدينية، وتلك معاييرها واضحة.
- متغيرة كالتى تتعلق بدراستنا الأكاديمية، أو الظروف الاجتماعية، تخضع لتقدير كل شخص.
- ثمة مرونة في ترتيب أولوياتنا؛ فقد يكون الأمر قليل الأهمية الآن، ولكنه بعد فترة قد يكون عالي الأهمية.
- إذا أردنا بناء عادة ترتيب الأولويات والتمكن منها علينا الاهتمام بالأمر الهامة سواء العاجلة أو غير العاجلة، لتجنب الانشغال بالأمر غير الهامة سواء العاجلة أو تلك غير العاجلة.

ومضة

استعن بمفكرة الطالب الخاصة بك لوضع مهامك وأنشطتك، ثم رتبها تبعا لأولوياتها بالنسبة لك، ومن ثم ابدأ في التنفيذ.

4

الدرس الرابع

أدير وقتي (1)



ومضة

والوقت من أهمّ النعم التي أنعم الله بها علينا، ولأهمية الوقت أقسم الله في القرآن الكريم به - وهو الغني عن القسم - عدة مرات. قال تعالى :-

{وَالْفَجْرِ ۝
وَلَيَالٍ عَشْرٍ ۝}

الفجر: (1، 2)



نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يُتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم إدارة الوقت.
 - يدرك أهمية الوقت.
 - يضع وسائل عملية لمواجهة مضيعات الوقت.

تمهيد



«الوقت هو الحياة». تحمل هذه الجملة مدلولاً غاية في الأهمية، وتعد مفتاحاً مميزاً لفهم طبيعة الوقت وأهميته. وفي الدروس التالية سنتناول أهمية الاستخدام الفعّال للوقت والسلوكات الشائعة التي تعمل على تضييعه بالإضافة إلى كيفية تحديد أولويات المهام اليومية، وتعتبر هذه المهارات ضرورية لتحقيق النجاح الشخصي والمهني في المنزل والمدرسة أو الجامعة ومكان العمل وبنطاق أوسع في الحياة.





نشاط 14-2



يرجى وضع إشارة (✓) بجانب كل عبارة حسب مطابقتها لشخصيتك لاكتشاف مهارات إدارة الوقت لديك.

جدول المهام			أبداً	أحياناً	دائماً
1	أقوم بكتابة قائمة بالمهام التي أرغب في القيام بها كل يوم لليوم التالي .				
2	أقوم بكتابة قائمة بالمهام التي أرغب في القيام بها كل أسبوع للأسبوع التالي.				
3	أقوم بمتابعة قائمة المهام التي أرغب في القيام بها يومياً.				
4	أكون حازماً في رفض المهام التي أعجز عن إنجازها في الوقت المحدد.				
5	أستلم مسؤوليات إضافية فوراً دون الشعور بالخوف.				
6	يكون مكتبي دائماً منظماً .				
7	لديّ أوقات محددة للنوم والاستيقاظ.				
8	لديّ نظام جيد وفعال لحفظ سجل الملاحظات والكتب الدراسية.				
9	يإمكانني أن أصف نفسي على أنني أحب الكمال حيث أتفقد التفاصيل.				
10	أحبّ التحدث بالهاتف كثيراً.				
11	أحبّ الالتزام بالمواعيد النهائية.				
12	يتشتت انتباهي عند العمل على فروضي المنزلية أو أي مهمة أخرى .				
13	إن رغبت في القيام بأمر بدقة، أقوم به بنفسني.				
14	أتمكّن من إعطاء التعليمات للآخرين بوضوح تام.				
15	أجد صعوبة لرفض أي طلب يطلبه مني أصدقاؤني أو أقاربي .				
16	أعدّ دائماً قائمة بالأولويات وأعلم جيداً المهام التي أريد القيام بها أولاً.				

أعد تطبيق هذا الاختبار بين فترة وأخرى لتتعرف مدى تقدمك في مهارة إدارة وقتك.

مفهوم إدارة الوقت

ثمة آراء مختلفة حول مفهوم إدارة الوقت حيث تتعدّد تعريفاته، ولكنّها جميعها تؤدي إلى نفس المفهوم وهو القدرة على إنجاز الأعمال، وتحقيق أهداف محدّدة بالتخطيط والتنظيم والتوجيه والمتابعة، وذلك بالاستغلال الأمثل والفعال لكلّ الإمكانيات المتاحة لإدارة الوقت.



أهميّة إدارة الوقت

لقد أصبح إدراك أهمية الوقت وضرورة استغلاله معروفاً على نطاق عالمي، وبذلك لا يمكن النظر إلى إدارة الوقت على أنها إدارة تنظيمية فقط، حيث تؤدي إدارة وقتنا بفاعلية إلى:

تحقيق التوازن بين حاجات الأفراد في حياتهم من حيث الواجبات والرغبات والأهداف، وإنجاز الأعمال بشكل منسق ومنظم وبمستوى أفضل.

تخفيف الضغوط في الحياة، ويتم ذلك من خلال وضوح أهدافك ومعرفة المهام الأسبوعية واليومية لإنجازها حتى لا تصاب بالإرهاق والتوتر والقلق.

تعميق الشعور بالمسؤولية وأهمية الوقت في الحياة العامة.

زيادة الإنتاجية والأداء العام وتحسين العمل من خلال التنظيم الجيد وتحديد المهام وكتابتها والتخطيط لها والسعي إلى تحقيقها.



عوائق إدارة الوقت

ثمة عوائق رئيسة تُساهم في هدر الوقت، أو كما يُطلق عليها مفهوم «مضيعات الوقت»، وتعني الأعمال التي تشغلنا كثيرا ولكنها تساهم مساهمة محدودة في تحقيق أهدافنا. ويمكن تصنيف هذه العوائق إلى نوعين:

أمثلة	نوع العوائق
• التأجيل والتسويف.	داخية
• الفوضى.	
• عدم التخطيط المسبق.	
• التردد.	
• الزيارات المفاجئة .	خارجية
• التلفاز، الهاتف.	
• الانتظار.	
• وسائل التواصل الاجتماعي.	

ومضة

إنّ الشخص الذي لا يستطيع إدارة وقته
لا يستطيع إدارة أيّ شيء آخر.

أعط أمثلة لبعض العوائق التي تؤثر على إدارتك
لوقتك بشكل جيد.



نصائح في كيفية التعامل مع مُضيّعات الوقت

- التّخطيط السّليم والتّنظيم الدّقيق للوقت.
- التّصرف بإيجابية تجاه مضيعات الوقت وتفاديها.
- الالتزام بالوقت المحدّد لكل عمل في اليوم.
- توزيع الوقت وتحديدّه بمهام واضحة.

نشاط 2-15



فكر في مهمة لم تنجح في إنجازها، ثم دوّن أهم السلوكيات الخطأ التي أدّت إلى عدم إنجازها وهدر وقتك.

نشاط 2-16



عزيزي الطالب:

قم بتدوين خططك التنفيذية لتحقيق أهدافك لهذا العام على مدى الأشهر القادمة في مفكرتك الشخصية.



5

الدرس الخامس

أدير وقتي (2)





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتدرب على إدارة الوقت.
- يصمم برنامج شخصي لإدارة وقته باستخدام
- مفكرة الطالب.

تمهيد



في الدرس السابق تحدّثنا عن مفهوم إدارة الوقت وأهميته، وتم التّطرق إلى مضيعات الوقت التي تستهلك جزءًا كبيرًا من وقتنا، ولذا فمن الأهمية بمكان أن نتدرب على كيفية إدارة وقتنا بفاعلية من خلال استخدام استراتيجيات حديثة تساهم في استثمار الوقت، وتحقيق الأهداف التي نسعى إليها.

استراتيجيات وأساليب إدارة الوقت

1 - قائمة المهام - المفكرة

من المفيد استثمار الأجهزة التي نستخدمها دومًا على مدار اليوم، وأهمها الهاتف، في المساعدة على تنظيم الوقت، إذ من الممكن استخدام التطبيقات المتوفرة بها أو البحث عن وسيلة أخرى تناسب احتياجاتنا بصورة أكبر، كما يمكنك الاستعانة بال Notes الموجودة في الهاتف، لكتابة المهام التي يفترض عليك أن تقوم بها، وكلما انتهيت من واحدة تقوم بالإشارة أمامها.

ومن الممكن أن يكون ذلك عن طريق قائمة مكتوبة بخط يدك، أو مدوّنة في مفكرتك، بحيث تكون موجودة يوميًا معك وأمامك، حتى تكون وسيلة فعالة لتذكّر الأمور التي تريد فعلها، وتستطيع أن تحدد من خلالها الوقت المناسب لأدائها.



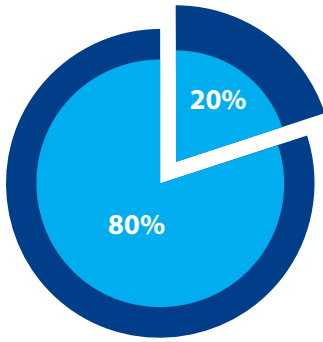
نشاط 17-2



أكتب مجموعة المهام التي ستقوم بها اليوم، والوقت المحدد لكل منها.

الوقت	المهمة

2 - قاعدة 80/20:



قاعدة 80/20 واحدة من أهم الاستراتيجيات في إدارة الوقت ويطلق عليها **مبدأ باريتو**. وإذا تم تطبيق هذه القاعدة فسوف تتغير أمورك التنظيمية في حياتك وستوفر الوقت والجهد. إن الإدارة الجيدة للوقت تعني التركيز على 20% من ممارسة الأنشطة التي تساهم في تحقيق 80% من الإنجاز، ما يعني أن أغلب النتائج المتحققة في حياة الفرد تأتي من أقل الأسباب أو الأساسيات التي يمر بها خلال يومه، وبالتالي فنحن مطالبون بتقليل الهدر في جهودنا ومواردنا واستغلال أقل جهد ممكن للوصول لأكبر نتيجة مرجوة. بالإضافة لذلك فإننا عن طريق تطبيقنا لهذه الاستراتيجية سنتوجه بالتركيز والاهتمام لأكثر الوسائل فعالية ولأهم الموارد تأثيراً للوصول لأفضل النتائج.

كيف تطبق هذه القاعدة في حياتك الدراسية:

يمكنك اتباع هذه الخطوات:

- الموضوعات الأساسية التي لها أكبر مجموع من الدرجات اجعلها نصب عينيك في المذاكرة والمراجعة.
- الموضوعات الباقية وهي كثيرة - وليس لها نفس القيمة الكبيرة من الدرجات - فعليك اختيار الأجزاء الهامة منها - وهي قليلة - وهي التي يتكرر ورودها في الامتحانات فعليك بدراستها دراسة جيدة.
- يبقى عندك أجزاء كثيرة من تلك الموضوعات غير الهامة منها فعليك دراسة هذه الأجزاء الكثيرة دراسة سريعة بمجهود قليل.
- حاول المراجعة للجميع بنفس درجة التركيز السابقة في الدراسة.

نشاط 2-18



متابعة وتنفيذ وتقييم إدارة الوقت:
من خلال دراستك لمهارة إدارة الوقت، قم بإعداد قائمة المهام التي عليك تنفيذها في مفكرتك واضعا في الاعتبار أهم استراتيجيات إدارة الوقت.

نشاط 2-19



عزيزي الطالب: هذه بعض النصائح لاستثمار الوقت، هل يمكنك بالتعاون مع مجموعتك بإضافة نقاط جديدة لها؟

- حاول أن تستمتع بكل عمل تقوم به.
- تفاعل وكن إيجابياً.
- لا تضيع وقتك ندمًا على فشلك.
- حاول إيجاد طرق جديدة لتوفير وقتك كل يوم.
- ضع مفكرة صغيرة وقلماً في جيبك دائماً.
- خطط ليومك في الليلة التي تسبقه.
- ركز على عملك حتى تنتهي منه.
- توقف عن أي نشاط غير منتج.
- أنصت جيداً لكل نقاش.
- رتب نفسك وكل شيء حولك.
- قلل من مقاطعة الآخرين لك عند أدائك لعملك.
- تعامل مع الورق بحزم فلا تجعله يتراكم في مكتبك ومنزلك.
- لا تقلق إن لم تستطع تنفيذ خطتك بشكل تام، وكن مرناً في التعامل مع العوائق.

3

الوحدة الثالثة

مسؤولياتي



واجباتي ومسؤولياتي
أبني وطني
مشروعي التطوعي

الدرس الأول:
الدرس الثاني:
الدرس الثالث:



مخرجات الوحدة

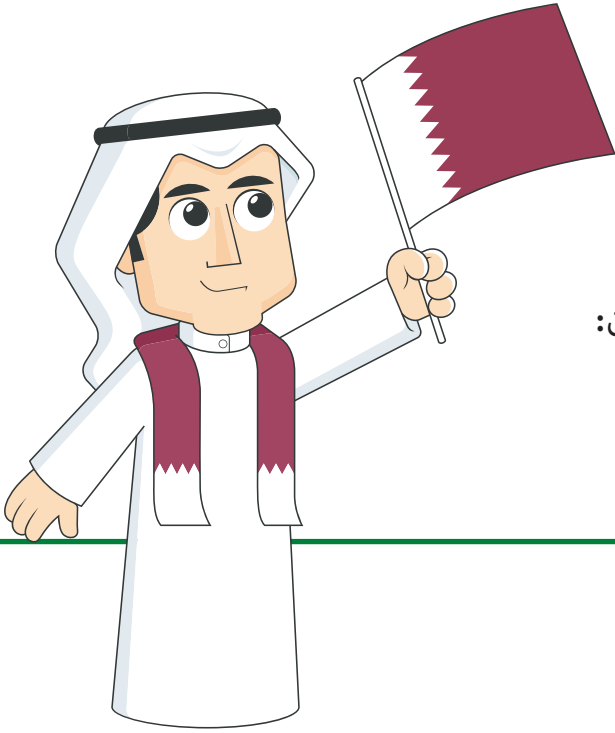
في نهاية الوحدة، يتوقع أن يكون الطالب قادرا على أن:

- يتعرف مفهوم المسؤولية.
- يميز أنواع المسؤولية.
- يميز مسؤولياته وواجباته.
- يتعرف مفهوم المواطنة.
- يتعرف رؤية قطر 2030 .
- يحدد مسؤولياته تجاه وطنه.
- يتعرف مفهوم العمل التطوعي.
- يدرك أهمية العمل التطوعي.
- يميز أنواع العمل التطوعي.
- يحدد مشروعه التطوعي.



الدرس الأول

واجباتي ومسؤولياتي



نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم المسؤولية.
- يميز أنواع المسؤولية.

قصة



في كل يوم جمعة، وبعد الصلاة، كان إمام المسجد وابنه البالغ من العمر إحدى عشر عاماً يخرجان في بلدتهم في إحدى ضواحي أمستردام، ويوزعان على الناس كتيب صغير بعنوان: "الطريق إلى الجنة" وغيرها من المطبوعات الإسلامية.

وفي أحد الأيام بعد ظهر الجمعة، جاء الوقت للإمام وابنه للنزول إلى الشوارع لتوزيع الكتيبات، وكان الجو بارداً جداً في الخارج، فضلاً عن هطول الأمطار. ارتدى الصبي كثيراً من الملابس حتى لا يشعر بالبرد، وقال: حسناً يا أبي، أنا مستعد!

سأله والده: مستعدٌ لماذا؟، قال الابن: يا أبي، لقد حان الوقت لكي نخرج لتوزيع هذه الكتيبات الإسلامية. أجابه أبوه: الطقس شديد البرودة في الخارج وإنما تمطر بغزارة.

أدهش الصبي أبوه بالإجابة وقال: ولكن يا أبي لا يزال هناك ناس يذهبون إلى النار على الرغم من أنها تمطر، أجاب الأب، ولكنني لن أخرج في هذا الطقس.

قال الصبي: هل يمكن يا أبي، أن أذهب أنا من فضلك لتوزيع الكتيبات؟؟

تردد والده للحظة ثم قال: يمكنك الذهاب قريباً من المنزل، وأعطاه بعض الكتيبات

قال الصبي: شكراً يا أبي! ورغم أن عمر هذا الصبي إحدى عشرة عاماً فقط إلا أنه مشى في شوارع المدينة في هذا الطقس البارد والممطر لكي يوزع الكتيبات على من يقابله من الناس، وبعد ساعتين من المشي تحت المطر، تبقى معه آخر كتيب وظل يبحث عن أحد المارة في الشارع لكي يعطيه له، ولكن كانت الشوارع مهجورة تماماً. ثم استدار إلى الرصيف المقابل لكي يذهب إلى أول منزل يقابله حتى يعطيهم الكتيب.

ودق جرس الباب، ولكن لا أحد يجيب..

ظل يدق الجرس مراراً وتكراراً، ولكن لا زال لا أحد يجيب، وأراد أن يرحل، ولكن شيئاً ما يمنعه. مرة أخرى، التفت إلى الباب ودق الجرس، وأخذ يطرق على الباب بقبضته وهو لا يعلم ما الذي جعله ينتظر كل هذا الوقت، وظل يطرق على الباب وهذه المرة فُتح الباب ببطء.

وكانت تقف عند الباب امرأة كبيرة في السن، ويبدو عليها علامات الحزن الشديد فقالت له، ماذا أستطيع أن أفعل لك يا بني. قال لها الصبي الصغير ونظر إليها بعينين متألقتين، وعلى وجهه ابتسامة أضاءت لها العالم: سيدتي، أنا أسف إذا كنت أزعجتك، ولكن فقط أريد أن أقول لك إن الله يحبك حقيقة ويعتني بك وجئت لكي أعطيك هذا الكتيب، وأعطاها الكتيب وانصرف.

في الأسبوع التالي بعد صلاة الجمعة، وكان الإمام يعطى محاضرة، وعندما انتهى منها وسأل: 'هل لدى أي شخص سؤال أو يريد أن يقول شيئاً؟ ببطء، وفي الصفوف الخلفية وبين السيدات، كانت سيدة عجوز يُسمع صوتها تقول: لا أحد في هذا الجمع يعرفني، ولم أتي إلى هنا من قبل، وقبل الجمعة الماضية لم أكن مسلمة ولم أفكر أن أكون كذلك.

وقد توفي زوجي منذ أشهر قليلة، وتركني وحيدة تماماً في هذا العالم.. ويوم الجمعة الماضي كان الجو بارد جداً وكانت تمطر، وقد قررت أن انتحر لأنني لم يبق لدى أي أمل في الحياة.

وصعدت إلى الغرفة العلوية في بيتي، وهممت بالانتحار، وفجأة سمعت صوت رنين جرس الباب في الطابق السفلي، فقلت سوف أنتظر لحظات، ولن أجيء وأيا كان من يطرق الباب فسوف يذهب بعد قليل ولكن كان صوت الطرق على الباب ورنين الجرس يرتفع ويزداد.

وعندما فتحت الباب لم أصدق عيني فقد كان صبي صغير، وعيناه تتألقان، وعلى وجهه ابتسامه ملائكيه لم أر مثلها من قبل، والكلمات التي جاءت من فمه مست قلبي الذي كان ميتاً ثم قفز إلى الحياة مرة أخرى، ثم أعطاني هذا الكتيب الذي أحمله "الطريق إلى الجنة"، وكما أتاني هذا الملاك الصغير فجأة، اختفى مرة أخرى وذهب من خلال البرد والمطر، وأنا أغلقت بابي وبتأني شديد قمت بقراءة كل كلمة في هذا الكتاب. ترون؟ أنا الآن سعيدة جداً لأنني تعرفت إلى الإله الواحد الحقيقي. ولأن عنوان هذا المركز الإسلامي مطبوع على ظهر الكتيب، جئت إلى هنا بنفسني لأقول أمامكم الحمد لله، وأشكركم على هذا الملاك الصغير الذي جاءني في الوقت المناسب تماماً.

نشاط 1-3



من خلال القصة، أذكر أهم ما تأثرت به.

مفهوم المسؤولية

المسؤولية هي التزام الشخص بأداء الأعمال المنوطة به تبعاً لواجباته نحو نفسه ووطنه ومجتمعه، وتحمل النتائج المترتبة على ذلك من قول أو فعل.

نشاط 2-3



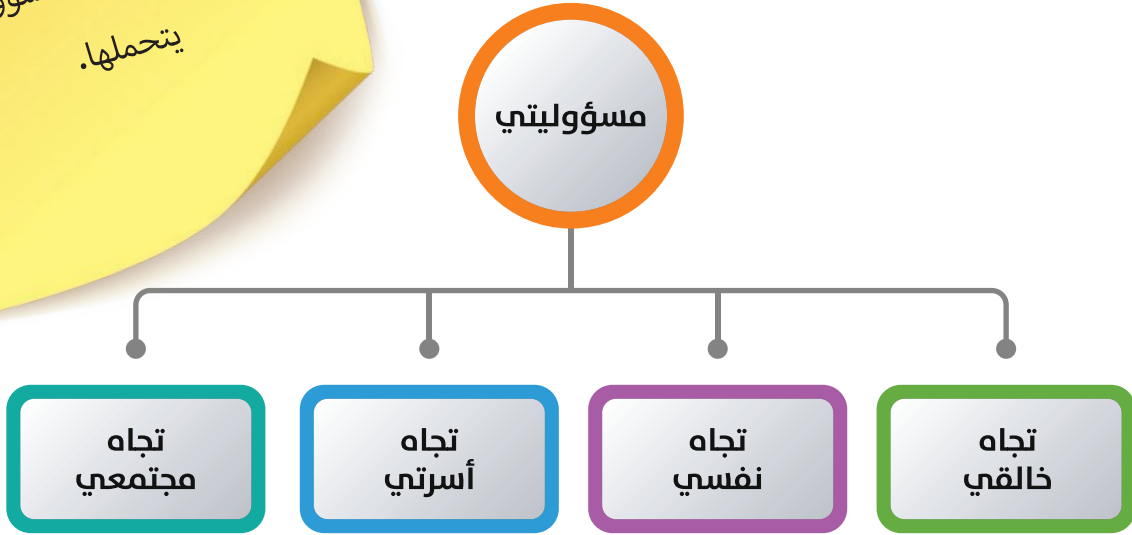
في ضوء فهمك لقيمة المسؤولية، أجب عن التالي:
1 . أشعر بأنني مسؤول عندما: (مثال: أحترم مواعيدي).

2 . أشعر بأنني غير مسؤول عندما: (مثال: أهمل واجباتي المنزلية).

ومضة

الناجح لا يهرب من المسؤولية، بل يتحملها.

أنواع المسؤولية:



نشاط 3-3



قارن بين مجتمع يلتزم أفراده بمسؤولياتهم، ومجتمع لا يلتزم أفراده بمسؤولياتهم.

مجتمع غير ملتزم	مجتمع ملتزم	المجال
		القوانين والأنظمة
		الصحة
		البيئة
		التعليم
		الاقتصاد

أي مجتمع ترغب بالانتماء إليه، ولماذا؟

.....

.....

نشاط 4-3



من خلال قراءتك للآيات الكريمة أو أجزائها، حدد نوع المسؤولية:
(تجاه الخالق، تجاه النفس، تجاه الوالدين، تجاه المجتمع)

م	آية قرآنية أو جزء من آية	نوع المسؤولية
1	﴿ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ ﴾	
2	﴿ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴾	
3	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ ﴾	
4	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا ﴾	
5	﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ﴾	
6	﴿ وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ﴾	
7	﴿ وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ﴾	
8	﴿ وَآتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ ﴾	
9	﴿ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاٰكِعِينَ ﴾	
10	﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾	
11	﴿ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ﴾	
12	﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ﴾	



الدرس الثاني

أبني وطني





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم المواطنة.
- يتعرف رؤية قطر 2030 .
- يحدد مسؤولياته تجاه وطنه.

ومضة

قال عمر - رضي الله عنه - :
«عَمَّرَ اللهُ الْبِلْدَانَ بِحُبِّ الْأُوطَانِ».

هجرة الرسول من مكة إلى المدينة

في أثناء هجرة الرسول - صلى الله عليه وسلم - من مكة إلى المدينة، وعند خروجه من مكة نظر إليها وقال:
(مَا أَطْيَبَ مِنْ بَلَدٍ وَأَحَبُّ إِلَيَّ، وَلَوْلَا أَنَّ قَوْمِي أَخْرَجُونِي مِنْكَ مَا سَكَنْتُ غَيْرَكَ) .

إن حب الوطن فطرة إنسانية، ولم تزل الشعوب على اختلاف عقائدها وميولها وأجناسها متفقة على هذه الفضيلة، متجاوبة المشاعر مع هذه الفطرة.

وحين هاجر النبي - صلى الله عليه وسلم - وأصحابه رضي الله عنهم من مكة المكرمة إلى المدينة المنورة، كانوا يشعرون بالحنين إلى مكة وبالشوق إليها؛ ربوعها وجبالها ووديانها. وهنا دعا النبي - صلى الله عليه وسلم - ربه قائلاً: «اللهم حَبِّبْ إلينا المدينة، كما حبيت مكة أو أشد ...» .



نشاط 5-3



في ضوء المناقشة حول الفقرة:
اكتب مفهومك عن المواطنة.

مفهوم المواطنة:



((إن قطر بحاجة لكل منكم في بناء اقتصادها وحماية أمنها. نحن بحاجة للاجتهد والإبداع والتفكير المستقل والمبادرات البناءة والاهتمام بالتحصيل العلمي في الاختصاصات كافة، والاعتماد على النفس ومحاربة الكسل والانتكالية)).

من خطاب صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، أمير دولة قطر، 21 يوليو 2017 للمواطنين والمقيمين في قطر.



((ليست المواطنة مجموعة من الامتيازات، بل هي أولا وقبل كل شيء انتماء للوطن، ويترتب على هذا الانتماء منظومة من الحقوق والواجبات تجاه المجتمع والدولة. والمواطنة مسؤولية أيضا، ومن حق المواطن أن يستفيد من ثروة بلاده، ولكن يفترض أن يسأل المواطن نفسه من حين لآخر، ماذا أعطيت أنا لبلدي ومجتمعي؟ وما هي أفضل السبل لأكون مفيدا؟ وماذا أفعل لكي أساهم في ثروة بلادي الوطنية بحيث تستفيد الأجيال القادمة أيضا. هذا ما نعنيه حين نقول إن مصدر ثروة الدول الحقيقي هو الإنسان، ومصدر فقرها الحقيقي هو الإنسان أيضا، وبهذا تتمايز الدول عن بعضها)).

من خطاب حضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، أمير دولة قطر في افتتاح الدورة الرابعة والأربعين لمجلس الشورى.

نشاط 6-3



قال سمو الأمير (ليست المواطنة مجموعة من الامتيازات) ، فسر ذلك من وجهة نظرك.

رؤية قطر الوطنية 2030

مكتب الاتصال الحكومي
Government Communications Office



تهدف الرؤية الوطنية إلى تحويل قطر بحلول عام 2030 إلى دولة متقدمة قادرة على تحقيق التنمية المستدامة وعلى تأمين استمرار العيش الكريم لشعبها جيلا بعد جيل.

تسعى دولة قطر إلى تحقيق ذلك من خلال الركائز الأربعة التالية:



التنمية البيئية:

إدارة البيئة بشكل يضمن الانسجام والتناسق بين التنمية الاقتصادية والاجتماعية وحماية البيئة.



التنمية الاقتصادية:

تطوير اقتصاد وطني متنوع وتنافسي قادر على تلبية احتياجات مواطني قطر في الوقت الحاضر وفي المستقبل وتأمين مستوى معيشي مرتفع.



التنمية الاجتماعية:

تطوير مجتمع عادل وآمن مستند على الأخلاق الحميدة والرعاية الاجتماعية وقادر على التعامل والتفاعل مع المجتمعات الأخرى ولعب دور هام في الشراكة العالمية من أجل التنمية.



التنمية البشرية:

تطوير وتنمية سكان دولة قطر ليتمكنوا من بناء مجتمع مزدهر.

نشاط 7-3



ما أبرز ركائز رؤية قطر الوطنية 2030 من وجهة نظرك، ولماذا؟

.....

.....

.....

محددات المواطنة

لكي يتحقق مفهوم المواطنة، فلا بد أن يتوافر في عموم المواطنين ثلاثة مبادئ رئيسية:

احترام التنوع

احترام التنوع هو سمة من سمات المجتمع المتحضر، ويظهر ذلك في احترام الاختلافات الثقافية، وهو عامل مُحرك للتنمية يساعد في ترابط أفراد المجتمع وتوافقهم على رؤى موحدة، ويُنظر لحقوق الإنسان بوصفها ضمانة للتنوع الثقافي.

التعاطف

القدرة على تعرّف مشاعر الآخرين، والتمكن من فهم احتياجاتهم بحيث يتم تكوين العلاقات المجتمعية، وامتلاك أفراد المجتمع لمهارات الذكاء العاطفي والتي تشمل على الوعي الذاتي، وإدارة الذات، والوعي المجتمعي، والتعاطف، وإدارة العلاقات بصورة فعالة.

المشاركة

مشاركة المواطنين في العمليات والقرارات والأنشطة بحيث يتم تمكينهم من طرح آرائهم وأفكارهم والانخراط في صياغة القرارات، ولعب دور فعّال في تحسن حياتهم وحياة المجتمع.



نشاط 8-3



من خلال فهمك لما سبق، ما دورك كطالب في المساهمة في بناء وطنك قطر؟





شخصيات ساهمت في بناء الوطن

الشيخ عبد الله بن إبراهيم الأنصاري 1914 - 1989

نشأته: ولد الأنصاري في مدينة الخور في عام 1340 للهجرة/ الموافق للعام 1914 للميلاد.

تلقى العلم على يد والده الذي كان يعمل في مدينة الخور قاضياً وعالماً، وله كُتَّاب لتحفيظ القرآن الكريم. كان الشيخ عبد الله الأنصاري يقرأ القرآن وهو ابن خمس سنين، وأتم حفظ كتاب الله وهو لم يتجاوز الثانية عشرة من عمره، كما قرأ على والده بعض الكتب في الفقه والحديث والنحو، ودرس كتب الفقه الشافعي، والحديث النبوي، وعلم النحو واللغة، وعلوم الميراث.

عمله بالغوص: عمل الأنصاري بالغوص على اللؤلؤ في أول شبابه وأتقنه، وضرب المثل في شجاعته، وطول نَفْسِهِ؛ فكان إذا نزل في أعماق البحر للبحث عن اللؤلؤ يطول مُكثه تحت الماء أكثر من إخوانه الذين ينزلون معه.

مسيرته العلمية: نظرا لانشغال والده بأعباء القضاء، وضيق الوقت الكافي لمواصلة الدراسة على يده، فكر الأنصاري في الهجرة لطلب العلم، فقرر الرحيل إلى الإحساء في المملكة العربية السعودية، حيث تلقى العلم من كوكبة من العلماء بعد انتهاء رحلته العلمية عاد إلى قطر واستزاد العلم من والده، فلامزه سنة كاملة كانت كلها مذاكرة ومدارسة، ثم تآقت نفسه إلى حج بيت الله الحرام فقرر الرحيل لأداء مناسك الحج ، ثم بقي بمكة المكرمة وواصل الدراسة بالمدرسة الصولتية -التي أنشأها العلامة الدهلوي- ودرس على مشايخ مكة المكرمة ، ومن ثم عاد إلى قطر بعد خمسة أعوام من الدراسة والتفقه .

إسهاماته التعليمية داخل قطر وخارجها: يعتبر الأنصاري رائدًا من رواد النهضة التعليمية في قطر، وكان من إسهاماته العديدة في المجال التعليمي تأسيسه لأول معهد ديني في قطر، كما أشرف على بعض الكتب المدرسية للمراحل المختلفة في مجال التربية الإسلامية، وله الفضل في تذليل العقبات التي اعترضت تعليم الفتاة في دولة قطر، وكان من المشجعين لتعليم المرأة.

كما ساهم من موقع مسؤوليته في الشؤون الدينية على تأسيس مراكز لتحفيظ القرآن الكريم في قطر، والعمل على طباعة عشرات من كتب التراث الإسلامي بعد تحقيقها ومراجعتها جاوزت 150 كتاباً، وزعت على طلبة العلم والمساجد والمراكز والمؤسسات الإسلامية في أنحاء العالم، مما جعل العلماء يلقبونه بـ (خادم العلم).

إسهاماته في علم الفلك: كانت للشيخ الأنصاري دراية واسعة بعلم الفلك، حيث أصدر كتاب الموافقات الشهير (معرفة الصواب في مواقيت الحساب)، ووضع الأساس الحسائي للتقويم القطري، الذي أصبح فيما بعد التقويم الرسمي لدولة قطر، بل والمعمول به في كثير من دول الخليج العربي.

إسهاماته في العمل الخيري: ساهم الأنصاري في الكثير من الأنشطة الخيرية الإسلامية، فقد كان عضوًا بالمجلس التأسيسي لرابطة العالم الإسلامي، وعضوًا برابطة الأدب الإسلامي، وعضوًا مؤسسًا لمنظمة الدعوة الإسلامية، والمجلس الإفريقي الإسلامي، كما أسهم في تأسيس المراكز الإسلامية في كل من: كوريا واليابان والفلبين وسنغافورة وتايلند وألمانيا وفرنسا وبعض الولايات الأمريكية. وأسس رحمه الله دار الأيتام الأنصارية في كيرلا بالهند، والتي أصبحت اليوم من أكبر الجامعات التكنولوجية بالهند.

رحم الله الشيخ عبدالله الأنصاري الذي وهب نفسه للإسلام والمسلمين ... ورحل بعد أن ترك بصمة في الحياة.

نشاط 9-3



من خلال النص السابق عن شخصية الشيخ عبد الله الأنصاري أجب عن التالي:

1. اذكر أبرز ثلاث سمات أُعجبت بها في شخصية الشيخ الأنصاري وجعلته من وجهة نظرك يحقق مسؤولياته تجاه وطنه؟

.....

.....

.....

2. كيف حقق الشيخ عبد الله الأنصاري من وجهة نظرك معنى المواطنة تجاه وطنه بصورة عملية؟

.....

.....

.....

3

الدرس الثالث

مشروع التطوعي





نواتج التعلم:

- بنهاية هذا الدرس، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على أن:
- يتعرف مفهوم العمل التطوعي.
- يدرك أهمية العمل التطوعي.
- يميز أنواع العمل التطوعي.
- يحدد مشروعه التطوعي.

مفهوم العمل التطوعي:

العمل التطوعي هو عمل يُقدّم لمصلحة المجتمع من أجل الخير وخدمة الآخرين بدون أجر معلوم، أو توقع الحصول على مقابل مادي، ويُستثنى من ذلك التعويض المالي مقابل المصروفات التي يتكبدها المتطوعون شخصيًا دون أن يفقدوا صفة التطوع كبديل التنقل أو الزي الموحد.

شروط العمل التطوعي:

لا يجوز استخدام مصطلح «التطوع» إلا عند استيفاء الشروط الثلاثة التالية:

- أن تكون الخدمة لمصلحة المجتمع.
- أن يقوم الشخص المتطوع بالعمل مجانًا.
- أن يختار الشخص القيام بالعمل بإرادته.



نشاط 10-3



هل شاركت في عمل تطوعي من قبل؟ اذكره مع ذكر الفائدة التي عادت عليك من تلك المشاركة.

.....

.....

منافع برامج التطوع على الطالب:

النمو الفكري:

تسهم برامج التطوع في تطوير مهارات العمل الاجتماعي كالقدرة على الإقناع والبحث في السياسات العامة وزيادة التحفيز والرغبة في التعلّم داخل المدرسة وخارجها. كما تعزز التعلّم الأكاديمي عبر المشاركة والملاحظة وربط التحصيل الدراسي بالعالم الحقيقي عن طريق التطبيق العملي للمعارف والمهارات التي تمّ تعلّمها في المدرسة.

النمو الشخصي:

تطوّر كلاً من حسّ المبادرة والمسؤوليّة والالتزام والأمانة، كما أن برامج التطوع تعزز الثقة بالنفس والاستقلاليّة، بالإضافة إلى زيادة حسّ المغامرة والانفتاح على تجارب جديدة والقدرة على المخاطرة وقبول التحديات.

نشاط 11-3



من خلال فهمك لمفهوم العمل التطوعي وفوائده المتعددة، قم بالإجابة عما يلي:

فوائد العمل التطوعي على الفرد	فوائد العمل التطوعي على المجتمع



من خلال معرفتك لرؤية قطر الوطنية 2030، كيف يساهم العمل التطوعي في تحقيق تلك الرؤية؟

1.
2.
3.
4.

من أنواع الممارسات التطوعية:

يمكن تقسيم أنواع الخدمة سواء أكانت عملاً تطوعياً أو خدمة إلزامية كالتالي:

• خدمة المجتمع :

ويقصد بها الفهم التقليدي للأعمال الخدمية والتطوعية، كحملات تنظيف الشواطئ مثلًا أو إعادة تأهيل الصفوف المدرسية، أو المشاركة في تنظيم البطولات الرياضية، أو توزيع الوجبات الخفيفة كالتمر والماء في رمضان قبل الإفطار.

• استخدام المعارف الأكاديمية في خدمة المجتمع :

يقصد بها استخدام المهارات والمعارف التي تم تعلمها ضمن المنهج الدراسي في خدمة المجتمع، كإنشاء حلقة تحفيظ قرآن لمن لا يستطيع التلاوة أو تعليم اللغة العربية أو الإنجليزية لغير الناطقين بها كبرنامج Hoya (English Learning Program) في جامعة جورج تاون في قطر أو برامج روتا (ROTA Adult Arabic Language Program) و (ROTA Adult English Language Program)، وكذلك محو أمية الكبار كبرنامج محو أمية كبار السن في مدرسة الغويرية للبنات.

• نشر الوعي والتأييد والمناصرة :

تعني نشر الوعي بقضية أو مشكلة معينة بهدف تغيير السلوك العام أو السياسات الموضوعة تجاهها، كحملة «منا وفينا» (Mena_w_Fena) أو مبادرة «العنابي أنت قدها» (Qgadha) على مواقع التواصل الاجتماعي، أو الحملات التي تهدف إلى حماية والمحافظ على مختلف النباتات والكائنات البرية والبحرية في قطر كنبات القرم أو حيوان الأطوم (بقر البحر) (QatarDugong) أو السلاحف البحرية كمبادرة (Plastic.Turtle).

مراحل تنفيذ العمل التطوعي

• المرحلة الأولى: البحث والتخطيط.

- الخطوة الأولى: البحث وجمع المعلومات :

البحث عن أكبر قدر من المعلومات عن القضية الاجتماعية التي تسعى للمساهمة في حلها.

- الخطوة الثانية: تحليل المشروع وإدارة المخاطر:

تشتمل الخطوة الثانية على إعادة النظر في المشروع ومراجعة جميع المعلومات المتوافرة وتعريف آخر التطورات ، كما تشمل أيضاً تحليل وإدارة المخاطر ، ونعني بذلك التنبؤ بأي عقبات قد تواجه تنفيذ المشروع، ومحاولة تجنبها لاحتواء السلبيات وتقليل عواقبها بأكثر قدر ممكن ووضع الخطط البديلة.

- الخطوة الثالثة: تحديد أصحاب المصلحة وتكوين فريق المشروع:

تكمن في حصر الأمور العملية الضرورية لتنفيذ المشروع كتحديد أصحاب المصلحة، ونعني بها الجهات المشاركة في تنفيذ المشروع ، وتكوين فريق العمل وتوزيع المهام.

• المرحلة الثانية : التنفيذ والتوثيق والمتابعة.

في هذه المرحلة يتم الإعداد للمشروع وتنفيذه، وبها يتم إعداد جمع المواد اللازمة للمشروع واستخدامها ووضع خطة لإعادة ترتيب المكان وجمع المواد بعد الانتهاء من المشروع، كما يتم خلال هذه المرحلة توثيق عملية التنفيذ عن طريق التقاط الصور أو جمع الإيصالات والكتيبات، وفي حالة كون مشروع الخدمة طويل الأمد تضمن هذه المرحلة متابعة تقدم المشروع.

• المرحلة الثالثة: التقدير والإشادة والاحتفاء.

تشمل هذه المرحلة شكر وتقدير كل من قدم الدعم للمشروع، والإشادة بجهود جميع المشاركين بدءاً بفريق العمل والمستفيدين من المشروع سواء كانوا أفراداً أو مؤسسات، ويكون ذلك عادة عن طريق توفير شهادات تقدير أو شهادات مشاركة أو خطابات شكر.

• المرحلة الرابعة: التقييم.

هذه المرحلة تعد أحد أهم المراحل في أي برنامج أو مشروع خدمة حيث يقوم المشاركون بتقييم ومراجعة تجربتهم الخدمية منذ بدايتها، إذ من الضروري إتاحة الفرص لجميع المشاركين لإعطاء رأيهم بموضوعية وتقديم النقد البناء، ومن الممكن استطلاع رأي المستفيدين من المشروع لتكتمل عملية التقييم وتكون شاملة وفعالة .

نشاط 13-3



مشروع التطوعي

سأعمل ضمن فريق عمل مكوّن من خمسة أفراد للقيام بعمل تطوعي متميز يخدم المجتمع والوطن، وفيما يلي تفاصيل مشروع الذي سأنفذه بإشراف معلمي لمادة المهارات الحياتية والبحثية.

اسم المشروع :

هدف المشروع :

تاريخ بدء المشروع:		مكان تنفيذ المشروع:		
عدد الساعات المكتسبة:		عدد الساعات المتوقعة:		
تاريخ الانتهاء:		اشرح بدقة خطوات تنفيذ المشروع:		
ملاحظات	تاريخ الانتهاء	تاريخ التنفيذ	الشخص المسؤول	المهمة
				1
				2
				3
				4
				5



للقيام بعمل تطوعي توفر شبكة «**تم**» لك ذلك، حيث تسهم هذه الشبكة في تأسيس قاعدة بيانات للمتطوعين، وربط رواد العمل التطوعي بالمؤسسات/الأعمال التطوعية في الدولة. وتتحرى تقديم الدعم الفني وبناء قدرات الشباب لمقابلة احتياجات العمل التطوعي.



A large rectangular area with rounded corners, outlined in green, containing 20 horizontal dotted lines for writing.

المصادر

- أسرار المبدعين، أحمد الضبع، دار أجيال للنشر والتوزيع، 2011 مصر.
- طاقات عقلية وروحية لامحدودة، إبراهيم الديب، مؤسسة أم القرى للترجمة والنشر والتوزيع، مصر، 2004.
- فكر بطريقة مختلفة، محمد بن عبد الله البوزيد ود. طارق السويدان، شركة الإبداع الفكري للنشر والتوزيع، الكويت، 2010.
- التفكير وأنماطه 1، رعد مهدي رزوقي وسهى إبراهيم عبد الكريم، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن، 2015.
- موعد مع الحياة، خالد بن صالح المنيف، الرياض ج 2 (2011)، مكتبة الملك فهد الوطنية.
- تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل، محمد بكر نوفل، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن، 2010.
- دليل الآباء لتنمية عقول الأبناء، محروس سليمان، دار اقرأ للنشر والتوزيع، الكويت، ط1، (2018).
- مقياس هيرمان لأنماط التفكير، مصطفى قسيم الهيلات، مركز ديونو لتعليم التفكير، الأردن، ط1، (2015).
- دليل تعزيز المهارات الحياتية والمواطنة، مركز نماء وصندوق الأمم المتحدة للسكان، قطر، النسخة التجريبية (2019).
- دليل الطلاب، برنامج الخدمة المدرسية في قطر، أيادي الخير نحو آسيا، النسخة التجريبية الثانية.
- الوطن والمواطنة، يوسف القرضاوي، موقع الاتحاد العالمي لعلماء المسلمين.