

تجنبهم واتخذ قرارك



للكاتب والمحاضر
محمد عادل عبد العزيز

تجنبهم وإتخذ قرارك

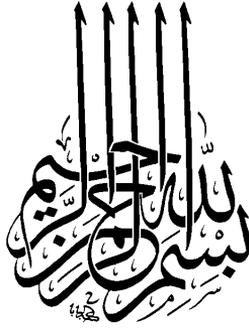
محمد عادل عبد العزيز

www.mohamedadel.com

هذا الكتاب برعاية مركز الشيخ إسماعيل أبو داود للتدريب



برعاية:



"لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ
مُحْتَالٍ فَخُورٍ" سورة الحديد



برعاية:

إهداء

إلي كل من يتملكة الشوق
ليكون إنساناً إيجابياً له كلمة وموقف في الحياة
دعوة إلى قمة التوكل والأخذ بالأسباب
وقوة التفكير الإيجابي



برعاية:

المقدمة

القارئ العزيز...

سأصحبك اليوم عبر هذه الصفحات نحو طريق إتخاذ القرارات الصائبة دون ندم أو خيبة أمل عبر معرفة الأشياء الواجب تجنبها لإتخاذ قرار صائب وفعال.

ولعل المتأمل يرى أن أغلب الناس يخشون إتخاذ القرارات خوفاً من عواقب هذا القرار أو ذلك وما يديره عليهم من نجاح أو فشل، غير واضعين في إعتبارهم أن أمور الحياة اليومية تحتاج لإتخاذ قرارات عده.

بل والأكثر من ذلك لو أمعنا النظر سنجد أن أغلب الناس يتخذون قرارات يومية دون تدبر أو إقتناع، وقد تودي بمردودات سيئة لهم أو لأتباعهم.

هناك الملايين بل المليارات من البشر ممن يتخذون يومياً العديد من القرارات الصائبة... فلماذا لا تكون من بينهم؟؟
إذا ما حقق شخص ما شئ ما، فإن أي شخص يستطيع تحقيق الأمر ذاته لو إلتزم التعلم والإرادة...

عزيزي... بالفعل لا يمكننا تغيير العالم ليعمل وفق قوانيننا الخاصة، ولكن نستطيع تنمية مهارتنا للتعايش والنجاح بداخله.

محمد عادل



برعاية:

في لحظة ما تشعر وكأن حياتك تسير عكس الإتجاه الذي تتمناه تنظر إلي حياتك السابقة تبحث عن أي إنجازات حقيقية فلا تجد، وعند إمعان النظر نجد أننا لم نتخذ القرارات المناسبة عندما سنحت لنا الفرصة ولو أننا فعلنا ما نحن قادرون على فعله لإنبهرنا بأنفسنا، فالمشكلات التي تواجه الإنسان عند الرغبة في إتخاذ قرار إزاء حاله معينة؛ إما التسرع في إتخاذ القرار الذي يؤدي لقرار ناقص الجوانب، وإما عدم إتخاذ قرار أصلاً!! وهذا قرار بحد ذاته، فهيا بنا نتعرف على العناصر الاساسية لإتخاذ القرار ...

أولاً: تحديد الأهداف:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "كل الناس يغدو فبائع نفسه فمعتقها أو موبقها" أي أن كل شخص في الحياه يسير ويمضي فهناك من يمضي في طريق معلوم واضح المعالم يفيد نفسه في الدنيا والأخره وهناك من يغدو متخبط ليس في جعبته من أسهم الخير من شئ، فلدا كل إنسان منا في هذه الحياه أحلام وطموحات فمنا من لا يهدأ حتى يحقق أهدافه ومنا من ينسى حلمه ويسير في الحياه هدفه لقمة العيش ومتطلبات أولاده وطموحه سداد ديونه والموت بهدوء.

التخطيط الجيد يجنب المفاجآت والإهتمام بالتفاصيل يوفر الوقت، فبدون أهداف ستعيش حياتك متنقلاً من مشكله لأخرى لعدم وجود بسبب قراراتك المتخذة بدون رؤى مستقبلية.

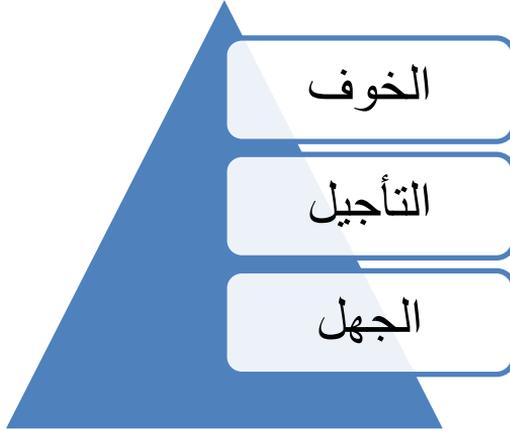


برعاية:

بدون هدف ستكون حياتك كقارب بلا دفة وستنتهي رحلتك على صخر
الحياه ... أشلاء مبعثرة "توماس كلير"

هناك ثلاثة أسباب تؤدي للهروب من التخطيط وتحديد الأهداف أو
مانطلق عليها "مثلث الرعب" وهما:

١. **الخوف:** الإنسان قد يخاف من الفشل ، الرفض ، الغد وأحياناً
من النجاح.
٢. **التأجيل:** تأجيل عمل اليوم إلي الغد وإستمرار التأجيل حتي يمر
العمر بلا إنجاز.
٣. **الجهل:** قد تتوفر الرغبة والدافع لتحديد الهدف ولكن لا تتوافر
المعرفة للتحقيق.



عندما تتجنب الخوف بالتوكل، وتكسر التأجيل بالنشاط، وتقهر الجهل
بالمعرفة.. فسترى الغد كما تحب
قال تعالى "ولتنتظر نفسٌ ما قدمت لغد"

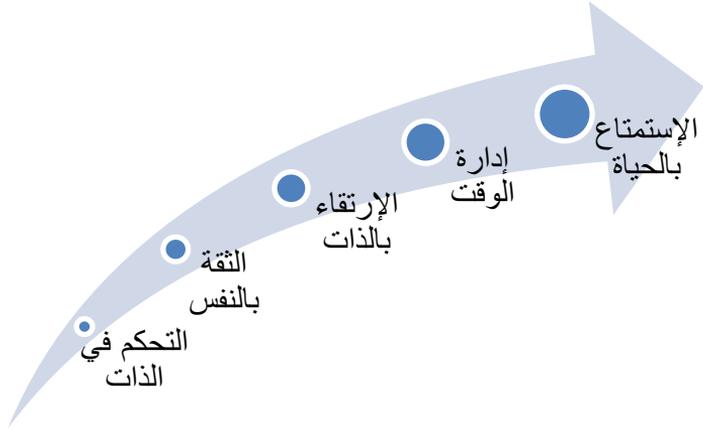


برعاية:

قد يمنعك الآخرين عن فعل شيء لبعض الوقت ولكنك أنت الذي تمنع نفسك كل الوقت "زج زجلر"

وقتما تستطيع تحديد أهدافك ستحصد القدرة علي إتخاذ القرار فالأهداف تحقق لك:

١. **التحكم في الذات:** فالرؤية للهدف تتيح القدرة على الثبات حين إتخاذ القرار دون الشعور بالندم.
٢. **الثقة بالنفس:** تتزايد الثقة بالنفس وبقراراتك بمجرد تحكمك بنفسك.
٣. **الإرتقاء بالذات:** فقيمة المرء تتوقف على ماحققه من إنجازات.
٤. **إدارة الوقت:** عند تنظيم الأوليات يتوفر الوقت لإتخاذ القرار الفعال.
٥. **الإستمتاع بالحياة:** فعدم وجود خطة يجعلك في حالة طوارئ دائمة.

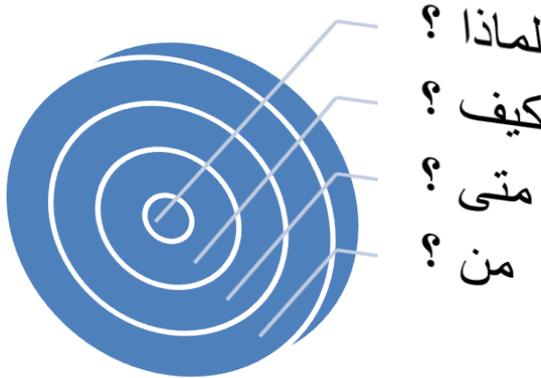


برعاية:

يمكنك الإنتظار متمنياً حدوث شئ ما يشعرك بالرضا إتجاه نفسك، بينما يمكنك أن تضمن السعادة إذا أعطيتها لنفسك "مارك توين"

نعم .. يمكنك أن تحصل علي ما تريد، عندما تكون أهدافك واضحة المعالم، ولكن كيف تحدد أهدافك؟؟ يمكنك تحديد أهدافك بالإجابة علي الأسئلة التالية:

١. من ؟ خاطب نفسك من أنت وماذا تريد وما هي المهارات التي تحتاجها ومن بجانبك ومن يحبك ومن أين تبدأ التطوير؟
٢. متى ؟ حدد وبدقة متي تبدأ .. ومدة التنفيذ وأترك مساحة للمرونة والتغيير، شرط الإلتزام !
٣. كيف ؟ كيف أصل إلي ما أريد؟؟ هنا ستجد الطرق للتنفيذ وسترى نتائج قوة التفكير الإيجابي
٤. لماذا ؟ الآن عليك البدء والتحرك وإسأل نفسك لماذا تريد النجاح؟؟ وعندما تجد الدوافع ستجد النجاح



عليك أيضاً أن تصنف أهدافك فهناك ثلاثة أنواع من الأهداف:

١. **أهداف إستمرارية:** وهي الأهداف البسيطة المحددة التي نحتاجها للإستمرار كإعداد بحث، مشروع، القيام برحلة، الإلتحاق بوظيفة، ممارسة رياضة أو الإنتظام بالصلاة.

٢. **أهداف مستقبلية:** وهي الأهداف التي يكون لها إطار زمني لتحقيق الإرتقاء والنجاح كالزواج، الحصول علي درجة دراسية، شراء أو تغيير سيارتك، الفوز ببطولة رياضية أو شراء منزل.

٣. **أحلام وطموحات:** وهي الأهداف التي تكون لديك كحلم كبير أو هدف أعلي كالمشاركة بتطوير عالمك، إبتكار وإختراع، الفوز ببطولة عالمية أو إمتلاك شركة كبيرة والهدف الأسمى جنة الفردوس.

HOPE



برعاية:

ثانياً: إيجاد البدائل:

إن عقلية الحل الوحيد لا تصلح أبداً في عملية إتخاذ القرار، فوجود أكثر من بديل عند إتخاذ القرار يعطي المرونة والحرية في الإختيار للوصول إلي القرار الأمثل والأكثر دقة، أما الحل الوحيد لا يؤدي إلي قرار وإنما هو أمر واجب النفاذ ... مسجون لايجد الحرية.

قد تكون متحمساً جداً ولديك طاقة لانهائية ومهارات عديدة ولكن إذا لم تكن لديك بدائل جيدة وقت إتخاذ القرار والحرية في الإختيار فستكون معرضاً للإخفاق، فيمكن أن تنهار المؤسسات وتتوتر العلاقات ويفقد الإنسان السيطرة على ذاته إذا إستسلمنا للحل الوحيد.

هل فكرت يوماً أن يكون القرار المناسب هو عدم إتخاذ قرار لحين إيجاد بدائل؟؟ نعم.. بل والأكثر من ذلك يمكن أن يكون القرار المناسب هو إتخاذ البديل الأقل ضرراً من بين البدائل المتاحة.

- ١ • إتخاذ القرار من بين البدائل المتاحة
- ٢ • إتخاذ القرار الأقل ضرراً من بين البدائل المتاحة
إن لم يكن هناك بديل مناسب
- ٣ • عدم إتخاذ قرار لحين إيجاد بدائل مناسبة

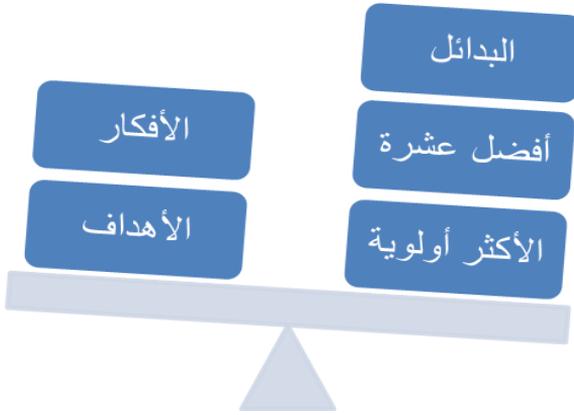


برعاية:

هناك نسبة مخاطرة في كل مواقف الحياة والشخص الذي لا يملك إدارة المخاطرة لن ينجح أبداً في قرارة "أكرم رضا"

عند توفر عدد كبير من البدائل المتاحة، كان من السهل التوصل للقرار الأكثر دقة، وهناك مجموعة من الخطوات تساعدنا علي إيجاد البدائل وهي:

١. مراجعة الأهداف وترتيبها حسب الأولويات.
٢. إختيار الهدف الأول في أولوياتك.
٣. إبحث عن العلاقة بين المشكلة وبين هدفك، ثم قم بتدوين كل مايرد إلي ذهنك من أفكار، حتي ولو كانت خيالية فمعظم الحلول الواقعية تتوارى خلف الأفكار الخيالية.
٤. قم بالتغذية العكسية أي مقارنة الأفكار المتولده مع باقي أهدافك.
٥. قم بكتابة أكثر عشرة أفكار توافقاً مع أهدافك.
٦. جد الرابط بين الأفكار والهدف الأساسي ستجد البدائل.



برعاية:

ثالثاً: الإختيار الواعي:

تعد مرحلة الإختيار هي الأهم في عملية إتخاذ القرار، فعندما نتكون أمامنا البدائل نحتاج لإختيار الأفضل والأنسب لتحقيق أهدافنا، والقرار الفعال هنا هو الذي يتم إختياره من خلال:

١. دراسة البديل: فالإختيار العشوائي رهاناً وليس قراراً.
٢. الدوافع: فالإختيار دون رغبة للتنفيذ كسيارة بلا محرك.
٣. الواقعية: فالإختيار الوهمي كالبحث عن السراب.

وتعد الجوانب الثلاثية السابقة كأداة لتصفية البدائل للوصول للقرار الأمثل وفقاً للخطوات التالية:

١. تصفية الأهداف بالدوافع:

سنقوم بإستعداد الأهداف التي تم تصنيفها وفقاً للأولوية بالمرحلة السابقة وكتابة الدوافع الخاصة بكل هدف على حدة، وإختيار أفضل خمسة أهداف لديك الرغبة والدافع في تنفيذها.

٢. تصفية البدائل بالواقعية:

سنقوم بإستعداد البدائل العشرة اللذين تم إستخلاصهم من الأفكار بالمرحلة السابقة، وسنقوم بتقييم هذه البدائل وفقاً للواقعية، وسنختار ثلاثة لسبعة بدائل الأكثر واقعية.



برعاية:

٣. دراسة البدائل وإتخاذ القرار:

في هذه المرحلة سنقوم بإنشاء جدول لتصفية البدائل وفقاً للأهداف ذات الدوافع كما بالجدول التالي:

هدف ١	هدف ٢	هدف ٣	هدف ٤	هدف ٥
بدیل ١	بدیل ٢	بدیل ٣	بدیل ٤	بدیل ٥

سنقوم بوضع علامة لصالح كل بديل مقابل كل هدف كما بالجدول التالي:

هدف ١	هدف ٢	هدف ٣	هدف ٤	هدف ٥
بدیل ١	بدیل ٢	بدیل ٣	بدیل ٤	بدیل ٥
		•		
	•			
	•		•	
		•	•	
		•		

وهنا يكون البديل الأكثر حساداً للعلامات بين البدائل المتاحة هو القرار الأكثر دقة والأقرب إلي الصواب.



برعاية:

"مِن سَعَادَةِ ابْنِ آدَمَ إِسْتِخَارَتِهِ اللهُ" هَكَذَا عَلِمْنَا الْحَبِيبَ "مُحَمَّدٌ" صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

فَمَا خَابَ مِنْ إِسْتِشَارٍ، وَمَا نَدِمَ مِنْ إِسْتِخَارٍ فَمَنْ أُعْطِيَ الْإِسْتِخَارَةَ لَمْ يَمْنَعْ الْخَيْرَ، وَمَنْ أُعْطِيَ الْمَشُورَةَ لَمْ يُمْنَعْ الصَّوَابَ وَيَقُولُ شَيْخُ الْإِسْلَامِ ابْنُ تَيْمِيَّةٍ رَحِمَهُ اللهُ "مَا نَدِمَ مِنْ اسْتِخَارِ الْخَالِقِ، وَشَاوَرَ الْمَخْلُوقِينَ وَتَنَبَّتَ فِي أَمْرِهِ"، فَالْإِسْتِخَارَةُ بَعْدَ الْقَرَارِ تَرْفَعُ الرُّوحَ الْمَعْنَوِيَّةَ لِلْمُسْتَخِيرِ، فَتَجْعَلُهُ وَاثِقًا مِنْ نَصْرِ اللهِ لَهُ، وَفِيهَا تَعْظِيمٌ لِلَّهِ وَثَنَاءٌ عَلَيْهِ، وَهِيَ مَخْرُجٌ مِنَ الْحَيْرَةِ وَالشُّكِّ، وَمَدْعَاةٌ لِلطَّمَأْنِينَةِ، وَرَاحَةٌ لِلْبَالِ وَامْتِنَالٌ لِلسَّنَةِ النَّبَوِيَّةِ وَتَطْبِيقٌ لَهَا، كَمَا أَنَّ الْإِسْتِشَارَةَ مِنْ كَمَالِ الْإِمْتِنَالِ بِالسَّنَةِ كَمَا قَالَ اللهُ تَعَالَى لِلْحَبِيبِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "وَشَاوَرُ هُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللهِ".



برعاية:

وأخيراً تجنبهم واتخذ قرارك..

تجنب الخوف فإنه يسلب الروح من الجسد

تجنب التأجيل فالمماطلة تبطل العزيمة وتميت القلب

تجنب القلق فهو مصدر إضطراب جسماني وعاطفي وفكري

تجنب الإجهاد فهو يشعرك بالإرهاق ويستهلك طاقتك

تجنب إسراف الطعام فهو يسبب سوء الهضم وإستهلاك الطاقة

تجنب المتشائمين فليس لديهم رؤى مستقبلية ولا إيجابية

تجنب الكسل فإنه يخلق اللامبالاه ويصعب علاجه

تجنب الشعور السلبي بقوة التفكير الإيجابي

محمد عادل



برعاية:



إسم الكتاب: تجنبهم وإتخذ قرارك

المؤلف: محمد عادل عبد العزيز

تاريخ التسجيل: ١٤٣١ هـ - ٢٠١٠ م

رقم الإيداع: ٢٠١٠/٥١٢٢

مقاس الكتاب: ٢٢x١٥

الناشر الإلكتروني: مروة رخا للنشر الإلكتروني

برعاية: مركز الشيخ إسماعيل أبو داود للتدريب



برعاية مركز الشيخ إسماعيل ابو داود للتدريب

www.mohamedadel.com | mohamed@mohamedadel.com



برعاية: