



الدرس الثامن عشر

التنمية الذاتية

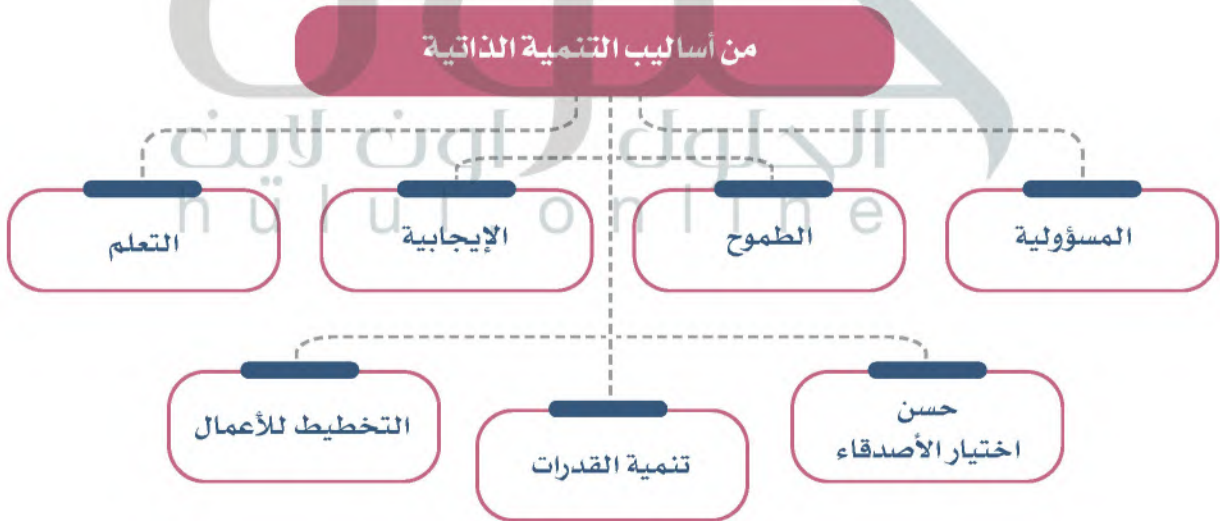
يرتبط النجاح وتحقيق الطموح بتنمية الذات، فما الأساليب التي نطور بها ذواتنا؟

﴿ مفهوم التنمية الذاتية

هي الجهود التي يبذلها الإنسان من أجل تطوير المهارات، والقدرات، والمواهب، بالتفكير والإبداع؛ وصولاً إلى تحقيق الشخصية الناجحة.

﴿ أساليب التنمية الذاتية

لتنمية الذات أساليب متعددة تساعد الإنسان على النجاح وتحقيق نتائج مثمرة، ومن أبرزها ما يأتي:



المسؤولية:

هي التزام الشخص وتحمله لجميع أقواله وأفعاله، فيكون على قدر المسؤولية المنوطة به.

الطموح:

أن يكون الإنسان حريصاً على تحقيق أهدافه وغاياته المشروعة، فالطموح هو طريق النجاح؛ لأنه يُفجّر في الشخص الطاقات الكامنة، ويدفعه نحو استنفار كل قواه العقلية والبدنية والنفسية من أجل تحقيق غاياته في الحياة.

الإيجابية:

التجاوب، والتفاعل، والعطاء داخل المجتمع، وهذا بخلاف السلبية التي تحمل معاني التقوقع، والانزواء، والبلادة، والانغلاق، والكسل.

الحرص على التعلم:

وذلك بتحصيل العلوم المختلفة في المجالات المعرفية، سواء بالاعتماد على دافع شخصي، أم واجب مدرسي، فالنجاح يعتمد بعد توفيق الله ﷻ على الجهود التي يبذلها الطلبة في دراستهم.

العناية باختيار الأصدقاء:

ينبغي أن يكون الصديق ذا خلق حسن وعقل رصين، ومخلصاً لصديقه.

تنمية القدرات والمهارات:

وهي تتحقق باستيعاب المعارف واكتساب الخبرات، وإتقان المهارات، وذلك مما يسهم في النجاح وتحقيق الأهداف.

التخطيط:

التفكير في المستقبل، والاستعداد له، وهذا يُقلّل من إمكان وقوع الخطأ والإخفاق عند التنفيذ.

للاطلاع

- ♦ الحصول على درجات غير مرضية لك في مادة معينة يحثك على الوثوق في قدرتك أن تتجاوز هذا الوضع بتطوير نفسك في هذه المادة، وذلك بتغيير طريقة مذاكرتك والاستفادة من الفرص المتاحة للتعليم.
- ♦ الإجابة الخطأ في الصف ليست عيباً؛ فكل الناس تُخطئ ونحن البشر نتعلم من أخطائنا.
- ♦ إن تفاوتك مع أقرانك في العمل الجماعي يدعم تعلمك وتعلمهم.
- ♦ الوقوف أمام أقرانك لتقديم الإذاعة المدرسية أو عرض تقديمي هو فرصة لإظهار مواهبك وقدراتك أمام الآخرين.

نشاط

يختار الطلبة ما هو تنمية ذاتية في الآتي:

- ☒ أحرص أن أكون أفضل من يخدم وطنه. ☒ أتخلص من العادات غير السليمة.
- ☐ لا أنام مبكراً. ☒ أقضي أوقات الفراغ في قراءة الكتب النافعة.
- ☐ لا أمارس الرياضة. ☒ أتعلم القراءة السريعة.
- ☐ أصاب بالإحباط عندما أخفق.

فوائد التنمية الذاتية للفرد

- إن من أهم أسباب التفوق الدراسي فهَم الطلبة ذواتهم وتطويرها، ومن أبرز فوائد التنمية الذاتية للفرد ما يأتي:
- ١- ترسيخ الثقة بالنفس.
 - ٢- تحقيق الأهداف والطموحات.
 - ٣- الاعتماد على النفس في تحمل المسؤوليات، وتحقيق الاستقلالية.
 - ٤- التغلب على المشكلات والصعوبات.

نشاط ٢



المؤسس الملك عبدالعزيز بن عبدالرحمن آل سعود

يقرأ الطلبة النص الآتي ثم يجيبون عن السؤال:

الشخصية التي أحدثت تحولاً في المجتمع السعودي، ويقتدى بها في تاريخنا الوطني هي شخصية الملك عبدالعزيز بن عبدالرحمن آل سعود - رحمه الله - الذي استطاع أن يقدم لنا أنموذجاً مُشرقاً. وقد توافرت لدى الملك عبدالعزيز سمات فردية مميزة؛ فقد كان (حريصاً على التعلم)، فتعلم القرآن الكريم والكتابة في سن مبكرة، وتلقى تحصيله العلمي في الفقه والتوحيد، وبالتوازي مع ذلك

كان الملك عبدالعزيز ينمي (مهاراته وقدراته)، فتعلم ركوب الخيل والفروسية، وعندما كبر حدد أهدافه وتحمل (المسؤولية)، فأصر على (تحقيق طموحه) بإعادة تأسيس الدولة السعودية وتوحيد أراضيها وجمع كلمة أبنائها، فحرص على (التخطيط) لتحقيق ذلك، وقرر بعد أن اختار الرجال الذين يثق بهم من (رفقائه) و(أقاربه) دخول الرياض، وبفضل من الله استطاع الانتصار وتحقيق الوحدة للوطن.

وقد واصل الملك عبدالعزيز توحيد البلاد وتطويرها، وكان (إيجابياً) ذا شخصية قوية أسرة ومهنية، تأثر بها كل من قابله، وكان باسماً ومتواضعاً ومرحاً، لا يتكلف في الحديث مع أبناء شعبه ورعيته، علاوة على كرمه وسخائه مع الجميع، فلم يكن ملكاً فقط، بل كان رب أسرة ومحباً للجميع، ورجلاً قدوة في أفعاله وسلوكه.

ما أبرز صفات الملك عبدالعزيز بن عبدالرحمن آل سعود التي يمكن أن نستنتجها من هذا النص؟

الثقة و القدرة على تحمل المسؤولية و تحقيق أهدافه و طموحاته و التغلب على المشاكل و الصعوبات التي واجهته وشخصية متطورة ذاتيا حريص على التعلم وإيجابي متواضع رحمه الله

تقويم الدرس الثامن عشر



١ يختار الطلبة الخيار الصحيح فيما يأتي:

أ- تنمية الذات هي:

☒ التطوير والتحسين ☐ ترك المبالاة ☐ السلبية وفقدان النشاط

ب- الاعتماد على الآخرين في إنجاز أعمالك:

☐ تنمية ذاتية ☐ تنمية غير ذاتية ☒ عمل سلبي

ج- من فوائد التنمية الذاتية:

☒ تجاوز المشكلات والصعوبات ☐ فقدان تحمل المسؤولية ☐ السلبية مع الآخرين

٢ برأيك كيف يؤثر التخطيط في تحقيق الأهداف؟

التفكير و التخطيط يقلل من إمكانية الإخفاق وتوفير أكبر
لتنمية الذات و كسب الخبرات

٣ ما أبرز أساليب التنمية الذاتية المؤدية إلى النجاح؟

- ١- أن اكون مسؤولاً
- ٢- أن أكون طموحاً
- ٣- أن أكون إيجابياً