

التخطيط الشخصي.. فوائد وخطوات



عزيزي القارئ الكريم ... هل تعرف ما هي قدراتك؟

هل تعلم أن جسمك يتجدد بالكامل كل سنة ؟

هل تعلم أن طاقتك تكفي لإمداد مدينة كبرى بالطاقة لمدة أسبوع كامل؟

هل تعلم أن رفرة خفيفة لفراشة تؤثر على نجم يبعد عنا ملايين الكيلومترات؟

وأن متر مربع من الطاقة كفيلاً بأن يبخر جميع محيطات العالم؟

وهل تعلم أن 3 % فقط من البشر يخططون لحياتهم.. و أنك إن لم تكن من المخططين فأنت ضمن مخططات

الآخرين؟

كثير من الناس اعتاد أن تكون حياته خالية من الالتزامات, والضوابط!! وبعبارة أدق – غير منظمة!!

بحجة أن العمل المنظم – وهو نوع من الأعمال الجادة – وهو بذلك – شيء مرهق يجعله غير قادر على

الالتزام طوال الوقت! كما يصاب العديد من الناس بالإحباط عندما لا يجدون الطريق الذي يقودهم إلى

مستقبل واعد، والمشكلة أن هؤلاء مع أن الرغبة موجودة لديهم، إلا أنهم بكل بساطة لا يعرفون كيف ومن

أين يبدوون؟

لذلك أغلبهم يشعر بالضياع وكلما بدأ في أمر توقف في منتصفه، وذلك لأنه يفقد ميزة التخطيط والتنظيم في الحياة!

وعلى هذا يجب علينا جميع أن نعلم أن العصر الذي نعيشه، هو عصر التنظيم والتخطيط لنجاح كل عمل يريده الإنسان في حياته، وهو زمان حسن الضبط والتدبير والترشيد للأمور والأعمال أكثر من أي وقت مضى. فما هو التخطيط؟

التخطيط هو النشاط الذي ينقلك من وضعك الحالي إلى ما تطمح في الوصول إليه وذلك من خلال الاستعانة بالخطط و الاستراتيجيات المختلفة. هو تحويل الأمنيات والأحلام إلى أهداف وانجازات حقيقية على أرض الواقع.

لماذا لا يخطط كثير من الناس؟

- الافتقار إلى الثقة والاعتقاد أن التخطيط هو شئ خاص برجال الأعمال .
 - الافتقار إلى معرفة التخطيط .
 - حب التفلت من التزامات التخطيط .
 - يظن البعض أن التخطيط يتطلب وقتا ثميناً من الأفضل أن نقضيه في انجاز الأمور، فالإنسان لديه بالفطرة حب الإنجاز و حصاد الثمار. كل ساعة تخطيط تعادل 4 ساعات إنجاز .
 - الاعتماد على الطنون و الأفكار و طول الأمل .
 - من يعمل بدون تخطيط يقنع بأقل النتائج ومن يخطط لا يرضى إلا بأكبر قدر ممكن من النتائج .
- مزايا التخطيط :

- طريقة عقلانية ومنتظمة لمنع القرارات وحل المشكلات .
 - يجمع بين الخبرة والمعرفة والمهارة، مع توفير الأدوات الملائمة .
 - يساعدك في رسم الصورة المستقبلية بما في ذلك المخاطر والمشاكل .
 - يعينك في معرفة فرص النجاح ومصادر الخطر.
 - يساعدك على وصول محطات ناجحة في حياتك .
 - يحفزك على التفكير في المستقبل بلغة الحقائق والبراهين .
 - يجعلك تتحكم بالمستقبل بشكل قوي .
 - يعينك لتصبح الشخص الذي تتمناه .
- فالتخطيط إذاً عمل مرن ومتفتح الذهن يحث على التغيير بشكل مستمر، كما أنه يعطيك انطباعاً عن الصورة المستقبلية .

مسارات التخطيط :

- التخطيط من الداخل إلى الخارج، ويعتمد عليك وما تنوي القيام به على المستوى الذاتي .

- التخطيط من الخارج إلى الداخل، ويعتمد بالدرجة الأولى على من حولك من الناس والأحداث، أما أنت فتأتي بالدرجة الثانية .

فوائد التخطيط :

- يحدد الاتجاه : يحفزك على التفكير المستقبلي .
- ينسق الجهود: يعمل وسيلة ربط بين الجهود والتطلعات .
- يوفر المعايير: يحدد معايير وأدوات يمكنها قياس التقدم الذي تحرزه .
- يوضح معالم الطريق: يساعدك التخطيط على تحديد ما تريد فعله والوصول إليه .
- يجهز المرء: يجعلك على أهبة الاستعداد للتعامل مع الظروف والمشكلات الطارئة .
- يكشف الوضع: يعطيك صورة واضحة لكيفية التفاعل مع المهام، والأنشطة المختلفة.
- يحفز المرء: يدفعك التخطيط إلى الأمام، ويقود خطاك إلى أعلى، ويرفع روحك المعنوية، ويحسن رؤاك وعلاقاتك مع الآخرين .

خطوات التخطيط :

- تحليل الوضع الحالي: هل تريد أن تمر عليك الأيام والشهور والسنون بشكل عادي؟! نندم على الأوقات الثمينة التي ضاعت بين لهو و كسل و ضعف في المهمة... قم بجلسة مصارحة مع النفس واسأل نفسك أين أنا من كل الأشياء التي تهم حقا في الحياة؟

- تحديد أهدافك: يجب أن تكون لديك أهداف واضحة و محددة و طموحة أيضا حتى في العبادة... انظر إلى عمر بن عبد العزيز و هو يقول إن لي نفسا تواقة..فقد طمح في الزواج من ابنة عمه و تزوجها ..و راوده حلم إمارة المسلمين فصار أميرا عليهم وحين تحققت كل أحلامه قال والآن نفسي تاقث إلى الله...و هذا مثال لطموح غير العالم...

- تصميم وكتابة سيناريو الحياة : يجب أن تتعامل مع أهدافك بالورقة والقلم ..لا فائدة من خطة بدون ورقة...تلك ليست خطة بل فكرة..ابن القيم الجوزي له كتاب رائع (صيد الخاطر) قام فيه بتسجيل كل أفكاره القيمة ...حاول أن تسجل كل فكرة تراودك..فكل فكرة هدية من الله.

التخطيط سر النجاح و أهم من التخطيط أن تكون لك رسالة, أن تحدد وتعرف دورك الحقيقي في هذه الحياة (أفحسبتم أنما خلقناكم عبثاً وأنكم إلينا لا ترجعون)...!! يرى العلماء أن من يفتقد الرسالة والرؤية الواضحة يكون أكثر عرضة للمشاكل النفسية و الصدمات.

أركان الهدف الواضح :

للهدف الواضح 3 أركان رئيسة, هي :

أولاً : القناعة العميقة بالهدف..... يجب أن تكون ليك قناعة تدفعك لانجاز الهدف والتغلب على الأثر السلبي للمحيطين الذين يقللون من قدر هدفك وإمكانية تحقيقه.

ثانياً : الإبداع.... ضع فكرتك و تخيلها كما يتخيل الطفل أحلامه.

- ثالثاً : الإيمان الدائم بالله سبحانه وتعالى, القادر على نصرته ثم الثقة في قدراتك التي وهبك إياها المولى جل جلاله .
- صفات الهدف الحقيقي :
1. واضح كالشمس... هدفه أن أختتم القرآن الكريم .
 2. محدد ودقيق... هدفه أن أختتم القرآن الكريم خلال سنة إن شاء الله تعالى .
 3. طموح... يجب أن تعقد النية فإن لم تستطع فلك اجر النية وإن استطعت فلك أجران.
 4. عملي... أي مكتوب وإجرائي واقعي يناسب تركيبتك الشخصية والفكرية .
 5. قابل للتحقيق... يراعي مستواك التعليمي والاجتماعي... يناسب قدراتك وإمكاناتك ووضع الشخص.
- أهمية وضع الأهداف :
- تضع أمام الإنسان نقاط اهتمام محددة وتجبره على تحقيقها... فأصحاب الأهداف الطموحة تبدو أهدافهم كخيال للآخرين.
- كيف أبدأ التخطيط؟
- حدد ما هي جوانب قوتك والتي تتميز فيها .
 - حدد جوانب ضعفك .
 - تعرف على الفرص المتاحة .
 - تعرف على التحديات والمخاطر .
- مثال : طالب علم شرعي :
- نقاط قوتي : علم شرعي / أفكار دعوية/أصدقاء يدعمونني/الاتصال بالعلماء .
- نقاط ضعفي : ضعف الهمة/غير مخطط/كثير التسويف/مزاجي .
- الفرص : توجد العديد من التجمعات الشبابية بالإمكان توجيه الدعوة لهم .
- التحديات : لا استطيع/خائف من المواجهة/مشغول/خائف من الفشل .
- الخطوات الذهبية لتحقيق الأهداف :
- استعن بالله ولا تعجز ما خاب من رجا ربه .
 - اكتب أهدافك في ورقة صغيرة وضعها في جيبك وراجعها كل يوم .
 - تخيل .
 - التأكيد الإيجابي في زمن الحاضر .
 - تصرف كأنك حققت الهدف بالفعل .
 - اتبع قاعدة الـ10 سم اقترب كل يوم قليلا من تحقيق أهدافك .
 - تحمل مسئولية نفسك وحياتك .
 - تقبل التغيير وكن مرنا و لين .

- التركيز: ركز على ما تريد تحصل على ما تريد .

- ركز على الأهداف ذات الأولوية القصوى .

أخيراً... قد تكون خطوتك الأولى في تنفيذ خططك هي أهم إجراء، بل تدفعك إلى النمو والتطور المستمرين؛ لذا عليك أن تعي بدقة ما هي خطوتك الأولى ومتى تبدأ بها؟ لا بأس أن تكون الخطوة أو المهمة الأولى سهلة نسبياً حتى تكون دافعاً لك لإنجاز المهمات الشاقة، وأخيراً يجب أن تعمل على وصل المهمات بالغايات بعيدة المدى والتي تأمل في تحقيقها.