

من الفوضى إلى الإنجاز - بوصلتك نحو التخطيط المرن | المدرب وسام الحداد

أنس شيخ اكريم

بسم الله الرحمن الرحيم. الحمد لله المبين. والصلاة والسلام على الامين. اللهم افتح على قلوبنا فتوح العارفين. فتوحا تصلح به الحال ونسلك به في سبيل امتنا كل سبيل فعال رب اشرح لي صدري ويسر لي امري واحلل عقدة من لساني يفقه قلبي اللهم لا سهل الا ما جعلته سهلا - [00:00:00](#)

وانت تجعل الحزن اذا شئت سهلا. اللهم علمنا ما ينفعنا. وانفعنا بما تعلمنا وزدنا علما. اللهم نسألك خيرية القوة مع الايمان. ونسألك حسن الاستخلاف مع الاتقان نسألك يا ربنا ان نكون من اصحاب اليد العليا مع الاحسان اللهم امين امين امين - [00:00:15](#)
اهلا وسهلا ومرحبا بكم في هذا اللقاء والذي نتحدث فيه عن يعني مهارة او موضوع او ترند او او اه جانب او فجوة. دعونا نقول اه يعاني منها الكثيرين الا وهي التخطيط - [00:00:31](#)

الشخصي وتحديد الجانب المهني. نتحدث هنا عن الجانب المهني. آآ شكر الله للاخوة في بوصله على دعوتهم لهذا اللقاء واسأل الله ان ينفع بي وبكم باذن الله تعالى. بداية اه يعني اريد ان اسأل سؤال - [00:00:48](#)
اللي موجودين معنا اول شي اه هيك نعمل اه سريع باكوس سريع. اه نسأل فيه انتم آآ ايش وضعكم طلاب ربات بيوت موظفين اصحاب عمل اذا ممكن تجيبوا على السؤال الذي ظهر امامكم الان على الشاشة - [00:01:07](#)

ان شاء الله حتى الان اه ثمانين عم تنزل النسبة طلاب سبعين في المية طلاب تفوق عم بصير وما زال طلاب ما زال خمسة وستين في المية طلاب عندنا سبعة عشر في المئة موظفين - [00:01:35](#)
اه تسعة عشر في المية ربات بيوت يعني تقريبا اللي جابه خمسة وسبعين في المية. عم نحكي عن ستين في المية طلاب. يعني غالب اللي موجودين معنا. تقريبا طلاب اهلا وسهلا الجميع - [00:01:58](#)

آآ مين كان عنده اهداف او عادة يضع اهدافه في بداية العام جميل طب انا حعمل هيك بس اه يعني آآ عرض سريع لبورد كتبتة على السريع الان قبل الجلسة - [00:02:19](#)
شايفين البورد الان انتو يؤكد علي بس شايفينه جميل طيب هذا البورد عادة ما يكون آآ يعني هو هو الذي او يمثل جانب او جزء خرينا نحكي من الاهداف التي يضعها الاشخاص في نهاية العام - [00:02:46](#)

صح طيب خريني بس انا اعمل هيك تعديلات صغيرة عليه عندي بس دقيقة واحدة معلش تمام الناس تضع عادة اهدافها وبتيجي في نهاية العام لتعمل تقييم لهذه الاهداف. فبقل لك انا - [00:03:09](#)
عندي هدف انا انزل عشرة كيلو. فبيجي في نهاية العام بقل لك انا حققت هدفي بس بيشطب هاي الصفر بقل لك انا نزلت واحد كيلو عن هدفي ان ادخر الفين دينار - [00:03:32](#)

عادي ممكن جدا ايش يعمل هو؟ يعمل تعديل بسيط على الكلمة فبتصير بهذه الصورة اتدين الفين دينار بقول لك حققت الهدف اموري تمام انا حابب ابدل موبايلي. عادي بضيف كلمة صغيرة بقل لك - [00:03:45](#)
كفر مثلا الموبايل ابدل كفر موبايلي واستطعت ان احقق هذا الهدف اقرأ خمسطعش كتاب ممكن يعدل كلمة كتاب ويحط خمسطعش صفحة ويقول لك انا حققت هذا الهدف المعذرة معلش آآ كثير منا يقع احيانا بهذا الفخ - [00:04:02](#)

ويشعر ان هو نعم يعمل على على موضوع التخطيط لكن في نهاية العام عندما يراجع هذه الاهداف التي وضعها يكتشف انه لم يحقق من هذه الاهداف آآ شيء او حقق جزء بسيط جدا من هذه الاهداف وبالتالي ليس ما يطمح له او ما يريد الوصول له من الاهداف التي يريد ان يحققها - [00:04:31](#)

طبيب مبدئيا اه المفروض انكم عم تشوفوا الان الشرائح اه خلفي صحيح معلش انا اه نزلت تحت شوي هيك بتلاقوني عالمين حتى تكون الشرائح كلها واضحة عندكم طبيب آآ حتى نحاول اليوم ان نناقش موضوع التخطيط عموما بانصاف قدر الامكان - [00:04:54](#) بحيث لا نقول ان التخطيط بحد ذاته غير نافع وانه احنا لا كله كلام فاضي والناس كلهم بخططوا ولا يحققوا شيء من الذي يخططون له وبنفس الوقت ما فينا نقول ان التخطيط حقيقة كما يسوق له - [00:05:28](#)

في آآ تقبيل القاعات التدريبية والتنمية البشرية والكتب الاكثر مبيعا وغير ذلك من العناوين الرنانة لا سيما في الشهر الاخير والشهر الاول من العام هو هو يعني يختلف الحقيقة عما يسوق له. واذا اردنا ان ننظر الى الامر بشكل واقعي منطقي سنجد ان جزء كبير - [00:05:42](#)

من الذي يروج له والذي يتحدث عنه هو ليس آآ موافق لارض الواقع او آآ لا يمكن ان ينفذ كما هو عبارة عن حالات فردية قد تكون حققت نجاحا مع بعض الاشخاص راح عمل كتاب قال لك انت بدك تخطط اعمل كذا وكذا - [00:06:05](#)

ستشيدده لا يفلح مع اغلب الناس. طب ليه ؟ اليوم سنناقش ان شاء الله تعالى هذه الجوانب اه اللي عم بحكي غير واضحة الشاشة غير واضحة خلفي. بس اتأكد قبل ان نبدأ معلش - [00:06:22](#)

وصلتني ملاحظة او يعني في حدا علق انها غير واضحة. فاكدوا لي الله يكرمكم اذا غير واضحة حقيقة او انها واضحة واضح طبيب جميل مم الله يرضى عليك طبيب آآ في ناس شايفينها - [00:06:35](#)

كبيرة الشاشة صحيح. طبيب خيلنا نجرب نعمل بنعمل ما يلي حتى تكون الامور اكثر وضوحا. معلش نروح للخطة البديلة هيك اظن الامور ان شاء الله انها اكثر وضوحا هنا بس - [00:07:21](#)

لم نعد نحتاجا. هيك الامور ان شاء الله انها طيبة طبيب الامور احسن ان شاء الله اللي مش احسن عنده يبقى المشكلة في الشاشة التي عنده يعني اكثر من هيك - [00:07:59](#)

لا يوجد طبيب اه اول اه يعني ملاحظة مهمة يا جماعة احنا الان نقضي جزء من حياتنا. يعني احنا الان نجلس وعندنا مجموعة من الدقائق التي سنقضها ان شاء الله تعالى مع بعضنا البعض - [00:08:20](#)

نحاول قدر الامكان ان نستجمع تركيزنا وحضورنا ورقة وقلم نسجل ملاحظات حتى ننتفع قدر الامكان من هذه آآ الملاحظات الملاحظات التي او او التوصيات التي سنخرج بها ان شاء الله تعالى من هذا اللقاء - [00:08:35](#)

طبيب اه بداية انا بعمل تمرين عادة اه اسمه تمرين الدقة. اذا ممكن اذا ممكن الجميع يعني حتى لو انا مو شايفكم حاولوا قدر الامكان تكونوا صادقين امم نغمض اعيننا بعد ان اقول ابدأ نغمض عيوننا - [00:08:55](#)

بعد ان نغمض اعيننا ان نتخيل ونشعر بدقيقة يعني نحاول ان نستشعر انه مرت دقيقة الان. عندما تشعر انها مرت دقيقة افتح عينيك لكن قبل ان نغمض عينيك افتح الهاتف على الستوب واتش - [00:09:18](#)

على ساعة الايقاف خليني اورجيكم بالزبط. كيف يكون شكلها ساعة الايقاف هي بتيجي اه لما تدخل على المكان اللي بتحط فيه منبهات والساعة على ساعة الموبايل. حدخل على السوب ووتش اللي بتيجي عندك هكذا - [00:09:36](#)

فيها يعني اللي هي الاسفار فلما اقول لك ابدأ رح تضغط على زر البدء. غمض عيونك وتنتظر دقيقة. لما بتحس انه مرت دقيقة طلع على على الساعة. وشوفي قديش مر - [00:09:48](#)

اقمار دقيقة ولا اقل ولا اكثر واكتب على التعليقات كم مرة اذا ساعد واحد اثنين ثلاثة ابدأ عندما تبدأ بتشغل ساعة الايقاف ومن ثم آآ يعني تنتظر حتى تمر دقيقة. اللي فتح ساعة الايقاف يقول لي تم - [00:10:03](#)

تأكد بس يكون في عدد معاي في التمرين بفتح ساعة الايقاف يقول تم طبيب واحد اثنان ثلاثة اضغط زر البدء اغمض عينيك تخيل

دقيقة طيب مبدئيا خلونا هيك نعمل نظرة سريعة عادة الناس كثير من الناس يعني مثل ما احنا مثلا شايفين في عنا تمانة وتلاتين ثانية في عنا تسعطعشر ثانية في عنا ستة وتلاتين ثانية - [00:10:20](#)

يعني تقريبا اقل من اثنين وعشرين ثانية تسعطعشر ثانية تخيل في ناس دقيقة وعشر ثواني لكن اغلب الناس واحد وتلاتين ثانية اغلب الناس تقديره للوقت شعوره بالوقت ادراك للوقت فيه مشكلة - [00:11:59](#)

طب هذا وين وبين بوصلنا ؟ هذا بوصلنا مدخل مهم جدا لهذا الموضوع عندما نتحدث عن التخطيط ونتحدث عن الوقت انا اري ان المشكلة ليست في كل الادوات والتقنيات وكان الناس تنتظر مفتاح ومصباح علاء الدين. مفتاح اه خاص للكنز - [00:12:18](#)

افتح اكتشف السر الذي سيساعدني على ادارة وقتي وان اكون انسان اه يعني ناجح في التخطيط والتنظيم. الامر ليس كذلك ولا بحياته كان كذلك احيانا عندنا مشكلة نحن في اننا يعني لا ندرك ما الذي ما الذي ندمره في حياتنا - [00:12:36](#)

نحن لا ندرك هذه النصف ساعة ولا ربع ساعة. قبل النوم ولعند الصباح. طبعا انا تركت كل اليوم اه ربع ساعة نص ساعة عند الصباح وربع ساعة نص ساعة عند المساء - [00:12:57](#)

نجلسها على مواقع التواصل الاجتماعي. لا نعرف ان هذه تشكل كم يوم عمل لو احنا رحنا سريعا هيك مع بعضنا البعض على الالة الحاسبة تعالوا نحسب نقول والله احنا عنا - [00:13:07](#)

معلش هذه هذه يعني هذا امر مهم جدا. حتى ندرك ما الذي نفعله بانفسنا. ايش اللي احنا عم نعمله ؟ بانفسنا خليني اعمل معلش اوقف المشاركة واشارك مرة اخرى الاهداف الفظيعة التي لم يتحقق منها شيء - [00:13:20](#)

طيب نروح هنا اذا انا اقول تخيل معاي لو انا فقط عندي ساعة يوميا فقط. ساعة يوميا الساعة واحدة كل يوم. ضرب ثلاثية وستين خمسة وستين يوم يساوي ثلاثية وخمسة وستين ساعة - [00:13:41](#)

افرض انك انت يعني اول عشر سنين من حياتك كان اهلك مانعينك واخر خمس سنين من حياتك انت خلص عقلت. تعبت. بطلت تشوف بعيونك. فمشيت خمسطعشر سنة من متوسط عمر خمسة وسبعين مثلا. او سبعين فبيصبح عنا قول خمسين سنة - [00:13:59](#)

خمسين سنة ضرب ثلاثية وستين خمسة وستين ساعة بالسنة. يساوي ثلاثية وخمسة وستين ساعة ضرب خمسين سنة. تمنطعشر الف وميتين وخمسين ساعة كم يوم عمل بيطلعوا هدول تقسيم ثمانية يساوي - [00:14:16](#)

الفين وميتين وواحد وتمانين يوم عمل تقسيم آآ لو حسبنا كم سنة اتعمل ثلاثية وخمسة وستين يساوي ست سنوات وربع ازا بدنا نحسب يوم العمل ثمان ساعات ست سنوات من حياتك انت قضيتها - [00:14:34](#)

على مواقع التواصل الاجتماعي. اذا فقط حكينا عن ساعة الفين وميتين وواحد وتمانين يوم عمل تمتاشر الف ساعة في حياتنا فقط اذا احنا حكينا عن هذه السويغات البسيطة اللي للأسف انا ما اعرفه من الناس - [00:14:54](#)

واشتباك مع الناس اغلب الناس تجلس هذه الساعة لذلك اللي راح نحكي عنه مهم نحكي عنه هو ليس فقط موضوع مهارة نريد ان نكتسبها اننا نتحدث نحن عن حياة. نتحدث عن مستقبل نتحدث عن سؤال - [00:15:17](#)

سنسأله في سنسأله في يوم من الايام من الله سبحانه وتعالى سنقف بين يديه وسنسأل عن عمره فيما افناه هذه الدقائق وهذه الساعات سنسأل عنها انت انت يعني تضع النصف ساعة لانها بسيطة - [00:15:35](#)

لكن انت لا تنظر على انها الاف الساعات. لذلك يعني ارجو من الله ان نخرج ان شاء الله خلال هذا اللقاء او من هذا اللقاء واخذنا بعض التكنيكات وبعض التوصيات التي يمكن ان تساعدنا باذن الله تعالى في ان نكون اكثر - [00:15:52](#)

حرصا على هذه الامانة التي اعطانا اياها الله سبحانه وتعالى الا وهي امانة العمر هو مش ادارة الوقت هو ادارة العمر يا جماعة لا نتحدث عن التخطيط فقط نحن نتحدث عن - [00:16:08](#)

ادارة عمور نانا يعني عندما نتحدث عن مهارات التخطيط او التخطيط المهني او اي شيء متعلق في التعامل مع الوقت انت تتحدث عن تعامل مع عمرك اغلى ما عندك فيعني نسأل الله التوفيق والسداد - [00:16:22](#)

اه انا اسمي وسام الحداد انا اعمل في مجال التدريب. تقريبا منذ اه عشرين عاما اه درست في حياتي جانبيين اساسيين. جانب متعلق في المال والاعمال بكالوريوس تسويق اه قبل محاسبة دبلوم في ادارة الاعمال. امارس الاستشارات والتدريب. اه مع الشركات والمؤسسات الكبرى. في عدة دول - [00:16:39](#)

وبنفس الوقت درست بعض الجوانب في الجوانب النفسية وعملت دراسات عليا بعد ذلك في التربية. واجمعوا عادة بين هذين الجانبين في تقديم آآ برامج في آآ عملي الاساسي مع الشركات والمؤسسات مع المدربين المهتمين بان يكونوا مدربين وبعض المهارات الشخصية التي اقدمها كهذه - [00:17:00](#)

مهارة هي مهارة التخطيط والجانب اللي انا يعني اه اتخصص فيه اكثر هو موضوع التخطيط المهني وآآ كيف يمكن ان يكون الانسان اكثر فاعلية او اكثر انتاجية من الناحية المهنية ضمن منهج اسميه منهج رشاد - [00:17:23](#)

الاعمال هذا تعريف سريع ومدخل لهذه الورشة طيب ذكروني احنا يفترض اي ساعة نختم؟ الاخوة المنسقين سواء من طرفنا او المنسقات من طرفنا ومن طرفهم. بعثوا لي رسالة على الخاص اكدوا لي بس حتى اتأكدوا انه انا اموري على الوقت اه ماشية بشكل - [00:17:40](#)

السليم ان شاء الله تعالى طيب عندما نتحدث عن تخطيط فعال نحن نتحدث عن البداية بموضوع تصحيح المفاهيم التشخيص اه ان اعرف ما هي مشكلتي؟ ومن ثم وجود خطوات صغيرة واضحة - [00:18:00](#)

التوكل على الله تتبع ما اعمل عليه تقييم ما قمت به تصويب استمرار وهذا يؤدي ان شاء الله الى تسديد الهدف والوصول الى ما يطمح اليه الانسان بعد توفيق الله سبحانه وتعالى وارادته - [00:18:20](#)

طيب المحاور الاساسية الثلاثة التي سنتحدث عنها هي اولاً سنتحدث عن المخادعات او المغالطات اه الخاصة التخطيط عموماً والمنتشرة والتي يتحدث عنها كثيراً هذه ستأخذ جزء لا بأس فيه من ورشة لانني ادعي ان بعض المفاهيم اذا - [00:18:37](#)

مثل ما بسموه كليك هيك عملت عند الانسان واصبحت اكثر وضوحاً ستنعكس داخل النفس البشرية وستنعكس خارجها على شكل سلوكيات التبصر في النفس مهنيًا بعد ذلك كيف يمكن ان نتبصر في نفسي من ناحية مهنية - [00:18:59](#)

اه بالذات انا كطالب جامعي او حتى كموظف او حتى كربة منزل. احنا لغالب اغلب معانا طلاب جامعات انا كيف ممكن اعرف نفسي من هذه الناحية؟ من الناحية المهنية. ما الذي - [00:19:18](#)

يمكن ان يساعدوني سنتحدث ان يساعدني. آآ طبعا سنتحدث عن بعض الادوات بعض الادوات البسيطة التي يمكن ان تساعدني لانه هذا الموضوع كما هو معلوم. موضوع واسع جداً آآ لكننا سنحاول ان شاء الله قدر الامكان ان نتناول جزء منهم يخدم الجانب التخطيطي بكل الاحوال اللي هو موضوع الورشة - [00:19:28](#)

اخيراً تطبيقات عملية في التخطيط الفعال ونسأل الله السداد طب اولاً اختصر يعني كلمة وضعتها انها تساهم في فهم الاوليات كما هو معلوم عندنا شيء اسمه اوليات العقلية. يعني بديهيات العقلية. الاوليات التربوية. الاشياء البديهية في مجال التربية - [00:19:48](#)

وهكذا فوضعت شيء اسمه اوليات التخطيط الاشياء الاساسية البديهية التي يجب ان يعرفها كاي شخص حول التخطيط والتي يجب ان ينطلق منها اولاً حتى يكون عندي خطة جيدة وتنفيذ جيد لهذه الخطة لابد ان يكون عندي - [00:20:10](#)

آآ استعداد جيد اختصر الالف فيها استعداد جيد الخاء في اختصر خطة واضحة لا معقدة مشكلة الكثير من الناس تعقيد عملية التخطيط. لذلك المنهج الذي ادريه عادة في موضوع التخطيط في دورة تبسيط التخطيط - [00:20:25](#)

تبسيط التخطيط بان تعقيد التخطيط يخرج يخرج من هدفه اصلاً. هدفه انه انا يساعدني انجز. فانا بعقد اصلاً الاداة التي ستساعدني. كي اكون منجزاً. يعني بشكل طبيعي ستكون هي ضدي ليست معي وستكون اداة هدم لاداة بناء - [00:20:44](#)

اختصر التاء تفصيل يومي وتحديد للعادات الثابتة. سافصل هذا ان شاء الله تعالى. فيما اسميه جدول الاوقات الذهبية. الصاد والصبر واعتياد وهو مفتاح مهم جداً لان بناء لانه التخطيط الناجح هو الذي يساعدني في بناء عادات - [00:21:04](#)

صحية وبناء العادات لا يكون من الا من خلال الصبر. بدون صبر لا يمكن ان يكون هناك اعتياد. فصبر ثم اعتياد آآ اخر اخر اختصر

الراء الا وهي رغبة متجددة. وجود حافظ - [00:21:21](#)

دائما كما يقول يقولون في الغرب قوة ليه؟ قوة لماذا لماذا انا افعل هذا؟ تجديد هذه الرغبة؟ طبعا ايضا الراء عندي الرقابة والمراجعة والتقييم هذه اختصر لي اوليات التخطيط. طيب - [00:21:35](#)

اذا اردت ان تنطلق اي شخص الان عم بيحضرنا سواء يعني في اي مقام اقامك الله سبحانه وتعالى انت القصد كأنك موجود هون مهتم بان تكون انسان اكثر تنظيما اقل تشتتا. حياتك اكثر وضوحا. عندك اهداف واضحة وانجازك في الحياة جيد على الاقل من الناحية المهنية او - [00:21:55](#)

يعني او يعني على الاقل ما ما نتناوله نحن في هذه الورشة سنتحدث عن الجانب المهني بشكل محدد اليوم التشخيص هو نصف الحل التشخيص في اي شئ في اي في اي مشكلة في حياتنا عم بتواجهنا سواء كانت نفسية كانت تربوية كانت مهنية كانت دراسية اذا - [00:22:14](#)

ان تعرف سبب المشكلة؟ وماهية المشكلة سيكون الوصول للحل مجرد وقت يعني سيكون سهل جدا او على الاقل ستكون قريب او اقرب للوصول الى الحل اذا كان استطعت ان تشخص مشكلتك - [00:22:36](#)

اذا التشخيص هو نصف الحل والتشخيص اذا اردت ان تشخص الان انت مشكلتك. لا يمكن ان تشخص المشكلة وعندك مفاهيم مشوهة. ليه لانه انت انت اذا اردت ان تشخص هل عندي مشكلة او لا؟ انت قد ترى انه انت ما عندك مشكلة - [00:22:52](#) او قد ترى ان انت عندك مشكلة بناء على تصور لديك وهذا التصور مغلو. وبالتالي النتيجة ايضا مغلوطة فلا بد اذا اذا اردت ان تشخص المشكلة لابد ان تدرك تماما انك - [00:23:08](#)

تفهم هذه المشكلة والمفاهيم الاساسية التي آآ الموجودة عندك هي مفاهيم آآ صحية وسليمة لذلك لابد ان نمر على منظومة الافكار المتعلقة في موضوع التخطيط تحديدا اول شئ اذا اردت ان تخطط - [00:23:22](#)

من الناحية المهنية وانت تعتقد انني اريد ان اصل انا خطتي. يعني انت تريد ان تضع خطة وان تطور نفسك في المجال المهني. حتى تصل الى نتيجة اريد ان يكون عندي عمل - [00:23:42](#)

مريح ومريح كلمة مجموع فيها الاثنتين عمل مريح وعمل مريح وهذا على حسب علمي انا عملت مع يعني دربت اطباء مهندسين صيادلة. اه بروفيسورز سياسيين اه دربت اه قادة دربت منظمات دولية دربت اطفال يافعين - [00:23:55](#)

معلمين يعني عمال دربت فئات كثيرة جدا وعملت مع رجال اعمال ومع اصحاب مشاريع كبيرة جدا آآ عن قرب واختلطت فيهم لي ايام طويلة وعرفت عنهم الكثير من التفاصيل ولم اجد شخصا واحدا حتى الان - [00:24:20](#)

بمفهوم الدنيا انا اقول الان من ناحية جسمية ومن ناحية اه اه متعلقة في الضغط والتوتر الذي الذي يعني ينعكس على حياة الانسان نتيجة نتيجة ما يحصل في عمله. لم اجد شخص واحد استطاع ان يصل لهذه النتيجة. حتى وان ادعى ذلك - [00:24:39](#)

ان يكون هو في عمل مريح مريح اموري تمام ما عندي اي مشاكل مرتاح غير موجود. غير موجود. ودائما اذكر مثال الاخ الذي استأذنته انا يعني سابقا وذكرت قصته كثيرا - [00:25:00](#)

عندي امثلة كثيرة لكن لا استطيع ان لا احب ان اذكر تفاصيل يعني الاشخاص الذين آآ اتعامل معهم او في استشارات او غيرها. فهذا الشخص كان يعني جاء يشكو مشكلته - [00:25:16](#)

انا اعلم انه هاوي ساعات سألت هذه الساعة التي تلبسها كم ثمنها؟ ثمنها يشتري منزلا وقد يزوج عشرات الشباب وثمانها يشتري سيارة يحلم بها الكثيرين هذه الساعة طبعا انا سؤالي له هدف - [00:25:27](#)

هو يمتلك بالنسبة للبعض حلم يعني تقول ثمان ساعات ثمانين الف ولا مئة الف دولار ويلبسها وهو غير مرتاح غير سعيد. لماذا انا انا يعني اتيت بمثال الساعة؟ لانه هي يعني اقل ما يملك - [00:25:50](#)

هو غير غير مرتاح. فالיום تصحيح مفهومنا حول موضوع الراحة وحول موضوع لماذا اريد ان اخطط مهنيا وجاهزيتنا النفسية حتى

عندما نريد ان ندخل سوق العمل. تحديدًا الشباب الجامعات لانهم يتلقون - [00:26:08](#)

التصور عن الواقع في سوق العمل عن واقع المهنة عن واقع الشركات عن واقع سهولة ان يكون عندك مشروع وان تكون ريادي اعمال من الخارج من الاعلام من بعض البرامج التدريبية من اليوتيوب من بعض ريادي الاعمال بين قوسين تحت خمسين خط - [00:26:23](#) على مواقع التواصل المختلفة فيبني تصور انه انا اريد ان اخطط لاصل لهذا الشخص وابني تصور انني اذا وصلت الى هذا ساكون

انسان عداك عن عن عن مشاكل التصور نفسه عن فهمنا لريادة الاعمال - [00:26:42](#)

بين قوسين ايضا مرة اخرى عن فهمنا لموضوع تأسيس المشاريع. عن فهمنا لعالم الوظيفة تم تشويها او تقديسا يعني هناك بعض الاشخاص الذين يشوهون يعني احد الاشخاص المشهورين في مجال القيادة وغيره يقول لك الوظيفة اطلاقا هكذا يقول الوظيفة عبودية ماذا تختلف الوظيفة اليوم عن العبودية - [00:26:56](#)

العبد كان زمان يستأذن سيده اذا اراد ويقول الوظيفة اطلاقا انها عبودية وهذا مفهوم خاطئ هذا مفهوم خاطئ. كذلك امر البعض يقدس موضوع ريادة الاعمال. ويقول لك اذا اردت انت ان تكون يعني اه اه صاحب مشروع هو هذا الحلم الاكبر والذي لا يمكن -

[00:27:15](#)

ان تكون انسان ناجح الا به طب هناك اشخاص يحصلون على راتب شهري من وظيفتهم يعني اربعين خمسين الف دولار راتب شهري اذا كان الهدف من وجود مشروع نتحدث الان عن الرسالة والقيمة وهذا امر اخر - [00:27:32](#)

يعني لان كونك تحقق رسالة وهنا تحقق رسالة اذا كنت صاحب مشروع تحقق رسالة اذا كنت على ثغر في وظيفة انت هنا مستخلف من الله سبحانه وتعالى وهنا مستخلف لكن جزئية هذه التصورات التي تبني نتيجة - [00:27:47](#)

اه تجارب فردية وقد تكون غير صحيحة وقد يكون فيها اهداف اخرى يجب ان نتوقف عندها يجب هنا ان نعمل على تصحيح المفاهيم العمل على تصحيح المفاهيم وآآ مراجعة ما نؤمن به وما نفكر فيه حول جزئية انني اريد ان اصل الى عمل مربح ومريح -

[00:28:03](#)

طيب اه وهذا يخوضنا الى مفهوم اللذة والالم او ميزان الطمأنينة ما اسميه ان ميزان الطمأنينة اللي هو هو فهم الحياة بكفتيها اللذة والالم. حيث لا يوجد شيء في الحياة الا وفيه هذين المفهومين - [00:28:27](#)

مفهوم ان المتعة مفهوم آآ ان تشع بشيء جميل. لا يخلو قطعا من الم مصاحب له وكذلك الامر الكثير من الاشياء التي يكون فيها الم لا تخلو من آآ منفعة او فائدة او اثر طيب يعود على الانسان - [00:28:44](#)

آآ نتيجة تعرضه لهذا الالم اه تعلم اه فهم اعرق للحياة تجنب الم اكبر بناء على هذا الانسان لابد ان يفهم ايضا هذا الميزان حتى تكون اموره كما ينبغي. وهنا يعني سريعا ساعرض مجموعة من الصور لا نتوقف عندها كثيرا حتى في بعض الفيديوهات لن اعرضها -

[00:29:02](#)

هي خلاصة هذه الفيديوهات اننا في نعمة وانك في في يعني في لذة كبيرة في نعمة كبيرة جدا لكنك لا تشع بها طب ليه انا بدي وجع لك قلبك يعني لما بدنا نشوف - [00:29:23](#)

يعني صور آآ كثيرة لاشخاص في مخيمات ولا لاشخاص في ظروف سيئة وصعبة والاشخاص مبتلين بامراض انا بدي اوجع لك قلبك ولا اريد ان اولمك لا انا اريد اريد لا اريد ان اليمك ولكن اريد ان - [00:29:35](#)

ان تتذكر ان طريقة تفكيرك تؤثر على ما تشع به وتؤثر على اهدافك وعلى طموحاتك. فالיום اذا استطعت ان تضبط هذه المفاهيم وهذه المشاعر ستؤثر عليك ايجابا بشكل كبير جدا - [00:29:51](#)

طيب اه الله سبحانه وتعالى عافانا من الكثير من الابتلاءات يعني هذا هذا هذه ابنة تفقد والدها امامها وهو يغرق السوريين الذين هاجروا في هذه البلاد الصوت مسموع لما شغلت الفيديو - [00:30:06](#)

تسمعون الصوت حتى لما شغلت الفيديو صح؟ طيب معلش دقيقة اه هكذا هل كان مسموعا ايضا لا اه المفروض اخر محاولة بيدو انه ايضا ايضا ما كان البعض مسموع عندهم البعض لا - [00:30:29](#)

طبيب يعني لعله خير لعله خير. الان صوتي مسموع طيب هل تسمعوني يعني معلش اه سنحاول قدر الامكان يعني يعني انا اريد فقط ان نتخيل مشاعر الالف الذين مروا بهذه - [00:31:35](#)

نحن بفضل الله سبحانه هذا يستحق انا احب صراحة فقط هذا المقطع ان ما ظهر الصوت صح سابقا بالفيديو السابق ما ما طيب الان شوف المدرسة وين كنت يا حبيبي؟ بتكتب المدرسة - [00:32:20](#)

طبيب يا جماعة هذي خرجت من تحت القصف واخذوها على على المستشفى انا كنت في بتقول لي كنت في المدرسة وهو يعني يريد ان يعالجها ايش قالت له مين سمعها ايش قالت - [00:32:50](#)

تحميلات الصلة بجامتي جديدة حمولات قص لي بجامتي جديدة اقصى طموحها واقصى شيء تفكر فيه هذه هذه البيجامة التي جديدة والمليئة بالدم وفي وفي كل هذا الظرف اللي هي فيه - [00:33:16](#)

يعني نظرا لعظم هذا الامر وندرته عندها العمولات الصيف جامتي. جديدة. يلا متخيل؟ النعم الكبيرة التي نعيشها. طبعا لن لن اكمل المقاطع لكن فقط اه على الهامش حتى وضح ما الذي نقصده - [00:33:36](#)

باثر ما اشعر به وما اعيش وافكاري حول ما لدي. يعني جميعنا الان فقط اذا تفكر فيما هو الان فيه من الامان من الطمأنينة شعبان اموره كويسة في ماء نظيفة يستطيع ان يشربها - [00:33:57](#)

اه ايش تذكر مقارنة بذلك احوال الاهل في غزة الخيم التي يعيشون بها البرد الشديد الصقيع الذي يعيشون فيه اطفال ماتت من البرد هذا هذا يشعر الانسان في مشاعر اسى وحزن على اخوانه وبنفس الوقت عندما يقول الحمد لله يقولها - [00:34:15](#)

بملئ فيه لذلك وهذا يؤثر على طب ما انعكاس هذا على المهنة انت وقد ايش عم بتدخل الحابل بالنابل يعني شو دخل هاي بانه احنا نخطط مهنيا. لا هذا يؤثر بشكل كبير جدا. اليوم فهمك لما انت عليه الان وربطك انه انا بدي اخطط حتى اكون سعيد في حياتي. لا طول بالك - [00:34:34](#)

مممكن توصل لاقصى درجات النجاح المهني. وانت غير سعيد. فلا تفكر في انه انا بدي اخطط حتى اكون سعيد. انا اود ان اخطط لانني الله سبحانه وتعالى امرني ان اكون - [00:34:54](#)

والمؤمن القوي خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف. فهذا من باب الخيرية ومن باب انني مستخلف في هذه الارض فلا بد ان اكون محسنا فيما اعمل فيما اقدم والحديث العظيم الذي - [00:35:04](#)

يقول فيه النبي صلى الله عليه وسلم اذا قامت القيامة وفي يد احدكم فسيلة استطاع ان لا يقوم حتى يغرسها فليفعل كما قال عليه الصلاة والسلام بمعنى انه اذا كان هناك فسيلة في يدك - [00:35:19](#)

والقيامة كلها تقوم اغرسها اذن انا لابد ان افعل ما يجب ان افعله ولا بد ان اكون متقنا ومحسنا. لكن اياك ان تربط لانه هذا هذا سيؤدي الى افشال خططك. ليه؟ لانه انا - [00:35:31](#)

وضعت هذه الخطط وحاولت ان التزم بها لاصل الى معنى السعادة ان اكون سعيدا ولم اصل خلاص انا اصبح عندي يأس وكثير ممن اعرفهم سعر كثير لكن جزء لا بأس فيه من الناس اللي انا بعرفهم - [00:35:46](#)

آآ هذا كان واحد من اهم اسباب احباطهم انه شخص اجتهد في حياته كثيرا ومن ثم اكتشف بعد ذلك هذا لم يحقق له السعادة شخص ابتلي في ابنائه شخص مثلا اه - [00:36:02](#)

مرض مثلا شخص لم يحقق له المال ما يريده. شخص اصبح المال عبء عليه تفكير كبير. شركات. عدد موظفين. عدم وجود راحة في حياته وغير ذلك الان اذا اردت ان تضع هدفا نصب عينيك فحاول ان تضع هذا الهدف لانه لابد ان تعمل باتقان واحسان لا لانك تريد ان تصل الى السعادة المهنية لانا - [00:36:20](#)

او او لا لانك تريد ان تصل الى السعادة المطلقة بالمناسبة يعني هل هناك اه فرق ما بين شخص نعم اه شخص ناجح مهنيا اه اكيد سيكون مختلف عن شخص فاشل مهنيا - [00:36:42](#)

اه الناجح مهنيا مع وجود التوليفة كاملة علاقته مع الله جيدة فاهم الحياة بشكل جيد وناجح مهنيا. لا شك انه هذا سيكون عنده يعني

من من الرضا عن نفسه أكثر من الشخص - 00:36:54

فأشمل مهنيًا لكن لا نرفع سعر السعادة أنت يمكن أن تكون ناجح مهنيًا في وظيفة ناجحة مهنيًا آ في أمر ممكن أولًا إن تشتغل في في منزل. ناجح مهنيًا ممكن إذا عملت مشروع صغير وأمر لك تمام - 00:37:09

استطعت أن تكف في مجموعة من الأسر. ناجح مهنيًا ممكن إذا كان طموحك أن يكون عندك شركة أيضًا يمكن أن يكون هذا أنه يؤدي إذا إذا فقحت يؤدي أيضًا إلى السعادة. لكن شكل السعادة العولمي الذي يسوق لنا - 00:37:23

لا يؤدي إلى السعادة. أحنا رفعنا سعر السعادة بشكل كبير جدًا. فيمكنك أن تسعد وانت في الطريق. يمكنك أن تسعد وانت في في الجامعة. يمكنك أن تسعد وانت تفكر لما بعد ذلك. يمكنك أن تسعد - 00:37:41

بأسط الأشياء التي بين يديك ليس بالضرورة أن أصل إلى منصب. أنا أعرف أشخاص والله يا جماعة يعيش من الضغوطات النفسية يعني بشكل كبير جدًا. لأنه يطمح أن يكون مدير في هذه الشركة - 00:37:51

يحرق نفسه زي ما بصير مدير يفكر على المرتبة اللي بعده. طول الوقت طب أنت بتحرق نفسك حتى تكون مدير. بيخلص أول عشر سنوات ولا خمسطعشر سنة من حياتك المهنية. وانت ضائع تقريبًا. ضيعت - 00:38:04

تقطيعه أهلك. لأن نريد أن نكون ناجح مهنيًا ما الذي أعطاك إياه هذا النجاح المهني؟ تربية أبناءك وعلاقتك معهم ثم بعد ذلك ماذا إلى أين أوصلك هذا؟ إلى لا شيء إلى مال زيادة - 00:38:17

وإنفاق سيادة يعني الموضوع على بساطته ولكنه منتشر جدًا يعني قد تسعد الإنسان بأسط الأشياء آ طب خيلنا نروح إلى جزئية أيضًا مهمة جدًا في موضوع المفاهيم ألا وهي موضوع الشغف - 00:38:32

نسمع كثيرًا أشخاص معلقش أي أسئلة أو أمور متعلقة في الورشة أنه يعني الأسئلة سيكون لها أن شاء الله وقت محدد ونستمع للأسئلة ونجيب عنها بأذن الله تعالى أنه أما يعني مداخلات عمه لا بأس في ذلك - 00:38:57

أبحث عن شغفي هل دائمًا أنا أقول جزئية الشغف هذه خلل في التخطيط المهني. مشكلة عائق في التخطيط المهني يعتقد الإنسان أنه لابد أن ينتظر أو البعض اعتقد أنه لابد أن ينتظر - 00:39:19

حتى يصل إلى مرحلة عنده واضح جدًا فيتوجه مهنيًا بعد ذلك أحكي له شو بده استنى بحكي لك بستنى شغفي بستنى الأقي شغفي هتلاقي شغفك وين يعني كيف يعني؟ نزل لك في أوفه في الدرج وين وين ممكن تلاقي شغفك - 00:39:35

تحت المخذة الصبح هيك تصحى الصبح تلاقي شغفك هذا مفهوم خاطئ ومنتشر بشكل كبير جدًا في أشخاص يعني بضلوا بيزعوا في حياة في حياتهم من استشاري للاستشاري. واستشاري مهني وساعدني في إيجاد شغفي أنه أقرأ كتب أنا لا أقول أن هذا - 00:39:51

خاطئ لكن أنا أقول المبالغة به أمر خاطئ المبالغة بأنني أريد أوقف كل شيء في حياتي مهنيًا وأن لا أصب كل تركيزي وقوتي ممكن اشتغلك عالخفيف إلى أن أجد ذلك الشغف - 00:40:08

كما هو معلوم هناك دراسات تتحدث أن الإنسان الذي يلد أو يولد ويكبر عنده شغف معين ليس بالضرورة أن يكون هذا الشغف هو الذي ينجح به مهنيًا والعكس صحيح. هناك أشخاص يكون عندهم - 00:40:23

أصلًا ما هو في بالهم ويدخلوه صدفة قدرًا من الله من أنجح وبصير هو شغفهم أشمعي يعني ليه؟ ما هو مش هاد اللي أنا كنت أحبه هناك شروط تتوافر في بيئة عمل معينة في وظيفة معينة منها الإبداع منها - 00:40:40

المرونة منها الحرية منها أن أجد أثري على الآخرين إذا اجتمعت هذه ستري وستشعر بهذا الشغف تجاه ما تعمل. إذا أنت أبحث عن أبني شغفك مش تبحت عنه فقط أنا لا أقول الآن نوتيل أي فرصة طب أنا عندي ثلاث فرص وجميل أبحث عن أفضل واحدة بالنسبة لي لكن أنا ما عندي شيء أيش أعمل؟ استنى إلى أن لا أنا أبحث عن أي فرصة أختبر فيها - 00:40:58

الحياة المهنية أختبر بها العمل واليوم كل الشباب الجامعيين اللي معنا. مبارح كنت في محاضرة مع شباب جامعيين أيضًا في الجامعة الأردنية. تحدث عن موضوع المهارات اكتساب المهارات الشباب الجامعيين - 00:41:24

انا اقول اي شاب جامعي اليوم اذا ما دخل سوق العمل وهو في الجامعة فقد فاته الكثير. اذا بدك تتخطط مهنيا يبدأ التخطيط المهني من الان من الان ابدأ بالبحث عن فرصة مهنية تستطيع ان تطبق فيها ما تتعلمه في الجامعة. سواء في تخصصك ان استطعت هذا الافضل وان لم تستطع في اي تخصص اخر في اي عمل اخر - [00:41:37](#)

اختبر سوق العمل اختبر المجالات المهنية ربنا سبحانه وتعالى اكرمني في في يعني قبل ان يصبح عمري تمتاشر سنة اقول دائما عملت اكثر من تمتاشر مهنة اختبار السوق هذا تعلمت منه الكثير. فلذلك انت ما بينفع اليوم تستنى نشوف طالب جامعي عمره اه عشرين سنة ما عمل في حياته. بيطلع اثنين وعشرين ثلاثة وعشرين سنة - [00:41:56](#)

من الجامعة غر سنفور كما كنت اقول البارحة ما عنده شيء هلا اليوم انت بحاجة ان تبحث عن اي فرصة عمل سواء في تخصصك حتى تزيد خبرتك التخصصية او في اي تخصص اخر حتى تزيد خبرتك وفهمك للسوق - [00:42:21](#) وممكن تجد نفسك في شيء ما له علاقة في التخصص. لا بأس لا بأس لان لان جزء كبير من الناس اختيار التخصص اصلا فيه مشكلة خاطئ طريقة اختيار التخصص خاطئ - [00:42:38](#)

اللي بنحطها العلامات اللي بنحطها على تخصصات معينة تخصصات الملوك هذه تخصصات الامراء. تخصصات الناس الراقبين تخصصات يعني الناس انت عندك معدل العالي لازم تدخل اه تحط اول شي طب هندسة اه يعني هذه الجوانب اولاً. بعدين لو ما اطلع لك بتروح التخصصات الاخرى من قال هذا؟ - [00:42:50](#)

عندنا مشكلة كبيرة في اختيار التخصص واليوم لا انت يروح يعني اعمل اختبار نفسك مهنيا في اي مجال تستطيع ان لم تستطع العمل في تخصصك هذا سيساعدك على اختبار بشكل كبير جدا فهذا مفهوم مهم لا تستنى شغفك بالله عليك ما تضلك تنتظر الى ان يأتي شغفك وبالتالي تروح تبدأ رحلتك المهنية رحلتك المهنية تبدأ - [00:43:09](#)

من لحظة قدرتك على اختبار السوق من عمرك خمسطعش ستطعشر سنة يفترض طب ماشي احنا صعب علينا وانا في الجامعة على الاقل وانا في الجامعة تبدأ تجاربي المهنية حتى لو عملت بالمجان - [00:43:33](#)

حتى لو عملت على مواصلاتك فقط لكن على الاقل انت تبحث عن نفسك بشكل فعلي وحقيقي على ارض الواقع طيب اذا ذكرنا الامور التي تساعد الانسان في موضوع الشغف ان المرونة - [00:43:49](#)

الابداع الاحتراف هي الثلاثية مع التأثير انني والثلاث لا سيما نحن كمسلمين انتم عارفين اليوم الانسان المسلم الاصل الاصل طبعا في الانسان المسلم انه يعيش لاجل رسالته. انا اعيش لانني مم - [00:44:07](#)

اعبد الله سبحانه وتعالى. وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون الهدف من وجود الانسان في هذه الارض عبادة الله سبحانه وتعالى. وبالتالي هذه رسالة فدائما الانسان المسلم يستحضر فكرة اثره على الآخرين - [00:44:24](#)

عندما يكون العمل هذا عمل فيه اثر على الآخرين فيه نفع فيه فائدة مع وجود فكرة انني اتقن هذا العمل. احتراف المهارات فيه عالي يستطيع ان اكتسب فيه مهارات اتطور فيه بشكل جيد. مع فكرة ان يكون عندي قدرة ان ابدع وان وان يسمع رأيي فيه - [00:44:40](#)

هذه من من الاشياء التي تساهم في تغذية الشغف. يسمع رأيي وان يكون عندي مساهمة في هذا العمل وان يكون عندي مرونة وشيء من الحرية والمرونة في العمل. في الدوام - [00:44:59](#)

في في مكان العمل في غير ذلك. هذه اذا وجدت في عمل بعض الدراسات تقول انها توجد الشغف حتى وان لم يكن موجودا. وبالتالي فكرة انه شغفي انا سيكون في هذا المجال تحديدا هذه فيها اشكال. مع انه انا مع يعني لا بأس بان يكون عندي ارشاد مهني ان استمع الى - [00:45:09](#)

متخصصين في هذا المجال ان يساعدوني لكن حتى هؤلاء عندما يساعدوك ما بروح اشتغل اه مهندس كهربا بيعطوك طيف من الاشياء التي تتناسب مع شخصيتك بناء على الاختبارات اللي انت عملتها - [00:45:26](#) هو يعني مش دايماً يكون الموضوع دقيق حتى في احسن الاختبارات ليس بالضرورة ان يكون دقيقا واعرف يعني بعض الاشخاص

اللي راحوا مهنيا بعد اختبارات يعني عند محترفين جدا ورغم ذلك - [00:45:40](#)

في الحياة وطريقة التفاعل مع الحياة. وادتهم في اماكن ما كانت في بالهم ابدًا واخرجت منهم هم هم تفاجئوا بما خرج منهم في هذه الاماكن واصبحوا مبدعين في هذه الجوانب ما اقله انا فقط لا نتشبت في هذه الفكرة ولا تكون عائق لنا حتى - [00:45:56](#)

نتقدم يعني آآ اوباما انتظار الشغف من اكثر القضايا التي نعاني منها. نعم. مع طلابنا في الجامعات. يعني ممكن يصل الطالب لسنة التخرج وما زال لسا مش عارف وين انا وايش بدي اعمل - [00:46:15](#)

يعني انا ما عندي مشكلة انك تضلك تبحث لكن ما تضلك تبحث وانت متوقف اه عن النمو المهني. لانه انت انت وكانك تقول انا اريد ان اختار بناء على الوصف - [00:46:30](#)

تخيل معي الان انت شخص تريد ان تختار تخصص بناء على اللي عم تسمعه واللي عم تقرأه ممكن حدا وممكن انتظر الى ان اشعر انه انا وجدت التخصص المناسب. وكانك شخص يقول لك طب ايش بدك انت بدك - [00:46:43](#)

في عندي قميص انت مش شايف شيء. وانت ما خبرت شيء وبلا مسيحي وما لبست شيء. في عندي قميص اه اه لونه ابيض القبة تاعته شوي هيك اه عالية مرتفعة - [00:46:58](#)

الازرار هيك اه قياسهم اه واحد مللي. اه لونهم فيه ازرق وفيه ابيض هذا الوصف هل تستطيع من خلاله ان ان آآ تختار؟ حتى وان شفت الثياب. انت لما تروح تشتري ثياب - [00:47:08](#)

هذا وهذا وهذا ايش بالزبط اللي بخليك تختار؟ تلبس عيش الحالة. فكونك طالب جامعي انت معك مساحة ما راح تكون معك بعد الجامعة يعني اليوم لما يكون عمرك ثلاثين سنة تقعد بدك تجرب مشكلة - [00:47:22](#)

خلص بدك تثبت في خط مهني وتبدأ تطلع عموديا الجامعة معك مساحة افقية يعني تنط من مكان لمكان اذا ما زبطت معك اذا ما زبطت معه تتعلم على الاقل من المكان هذا حتى لو ما كان المهنة نفسها لكن طريقة التفاعل - [00:47:38](#)

مع الاخرين مع المدير ايش بصير في الشركات؟ يعني تاخذ شوية اه اه منفعة اذا هذا جانب الشغف. يعني ارجو التنبه لهم. طيب اه ايضا من الاشياء المهمة اللي متعلقة في موضوع التخطيط المهني - [00:47:52](#)

هو نظرتي عما لدي من مهارات. بعض الاشخاص بالذات هي كفية الشباب اللي عنفوان الشباب الحماس. اللي موجود عند الشباب تجد الشخص آآ يعتقد انه هو احسن واحد في الدنيا - [00:48:10](#)

انا عندي كل المهارات اللي بحتاجها انا ماما بحتاج لاحتضان احضر دورة. احضر دورة واحدة يعلمني كيف اتواصل. لا انا علمني كيف اخطط؟ علمني انا وصلت الى ما وصلت اليه بمهاراتي بقدراتي - [00:48:23](#)

احيانا تصورك الخاطي انا عم بحكي عن التصورات الخاطئة. تصورك الخاطي عن الشغف. تصورك الخاطي عن المهارات التي لديك هل فعليا انت عندك المهارات ولا لا؟ بعمل لك مشكلة. طب هون انا شو عملت؟ اعطينا تطبيق عملي. روح اقرأ - [00:48:36](#)

تقرأ هذا المنصب او هذا الحلم اللي انت بدك توصل له شو بحتاج مهارات؟ واقرأ ايش يعني هذه المهارة حاول ان تجلس مع اشخاص عندهم هذه المهارات حتى تشوف الفرق - [00:48:48](#)

ما لديك وما ينقصك انت تستطيع ان تقيم هل انت عندك هذه المهارة او ليست لديك يعني دايمًا اضرب هذا المثال خلينا هيك سريعًا نشوف هذا الفيديو شوف هذا الشخص الان - [00:48:57](#)

يعرضوا كثيرًا على الفيديو يصارع يعني هذا الثور طب برأيكم هذا الشخص الان هل هل نزل؟ نزل على هذه الساحة وهو ما عنده مهارة ولا كان يعتقد انه عنده مهارة لما نزل. يعني كان عنده شك انه انا ما عندي مهارة ونزل يموت - [00:49:15](#)

هو كان يعني يفترض انه حاسس انه هو عنده مهارة لكن متل ما احنا شايفين هذا مختلف تمامًا عن شخص اخر هنا هنا هذا شخص اخر ايضا يصارع الثيران لكن هل يمكن ان نقارن هذه المهارة بتلك المهارة؟ مثلاً - [00:49:33](#)

طبعًا بعيدًا الان لما بيدخل في موضوع الرياضة نفسها يعني انا موضوعي فقط جزئية المهارة نفسها هذا الشخص بده توقف كانه اوك هذا الشخص الذي يعني يتعامل بهذه الصورة الاحترافية مع - [00:50:06](#)

اه ضربات الثور اه هجوم الثور عليه. هل هذا يمكن ان يقارن بشكل او باخر مع الشخص السابق من ناحية مهارات طب هذاك السابق قد يعتقد انه احسن واحد في الموضوع - [00:50:23](#)

لانه ما شافها اليوم اختبارك وسعة اطلائك ستساعدك في تقييم نفسك بعيدا عن اي مغالطة ايضا من المغالطات السؤال اللي سألناه في البداية ولوحة الاهداف الرائعة اللي وضعناها في البداية. اللي هو ادخر راح اتدين. اه انزل خمسطعشر كيلو راح نزل كيلو -

[00:50:37](#)

وغيرها من الاهداف اللي توضع مع نهاية العام. يا جماعة نحن الاصل ان لا يعيننا نهاية العام وبداية عام كمسلمين اصلا لا يعيننا يعني بداية العام الميلادي او نهاية العام الماذن لا تعيننا يعني لا لا تمثل شئ بالنسبة لنا الا انها معمول بها و - [00:50:58](#)

نحتاجها في بعض الجوانب المهنية ما عدا ذلك قدم ميزانيتي في نهاية العام مش انه لازم اقدم ميزان لكن انا كشخص خطة مهنية الشخصية انا ليه استنى بداية العام ونهاية العام؟ - [00:51:13](#)

نعم الانسان يحب ان يكون هناك تواريخ معينة يعني يلزم نفسه بها. فخليها رمضان. هاي رمضان جاي. خلي رمضان هو الفرصة وعندنا ورشة نحن في بداية رمضان ان شاء الله ستكون رمضان بداية العام. نتحدث فيه عن عن هذا الجانب - [00:51:28](#)
رمضان هو الفرصة الذي من خلاله تبدأ بداية جديدة وتضع خططك للفترة القادمة وانا لا انصح التخطيط لعام كامل اصلا نرى هنا خلل في التخطيط عام كامل لتلات شهور حط تصور - [00:51:40](#)

استراتيجي لخمس سنوات اهداف واضحة لسنة الخطة دي تلات شهور ومع الاستعانة بجدول الاوقات الذهبية التي سند عليه كافي. وهو السنة يعني سنتي في هذه التطبيقات العملية في نهاية الورشة ان شاء الله تعالى - [00:51:53](#)

انسى موضوع بداية العام ونهاية العام هذه ورطة. ورطة ورطة نفسية تعطيه شعور بالراحة انه معلش انا مش مقصر انا معلش لسة في بداية العام رح اعوض كل هذا التقصير. اه العام القادم القادم سيكون مختلف. فتعمل تخدير لنفسك - [00:52:08](#)

بداية العام تبدأ اول اسبوع ثاني اسبوع بعدين كل الاشياء اللي كتبتها واللي رسمتها ودي بتحتها في الدرج ولا كأنها شئنا لم يكن موضوع بداية العام هذا يعني دايم اكرر سيبك منه. حاول ان - [00:52:26](#)

نذهب في طريقة مختلفة سنتحدث عنها ان شاء الله تعالى في نهاية اللقاء كما قلت انه راحة الانتظار انه خلص سيقتي شئ فانا بستنى عيبين ما يأتي هذا الشئ فبرتاج انه انا مش مقصر - [00:52:39](#)

الاهداف العظيمة مشكلة كبيرة شعورنا في انه احنا لا نكون موجودين واحنا مش اقوياء واحنا مش يعني لا لا لا نعمل بطريقة اه صحيحة اذا ما كان عندنا اهداف عظيمة نعيش لاجلها - [00:52:54](#)

وجود هذه الاهداف العظيمة هو السبب الحقيقي والوحيد حتى اكون راضي عن نفسي اذا ما حققت هذه الاهداف العظيمة فانا غير راضي عن نفسي وبالتالي انا لست منتجا في هذه الحياة - [00:53:13](#)

وهذا غير صحيح انتاجك غير مرتبط باهداف عظيمة بمعيار العظم الديوي الذي وضع الاهداف العظيمة اللي انحط في هوليوود وينحط في آآ يعني اروقة الدراما وغير ذلك. وجود الانسان الناجح - [00:53:26](#)

اه العولمة والرأسمالية المرأة الناجحة اللي ماسكة الشنتاي وعاملة شركة هذا النجاح. النجاح المهني للشخص هو اللي بزنس مان اللي يستطيع ان يعمل شركة كبيرة وناجحة. الجانب المحني المعذرة والنجاح المهني ان تكون احسن طبيب في هذا التخصص -

[00:53:46](#)

فقط ان تحصل على جائزة اوسكار ان تحصل على جوائز معينة هذا هو النجاح المهني وهذا غير صحيح ان الله سبحانه وتعالى لم يخلق الناس كلهم بنفس القدرات. وهذه بعض الاعيب التنمية البشرية التي تشعرك انه انت قادر. بما انه غيرك فعلها يبقى انت تقدر

تعملها - [00:54:03](#)

واعملها بقى انت تقدر تعملها ما عملتهاش يبقى انت فاشل الطباع والسجاي والقدرات الطبيعية تختلف اه الامور التي رب العالمين وهبنا اياها تختلف من شخص لآخر وبالتالي لسة بالضرورة ان يكون دوري انا رائد اعمال - [00:54:19](#)

وليس بدون ما يكون دوري قائد وليس بالضرورة يكون دوري كدور فلان وعلان رسم صيغة واحدة من الاهداف ان يكون هناك صيغة واحدة من الاهداف العظيمة وكانني انا ساكون فاشل اذا لم احقق هذا الدور - [00:54:36](#)

وهذه الصورة التي رسمت لنقلها فانا فاشل. هذه مشكلة لان الاصل الانسان يكون ناجح عندما يبذل الوسع فيما اقامه الله سبحانه وتعالى فيه وان اسعى ان اكون افضل ونبحث ونقرأ ونتوسع وان اسأل نعم - [00:54:53](#)

هذا الوسع انا ابذل الوسع لكن انا قد ابذل مئة في المئة سبعين في المئة ثمانين في المئة احقق عشرة في المئة من شخص اخر بدل عشرين في المئة بسبب تفاوت قدرات تفاوت اختلاف ظروف اقدار الله اعلم - [00:55:16](#)

فكرة ان ان تضع لنفسك اهداف ثقيلة وتقول انا لا انجح الا اذا وصلت الى هناك الى قمة الجبل وكنت انجح انسان في الدنيا الدنيا هذه مشكلة اقول دائما عن ابو محمد الله يرضى عليه - [00:55:32](#)

اخ من صعيد مصر بواب في احدى الشركات في في احدى الدول الخليجية يقول لي صاحب الشركة ابو محمد كان سببا يعني في فلاحه في الحياة وانعكس على منات الموظفين معه - [00:55:48](#)

سبب ابو محمد في حادثة معينة دخل الى الشركة سألوا اجابوا اجابة غيرت غيرت شكل الحياة عندهم دخل عابس الزعلان شافه هلاً انت انت تضحك ليش يا راجل انت كل اللي انت فيك بتضحك - [00:56:07](#)

انا انا مش عارف اضحك انا سبحانه الله الاجابة نفسها مش لكن اجاب واجابة بما معنى بما معنى آآ ان الامر آآ انت صاحب القرار فيه ليكون الى جانب الملك يكون ملك - [00:56:25](#)

الله بما معناه الذي يكون مع الله سبحانه وتعالى مو ملك الذي يكون الى جانب الملك هو ملك. الذي يكون في صف الله سبحانه وتعالى عبد لله سيكون يكون انسان - [00:56:43](#)

خبطني كف احيانا يعني هذا الشخص مثلا ايش ايش بواب ينظف يعني يهتم باشياء ابسط المهن الاداري اقل يعني اخر واحد له رمي ذلك رغم ذلك عنده حياة عظيمة وعنده رسالة عظيمة يؤديها - [00:56:57](#)

فلا بد ان نغير مفهومنا حول هذه الجوانب الا وهي الاهداف العظيمة احيانا احيانا نحن لابد ان نتعامل مع الاهداف بطريقة مختلفة احيانا نعم نحن نريد ان نصل الى اهداف كبيرة - [00:57:22](#)

وهذه الاهداف الكبيرة متناسبة مع قدراتنا ومتناسبة معنا ونعم نريد ان نصلها تركيزك دائما على هذا الهدف الكبير بخليك تبعد عنه ليه؟ لانه دائما كبير في عينك والاشياء الكبيرة والصعبة نفس الانسان بشكل طبيعي تهابها. وبالتالي تترك بينها وبينها مسافة - [00:57:41](#)

وتستصعب الوصول لها من الصعب اعمال العقل في طريقة وضع خطوات لانه كبير. كيف اصل الى هذا تصوير الهدف احيانا التجزئة الى اهداف بسيطة قريبة سيساعد دماغك وعقلك وسيساعدك ان تكون اكثر مرونة في التحرك نحو هذا الهدف - [00:57:59](#)

حاولوا ان تعيدوا يعني التموضع وحجم الاهداف الذي تضع في حياتك وحاول ان تضع اهداف ابسط حتى تكون اقدر للوصول لهذه الاهداف انا اريد ان افتح شركة خلي هدفك اولاً ان تحصل على دورة تدريبية حول موضوع انشاء المشاريع اذا خلصت انهيت هذه الدورة - [00:58:20](#)

ضع عشرين هدف خلي يكون هذا الهدف الاول. لك انت تتعلم عن موضوع تأسيس المشاريع. وتقرر هالمناسب لك ولا غير مناسب. وتقرر ما هو مجال المشروع. وبعد ذلك تذهب تريد الان ان تبدأ بنسخة بسيطة جدا من مشروعك. وهذا حتى اصبح - [00:58:44](#)

اصبح جزء من ما يعلم لرواد الاعمال الام بي او يعني النسخة المصغرة من مشروعك انت قبل ان تنطلق في مشروع كبير اعمل هذه النسخة المصغرة حتى العلم والواقع والتجربة تقول انه هذه الطريقة الصحيحة في طريقة التعامل معها - [00:59:00](#)

الاهداف في الحياة حتى يكون الانسان ناجح في الوصول الى ما يريد الوصول له ايضا من المفاهيم اللي فيها اشكالي هو التحفيز هو الوقود الذي نمضي به في حياتنا. التحفيز هو اللي بيساعدنا اننا نكون ناجحين مهنيا. فلزام نضلنا نحضر ابي لك احضر افلام تحفيزية - [00:59:19](#)

انا استغرب كثيرا من يعني المدربين او المتحدثين والمتصدين اللي جل نصائحهم حول اه افلام هوليودية وكأنه يعني هو هو هو نفسه لو فكر في الموضوع سيجد ان هذا الفيلم عندما حضره نعم - [00:59:39](#)

قد يكون اثر فيه غالب الناس تأثير الفيلم يكون سطحي وتأثير هذه المقاطع التحفيزية يكون سطحي ثاني لحظي في اشخاص مش يعني ليس ما حضره السبب في انه نجح لكن هو كان مستعد - [00:59:52](#)

وكان بحاجة او هو اصلا ماشي في طريقه سمع من من من مقطع هنا او من كلمة هناك او حضر دورة معينة ساعدته في توضيح الفكرة لديه. نعم هذا يساعد في جانب معين - [01:00:10](#)

يساعد انه احيانا انت يدفعك للضغط. لكن اذا انت ما عندك الاهم من هذا الادوات الاصول الاسيتس الاصول التي ستساعدك في الانطلاق بعد ذلك انا اقول دائما مثل هذه المقاطع التحفيزية - [01:00:25](#)

هي تشبه الوقود الذي يرمى في سيارة اه مبنشرة العجال فيها خربانة ما ما تستطيع ان تمشي. هذه السيارة ليه ؟ ونحط فيها بنزين نحط فيها بنزين. مشكلة لا استفيد شئ بالعكس ممكن يضر السيارة لانه السيارة اصلا غير قادرة ان تسير في مشكلة في الادوات -

[01:00:43](#)

في مشكلة في كثير من الاشياء قبل ان يكون مشكلتنا في التحفيز وكأنه الشاب الفاشل مشكلته انه ما عنده حافظ هو هو ما عنده حافظ لانه هناك خلل اكبر من ذلك اذا اصلحنا هذا الخلل. الحافز يصبح جزء - [01:01:01](#)

رئيس من توريد الداخل له. اللي هو الواي لماذا وغير ذلك من الاشياء التي تساعد الانسان مع وجود هذه الدائرة المتكاملة وجود حافظ لديه وجود افكار صحيحة حول ما يفعل. وجود ادوات تساعد كي ينجح. هذا الذي يعني اذا هو صار عنده حافظ - [01:01:17](#)

ورجع فشل مرة ثانية. ما عنده ادوات ان يتوجه بطريقة صحيحة وغالب ما توجه له مثل هذه البرامج غير صحيح دائما انا اذكر قصة اه يعني عندما كنت اتحدث عن هذا عن هذا الامر في احدى - [01:01:35](#)

الورشات اه كنت اتحدث عن التحفيز وبعض المحاضرات وكذا. وذكرت مثال انه كانت جلسة صغيرة فيعني اه ذكرت مثال. وما ذكرت اسم الشخص لكن اعرقوا عن ما عن من اتحدث او عن ما هي ما هو البرنامج اللي انا كنت بحكي عنه ؟ فتقول لي - [01:01:51](#)

وحتى سقط في المثال انا انه يعني كما قلت انا ما ذكرت ما ما هو البرنامج لكن قلت فيه اخت عندما خرجوا من البرنامج الان الان خرجوا من هي طلعت - [01:02:08](#)

وبدأت بدأوا يصوروا عم ياخذوا منها تغذية راجعة. قالت لهم انا يعني تخلصت من كل تحدياتي وانا يعني ناجحة في الحياة وانا اه خلصت كل المشاكل في هذا التدريب يعني ثانكيو شكرا على انه انا صرت انسانة ثانية - [01:02:20](#)

وسبحان الله واحدة من الحضور كانت في الزاوية اليسرى تضحك فقلت لها انا اللي كنت في الفيديو اللي انت بتحكي عنه سبحان الله. تعي تحكي لنا ايش وضع بتقول لي انا حتى الان. هذا كان من من سنة. يعني هي لما لما قالت هذه الكلمة قالت لي من سنة -

[01:02:37](#)

انا صورت هذا الفيديو حتى الان اهلي بهتوني بهذه الفلوس اللي احنا دفعناها هناك. مائدة ابوها واخوها واختها ورايحة على

التدريب لحتى الان بحكوا لي ان لا اثر فيك ولا تغيرتي ولا احنا تغيرنا ولا ولا خرجنا في اي شئ سواء ادرينالين تحرك - [01:02:58](#)

في تلك اللحظات انا لا اقول ان كل البرامج اللي فيها شئ من التحفيز مع شئ من الربط في الواقع مع الادوات انها كلها غير نافعة لكن جلها او جزء كبير منها لا يقدم ما يجب ان يقدم للشباب اليوم. حتى ينطلقوا - [01:03:17](#)

الى واقع فاهمينه وعندهم الادوات للتعامل معهم اذا ايضا موضوع التحفيز لابد ان نصحح هذه الفكرة في اذهناننا. فالتحفيز ليس فكرة بس انا انفخ لانه خرج نفس بعد شوي. الموضوع مش فكرة النفخ - [01:03:34](#)

فكرة التزويد بالادوات اللازمة حتى اصل لما يجب ان اصل اليه طيب الان هذه الجزئية المتعلقة في موضوع التخصص. يعني اه ايضا من الاشياء اللي يعني في الخطة المهنية بان تطور حالي مهني. انا لا بد ان اكون متخصص - [01:03:49](#)

تخصص دقيق جدا البعض يقول لك لابد ان تكون متخصص متخصص البعض يقول لك لا لازم تجمع عدة تخصصات وان

تكون انت عام. حتى تستهدف شريحة اكبر من الناس - [01:04:12](#)

يعني انت تعمل في مجال التسويق في كل انواع التسويق. حتى تستوعب فئة كبيرة من الناس البعض يقول لك لا انت لازم تكون تسويق متخصص في الجانب الطبي تحديدا جانب تسويق الادوية مثلا - [01:04:23](#)

في هذا اذا اذا سألتني انا لماذا اميل وما الذي اراه افضل؟ موضوع التخصص الدقيق بالذات في الزمن اللي احنا فيه ده لكن ليس بالضرورة ان يكون فقط هو هذا الخيار - [01:04:40](#)

البعض ذهابه لعدم التخصص الدقيق خيار وهو راح لهذا الخيار عن وعي وعارف انني اريد ان اكون يعني انا مثلا في انا درست البنس والماركيزينج والجوانب هذه ودرست يعني آآ النفس ايش العلاقة في موضوع بعض البرامج المتعلقة في فهم النفس وآ بعض برامج العلاج المعرفي السلوكي والتربية وغير ذلك. ايش الهم علاقة - [01:04:52](#)

في بعض الربط اليوم في موضوع ما يسمى البنس السيكلوجي او التسويق النفسي. ساعدني كثيرا بان اخرج بتخصص عام لكنه دقيق اقصد انه احيانا تذهب الى شئ عام لكنك تحاول ان لهدف واضح. انا اريد ان اجمع مجموعة اشياء مع بعضها البعض.

فاتخصص واكون يعني - [01:05:17](#)

اقوى لانه جماعة مجالين مع بعض لانه هذا عام وهذا عام. مع بعض صار عندي تخصص دقيق انا لا اميل الى ان يكون فقط انسان دارس ادارة اعمال لا حاول ان تكون - [01:05:38](#)

على الاقل في البداية ان تذهب في تخصص دقيق. بعدين يعني حسب مسيرتك المهنية وتوفيق الله سبحانه وتعالى تتوجه لكن جزئية عدم التخصص او او اه ترك الموضوع هكذا مفتوح انا اعلم مع كل الناس. في زمننا هذا صعب شوي - [01:05:51](#)

مع انه كما قلت قد يكون هناك فرصة للنجاح ولكن ستكون مكلفة اكثر وتحتاج الى وقت وجهد اكبر بينما التخصص الدقيق اذا استطعت ان يعني تدخل فيه بطريقة صحيحة سيكون آآ فرصتك في النجاح - [01:06:08](#)

اكبر واكبر معاناة في الجامعة اليوم كشباب جامعيين يعني كشباب جامعي انا اصلا الان عندي تخصص عام هون بيحي شطارتك كشباب جامعينك تحط الخطة المهنية تبعل وتتوجه في التخطيط المهني وتحط الخطوات العمودية كما قلنا - [01:06:23](#)

حاول ان تجد الان وانت في الجامعة ما يعينك على ان تكون دقيقا في تخصصك. دورات تدريبية قراءة في مجال معين. يعني انا الان بدرس بدروسا التخصصات اللي مش تخصصات خلونا بالله نسمع ايش تخصصاتكم يا شباب اه اكتبوا لنا تخصصاتكم هيك نعمل جولة سريعة - [01:06:40](#)

ايش التخصصات اللي بتدرسوها الان بالجامعة حتى الموظف يعني ايش التخصص اللي انت فيه؟ اعلام وتواصل عربي دين طب بشري شريعة علم نفس وتربية ارشاد نفسي كده بايو او كي. بايو تكنولوجي - [01:06:59](#)

مفهوم علم اجتماع حديث ادارة عامة اه عمل في المجالات التربوية حاسوب جميل يعني مثلا نروح لجامعة علم الحاسوب مثلا بنحكي عن حاسوب او حتى نظم معلومات ادارية ونظم معلومات محاسبية. هدول التخصصات اللي مش عارف اللي حاطهم يعني - [01:07:23](#)

يعني انت الان انت محاسب انت مبرمج. انت لا انت يا اخي ادارة ولا انت اخذ برمجة. برضه معلومات ادارية. عموما يعني بغض النظر عن وجهة نظري في الموضوع اه انت الان في هذا التخصص - [01:07:46](#)

حاسوب انت راح تطلع ما في شركة راح تيجي توظفك لانه انت عندك عالم حاسوب او دارس علم حاسوب منذ حقيقة ما بتطلع محترف بلغة برمجية معينة مثلا ولا تطلع محترف اي تي شبكات تروح على شركة وتبلش تبدا شبكات تشتغل - [01:08:00](#)

انت انت بالنص الان انا بدرس علم حاسوب. روح شوف يا ترى ايش اللي بناسبني اكثر اكون مبرمج ولان اكون خبير في الياه اي مثلا ولا اني اكون خبير في الشبكات - [01:08:16](#)

ولا اكون خبير في الامن السيبراني الاشياء اللي انا بناسبني. طب انا كيف بدى اعرف؟ روح. خود دورات هون اشتغل اتوظف اه خد فرصة تدريب ابحت فحاول ان تجد المجال الاقرب لك - [01:08:29](#)

انت بتشوف حالك مثل ما بحكي في ميلر معك في في حب من النظرة الاولى مجرد شعرت في هذا الحب بينك وبين هذا التخصص روح حاول ان تتقرب منه قليلا - [01:08:43](#)

شوي شوي بتطلب ايده شوي شوي بصير في خبطة شوي شوي بتصير بصير جزء من حياتك اه بصير في اه اه ابداع في تخصص في ندرة مجرد استطعت ان تصل الى هذا المفهوم الندرة - [01:08:54](#)

مفهوم او سامية انا سد الثغر في ثغر موجود مش كثير عم بينسد وبالتالي ما في ناس كثير متخصصين في هذا في هذا المجال. وانا استطعت ان اصل لنكون الشخص الذي يسود هذا الثغر. وبالتالي ما فيش مني كثير - [01:09:08](#)

حبة واحدة او حبات معدودة وبناء على هذا تستطيع ان تكون من الاشخاص اصحاب المهارات ذات الربحية العالية اقول انا. نوصل لمرحلة اه قلت اعرف اشخاص استقالوا من وظيفتهم بعرف عدد من الاشخاص - [01:09:23](#)

عن راتب ثلاثة خمسة في شخص كان راتبه عشرة عشر الف دينار وصدقا انا اعرف هؤلاء الاشخاص اعينا يعني انا بعرف هو استقال لوظيفة احسن ولعمل احسن وكان راتبه عشر الف دينار. لانه - [01:09:37](#)

دقيق في تخصصي لانه محترف لانه قادر على اه يعني يعني هو كان في الجانب المالي واخذ شهادات مهنية عالية جدا في المجال المالي مهنية جامعية وعنده خبرة في جزئية التحاليل المالي - [01:09:53](#)

وتعلم على برامج معينة صار اه رقم صعب يعني ما حدا يشتغل على حاله بهذه الطريقة للأسف فمن المهم جدا ان يعني يحاول الانسان قدر الامكان ان آ يكون مميزا في تخصصي هذا باختصار - [01:10:09](#)

نحن لسنا مع التخصص العميق لدرجة انه انت تدفن حالك وتضلك تنزل تحت تنزل تحت لدرجة انه في فئة مستهدفة عندك ولكن لسنا مع انك تضل فايق وتقول انا كل الناس مستهدفهم - [01:10:25](#)

على الاقل لابد ان تتميز في تخصصك. يعني مثلا لو نروح للعالم الطبي مثلا المجال الصحي. من اكثر اطباء اللي ممكن نحكي انهم يحققوا اجور عالية اصحاب التخصصات العامة والتخصصات الدقيقة - [01:10:39](#)

الدقيقة طب في التخصصات الدقيقة اي اطباء امي اكثر الرواتب هم اللي متخصصين في يعني مثلا سبحان الله ذكرناه ايضا في مثال ورشة البارحة. اللي اللي بيعملوا عمليات الفصل ما بين التوأمين - [01:10:53](#)

ببضع اطباء اللي هم اللي يعتبروا يعني الاشر في العالم يعني هذه اجور عالية جدا ومساحة البحوث والنمو فيها واسعة ايضا وانا لا اقول ان هذا مناسب للجميع. في ناس ما عندهم هذا النفس الطويل - [01:11:09](#)

لا تدخل في شيء يرهقك وتفشل فيه. لانك غير مناسب له. لذلك قلت من البداية تعميم التوصيات على جميع الناس على انه فقط هذا الصواب هذه فيها مشكلة شخص يروح في تخصص عام ويتميز به بشكل كبير جدا فيحقق يعني نجاح - [01:11:27](#)

باهر في هذا التخصص آ يعني بعد قليل ان شاء الله امر على الاسئلة بس هم على بعض التطبيقات العملية اه يعني سأتجاوز احنا يعني هذا جزء من من اه دورة اطول شوي فساتجاوز بعض الاشياء واحاول ان اركز على الاشياء - [01:11:43](#)

الاكثر اهمية اه موضوع الفكرة التي يقول البعض ان الماضي مش مهم خلاص ركز في الجاي. لأ الماضي مهم. الماضي مهم ان تتعلم منه. ماضي مهم ان تحلله. الماضي مهم ان تعرف ليه انا بفشل في التخطيط - [01:12:02](#)

ما بنجح في الجوانب المهنية لازم لازم اقرأ الماضي احلله فهو مهم في هذا الجانب وليس مهم ان اعيش فيه تنوع المهارات والتخصصات ايضا البعض يقول لك اريد ان يكون عندي هذا التخصص وهذه المهارة قلت انه قد يكون جيد احيانا اذا استطعت الربط - [01:12:14](#)

بينها والخروج بشيء مميز. اذا لم يستطع الربط بينها واشتغلت في كل واحدة على حدة. نصيحتي نصيحتي دعك من هذا. اخوك عانى من موضوع تعدد المهارات والتخصصات قبل ان اربط هذه التخصصات وان اركز في جانب معين - [01:12:29](#)

فكرة ان يكون عندك وهذا سبحان الله بشعر وحده انه يفقد ولد من اولاده اذا تخلص عن مهارة او على جانبه ويعمل به بصل حتى اخر نفس يستنزفك هذا التخصص الى ان تصل مرحلة كلها - [01:12:45](#)

لابد اترك هذي البطيخات واركز في بطيخة واحدة نقطعها بشكل جيد. تحطها في البراد. تحط معها صحن جبنة. تطلع امورك تمام.

حامل لي خمسين بطيخة بطيخة. سيقعن جميعهن ولن تفلح ولن تظفر باي بطيخة - [01:12:57](#)

احز واحد حتى احاول قدر الامكان ان تتخفف من التخصصات او المهارات التي لديك اه حكيما عن الشغف اه موضوع بعض الاشخاص ايضا يدمن الشغف ويدمن التبصر في النفس. يقول لك وانا بظلني ابحت عن نفسي بظلني اقرأ بظلني اتبصر في نفسي الى

اخر - [01:13:14](#)

تتجاوز التبصر بالنفس عملية مستمرة مش مش عملية اه تبدأ وتنتهي. اه معلش مستمرة في حياتك لكن لا تضلك توقف حياتك لاجلها طب حتى اتوصل بنفسني مهنيانا بحاجة الى قراءة الواقع التجربة الماضية. انا ايش صار معي لما رحت في في حضرت دورة معينة

ايش صار معي - [01:13:36](#)

لموضوعات اهداف وما حققته؟ لماذا لم احققها؟ هو اولاً نبدأ بقراءة التجربة الماضية. اجيت اتعلم لغة. طب شو صار معي مع اللغة

الانجليزية؟ لماذا لم اتعلمها؟ ما التطبيقات التي جربتتها - [01:13:57](#)

ما الخل؟ كيف ممكن يعني افهم تجربة الماضي حتى اعرف لماذا كنت انجح ولماذا كنت لا انجح ومن اهم ادوات التبصر بالنفس

مهنيانا التجربة كما قلت حاول ان تخوض تجارب مهنية حتى تفهم سوق - [01:14:07](#)

العمل تجارب مهنية تجارب معرفية تجارب حياتية آآ ان تقرأ ان تعيش تجارب حياتية من خلال المجتمع اللي انت عايش فيه وان

تعيش تجارب مهنية ان استطعت مهما استطعت ان آآ - [01:14:21](#)

يعني تعزز جانب المهارات المهنية. لديك يكون هذا افضل طيب ايضا من ادوات التبصر الحضور. بمعنى انت الان بتحضر معي هذه

الدورة. طب قديش سجلت ملاحظات؟ قديش انت عم بتحاول اه تكون حاضر بكل ما عم تسرح ما عم - [01:14:34](#)

مركز اللي هو الحضور ان تكون حاضرا حقيقة الحضور الحقيقي ان تكون حاضر في مواقف حياتك المختلفة فتتعلم منها. تكون

حاضر في بيتك مع عائلتك. ان تكون حاضر في الجامعة - [01:14:51](#)

المحاضرة ان تكون حاضر مش حاضر تكون حاضر. مش حاضر ان تكون حاضر. حاضر حقيقة. مش اه الفارس اللي اجاني على

حصان ابيض ولا انا اللي رحت عملت مشروع في الصين ولا اه - [01:15:04](#)

طابخة ماما اليوم يكون حاضر. الحضور سيساعدك بشكل كبير جدا ان تمشي قدما في حياتك ويكون ما تخطط له يعني يشبه الواقع.

قادر انك انت تمشي فيه بشكل الصحيح. ايضا من ادوات التبصر - [01:15:16](#)

ان آآ تسأل الآخرين عن نفسك ان تسأل خبراء ان تسأل زملاء ان تسأل آآ اه اصدقاء ان تسأل اهل العائلة ان ترى نفسك بعيونهم طبعا

هذه فيها لها وعليها يعني حاول تكون مجهز نفسك اه يكون عندك مناعة نفسية عشان الزخ اللي ممكن تجيك بعد ذلك انت كذا انت

كذا بتقدر تستوعب - [01:15:31](#)

وتستطيع ان تفلتر اللي معهم حق فيه ولا لا وان تكون قوي نفسيا انك قادر ان تستقبل هذه الملاحظات بعد ذلك. يعني ان ان اه تسمع

من الناس عنك هذا امر مهم جدا - [01:15:53](#)

وهذا يعينك على رؤية جوانب احيانا لا يراها اه لا تراها في نفسك طيب سريعا خلينا نمر على بعض التطبيقات العملية وبعد ذلك

نتنقل الى الاسئلة حتى اخطط مهنيانا بشكل صحيح واعرف - [01:16:06](#)

ما المشاكل التي تواجهني؟ بعض المشاكل تكون بانني اقول لا يوجد وقت سواء حتى اخطط او لا يوجد وقت في يعني انجازي في

الحياة انا ما عندي وقت هنا انصح بعملية تحليل الوقت. اسبوع زمن. حاول ان تحلل وقتك من الصبح للمسا ايش بتعمل انت؟

وحاول ان تضع - [01:16:20](#)

اشارات حمراء على الاوقات اللي فيها خلل نحاول بعد ذلك ان تصوب هذا الخلل. صدقوني ستجد عندك وقت وقت كبير البعض

احيانا يحارب هذه الفكرة لا لا انا انا عارف حالي. صدقني انا كنت في الجامعة ادرس جامعة - [01:16:38](#)

وعندي اولاد وعندي شركة وعندي موظفين. واسافر والعب تنس واسبح واقرأ واكتب والف وبنفس الوقت انا الاول على دفعتي

خرجت من الجامعة امتياز الوقت موجود. كيف نتعامل مع وقتنا؟ شف لي حالك ايش بتعمل ما بين المحاضرات؟ ايش بتعمل على الطريق؟ ذهبنا واياها. شو بتعمل اول ما تصحى؟ شو بتعمل؟ لما بتنام ما بين الفجر والضحى - [01:16:54](#)

ايش بتساوي هناك الكثير من الاوقات والفجوات اللي انت ممكن تشكل فارق كبير جدا في حياتك حاول ان تركز عليها طيب اه تأثير اللحظة جزء متعلق الحضور ايضا ان يعني ان يكون الانسان متنبه لكل اللحظات في حياته. فقه الان ان يتنبه الانسان ما يعيشه في كل - [01:17:20](#)

لحظة من اللحظات وكيف يؤثر ويتأثر بهذه اللحظات طب خليني روح اه سريعا على بعض الجوانب المتعلقة بوضع الخطة طيب ساتحدث فيك سريعا عن ايضا اسلوب التخطيط المرن. كيف انت اه ولا يحتاج اكثر من يعني هذه يعني التوسع فيه موجود لكن - [01:17:46](#)

بهذه العجالة نتحدث عن الملف الاستراتيجي الخطة الخمسية والسنة القادمة. هذا اللي قلته لكم سابقا وبعد ذلك تأتي لثلاث شهور الملف الاستراتيجي انا بهمني تروح عالبيت اليوم تمسك ورقة وقلم وتحط انا رؤيتي المهنية ايش - [01:18:15](#)

الان تصوري المهنة انا وين حتى لو تغيرت بعد ذلك مش مشكلة بالذات طلاب الجامعات اللي ما زالوا يعني في سنواتهم الاولى ما هي رؤيتك العامة من الناحية المهنية؟ ايش انت؟ - [01:18:28](#)

ماذا تريد؟ الى اين تريد ان تصل؟ هويتك المهنية. قيمك المهنية. حاول ما الذي تريد ان تصل له في نهاية عمرك مهني اكتب اكتب وراجع هذه ما بين الحين والآخر - [01:18:39](#)

الخطة الخمسية السنوات القادمة ايش اللي يفترض ان نحققه مهني اكتب طبعا تحققه مهني من ناحية النمو المعرفي المهني شو الدورات اللي بدي اخدها شو الكتب اللي بدي اقرأها. اه من ناحية الادخار من ناحية اه الخبرة اللي بدي اكتسبها من ناحية تطبيق المهارات - [01:18:51](#)

كل هذا لابد ان يكون ضمن اهدافك المهنية لخمس سنوات القادمة خذ من الخمس سنوات هذه اهداف السنة على ورقة بعدين حط كل هذه الاوراق على جنب وخذ من اهداف السنة فقط اهداف الثلاث شهور. والباقي كله ضده - [01:19:06](#)

ماشية نبدأ فقط باهداف الثلاث شهور هذه اهداف ثلاث شهور هذي احوّلها تناعش اسبوع الى ما الذي سافعله خلال الثلاث شهور القادمة؟ من مهام حاول ان تحولها قدر الامكان الى مهام يومية - [01:19:22](#)

او اسبوعية او شهرية. اللي هو جدول الاوقات الذهبية هنا ان يكون عندك جدول واضح للاوقات هل ذهبية بمعنى انا كل يوم الساعة الصباح هذه اقضيها في القراءة. على سبيل المثال - [01:19:37](#)

طيب عندي ساعات قبل النوم اقضيها في مثلا حضور برنامج تدريبي. مثلا اه عندي طبعا طبعا انا يعني لن انبه واتحدث انه احنا نحن لا نستثنى اذكار الصباح والمساء والورد القرآني والصلوات وغير ذلك - [01:19:55](#)

وانا بالعكس افضل ان تربط الجدول الذهبي او جدول الاوقات الذهبية مع الصلوات يعني بعد صلاة الفجر انا عندي كذا بعد نصف ساعة كذا بعد صلاة الظهر انا في عندي ربع ساعة حتى لو ربع ساعة او عشر دقائق ونصف ساعة ستجد انك استطعت ان تحقق بعد سنة اهداف - [01:20:11](#)

يمكن بحياتك ما كنت تحققها لو لم تتبع هذه الطريقة حاول قدر الامكان ان تحول الاهداف الثابتة بدي اشتغل عليها بشكل مستمر. الى جدول هذه العادات اسبوعيا انا كل يوم سبت عندي كذا. اه كل واحد الشهر عندي كذا - [01:20:25](#)

حاول ان تحولها الى عادات ثابتة طبعا في عندك اهداف مرنة متغيرة لأ هذه لا يمكن ان تكون في اوقات معينة تحدد هذه الاهداف والتي ستعمل عليها فقط اهداف الثلاث شهور القادمة على ان تكون متناسبة مع قدراتك ومتناسبة مع - [01:20:41](#)

الفترة زمنية انا آآ هويتي اولا بعدين اضع الاهداف الخمسية بعدين اهداف السنة منها ما يلزم تحويله الى اهداف الى عادات لثلاث شهور القادمة. والتركيز دائما على ثلاث شهور هذي يعني يكون عندك اهداف بسيطة واضحة - [01:20:57](#)

اه طبعا هذه الجوانب الاخرى نحن نتحدث هنا تحديدا عن الجانب المهني اخيرا اذا احنا اجينا لتنعش اسبوع هذول اول مرحلة

واطنعشر اسبوع اطنعشر اسبوع اطنعشر اسبوع. والسنة كلها. سنجد انه هدول التنين تمانة واربعين اسبوع. طب السنة كم اسبوع -

01:21:16

سنة اتنين وخمسين وبالتالي في عندي اربع اسابيع زيادة دول ايش عامل فيهم؟ بين كل اطنعشر اسبوع اطنعشر في عندي اسبوع اتتبع اراقب اجلس مع نفسي النماذج لذاتك اه حاول ان ان تحاسب نفسك بشكل - 01:21:32

منطقي بمعنى اللي صار معي هيك؟ كيف يمكن ان اعدل واحسن؟ حتى تكون المرحلة القادمة افضل من المرحلة التي فاتت هذا الاسبوع دائما احلل فيه دائما الاهداف البعيدة الانسان بيشر انه معي وقت. لما يكون عندك ما في اطنعشر اسبوع يعني ثلاث شهور -

01:21:47

تجد انه انت عم تشتغل على اهدافك بشكل اسرع واكبر واخر نصيحة واهم نصيحة الحقيقة في هذا اليوم هو موضوع التشيكلاست قائمة المهام اليومية واحدة من اهم التوصيات اللي اعيدها واکررها مرة اخرى. اذا انت قدرت تشتغل على هذا على كل التوصيات

الي احنا ذكرناها واستطعت ان - 01:22:03

تعديل في المنظومة المعرفية والفكرية التي لديك بناء على كل شيء ذكرناه واستطاعت ان تصل لاهدافك الثلاث اشهر القادمة من الناحية المهنية حاول ان ابدأ يومك صباح اليوم سواء على ورقة او من خلال التطبيق - 01:22:22

مثلا مايكروسوفت او غيره من التطبيقات ومن خلال اوكسجين او او غيرها بالمناسبة يعني على قناتي اه على التليجرام سيكون هناك بعض المقاطع التي تشرح بعض هذه التطبيقات وكيف ممكن استفيد منها - 01:22:40

لكن بكل الاحوال انت ممكن تضع الورقة هذه. وتضع مهامك صباح اليوم اخر اليوم يعني تتبع ايش اللي انت عملته ايش اللي انت ما عملته لكن لا تبدأ يومك اذا انت مش كاتب ايش بدك تعمل هذا اليوم. صدقوني ستختلف انت اجيدك تماما اذا انت واضع هذه -

01:22:55

المهام بشكل واضح امامك. وبدأت تنجز هذه المهام ورقة اخرى بنحط فيها ما الذي ضيع وقتي بوقتها فورا وفلان اتصل فيني ورديت عليه اخذ معي نص ساعة صار عندي كذا. اه صراحة اكتب الاشياء التي تضيع وقتك حتى تستطيع ان تتعامل معها في الاسبوع اللي

هو - 01:23:11

التقييم والرقابة والمتابعة. وبنفس الوقت مهامك اليومية امامك واضحة. حتى تستطيع ان تنجز بعد ذلك بالشكل الصحيح والسليم نفتح اخر خمس دقائق اذا امكن اسئلة واجوبة. بامكانكم اه اذا ما في مشكلة عند المنسقين ان تكون مداخلات صوتية انا ما عندي

مشكلة - 01:23:28

اذا بحبوا كتابيا فما في اشكال انه ممكن يراجع يعني اي اي اسئلة موجودة على المحادثة الى ان يعني يردوا علينا المنسقين في بوصلة اه اذا بحبوا يفتحوا الصوت المداخلات الصوتية فاهلا وسهلا ومرحبا - 01:23:49

طيب عندي هنا اه ممكن مثال ذكرونا يعني ايش المثال؟ ايش كنا نقول احنا؟ اه اللي عم بيسألوا عن اه مثال الصيدلي مثال عن التخصصات نعم آآ سلمى اظن وضحت جزئية التطرف في موضوع التخصص - 01:24:08

احيانا احيانا يكون نافع بكل الاحوال واحيانا يكون ضار اه لست نادرا او لست انا مش عارف تسأليني انا لست نادرا انا مش نادرا. انا وسام فمش عارف ايش السؤال - 01:24:31

الاخت السائلة لست نادرا هل تتحدث عن نفسها او تسألني عنها عن نفسي يعني؟ انا تخصصي علم باجتماع ماذا علي؟ ان اتعلم لاستعد لسوق العمل طيب اه اه اي تخصص هذي اجابة عامة - 01:24:45

عندما نفكر في انه انا والله عندي تخصص معين معذرة المعذرة الذي يقول انا والله عندي تخصص معين وفي هذا التخصص انا مش عارف ايش ممكن اتعلم او اكتسب من مهارات حتى - 01:25:00

اكون ناجح في سوق العمل. اي تخصص قبل ان تفكر في التخصص نفسه او او كيف تفكر في التخصص نفسه. انا ما بعينيني انا شو عم بدرس الان بيعينيني الى اين سيأخذني التخصص؟ وبالتالي لازم اقرأ وابحث - 01:25:19

استشير اعرف ما المهن التي يمكن ان يعمل بها صاحب هذا التخصص واختار الانسب الي او اللي انا ساضعها هدف بالنسبة لي ان ان يسر الله وقدر انا ساكون انا - [01:25:31](#)

اجتماعه لن اكون محاضرة جامعية هذا سيختلف الادوات والذي ساكتسبه سيختلف عن شخص انا ادرس علم اجتماع اريد ان اقدم استشارات في هذا المجال في المؤسسات المجتمعية ادوس عنا باجتماع لاننا نريد ان اكون باحث ومتخصص ومحاضر - [01:25:46](#) اه وعندي محتوى وصاحب محتوى وعندي منصة وبعمل دورات تدريبية للناس. حول موضوع العلاقات مختلف. انه كل واحدة من

هذه بعدين رح ابدأ اسأل وابحث حتى اعرف ما الذي يلزمي حتى اكون ناجحا في سوق العمل. لكن - [01:26:07](#) في اشياء عامة يحتاجها اي شخص في سوق العمل مثل مهارات التواصل المهني. مثل المهارات التقنية والحاسوب واستخدام الحاسوب ومايكروسوفت اه مثل مهارات العرض واللقاء والخطابة. اه مهارات التفاوض افهم اكثر عن سوق العمل والهيكل التنظيمي في الشركات واليات التوظيف والمقابلة الوظيفية والسيرة الذاتية. هذه كلها اشياء الجميع يجب ان يعمل عليها - [01:26:22](#) الذي يسأل عن التسجيل سنرى ان شاء الله تعالى ما بامكانا فعله لرفع هذا التسجيل على في منصة ما ان شاء الله متى اعرف ان المهام فعلا اكبر من طاقتي وقوتي؟ اذا كانت هذه المهام تعيقني عن ادائها نفسها - [01:26:47](#)

المهام لكثرتها دائما انا ما عندي وقت انا مش عارف استمتع في حياتي بالاشياء التي يجب استمتع مع ابنائي مع اسرتي اه مع عائلتي مع والدي مع نفسي ما عندي وقت اجلس مع نفسي ما عندي وقت اه - [01:27:00](#)

اقرأ كتب اه ما عندي دايم انا مضغوط دايم انا مشغول دايم انا محترق. في مشكلة عندي هنا. اذا هذه اكثر من طاقتي واذا كان ايضا المعيار الثاني او يعني المؤشر الثاني اذا كانت هذه المهام دائما تدور. دائما انا ما بلحق اعمل هذه المهام. فاذا انا اكبر من طاقتي - [01:27:14](#)

اذا كان واذا كان ايضا يعني كثرة المهام يعيقني عن تنفيذ نفس هذه المهام. فهذه يعني مؤشرات يمكن ان اه تقارن حالتك فيها وتعرف اذا كان انت عندك اه اشكال في المهام او - [01:27:30](#)

كما يقال مهام اضافية كيف ممكن ان يطبق الموضوع هو انه نسبت الموضوع اللي كنت بتسأله عنه فايش من اي موضوع؟ موضوع ربط التخصصات يعني يعني في الصيدلة مثلا انا اعرف احد الاصدقاء صيدلاني راح درس درس اه هيلث كوتشينج - [01:27:44](#) وصار اه يطور نفسه في موضوع التدريب في مجال الصحة. واصبح مدربا والان هو يعمل على تأسيس مشروع خاص فيه. في موضوع التوعية الصحية التدريب الصحي مثلا اه ممكن انا اه اطور نفسي في اه مم جانب التحليل والبحث والدراسات العلمية وغير ذلك - [01:28:02](#)

مثلا دكتور اياق قنبيي اه يعني ايضا هو هو باحث في مجال علم الادوية عدا عن انه محاضر جامعي هو باحث وعنده ابحاث وعنده دراسات في هذا الجانب فهو وجد نفسه في - [01:28:24](#)

مساحة معينة في المجال الذي تخصص فيه اليوم ربط التخصصات مع بعضها وكيف انا كشخص ادرس صيدلة يعني ما يكون اقصى طموحي هذا ما اريده. ما يكون اقصى طموحي ان اكون اجلس في صيدلية لبيع الدواء - [01:28:41](#)

لا هناك اشياء على ان على ان هذا بحد ذاته ليس شيئا معيبا وده شيء عظيم لكن احنا صار في عندنا اوفر انا اقول هذا بما في عنا كثير صيدلة اليوم مش لاقيين شغل - [01:28:58](#)

طب انا ايش اعمل دراسة صيدلة حاول ان تبحث تبحث عن مجالات يمكن ان يعني يروح مثلا دروس ادارة. وروح تعلم ادارة

السلاسل الصيدليات مثلا كون مدير السلسلة هذا مجال - [01:29:12](#)

التسويق نكون مسوق في الجانب الصيدلاني. ان اكون صيدلاني ومسوق افضل بكثير ان يكون فقط مسوق وهكذا فبدك تبحث يعني تبحثي عن ما يناسبك في هذا المجال اه الله يسلمك اخت سمية وبيبارك فيك وينفع بنا وبكم. انا في المرحلة الثانوية واحتاج لمعرفة قدرتي على التنظيم - [01:29:24](#)

كيف يعني يحتاج الى الى دورة لوحده طبعا هو يعني هو يحتاج لتحدث عن التنظيم وادواته وخطواته نعم انا اوسع فيه في دورة

تبسيط التخطيط بكل الاحوال لكن آآ لمعرفة قدرتي على انه بدك تعرف حدثني عن عن يعني حدث نفسك عن نفسك انت كيف امورك شايف حالك منظم بتدرس بوقت محدد - [01:29:45](#)

اه امورك ماشية ليس بالضرورة ان يكون وقت محدد بقدر ما ما تكون ساعات محددة. انا بدرس باليوم ساعتين. طب مرة بدرس يوم الصبح مرة بدرس يوم العصر. اهلا وسهلا - [01:30:10](#)

مش مش انا لست معك وقلت تبسيط التخطيط المرئي. مو انا عم بعمل الساعتين اللي لازم ادوسهم انا شايف لازم يدرس ثلاث ساعات طبعا بدرسهم خلص اموري تمام. طب اموري مع اهلي كويسة ؟ ما بأخر الصلوات - [01:30:19](#)

اخلص اموري يعني اذا انا بشكل عام احافظ على اوراقى والاشياء الاساسية. اذا انا اموري في التنظيم جيدة اه واياكم يا نور اه قلت ما تحمل اكثر من خمسين بطيخة - [01:30:30](#)

امور وحدة مثل اه مش بطيخات هاي لا مش خمسين بطيخة خمسين بطيخة اقصد يعني تقول انه انت طب ما انت كنت طالب ورب اسرة وصاحب عمل. نعم خمسين بطيخة لما كون انا فاتح ثلاث مشاريع مع بعض بدي مشروع منزلي واعمل طباعة عالكنزات - [01:30:44](#)

وبنفس الوقت انا موظف وبنفس الوقت انا بحاول اعمل تجارة سيارات ما راح تنجح ولا بواحدة هذي خمسين بطيخة لكن انا في عندي ادوار اساسية هذه البطيخات ما في مجال ما احملها انا بحكي مهنيا. في عندي ادوار في الحياة لابد ان اقوم بها. لابد ان اوازن بينها - [01:31:01](#)

حتى احيانا اصل لمرحلة انا عندي فريق وعندي قدرة ان استوعب عشرين مشروع. مهو كيف كيف اصحاب المشاريع يعني في اشخاص عندن مية شركة واكثر كيف هادا دايرهم ؟ كيف هو صاحب لهم ؟ - [01:31:17](#)

صار في سيستم انا لما السيستم يصير عندي موجود والقدرة عندي موجودة ابدأ اتوسع قليلا قليلا هذا الصح. اما انا ما عندي شيء احمل عليه. احمل بس على نفسي واحمل خمسين بطيخة راح توقع - [01:31:29](#)

اما والله لو جبت عرابية جبت اشخاص يساعدوني البطيخات. اموري راح تمشي. بشكل جيد. حتى العراييل الجبنة كمان بنفس الوقت يعني الامور بتمشي بشكل. سلس اذا عندي الادوات. لما ما عندي الادوات انا مشكلة هذي ساضيع انا والبطيخات يعني. ممكن اوعى انا واياهم مع بعض - [01:31:43](#)

ما في فرق كبير بالمناسبة الفرق ما بين التخطيط العادي. التخطيط العادي يستخدم ادوات التخطيط واساليب التخطيط في الحال في مهام اليوم التخطيط المهني انا اخذ بعين الاعتبار الجانب المهني اكثر وافكر في تخصصي وفي مهنتي وفي اسقاط ادوات التخطيط على المهنة - [01:32:04](#)

ما هو لما نحكي مهارة التخطيط يا يا مشمش رح تكون في مهارة جديدة تماما لما بروح بشتغل على الجانب المهني. هي قدرتي على اسقاط مهارات التخطيط في الناحية المهنية مع بعض الامور البسيطة يعني - [01:32:26](#)

البسيطة كما اه انا لا اعرف انا كأنتى وساتخرج من كلية الهندسة المدنية العلم الذي يمكنني ان اعمل وخاصة في بلد اجنبي اعرف ما حتى ما هي البرامج التي قد اشتغل عليها هناك - [01:32:38](#)

اه انا لا اعرف كأنتى مش واضحة لا اعرف لا اعرف ماذا مم يعني شوفي فكرة البلد اللي انت فيها والفرص اللي موجودة انا انصح دائما بالبحث القراءة. والان في الايه اي يساعد ابحتوا خلاا اللي اي يساعدكم في موضوع افكار - [01:32:57](#)

ما الذي يمكن ان اعمل فيه اذا كنت كذا وفي الدولة الفلانية رح تشوفوا عم يساعدكن بشكل كبير جدا. فالسيرتش البحث سؤال الخبراء حتى تستطيعي تعرفي ما هي المهنة الانسب ؟ زائد الاختبار اختبار يعني اختبار الحياة. محاولتي اني انا اعرض نفسي لتجارب مهنية تساعدني بشكل كبير جدا - [01:33:15](#)

اه طيب يا جماعة اظن انا وصلنا الى نهاية اللقاء معلى الاسئلة كثيرة وانا عندي دورة تدريبية بعد هذه مباشرة آآآ المعذرة ان شاء الله انه يعني حاولت قدر الامكان ان اقدم - [01:33:34](#)

يعني ما امكن خلال هذه العجالة اسأل الله سبحانه وتعالى ان يتقبل مني ومنكم وان ينفع بي وبكم وارجو لكم دائما التوفيق والسداد.

اه سبحانك اللهم وبحمدك. اشهد ان لا اله الا انت - 01:33:49

استغفرك واتوب اليك وبارك الله بكم واياكم واياكم. نسأل الله ان يتقبل وان يعينكم السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - 01:34:01