كراسة
إتخاذ القرار

PalVision
مؤسسة الرؤيا الفلسطينية

إعداد:

رامي ناصر الدين

الاشراف التربوي:

يحيى حجازي

رسومات:

الفنان بهاء عطية

جميع الحقوق محفوظة لمؤسسة الرؤيا الفلسطينية/ برنامج التدريب،ولا يجوز التصرف بأي جزء من هذه الكراسة،بتصويره او اقتباسه بدون اذن الا اذا كان الهدف استخدامه بطريقة غير تجارية ولا تبتغي الربح.

الطبعة الاولى من الدليل- شباط 2005

تقديم

تلعب تنمية المهارات الحياتية لدى الأفراد أهمية كبيرة في تسهيل أمورهم اليومية وتسهيل عملية تكيفهم للأوضاع المعيشية المتغيرة. مهارة اتخاذ القرار هي إحدى المهارات الحياتية المهمة التي يمكن تطويرها، ولذا سنتعرض في هذه الكراسة الى هذه المهارة.

أهداف الكراسة:

- التعرف على المصطلحات الأساسية في مهارة اتخاذ القرار (جمع المعلومات، تحديد الاولويات، حذف البدائل، تحليل المعطيات وما الى ذلك.
- التعرف على أهمية اتخاذ القرار في المرحلة الثانوية.
- زيادة الوعي والدافعية لاتخاذ قرارات على أساس مدروس.
- التعامل مع بعض الصعوبات التي تسبب اتخاذ قرارات غير صائبة بصورة حكيمة وواعية.

المواضيع الأساسية التي سيتم التطرق لها:

- تعريف اتخاذ القرار.
- مراحل اتخاذ القرار.
- الصعوبات والمعيقات الذاتية والمجتمعية التي قد تعيق قراراتنا أو تجعلنا نتخذ قرارات سيئة.
- شروط اتخاذ القرارات الجيدة.
- طرق مختلفة لاتخاذ قرارات سليمة.

المهارات التي سيحصل عليها المتدرب/ المتدربة:

- التمهل والتأني واستخدام الأسلوب العلمي في اتخاذ القرارات سواء الشخصية المشاعرية، الدراسية، المهنية وما إلى ذلك.
- تحليل موقف بصورة مدروسة.
- تحديد الصعوبات الذاتية بشكل جيد والتعامل معها بصور حكيمة.
- التنازل عن بعض الرغبات والبدائل في سبيل تحقيق الحل الأمثل لدى اتخاذ أي قرار.

المعرفة التي سيحصل عليها المتدربون/ات:

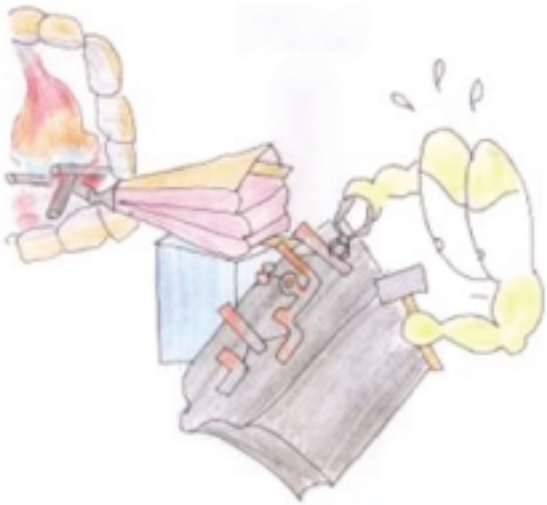
- استخدام صحيح للمصطلحات النظرية في تحليل المواقف التي لها علاقة باتخاذ القرار.
- تسمية الصعوبات وتحديد الصعوبة الخاصة به.
- استخدام النظرية للتعامل مع قضايا حياتية له ارتباط بصنع القرار.
- مفهوم الخسارة والربح في اتخاذ القرار هو مفهوم ذاتي وليس موضوعي دائماً.

مهارة اتخاذ القرار

ما هو اتخاذ القرار

اصدار حكم معين عما يجب ان يفعله احدنا في موقف معين بعد دراسة البدائل المختلفة و فق معايير محددة سلفا وصولا الى تحقيق هدف معي.

ولذلك فإننا في حياتنا العملية نكاد نتخذ يومياً مجموعة من القرارات بعضها ننتبه وندرسه والبعض الآخر يخرج عشوائياً بغير دراسة.



انواع القرارات:

١- القرارات الإستراتيجية: وهذه القرارات التي تؤثر علينا على المدى البعيد، وهي عادة ما تكون قرارات شبه مصيرية وصعبة التغيير فيما بعد، ولكنها غير مستحيلة التغيير إن أردنا ذلك (كاختيار شريك الحياة، الاختيار المهني وما الى ذلك من تلك القرارات).

٢. قرارات تكتيكية الفورية: وهي القرارات السريعة التي نتخذها يومياً تقريباً، وهي عادة ما تساعدنا في تسيير حياتنا وتحقيق أهداف سريعة المنال. يمكن استبدالها دون الشعور بخسارة كبيرة.

نختلف فيما بيننا باتخاذ قراراتنا، فهناك أناس لا يستصعبون بتاتاً في اتخاذ قراراتهم، بينما آخرون يتخبطون باستمرار عند مواجهتهم لأي موقف يضطرون فيه اتخاذ قرار ما.

مراحل اتخاذ القرار:

تمر عملية اتخاذ القرار باربع مراحل للوصول إلى القرار الصائب وهي:

- الدراسة
- الإعداد
- التنفيذ
- التقويم

ونحاول توضيح كل خطوة ووضع المحددات المطلوبة لها باختصار.

١. الدراسة : تحتوي هذه المرحلة على ثلاث خطوات فرعية هامة

- تحديد المشكلة: بمعنى أن نتفهم حجم المشكلة وأن نصفها بشكل دقيق ونفحص مدى تأثيرها علينا ولماذا ظهرت وهل تم علاجها من قبل أم لا.
- وضع البدائل: والمقصود بهذه الخطوة جمع مجموعة من البدائل لحل المشكلة بحيث مفضل أن تكون قابلة للتطبيق وينتبه في هذه الخطوة من عدة أمور منها:

- أعط نفسك الوقت المناسب لوضع البدائل بغير استعجال.
- لا تشعر بالهزيمة أو الإحباط بسبب كثرة البدائل أو قلتها.
- اجعل اختيار البدائل ناتجاً عن دراسة متأنية ومعلومات أكيدة.
- حاول الابتكار في وضع الحلول والبدائل ولا تكن أسير تجارب سابقة.

○ الاختيار: والمقصود بهذه الخطوة أن نحذف جميع البدائل غير المناسبة ونختار بديلاً واحداً قريباً [أو بدلين إن تعذر]. ويكون الاختيار على مجموعة أسس هي:-

- إمكانية التطبيق الواقعي.
- مدى السلبيات المحتملة والإيجابيات المتوقعة من تطبيقه.

٢. الإعداد: والمقصود بهذه الخطوة إدخال القرار حيز التنفيذ بعد دراسة المشكلة واختيار البدائل.

في هذه الخطوة علينا الانتباه للنقاط الآتية :

○ ان نترك جميع البدائل والحلول الأخرى وضع كل اهتمامك في الاختيار الذي اتخذته.
○ أن نتوقع الأخطار والصعوبات التي يمكن أن تحدث من قرارك المتخذ.
○ أن نضع خطة واضحة ومحددة لإنجاز القرار.
○ أن نضع مواعيد معينة لتطبيقه.
○ أن نوضح لأنفسنا الأهداف المرحلية والبعيدة.

٣. التنفيذ: والمقصود هنا القيام بالخطة الاجرائية التي فيها ننفذ ما خططنا وأعددنا اليه.

لا بد وأن نوضح للذين من حولنا القرار الذي اتخذناه ونطلب المساعدة اللازمة منهم اذا احتجنا لتنفيذه. ومن ثم تحمل المسؤولية الشخصية على ما سينتج من هذا القرار للإيجاب وللسلب.

٤. التقويم:: والمقصود من هذه الخطوة مراقبة الأداء ومتابعته والوقوف على السلبيات وعلاجها أو التوجيه إلى تحسينها علاجها.

صدق من قال: صإذا لم تكن تعرف إلى أين تسير، فإنك ربما تنتهي إلى مكان آخر'. وعليك دوماً أن تسأل نفسك سؤالين أساسيين:

- ماذا أحاول أن أحقق ؟
- كيف سأعرف بأنني حققت ذلك ؟

لنأخذ مثالاً لتجسيد المراحل (مأخوذ من كتاب التوجيه المهني ونظرياته) لعبد الهادي والعزة، صفحة ١٦٦

١- تحديد المشكلة: تجد ميسون صعوبة في تحديد الكلية التي تريد الالتحاق بها ولا تعرف الكلية المناسبة لاستعداداتها.

٢- جمع المعلومات: ذهبت ميسون الى المرشدة التربوية وحصلت على معلومات مختلفة عن الكليات عديدة تدرس اختصاصات مهنية كثيرة.

٣- تركيز المعلومات وتنظيمها: بعد أن حصلت ميسون على المعلومات الكثيرة من المرشدة التربوية بدأت تنظم هذه المعلومات عن الكلية التي تريد الالتحاق بها والتخصص الذي تريده. حصلت على عنوان الكلية وموعد التسجيل والرسوم المطلوبة والبرامج والعطل والأعياد ومواعيد الامتحانات وما الى ذلك.

٤- وضع بدائل ممكنة: فكرت ميسون في بدائل أخرى في حالة عدم القدرة على الالتحاق، كلية قريبة تعلم تخصص أقل ملائمة ولكن مع مصاريف أقل.

٥- وضع الأهداف والخطط وتنفيذه: أعدت ميسون خطة للالتحاق بالكلية وتحديد أهدافها من الدراسة، فقد قررت تعلم مهنة التجميل في كلية مهنية، بحيث تقوم باستئجار صالون بعد انهاء دراستها، وأن تقوم بالعمل بجهد لمساعدة نفسها وأسرتها مادياً. وقد تقدمت بطلب الى الكلية المهنية بعد استشارة ذويها.

٦- التقييم: بدأت ميسون بتقييم عملية التحاقها بهذه المهنة، وبالعوائد التي قد احصل عليها عليها، وأثر ذلك على شخصيتها، ومدى أن قدرتها في تكوين أسرة ومساندة زوجها وأبنائها مادياً.

صعوبات اتخاذ القرار:

قد نتساءل فيما بيننا: لماذا يصعب علينا اتخاذ قرارات بسهولة ولماذا نستطيع اتخاذ قرار في موضوع ما ولا نستطيع اتخاذه في مواضيع أخرى. للإجابة على هذه التساؤلات لا بد لنا في فهم بعض الأمور:

١- موضوع القرار.

٢- المتأثرون بهذا القرار.

٣- الإمكانيات المتوفرة لتنفيذ هذا القرار: المال، الوقت، الرغبات، القدرات..

١. موضوع القرار: بصورة عامة يسهل علينا اتخاذ قرارات في مواضيع سهلة ولا يترتب عليها نتائج وخيمة، حتى ولو كان قرارنا خاطئاً. بالرغم من وجود مواضيع سهلة ومواضيع صعبة يتخذ الانسان قرار فيها، الا أن سهولة أو صعوبة بعض المواضيع قد تختلف من شخص الى آخر. لنفحص ذلك معاً:

الموضوع	صعوبة عالية	صعوبة متوسطة	لا يوجد صعوبة
شراء شراب في مقهى أو مطعم			
شراء ملابس للعيد			
اختيار صديق أو صديقة ما			
الاعتذار من صديق على خطأ قمت به			
استبدال هدية غير مناسبة أحضرها صدي			
التخلص من رسائل سابقة			
مسامحة شخص ما أخطأ بحقي			

هناك كثير من المواقف والمواضيع التي نحتاج اتخاذ قرارات بها، ونختلف فيما بيننا على الأهمية التي نوليها لتلك المواضيع

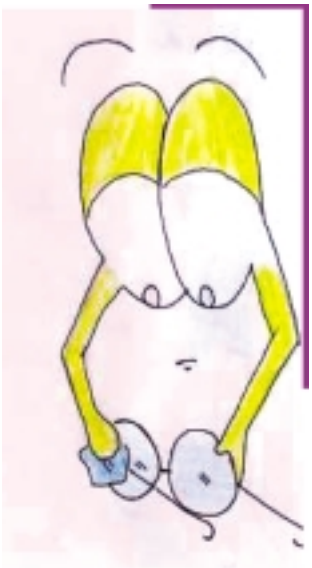
٢. المتأثرون من القرار: من المفهوم ضمناً أن اتخاذنا لقرارات ذاتية تؤثر علينا فقط قد نجدها سهلة مقارنة بتلك التي تؤثر على غيرنا أو يشترك فيها غيرنا. فمثلاً: افحص ذلك بنفسك

الموضوع	صعوبة عالية	صعوبة متوسطة	لا يوجد صعوبة
ختيار شريك يشاركك الغرفة في مخيم			
شراء ملابس للعيد			
ختيار هدية لصديق بمناسبة تخرجه			
الاعتذار من صديق على خطأ قمت به			
التحدث مع شخص ما بين أسرته وأسرتك عداوة متجذرة			
الزواج من شاب أجنبي			
رسم لوحة على جدار غرفتي			

٣. الإمكانيات المتواجدة لتنفيذ القرار: عندما تكون لديك القدرات والإمكانيات لدراسة موضوع ما أو لديك المال لشراء عدة أشياء، فهذا قد يسهل عليك اتخاذ قرار سليم إذا رغبت بذلك وبشئ من السهولة. وإن لم تكن الامكانيات متوفرة أو صعبة المنال فهذا قد يخلق صعوبة أو قد يمنع الشخص من اتخاذ قرارات.

لنفحص ذلك:

الموضوع	صعوبة عالية	صعوبة متوسطة	لا يوجد صعوبة
شراء سيارة م ستعملة			
التقدم لدراسة السياقة العملية			
عمل اختبار تيؤوريا			
تعلم الرسم لرغبتي في ذلك			
شراء كتاب جديد ثمنه يفوق قدراتي بالرغم من شغفي للقراءة.			
السفر الى خارج البلاد للمشركة في مؤتمر طلابي			
رغبة أهلي في تزويجي في سن ١٥			



هناك الكثير من الصعوبات الأخرى التي قد تواجه الطالب في اتخاذ قراراته وهي صعوبات لها علاقة بالفرد نفسه وبالمحيط الذي يعيش فيه (أصدقائه، أقاربه وأسرته والمرشدين التربويين وما الى ذلك).

إن إحدى المواضيع المهمة التي يجب أن يقوم بها الطالب/ة الثانوي/ة أو الطالب/ة الجامعي/ة هو اتخاذ قرار سليم فيد دراسته. وكما ذكرنا سابقاً إن أول مرحلة في اتخاذ قرار سليم هي تحديد الصعوبة في اتخاذ

القرار بعد أن حدد بالضبط موضوع القرار وهو «التعليم الجامعي» «أو الفرع الدراسي»

الاستمارة التالية ستساعدك في تحديد نوع الصعوبة التي تواجهك في تحديد الفرع الدراسي أو مجال التخصص الجامعي. أجب على الاسئلة بصدق لكي تحصل على أدق صورة لذاتك وللصعوبات التي تواجهك في الاختيار.

ضع اشارة X في المربع الأكثر ملائمة ومن ثم احسب معدلات كل مجال من المجالات الثلاث لتعرف أين توجد لديك صعوبة في اتخاذ القرار. إذا كان معدل المجال قريباً للعلامة (٥) فهذا يعني أن صعوبتك كبيرة.

وإذا كان قريباً من العلامة(١) فهذا يعني أن صعوبتك في هذا المجال قليلة.

الصعوبة	ملائم لي كثيراً (5)	غالباًما أكون كذلك (4)	أحياناً أكون هكذا (3)	نادراً ما أكون (2)	لا يلاءمني بتاتاً (1)
أعتقد بأن موضوع الدراسة ليس مهماً في حياتي الآن					
أعتقد بأنني لست بحاجة الى اتخاذ قرار في الوقت الحالي في المجال التعليمي					
بشكل عام يصعب علي اتخاذ قرار					
عادة ما أخاف من الفشل					
أعتقد بأنني لن استطيع تغيير قراري إذا قررت اختيار مجال معين.					
المجموع					

معدل الصعوبة في استعدادك لاتخاذ قرار	المجموع العام/ 5 = ...

الصعوبة	ملائم لي كثيراً (5)	غالباًما أكون كذلك (4)	أحياناً أكون هكذا (3)	نادراً ما أكون (2)	لا يلاءمني بتاتاً (1)
يصعب علي اختيار فرع دراسي أو مجال تعليمي لأنني لا أعرف ما هي مراحل اتخاذ القرار					
لا أعرف من أين أحصل على المعلومات التي تفيدني في اتخاذ القرار					
أستصعب في أن أجد شخصاً ما يساعدني في اتخاذ قرارات في هذا المجال					
لا أدري ماذا علي أن أعمل لأتخذ قرار سليم					
لا أستطيع الربط بين المعطيات والمعلومات التي أحصل عليها					
المجموع					

معدل الصعوبة في معرفتك في خطوات صنع القرار	المجموع العام/ 5 = ...

الصعوبة	ملائم لي كثيراً (5)	غالباًما أكون كذلك (4)	أحياناً أكون هكذا (3)	نادراً ما أكون (2)	لا يلاءمني بتاتاً (1)
ينقصني معلومات عن قدراتي وصفاتي الشخصية					
ينقصني معلومات عن ميولي ورغباتي					
لا أعرف بالضبط ما هو الفرع العلمي أو الدراسة التي تستهويني					
لا أدري إن كنت سأنجح في المهنة التي أود دراستها					
هناك الكثير من المهن التي أرغب دراستها					
المجموع					

معدل الصعوبة في معرفتك لقدراتك وميولك

المجموع العام/ 5 = ...

الصعوبة	ملائم لي كثيراً (5)	غالباًما أكون كذلك (4)	أحياناً أكون هكذا (3)	نادراً ما أكون (2)	لا يلاءمني بتاتاً (1)
المهنة التي أرغب بها لا تروق لعائلتي وأسرتي					
يهمني رأي أهلي وزملائي وأقاربي فيما أقوم به					
هناك تضارب بين توصيات عدة أشخاص مهمين حولي للموضوع الذي يلائمني.					
الآخرون لا يرون بي ما أراه أنا بنفسي					
يصعب علي دراسة مادة غير مقبولة على الأشخاص المهمين لي					
المجموع					

معدل الصعوبة في تأثير الأهل والأصدقاء على اتخاذ القرار

المجموع العام/ 5 = ...

المراهقة واتخاذ القرار:

عندما نتحدث عن تأثير المرحلة العمرية على اتخاذ القرار، فإن لمرحلة المراهقة مميزات خاصة بها تلعب سلباً وإيجاباً على اتخاذ قرارات حياتية. فمن ناحية يرى الشباب والفتيات أنفسهم قادرين على اتخاذ قرارات خاصة بهم، دون الرجوع أحياناً الى موافقة ذويهم. ويحاولون قدر الإمكان إظهار سيطرتهم على حياتهم من خلال المواضيع التي يظهرون بها استقلاليتهم.

من ناحية أخرى فإن الشبان في هذه المرحلة من العمر يعتبرون قاصرين في اتخاذ قرارات «واقعية» في كثير من الأحيان، وهذا يرجع الى أسباب كثيرة نذكر منها: قلة التجارب الحياتية التي مروا بها نتيجة لعدم احتياجهم لذلك في سنوات سابقة. ولذا فإنهم لا يستطيعون مقارنة تجارب بأخرى في كل المواضيع. كذلك عدم قدرة الشاب في هذه المرحلة من العمر على تصور المستقبل ونتائج القرارات التي سيتخذها تعمل هي أيضاً معيقاً في اتخاذ قرارات سليمة أو واقعية.

من المقولات التي تظهر قلة التجربة والاستعدادية لدى الشباب والمراهقين في اتخاذ قرارات واقعية ومنطقية:

- أنا لا أحتاج الى اتخاذ قرارات في هذه المرحلة من حياتي.
- لست بحاجة لأن أقرر ما هي الدراسة التي سأختارها بعد إنهائي التوجيهي الآن، فالأمر متعلق بالعلامة التي سأحصل عليها.
- القرار الذي سأتخذه الآن سوف يلزمني حتى النهاية.
- لا أعرف قدراتي وميولي ورغباتي ولذا لا أعرف أي خيار من الخيارات علي اختياره.
- أنا أستطيع التأقلم بأي وضع دون شك. ولن أواجه صعوبات في تنفيذ أي قرار أريده، لأن أهلي سيدعمونني في كل قرار.

نتيجة مميزات مرحلة المراهقة وقلة التجارب ننصح بأن نستشير أشخاص مهمين أو أخصائيين ليساعدونك في اتخاذ قراراتك، كونهم قد مروا بتجارب ولديهم معارف يمكن أن تساعدك في اتخاذ قرار سليم.

معوقات اتخاذ القرار:

١- قصور البيانات والمعلومات: إن عدم توفر المعلومات الكافية قد يجعل من قراراتنا صعباً أو قد نتخذ بسببه قرارات غير سليمة. فعلى سبيل المثال: إن شرائنا منتوج ما بناء على سعره فقط دون النظر الى بقية مزاياه قد يكون قراراً غير صائب.

٢- التردد وعدم الحسم: إن متخذ القرار الحكيم هو ذلك الذي يأخذ الوقت الكافي للتفكير واتخاذ القرار، إما إذا أخذنا وقتاً كبيراً في

التفكير (يفوق الضرورة) نتيجة التردد وعدم قدرتنا على الحسم فإننا قد نخسر بسبب ذلك ويكون الوقت قد فات. فإذا ما رغبنا اتخاذ قرار في الانتساب الى دورة ما فيجب علينا التفكير في ذلك واتخاذ قرار قبل بدء الدورة وإلا..

٣- السرعة في اتخاذ القرار: هنا يكون الأمر مغايراً، فمن يتسرع باتخاذ قراراته لا يأخذ القرارات السليمة غالباً. فالتأني وأخذ الوقت المناسب للتفكير يقلل عادة من الأخطاء الناتجة من اتخاذ القرار. فإذا ما احتاجتنا رغبة كبيرة في ترك البيت على سبيل المثال بسبب شجار مع أحد الأقارب أو الأخوة، دون التفكير بالعواقب والنتائج والبدائل الأخرى فإن قرارنا قد يعتبر متسرعاً.

٤- الجوانب النفسية والشخصية لصانع القرار: كما ذكرنا سابقاً فإننا نختلف فيما بيننا بقدراتنا وميولنا وأمزجتنا وأفكارنا ومعتقداتنا، وكذلك على قدرتنا في اتخاذ قرارات صحيحة. فمثلاً: في جيل معين قد نستطيع اتخاذ قرارات دون الرجوع الى آخرين في مواضيع معينة.

٥- عدم المشاركة في اتخاذ القرار: في بعض الأحيان قد تكون عدم مشاركتنا في اتخاذ قرار متعلق بنا قد يخلق منا غير متحمسين بأخذ مسؤولية في تنفيذ ما تم اتخاذ القرار عليه، وقد يعتبر ذلك معوقاً على المدى البعيد، عند مرحلة تنفيذ القرار.

إذا ما تمت الشراكة في صنع القرار
فإن ذلك يدفع الأفراد الى المساهمة
الفعالة في تنفيذ القرار وأداء مهامهم
ومسؤولياتهم على أكمل وجه
وبتحمس ورغبة

حالتان لتلخيص ما تم التطرق اليه حتى الآن

الحالة الأولى:

سلوى طالبة في الصف التاسع، من عائلة متوسطة الدخل. لم تحدد الفرع الذي تريد دراسته، وما هي المهنة التي ستعمل بها مستقبلاً، بالرغم من تحصيلاتها العالية في المجال العلمي بالرياضيات والفيزياء. سلوى تحب اللغات وكذلك لديها هواية متطورة في الأشغال اليدوية والرسم.

جورجيت الأخت الأكبر لسلوى، تحبها كثيراً، تعمل في مدرسة القرية الإعدادية كمدرسة لمادة الكيمياء. ببساطة هي غير راضية عن عملها في المدرسة لأسباب عدة ، حيث أنها تشارك أختها الصغيرة أحياناً بعض احباطاتها.

الأم تعمل ربة بيت، وهي في منتصف الأربعينات، قد أنهت دراستها الثانوية وتزوجت مباشرة وهي تحب الاعتناء بحديقة البيت وقد طورت هواية في الآونة الأخيرة وهي زراعة نباتات قزمة صينية من زان خاص لاستخدامها في التزيين، وهي تفكر في تسويق أفكارها لبعض المحلات التي تعنى بالنباتات وبيع الزهور.

في صفها ثلاث طالبات قد تمت خطبتهن هذا العام، والحديث الذي يدور بينهن في الآونة الأخيرة يقتصر على الخطبة والزواج والمستقبل.

سلوى تريد اكمال تعليمها، ولكنها لا تعرف ماذا تختار، وكذلك لا تعرف إذا كان التعليم هو هدفها في الحياة، ببساطة هي مرتبكة جداً ولا تعرف ماذا تفعل:

ما هي المشكلة أ المشاكل الرئيسية التي تواجه سلوى اتخاذ قرار بها؟

.....

.....

.....

ما هي الصعوبات باعتقادك التي تقف وراء اتخاذها لقرارها؟

.....

.....

.....

.....

ما هي الخطوات التي يجب أن تتخذها سلوى ليكون قرارها سليماً:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الحالة الثانية:

سميح طالب في الصف الثاني عشر، وهو الأبن البكر في أسرته والوحيد بين الذكور. لا يعرف إذا ما كانت رغبته في إكمال دراسته في مجال المسرح والفنون حقيقية أم لا. من ناحية سميح مولع بالمسرح ومن ناحية ثانية متوقع أن يعمل في دكان والده في البلدة القديمة، الذي يساعد الآن في إدارتها بعد دوامه المدرسي. لم يفحص حتى الآن أي من الفرص المتاحة أمامه لاكمال دراسته لأنه لا يعرف ببساطة ماذا عليه عمله. لو كنت مكان سميح...

ما هي المشكلة أو المشاكل الرئيسية التي تواجه سميح اتخاذ قرار بها؟

.....

ما هي الصعوبات باعتقادك التي تقف وراء اتخاذه لأي قرار؟

.....

.....

.....

ما هي الخطوات التي يجب أن تتخذها سلوى ليكون قرارها سليماً:

.....

.....

.....

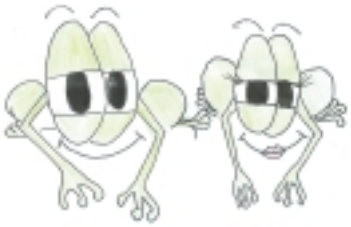
.....

لآت قد تساعدك في اتخاذ قرار عقلاني:

- لا يكن قرارك ردَّة فعلٍ غير مدروسة.
- لا تتخذ قراراً مجاملة لاقتراح قدم لك، فإن الناس يغيرون آراءهم، وقد يغضب عليك من استرضيته بقرارك، وتبقى عليك مسؤولية القرار.
- لا تلجأ لأول حلٍ يخطر ببالك.
- لا تنسخ قرارات اتخذها غيرك فقد تكون ظروف مدرستك ليست كظروف مدرسته، وظروف أسرتك ليست كظروف أسرته.

آراء الغير وتأثيرها على اتخاذ قراراتنا

لنقرأ هذه القصة ولنفكر بها قليلاً أو كثيراً... كما تشاءون!



كانت مجموعة من الضفادع تقفز مسافرة بين الغابات، وفجأة وقعت ضفدعتان في بئر عميق. تجمع جمهور الضفادع حول البئر، ولما شاهدوا مدى عمقه صاح الجمهور بالضفدعتين اللتين في الأسفل أن حالتهما ليست جيدة بتاتاً.

تجاهلت الضفدعتان تلك التعليقات وحاولتا الخروج من ذلك البئر بكل ما أوتيتا من قوة وطاقة، واستمر جمهور الضفادع بالصياح بهما أن تتوقفا عن المحاولة لأنهما ميتتان لا محال. أخيرا انصاعت إحدى الضفدعتين لما كان يقوله الجمهور واعتراها اليأس فسقطت إلى أسفل البئر ميتة. أما الضفدعة الأخرى فقد دأبت على القفز بكل قوتها. ومرة أخرى صاح جمهور الضفادع بها طالبين منها أن تضع حدا للألم وتستسلم للموت. ولكنها أخذت تقفز بشكل أسرع حتى وصلت إلى الحافة ومنها إلى الخارج.

عند ذلك سألها جمهور الضفادع: أتراك لم تكوني تسمعي صياحنا؟ شرحت لهم الضفدعة لهم بأنها مصابة بصمم جزئي، لذلك كانت تظن وهي في الأعماق أن قومها يشجعونها على انجاز المهمة الخطيرة طوال الوقت . فتحدثت حينها إحدى الضفادع قائلة وهي تنظر الى أخواتها »نعم... كنا نشجعك للخروج من البئر ونحن جد سعيدين من أجلك وكلنا حزن على صديقتنا التي لم تسمع تشجيعنا لها، ولكن هذا قدرها ولا اعتراض على مشيئة الله.

عظات يمكن أخذها من القصة

أولا: قوة الموت والحياة تكمن في اللسان فكلمة مشجعة لمن هو في الأسفل قد ترفعه إلى الأعلى وتجعله يحقق ما يصبوا إليه .

ثانيا :أما الكلمة المحبطة لمن هو في الاسفل فقد تقتله لذلك انتبه لما تقوله، وامنح الحياة لمن يعبرون في طريقك.

ثالثا: يمكنك ان تنجز ما قد هيأت عقلك له واعددت نفسك لفعله: فقط لا تدع الآخرين يجعلونك تعتقد انك لا تستطع ذلك.

رابعاً: بعد محاولاتك الكثيرة للحصول على ما تريد دون أن تنجح، قف فكر وخطط مرة أخرى وحاول من جديد، فالنجاح سوف يحالفك إن استمررت في المحاولة بالرغم من الألم الذي قد ينتابك جراء ذلك.

ميولك، قدراتك، قيمك واعتبارات أخرى تؤثر على قراراتك

عند اتخاذك لأي قرار يجب أن توضح لنفسك عدة أمور:

١- ما هي ميولك: كثيراً ما نتخذ قرارات لا تلاءم ميولنا ورغباتنا ولذا فإننا قد نشعر بالحزن والإحباط وعدم الشعور بالراحة.

الميول هي ناتج الخبرات التي مر فيها الفرد داخل المدرسة أو خارجها، وهو يتطور مع تطور الحياة.

إن الميول تكتسب من خلال التعلم وممارسة الخبرة، فالفرد يمارس النشاط ويتدرب عليه بشكل جيد قبل أن نحكم عليه بأنه يميل الى

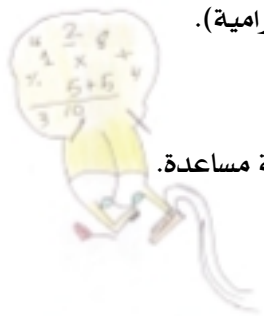
إن كنت تستطيع تحديد ميولك ورغباتك فهذا جيد، وإن لم تستطع فبإمكانك التوجه لطلب الاستشارة والمعونة. يمكن أن تسأل نفسك هنا: ما هي ميولك الشخصية:

- ميول فنية.
- ميول علمية.
- ميول أدبية.
- ميول اجتماعية.
- ميول تجارية.

٢- ما هي قدراتك: نختلف فيما بيننا بالقدرات والامكانيات الذاتية، وكثيراً ما نشعر بالخوف كوننا نقوم بأعمال لا نستطيع القيام بها لعدم قدرتنا على ذلك، وشعورنا بعدم الاكتفاء والغضب قد يكون ناتج عن ذلك. يطلب منا كثيراً أن نكون مثل الآخرين، بالرغم من اختلافنا عنهم.

فالقدرات هي المهارات الأساسية البدنية والذهنية التي نحتاجها لتنفيذ عمل ما ، وهي تشمل نقاط القوة والسيطرة التي يملكها الفرد للقيام بعمل ما، وهي تتطور نتيجة التجربة أو بدونها.

يمكن أن تسأل نفسك هنا: ما هي أهم قدراتك الشخصية:



- قدرات كتابية.
- قدرات فنية (موسيقة، مسرحية ودرامية).
- قدرات حسابية.
- قدرات جسدية.
- قدرات في تطوير علاقات اجتماعية مساعدة.
- قدرات علمية.

٣. ما هي قيمك: بالرغم من وجود قيم عامة قد يتشابه فيها غالبية الأفراد، ولكننا نمتاز فيما بيننا بأن لكل منا قيمه ومبادئه التي توجهه قراراته. فمنا من هو العملي الذي لا يولي المشاعر والأحاسيس الكثير من الاعتبار، ومنا من يرى بالتكافل الاجتماعي والحفاظ على الكيان الأسري قيمة عليا وهكذا. إن قيمنا تشكل قراراتنا.

القيم تقودنا كما قلت سابقاً الى اتجاهات محددة فيما يتعلق بالقضايا الاجتماعية، وغالباً ما تكون مبنية على الديانات والايديولوجيات، فهي تعتبر الأساس في الحكم على الأشياء وتقييمها.

لنتساءل هنا: ما هي قيمك الذاتية، وما درجة الأهمية التي توليها لكل منها:

- القيمة المادية الاقتصادية.
- القيمة المعرفية العلمية.
- القيمة الجمالية.
- القيمة الاجتماعية.
- العمل الوطني والقيمة السياسية.
- القيمة الدينية.

المليون يورو: ١,٠٠٠,٠٠٠

تخيل/ي أنك استيقظت في يوم من الأيام على رنين الهاتف وأحدهم أخبرك بأنك قد ورثت مليون يورو من جدة والدك التي توفيت الأسبوع الماضي في مدينة الكويت. بعد حصولك على المبلغ أردت أن تصرف/يه بصورة ما. ماذا كنت ستعمل/ين.

ما هي قيمك الشخصية التي ستحدد استخدام المال؟

.....

.....

ما هي الأمور التي كنت تود عملها (رتبها حسب الأولويات)؟

.....

.....

ما هي المعايير المهمة لك مستقبلاً والتي ستحدد كيف ستصرف تلك الأموال؟

.....

.....

فعالية

فعالية الأولويات

إذا كنت تستطيع اختيار تخصص معين تدرسه في الجامعة أو في الكلية المهنية أو في مركز للتدريب:

١- أذكر المجالات التي كنت ستختارها:

.....

.....

٢- ما هي الاعتبارات التي باعتقادك ستؤثر على قرارك: رتبها حسب الأهمية:

- عدم وضوح المستقبل بالنسبة لك.
- لا تعرف شئ عن المهنة التي ترغب الالتحاق بها.
- تدخل الآخرين في اختياراتك.
- ليس لديك دافعية في التفكير بذلك

٣- بعد وضع الأولويات، تطرق الى أهم اعتباران وحدد ماذا عليك عمله للتخفيف من الصعوبة:

.....

.....

.....

فعالية التعرف على آلية اتخاذ القرارات في الأمم المتحدة:

إن منظمة الأمم المتحدة هي منظمة دولية تعمل على حفاظ الأمن والسلام في العالم من الناحية وتعالج القضايا العالمية التي تؤثر على الدول الأعضاء فيها.

في هذه المنظمة هناك هيئتان تتخذان القرارات:

١- الهيئة العامة (الدول الأعضاء).

٢- مجلس الأمن.

في كل هيئة هناك معايير تتخذ حسبها القرارات في منظمة الأمم المتحدة. المطلوب هنا زيارة الصفحة الالكترونية على الانترنت في اللغة العربية لمنظمة الأمم المتحدة والتعرف على كيفية اتخاذ القرارات في الهيئتين المختلفتين.

- **من الأعضاء متخذي القرارات.**
- **مدى الإلزام والالتزام من قبل المنظمة بالقرارات.**
- **آلية تنفيذ القرارات (لجان المتابعة).**
- **المراقبون الدوليون كآلية للحفاظ على تنفيذ القرار.**

الملجأ الذري

أهداف النشاط :

- المشاركة في اتخاذ القرار
- الاتصال السليم
- الحوار والتفكير العقلاني والمنطقي
- الاستماع والتفكير

شرح النشاط:

دولة عظمى من الدول التي تملك اسلحة الابادة الشاملة قامت بتدمير هذا الكون بقنابل ذرية وهيدروجينية ولن تبقى على الارض أي شيء يتحرك ،وانتم كمجموعة ولحسن حظكم أنه كنتم قد اختبأتم في ملجأ ذري ولم يصلكم الدمار ،وبامكانكم الخروج من الملجأ والبقاء على قيد الحياة ، وبل وعليكم مهمة اعادة احياء هذه الارض من جديد ،وكانت مجموعتكم مكونة من ١٥ رجلا و امرأة ، ولكن طلب أن تتخلو عن خمسة اشخاص من المجموعة لتسطيع استخدام المصعد الذي سينقلكم الى الخارج لمرة واحدة ،وهذا المصعد لا يتسع الا لعشرة أشخاص فقط،وكان عليكم اتخاذ القرار ،يا هل ترى من من افراد المجموعة ال١٥ سوف تستبعدون؟

أفراد المجموعة :

١-قائد ميداني عمره٤٥ عام

٢-امرأة حامل ولكنها عصبية المزاج ومتقلبة وكثيرة الكلام

٣- رجل دين ويعمل امام مسجد

٤- عالم كيميائي

٥-طبيب عام ولكن كبير في السن

٦-راقصة

٧-شاب رياضي

٨-مرشد اجتماعي

٩-عالم ذري لديه مرض مزمن

١٠- مهندس كهربائي

١١- مضيفة طيران

١٢- عازفة بيانو وتعمل مدربة موسيقى

١٣-طفل معاق حركيا

١٤- رجل كبير في السن ولكنه حكيم

١٥-طبيبة أطفال ساقها الأيمن مقطوعة

صفحات على الانترنت يمكنك الاستعانة بها للحصول على معلومات ومعارف وقد تساعدك في اتخاذ قرارات خاصة وكذلك قرارات في المستوى الدراسي

الرقم	الصفحة الالكترونية	تفصيل عن الصفحة
١	http://www.pnic.gov.ps/arabic/edu/edu_rolls.html	صفحة تقدم المعلومات العامة
٢	http://www.mol.gov.ps/about/tanzeem.html	صفحة تقدم المعلومات العامة عن العمل
٣	http://www.moe-tech.net/arabic.htm	صفحة وزارة التربية والتعليم الفلسطينية
٤	http://www.careerkey.org/english	صفحة استشارية بالانجليزية تساعدك في تحديد ميولك
٥	www.islamonline.net	صفحة استشارية عامة
٦	www.pcc-jer.org	صفحة تقدم الاستشارة والمعارف النفسية
٧	web.macam.ac.il/~yahijazi	صفحة تقدم المعرفة العامة
٨	www.pnic.gov.ps	صفحة تقدم المعلومات العامة عن المؤسسات الفلسطينية والقضايا العامة
٩	www.yahala.co.il/edu/cegas.shtml	صفحة تقدم المعلومات التي قد تساعد في التوجيه المهني

بدعم من: diakonia

شارع ابن بطوطة- عمارة كمال- الطابق الأرضي
ت: ٠٢-٢٢٨٥٠٨٠ فاكس: ٠٢-٢٢٨٥٠٨٠ ص.ب ١٩١١١ القدس
e-mail:info@palestinianvision.org, Http:// www.palestinianvision.org