



مفكرتي 2026

دليل عملي يساعدك للتخطيط لعامك الجديد



حمزة صالح
مستشار التوجيه المهني والتطوير المؤسسي

إعداد



مفكرتي

20
26

إعداد

حمزة صالح

مستشار التوجيه المهني والتطوير المؤسسي

قال أحد السلف

مَنْ اَعْتَدَلَ يَوْمَاهُ فَهُوَ مَغْبُوبٌ ، وَمَنْ كَانَ فِي
غَدِهِ شَرًّا مِنْ يَوْمِهِ فَهُوَ مَفْتُونٌ ، وَمَنْ لَمْ يَتَفَقَدْ
النَّقْصَانَ فِي نَفْسِهِ دَامَ نَقْصُهُ ، وَمَنْ دَامَ نَقْصُهُ
فَالْمَوْتُ خَيْرٌ لَهُ.



من بستان النبوة

قال الرسول صلى الله عليه وسلم:
" اغْتَنِمْ خُمُسًا قَبْلَ خُمَيْسٍ: شِبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ
وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغَنَّاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ
وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ "

المعلومات الشخصية

الإسم

رقم الجوال

البريد الإلكتروني



إِهْدَاءٌ

إلى من أيقظوا في النفوس أملاً، وأضاءوا للحماسة شعلَةً
وكانوا وقود الحركة وأساس الانطلاق
إلى أهل غزة أصل الكرامة، وعلامة الثبات
أسأل الله أن يجعلنا أهلاً لنصرتهم
وأن يسامحنا للتقصير في حقهم
وأن يفرج عنهم، ويحقق لهم وعلى أيديهم النصر.
ولكل الذين تتحرق نفوسهم لما يشاهدونه يحصل لإخوانهم،
وتتوق أنفسهم لنصرة إخوانهم أهدىكم هذا العمل ليكون خطوة
في طريق نصر إخواننا وعزة أمتنا.

خالص تحياتي



يسعدني تواصلكم معي عبر كافة
وسائل التواصل عبر الرابط التالي

التخطيط للعام الجديد

عام جديد على عملنا شهيد، تحكي القصة أن: أليس وأثناء سيرها في الغابة توقفت عند مفترق طرق، فلم تعلم إلى أين تتجه؟ فسألت الأرنب - يرمز للحكمة بالقصة - يا أرنب أي طريق أسلك؟ فرد: إلى أين تريدان الوصول؟ قالت: لا أدري. قال: إذا اسلكي أي طريق، فإن أي طريق سوف يوصلك ولكن للاشيء!!

لا أبرح حتى أبلغ

سُئل أحد العلماء إلى متى تكتب العلم يا إمام؟ فقال: لعل الكلمة التي فيها نجاتي لم تكتب بعد. وسُئل آخر، فقال: مع المحبرة إلى المقبرة.

وهاتان الإجابتان على اختصارهما؛ أساس حركة الواعين في حياتهم، فهم أصحاب قضية سامية ورسالة عالمية، وفي نفس الوقت هم أصحاب عمل دؤوب وحماس متوقد وهمة عالية.

تجد الناجحين؛ أصحاب حالين: حال من يبصر الغاية بعين قلبه، يوقن بأهمية ما يُقدم، ويتحرق شوقًا لما يسعى له؛ إذ إن النجاة التي يريدها والفوز الذي يتمنى، لا يتحقق في اعتقاده إلا بالنجاة الكاملة، ولا يكون في يقينه إلا بالفوز العظيم.

وفي ذات الوقت يعيش حال المجتهد؛ الذي يبذل كل أسبابه من جهد ووقت ومال، في سبيل ما يؤمن به، فهو لا يمل ولا يكل حتى يصل؛ باذلاً كل ساعة في حياته في تحقيق غايته وتنفيذ أهدافه، مع همة عالية وسعي حثيث، فهو كما جاء في رد العالم "مع المحبرة إلى المقبرة"، أو على طريقة النص القرآني في قصة موسى عليه السلام والخضر "لا أبرح حتى أبلغ".

فصل نشدان الكمال

يقول ابن الجوزي - رحمه الله - تحت عنوان فصل نشدان الكمال: "فينبغي للعاقل أن ينتهي إلى غاية ما يمكنه، فلو كان يتصور للآدمي صعود السماوات لرأيت من أقبح النقائص رضاه بالأرض، فلو كانت النبوة تأتي بكسب لم يجز له أن يقنع بالولاية، ولو كانت تحصل بالاجتهاد رأيت المُقصر في تحصيلها في حضيض، غير أنه إذا لم يمكن ذلك فينبغي أن يطلب الممكن، أو تصور مثلاً أن يكون خليفة لم يحسن به أن يقتنع بإمارة، ولو صح له أن يكون ملكًا لم يرض أن يكون بشرًا، والمقصود: أن ينتهي بالنفس إلى كمالها الممكن لها في العلم والعمل".

ومن خلال هذا النص الرائع الممتع النافع، الذي لا يدانيه نص من كلام سلف الأمة في رفع الهمة وإطلاق قدرات الفرد للحركة والاجتهاد يمكننا أن ننطلق، نحو عام جديد بهمة عالية وروح وثابة، وطاقة لا تنطفئ أبدًا.

إشارات سريعة في التخطيط لعامك الجديد

- التخطيط ليس ترفًا، ولا أمرًا كماليًا، ولكنه ضرورة؛ وكما قيل "من يفشل في التخطيط فقد خطط للفشل".
- ابدأ من الآن وإياك والتأجيل وقد قيل: "ما تأخر من بدأ".
- اكتب أهدافًا قصيرة المدى، واجعل لها زمنًا محددًا، واستشعر لذة الإنجاز؛ فالإنجاز كما قيل: عادة.
- اصحب المتميزين أصحاب الهمة العالية، من يمارسون التخطيط ويطبقون التنظيم الجيد لحياتهم، فالصاحب كما قيل: صاحب، وفي الحديث الشريف، يقول رسول الله صلى الله عليه و سلم: " المرء على دين خليله فلينظر أحدكم من يخالل " رواه الترمذي.
- لا تعمل للنجاح في جانب واحد، ولكن اضرب لك في كل غنيمة بسهم، وعدد أهدافك بتعدد جوانب حياتك الشخصية والاجتماعية والمهنية.



التخطيط الصحيح للعام الجديد

هناك نماذج عديدة لعملية التخطيط، لكنها رغم كثرتها واختلافها من حيث الهدف العام والتطبيقات؛ أجمعت على أن التخطيط هو: الإعداد والترتيب في الحاضر لما نريده الوصول إليه في المستقبل. ويمكننا أن نختصر التخطيط بكلمة الهدف إذ أن الهدف هو عماد عملية التخطيط، وعلى هذا فالتخطيط هو كيف تضع هدفك بطريقة صحيحة وتمارس عادات النجاح لتحقيق أهدافك.

ولهذا الإعداد خطوات أساسية محددة كالتالي:



من خلال تنفيذ تلك الخطوات بصورة صحيحة يمكننا إنجاز خطة فعالة لعام جديد مميز وناجح. سنقوم خلال الورقات التالية بعمل تحليل لواقعنا ثم نضع أهدافنا للعام الجديد. ومن خلال التقويم الشهري نضع في بداية كل شهر المهام المحددة لتحقيق الأهداف، كما نقوم بعملية تقييم أولية في نهاية كل أسبوع وعملية تقييم أعمق في نهاية كل شهر.

تحليل الواقع

تُعد خطوة تحليل الواقع واحدة من أبرز خطوات التخطيط، وأهمها في الوصول لحقيقة الإنسان؛ وتحديد نقاط قوته وضعفه، ما يمتلك وما يفقد، ويمكننا العمل على تلك الخطوة من خلال أداة التحليل الرباعي SOWT.

التعريف بأداة الـ SWOT لتحليل الواقع

هي إحدى أهم أدوات التحليل الاستراتيجي، وتستخدم لتحديد 4 نقاط أساسية وهي القوة Strengths والضعف Weaknesses والفرص Opportunities والتهديدات Threats الحرف الأولى من الكلمات الأربعة تمثل اختصار SWOT

وهي أداة يمكن استخدامها سواء على نطاق الشركات والمنظمات أو على نطاق أصغر كالمشاريع، وعلى مستوى الأفراد والأسر.

- النقاط الداخلية: القوة والضعف.
- النقاط الخارجية : الفرص والتهديدات.



أمثلة عملية لتحليل الواقع

البيئة الداخلية (الظروف الداخلية)

● نقاط القوة

يقصد بها الإمكانيات التي تتمتع بها وتساعده على تحقيق أهدافه، وهي التي يجب أن نحسن استثمارها وتعظيمها.

أمثلة

- التواصل الفعال
- التفوق الدراسي
- الخبرات التخصصية
- الوفرة المالية
- القدرة على التواصل

● نقاط الضعف

يقصد بها نقاط الضعف الشخصية التي تمنعك من النجاح والتميز وهي ما يجب السعي للتخلص منها وعلاجها.

أمثلة

- التشتت
- غياب الرؤية والهدف
- التسويف
- إضاعة الوقت
- زيادة الوزن

البيئة الخارجية (الظروف الخارجية)

● نقاط الفرص

يقصد بها الفرص والظروف الجيدة والإيجابية التي تتوقع حصولها خلال المستقبل ويساعدك التركيز على حسن الاستعداد لها واستثمارها.

أمثلة

- منح للمتفوقين
- وظائف جديدة
- ترقيات منتظرة
- علاقات عمل

● نقاط التهديدات

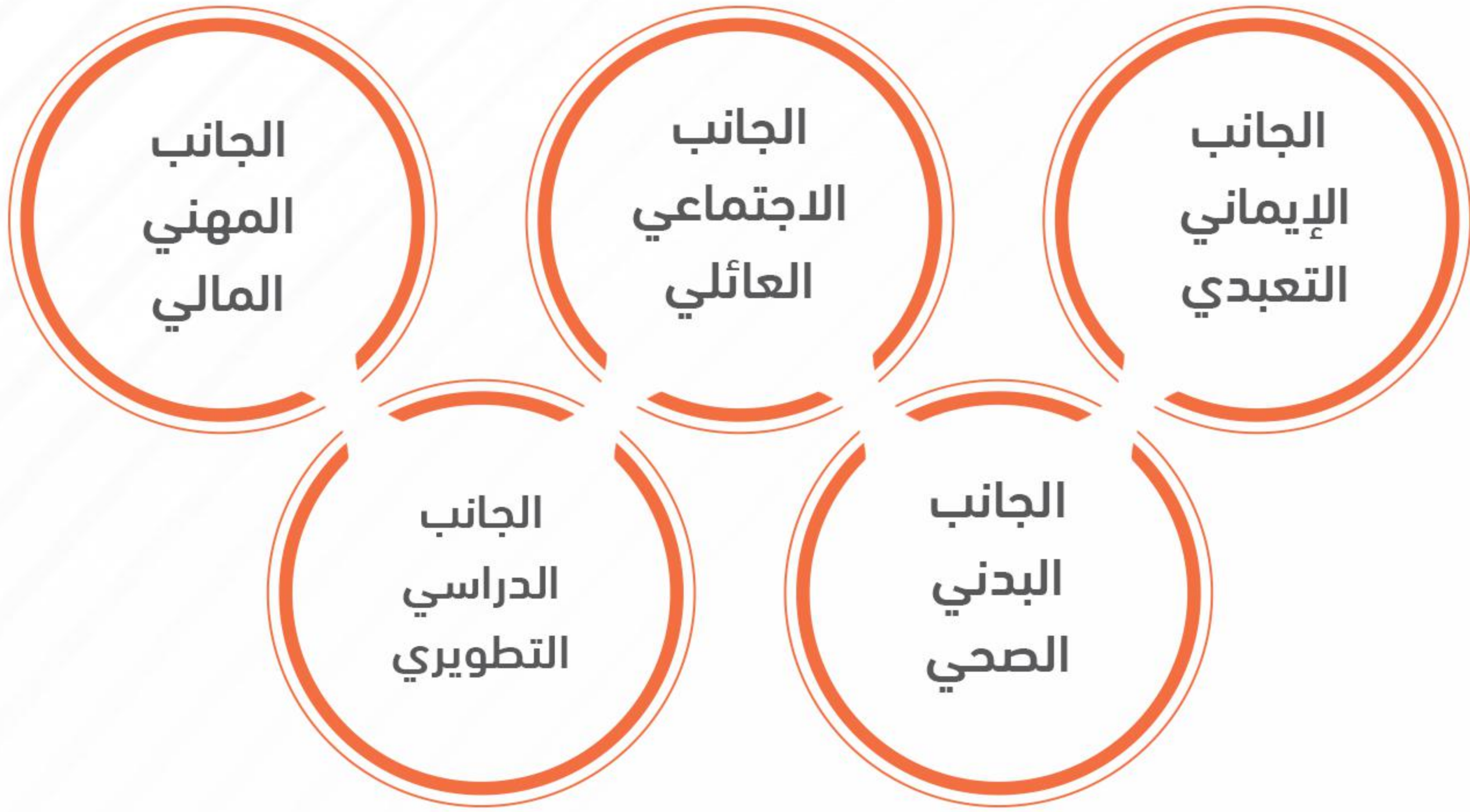
يقصد بها التهديدات والظروف السيئة التي تخشى وقوعها خلال المستقبل، ويساعدك التركيز عليها على حسن التصرف حيالها ومواجهتها.

أمثلة

- الفيروسات والأوبئة
- ارتفاع الأسعار
- قلة فرص العمل
- التقلبات الاقتصادية

جوانب الحياة وتحليل الواقع

في إطار فهمنا لطبيعة أداة تحليل الواقع ومن خلال النموذج التالي، يمكنك إجراء أول خطوات التخطيط الصحيح؛ تحليل واقعك بأمانة وتجرد. ولتحقيق التوازن في الحياة، لابد أن تشمل الخطة جميع محاور الحياة الرئيسة. من خلال الورقات التالية، قم بملء نموذج تحليل الواقع لجوانب حياتك المختلفة، بحد أدنى خمسة جوانب كما في التالي:



الجانب الإيماني / التعبدي

أمور معطلة
لتحقيق الأهداف

نقاط الضعف

سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف

أمور مساعدة
لتحقيق الأهداف

نقاط القوة

سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف

داخلية
تتعلق بنا نحن

نقاط التهديدات

ظروف خارجية لا بد من مواجهتها
لتحقيق الهدف

نقاط الفرص

ظروف خارجية يمكن استثمارها
لتحقيق الهدف

خارجية
تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot

لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة

الجانب البدني / الصحي

أمور معطلة
لتحقيق الأهداف

نقاط الضعف

سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف

أمور مساعدة
لتحقيق الأهداف

نقاط القوة

سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف

داخلية
تتعلق بنا نحن

نقاط التهديدات

ظروف خارجية لا بد من مواجهتها
لتحقيق الهدف

نقاط الفرص

ظروف خارجية يمكن استثمارها
لتحقيق الهدف

خارجية
تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot

لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة

الجانب الاجتماعي / العائلي

أمور معطلة
لتحقيق الأهداف

نقاط الضعف

سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف

أمور مساعدة
لتحقيق الأهداف

نقاط القوة

سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف

داخلية تتعلق بنا نحن

نقاط التهديدات

ظروف خارجية لا بد من مواجهتها
لتحقيق الهدف

نقاط الفرص

ظروف خارجية يمكن استثمارها
لتحقيق الهدف

خارجية تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot

لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة

الجانب الدراسي / التطويري

أمور معطلة
لتحقيق الأهداف

نقاط الضعف

سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف

أمور مساعدة
لتحقيق الأهداف

نقاط القوة

سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف

داخلية
تتعلق بنا نحن

نقاط التهديدات

ظروف خارجية لا بد من مواجهتها
لتحقيق الهدف

نقاط الفرص

ظروف خارجية يمكن استثمارها
لتحقيق الهدف

خارجية
تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot

لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة

الجانب المهني / المالي

أمور معطلة
لتحقيق الأهداف

نقاط الضعف

سماتنا التي تمنعنا من تحقيق الهدف

أمور مساعدة
لتحقيق الأهداف

نقاط القوة

سماتنا التي تساعد في تحقيق الهدف

داخلية تتعلق بنا نحن

نقاط التهديدات

ظروف خارجية لا بد من مواجهتها
لتحقيق الهدف

نقاط الفرص

ظروف خارجية يمكن استثمارها
لتحقيق الهدف

خارجية تتعلق بالبيئة الخارجية

استخدم نموذج Swot

لتحليل واقعك بكل تجرد وأمانة

كتابة الأهداف

بدايةً هل لابد من كتابة الأهداف؟

أثبتت الدراسات العلمية الموثوقة، أن كتابة الأهداف أساس في تحقيقها، وترتفع نسبة تحقق الهدف كلما كان مكتوباً بصورة صحيحة. الحكمة المأثورة تقول: الحبر الخفيف خير من الذاكرة القوية، والكتابة واحدة من أبرز أساليب المراجعة لقوة الهدف، كما تمكن الفرد من تعديله، ومراجعتة، وتقييم ما تم إنجازه منه وما يحتاج إلى مزيد من العمل عليه.

فكيف نكتب أهدافنا بطريقة صحيحة؟؟

يمكننا اعتماد نموذج

الأهداف الذكية

Smart Goals

أن يكون دقيقاً ومحدداً

Specific

Timely

Measurable

أن يكون له إطار زمني

أن يكون الهدف قابلاً للقياس

Realistic

Achievable

أن يكون واقعياً

أن يكون قابلاً للإنجاز



من خلال فهم قاعدة الأهداف الذكية يمكننا البدء في وضع أهدافنا والتي لابد أن تشمل الجوانب المختلفة للحياة وتحديث التوازن المطلوب للنجاح وتحقيق السعادة.

SMART



كتابة الأهداف بناءً على نتائج تحليل الواقع

يمكننا أن نستثمر عملية التحليل في صياغة الأهداف، عن طريق استخدام الكلمات الصحيحة مع كل نقطة تخرج من التحليل. من خلال التحليل السابق، يمكننا أن ننطلق في صياغة الأهداف، والحكمة هنا من أجل استثمار فاعل لتحليل الواقع لابد أن نضع الكلمة المناسبة أمام ما نختار العمل عليه من نتائج التحليل كالتالي:

تنمية

نضع كلمة تنمية قبل نقاط القوة التي خرجنا بها من التحليل.

معالجة

نضع كلمة معالجة قبل نقاط الضعف التي خرجنا بها من التحليل.

استثمار

نضع كلمة استثمار قبل نقاط الفرص التي خرجنا بها من التحليل.

مواجهة

نضع كلمة مواجهة قبل نقاط التحديات التي خرجنا بها من التحليل.

أهدافي للعام 2026

الجانب الإيماني / التعبدي

الجانب البدني / الصحي

الجانب الاجتماعي / العائلي

الجانب الدراسي / التطويري

الجانب المهني / المالي



ترتيب الأولويات

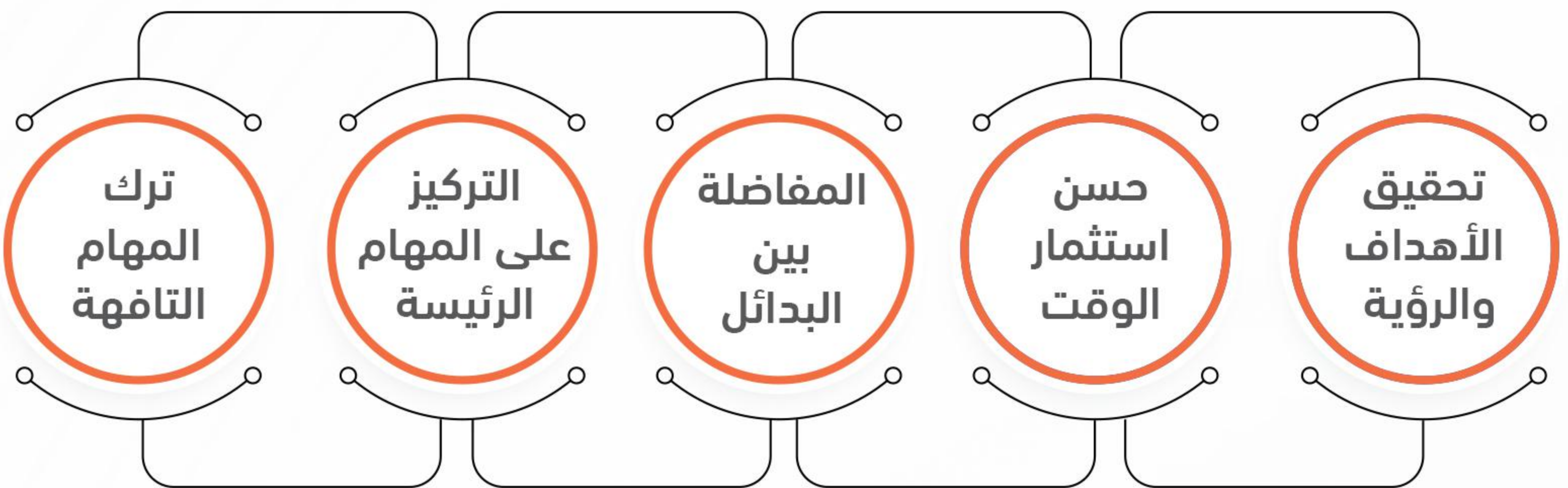
وصية الصديق رضي الله عنه

جاء في الوصية الجامعة لخليفة الرسول - صلى الله عليه وسلم - أبي بكر الصديق - رضي الله عنه - لأمير المؤمنين عمر بن الخطاب - رضي الله عنه - قوله: **"اتق الله يا عمر، واعلم أن لله عملاً بالنهار لا يقبله بالليل، وعملاً بالليل لا يقبله بالنهار، وأنه لا يقبل نافلاً حتى تؤدي فريضةً.."**

وفي كلمات هذه الوصية الجامعة يُعلمنا الخليفة العظيم - رضي الله عنه - مبدأ في غاية الأهمية، ليس فقط للقائد، وإنما لجميع الناس؛ ولكل من يرغب بالنجاح. إنه مبدأ ترتيب الأولويات، كون ترتيب الأولويات أساس النجاح في الحياة، وهي أصل الثبات رغم التقلبات، وأساس الاستمرار رغم التحديات، فمن السهل على البعض التمييز بين الخير والشر، ولكن الصعب إجابة سؤال الاختيار بين خير الخيرين؟ وإجابة سؤال كيف تتجنب شر الشرين؟

كما أن في امتلاك ترتيب الأولويات أساس قوي يحمي من السقوط في أفخاخ التنازلات، كما أن في ترتيب الإنسان لأولوياته قدرة قوية في مواجهة الضغوط، وما سيترتب عليه ترتيب الأولويات لكل منا لصالح القضايا الكبرى في الحياة، ما يستطيع به تحقيق الصلاح في الدنيا والفلاح في الآخرة إن شاء الله.

فائدة ترتيب الأولويات



ترتيب الأولويات

التالي نموذج لمصفوفة ترتيب الأولويات وبها عدد من الأمثلة

غير عاجل

القيادة

- استعداد للمستقبل
- منع حدوث مشاكل متوقعة
- استجلاء قيم هامة في حياتنا
- تخطيط للمستقبل
- بناء علاقات صحية
- ترفيه وتنمية ذاتية
- تقوية للنفس

الضياع

- أعمال غير هامة
- مكالمات تلفونية متنوعة
- افراد يضيعون وقتك
- بريد غير هام
- وقت طويل في مشاهدة التلفزيون

عاجل

الإدارة

- أزمات
- مشكلات ضاغطة
- مشروعات لها وقت محدد
- اجتماعات استعدادات.

الطوارئ

- مقاطعات
- مكالمات هاتفية
- بريد وتقرير
- لقاءات
- أمور عادية عاجلة
- أنشطة بسيطة ومرغوبة

هام

غير هام

- استخدم هذه الكلمات السحرية للعمل مع مهام كل خانة من الخانات الأربعة:
- الهام العاجل: ابدأ به - عليك فعله فوراً.
 - الهام غير العاجل جدوله - خطط له بهدوء وفعالية.
 - غير الهام العاجل: فوضه لغيرك - ليست كل مهمة مناسبة لك.
 - غير الهام غير العاجل: تخلص منه - ألغى هذه المهمة وأسقطها من حساباتك.

الخلاصة

مربع القيادة هو مربع الحياة الحقيقية وطالما انشغلت بالمهام الموجودة به وعملت لها بصورة فاعلة كسبت حياتك وحققته أهدافك، وصار لحياتك طعم أحلى وأروع.

مفكرتي 2026

صعود السلم رمز قوي للنجاح لأنه يتطلب جهدًا مستمرًا وطاقة متجددة، وهذا بالضبط ما يحتاجه المرء لتحقيق النجاح في الحياة. يُبنى النجاح خطوة بخطوة، كالسلم الذي يتكون من درجات متتالية، كل درجة تقربك أكثر إلى القمة.

في سلم النجاح، يتوزع الناس إلى ثلاث فئات:

- **الصاعدون:** وهم قلة، يتسلحون بروح المغامرة ويتحدون الصعاب، يستمرون في العطاء والجهد دون كلل أو ملل، متمسكين بأحلامهم وطموحاتهم العالية.
- **النازلون:** وهم الأكثرية، يجدون النزول سهلاً ولا يتطلب جهداً أو شجاعة. يسلكون هذا المسار الأيسر على حساب مبادئهم وقيمهم، مبتعدين عن السعي للمجد والكرامة.
- **الواقفون:** وهؤلاء يقفون في المنتصف، على خط الخطر، حيث الحركة صوب الأسفل أسهل وأقرب لهم.

قبل أن تبدأ في استخدام مفكرتك، عليك الاختيار: لأي فئة تنتمي؟ اتخذ قرار الصعود، واستخدم المفكرة كأداة لدعم مسيرتك نحو القمة.

تحمل مسؤولية نجاحك وتميزك

واجعل من كل يوم خطوة جديدة على درب الفوز.

الإصدارات السابقة من مفكرتي



DrHamzaSaleh