



Call Now

Grain: 25470089 | 66129111
Andalus: 24888774 | 99956714

Home

Contactus

كيف يمكنك أن تنمي شخصيتك؟ - ص 1



كيف تتعرف على من حولك من خلال مظهرهم وطعامهم وبيئتهم و فصائل دمهم .. إذا كنت ترغب في التعرف على سلوكيات و طباع من حولك و تحاول توقع تصرفاتهم و فهم شخصياتهم بالطريقة الصحيحة ، و تهتم بتحليل الشخصيات المختلفة ، و إتقان فن الإستماع للأفكار المخفية في الكلام و كشف الكذب ، و في نفس الوقت تطمح إلى معرفة نظرة الناس لك و أفكارهم عنك ، فما عليك إلا أن تتابع هذه السلسلة التي ستساعدك في شحذ ملكة الفراسة لديك ، و أن تصبح على وعي أشمل و أدق بمتاهة الرسائل السلوكية و التلميحات التي يصدرها الآخرون حولك ، و خصوصاً تلك المشفرة بسلسلة لا متناهية من الإشارات و الكلمات و الحركات و التصرفات و أساليب الحياه و التعامل و المظهر الخارجي بكل تجلياته أيضاً ، و قبل الدخول في أنواع تحليل الشخصية الإنسانية

لا بد أولاً من التعرف على معنى الشخصية.

لقد اختلف علماء النفس كثيراً في تعريف الشخصية ، حتى وصل عدد تعاريف الشخصية إلى أربعين تعريفاً ، و يحددها بعض الباحثين على أنها مجموعة الصفات الجسمية و العقلية و الإنفعالية و الإجتماعية التي تظهر في العلاقات الإجتماعية لـ فرد بعينه و تميزه عن غيره.

و يرجع إهتمام العلماء و الباحثين بالشخصية الإنسانية إلى الواقع العالمي المنكوس حيث بات الإنسان يعيش غربياً معزولاً عن أعماق ذاته ، و يحيا مقهوراً من أجل الوسط المادى الذى يعيش فيه ، و لأن خلاص الإنسانية الأكبر لا يكون إلا بالنمو الروحى و العقلى للإنسان ، و تحسين ذاته و إدراكها على نحو أفضل و ليس في تنمية الموارد المحدودة المهددة بـ الهلاك.

و أكد الخبراء أن تنمية الشخصية لا تحتاج إلى مال أو إمكانات أو فكر معقد ، و إنما الحاجة تكمن في الإرادة الصلبة و العزيمة القوية ، و قد علمتنا تجارب الأمم السابقة أن أفضل طريقة لمواجهة الخارج و ضغطه الصعبة تكمن في تدعيم الداخل و إصلاح الذات و إكتساب عادات جديدة ثم يأتي بعد ذلك النصر و التمكين ، و هذا ما نستنتجه من الآية الكريمة (إن الله لا يغير ما يقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم.)

مبادئ تنمية الشخصية

يتم تنمية الشخصية على الصعيد الفردى ، و تشمل أولاً التمحور حول مبدأ ، فإذا أراد الإنسان أن يعيش وفق مبادئه ، و أراد إلى جانب ذلك أن يحقق مصالحه إلى الحد الأقصى فإنه بذلك يحاول الجمع بين نقيضين ، فيضطر في كثير من الأحيان إلى التضحية بأحدهما حتى يستقيم له أمر الآخر ، و قد أثبتت المبادئ عبر التاريخ أنها قادرة على الإنتصار تارة تلو الأخرى ، و ان الذى يخسر مبادئه يخسر ذاته ، و من خسر ذاته يصح أن يقال أنه كسب بعد ذلك أى شئ

و ثانياً : المحافظة على الصورة الكلية ف النهج الدينى في بناء الشخصية يقوم على أساس الشمول و التكامل في كل الأبعاد ، و ليس غربياً أن نرى من ينجذب بشكل عجيب نحو من المحاور و يترك باقيها دون أدنى إهتمام ، و حتى لا تفقد الصورة الكلية في الشخصية ينبغى النظر دائماً خارج الذات من أجل المقارنة مع السياق الإجتماعى العام ، و النظر الدائم في مدى خدمة بناء النفس في تحقيق الأهداف الكلية.

و يرى الدكتور على بادحدح في كتابه (الطريق إلى الشخصية المؤثرة) ضرورة الإلتزام بـ العهود الصغيرة ، ف قطرات الماء حين تتراكم تشكل في النهاية بحراً ، كما تشكل ذرات الرمل جبلاً ، كذلك الأعمال الطيبة فإنها حين تتراكم تجعل الإنسان رجلاً عظيماً ، و قد أثبتت التجربة أن أفضل السبل لـ صقل شخصية المرء هو الإلتزام بـ عادات و سلوكيات محددة صغيرة ، كأن يقطع على نفسه ان يقرأ في اليوم جزءاً من القراءن او يمشى نصف ساعة مهما كانت الظروف و الأجواء بحيث يكون الإلتزام ضمن الطاقة و صارماً فإن (أحب الأعمال إلى الله أدومها و إن قل.)





Call Now

Grain: 25470089 | 66129111
Andalus: 24888774 | 99956714

Home

Contactus

كيف يمكنك أن تنمي شخصيتك؟ - ص 2

و من أهم مبادئ تنمية الشخصية عمل ما هو ممكن الآن ، و ذلك بالإفتراس أن الإنسان لم يصل إلى القاع بعد ، و ان الأسوأ ربما يكون في الطريق ، و هو ما جعله ينتهز الفرص و لا ينشغل بالأبواب التي أغلقت ، و لا بد أيضاً من الاعتقاد أن التحسن قد يطراً يوماً لكن لا ندري متى سيكون ، و لكن ذلك لا يعنى الانتظار حتى تتحسن الظروف.

و شدد خبراء النفس على مجموعة من الوصايا الصغرى تحدد طريقة مسار الإنسان في حركته اليومية ، و هي بمثابة مبادئ ثابتة ، و تشتم :

- *السعى لمرضاة الله تعالى دائماً *
- *إستحضار النية الصالحة في عمل مباح *
- *عدم المجادلة في الخصوصيات *
- *النجاح في المنزل أولاً *
- *المحافظة على اللياقة البدنية *
- *عدم ترك عادة الرياضة مهما كانت الظروف*
- *عدم المساومة على الشرف أو الكرامة*
- *الاستماع للطرفين قبل إصدار الحكم*
- *التعود على إستشارة أهل الخبرة*
- *الدفاع عن الأشخاص الغائبين *
- *مشاركة الزملاء و تسهيل نجاحهم *
- *وضع أهداف مرحلية قصيرة *
- *توفير شئ من الدخل المادى لل طوارئ *
- *إخضاع الدوافع للمبادئ *
- *تطوير المهارات كل عام *

أما تنمية الشخصية على صعيد العلاقات مع الآخرين ، فتتمثل في تحسين الذات أولاً بتقدير شعور الآخرين و تفهم مطالبهم ،

ف الأب الذى يريد من أبنه أن يكون باراً مُطالباً بأن يكون أباً عطوفاً أولاً ، و الجار الذى يريد من جيرانه أن يقدموا له يد العون يجب أن يبذل لهم يد العون ، و ذلك تحت شعار البداية من عندى ، و بالإشارات غير اللفظية أى بالتصرف الذى يعبر عن تقديرنا و حبنا للآخرين بشكل غير مباشر يفهمونه ، مثل عيادة المريض أو تقديم يد العون فى أزمة أو باقة ورد فى مناسبة أو حتى الصفح عن زلة فهو فى الغالب أشد و أعمق تأثيراً فى النفس البشرية.

و ذكر الدكتور عبد الكريم بكار فى كتابه (تنمية الشخصية) أن الإنسان يحتاج إلى تقصير المسافة بينه و بين الآخرين و تكوين علاقات صداقة تقرب القلوب إلى بعضها ، فقد اثبتت الدراسات أن الذين يفقدون شخصاً يتقنون به و قريباً منهم لهم اشد عرضة للاكتئاب ، بل و إن بعض صور الإضطراب العقلى تنشأ من مواجهة الإنسان لمشاق و صعوبات كبرى دون من يسانده ، لذلك إن وجد الإنسان ذلك الأخ الحميم فليحسن معاشرته ، و ليؤد حقوقه ، و ليصفح عن زلاته ، إلى جانب الإعتراف و التقدير ، فالإنسان مهما كان عبقرياً و فذاً و ناجحاً فإنه يظل متلهفاً لمعرفة إنطباع الناس عنه ، و كثيراً ما يؤدي التشجيع إلى تفجير أفضل ما لدى الأمة من طاقات كامنة و كذلك فعل النبى صلى الله عليه وسلم ، حيث وصف أصحابه بصفات تميزهم عن غيرهم ، فإكتشاف الميزات التى يمتلكها الناس بحاجة إلى نوع من الفراسة و الإبداع ، و قبل ذلك الإهتمام