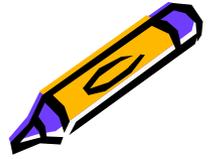


# دورة بناء الأهداف

الدكتورة / سمر السقاف

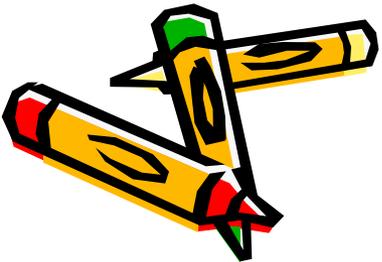
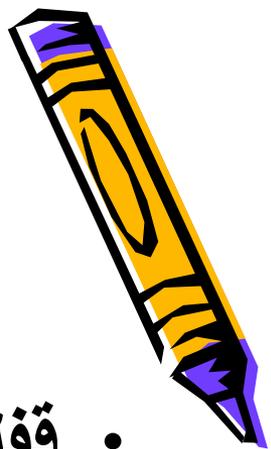
إعداد الأستاذة / سعاد البرادعي



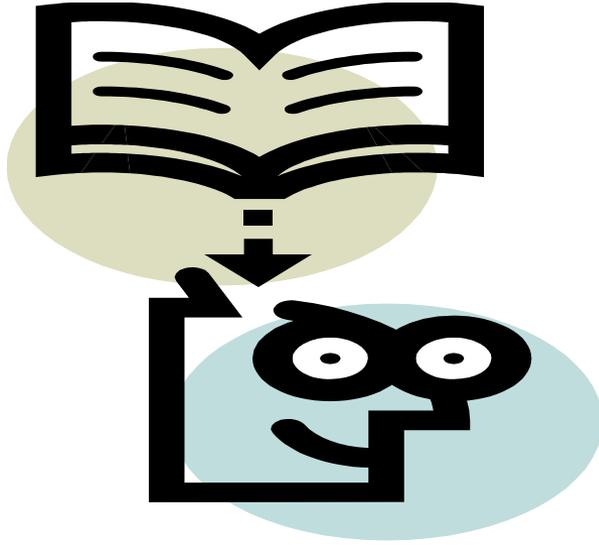
# قوانين الدورة



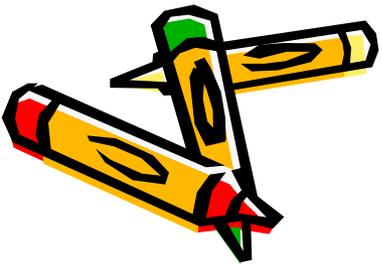
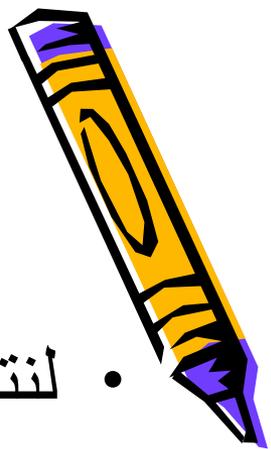
- قفل الجوال
- نكون مجموعات
- نسمي المجموعة
- الإنصات لبعضنا البعض
- العمل بروح الجماعة



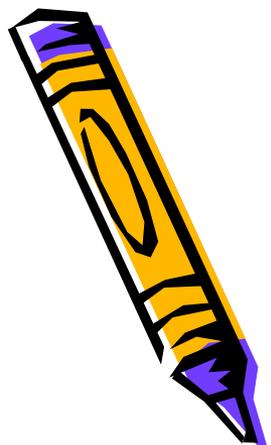
# محتويات العرض



- لتتعارف
- تدريب
- تعريف الهدف
- التخطيط للهدف
- أنواع الأهداف
- تحديات تحقيق الهدف
- كيف تحقق هدفك
- تدريبات
- معادلة مهمة
- تدريب



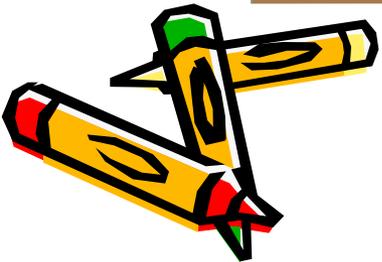
# لنتعارف





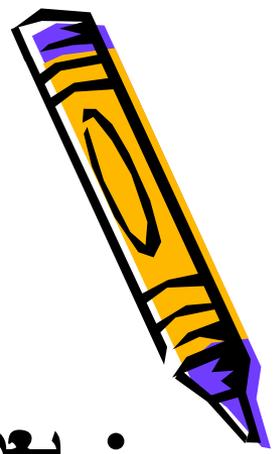
اكتبى هدفا شخصياً

اكتبى هدفا جماعياً

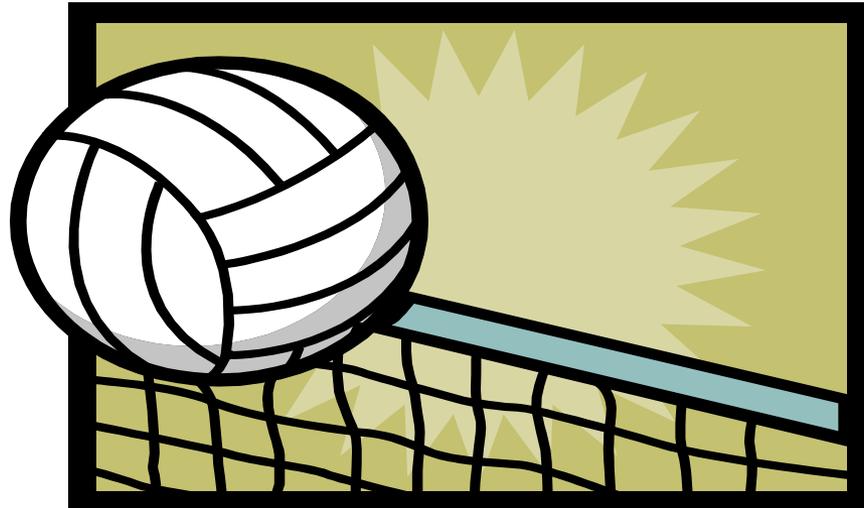


objective

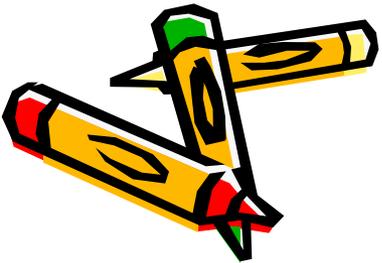
الهدف



- يعرف الهدف بأنه:
  - هو الأمر الذي يرغب الشخص في تحقيقه.
- (عام، خاص، كبير، صغير، نافع، ضار)



طبيعة الهدف تعتمد على وضع الشخص وقدراته  
واهتماماته



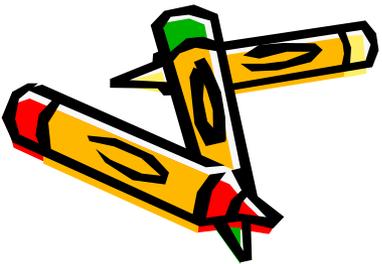
## التخطيط للهدف:

عملية وضع الأهداف وتوضيحها **تحويلها** الى أهداف

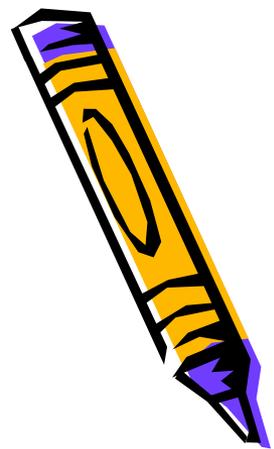
مرحلية

إجرائية

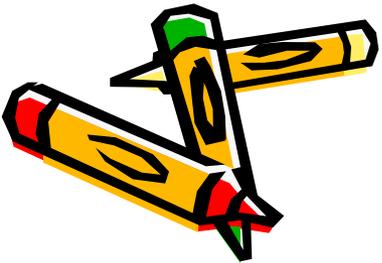
كتابة برنامج زمني لتنفيذ الهدف



ما الذي يساعد على كتابة الأهداف الجيدة؟



اتباع اسلوب الأهداف الذكية



# SMART

## الأهداف الذكية

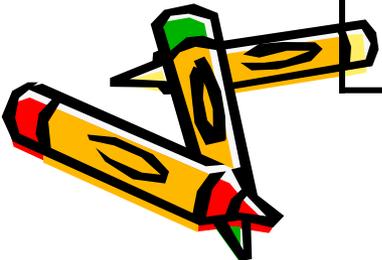
<b>S</b>	<b>SPECIFIC</b>	أن يكون الهدف دقيقا ومحددا
<b>M</b>	<b>MEASURABLE</b>	أن يكون قابلا للقياس
<b>A</b>	<b>ATTAINABLE</b>	أن يكون واقعا
<b>R</b>	<b>RESULT-ORIENTED</b>	أن يكون موجها للنتيجة
<b>T</b>	<b>TIME-BASED</b>	أن يكون محددا بوقت زمني
<b>E</b>	<b>EXTENDING</b>	أن يكون الهدف دقيقا ومحددا
<b>R</b>	<b>REWARDING</b>	أن يكون مجزيا



دقيق ومحدد  
SPECIFIC

ما الذي يجب تحقيقه؟  
يصاغ بعبارة ذات نتيجة واحدة.  
مع من أو من اجل من؟

النهاية	المنتصف	البداية
المقياس والتاريخ	منتج   خدمة	فعل
من ساعة إلى نصف ساعة بنهاية ٥/٧/١٤٣٠	سرعة إنجاز تصدير المعاملات السرية	تطوير





هدفك محدد؟

أجيبني على الأسئلة التالية:

• من هم المشمولون بتحقيق الهدف؟

• ما الذي أريد إنجازه؟

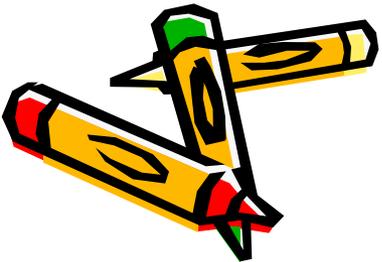
• هل تم تحديد:

١. الموقع؟

٢. الزمن؟

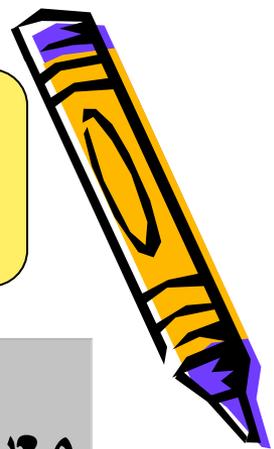
٣. المتطلبات والعوائق؟

٤. الأسباب والفوائد والغرض من تحقيق الهدف؟



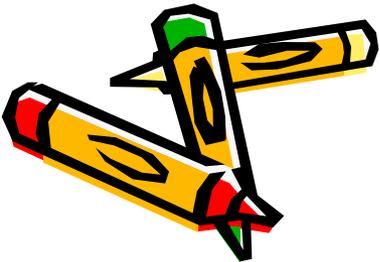


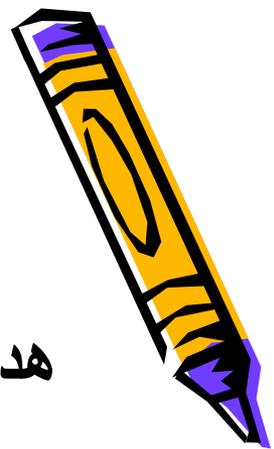
## قابل للقياس MEASURABLE



معبّر عنه بطريقة يمكن قياسها وقياس تطور المراحل المختلفة منه.

الهدف	القياس	الغاية	طريقة القياس
عبارة قصيرة واضحة لما يراد تحقيقه.	ما الذي سيتم قياسه لتحديد مدى تحقيق التطويرا الإنجاز؟	ما الذي يجب أن يصل إليه القياس ليشكل نجاح الإنجازات؟ ما هو الإنجاز المتميز؟	ما مدى سهولة اصعوبة تحديد القياس؟ ما الذي سيحدده المقياس فعلا لمستوى الاداء؟





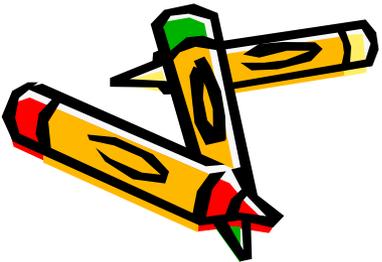
هدفك قابل للقياس ؟

أجيبني عن الأسئلة التالية:

• كم المقدار؟

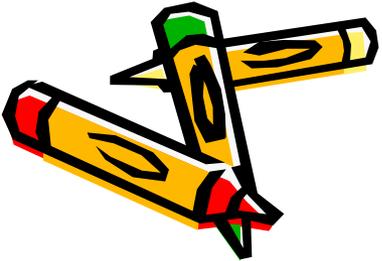
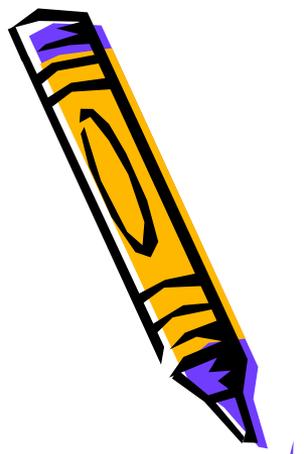
• كم العدد؟

• كيف أستطيع معرفة متى يتم إنجاز المطلوب؟



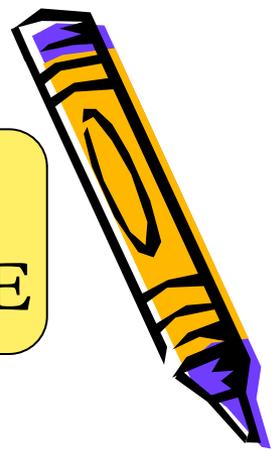
لعبة:

من الأدوات التي ستوزع عليكم كل مجموعة تبني شكلاً





واقعي  
ATTAINABLE



ليس مستحيلاً أو صعب التحقيق

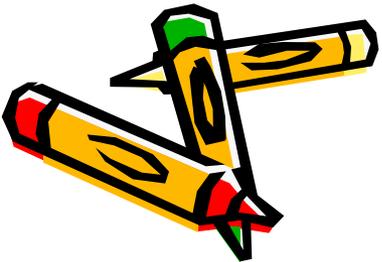
هل نستطيع إنجازها في الوقت المحدد له ، في الظروف السائدة ؟

• ما هي الحواجز التي تقف بينك وبين تحقيق هدفك؟

• كيف يمكن التغلب على هذه الحواجز؟

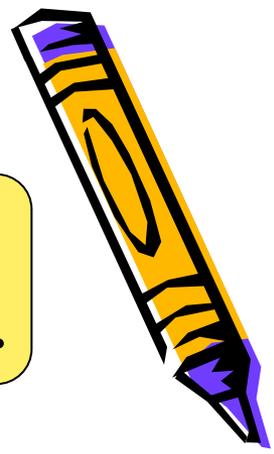
• كيف يمكن لهذه الأهداف أن تطور من مستواك؟

• هل هذه الأهداف تسير في اتجاه تحقيق هدفك؟



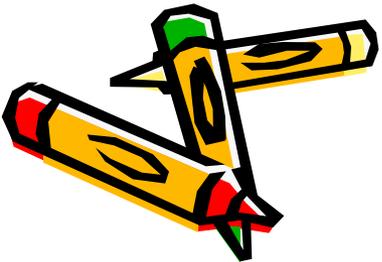


## له نتيجة RESULT ORIENTAL



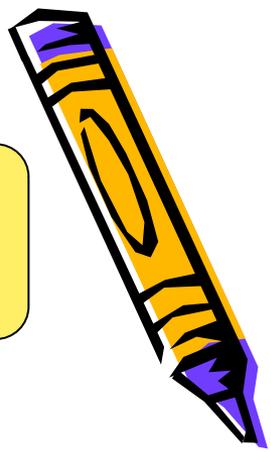
يعطي نتيجة مهمة للشخص وللجماعة

- كيف يمكن لهذه الأهداف أن تطور من مستوى الشخص.
- هل هذه الأهداف تسير في اتجاه تحقيق الهدف؟



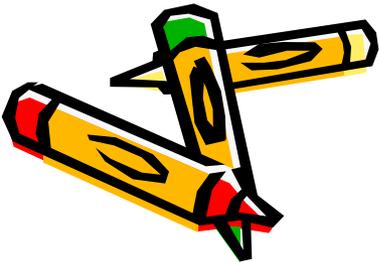


محدد بوقت زمني  
TIME- BASED



## يحدد تحقيقه بوقت زمني معين

- هل الإطار الزمني الذي وضعته حقيقي أو واقعي؟
- هل يمكن لبعض الاحتياجات الضرورية الأخرى أن تؤثر في الزمن المحدد؟
- هل يمكنك أن تتغلب على مثل هذه الأمور وتستطيع أن تنجز عملك وتحقيق هدفك في الإطار الزمني الذي حددته؟

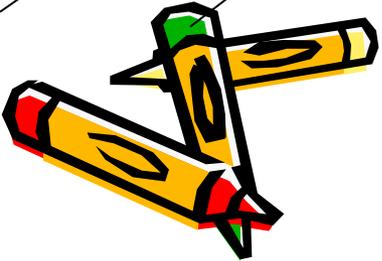


ممتد

## EXTENDING



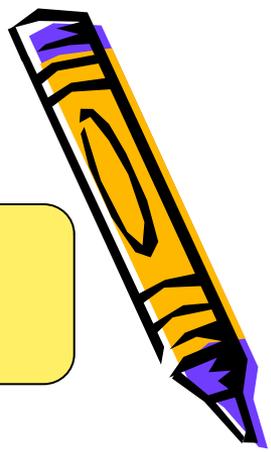
- هل يتسع ليستفيد منه المجتمع؟
- هل يؤثر في وضع وتحقيق أهداف اخرى؟
- هل يمتد لفترة زمنية طويلة؟





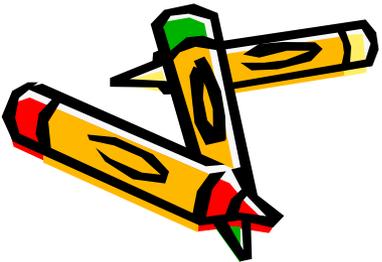
مجز

Rewarding



• هل سيسهم في حصول الطالب على تقدير معنوي أو مادي :شهادة تقدير ،مكافأة، جائزة،....الخ.

• هل سيسهم في شعور الطالب بالإنجاز أو التفوق؟



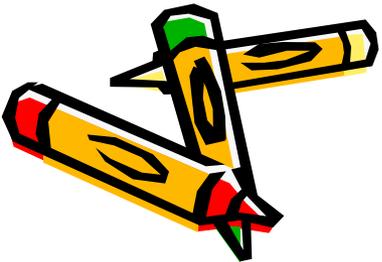
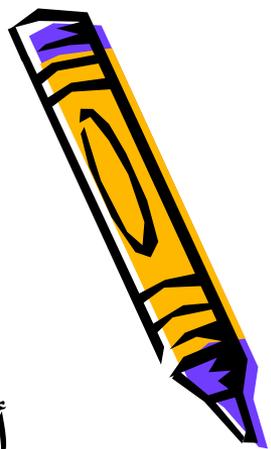
# تدريبات

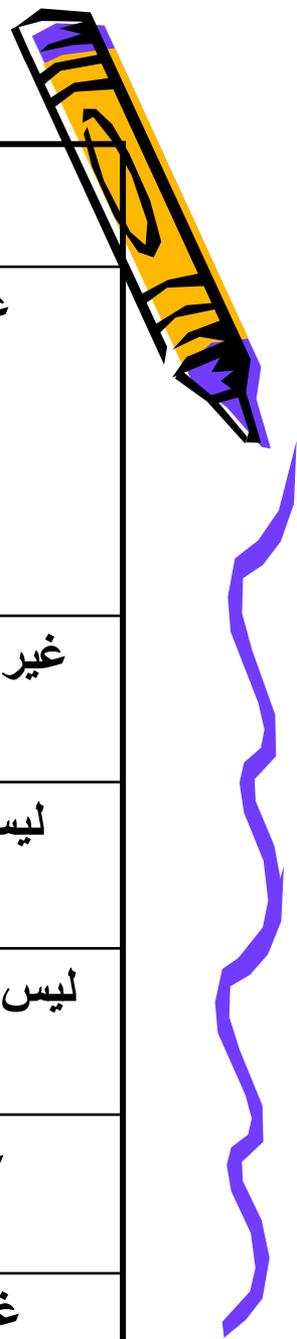
أمامك هدف غير ذكي / ما هي مؤشرات ذلك؟ المطلب إكمال  
الجدول :

(تم حل الجزء الأول مثالا للتوضيح )

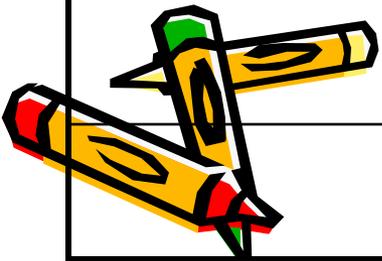
الهدف ١ (( كل الطالبات سوف يتعلمن الاستذكار بروح الجماعة ))

الهدف ٢ (( كل الطالبات سوف يصبحن طبيبات في المستقبل ))





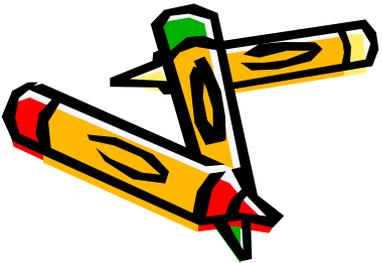
المؤشر	المؤشر	المعيار
	الفئة المستهدفة غير واضحة (من هن الطالبات؟) السلوك المستهدف غير واضح (ماذا نعني بروح الجماعة)	غير محدد
		غير قابل للقياس
		ليس له نتيجة
		ليس له بعد زمني
		غير ممتد
		غير مجزي



# أنواع الأهداف

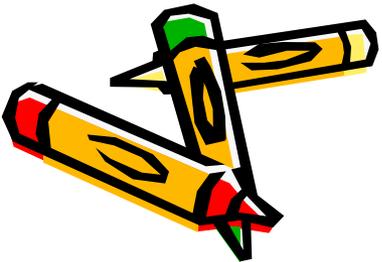
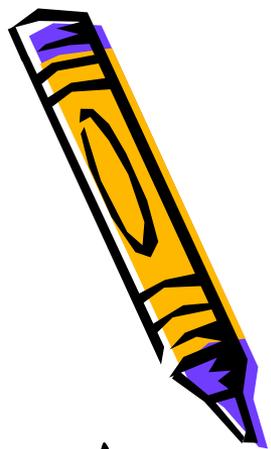


١. **أهداف عام:** أقرب ما تكون الى الرغبة او الأمنية.  
مثال "الحصول على تقدير ممتاز في الثانوية العامة".
٢. **أهداف مرحلية:** تجزئة للهدف العام.  
مثال "استثمار الوقت بطريقة تساعد على الاستذكار".
٣. **أهداف سلوكية و إجرائية:** خطوات علمية محددة لترجمة الأهداف  
مثال "الإعداد المسبق للدروس، أو الاتفاق مع مدرس خصوصي".



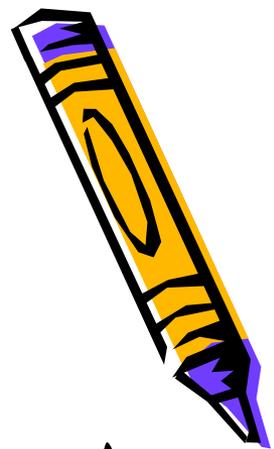
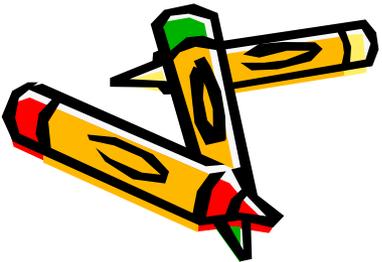
# تحديات تحقيق الهدف:

١. الخوف.
٢. الصورة الذاتية السلبية.
٣. المؤثرات الخارجية (كالمثبطين).
٤. المماظة.



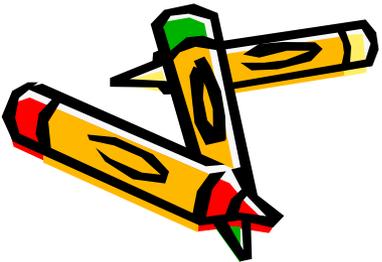
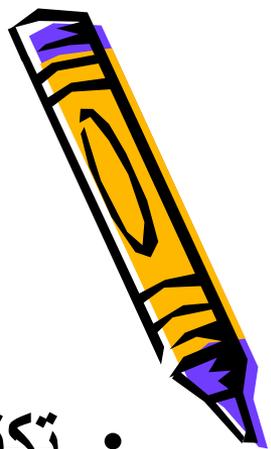
# كيف تحقق هدفك؟

١. اكتب الهدف (كتابة الهدف هي ٥٠% من تحقيقه).
٢. اقرأه دائماً خاصة قبل النوم ١٠%.
٣. فكر فيه حتى يصبح الهدف جزءاً منك ١٠%.
٤. ضعه في الفعل تدريجياً ٢٠%.

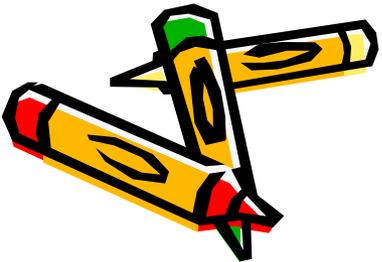
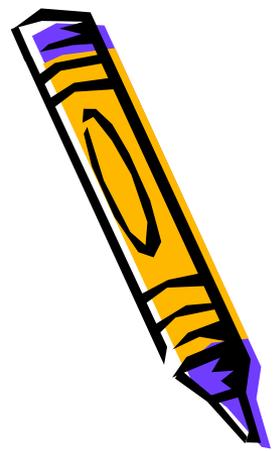


## تدريب:

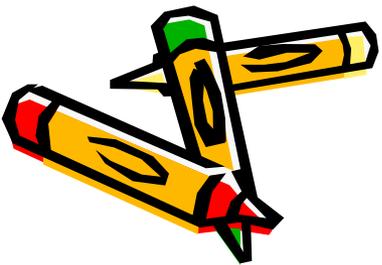
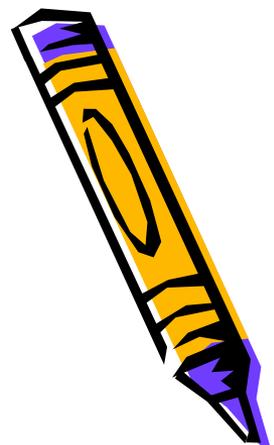
- تكتسب طالبات الثانوية العامة مهارة استخدام الحاسب الآلي عن طريق الحصول على شهادة اجتياز بتقدير لا يقل عن جيد جداً من معهد معترف به بنهاية السنة الدراسية وذلك كشرط اساسي لقبولها في الجامعة



# تدريب تعديل الهدف الجماعي

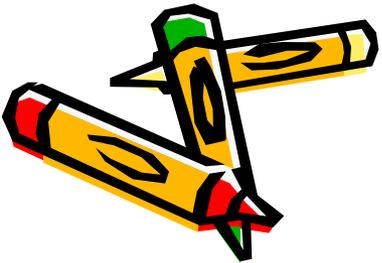
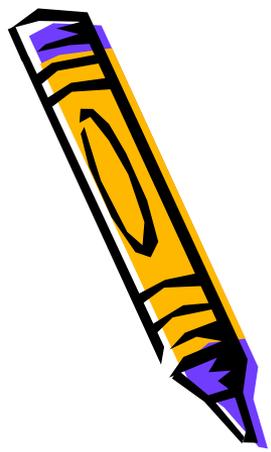


صحي هدفك؟



# تمرين

صححي هدفك الذي وضعتيه في بداية الدورة



# معادلة مهمة:

اهداف واضحة

+

تخطيط سليم

+

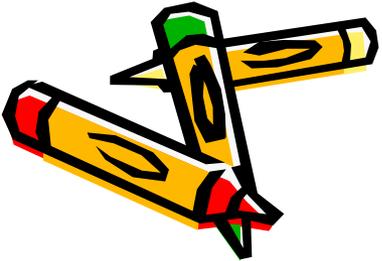
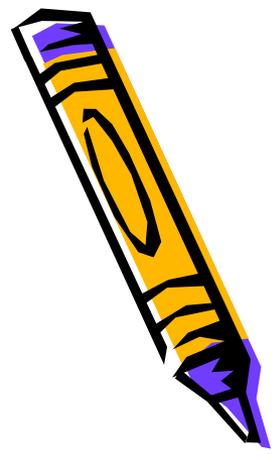
تنفيذ بوسائل مناسبة

+

تقويم بمراجعة

=

تحقيق النتائج المطلوبة بإذن الله



شكرا لحسن استماعكم

