



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالَ تَعَالَى: ﴿وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ

عَظِيمًا﴾ (١١٣)

صدق الله العظيم

(النساء: 113)

قال رسول الله ﷺ:

«خيركم من تعلم العلم وعلمه»

صدق رسول الله ﷺ

العلم أمانة ثمينة وثقيلة، فلا مراء  
أن الأمر يستحق العناء ليأتي  
الهناء.

العلم رسالة تتوارثها الأجيال،  
فلنكن خير رسل، وخير خلف لخير  
سلف

## تمهيد:

المهارات الحياتية هي سلوكيات تستخدم بمسؤولية وعلى نحو ملائم في إدارة الشؤون الشخصية.

وهي مجموعة من المهارات البشرية التي تكتسب عبر التعلم أو التجربة المباشرة التي تستخدم للتعامل مع المشكلات والأسئلة التي تواجه عادة حياة الإنسان اليومية.

ويختلف تصنيف المهارات اعتماداً على المعايير الاجتماعية، و توقعات المجتمع والصفات الشخصية للأفراد من حيث العمر والجنس ومستوى التعليم والمهارات التي يتقنها الفرد عن غيره، ومستوى الاستيعاب لكل منهم.

# مفاهيم ومصطلحات لا بد منها

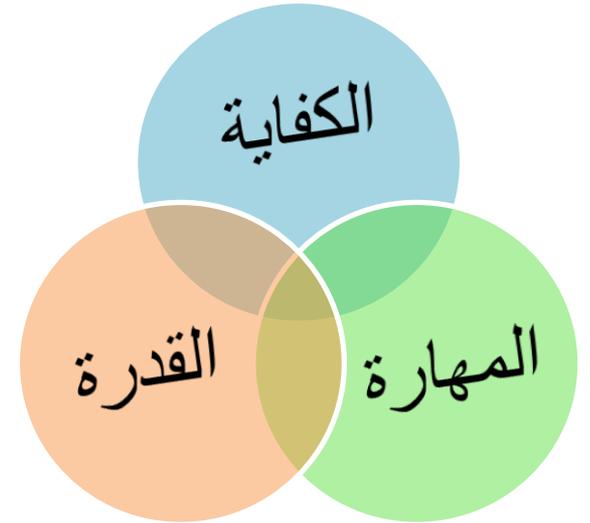


❖ قياس مهارة المتدرب في  
الربط بين المصطلح وتعريفه  
❖ قياس المهارة اللغوية  
للمتدربين

هي القدرة على استخدام تلك المعلومات  
وتطبيقها في المجال

على عمل شي ما،  
إمكانية الفرد الطبيعية،  
مثل قادر على التحدث

وتنظيمها وتحويلها في سياق محدد إلى عناصر  
القدرة على دمج المعارف والمهارات المختلفة  
توظف لحل المشاكل وإنجاز المشاريع والأنشطة



## معادلة المهارة

{ الرغبة + قدرة + تمرن + سرعة + إتقان = مهارة }



# المدرّب



**اصطلاحاً:** هو شخص يقوم بمهمة نقل المعرفة أو تعليم المهارة أو تغيير المواقف أو السلوك أو أي نسيج من ذلك لفرد أو أكثر من خلال برنامج أو برامج تتسم بوجود تخطيط مسبق لها بهدف تحقيق غرض معين.

**لغة:** مُدَرَّب: اسم فاعل من درَّب.

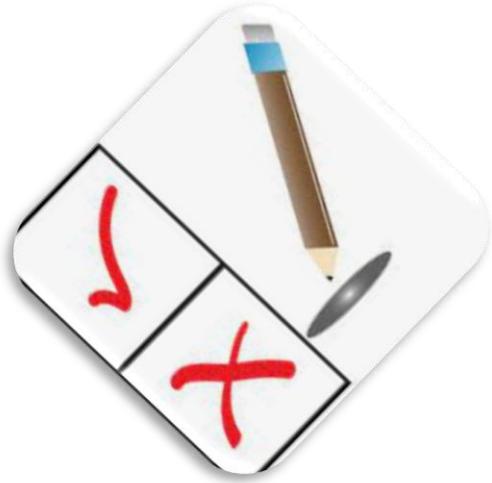
دَرَّبَ **المُدَرَّبُ** الفَرِيقَ الرِّياضِيَّ فِي المَلْعَبِ:

مَرَّنَهُ عَلَى اللّعبِ. دَرَّبَهُ بِالفُنُونِ الجَمِيلَةِ دَرَّبَهُ عَلَيْهَا دَرَّبَهُ فِيهَا.

**الناجح:** صفة تدل على الفوز والظفر والساداد، وإدراك الغاية.

# أدوار المدرب الناجح

حدد بوب بورز Bob Bowers ثلاث مراحل أساس في عمل كل مدرب وهي:



التقويم

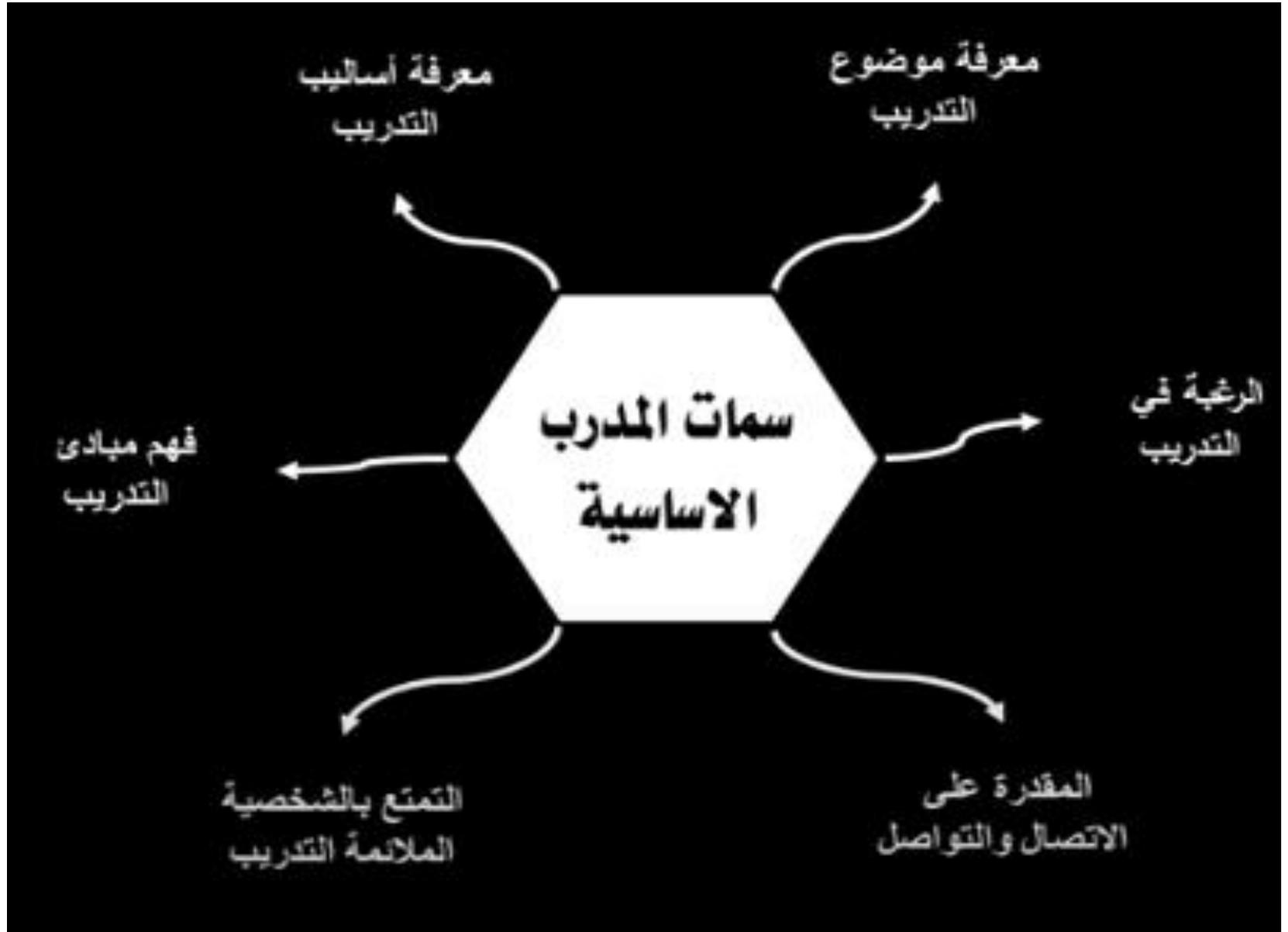


التحضير

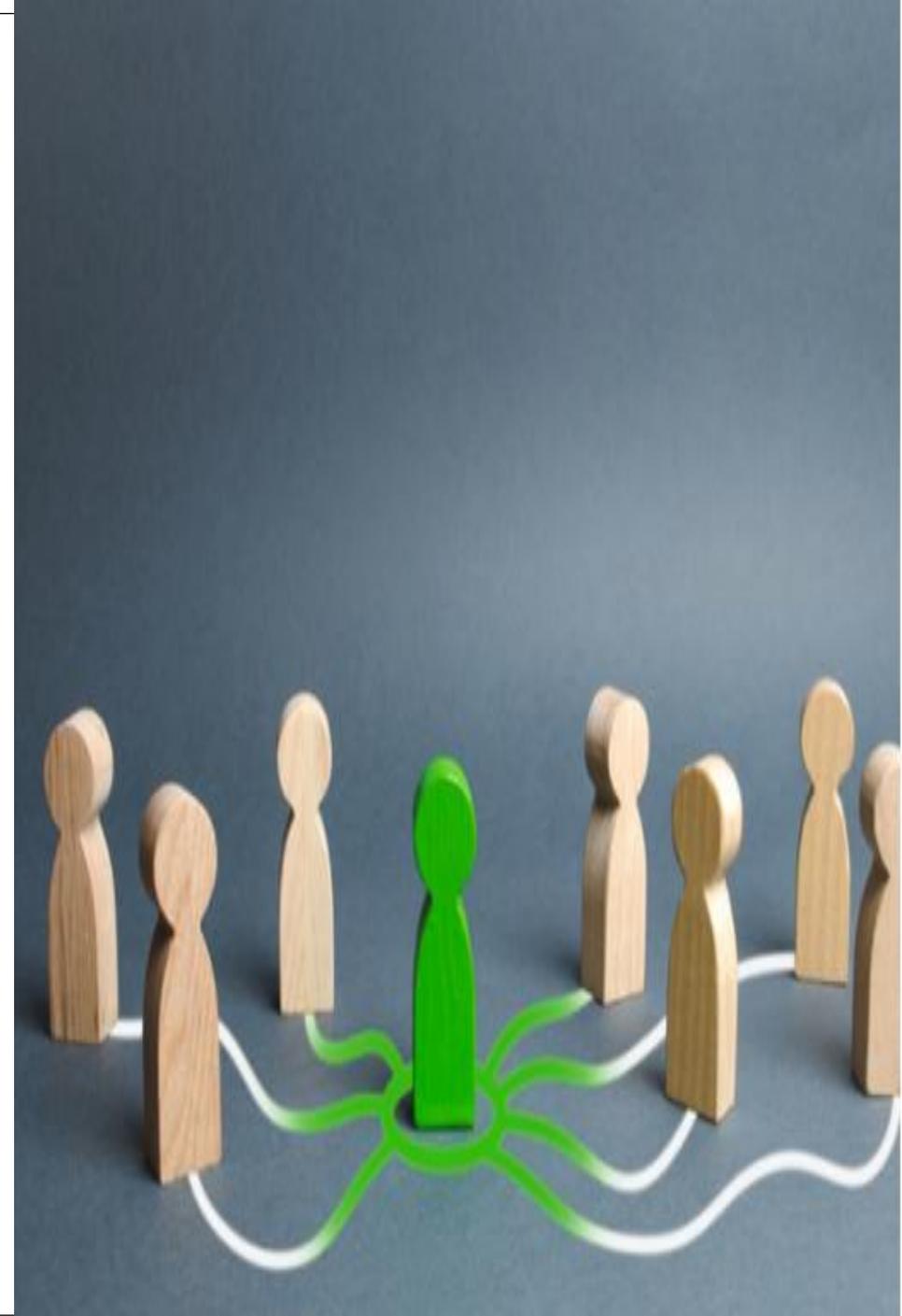


التقديم





قراءة الصورتين





ماذا ينقصني حتى  
أصبح مدريا ناجحا؟

# مهارات المدرّب الناجح



وجدتها



## المهارات الاتصالية

هي من أهم **المهارات** التي يجب على **المدرّب الناجح** التمكن منها،  
وتعد بوابة نلج من خلالها عالم التكوين بطريقة سلسة. لكن يلاحظ  
أننا أحيانا نجد مصطلحين اثنين هما: الاتصال والتواصل.

**فما الفرق بين الاتصال والتواصل.**

## مفهوم الاتصال

يقتصر مفهوم الاتصال على وجود طرف واحد فعال في عملية الاتصال، مثل مشاهدة التلفاز والبرامج المختلفة، وهي عملية ليست مشتركة.



# مفهوم التواصل

التواصل هو تبادل المعلومات والمعارف بين شخصين أو أكثر، وذلك عن طريق التفاهم بين المرسل والمرسل إليه، هذه المعلومات قد تكون بيانات أو أفكاراً، أو أي شيء آخر له علاقة بين طرفي العملية التواصلية.



## مهارات التواصل

### الجيد



الاستماع إلى

الأحاسيس

اكتشاف الأحاسيس

على وجه متحدث



السكوت اليقظ

(الحكمة تبدأ

من السكوت)



المهارة اللغوية

• الدعوة للحديث

• صياغة كلام

المتحدث

• الانعكاسات



مهارات

جسمانية

(لغة الجسد)

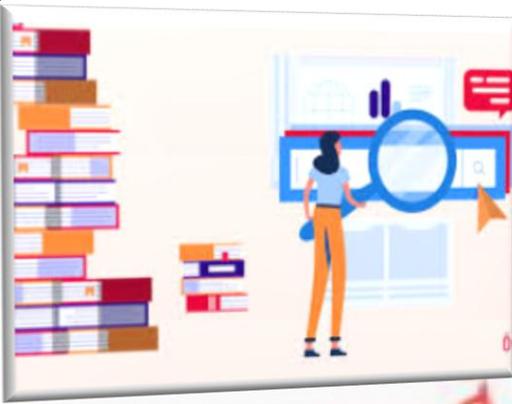
• تعبيرات

الوجه

• لغة العيون

• الحركة

• المسافة



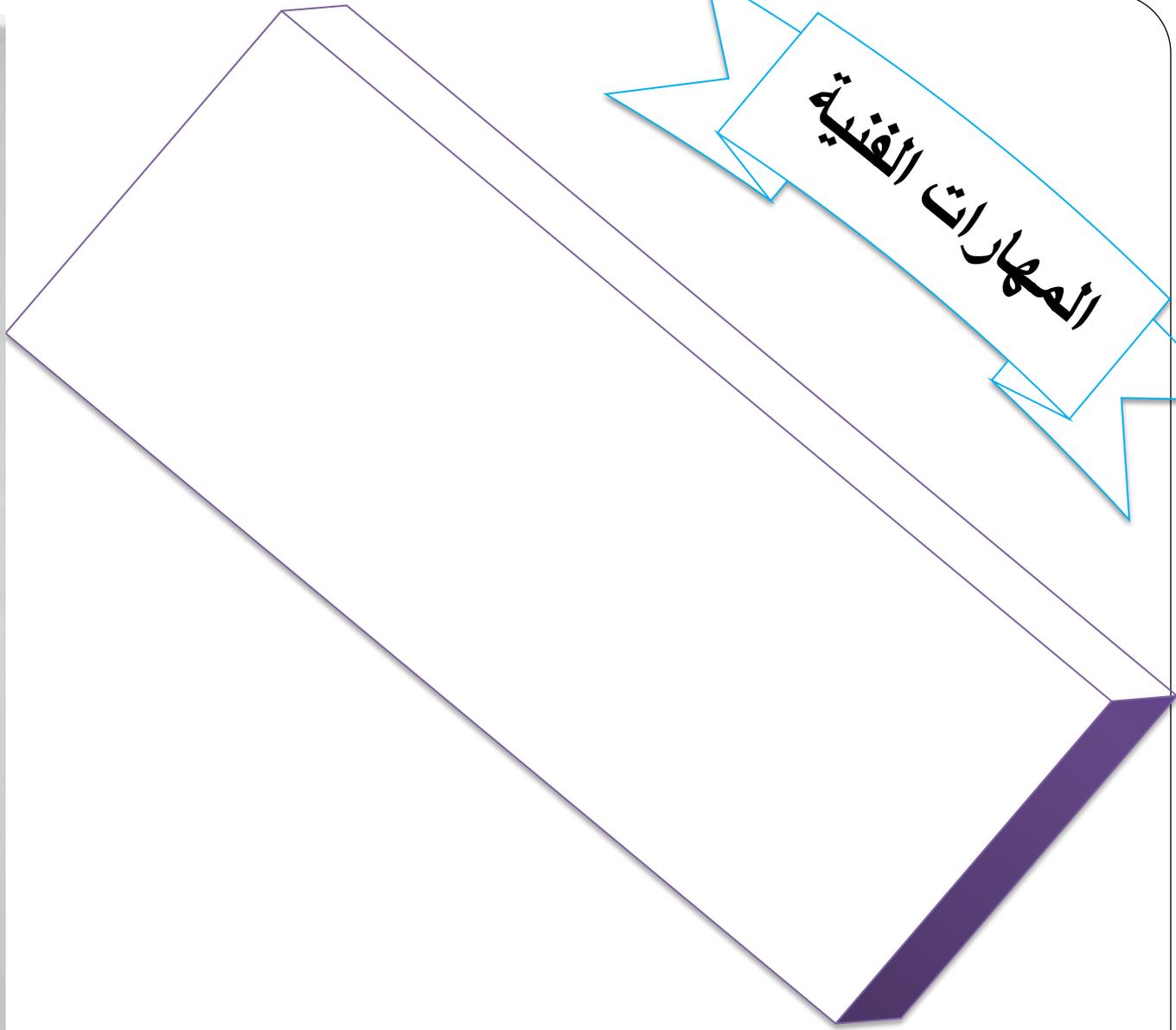
## المهارات التحليلية



- هي المهارات الفكرية التي تساعدك على تحديد و تحليل المشاكل و العثور على حل مبدع و اقتصادي لها.
- من هذه المهارات التالي:
- مهارات البحث العلمي
- مهارات جمع المعلومات
- مهارات تحليل المعلومات
- الإبداع



# المهارات التقنية



# مهارات صنع القرار

## مراحل عملية اتخاذ القرار



## المهارات الإدراكية

قدرة الفرد على القيام بالعديد من الأنشطة العقلية المرتبطة بالتعلم وحل المشكلات، ويمكن تعريفها أيضا بأنها المهارات الأساسية التي يستخدمها العقل للقيام بالأعمال اليومية سواء في الدراسة أو العمل أو في الحياة بشكل عام كالتفكير والقراءة والتعلم والتذكر وغيرها، والقاسم المشترك بين جميع الأفراد هو امتلاك تلك المهارات منذ الولادة ولكن بنسب مختلفة كما تحتاج تلك المهارات كغيرها إلى تدريب دائم للتغلب على الصعوبات التي قد تواجه بعض الأفراد مثل صعوبات التعلم والانتباه وغيرها وبحسب دليل اليونيسف للمهارات الحياتية يوجد أربع مهارات إدراكية مهمة لكل فئات الأطفال من سن 10 إلى 24 عام، وبعده مستويات وهي: التفكير الإبداعي والتفكير النقدي واتخاذ القرار وحل المشكلات.



## المهارات الحاسوبية



# المهارات الإدارية

الإدارة  
العليا

المهارات  
الفكرية

الإدارة  
الوسطى

المهارات  
الإنسانية

الإدارة  
الدنيا

المهارات  
الفنية

المهارات الإدارية حسب المستوى الإداري



المناقشة والحوار



العمل في فريق



المهارات  
الاجتماعية والتفاعلية

التفاعل والتأثير





ماهي الطريقة التي ستساعدني  
في معرفة مهاراتي؟  
وهل أنا مدرب ناجح؟

إنها الإجابة عن  
الأسئلة الآتية:

1- هل ينطق لسانك بالسباب عندما يخطئ في حقك أحد؟

نعم  أحياناً  لا

2- عند محادثتك للمتدربين، هل تحدد فكرتك وما تريد أن تقوله في نقاط؟

نعم  أحياناً  لا

3- هل تحاول أثناء حديثك مع المتدربين أن تتقي الكلمات المناسبة والمعبرة؟

نعم  أحياناً  لا

4- عند حديثك مع المتدربين هل تقرأ عليهم ما كتبتة من أوراق فقط من دون أي

تعديل أو تحرير منك يناسب الموقف؟

نعم  أحياناً  لا

5- هل تتحدث في البرنامج التدريبي بالسرعة التي تناسب المتدربين؟

نعم  أحياناً  لا

6- هل تستخدم عبارات مفهومة المصطلحات التي قد يصعب على المتدربين

فهمها؟

نعم  أحياناً  لا

7- هل تغير من نغمة صوتك، حسب طبيعة الحديث، للتأثير في الآخرين؟

نعم  أحياناً  لا

8- إذا سألك أحد المتدربين سؤالاً مخرجاً أو سؤالاً بسيطاً جداً، أو سؤالاً تكرر من قبل، هل تجيب عنه؟

نعم  أحياناً  لا

9- عند حديثك مع المتدربين، هل تنظر إليهم جميعاً؟

نعم  أحياناً  لا

10- هل رغبتك في الحديث والاسترسال في الكلام تشغلك عن الإنصات التام للمتدربين؟

نعم  أحياناً  لا

11- هل تستخدم لغة الجسم في التعبير عن أفكارك ومشاعرك؟

نعم  أحياناً  لا

12- هل تمتدح الآخرين من دون مبالغة؟

نعم  أحياناً  لا

13- هل تستخدم الفكاهات بحساب وعندما يستدعي الحديث ذلك؟

نعم  أحياناً  لا

14- هل تقاطع المتدربين قبل استكمال كلامهم؟

نعم  أحياناً  لا

15- هل تتفوه بكلمات بذيئة أو مؤذية في الرد على من ساء إليك؟

نعم  أحياناً  لا

16- هل تراعي الوقت المحدد للحديث وتختصر في الكلام؟

نعم  أحياناً  لا

17- عند انتهاء الحديث؛ هل تلخص للمتدربين النقاط الرئيسية التي تناولتها؟

نعم  أحياناً  لا

18- إذا ضحك المتدربين على موقف أو سلوك ما، هل تسخر من ذلك؟

نعم  أحياناً  لا

19- إذا ساعدك أحد المتدربين في شيء ما، هل تشكره على ذلك؟

نعم  أحياناً  لا

20- إذا اختلف أحد المتدربين معك في الرأي، هل تناقشه باهتمام؟

نعم  أحياناً  لا

21- هل تنتقي ملبسك بحيث تبدو أنيقاً أمام المتدربين؟

نعم  أحياناً  لا

22- هل تتحدث مع المتدربين يكبر وعدم تواضع؟

نعم  أحياناً  لا

23- في نهاية البرنامج التدريبي هل تصافح وتلقي السلام عليهم.

نعم  أحياناً  لا

24- هل تمتدح نفسك كثيراً أمام المتدربين؟

نعم  أحياناً  لا

# التعليمات

• اعط نفسك **درجتين** في حالة الإجابة بـ **”نعم“** عن جميع الأسئلة باستثناء الأسئلة الآتية: 4 - 10 - 14 - 15 - 18 - 22 فعط نفسك **درجتين** في حالة الإجابة بـ **”لا“**.

• اعط نفسك **درجة** واحدة في حالة الإجابة بـ **”أحياناً“** عن جميع الأسئلة.  
• اجمع جميع درجاتك عن جميع الأسئلة.

## تفسير النتائج:

أ - إذا حصلت على 33 فأكثر، فأنت متحدث لبق بشكل كبير، لديك صفات عدة جعلت منك شخصاً مؤثراً عندما يتحدث مع الآخرين، ومدرباً متميزاً في البرامج التدريبية.

ب- إذا حصلت على 17-32 درجة فأنت متحدث لبق بدرجة متوسط تراعي بعض قواعد التحدث مع الناس، ولا تراعي البعض الآخر، راجع مقدمة الاستقصاء حتى تتعرف إلى هذه القواعد بشكل أكثر.

ج- إذا حصلت على 16 درجة فأقل، فأنت متحدث غير لبق، لا تجيد الاتصال مع الآخرين، وبخاصة عندما يكونون في شكل جمعي، حديثك غالباً غير مؤثر وغير جذاب لدى الآخرين.

ما هي المهارات  
التي اكتشفتها  
من خلال هذا  
الاستقصاء؟



كيف يمكنني التمكن من  
تلك المهارات؟



ارسم لنفسك عالما،  
ولونه بألوان زاهية،  
وتخلص من الطاقات  
السلبية، وعانق هدفك  
إلى النهاية.



العب الألعاب  
الذهنية

1.

تطوع لأنشطة  
جدية

2.

تعلم شيئاً  
جديداً كل يوم

3.

خذ دورات عبر  
الانترنت

4.

التحق بناد  
للكتاب

5.

# 5 طرق لتطوير مهارات التفكير

## التحليلي



حكم عقلك، وادرس خطواتك  
جيذا قبل الإقبال على أي رد  
فعل قد يهدم أحلامك  
وتطلعاتك المستقبلية





## السؤال الحاسم

كيف أترك انطبعا  
إيجابيا لدى الآخرين؟

يجب مراعاة لحظة البداية فإن الانطباع الأول لا ينسى أبداً،  
فعند تعريفك بنفسك لا تتكلم بلغة مركبة ومعقدة، ولا بطريقة  
متعالية، تجنب الحديث عن نفسك كثيراً وبإسهاب، واذكر أهم  
الشهادات العلمية وسيرتك باختصار، كلما كان حديثك عن نفسك  
موجزاً ومعبراً، فإن الجميع سيحترمك كثيراً.

**اجعل عرضك هو مرآتك**

# كيف يترك المدرب انطباعا إيجابيا؟

الإمام الجيد  
بموضوع التدريب

التحدث بصوت  
واضح ودافئ

عدم إضاعة  
الوقت

الاعتناء بالمظهر

تقديم المدرب لنفسه  
بصورة متوازنة.

التفاؤل والتحمس  
للتدريب

إشراك المتدربين  
والاهتمام بهم

# خلاصة:

يمكن القول، إن الوصول إلى صفة مدرب ناجح، يقتضي ضرورة الجد والاجتهاد والمثابرة ونكران الذات، ويستوجب أساسا العمل المستمر والدائم بغية تطوير ثقافته وشخصيته ومهاراته التواصلية والإدراكية والإدارية و غيرها، لأن المدرب الناجح يحمل على عاتقه رسالة نبيلة ملزم بتأديتها بكل مسؤولية وأمانة وانضباط.

**لا تنسى أيها المتدرب اليوم والمدرّب غدا أنك قدوة للأجيال، ومثال يحتدى به، فكن على قدر اختيارك.**



شكر الله لكم إصغاءكم وتفاعلكم