

مرحباً بكم في كتابي



كتاب اكتشاف قدراتك الخفية لتحقيق أكبر نجاح
بقلم : ساندي ماهر السعدني

كاتبة (للحروف بقية ، اكتشاف قدراتك
الخفية ، أضف كلمات ، رواية ضحايا
الإنترنت الأسود ، اضطراباتك النفسية
قوتك الخفية ، أقمار مرهقة).



لمتابعة الكاتبة علي

مدونتها الشخصية

[/https://sandyelsadany.blogspot.com:](https://sandyelsadany.blogspot.com:)

انقر هنا رابط المدونة

صفحتها علي فيس بوك : Sandy Maher

[انقر هنا رابط صفحة الفيس بوك](#)



معلومات عن الكتاب

كتاب **"اكتشف قدراتك الخفية لتحقيق اكبر نجاح"** هو كتاب

إلكتروني من تأليف وتنسيق ساندي ماهر السعدني ، صدر عام **2020** في شهر يوليو . يهدف هذا الكتاب إلى مساعدة القارئ على اكتشاف قدراته الخفية وتطويرها، وتحقيق أقصى قدر من النجاح في حياته.

يقسم الكتاب إلى ثلاثة أجزاء :

. **الجزء الأول:** يتحدث عن أهمية اكتشاف قدراتك الخفية وتطويرها.

. **الجزء الثاني:** يتحدث عن الخطوات التي يمكنك اتخاذها لاكتشاف قدراتك الخفية.

. **الجزء الثالث:** يتحدث عن كيفية تطوير قدراتك الخفية وتحقيق أقصى قدر من النجاح في حياتك.

والجزء الأخير به اختبار علمي لتحديد واكتشاف القدرات.

يقدم الكتاب العديد من النصائح والتقنيات التي يمكن أن تساعدك على اكتشاف قدراتك الخفية وتطويرها، مثل:

- التركيز على نقاط قوتك ونقاط ضعفك.
- تحديد أهدافك ووضع خطة لتحقيقها.

- التعلم من الآخرين.
- الإيمان بنفسك.
- السعي وراء التميز.

يُعد كتاب **"اكتشف قدراتك الخفية لتحقيق اكبر نجاح"** كتابًا قيمًا لكل من يرغب في تحقيق

النجاح في حياته. فهو يوفر لك الأدوات والتقنيات التي تحتاجها لاكتشاف قدراتك الخفية

وتطويرها، وتحقيق أقصى قدر من الإمكانيات التي تتمتع بها .

المعلومات الموجودة في الكتاب طبقاً لأبحاث علمية وكتب وتجارب شخصية.

جميع الحقوق محفوظة للكاتبة



تمهيد

التغيير يبدأ من النفس

هذا ليس كلامي فقد قال الله تعالى **[إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ]** صدق الله العظيم.



إذا قمنا بتمعن تلك الآية سنجد أن الله يقول لنا أن التغيير يبدأ من النفس .

أجل من النفس قد تسأل نفسك سؤال لماذا أفكر في التغيير ولا يحدث شيء؟.

الإجابة بسيطة لأن الكلام عن التغيير ليس كالقيام به .

وتذكر: أنه عندما تكون علاقتك مع الله أفضل تعيش حياة أجمل والعكس صحيح وهذا لقوله تعالى: (وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى) صدق الله العظيم.

كل من يفشل في إحداث تغيير في حياته أو تطوير مهارة معينة أو إكتساب عادة جديدة يمر بمرحلتين :

المرحلة الأولى :وهي مرحلة إتخاذ القرار .



فيقوم بتحديد ما يريد القيام به كأن يترك مواقع التواصل الاجتماعي.

أو بداية الدراسة من أول العام.



أو تغيير نظام غذائه الغير صحي أو البدء في ممارسة الرياضة وربما التوقف عن مشاهدة التلفاز .

خلال هذه المرحلة والتي تختلف مدتها من شخص لأخر سيبدل الشخص كل ما لديه ، سيكون محفز لدرجة يشعر فيها أنه لن يتراجع عن هذا القرار وسوف يشعر بالعزيمة والإصرار وأنه سينجح في تحقيق ما ينشده ، لكن هذه المرحلة لا تستمر كثيراً حتي يدخل في المرحلة الثانية ، ويبدأ تدريجياً إلي أن يستسلم وينسي الأمر .

وللأسف هذه مشكلة تسعين بالمئة من البشر 90%، وربما أنت واحد منهم .

حسناً لا تقلق في هذا الكتاب نصائح سوف تساعدك علي الحفاظ علي رغبتك في تحقيق أهدافك والوصول إلي ما تريد.



- "الطريق إلى النجاح هو دائماً تحت الإنشاء."
- النجاح لا يأتي بالسهل ومشاهدة الناجحين فقط، لكنه يأتي بالتركيز عليه والتخطيط له، والأهم من ذلك كله هو الفعل."

إهداء

أهدي هذا الكتاب إلى كل من يؤمن بإمكانياته، ويسعى إلى تحقيق النجاح في

حياته. أعتقد أن كل شخص لديه إمكانيات هائلة، ولكن غالبًا ما نحتاج إلى

المساعدة للوصول إلى هذه الإمكانيات. هذا الكتاب هو دليلك للوصول إلى

قدراتك الخفية وتحقيق أقصى استفادة منها.

لقد كان كتابة هذا الكتاب رحلة ممتعة ومثيرة بالنسبة لي، وأنا آمل أن يكون

مفيدًا لك. لقد استفدت من تجربتي الشخصية وتجارب الآخرين الذين تمكنوا

من تحقيق النجاح في حياتهم. أعتقد أن هذا الكتاب هو دليل قيم لكل من

يسعى إلى تحقيق النجاح، وسوف يساعدك على تحقيق
أهدافك وتحقيق أحلامك.

أشكرك على قراءة هذا الكتاب، وأتمنى أن يساعدك.

يا من تنتظرون نجاحي أهدي كتابي لكم هناك من بعيد
حيث يشرق الأمل وتشرق

الحياة بوجود أناس يزعمون الحياة بالتفاؤل والأمل .

مع خالص التقدير،

ساندي ماهر السعدني .

الفصل الأول

اعرف قدراتك الخفية

سوف نذكر في هذا الفصل طرق اكتشاف المواهب المدفونة وسوف نقدم بعض النصائح .

أولاً : إدراك أهمية التغيير

مجرد إدراكك لأهمية التغيير هي أول خطوة لإيجاد حل لمشكلة فليس من

المنطق محاولة إيجاد حل لمشكلة نرفض الاعتراف بها ، وتقبلها علي أنها واقع

نعيشه ونحتاج التعامل معه .

الآن أحضر ورقة وقلم وقم بكتابة نقاط ضعفك التي تمنعك من تحقيق أهدافك ، **لكن كن صريحاً مع نفسك.**

ستري نفسك ، ستري كل السلبيات والإيجابيات ، ستعرف مدي حاجتك للتغيير .

ثانياً : حدد سبب نقاط ضعفك.

ما هي الأسباب التي أدت إلى تطوير نقاط ضعفك؟ هل هي بسبب تجاربك

السابقة، أم بسبب بيئة عملك، أم بسبب طبيعتك الشخصية؟

تذكر : "عندما تعرف عيوبك ستقع عليك مسئولية تغيير تلك العيوب".

ثالثاً : ضع خطة لمعالجة نقاط ضعفك .

بمجرد أن تعرف نقاط ضعفك وسببها، يمكنك وضع خطة للتحسين. حدد

الخطوات التي يمكنك اتخاذها للتخلص من نقاط ضعفك. قد تحتاج إلى طلب

المساعدة من الآخرين، أو قد تحتاج إلى التعلم من مصادر أخرى.

الآن أنت تعرف جيداً نقاط ضعفك ومعك خطة للتحسين ،
الخطوة القادمة هي :

1- ضع هدف لإكتشاف مواهبك

إذا نظرت إلى الأشخاص الناجحين في حياتهم ،سوف تجد أنهم يضعون أمامهم

هدف واضح للتغيير وليس هدف عادي إذن كل ما عليك هو أن تكتب هدفك في ورقة .

إن كنت لا تستطيع وضع هدف إليك بعض النصائح :-

. فكر في ما تحب القيام به. ما هي الأشياء التي تستمتع بها؟ ما هي الأشياء التي تجيدها؟ ما هي الأشياء التي تشعر فيها بالشفغ؟.

- فكر في التجارب التي كانت ممتعة بالنسبة لك. ما هي التجارب التي

استمتعت بها؟ ما هي التجارب التي تعلمت منها الكثير؟ ما هي التجارب

التي أظهرت لك نقاط قوتك ونقاط ضعفك؟

- اسأل الآخرين عن رأيهم. ما هي الأشياء التي يعتقد الآخرون أنك جيد

فيها؟ ما هي الأشياء التي يعتقد الآخرون أنك تستمتع بها؟ ما هي

الأشياء التي يعتقد الآخرون أنك تجيدها؟.

- جرب أشياء جديدة. لا تخف من تجربة أشياء جديدة. قد تجد موهبة لم

تكن تعرف أنك تمتلكها.

- لا تيأس. قد يستغرق الأمر بعض الوقت لاكتشاف هدفك. لا تيأس إذا لم

تجده على الفور. استمر في المحاولة، وسوف تجده في النهاية.

عندما تكتب هدفك تكون قد عقلت عقلك الباطن وهفرت نفسك .

رابعاً : السعي لتحقيق هذا الهدف

بعد أن عرفت هدفك ودافعك للتغيير حان وقت السعي لتحقيق هذا الهدف

لأنه ليس للإنسان إلا ما سعي لقوله تعالى : **(وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى)** صدق الله العظيم .

لا للاستسلام لا للإحباط هناك مقولة أعجبتني تقول : " إن استيقظت من نومك

بلا هدف واضح للتغيير فعد للنوم مرة أخرى " .

خامساً : التخطيط المثالي

التخطيط المثالي هو عملية ضرورية لكل شخص يريد تحقيق أهدافه . يساعدك

التخطيط على تحديد أهدافك ووضع خطة لتحقيقها . كما يساعدك على البقاء

على المسار الصحيح وتحقيق تقدم مستمر .

فيما يلي خطوات عمل خطة مثالية:

1. حدد هدفك . ما الذي تريد تحقيقه؟ ما هي أهدافك طويلة المدى وقصيرة المدى؟ .

2. ما هي الخطوات التي تحتاج إلى اتخاذها لتحقيق أهدافك؟

3. قسم أهدافك إلى أهداف أصغر . سيساعدك ذلك على جعل أهدافك أكثر قابلية للتحقيق .

4. حدد موعدًا نهائيًا لكل هدف. سيساعدك ذلك على البقاء على المسار الصحيح وتحقيق تقدم مستمر.
5. راقب تقدمك. تأكد من أنك على الطريق الصحيح لتحقيق أهدافك.
6. اضبط مسارك عند الحاجة. إذا كنت لا تسير على الطريق الصحيح، فتأكد من تعديل خطتك عند الحاجة.
7. لا تيأس. قد يستغرق الأمر بعض الوقت لتحقيق أهدافك، لكن لا تيأس. استمر في المحاولة، وسوف تحقق النجاح في النهاية.

سادساً: التحكم في المشاعر

هل حدث لك أنك أردت تعلم لغة جديدة وبدأت فعلاً التعلم وتوقفت في منتصف الطريق ؟ ، أو بدأت في ممارسة الرياضة ثم توقفت فجأة عن الذهاب إلى التمرين مرة أخرى ! ، علي الرغم من أنك كنت متحمساً للغاية .

أو بدأت أي عمل آخر وتوقفت عنه فجأة ولا تعرف لماذا ؟ .

الإجابة بكل بساطة لأنك اندفعت وتهورت وبذلت جهد يفوق طاقتك منذ اليوم الأول ولم تخطط التخطيط المثالي وكنت تظن أن ما تفعله هو الصواب ، كان يجب أن تتحكم في

مشاعرك أيضاً منذ اليوم الأول لذلك تجد الأشخاص الناجحين لا يستسلمون ولا يحبطون ، لأنهم بدأوا بداية صحيحة ووضّعوا خطة مثالية يمشون عليها . يجب أنت أيضاً أن تفعل مثلهم وتضع خطة وأن تتحكم في مشاعرك .

سابعاً : تنظيم وإدارة الوقت

أنت الآن تعرف هدفك والخطة المثالية لتحقيق هذا الهدف ، ولكن إن لم تقم بإدارة الوقت بشكل صحيح لن تنجح في تحقيق أهدافك والتغيير نحو الأفضل ، كثير منّا يتحجج بقلة الوقت ويقول : " إن كان لدي وقت كافٍ لقيمت بالقراءة ، أو ممارسة الرياضة ، "

ولكن الحل في كل هذا هو إدارة وتنظيم الوقت بشكل صحيح وأظن أنه في فترة الحجر الصحي تأكدت أن الإنسان لديه الكثير من الوقت الذي يستطيع أن يحقق فيه كل أهدافه .

لذلك جمعت لكم نصائح عديدة لتنظيم الوقت منها نصائح شخصية ومنها نصائح من كتاب إدارة الوقت للدكتور إبراهيم الفقي .

في البداية أنا أحضر ورقة واسميتها قائمة المهام To

Do List

أقوم بكتابة جميع المهام قبل أن أخلد إلى النوم أي مهام
اليوم التالي وأضع مربع صغير بجانب كل مهمة وبعد
الانتهاء من المهمة أضع علامة صح . هذه الصورة التي
بأسفل مثال لقائمة المهام

to do list

[illegible]

، هذه هي نصيحتي في تنظيم الوقت لننتقل إلى نصائح
دكتور ابراهيم الفقي .

بعض نصائح الدكتور إبراهيم الفقي لتنظيم الوقت:

- حدد أهدافك. ما الذي تريد تحقيقه في حياتك؟ ما هي الأشياء التي تريد القيام بها؟ عندما تكون لديك أهداف واضحة، يمكنك البدء في تطوير خطة لتحقيقها .
- قسّم أهدافك إلى خطوات صغيرة. كلما كانت أهدافك أصغر، كلما كانت أسهل في التنفيذ .
- ضع جدولاً زمنياً لكل مهمة. هذا سيساعدك على البقاء على المسار الصحيح وتحقيق أهدافك في الوقت المحدد .
- حدد أولوياتك. ليس كل مهمة بنفس الأهمية. حدد المهام الأكثر أهمية والتي تحتاج إلى إنجازها أولاً .

- . خذ فترات راحة. لا تحاول العمل لساعات طويلة دون أخذ أي استراحة. خذ فترات راحة قصيرة كل ساعة أو ساعتين للمشي، أو التنفس العميق، أو الاسترخاء.
- . قل لا. لا تحاول القيام بكل شيء. تعلم قول لا للمهام التي لا تضيف قيمة إلى حياتك أو أهدافك.
- . اطلب المساعدة. إذا كنت تواجه صعوبة في تحقيق هدف ما، فلا تخف من طلب المساعدة من الآخرين. هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنهم مساعدتك، مثل الأصدقاء، والعائلة، والمدربين.
- تنظيم الوقت هو مهارة يمكن تعلمها وتطويرها. كلما مارست هذه المهارات، كلما أصبحت أفضل فيها.

ثامناً : المتابعة والتنفيذ

بعد أن قمت بتحديد هدفك ووضعت خطة
مثالية وقمت بتنظيم وقتك يجب أن تابع وتتفقد
المطلوب منك لأن "التخطيط بلا تنفيذ هو
ضرب من الآمال الحاملة وتضييع للوقت ،
والتنفيذ بلا متابعة لا جدوى منه ، والرقابة
هي المقارنة بين ما خططت له وما قمت
بتنفيذه، يجب أن تكون الرقابة دورية
ومستمرة ومعالجة للقصور في كل المراحل ،
يجب أن تكون رقابتك إقتصادية أي لا تستهلك
من وقتك ، والرقابة في إدارة الوقت ماهي إلا
إعادة تحليل الوقت " .

تاسعاً: تخلص من الأفكار السلبية

وجود أفكار سلبية داخلك سوف تعيقك عن
تحقيق أهدافك لذا يجب التخلص من الأفكار
السلبية باستمرار

وسوف اقترح عليك في هذا الكتاب طرق للتخلص
من الأفكار السلبية التي تعيقك عن تحقيق أهدافك

حدد الأفكار السلبية التي تسيطر عليك. ما هي
الأفكار التي تتكرر في ذهنك
وتجعلك تشعر بالخوف أو القلق أو الإحباط؟
اسأل نفسك ما مدى صحة هذه الأفكار. هل
هناك أدلة تدعم هذه الأفكار؟ أم
أنها مجرد أفكار سلبية لا أساس لها من الصحة؟
ابحث عن أدلة إيجابية تدعم أهدافك. ما هي
الأشياء التي تجيدها؟ ما هي
الأشياء التي تستمتع بها؟ ما هي الأشياء التي
تشعر فيها بالرضا؟

. ركز على الإيجابية. حاول أن تركز على الأشياء الإيجابية في حياتك وعلى أهدافك.
. امنح نفسك المكافآت. عندما تحقق تقدماً في تحقيق أهدافك، كافئ نفسك بذلك. سيساعدك ذلك على البقاء متحمساً وواثقاً من نفسك.

. اطلب المساعدة. إذا كنت تواجه صعوبة في التخلص من الأفكار السلبية، فيمكنك طلب المساعدة من صديق أو أحد أفراد الأسرة أو من معالج.

تذكر أن الأفكار السلبية ليست واقعاً. إنها مجرد أفكار. يمكنك التحكم في أفكارك

واختيار الأفكار الإيجابية التي ستدعم أهدافك.

يمكنك أيضاً سماع فيديوهات تحفيزية علي الإنترنت أو طباعة عبارات تحفيزية وتضعها أمام المكتب .

الفصل الثاني

إكتشاف المواهب ومحاولة تطويرها

خلق الله الإنسان وميزه عن سائر المخلوقات وجعل له قدرات عديدة إذا أحسن استغلالها لأصبح في أحسن حال كل ما عليك هو إكتشاف قدراتك ومواهبك وأن تطورها وتكتبها ، وفيما يلي طرق لإكتشاف المواهب .

. انظر إلى ما كنت جيداً فيه عندما كنت طفلاً. غالباً ما تكون المواهب والقدرات التي نمتلكها متأصلة فينا منذ الطفولة. ما هي الأشياء التي كنت تجيدها عندما كنت طفلاً؟ ما هي الأشياء التي كنت تستمتع بها؟ ما هي الأشياء التي كنت

تحصل عليها بسهولة؟

. انظر إلى ما تحب القيام به. ما هي الأشياء التي تستمتع

بها؟ ما هي الأشياء

التي تشعر فيها بالشفغف؟ ما هي الأشياء التي تجعلك تشعر

بالرضا؟ غالبًا ما

تكون المواهب والقدرات التي نمتلكها مرتبطة بالأشياء التي

نحب القيام بها .

. انظر إلى ما أنت جيد فيه. ما هي الأشياء التي تجيدها؟

ما هي الأشياء التي

يمدحك الناس عليها؟ ما هي الأشياء التي تحصل عليها

بسهولة؟

غالبًا ما تكون المواهب والقدرات التي نمتلكها مرتبطة

بالأشياء التي نجيدها.

. انظر إلى ما يتطلبه الأمر لتحقيق أهدافك . ما هي

أهدافك؟ ما هي الأشياء

التي تحتاج إلى القيام بها لتحقيق أهدافك؟

غالبًا ما تكون المواهب والقدرات التي نحتاجها لتحقيق

أهدافنا مرتبطة بالأشياء التي نجيدها .

. اطلب المساعدة من الآخرين. ما هي الأشياء التي
يعتقد الآخرون أنك جيد
فيها؟

ما هي الأشياء التي يعتقد الآخرون أنك تستمتع بها؟.
ما هي الأشياء التي يعتقد الآخرون أنك تجيدها؟ يمكن أن
يكون للآخرين نظرة ثاقبة على مواهب وقدراتنا.
تذكر أن اكتشاف المواهب والقدرات هو عملية مستمرة. لن
تصبح خبيرًا في كل
شيء بين عشية وضحاها، ولكن إذا بذلت الجهد، فستتمكن
من اكتشاف مواهبك
وتطويرها.

لتحقيق أهدافك و لاكتشاف مواهبك لكي تحقق النجاح يجب
أن تهتم بكل من :-

وهو عن طريق الإهتمام بالعبادات والتقرب من الله للحصول على السكينة النفسية .

2- الجانب العقلي

وهو عن طريق القراءة باستمرار في مواضيع مختلفة لكي تنمي مواهبك و تغذي عقلك .

3- الجانب العاطفي

وهو عن طريق الابتعاد عن العلاقات السامة لتجنب الأذى النفسي.

4- الجانب البدني

وهو عن طريق ممارسة الرياضة والتأمل باستمرار والاهتمام بالوجبات الصحية للحصول على صحة جيدة تساعدك على تحقيق أهدافك .

الفصل الثالث

تطوير القدرات والمواهب

كيفية تطوير المواهب والقدرات

تطوير المواهب هو عملية تحسين المهارات والمعرفة والخبرة التي تمتلكها.

يمكن أن يساعدك تطوير المواهب على تحقيق أهدافك الشخصية والمهنية.

كما يمكن أن يساعدك على أن تكون أكثر سعادة ورضا عن حياتك.

هناك العديد من الفوائد لتطوير المواهب، بما في ذلك:

. تحقيق الأهداف الشخصية والمهنية: يمكن أن يساعدك تطوير المواهب على تحقيق أهدافك الشخصية والمهنية. على سبيل المثال،

إذا كنت ترغب في تعلم العزف على البيانو، فيمكنك تطوير موهبتك

في العزف على البيانو من خلال أخذ دروس أو مشاهدة مقاطع الفيديو.

إذا كنت ترغب في الحصول على وظيفة جديدة، فيمكنك

تطوير موهبتك في مجالك من خلال حضور الدورات التدريبية أو الندوات.

. الشعور بالسعادة والرضا: يمكن أن يساعدك تطوير المواهب على الشعور

بالسعادة والرضا. عندما تتعلم شيء جديد
أو تحسن مهارة لديك، فإنك تشعر بالإنجاز والرضا
عن نفسك.

هذا يمكن أن يعزز ثقتك بنفسك ويحسن صحتك
العقلية.

. الحصول على مزيد من الفرص: يمكن أن
يساعدك تطوير المواهب على
الحصول على مزيد من الفرص. عندما تمتلك
مهارات ومعرفة وخبرة جيدة،

فإنك تكون أكثر جاذبية للشركات والمنظمات. هذا
يمكن أن يساعدك على

الحصول على وظيفة أفضل، أو على زيادة دخلك،
أو على الحصول على ترقية.

. المساهمة والتأثير في المجتمع: يمكن أن
يساعدك تطوير المواهب على
المساهمة في المجتمع. عندما تتطوع أو تشارك في
أنشطة اجتماعية،

فإنك تستخدم مهاراتك وخبراتك لمساعدة الآخرين.
هذا يمكن أن يحسن حياتك ويجعل العالم مكانًا أفضل.

إذا كنت ترغب في تطوير المواهب، هناك العديد من
الأشياء التي يمكنك القيام بها، بما في ذلك:

- . حدد موهبتك أو قدرتك. ما هي الأشياء التي تجيدها؟ ما هي الأشياء التي تستمتع بها؟ ما هي الأشياء التي تشعر فيها بالشفغف؟
- . ابحث عن مصادر التعلم. هناك العديد من الموارد المتاحة للتعلم عن المواهب والقدرات المختلفة. يمكنك قراءة الكتب، مشاهدة مقاطع الفيديو، أو أخذ الدورات التدريبية.
- . خذ خطوات عملية. لا تكتفِ بالتعلم عن موهبتك أو قدرتك، بل خذ خطوات عملية لتطبيق ما تعلمته. مارس ما تعلمته كل يوم، وابحث عن فرص للتطبيق في حياتك اليومية.

. كن صبورًا. تطوير المواهب والقدرات يستغرق وقتًا وجهدًا. لا تيأس إذا لم ترى النتائج على الفور. استمر في الممارسة والتعلم، وستتمكن في النهاية من تطوير موهبتك أو قدرتك.

. اطلب المساعدة. إذا كنت تواجه صعوبة في تطوير موهبتك أو قدرتك، يمكنك طلب المساعدة من الآخرين.

هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنهم مساعدتك، مثل المدربين، والمعلمين، والأصدقاء، والعائلة.

فيما يلي سوف أعرض اختبار لإكتشاف المواهب والقدرات وسوف تتمكن بإذن الله بعد الإجابة عليه سوف تكتشف قدراتك .

إليك اختبار اكتشاف القدرات:

1. ما هي أكثر الأشياء التي تستمتع بها في

الحياة؟

2. ما هي الأشياء التي تجيدها بشكل طبيعي؟
3. ما هي الأشياء التي تحب تعلمها عنها؟
4. ما هي الأشياء التي تحب القيام بها؟
5. ما هي الأشياء التي تحب العمل عليها؟
6. ما هي الأشياء التي تحب إنجازها؟
7. ما هي الأشياء التي تحب تحقيقها؟
8. ما هي الأشياء التي تحب المساهمة بها؟
9. ما هي الأشياء التي تحب تغييرها؟
10. ما هي الأشياء التي تحب بنائها؟

بعد الإجابة على هذه الأسئلة، ستتمكن من الحصول على فكرة أفضل عن قدراتك واهتماماتك. يمكنك بعد ذلك استخدام هذه المعلومات لاتخاذ قرارات بشأن حياتك المهنية والشخصية.

فيما يلي بعض النصائح الإضافية لاكتشاف قدراتك:

● حاول تجربة أشياء جديدة.

● اطلب من الآخرين التعليق على قدراتك.

● اقرأ عن الوظائف والمهن المختلفة.

● تحدث إلى الأشخاص الذين يعملون في المجالات

التي تهتم بها.

● لا تخف من السعي وراء أحلامك.

إليك اختبار علمي به أسئلة لاكتشاف القدرات الخفية:

السؤال الأول:

ما هي أكثر الأشياء التي تستمتع بها في الحياة؟

● أحب أن أتعلم أشياء جديدة.

● أحب أن أساعد الآخرين.

● أحب أن أكون إبداعياً.

● أحب أن أكون في الطبيعة.

● أحب أن أكون مع الأصدقاء والعائلة.

السؤال الثاني:

ما هي الأشياء التي تجيدها بشكل طبيعي؟

● الرياضيات.

● اللغة.

● العلوم.

● الفن.

● الموسيقى.

السؤال الثالث:

ما هي الأشياء التي تحب تعلمها عنها؟

● العالم الطبيعي.

● العالم البشري.

● الفنون والموسيقى.

● العلوم والهندسة.

● التاريخ والسياسة.

السؤال الرابع:

ما هي الأشياء التي تحب القيام بها؟

● القراءة.

● الكتابة.

● الرسم.

● العزف على الموسيقى.

● ممارسة الرياضة.

السؤال الخامس:

ما هي الأشياء التي تحب العمل عليها؟

● حل المشكلات.

● الإبداع.

● التواصل.

● القيادة.

● التعلم.

السؤال السادس:

ما هي الأشياء التي تحب إنجازها؟

● تعلم شيء جديد.

● مساعدة الآخرين.

● إنشاء شيء إبداعي.

● الاستمتاع بالطبيعة.

● قضاء الوقت مع الأصدقاء والعائلة.

السؤال السابع:

ما هي الأشياء التي تحب تحقيقها؟

● هدفًا شخصيًا.

● هدفًا مهنيًا.

● تغيير في العالم.

● سعادة.

● سلام.

السؤال الثامن:

ما هي الأشياء التي تحب المساهمة بها؟

● المعرفة.

● الوقت.

● المال.

● المهارات.

● الحب.

السؤال التاسع:

ما هي الأشياء التي تحب تغييرها؟

● العالم.

● مجتمعك.

● نفسك.

● الآخرين.

● الوضع الراهن.

السؤال العاشر:

ما هي الأشياء التي تحب بنائها؟

● علاقة.

● مشروع.

● مؤسسة.

● حياة أفضل.

● مستقبل أفضل.

بعد الإجابة على هذه الأسئلة، ستتمكن من الحصول على فكرة أفضل عن قدراتك واهتماماتك. يمكنك بعد ذلك استخدام هذه المعلومات لاتخاذ قرارات بشأن حياتك المهنية والشخصية.

فيما يلي بعض النصائح الإضافية لاكتشاف قدراتك:

● حاول تجربة أشياء جديدة.

● اطلب من الآخرين التعليق على قدراتك.

● اقرأ عن الوظائف والمهن المختلفة.

● تحدث إلى الأشخاص الذين يعملون في المجالات
التي تهتم بها.

● لا تخف من السعي وراء أحلامك.

اكتشف قدراتك واعثر على شغفك في الحياة،
ويمكنك أن تفعل أي شيء!

وأخيراً تذكر "ليس المهم هو نجاحك، لكن الأهم هو

قيمتك بعد النجاح."

إلا هنا وصلنا إلى **نهاية هذا الكتاب** وأرجو أن تكون
حققت الاستفادة الكاملة منه .