

عجلة الحياة

- ▶ شرح عجلة الحياة
- ▶ في التخطيط الشخصي نمثل حياة الإنسان بعجلة إسطوانية تمثل أبعادها مجالات الإنسان
- ▶ في الحياة ، ولا بد أن تكون تلك العجلة متساوية المسارات ، هل رأيت عجلة تسير مختلفة المسارات ؟!..
- ▶ طريقة بسيطة يستطيع الشخص بواسطتها تقييم نفسه في أي مجال من مجالات الحياة ..
- ▶ الدراسية .. الاجتماعية .. الدينية .. الثقافية إلخ
- ▶ أو حتى تقييم حياته بشكل كامل ..
- ▶ ثم نضع الخطّة المناسبة التي سنمشي عليها لمعالجة الاعوجاج في تلك العجلة
- ▶ " إن لمن تخطّط للنجاح فإنك حتماً تخطط للفشل "

- ▶ وَلَا : عجلة حياتك بشكل عام : لابد من التوازن في جميع مجالات الحياة حتى تسير العجلة بشكل متوازن
- ▶ الجانب الإيماني
- ▶ وهو : [علاقة العبد بخالقه وكافة شؤون حياته التعبدية والروحانية]
- ▶ الجانب الصحي والبدني :
- ▶ [ويتعلق بالصحة العامة وطرق المحافظة على السلامة الشخصية]
- ▶ الجانب المادي : [يتعلق بكسب المال وطرق تطويره وإنمائه]
- ▶ الجانب الأسري : [يتعلق بعلاقة الفرد مع أسرته]
- ▶ الجانب الاجتماعي : [يتعلق بعلاقة الفرد بمجتمعه وبمن حوله]
- ▶ الجانب المهني : [يتعلق بعلاقة الفرد اتجاه عمله]
- ▶ الجانب العلمي : [يتعلق بعلاقة الفرد بالعلم والثقافة والتوعية]
- ▶ ويمكن إضافة أيّاً من الجوانب التي تحتل مساحة في حياتك كالجانب الترفيهي أو التطوعي ..



- قياس صورة شخصيتك :
- - استحضر في ذهنك الأعمال والمهام التي تؤديها بشكل منتظم (يومياً أو اسبوعياً) أو بصورة متكررة غير منتظمة .
- - حاول تصنيف تلك الأعمال :
- * ذاتي : النواحي النفسية والروحية والجسدية والعقلية .
- * اجتماعي : الأسرة والأقارب والأصدقاء والمجتمع من حولي .
- * الدراسة : الدور الحالي في الحياة [طالبة مثلاً] .
- - لاحظ تكرار العمل خلال الأسبوع / الشهر ؟ لاحظ الوقت الذي تقضيه في أداء العمل ؟
- - قدر لنفسك درجة تقريبيّة في السلم المعطى في كل جانب من جوانب عجلة الحياة التالية
- مَدّ درجة السلم التي تمثل درجتك لتقطع بها جزء الدائرة ثم ظلّ الجزء قبلها
- وحدد نقاط قوّتك وضعفك .
- اطبع هذه النسخة ثمّ رقمي النقاط الموجودة على أنصاف الأقطار من 1 ~ 10
- حيث تزداد القيمة كلما ابتعدنا عن المركز

مثال ▶



