



مفهوم التفكير الكبير واتجاهاته

توطئة

يواجه العالم في القرن الحالي تحولات اقتصادية وسياسية واجتماعية كبيرة، تحولت إلى تحديات معقدة للمنظمات المختلفة الخاصة والحكومية وغير الحكومية. وقد أدى ذلك إلى تغير جذري في المجالات والأنماط والمعايير التي تحكم عمل هذه المنظمات.

وأصبحت أساليب المتبعة في التفكير والإدارة غير ملائمة لتحديات المستقبل. ونتيجة للتغيرات السريعة والمتلاحقة انهارت الأساليب القديمة وظهرت الحاجة إلى استخدام أساليب جديدة ومبتكرة، ويقتضي ذلك توفير رؤية واضحة للشكل الذي سيكون عليه المستقبل، كما أصبح هناك ضرورة ملحة لتفعيل دور التخطيط الاستراتيجي الذي يمكننا من مواجهة التحديات العالمية والمحلية عن طريق وضع استراتيجيات فاعلة مع تحقيق التنفيذ المرن لهذه الاستراتيجيات.

اولا : مفهوم التفكير

التفكير هو مجمل الأشكال والعمليات الذهنية التي يؤديها عقل الإنسان، والتي تمكنه من نمذجة العالم الذي يعيش فيه، وبالتالي تمكنه من التعامل معه بفعالية أكبر لتحقيق أهدافه وخطته ورغباته وغاياته، وهو إعمال العقل في مشكلة للتوصل إلى حلها، وبتعبير آخر التفكير هو (إجراء عملية عقلية في المعلومات الحاضرة لأجل الوصول إلى المطلوب) وبتعبير آخر أدق هو (حركة العقل بين المعلوم والمجهول ويمكن القول بأنه التصور الإجمالي والتفصيلي لواقع ما من حيث كنهه وعوامل تكوينه ومآلاته وطرق تحسينه وعلاج آفاته

التفكير هو سلوك هادف وتطويري يتشكل من تداخل العوامل الشخصية والعمليات المعرفية الخاصة بالموضوع الذي يجري حوله التفكير، فالتفكير يمثل أعلى مراتب النشاط الذهني وأحد العمليات العقلية المعرفية التي تشكل جانبا راقية في الشخصية الإنسانية إذ يستطيع الإنسان المعاصر أن يوظف معظم هذه العمليات العقلية الأخرى عن طريق التفكير.

أشار (إبراهيم:2007) إلى أن التفكير مفهوم معقد يتألف من ثلاثة مكونات هي:

1. عمليات معرفية معقدة مثل حل المشكلات، وأقل تعقيد (كالاستيعاب والتطبيق والاستدلال) وعمليات توجيه وتحكم فوق المعرفة.

2. عمليات معرفية خاصة بمحتوى المادة أو الموضوع.

3. استعدادات وعوامل شخصية (اتجاهات وميول).

إن نوعية الحياة التي يعيشها الإنسان ونوعية التعليم الذي يكتسبه يعتمد بشكل أساسي على نوعية التفكير الذي يملكه، إذ أن التفكير يعد الخاصية التي تميز الإنسان عن سائر المخلوقات وهذا وحده يكفي لزيادة الاهتمام به والنظر إليه وسيلة وغاية في الوقت نفسه، ولذلك لا بد من أن يكون للتعليم الدور الأساسي في تنمية التفكير وتطويره.

هناك تباين في وجهات نظر العلماء والباحثين وخاصة في مجالات العلوم التربوية والنفسية لتعريف التفكير استنادا إلى اختلاف الاتجاهات النظرية واختلاف فلسفة الباحثين، وأن لكل باحث أسلوبه الخاص في التفكير والذي قد يتأثر بنشأته وبيئته العائلية والاجتماعية وتعليمه ودافعيته وقدراته وإمكاناتها الثقافية... وغيرها.

وسنعرض عددا من وجهات النظر المختلفة لعدد من الباحثين في تعريف التفكير على النحو الآتي:

1 - تعريف (Dewey :1971): التفكير هو العملية التي يتم بها توليد الأفكار عن معرفة سابقة ثم إدخالها في البنية المعرفية للإنسان، وهو أيضا معرفة العلاقة التي تربط الأشياء ببعضها والوصول إلى الحقائق والقواعد العامة



المحاضرة الأولى

المرحلة : الثالثة

المادة : التفكير الاستراتيجي

اسم التدريسي : د. ليث علي مطر

الموعد : الأثنين 7-3-2022

2 - تعريف (Costa :1985) : (التفكير هو المعالجة العقلية للمدخلات الحسية بهدف تشكيل الأفكار من أجل إدراك المثيرات الحسية والحكم عليها)

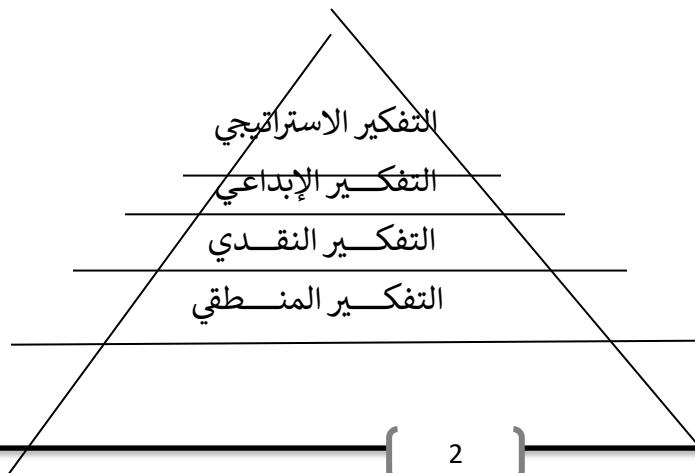
3 - تعريف (De Bono :2003): (التفكير عبارة عن استكشاف متأن للخبرة بغية الوصول إلى الهدف، وقد يكون هذا الهدف هو تحقيق الفهم، أو اتخاذ قرار ما، أو حل المشكلات، أو الحكم على الأشياء أو القيام بعمل ما).
ويمكن اعتماد التعريف التالي للتفكير

التفكير هو نشاط فكري داخلي يستطيع الفرد من خلاله معرفة الكثير من المواقف أو الظواهر وإدراك العلاقات بين المواقف المراد تفسيرها والأحداث التي تلازمها وبين الظواهر المراد تشخيصها.

ثانيا : انواع التفكير

يصنف الباحثين التفكير الى عدة مسميات او ما يطلق عليه بأنواع التفكير وبحسب وجهة النظر الادارية فان التفكير يمكن ان يصنف الى الانواع الرئيسة التالي:

- 1- التفكير المنطقي / يُعرّف التفكير المنطقيّ بأنّه الانتقال من بيان ذي صلة إلى آخر أو من فكرة محدّدة ذات صلة إلى فكرة أخرى، حيث تسمى العبارات الأولى بالتفكير المنطقيّ بالسوابق والعبارات اللاحقة باللواحق . ويتّخذ الممثل الكلاسيكيّ للتفكير المنطقيّ شكلاً من أشكال التفكير. حيث انه يعتمد على الموضوعة والاستنتاج تبعاً الى الفرضية المذكورة والتسلسل المنطقي.
- 2- التفكير النقدي / يُعرّف التفكير النقدي بأنّه العملية التي يستخدمها الفرد للتفكير من أجل التقييم والحكم على الافتراضات الشخصية، وعلى آراء وأفكار الآخرين، ويمتاز التفكير النقدي بقدرته على اكتشاف قيمة الأفكار والمعتقدات والحجج، بالإضافة إلى اعتباره أساس التواصل الفعال، وصنع القرار، وخلق معارف جديدة، والكشف عن التحيزات.
- 3- التفكير الابداعي / يُعرّف التفكير الإبداعي بأنّه العملية التي تعزّز من تطوير الأفكار الفريدة من نوعها والمفيدة لفهم التفاصيل، وتساهم في زيادة قدرة الفرد على فهم الأمور من منظور جديد، والحصول على حلول للمشاكل، وتحسين القدرة على خلق أفكار جديدة، ومنهجيات متنوعة لتصور الأشياء، بالإضافة إلى توسيع الآفاق للحصول على حلول ممكنة، وتحديد افتراضات تقود لرؤية العالم بطريقة إبداعية، كما يدخل التفكير الإبداعي في العديد من مجالات التفكير والتي تظهر في الموسيقى، والرقص، والشعر، والأدب الدرامي، والاختراعات، والابتكارات.
- 4- التفكير الاستراتيجي / والذي سيتم التطرق اليه بصورة تفصيلية لاحقا.





المحاضرة الأولى

المرحلة : الثالثة

المادة : التفكير الاستراتيجي

اسم التدريسي : د. ليث علي مطر

الموعد : الأثنين 7-3-2022

ثالثا: اتجاهات التفكير

حياة الإنسان هي انعكاس لطريقة تفكيره، سواء كانت هذه الطريقة سلبية أو إيجابية، وأفكاره هي انعكاس عن تصوراتها، وهناك تطابق مباشر بين طريقة تفكير الإنسان وتصرفاته تجاه مختلف الأمور والمواقف التي يتعرض لها، فالأفكار السلبية تترك أثرها السيء وكثيراً ما كانت هذه الأفكار سبب في تضييع الفرص الذهبية في حياة الإنسان، ومانعاً من أن يتولى الإنسان زمام نفسه ويمضي قدماً لتحقيق أهدافه، والفكر السلبي يضح معه كمية من اليأس قادرة على السيطرة على حياة الإنسان بشكل عجيب، وغالباً ما يُسيطر هذا التفكير على نمط حياة الإنسان ويسرق منها لذة السعادة وراحة البال. ونستطيع توضيح مفهوم التفكير السلبي ببساطة إنه التشاؤم، وتقدير النتائج السلبية مسبقاً مما يمنع الإنسان من الإقدام على البدء بعمله، لأنه ببساطة قدّر لنفسه الفشل مسبقاً وتوقع أسوأ النتائج قبل البدء بمباشرة العمل أيّ كان نوعه، وهنا تكمن أهمية أن يسعى الشخص لتحويل أفكاره السلبية لأفكار إيجابية، وتحويل التشاؤم إلى تفاؤل.

هنالك اتجاهين أساسيين للتفكير ، هما التفكير الايجابي والتفكير السلبي وفيما يأتي توضيح لكل منهما :

أ- التفكير الإيجابي ومزاياه

لابد من اعطاء تصور واضح ومختصر عن ماهية التفكير الايجابي ومزاياه لأهميته في الحياة عموماً وفي العمل خصوصاً مع الابتعاد عن التفكير السلبي وعيوبه.

التفكير الايجابي : هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى، والنظر الى الجميل في كل شيء، وله أثر فعال وقوي في أنفسنا وأمور حياتنا اليومية والمستقبلية. ومن أبرز مميزاته أن تتأمل في نفسك جيداً وستجد الكثير من المواهب والقدرات التي وهبنا إياها الله سبحانه وتعالى ؛ ولكن كثيرة من الناس للأسف تصر على رؤية العيوب وتضخيمها سواء أكانت عيوبه أو عيوب غيره، ولا يقصد هنا العيوب الخلقية وإنما العيوب الأخرى.

ينبغي على الإنسان أن ينتبه الى ما يفكر فيه على مدار اليوم ويتحقق من نوعية أفكاره، هل يجد نفسه منهمكاً في الأفكار الهدامة مثل الكراهية والتعصب أو التطرف أو الاعتداء على الآخرين أو الشعور بالغضب أو الذنب أو الحسد ؟ يجب القضاء على هذه الأفكار السوداوية في مهدها واستبدالها بأخرى إيجابية.. تدل على التفاؤل والانفتاح على الآخرين بطريقة مدنية متحضرة تحترم إنسانية الإنسان وتتعامل معه بشفافية، وفي حالة عدم إبتعاد الإنسان عن الأفكار السوداوية وعدم استطاعته التخلص منها سوف تزداد بشكل مطرد وتؤثر في نفسيته وشخصيته عموماً ولذلك ينبغي أن يستمع لصوت العقل والضمير ويستبدل هذه الأفكار بالتفكير الايجابي.

إن الذي يفكر بطريقة ايجابية ، يفهم صعوبات الحياة وتعقيداتها ويعيش همومها ومصاعبها وعقباتها ولكنه لا يدعها تحبطه أبداً ولا يستسلم لليأس أبداً انطلاقاً من أن التفكير الايجابي يعلمك امتلاك القدرات الإبداعية التي تجعلك تسمو فوق المصاعب وتقهرها من خلال الايمان بالله الواحد الأحد والثقة العالية بالنفس والتفاؤل بالحياة.

مزايا التفكير الايجابي

هناك مزايا مهمة للتفكير الايجابي يجب ممارستها في حياتنا اليومية منها ما يأتي :

- ينبغي التفاؤل في جميع جوانب الحياة (في العمل، مع الأسرة، في السفر مع الأصدقاء والأصدقاء، وبالمستقبل... إلخ. لمدة أسابيع قليلة ثم انظر الى التغيير الذي يؤدي اليه مثل هذا التفاؤل وسوف تجد نفسك تتقدم خطوات أفضل فضلاً عن السعادة والراحة النفسية التي تلازمك طوال حياتك.



المحاضرة الأولى

- القراءة والمطالعة غذاء للعقل الانساني وتنشيط لخلايا الدماغ ورفع للمعنويات وتجنب اليأس والأحزان.
- ينبغي أن توثق علاقتك مع الناس المتفائلين في الحياة وحاول قضاء وقت مناسب معهم.
- الابتعاد عن الجدل العقيم والتطرف والتعصب بالأفكار الناتج عن الجهل والانغلاق لأنهما تؤديان الى طريق مسدود وابتعد عن كل ما يثير التشاؤم في الوضع العائلي أو الوضع العام، السياسي أو الاقتصادي أو الاجتماعي والأمني أو الديني... إلخ.
- صل وأدع الله سبحانه وتعالى : أن يعينك في أمور الحياة وتأمل معرفة الأشياء الجميلة التي وهبنا الله إياها ومنها القدرة على عمل الخير أينما وجد.
- كل مفكر إيجابي هو إنسان هادئ، دافئ، ومتفاعل، ومنفتح على الآخرين ويحترم الجميع.
- ممارسة التفكير الإيجابي يقودك الى السعادة وراحة النفس والبال والصحة النفسية الجيدة.
- حاول جاهداً من تطوير نفسك في كل حين ولا تتوقف، تعلم كل جديد ومفيد في اختصاصك تحديداً وفي حياتك عموماً.
- إن المفكر الإيجابي غالباً ما تكون حياته مليئة بالحماس والنشاط والحيوية.
- المشاركة في برامج تدريبية علمية وثقافية واجتماعية تكتسب منها مزيداً من العلم والمعرفة والثقافة وفن التفكير الإيجابي.
- إبدأ صباحك بعد ذكر الله الواحد الأحد بابتسامة ملؤها الرضا والحيوية والنشاط والعمل والتفاؤل في الحياة.
- تعلم فن التجاهل للأفكار السلبية واستمر في طريقك ثابتة هادئة وتأملها ستجد بانك تبالح وتعطي الموضوع أكبر من حجمه.

ب-التفكير السلبي واسبابه

نعني بالتفكير السلبي التشاؤم في رؤية الأشياء وفي دراسة الظروف والمواقف وتقييمها، وأن الأفكار السلبية غالباً ما تجتاحنا أثر مواقف تحدث لنا في المجتمع والعمل والاسرة والمدرسة والجامعة وفي الحياة عموماً. وتزايد قوتها عندما لا نكون على ثقة تامة بأنفسنا وحين نكون مترددين ونسير خلف الانفعال العاطفي، ولو تأملنا قليلاً لتيقنا إننا كنا نضخم الأمور ولا نتعامل أبداً معها بعقلية منفتحة أو رؤية موضوعية.

التفكير السلبي هو استياء من الماضي وخوفاً من المستقبل، وإنه يغلق كل طريق منطقي، يعاني صاحبه من القلق الكافي للاوعي ، فهو إدراك سلبي للذات والعالم والمستقبل، قائم على الأفكار المشوهة. وهو توقعاً سلبياً ضاراً وغير نافع للأمر؛ لأنه نوع من التشوهات المعرفية.

وعادة ما يكون التشاؤم من سمات التفكير السلبي؛ لأن أصحابه ينظرون دائماً إلى الجانب المظلم في كل شيء، ويتخيلون أن كل الأشياء غير السارة المخيفة على وشك الوقوع.

ومن خصائص أصحاب التفكير السلبي، الحديث السلبي الذاتي النابع من مسلمات خاطئة عن النفس والآخرين. ويكون هذا الحديث تأكيداً لتلك المسلمات الخاطئة.

ويتسم أصحاب التفكير السلبي بسيطرة كثير من المشاعر السلبية عليهم، كالاكتئاب والقلق والخوف وضعف السيطرة على غضبهم والعصبية في التصرف، كما يكونون في حالة توتر مستمر، فيتصرفون بنظرة تتسم بالسلبية والخبث تجاه العالم، لا ترى سوى المشكلات والظلم في كل مكان، وترى القيود وعدم الإنصاف، بدلاً من رؤية الفرص والأمل.



المحاضرة الأولى

المرحلة : الثالثة

المادة : التفكير الاستراتيجي

اسم التدريسي : د. ليث علي مطر

الموعد : الأثنين 7-3-2022

أسباب التفكير السلبي

1. من أهم أسباب التفكير السلبي هو ضعف الثقة بالنفس، والإحساس بالعجز الدائم، وغالباً ما تنتج ضعف الثقة بالنفس من الانسياق وراء المؤثرات العاطفية والانفعالية، فكلما كانت شخصية الفرد قوية وكلما كان واثق من قدراته وشخصيته كلما عكس ذلك أثره الجيد على تفكيره الإيجابي، وكلما كانت شخصيته مهزوزة وضعيفة كلما كانت أفكاره سلبية متشائمة.
2. من المحتمل أن ينشأ الفكر السلبي نتيجة لموقف أو حالة مرّ بها الشخص خلال حياته تركت لديه ذلك الانطباع السيء والتفكير السلبي مثل: تعرضه للانتقاد والتهمك أمام الجميع.
3. الحساسية الزائدة في التعامل مع المواقف المخرجة تُولد فكراً سلبياً.
4. ترسّب المواقف السلبية لدى الشخص منذ الصغر. عقد المقارنة بين الشخص وبين أقرانه في نفس العمر أو التخصص، مع تجاهل مواطن القوة الشخصية لديه.
5. التركيز على مناطق الضعف، وعدم التركيز على تطوير مناطق القوة.
6. تضخيم الأمور الصغيرة وجعل منها مشاكل مُعقدة تترك أثرها النفسي السلبي.
7. البُعد عن المشاركة الاجتماعية، والاندماج في المجتمع. الفراغ الفكري وما يُولده من سُحنات فكرية سلبية، فعدم وجود هدف واضح يُتيح المجال للأفكار السلبية للنمو والتكاثر، فالفراغ يخلق بيئة خصبة لزيادة الأفكار السلبية.
8. الأصدقاء السلبيون المُتشائمون، الذين يقومون بالتأثير على تفكير الشخص، خاصة وإن كان سريع التأثر بكلام الآخرين.
9. الخوف والقلق الدائم، والتفكير في مُستقبل يسوده الصعوبات والمشاكل.
10. الاكتئاب النفسي والانعزال عن البيئة المُحيطة.
11. التأثير من البيئة المُحيطة بشكل مُفّرط، فمن الطبيعي أن يتأثر الشخص بالبيئة المُحيطة، ولكن عندما يُصبح هذا التأثير بشكل ملحوظ وبصورة ملموسة تكمن المُشكلة، فهناك أشخاص يتأثرون ليس فقط بمشاكل من حولهم لا بل يتعدى ذلك إلى التأثير بالأفلام السلبية والكتب والمقالات التي تحمّل طابع التشاؤم.

عيوب التفكير السلبي

يخلق التفكير السلبي مجموعة من العيوب لدى ممارسيه اهمها ما يأتي:

- الانتقادات التي يتعرض لها الانسان في محيط عمله أو اسرته أو اقاربه أو أصدقائه أو في مجتمعه.
- ضعف الثقة بالنفس والانسياق خلف الانفعالات الوجدانية والعاطفية التي غالباً ما يمهد لشخصية ضعيفة غير متوازنة في السلوك.
- الانطواء على النفس والبعد عن المشاركات الاجتماعية والخوف من الانفتاح والتفاعل الاجتماعي.
- غالباً ما يتم تضخيم الأشياء أو المواقف فوق حجمها وعدم تفهم تلك المواقف بعقلانية وهدوء.
- يدفع الى مصاحبة أصدقاء يحملون أفكار سلبية ونظرتهم تشاؤمية للحياة.
- يخلق الاكتئاب في رؤية الأمور والمواقف.
- الحساسية الزائدة لدى البعض من الناس للنقد أو الاستهزاء.
- الخوف والقلق والتردد يصنع شخصية مزدحمة بالأفكار السلبية.



المحاضرة الأولى

المرحلة : الثالثة

المادة : التفكير الاستراتيجي

اسم التدريسي : د. ليث علي مطر

الموعد : الأثنين 7-3-2022

طرق التخلص من التفكير السلبي

1. أهم ما في الأمر تنمية الثقة بالنفس ونزع الزعزعة، ويتم ذلك عن طريق تأمل الذات وتقدير المواهب التي أعطاها الله سبحانه وتعالى لكل منا، فكل شخص يتمتع بمميزات تميزه عن غيره، ويكمن السر هنا عن طريق التركيز على الصفات الشخصية الإيجابية، والنظر بصورة جديدة للصفات السلبية ومحاولة القضاء عليها.
2. مخالطة أشخاص إيجابيين وخلق بيئة إيجابية تساعدك على أن تبدأ في تفكيرك الإيجابي.
3. التوازن النفسي والعاطفي أمر ضروري، ويمكن الحصول عليه عن طريق الاسترخاء والراحة.
4. راقب أفكارك فأنت بذلك تراقب أسلوب حياتك، حاول أن تقصي كل فكر سلبي، واترك مجالاً واسعاً لأفكارك الإيجابية.
5. لا يمكن للشخص أن يفكر بالشيء ونقيده بنفس الوقت، فلا يمكن التفكير بالراحة والشقاء، ولا بالتجاح والفشل، ركز أفكارك على الناحية الإيجابية في كل المواضيع.
6. التفكير الإيجابي يمكن أن يُدرس، فمن الممكن أن تحصل على مهارات التفكير الإيجابي من خلال دورة تدريبية تكسب من خلالها مزيداً من العلم والثقافة في هذا المجال.
7. إياك والانطواء الذاتي والعزلة فهي تُشكل بيئة خصبة للتشاؤم.
8. ميز بين الحقيقة والخيال، ولا تُوهم نفسك بنتائج صحيحة في حين أنها لم تكتمل بعد.
9. سيطر على غضبك ولا تنفعل، حتى لا تتخذ قرارات مُتسرعة تتسبب لك بالندم وتقييد أفكارك.
10. اعتمد على إرادتك القوية، فالفرق بين الإنسان الناجح والإنسان الفاشل يتمثل في الفرق بالإرادة، فمن ملك الإرادة القوية والطموح العالي ملك القوة ومن فقدتها استسلم وقال (لا أستطيع).
11. اعتني بحديثك، فيمكننا هنا تشبيه العقل بالحديقة التي يتوجب علينا الاهتمام بها وزراعتها بأجمل الأشجار والزهور، ولكن ذلك لا يكفي فلكي تنمو تلك النباتات الجميلة لا بُد من إزالة كل العشب الضار من حولها، حتى تتمكن من النمو نمواً صحيحاً.
12. كن مستعداً للحظ السيء في أي وقت، ولتكون فكرك الناضج عن مواقف الحياة المختلفة. اقضي على الفيروسات التي تُهاجم عقلك، فكلمات مثل: لا أستطيع، ليس الآن، لقد فات الأوان، مُستحيل، كلمات من شأنها أن تُضيق عليك الفرص، إن لم تُسارع بالقضاء عليها والتخلص منها.
13. بحر الأحلام واسع، فلا تبخل على نفسك واسبح في بحر الأحلام، واجعل طموحك على قدر أحلامك، وافتح المجال لحلمك لكي يُجديد حماسك ويُشعله للعمل.
14. اجعل من الماضي درساً تتعلم منه، ولا تقف طويلاً للبكاء على الأطلال.

شكراً لكم