مجلة مركز قطر للتطوير المهني

العدد 16 - ديسمبر 2025

دليلك المهني

Founded by Qatar Foundation

من إنشاء مؤسسة قطر

9 789927 407406

ما يحتاجُهُ الشبابُ حاليًا في المقامِ الأول أنْ نمنحهم الأملَ بمستقبلٍ يحقق فيه كلٌّ منهم ذاتَهُ ويصبحُ جزءًا فاعلًا في الطاقةِ التنموية لبلادِهِ. وإذا ما تناولنا الموضوعَ من زاويةٍ اقتصادية سندركُ أنّ عدمَ الاستثمارِ في الشباب وتوفيرِ فرصِ عملٍ لهم سيمثّل هدرًا بالغًا لأهمِّ مواردِ أي دولة.

علينا أن نثقَ بشبابِنا من أجلِ تغييرِ الواقعِ والاستثمارِ فيهم، سواءٌ في التعليم أو في سوق العمل، وتسخير أفكارِهم وطاقاتِهم لدفعِ عجلةِ التنميةِ إلى الأمام.

صاحبة السمو الشيخة موزا بنت ناصر

رئيس مجلس إدارة مؤسسة قطر

المحتـــويات

2 | افتتاحية العدد

4 | أخبارنـا

10 | أخبار مهنيـة

تقـارير
12 | **نبض المدينة**
عبد الرحمن المانع

ريادة الأعمال
18 | **خطوات ثابتة ومستقبل واعد**
عبد الرحمن العمادي

استكشاف المسارات المهنية
22 | **التدريب الرياضي**

26 | **هندسة صيانة الطائرات**

30 | **علم الجينوم**

لقاء خاص
34 | **صناعة التحول**
سبيكة شعبان

تعزيز مسيرتك المهنية
38 | **قيمـة المـال**

42 | **دليلك السريع للتغلب**
على التـوتـر

48 | **مستقبلك المهني في عصر**
الذكـــاء الاصطناعي

التوجيه المهني
54 | **منظومة تتقدم بثبات**
د. حمدة النعيمي

سؤال وجواب
58 | **الإرشاد الأكاديمي**
ابتسام اليافعي

الكلمة الأخيرة
60 | **من الشغف إلى المهنة**
كلثم الكواري

أعده مركز قطر للتطوير المهني بالتعاون مع إدارة الاتصال بمؤسسة قطر.

تطبيق **دليلك المهني** متاح للتنزيل على:

GET IT ON Google Play

App Store متوفر على

دليلك المهني CAREER Guide

مستقبلك أنت من تصنعه

إن العالم الذي يتأهب طلابنا اليوم لخوض غماره، هو عالم يختلف تمام الاختلاف عن الذي استهللنا فيه نحن، أولياء الأمور والتربويون، مسيراتنا المهنية. فهو عالمٌ يموجُ بالحركة، حافلٌ بالمفاجآت، وإذا ما أقبلنا عليه بوعي مستنير، فإنه قد يحمل من التشويق ما يفوق الوصف. في حقيقة الأمر، نحن نعيش عصرًا من التحولات الكبرى؛ حيث تتلاشى مهنٌ تقليدية، لتنبثق بدلًا منها مسارات مهنية جديدة تفوق أقصى تصوراتنا.

في خضم هذا التحوّل المتسارع، تظل المعرفة التقنية الرصينة حجر الزاوية، لكنها وحدها لم تعد كافية لضمان النجاح. فالطلاب الذين سيتصدرون المشهد مستقبلًا هم من يدمجون مهاراتهم الأكاديمية بصفات قيادية عامة، مثل: سرعة التكيف، والمثابرة، والالتزام الأخلاقي، والشغف المستمر بتطوير الذات. هذه الصفات هي سلاح جيل الشباب للتعامل مع الاضطرابات بثقة، ولإعادة تشكيل مساراتهم، والمضي قدمًا حتى وإن بدت معالم الطريق غير واضحة.

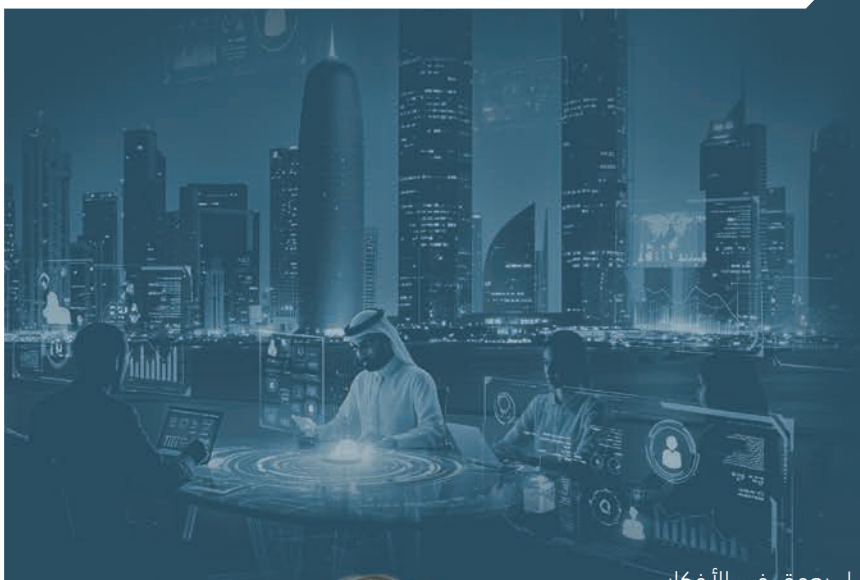
وعليه، فإن التخرّج في المدرسة أو الجامعة ليس محطة الوصول، بل هو نقطة الانطلاق لرحلة نمو مستمرة لا تعرف التوقف. وأصبحنا نرى اليوم كيف ينتقل الأفراد بين قطاعات شتى، يكتسبون مهارات مستحدثة، ويسلكون مسارات مهنية قد تكون مغايرة تمامًا لنقطة بدايتهم الأولى.

يكمن جوهر الأمر في سبر أغوار ذاتك وإدراك الدوافع التي تحركك. فإيجاد الغاية ليس لحظة عابرة، بل هو رحلة استكشافية للذات عبر خوض التجارب، والاستنارة برأي الموجهين، ومعرفة ما يهمك حقًا. وعلى طول هذا الدرب، يقف الحريصون على نجاحك، من معلمين ومرشدين وأهل، كمرآةٍ تعكس مكامن القوة التي قد تغفل عنها في نفسك.

وكما أن الأشخاص يؤثرون، فإن البيئة التي تختارها تصنع فارقًا جوهريًا في تكوين شخصيتك.

ولذا، حرصنا هنا في مؤسسة قطر على تصميم منظومةٍ متكاملة تمنحك التجارب والفرص التي تمكّنك من رسم معالم مستقبلك. إنها مساحة رحبة لاستكشاف تخصصات متنوعة، والتواصل مع مجتمع داعم ونشط، وإعداد نفسك لمواجهة عالمٍ لا يكف عن التغيّر.

وفي هذا السياق، يأتي هذا الإصدار الجديد من مجلة "دليلك المهني" ليرافقكم كمرشدٍ مخلص في رحلة استكشاف الذات. إذ يجمع بين دفتيه رؤىً ثاقبة حول أبرز القضايا التي تشكّل ملامح مستقبل العمل؛ بدءًا من آفاق الذكاء الاصطناعي وتحولات سوق العمل، ووصولًا إلى أهمية إدارة الضغوط، واستراتيجيات البحث عن الوظائف، ودور التوجيه المهني في المدارس. كما تزخر المجلة بقصص ملهمة لخبراء في مجالات متباينة، كعلم الجينوم، والتخطيط الحضري، والتصميم الداخلي، تقدم لكم نماذج حية تجسد كيف يمتزج الشغف المعرفي بالمرونة لصناعة النجاح.



أدعـو كل طالـب يقرأ هـذا الدليل أن يتأمـل بعمق في الأفكار المطروحـة، وأن يسـتقي العبـر مـن تجـارب الآخرين، مسـتفيدًا مـن الأدوات التـي نضعهـا بيـن أيديكـم لاتخاذ قـرارات واعية تحـدد وجهـة حياتكم.

وأخيـرًا، أود منكـم أن تتذكروا دومًا أن المسـتقبل ليس مسـارًا محتمًـا يُفـرض عليكم، بل هو واقـعٌ يمكنكم بالعزيمة والإعداد الجيد أن تسـتعدوا له، وأن ترسـموا معالمه بأيديكـــم.

فرانسـيسـكو مارموليخـو

رئيـس التعليـم العـالي
مؤسـسـة قطـر

عام استثنائي لمبادرة الموظف الصغير

شهدت مبادرة "الموظف الصغير" التي ينظمها مركز قطر للتطوير المهني مشاركة قياسية في نسختها السادسة للعام 2025، مع انضمام المزيد من المؤسسات الكبرى من مختلف القطاعات في دولة قطر.

وتتيح المبادرة للأطفال من 7 إلى 15 عامًا مرافقة أولياء أمورهم إلى مقار عملهم ليوم كامل، ليخوضوا تجربة ميدانية حقيقية تعرّفهم مبكرًا على عالم العمل، وتسهم في بناء وعيهم المهني، وتشجعهم على فتح حوار بناء مع أسرهم حول مستقبلهم الدراسي والمهني.

وشهد عام 2025 مشاركة أكثر من 1500 طفل وطفلة في فعاليات نُظِّمت بالتعاون مع المؤسسات الشريكة في المبادرة، أي ما يقارب ثلاثة أضعاف عدد المشاركين في النسخة التي سبقتها. وتعكس هذه الأرقام تنامي مكانة "الموظف الصغير" كأكبر برنامج للتوعية المهنية الموجهة للأطفال في قطر، كما تعزز حضورها كمبادرة وطنية قادرة على استقطاب طيف واسع من المؤسسات الكبرى بالدولة.

ملتقى المرشدين المهنيين يجمع الخبراء من جميع أنحاء دولة قطر

شهد "ملتقى المرشدين المهنيين 2025" مشاركة ما يزيد عن 200 مرشد مهني من المدارس الحكومية والخاصة في دولة قطر، في الحدث السنوي الذي بات منصة رئيسية لتطوير التوجيه المهني في المنظومة التعليمية بتعاون مميز بين مركز قطر للتطوير المهني ووزارة التربية والتعليم والتعليم العالي، وسفارة الولايات المتحدة الأمريكية في الدوحة، وقطاع التعليم العالي بمؤسسة قطر.

استمرت فعاليات الملتقى على مدار يومين، استُهلّا بكلمات افتتاحية لقيادات المركز والجهات الشريكة، أعقبها جلسة حوارية رفيعة المستوى حول دور المرشدين المهنيين في دعم استراتيجية تنمية الموارد البشرية بالدولة ناقشت توحيد المعايير المهنية، وتعزيز قدرات المرشدين، وتوطيد العلاقة بين المدارس والجامعات وجهات العمل، وكيف لهذه العوامل أن تترجم الاستراتيجيات الوطنية إلى أثر يومي ملموس في حياة الطلبة.

كما أتيحت للمرشدين فرصة حضور ورش عمل متخصصة لبناء المهارات وجلسات تعريفية حول آليات القبول الجامعي وأفضل ممارساتها ضمن برنامج تدريبي متكامل باللغتين العربية والإنجليزية؛ بالإضافة إلى معرض للتواصل المهني ربط المرشدين بالجامعات والجهات الحكومية والمؤسسات التعليمية، وأسهم في فتح قنوات تعاون جديدة بينهم وبين شركائهم في قطاع التعليم العالي.

برنامج استعد يحضر الشباب القطري للنجاح المهني

بالتعاون مع وزارة الرياضة والشباب، نظم مركز قطر للتطوير المهني النسخة الثالثة من برنامج "استعد" الذي يهدف إلى تأهيل طلبة المرحلة الثانوية لاختيار تخصصاتهم الجامعية ومساراتهم المهنية بثقة ووعي.

ويركز البرنامج على تزويد الطلبة بحزمة من المهارات العملية الأساسية لسوق العمل، من خلال ورش عمل تتناول إعداد السيرة الذاتية، والتدريب على المقابلات الشخصية، وآداب العمل وثقافة بيئات الأعمال، وتحديد الأهداف المهنية، إضافة إلى التعرف على فرص التعليم العالي المتاحة وبناء شبكات العلاقات المهنية.

وصُمم البرنامج بالتعاون مع جهات توظيفية لضمان مواءمته للاحتياجات الفعلية لسوق العمل، فيما قُدمت جلساته التدريبية باللغتين العربية والإنجليزية، بما يضمن شمولية أكبر ويعزز استفادة الطلبة من مختلف الخلفيات.

250 طالبًا وطالبة يشاركون في النسخة السابعة من مهنتي – مستقبلي

شارك أكثر من 250 من طلبة المرحلة الثانوية في النسخة السابعة من برنامج المعايشة المهنية الرائد "مهنتي – مستقبلي" الذي يتيح للشباب تجربة بيئات عمل حقيقية.

وشهد الحفل الختامي الذي أقيم لتكريم الطلبة المشاركين في مبنى ملتقى (مركز طلاب المدينة التعليمية) حضور السيد يوسف النعمة، الرئيس التنفيذي لمؤسسة قطر، إلى جانب عدد من كبار مسؤولي مؤسسة قطر و25 جهة شريكة في البرنامج.

وامتد البرنامج على مدار خمسة أيام خاض خلالها الطلبة تجربة تدريبية ميدانية داخل مؤسسات تمثل طيفًا واسعًا من القطاعات الحيوية، من بينها الطب، والطيران، والقضاء، والسياحة، والهندسة، وغيرها. وأتيحت لهم فرصة مرافقة محترفين متخصصين في مواقع العمل، ما ساعدهم على استكشاف اهتماماتهم، وتنمية مهاراتهم الأساسية، ومواءمة تطلعاتهم الأكاديمية مع مسارات مهنية مستقبلية تتماشى مع احتياجات سوق العمل.

وكانت أبرز الجهات التي شاركت في هذه النسخة من القطاعين العام والخاص: مؤسسة حمد الطبية، ومعهد الجزيرة للإعلام، والخطوط الجوية القطرية، وشركة نفط الشمال، وشركة أُريدُ قطر، وسنونو للتجارة والخدمات، وتلفزيون قطر، واللجنة الأولمبية القطرية، ومحكمة الاستثمار والتجارة، وغيرها من المؤسسات الوطنية الرائدة التي أتاح تنوعها للطلبة فرصة الاطلاع عن كثب على طبيعة العمل في تخصصات متعددة.

نجاح لافت للقرية المهنية في نسختها السادسة

حققت فعاليات النسخة السادسة من القرية المهنية هذا العام نجاحًا لافتًا بمشاركة ما يزيد عن 2000 طالب وطالبة من 125 مدرسة حكومية وخاصة من مختلف مدارس الدولة، في حدث يعد من أبرز محطات الاستكشاف المهني على أجندة التعليم في البلاد.

وينظم مركز قطر للتطوير المهني هذا الحدث سنويًا بشراكة استراتيجية مع وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي ووزارة العمل، بهدف تعريف الطلبة بالمسارات المهنية المتاحة في القطاعات الحيوية في الدولة.

وخلال أيام الفعالية الثلاثة، أُتيحت للطلبة فرصة التواصل المباشر مع أكثر من 200 مرشد مهني وأكاديمي، ولقاء محترفين من 37 جهة تمثل مؤسسات رائدة في 13 قطاعًا رئيسيًا في الاقتصاد القطري، شملت الأمن، والإدارة العامة والحكومية، والملاحة الجوية وعلوم الطيران، والتكنولوجيا، والتعليم، والمال والاستثمار والمصارف، والطاقة، والصناعة والبيع بالتجزئة، والنقل والخدمات اللوجستية، والطب، والعمل الإنساني والاجتماعي، والإعلام والعلاقات العامة، إلى جانب السياحة والضيافة.

وشهد اليوم الختامي للفعالية تنظيم جلسة حوارية رفيعة المستوى بعنوان "من التوجيه إلى التوظيف: دور الإرشاد الأكاديمي في دعم توجه الطلبة نحو القطاع الخاص"، تناولت أبرز القضايا والتحديات المتعلقة بتوطين الوظائف في هذا القطاع، في ظل صدور القانون رقم (12) لسنة 2024 بشأن تشجيع توطين الوظائف في القطاع الخاص. وجمعت الجلسة أكثر من 75 مرشدًا أكاديميًا ومهنيًا من المدارس في مختلف أنحاء الدولة، إلى جانب متحدثين من وزارة العمل، ووزارة التربية والتعليم والتعليم العالي، والبنك التجاري القطري، بالإضافة إلى خريجة شابة من أحد برامج التدريب المهني تعمل حاليًا في قطاع السياحة والضيافة، في تجربة عملية تلخص أثر التوجيه المهني الجيد على مسارات الشباب.

حضور مميز في المؤتمر العالمي للتطوير المهني

شارك مركز قطر للتطوير المهني في المؤتمر العالمي للتطوير المهني 2025 الذي نظمته الجمعية الوطنية للتطوير المهني (NCDA)، واستضافته مدينة أتلانتا بالولايات المتحدة الأمريكية، وذلك في إطار جهود المركز لتعزيز الحضور المتنامي لدولة قطر كإحدى الدول الرائدة إقليميًا في مجال الإرشاد المهني وتمكين الشباب.

ومثّل المركز في المؤتمر السيد محمد علي اليافعي، رئيس قسم البرامج والخدمات المهنية، حيث استعرض جهود المركز الريادية في ترسيخ التعلم التجريبي عبر برامج المعايشة المهنية والتدريب العملي، والتي تتيح للشباب الاحتكاك المباشر ببيئات العمل الواقعية، واستقاء مهارات الحياة والعمل مباشرة منها.

وتأتي مشاركة المركز في هذا المؤتمر العالمي ضمن استراتيجيته للتعاون والانخراط الدولي الرامية إلى بناء القدرات، وتعزيز الابتكار في خدمات الإرشاد المهني، وترسيخ ريادة دولة قطر في مجال التنمية البشرية المستدامة.

الجهود تتواصل لدعم الشمولية في سوق العمل

واصل مركز قطر للتطوير المهني خلال عام 2025 تكثيف جهوده لدعم التطوير المهني الشمولي من خلال حزمة متكاملة من البرامج والشراكات ومبادرات تدريب الممارسين في مجال الإرشاد المهني، مع تركيز خاص على تعزيز فرص الأشخاص ذوي الإعاقة في مجالات التدريب والعمل.

فمن خلال برنامج "لأنك تقدر"، عمل المركز على تقديم أنشطة عملية لبناء ثقة الشباب من ذوي الإعاقة وصعوبات التعلّم بأنفسهم، وذلك عبر تنظيم جلسات لتنمية المهارات، والفعاليات المجتمعية، والأيام الرياضية الشمولية. كما وفر البرنامج تدريبًا للمرشدين المهنيين وأصحاب العمل حول التيسيرات المعقولة التي يمكن أن يوفروها في بيئة العمل لمساعدة ذوي الإعاقة على الانتقال من العمل التطوعي إلى تجارب المعايشة المهنية الحقيقية، ثم خوض مسارات مهنية حقيقية.

كما تعاون المركز مع أكاديمية رينار في تنفيذ برنامج "معًا نزدهر" الذي يهدف إلى تعزيز قابلية التوظيف لدى الطلبة من ذوي التوحّد والمتنوعين عصبيًا، من خلال ورش تطوير المهارات، وفرص المعايشة في مواقع العمل، وبرامج التدريب العملي بإشراف متخصص. واعتمد البرنامج على شراكات مع جهات توظيف متخصصة لتصميم فرص تدريب مدعومة، وتقديم إرشاد موجه للأسر والمرشدين لتيسير انتقال الطلبة المشاركين بسلاسة من المدرسة إلى عالم العمل، بما في ذلك تجارب معايشة مهنية لمدة يومين في بيئات عمل حقيقية.

ومن خلال تلك الجهود، يسعى مركز قطر للتطوير المهني إلى نقل مفهوم الشمولية من مستوى النوايا إلى مستوى الأثر الملموس، لضمان أن يحظى كل متعلم بفرصة الوصول إلى توظيف مجدٍ، وأن يسهموا في تنمية رأس المال البشري في دولة قطر بما ينسجم مع رؤية قطر الوطنية 2030.

"أبطال الإنسانية" سلسلة مصورة تلهم الشباب للانخراط في العمل الإنساني

أطلق مركز قطر للتطوير المهني، بالتعاون مع الهلال الأحمر القطري، سلسلة مصورة قصيرة بعنوان "أبطال الإنسانية"، تسلّط الضوء على المتطوعين والعاملين في الصفوف الأمامية في مجال العمل الإنساني داخل قطر وخارجها.

وتستعرض كل حلقة من السلسلة دورًا مختلفًا من أدوار العاملين في المجال الإنساني، موضحةً طبيعة مهامهم، والمهارات المطلوبة لكل دور، وسبل انخراط الشباب في العمل التطوعي والإنساني. كما تقدّم السلسلة خطوات عملية لدخول مسارات العمل الإنساني في قطر، وتبرز قيمة العمل الجماعي الذي يقف وراء نجاح جهود الإغاثة الفعّالة.

وتساعد هذه السلسلة المشاهدين، ولا سيما الشباب منهم، على مواءمة قيمهم ونقاط قوتهم مع أدوار تطوعية تترك أثرًا حقيقيًا في حياة الآخرين، وتعزز روح المبادرة والمسؤولية المجتمعية لديهم.

يمكنكم مشاهدة جميع الحلقات عبر موقعنا الرسمي من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة التالي:

إصدار دليل شامل للتخصصات المطلوبة ضمن برنامج الابتعاث الحكـــومي

أصـدر ديـوان الخدمـة المدنيـة والتطويـرِ الحكومـي، بالتعـاون مع وزارة التربيـة والتعليـم والتعليـم العالـي، دليـلًا شـاملًا يوضـح التخصصـات الأكاديميـة المطلوبـة ضمـن برنامـج الابتعـاث الحكومـي بهـدف وضـع خريطـة طريـق واضحـة للطلبـة المقبِليـن علـى التعليـم الجامعـي. ويهـدف الدليـل إلـى تمكيـن الطلبـة مـن اتخـاذ قرارات أكاديمية مدروسـة تتماشـى مع الأولويـات الوطنية، مـن خلال تحديـد التخصصات التي يشـهد سـوق العمـل الحكومي طلبًـا متزايـدًا عليهـا، بما يسـهم فـي تكوين كفـاءات وطنية قادرة علـى قيادة مسـيرة التنمية في الدولة.

يتضمـن الدليـل أكثـر مـن 120 تخصصًـا مطلوبًـا موزعـة علـى 7 مسـارات رئيسـية (6 مسـارات للبكالوريـوس ومسـار للدبلـوم)، إضافـةً إلـى مسـارات فرعيـة فـي مجـالات حديثـة ذات أولويـة وطنيـة، حُـددت بمجملهـا بنـاءً علـى دراسـة دقيقـة لاحتياجـات الجهات الحكومية.

يعـد إصـدار هـذا الدليـل خطـوةً جوهريـة في دعـم رؤية قطـر الوطنية 2030، لا سـيما ما يتصـل بالركائـز المتعلقة بالتعليـم وتنميـة المـوارد البشـرية وبنـاء اقتصـادٍ معرفـي. ويدعـو ديـوان الخدمـة المدنية والتطويـر الحكومـي الطلبـة وأوليـاء الأمـور إلـى الاطلاع علـى محتـوى الدليـل والاسـتفادة منه في رسـم المسـار الأكاديمـي والمهنـي، بمـا يعـزز مواءمـة التعليـم مـع احتياجات سـوق العمل في السـنوات القادمة.

للاطـلاع علـى الدليـل، يرجـى مسـح الرمـز التالـي:

افتتـاح أول مركـز لاختبارات "آيلتـس" في المدينـة التعليمية

بالتعـاون مـع المجلـس الثقافـي البريطانـي، أعلن برنامج الجسـر الأكاديمـي، التابـع للتعليـم مـا قبـل الجامعـي فـي مؤسسـة قطـر، عـن افتتـاح أول مركـز لاختبـارات "آيلتـس" فـي المدينـة التعليميـة. وإلـى جانـب إتاحـة التسـجيل وأداء اختبـار "آيلتـس" لطلبـة برنامـج الجسـر الأكاديمـي وجامعـات المدينـة التعليمية، سـيفتح المركز أبوابه كذلـك لعموم أفراد المجتمع.

كارنيجي ميلون في قطر تطلق برنامج بكالوريوس في الذكاء الاصطناعي

أعلنت جامعة كارنيجي ميلون في قطر الشريكة لمؤسسة قطر، عن إطلاق بكالوريوس العلوم في الذكاء الاصطناعي. ويتضمن البرنامج الذي تبلغ مدته أربع سنوات مقررات في علوم الحاسوب والرياضيات والإحصاء وتعلم الآلة.

افتتاح كلية برزان الجامعية

دشنت كلية برزان الجامعية انطلاقها رسميًا في قطر بالشراكة مع جامعة سوينبرن للتكنولوجيا الأسترالية. واستقبلت الجامعة دفعتها الأولى في سبتمبر 2025 ضمن برامج في الهندسة وإدارة الأعمال والحوسبة والتكنولوجيا الرقمية.

جامعة حمد بن خليفة تدشن برنامج ماجستير الآداب في الترجمة في المجالات الإبداعية

أطلقت كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية في جامعة حمد بن خليفة برنامج ماجستير الآداب في الترجمة في المجالات الإبداعية، وهو البرنامج الأول من نوعه في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، ويدمج بين فن الترجمة والاحتياجات الديناميكية لمختلف القطاعات الإبداعية. ويهدف البرنامج إلى تزويد المترجمين الموهوبين، وصُنّاع المحتوى، والوسطاء الثقافيين بالمهارات اللازمة لمواكبة مستجدات سوق العمل الإبداعي العالمي.

مؤسسة قطر تطلق برنامج ريادة

أطلقت مؤسسة قطر مبادرة "ريادة" بالشراكة مع جامعة الدراسات العليا لإدارة الأعمال HEC Paris ومؤسسة "ديوك" للتعليم المؤسسي التابعة لجامعة "ديوك" الأمريكية، وهي مؤسسة رائدة في مجال دعم التعليم المخصص. وصُممت المبادرة بهدف تطوير مجموعة مستدامة من المواهب من ذوي الكفاءات العالية التي تدعم نمو مؤسسة قطر وتأثيرها المستقبلي في مختلف القطاعات الرئيسية.

نبـــض المدينة

عبد الرحمن المانـع

شاب قطري يسلط الضوء على أهمية التخطيط العمـــراني

عندما يحين وقت اختيار المسار المهني، يميل قطاع واسع من الطلبة القطريين إلى المسارات المألوفة، مثل: الطب، والهندسة، وإدارة الأعمال، والتربية، والمجالات العسكرية والأمنية. وتتراوح دوافعهم في ذلك بين المكانة الاجتماعية، وتأثير الأسرة، والشعور بالأمان الوظيفي، مع محدودية الوعي ببدائل واعدة في سوق العمل. ومع ذلك، تظهر بين الفينة والأخرى قصص شباب خاضوا طرقًا غير تقليدية ونجحوا فيها.

في النسخة الثانية من قمة "إرثنا" في مشيرب قلب الدوحة، التقينا عبد الرحمن حمد المانع، أحد أبرز الأصوات الشابة في التخطيط العمراني، وقد بات خلال السنوات الأخيرة وجهًا معروفًا في هذا الحقل وسفيرًا لأهميته. كان عنوان الجلسة التي أدارها المانع: "جاهزية المدن للمستقبل: ذكية ومستدامة وقابلة للعيش"، وكان جليًا للحضور شغفه وهو يحاور ضيوفه حول ترميم الصلة بين الطبيعة والمدينة. في السطور التالية، نتعرف على مسيرته، ونرى المدينة بعينه، ونصغي إلى طموحه لوضع هذا المجال المهني في مكانته المستحقة.

اكتشاف الشغف

ترعرع المانع وهو يتابع الطفرة العمرانية التي شهدتها دولة قطر خلال العقدين الماضيين؛ طفلٌ فضولي يراقب الصحراء وهي تتحول لأحياء ومشروعات نابضة بالحياة. راح يتساءل مبكرًا: من يرسم ملامح المدن؟ وكيف نحافظ على هويتنا وسط هذا التطور السريع؟ على الرغم من تلك التساؤلات، لم يكن ميالًا خلال المرحلة الثانوية إلى الهندسة والعمارة بالمعنى التقليدي، إلى أن شاهد في حصة الجغرافيا وثائقيًا عن إعادة الاستخدام المتكيف للمباني القديمة لغير الغرض الأصلي الذي بنيت من أجله في نيويورك، ليمسك من خلاله أطراف خيوط التخطيط العمراني، ليقرأ ويبحث، وتنعقد الصلة: "وجدتها، هذا مجالي".

في البداية، كان لدى والديه بعض التحفظات لغرابة التخصص محليًا، إلا أنه قال: "كانت مخاوفهم مفهومة. أرادوا لي مسارًا مستقرًا وواضح المعالم. لكن مع الوقت، حينما لاحظوا شغفي العميق بالمجال، واهتمامي الحقيقي بالمدن والمجتمعات، وإيماني بأن التخطيط العمراني هو أداة فاعلة لخدمة الناس وتحسين جودة حياتهم، تحول هذا التحفظ إلى دعم كامل. وقفوا بجانبي في كل خطوة، وكانوا أول من احتفل بكل إنجاز أكاديمي ومهني حققته".

رؤية تتبلور

عـام 2016، تخرج المانع في مدرسـة "أكاديمية قطـر – الدوحـة"، ثـم التحـق بكليـة الفنـون والعمـارة والتخطيـط فـي جامعـة "كورنيـل" بالولايات المتحدة، حيـث نال درجة البكالوريوس فـي الدراسـات الحضريـة والإقليميـة، مـع تخصص فرعي في الدراسـات الشـرق أوسـطية. صـاغ تكوينه الأكاديمي فهمًـا متكاملًا للعلاقة بيـن المـكان والمجتمـع، ورسـخ رؤيتـه لمهنـة التخطيـط أداةً للتنميـة الشـاملة، حيـث أوضـح: "وجـدت فـي التخطيـط العمرانـي مزيجًـا جميلًا بين الدراسـات الاجتماعيـة والاقتصادية، والرؤية التصميميـة والهندسـية. لقـد منحني مـدخلًا لفهم المدينـة بوصفها كائنًـا حيًـا يتفاعـل فيه الإنسـان والمـكان".

وأضـاف: "تعلمـت أن المخطط نقطة البداية فـي عملية تطوير المدن والأحيـاء. فهـو يضـع الإطـار العـام الـذي يعمـل المهنـدس المدني، والإنشـائي، والمعمـاري، وبقيـة التخصصـات فـي إطاره، وهـو يحدد مـاذا يُبنـى، وأيـن ولمـاذا. كل ذلـك جعلني أؤمـن بـأن التخطيط ليس مجـرد مهنـة، بل مسـؤولية تجـاه المجتمـع والمكان".

بعـد عودتـه إلى قطـر، التحق بـوزارة البلديـة مخططًـا عمرانيًا، فعمل أربع سـنوات على تحديث مخططات تقسـيم المناطق واسـتخدامات الأراضـي، ومراجعـة المخططـات العامـة للمشـروعات الكبـرى، وتحديـث الاشـتراطات التصميميـة والتخطيطيـة. ثـم تولـى رئاسـة "وحـدة المخططـات المكانيـة" المشـرفة على المخططـات الهيكلية والمشـروعات الكبـرى علـى مسـتوى البلديـات كافـة.

أبـرز التحديـات التـي واجهته حينهـا كانت نـدرة المخططيـن القطريين الشـباب، وقلّـة الاختصـاص داخـل مؤسسـات الدولة، ما خلـق فجوةً فـي "اللغـة المشـتركة" بيـن التخطيـط والتنفيـذ علـى حـد وصفـه، إذ قـال: "أضعـف ذلـك حضـور الرؤيـة الوطنيـة المتكاملـة فـي بعض جوانـب المشـروعات. ووجـدت نفسـي فـي كثيـر مـن الأحيـان ضمن عـدد قليل من المتخصصين في بيئة تتطلب التنسـيق مع مهندسـين واستشـاريين وصنـاع قـرار من خلفيـات مهنيـة مختلفة".

لـم يكن تجـاوز هذا التحدي سـهلًا؛ لكنه نجح في ذلـك بتعزيز مهاراته فـي التفـاوض والتنسـيق، والمبـادرة بطـرح مقترحـات عملية تسـتند إلـى البيانـات والممارسـات الدوليـة، مـع حرصـه علـى مواءمتهـا مـع السـياق المحلي. تحمـل المانع مسـؤوليات تتجاوز الوصـف الوظيفي لعملـه، ودأب علـى تشـجيع وتمكين الكفاءات الشـابة مـن الانضمام إلـى المجـال وإثرائه محليًـا على المـدى البعيد.

إنجـاز يُعتـدّ بـه

عمـل المانع خلال مسـيرته على مشـروعات عديدة، لـكل منها مكانة خاصـة لديـه، ولكنـه يعتـز على نحو خـاص برئاسـته فريق إعـداد ملف ترشـح الدوحـة لجائـزة شـنغهاي للمـدن المسـتدامة التـي ينظمهـا برنامـج المسـتوطنات البشـرية التابع للأمم المتحدة، المعروف باسـم "موئـل الأمـم المتحـدة"، بالتعـاون مع بلدية شـنغهاي.

تحـدث ضيفنـا عـن تلـك التجربـة، قـائلًا: "عملنـا علـى إعـداد ملـف متكامـل يُبـرز جهـود الدوحة فـي الاسـتدامة الحضرية مـن خلال رصد وتحليـل المبـادرات التخطيطية والبيئيـة والاجتماعيـة وتقديمها بلغة تفهمهـا المـدن العالميـة، دون أن نفقـد هويتنـا المحليـة. تطلـب الأمـر تنسـيقًا دقيقًـا بين جهـات متعددة وتحليـلًا عميقًا للمؤشـرات العمرانيـة والبيئيـة فـي وقـت ضئيـل. وبفضـل جهـود الفريـق، فازت الدوحـة بالجائـزة فـي دورتهـا الثانية".

وأضـاف: "كانـت لحظـة فخر كبيـرة أن أُكلـف بتمثيل الـوزارة والدولة رسـميًا فـي حفـل التكريـم الدولـي، وتسـلم الجائـزة باسـم مدينـة الدوحـة. لـم يكـن هـذا الإنجـاز تتويجًـا لجهودنـا وحسـب، بل شـهادة علـى المكانـة التـي باتت تحظـى بها دولة قطـر في مجـال التخطيط الحضـري المسـتدام علـى المسـتوى العالمـي".

مسـتقبل واعـد

عُيّـن المانـع مؤخـرًا رئيسًـا لوحـدة الـرؤى والسياسـات التخطيطيـة المعنيـة بصياغـة الاسـتراتيجيات الوطنية لقطـاع التخطيـط العمراني وتحديثهـا. يأمـل المخطـط العمرانـي المجتهـد أن تكـون مسـيرته المهنية مصدر إلهام للمزيد من الشـباب ليستكشـفوا مجال التخطيط العمرانـي ويسـعوا لبنـاء مسـيرة مهنية فيـه، لأنه من المجـالات التي تمتلـك آفاقًـا واعدة في دولة قطر بحكـم دوره المحوري في تحقيق أهـداف التنمية المسـتدامة، ولا سـيما في ظل توسـع المشـروعات الكبـرى وتنامـي الاهتمـام بالتـوازن بيـن النمـو الاقتصـادي، والحفاظ علـى البيئة، وتحسـين جـودة الحياة.

وفـرص العمل في هذا المجال لا تقتصـر على وزارة البلدية بقطاعاتها المختلفـة، فثمـة مؤسسـات حكوميـة أخـرى بحاجـة إلـى متخصصين يمتلكـون مسـتوى عـالٍ مـن الثقافـة الحضريـة، مثـل متاحـف قطـر التـي تتعامـل مع التـراث المعماري فـي بيئات حضرية وقروية، ووزارة المـواصلات التـي تعمل على تطويـر أنظمة نقل متكاملـة، والمجلس الوطنـي للتخطيـط الـذي يقـود السياسـات التنموية على المسـتوى الوطنـي. كمـا أن هنـاك فرصًـا علـى مسـتوى القطـاع الخـاص، لأن العديـد مـن المكاتب الاستشـارية تقـدم خدمات التخطيط، وتشـارك فـي تصميـم وتنفيـذ مشـروعات التطوير علـى مختلف المسـتويات.

وأضـاف المانـع: "مـع تزايـد الحاجـة إلـى كفـاءات تخطيطيـة وطنيـة، بـات مـن الضـروري الاسـتثمار فـي إعـداد وتمكيـن جيـل جديـد مـن المخططيـن القادريـن علـى قيـادة مسـتقبل المـدن القطريـة. أتمنى الإسـهام فـي بنـاء جيل جديد مـن المخططيـن القطريين والمشـاركة فـي تهيئـة بيئـة تمكّنهم من التعبيـر عن رؤاهم والعمل بشـغف على تطويـر مدنهـم، بمـا يعكـس تطلعـات المجتمـع وقيمـه وهويته".

أكثر من مجرد خرائط

التخطيـط ليـس رسـمًا أو تقارير وحسـب؛ إنّـه تحليل متشـابك لعلومٍ متعـددة: الاجتمـاع، والاقتصـاد، والجغرافيـا، والجيولوجيـا، والبيئـة، والتاريـخ، والعمـارة، والهندسـة. وينصـح المانـع الراغبيـن بخوضـه بالتالـي: "كـن فضوليًـا ونشـطًا ومبـادرًا. لا تكتـفِ بمـا يُـدرّس فـي القاعة الدراسـية، بل شـارك فـي المؤتمرات المحليـة والدولية، وكن جـزءًا من الحوارات التي تُشـكّل مسـتقبل المدن. احـرص على الحضور وتدويـن الملاحظـات والمشـاركة. اسـتفد مـن منصـات التواصـل الاجتماعـي فـي التعبيـر عـن آرائـك وتسـليط الضـوء علـى القضايـا الحضريـة التـي تؤثر علينا في دولة قطر، سـواء كانـت مرتبطة بالنقل أو البيئـة أو جـودة الحيـاة".

الذكاء الاصطناعي شريك لا بديل

مـع تصاعد أثر الـذكاء الاصطناعي في عالم العمـل، يتردّد في أذهاننا جميعًـا سـؤال مهـم: هـل يمكـن لـه أن يـؤدي لاختفـاء المهـن التـي نختارهـا فيمـا يتعلق بالتخطيـط العمراني؟ الرد جـاء قاطعًا من ضيفنا: "مـع تعقّـد المدن واتسـاع نطـاق البيانـات المتاحة، بـات المخططون العمرانيـون يسـتفيدون مـن أدوات الذكاء الاصطناعـي لاتخاذ قرارات مسـتنيرة وأذكـى؛ لكن رغـم الإمكانات الهائلة للـذكاء الاصطناعي، لا يمكـن لـه أن يسـتبدل وظيفـة المخطـط العمرانـي. فالتخطيـط ليس مجـرد تحليـل بيانـات أو محـاكاة رقميـة، بـل عمليـة إنسـانية تتطلـب فهمًـا للسـياق الاجتماعـي والثقافـي، وحسًـا بالعدالـة، وقـدرة على الموازنـة بيـن المصالـح المتضاربـة". واسـتطرد بالقـول: "تظـل أدوات الـذكاء الاصطناعـي بحاجـة دائمـة إلـى تدخـل بشـري واعٍ يوجههـا لخدمـة النـاس، وليـس الأنظمـة فقـط، ويضمن فـي الوقـت ذاته أن تبقـى المدينة مسـاحة عادلـة وشـاملة للجميع".

سعي لإحداث تغيير حقيقي

يأمـل المانـع أن يكـون صوتًـا قياديًـا لمهنـة التخطيـط العمراني في دولـة قطـر، وأن يُسـهم فـي بنـاء الوعـي المجتمعـي والمؤسسـي بأهميتهـا ودورهـا، وأن يرسّـخ مكانـة التخطيـط جنبًـا إلـى جنـب مع الهندسـة، لمـا لـه من أثر مباشـر علـى جودة الحيـاة وتوجيـه التنمية، إذ قـال: "أريـد أن أُرسّـخ فـي أذهـان صنـاع القـرار والمجتمـع أن مخططـي المدن ليسـوا مجـرد فنيين خلف الكواليـس، بل هم موارد بشـرية وطنيـة أساسـية، نحتاجهـا لفهـم وحـل مـا يمكـن تسـميته بـ "أمراضنـا الحضريـة"، مـن ضعـف الترابـط بيـن الأحيـاء، إلـى مشـاكل النقـل، وانعـدام الهويـة في بعـض المشـروعات. أطمح إلـى أن أرى المخطـط العمرانـي فـي قطر يحظـى بالاعتراف المهنـي والاعتباري الـذي يـوازي أهميـة مـا يقدمـه مـن عمـل، وأن يكـون حاضـرًا علـى طاولـة القـرار، لا فـي مرحلـة التنفيـذ فقط".

الرحلة مستمرة

يفخـر ضيفنا الشـاب بمـا حققه حتـى الآن في مسـيرته، ولكنه يرى أن الطريـق مـا زال طـويلًا، فهنـاك الكثيـر مما يسـعى لتحقيقـه. واختتم حديثـه معنـا بالقـول: "منحتنـي هـذه الرحلـة فرصـة للمسـاهمة في صياغـة ملامـح المدينة القطريـة الحديثـة، وتحقيق التـوازن بين النمو العمرانـي والحفـاظ علـى هويـة المـكان. المدينة ليسـت مجـرد مبانٍ وشـوارع، بـل تعبير عـن القيم والرؤية التـي نحملها كمجتمـع، ودوري كمخطـط هـو أن أجمع بين دفتي الرؤية والهندسـة في الوقت ذاته".

الثقافة الحضرية

هـي قدرتـك على فهـم مدينتـك والتعامـل الذكـي معها، ويشـمل ذلـك معرفـة الخدمـات الحكوميـة والبلديـة والوصـول إليهـا حضوريًـا ورقميًـا، مثـل اسـتخراج تصريـح أو الإبلاغ عـن مشـكلة في الحي. وهي كذلـك فهمك للفضاء العـام، وكيـف تُسـتخدم الشـوارع والسـاحات والمرافـق ولمـاذا صُمّمت كذلك، والتصرّف فيهـا بأمان واحترام. أضف إلـى ذلـك وعيك بحقوقك ومسـؤولياتك، ومشـاركتك في تحسـين منطقتـك وحمايـة البيئـة وجـودة الحيـاة للجميع.

مسرد مصطلحات التطوير المهني

مهارات قابلة للنقل

المهـارات القابلـة للنقـل هـي مجموعـة واسـعة مـن المعـارف والكفاءات المكتسـبة مـن مختلف المواقـف الحياتيـة، كالتعليـم والعمل والمشـاركة المدنية؛ وهـذه المهارات يمكن اسـتخدامها في مجـالات العمـل الأخرى.

قابلية التوظيف

يشـير مصطلـح قابليـة التوظيـف إلـى مجموعـة مـن السـمات الشـخصية التـي تمكّـن الفـرد مـن الالتحـاق بسـوق العمـل، والحفـاظ علـى وظيفتـه، وإحـراز التقـدم فـي مسـاره المهنـي.

هل تواجه صعوبة في فهم المصطلحات المهنية؟ امسح الرمز التالي لتطلع على مسرد مصطلحات التطويـر المهنـي عبـر محـرك بحـث بسيط وسهل الاستخدام.

لا حيرة بعد اليوم، تعلم المزيد من المصطلحات المهنية باللغتين العربية والإنجليزية.

أعـد هـذا المسـرد فريق مـن المتخصصين في التطويـر المهني من رابطـة التوجيه المهني في آسـيا والمحيـط الهـادئ، وجـرى تدقيقـه وترجمته بالتعـاون بين مركز قطـر للتطوير المهنـي ومركز الترجمة والتدريـب التابـع لكلية العلـوم الإنسـانية والاجتماعية في جامعة حمـد بن خليفة.

الدليلة
AL-DILEELA
مرشدك المهني
Your Career Navigator

محتار في اختيار خطواتك المهنية القادمة؟

الدليلة سيساعدك في
اختيار المسار الأنسب!

الجلسات العربية

Founded by Qatar Foundation
من إنشاء مؤسسة قطر

ريـادة الأعمـال في قطـر

خطـوات ثابتـة ومستقبل واعـد

لقاء خاص مع

عبد الرحمـن العمـادي

نائب رئيس نادي رواد الأعمال الشباب

شهدت منظومة ريادة الأعمال في دولة قطر خلال الأعوام الأخيرة حراكًا متسارعًا، مدفوعًا باهتمام حكومي واسع وسياسات واضحة لدعم هذا القطاع الحيوي لكونه ركيزة أساسية لتنمية المجتمع وبناء اقتصاد متنوع ومستدام قائم على المعرفة.

تجسد هذا الاهتمام في شبكة دعم متكاملة توحدت فيها جهود مؤسسات الدولة بمختلف مستوياتها وكان أبرزها ترسيخ ثقافة ريادة الأعمال في المدارس والجامعات، وإطلاق برامج توعوية وتعليمية وإرشادية تشجع الشباب على استكشاف هذا المجال، وتسهيل الوصول إلى برامج التمويل، وتأسيس حاضنات ومسرعات الأعمال، وتبسيط إجراءات تأسيس الشركات، وتمكين الشركات الناشئة من دخول الأسواق.

وأسهم كل ذلك في بناء بيئة ريادة أعمال حاضنة للمبدعين ومحفزة على الابتكار، صُنفت ضمن الأفضل إقليميًا ودوليًا، إذ احتلت دولة قطر المرتبة الحادية عشرة عالميًا في مؤشر بيئة ريادة الأعمال لعام 2024-2025، وفقًا لتقرير المرصد العالمي لريادة الأعمال.

مبادرة طموحة وجهود لافتة

وسط هذا الزخم، برزت مبادرات وطنية تسعى إلى الإسهام في تطوير مجال ريادة الأعمال محليًا، كان أبرزها خلال الفترة الماضية "نادي رواد الأعمال الشباب". فقد انطلقت المبادرة من جهد شبابي تطوعي، ثم حققت خلال فترة وجيزة إنجازات لافتة ونموًا فاق التوقعات، تُوّج بالدعم الرسمي في عام 2022.

ويهدف النادي إلى الوصول لأكبر شريحة ممكنة من الشباب المهتمين بريادة الأعمال، وبناء صلة وثيقة بينهم عبر تنظيم فعاليات وأنشطة متنوعة يتبادلون خلالها الخبرات، ويقتربون من بيئة الأعمال الواقعية، مع الاستفادة في الوقت ذاته من تجارب رواد سبقوهم. كما ينظم ورشًا وندوات توعوية لتنمية المهارات الريادية وربط الشباب بالفرص الاستثمارية والتمويلية المتاحة في السوق القطري.

في هذا العدد من "دليلك المهني" نسلط الضوء على مبادرة "نادي رواد الأعمال الشباب" عبر لقاء خاص مع السيد عبد الرحمن طارق العمادي، نائب رئيس النادي وأحد أبرز الوجوه القيادية الشابة في منظومة ريادة الأعمال القطرية.

يجمع العمادي بين خبرته كرائد أعمال أطلق منذ عام 2018 عددًا من المشروعات وحقق نجاحات ملموسة، مع حضور فاعل في برامج النادي وأنشطته.

في هذا الحوار، يقدّم لنا العمادي رؤيته لتنمية ريادة الأعمال الشبابية في قطر، ويوضح كيف تسهم مبادرات النادي في تمكين الجيل القادم من المبتكرين عبر ربطهم بالفرص، وتحويل طاقاتهم إلى إنجازات على أرض الواقع. تعرفوا على تفاصيل الحوار عبر السطور التالية:

كيف كانت بدايات "نادي رواد الأعمال الشباب"؟

عندما انطلقنا كانت المبادرة جهدًا شبابيًا تطوعيًا هدفه جمع المهتمين بمجال ريادة الأعمال لتبادل الخبرات. ومع نجاح المبادرة واتساع أثرها، تأسس "نادي رواد الأعمال الشباب" رسميًا تحت مظلة وزارة الشباب والرياضة، وبشراكات داعمة مع وزارة التجارة والصناعة، وبنك قطر للتنمية، و"غرفة قطر". أرسى ذلك أساسًا صلبًا لتمكين الشباب من استكشاف مشهد ريادة الأعمال ودخوله بثقة. لقد شكلت جهود الوزارة علامة فارقة في تعزيز مسيرة ريادة الأعمال على المستوى الوطني.

ما موقع النادي في المنظومة الحالية لريادة الأعمال في قطر؟

بفضل الشراكات الاستراتيجية مع بنك قطر للتنمية، و"غرفة قطر"، و"سنونو"، تحوّل النادي إلى منصة شبه حكومية غير ربحية تمثل نقطة التقاء للإبداع والابتكار. وأصبح النادي يشكل حلقة وصل مباشرة بين الشباب ورواد الأعمال من جهة، والجهات الداعمة والمنظمة من جهة ثانية.

وما الذي يميز ما تقدمونه للشباب مقارنة مع أي مبادرات أخرى في مجال ريادة الأعمال؟

أعتقد أن أهم ما يميزنا، قبل كل شيء، كوننا مبادرة شبابية خالصة يقودها رواد الأعمال أنفسهم؛ نفهم الاحتياجات الحقيقية للشباب المبتدئين في مجال ريادة الأعمال، ونصمم برامجنا انطلاقًا من تجارب عملية ودروس ميدانية. ونحرص دومًا على أن يتعلم الشباب من تجارب من سبقوهم في هذا المجال، فيستفيدون من نجاحاتهم ويتجنبون أخطائهم.

هل عضوية النادي مفتوحة للجميع؟

العضوية الرسمية مخصصة لحملة السجل التجاري، لكن باب المشاركة في أنشطة النادي مفتوحة لجميع الفئات من الشباب ورواد الأعمال بدون أي اشتراطات. يتيح النادي لكل المهتمين بمجال ريادة الأعمال، من مواطنين ومقيمين، دخول الفعاليات والورش التدريبية، والاستفادة من خدماته وبرامجه داخل قطر وخارجها. ويأتي ذلك في إطار التزامنا بالشمولية وتعزيز فرص المشاركة للجميع.

هل حقق النادي أهدافه خلال سنواته الثلاث الأولى؟

نعم، يمكنني القول بثقة إننا تجاوزنا الأهداف المرسومة للسنوات الثلاث الأولى. لقد حققنا نموًا سريعًا، واستفاد آلاف الشباب والشابات من الورش والمعسكرات الصيفية التي نقدمها. كما بلغ عدد ورش العمل التي نظمناها منذ تأسيس النادي ما يقارب 50 ورشة تفاعلية تدريبية متخصصة. ونظمنا ثلاثة معسكرات صيفية استفاد منها ما يقارب ألف مشارك، كان آخرها معسكر الابتكار الصيفي في يوليو 2025.

في الوقت ذاته، قدمنا دعمًا مباشرًا لحوالي 2600 مشارك، تمثل بعرض مشروعاتهم على منصات عرض مخصصة في المؤتمرات والمنتديات، وتمكينهم من تنميتها. كما كان كل منتدى شارك فيه النادي بمثابة منصة للشباب من أجل التواصل مع عشرات الجهات، والحصول على فرص توظيف مميزة. إلى جانب ذلك، بنينا شبكة شراكات واسعة مع أكثر من 36 جهة محلية ودولية، وأطلقنا منصة من أجل توفير الموارد الريادية عالميًا.

لننتقل للحديث عن بيئة ريادة الأعمال المحلية، كيف تقيم المشهد الحالي للمنظومة في دولة قطر؟

شهدت دولة قطر خلال العقدين الماضيين تطورًا لافتًا في منظومة ريادة الأعمال بفضل الجهود الحكومية والمؤسسية. نرى اليوم بنية تحتية قوية، تشمل حاضنات ومسرعات الأعمال، إضافة إلى برامج التمويل والدعم. الوضع جيد إلى حد كبير، والمؤشرات إيجابية؛ لكن ذلك لا ينفي الحاجة لمزيد من التركيز على تسهيل نفاذ رواد الأعمال إلى الأسواق الإقليمية والدولية، وتعزيز ثقافة الاستثمار الجريء محليًا.

ما الذي تحتاجه المنظومة لتشجيع انطلاق المزيد من الشركات الناشئة في قطاع التكنولوجيا؟

من أجل تحقيق ذلك، نحتاج إلى تقديم دعم أكبر لمجال البحث والتطوير، وتوفير بيئة تشريعية مرنة تسمح بتجربة نماذج أعمال جديدة. كما يجب توسيع الشراكات بين القطاعين الحكومي والخاص لتحويل الأفكار المبتكرة إلى شركات قابلة للنمو عالميًا.

هل ثمة اهتمام بدعم الشركات الناشئة في قطاعات واعدة غير التكنولوجيا؟

نعم، بالتأكيد. هناك قطاعات حيوية لا تقل أهمية عن قطاعات التكنولوجيا مثل: الاقتصاد الأخضر، والطاقة المتجددة، والصناعات الإبداعية التي تتماشى مع رؤية قطر الوطنية 2030، وتوفر فرصًا مجدية للشباب لتأسيس مشروعات أو شركات ناشئة تقدم حلولًا مبتكرة.

ما أكثر الأخطاء شيوعًا لدى الشباب المبتدئين في ريادة الأعمال؟

المشكلة الأبرز في غالب الأحيان هي التسرع في إطلاق المشاريع دون دراسة جدوى واضحة، أو فهم دقيق للسوق. يركز بعض الشباب فقط على الفكرة على حساب الاستدامة المالية والإدارة التشغيلية، وهما عنصران بالغا الأهمية في نجاح أي مشروع.

بماذا تنصح من يريد أن ينجح في مجال ريادة الأعمال؟

النصيحة الأهم هي أن يقدم مشروعهم حلولًا لمشكلة حقيقية في السوق، بدلًا من تنفيذ الأفكار التي يعتقدون أنها "جيدة". يحتاجون كذلك إلى البحث عن شريك استراتيجي أو مرشد ذي خبرة، يساعدهم في تجاوز أي تحديات قد تطرأ. ويعتمد نجاح أي مشروع كذلك على بناء شبكة علاقات محلية وإقليمية قوية، والاستثمار بجدية في التعلم المستمر.

ما أبرز تطلعاتكم في "نادي رواد الأعمال الشباب" للمرحلة المقبلة؟

نعتبر كل ما حققناه مجرد بداية، ونسعى لترك أثر أعمق من خلال تمكين شرائح أوسع من الشباب من تحقيق طموحهم. كما نتطلع إلى توسيع برامجنا الرقمية، وتعزيز دعم المشروعات الناشئة، خاصة المشروعات الخضراء، من أجل ترسيخ مكانة قطر كمركز إقليمي لريادة الأعمال بما ينسجم مع رؤية قطر الوطنية 2030. سنركز كذلك على توسيع الشراكات، ومساعدة رواد الأعمال في الوصول إلى التمويل والأسواق، ورفع جودة التدريب والإرشاد في برامجنا، مع قياس الأثر بشكل دوري.

التدريب الرياضي

في عالم الرياضة، تتجه أنظار الجماهير دومًا إلى الأبطال الذين يحققون الانتصارات ويصنعون لحظات الفرح والفخر في الرياضات الفردية والجماعية التي قد لا تتجاوز ثوانٍ معدودة، إلا أنها ثمرة سنوات طويلة من العمل المضني، والتدريب الشاق، والتخطيط الدقيق، وجهود فريق عمل متخصص يقوده مدرب محنّك.

إن كنت متابعًا للرياضة فستكون ملمًا ولو جزئيًا بمهنة التدريب الرياضي، ومهام المدربين الأساسية مثل إعداد الرياضيين بدنيًا وذهنيًا للمشاركة في المسابقات، ومساعدتهم في التعرف على نقاط قوتهم، وتقوية نقاط ضعفهم، وصياغة الاستراتيجيات والخطط الكفيلة بتطوير أدائهم حتى يبلغ ذروته في البطولات. وتتباين طبيعة تلك المهام بتباين الرياضة ذاتها وتصنيفها؛ فلكل لعبة خصوصيتها، ولكل فئة عمرية تدريباتها وأنظمتها، ولكل مستوى من التنافس متطلباته.

ويختلف تدريب الفرق في رياضة جماعية مثل كرة القدم عن تدريب لاعب إحدى الرياضات الفردية مثل التنس. كما يختلف تدريب الناشئين عن المحترفين، حيث يركز المدرب على بناء قدرات الناشئين وصقل مهاراتهم، بينما يتطلب إعداد المحترفين بناء جاهزيتهم وتحقيق الألقاب. وكلما ارتفع مستوى الاحتراف، اتسعت دائرة عمل المدرب لتشمل منظومة كاملة من المتخصصين في مجالات متنوعة، مثل: محللي الأداء، والأطباء، وأخصائيي العلاج الطبيعي، وخبراء التغذية. ومن هنا تنبع أهمية أن يتمتع المدرب بمهارات القيادة والتواصل، وأن يتحلى بالذكاء العاطفي الذي يمكّنه من بناء الثقة مع لاعبيه.

ربما تتساءل الآن، حسنًا، كيف يمكن أن أصبح مدربًا؟ وهل لهذه المهنة مستقبل في دولة قطر؟ والإجابة باختصار: التدريب الرياضي اليوم تخصص مهني كأي تخصص آخر، وله مساره الأكاديمي الذي يؤهلك للعمل به. أما مستقبله في دولة قطر، فيبدو واعدًا بكافة المقاييس.

يشكل المدربون عنصرًا محوريًا في قطاع الرياضة الذي بات واحدًا من أضخم الصناعات حول العالم؛ إذ تُقدر قيمته بما يتجاوز تريليوني دولار أمريكي. واهتمام دولة قطر المتنامي بهذا القطاع حقيقة راسخة يلمسها القاصي والداني، ولا يقتصر على استضافة كبرى البطولات العالمية، بل يتجسد في استثمار استراتيجي ممنهج يهدف لبناء أجيال من الرياضيين القادرين على المنافسة في أعلى المستويات.

على سبيل المثال، تشكل أكاديمية أسباير نموذجًا بارزًا لهذا النهج، فمنذ تأسيسها قبل نحو عقدين، أمدّت المنتخبات القطرية في شتى الرياضات بأبطال اعتلوا منصات التتويج القارية والعالمية.

ومع ذلك، تكشف منصة البيانات المفتوحة في دولة قطر عن نقص كبير في الكوادر الوطنية بمجال التدريب، إذ لا يتجاوز عدد المدربين القطريين 14% من إجمالي المدربين العاملين في الاتحادات الرياضية (باستثناء لجنة قطر لقوة التحمل)، في حين تنخفض النسبة في الأندية إلى قرابة 4.

وسعيًا لسد تلك الفجوة، وتلبية احتياجات قطاع الرياضة الوطني سريع النمو، أعلنت جامعة قطر عام 2024 عن تأسيس كلية علوم الرياضة لتقديم برامج أكاديمية أبرزها بكالوريوس العلوم في التدريب الرياضي. ويُقدم البرنامج باللغة العربية على مدى أربع سنوات، ويغطي مقررات في مبادئ وأساليب التدريب، وتحليل الأداء والحركة، والتغذية الرياضية، وعلم النفس الرياضي.

إن اختيار مسار مهني في التدريب الرياضي قد يبدو مغريًا، لكنه يتطلب قبل كل شيء شغفًا حقيقيًا بالرياضة. فهذا الشغف هو ما سيعينك على تحمل ضغوط المهنة، ويمنحك العزيمة لمراكمة الخبرة موسمًا بعد آخر، والسعي وراء الشهادات ورخص التدريب التي ستفتح لك أبواب العمل على مستويات أعلى.

بيتر سكومال

مدرب أول لألعاب القوى
أكاديمية أسباير

نشأت في بيت رياضي؛ كان والداي رياضيين محترفين قبل أن يصبحا مدربين. قضيتُ طفولتي على مضمار ألعاب القوى حيث تبلور شغفي بالرياضة، فكان من الطبيعي أن أصبح أنا كذلك رياضيًا، وأن أسلك المسار ذاته. كان القفز بالزانة تخصصي المفضل، لكني أحببت معظم ألعاب القوى، ووجدت نفسي قادرًا على المنافسة في الكثير منها. لذلك، اخترت المشاركة في العشاري، أصعب مسابقات عالم ألعاب القوى، والتي تختبر قدرات الرياضي على التنافس في عشرة تخصصات متنوعة بين العدو والوثب والرمي على مدار يومين كاملين. وكان لي شرف تمثيل المجر في مختلف البطولات القارية والدولية، وحققت ألقابًا عدة على المستوى الوطني.

ومع اقتراب نهاية مسيرتي كلاعب، بدأت أهيئ نفسي للانتقال إلى التدريب. التحقت بجامعة سيميلويس الرائدة في علوم الطب الحيوي، فحصلت على دبلوم في التدريب عام 2006، ثم البكالوريوس في الإدارة الرياضية، قبل أن أكرس جهدي لمساري المهني كمدرب. وأكثر ما أحبّه في التدريب هو كوني حاضرًا دائمًا على مضمار ألعاب القوى، أعمل مباشرة مع الرياضيين، أتعرف على شخصياتهم وأساعدهم في تطوير أدائهم، ونواجه معًا تحديات جديدة كل يوم.

نصيحتي لمن يريد أن ينجح في مجال التدريب: كن متفتح الذهن، ولا تكتف بالدراسة الأكاديمية، بل تعلم من الجميع وخصوصًا المدربين الأكثر خبرة منك. راقب وتعلم باستمرار، فالتعلم المستمر جزء أساسي من مهنة التدريب. حتى وأنا في الأربعين، لا زلت أتعلم الجديد كل يوم، فالتدريب ليس له وصفات جاهزة، بل خبرة تتراكم عبر الملاحظة والتجربة والتأمل في عمل الآخرين. ثق بأهمية دورك، وتحل بالصبر والمثابرة، والتزم بمنهجية ثابتة تقودك إلى أهدافك. وبكل تأكيد، كن دومًا سباقًا بالانفتاح والتواصل مع الرياضيين الذين تعمل معهم.

ولكي تكون مدربًا مؤهلًا، لا يكفي أن تحضر دورات تدريبية قصيرة في مجال التدريب، لأنه مجال ذو أساس أكاديمي عميق، فالتدريب قطاع متعدد التخصصات، يتقاطع مع علوم مثل الميكانيكا الحيوية وعلم النفس والتغذية، وتوسع ليشمل اليوم فروعًا جديدة كالتأهيل البدني وعلوم الرياضة. ليس من الضروري أن تكون خبيرًا في هذه المجالات كافة، لكن ينبغي أن تلم إلمامًا كافيًا بها يُمكنك من بناء فريق عمل متكامل يحقق النتائج المرجوة.

يسهم نجاح الرياضيين القطريين الكبار في جذب المزيد من الناشئين إلى ممارسة الرياضة واحترافها. ولنا في معتز برشم، البطل الأولمبي والعالمي في الوثب العالي، مثال ساطع على ذلك؛ فقد ألهمت إنجازاته الكثير من الشباب،

وشجعتهم على تجربة هذه الرياضة. وينطبق الأمر ذاته على مجال التدريب، فدولة قطر تحتاج إلى المزيد من المدربين من أبنائها. وأعتقد أن التدريب خيار مهني واعد للشباب ينبغي تسليط الضوء عليه، ويجب استغلال الاستثمار المتنامي في قطاع الرياضة لبناء جيل متميز من المدربين القطريين.

أفخر بكوني جزءًا من أكاديمية أسباير، حيث ينصب تركيزي حاليًا على تطوير الرياضيين في الفئتين العمريتين تحت 14 عامًا، وتحت 16 عامًا. وما زلت أمتلك الكثير من الطموحات؛ وهدفي هو تطوير برنامجنا في أكاديمية أسباير ليكون الأفضل في العالم، حتى نُعد جيلًا جديدًا من الرياضيين الذين يحملون راية وطنهم عاليًا في كبرى المحافل الرياضية العالمية، مثل الألعاب الأولمبية، وبطولات العالم، ودورات الألعاب الآسيوية.

أكاديمية أسباير هي مدرسة قطرية رائدة في مجال الرياضة، تقع في منطقة أسباير، وتجمع بين التعليم الثانوي والتدريب العالمي لتخريج رياضيين يمثلون بلادهم على المستوى الدولي.

لمزيد من المعلومات حول الأكاديمية وبرامجها، يُرجى مسح رمز الاستجابة السريعة التالي:

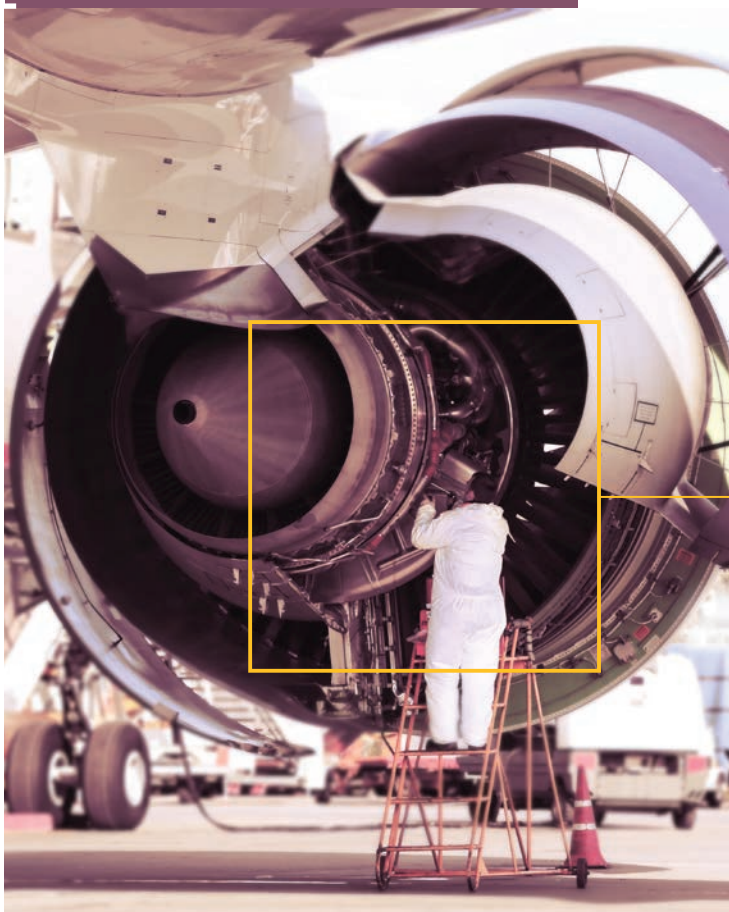
هندسة

صيانة الطائرات

عندما تستعد للسفر جوّا، ينصب تركيزك بطبيعة الحال على حجز التذكرة، وإنهاء إجراءات السفر، وتجاوز بوابات التفتيش، ثم الصعود إلى الطائرة على أمل خوض تجربة آمنة ومريحة. وخلال هذه الرحلة، تتعامل وجهًا لوجه مع طواقم الطيران والضيافة والطيارين وموظفي المطار.

لكـن قلمـا يخطـر ببالـك ما يـدور خلف الكواليـس من جهـود دقيقة تبذلهـا فـرق متعـددة التخصصـات مـن أجـل غايـة واحـدة: ضمـان سلامـة رحلتـك ووصولـك إلـى وجهتـك بأمـان. كل فـرد ضمن هذه المنظومـة يـؤدي دورًا لا يقـل أهميـة عـن الآخـر، ويضطلـع بمهـام دقيقـة لا مجـال فيهـا لأي خطـأ. سـنتعرف فـي هـذا العـدد علـى واحـدة مـن تلـك المهن بالغـة الأهمية فـي عالم الطيـران: مهندس صيانة الطائرات.

يمثـل مهنـدس صيانـة الطائـرات خـط الدفـاع الأول فـي منظومـة سلامـة الطيـران. وتشـمل مسـؤولياته الأساسـية فحـص الطائـرات بدقـة، وتنفيـذ أعمال الصيانة الدوريـة، وإصلاح الأعطال، وذلك حتى يضمـن مطابقـة جميـع أنظمـة الطائـرة لأعلـى معاييـر السلامـة الجويـة، وجاهزيتهـا الكاملـة للطيـران. ووفقًـا للتشـريعات الدوليـة المنظمـة للملاحـة المدنيـة، لا يُسـمح لأي طائرة بـالإقلاع من أرض المطـار مـا لـم يصـادق مهنـدس صيانـة الطائـرات رسـميًا علـى صلاحيتها للطيران.



ويـندرج تحـت هـذا المسـمى مسـاران تخصصيـان رئيسـيان: الأول صيانـة أنظمـة الطيـران الإلكترونيـة وتشـمل أنظمـة الاتصـالات، والملاحـة، والتحكم الآلي، والاستشـعار. ويركز التخصـص الثاني على الجوانـب الميكانيكيـة، بمـا فـي ذلـك صيانـة المحـركات، وهيـكل الطائـرة، ومختلـف الأنظمـة الميكانيكية والكهربائيـة. ولكل تخصص منهمـا مسـاره التعليمـي والأكاديمـي التخصصـي، إضافـة لفتـرات تدريـب إجبـاري محـددة يتعيـن إتمامهـا قبـل خـوض سلسـلة مـن الاختبـارات الدقيقـة والمقـابلات للحصـول علـى التراخيـص اللازمـة لمزاولـة المهنـة. وتختلـف تلـك التراخيـص وفـق طـرازات الطائـرات التـي سـيتعامل معهـا المهندس، ويتطلـب كل منها خـوض تدريبات خاصـة قبل الحصول على التصنيـف المطلوب للعمل على صيانتها.

ورغـم مـا قـد يتصـوره البعـض عـن أن هـذه المهنـة تعتمـد علـى العمـل اليـدوي لإصلاح الأعطـال وحسـب، إلا أن مهنـدس صيانـة الطائـرات يتولـى الإشـراف علـى فريـق مختـص مـن الفنييـن، يوجـه أعمالهم ويكون مسـؤولًا عن إنجازهم لمهامهم بدقة وكفاءة.

ويبـدو مسـتقبل هـذا التخصـص فـي دولة قطـر واعـدًا، خاصة في ظـل النمـو المتواصل لقطاع الطيـران وازدياد الطلـب على الكفاءات الوطنيـة. فـإن كنـت مـن محبـي الرياضيـات والفيزياء، ولديـك عقلية تحليليـة وشـغف بالتكنولوجيـا والميكانيكا، فعليـك التفكير جديًا في بناء مسـيرة مهنية في مجال هندسة صيانة الطائرات.

ولرعايـة الجيـل القادم مـن المهندسـين القطريين، أطلقـت الخطوط الجويـة القطريـة برنامـج الـدرب، الـذي يقـدم منحًـا دراسـية تشـمل سـنة تأسيسـية لدراسـة الرياضيـات والعلـوم واللغـة الإنجليزية (عند الحاجـة)، تليهـا دراسـة دبلـوم هندسـة صيانـة الطائـرات لمـدة 27 شـهرًا فـي أكاديميـة قطـر لعلـوم الطيـران. ويحصـل الطالـب بعـد التخـرج علـى تراخيـص معتمـدة من الهيئـة العامـة للطيـران المدني (QCAA) والوكالـة الأوروبيـة لسلامـة الطيـران (EASA)، ثـم يخوض تدريبًـا عمليًـا لمـدة عامين فـي مرافـق الصيانـة التابعـة للخطـوط الجوية القطرية في الدوحة.

فاطمة المحمدي

مهندس صيانة طائرات
الخطوط الجوية القطرية

بعد حصولي على شهادة الثانوية العامة، التحقت بتخصص الهندسة الكيميائية، لكني لاحقًا شعرت بأن هذا المسار والتخصص لا يناسبني، ولا يعكس طموحاتي. ناقشت ذلك مع عائلتي، واستشرت بعض أقاربي، فنصحوني باستكشاف تخصصات هندسية أخرى قد تكون أقرب إلى اهتماماتي. بدأت أبحث عن التخصصات الهندسية المتاحة للدراسة في دولة قطر، ولفت انتباهي تخصص هندسة صيانة الطائرات لما رأيت فيه من توازن بين المعرفة النظرية والتطبيق العملي، وبيئة العمل الحيوية التي يتسم بها، وشعرت أنه المجال الأنسب لي، فقررت تغيير

مساري التعليمي والتحقت عام 2012 بأكاديمية قطر لعلوم الطيران، وكان يُطلق عليها آنذاك كلية قطر لعلوم الطيران.

بدايةً، لم يكن من السهل إقناع أسرتي باختياري لهذا التخصص، خاصةً وأنهم اعتبروه غير مناسب للفتيات. وتطلب الأمر بعض الوقت ونقاشات مطولة لأبين لهم مدى شغفي به وتصحيح بعض المفاهيم المغلوطة عنه. وبالفعل، نجحت في إقناعهم، ليتحولوا بعد ذلك لأكبر الداعمين لي. وأشعر اليوم بسعادة غامرة كلما رأيت والدتي تتحدث عني بفخر أمام العائلة والأقارب.

خلال الدراسة، واجهت في البداية بعض الصعوبات الأكاديمية، خاصة في الجانب النظري لكثرة المصطلحات الفنية المتخصصة في مجال الطيران؛ لكن مع التركيز والمثابرة، تجاوزت تلك العقبة وأصبح الأمر يسيرًا. بعد ذلك أتى الجانب العملي وكانت تجربة ممتعة ومفعمة بالحماس، فبدأت أطبق ما تعلمته على أرض الواقع لأصلح بنفسي المحركات ومختلف أجزاء الطائرات.

بعد التخرج، أكملت فترة التدريب وحصلت على الرخص والتصاريح اللازمة لأبدأ مسيرتي المهنية مهندسة صيانة طائرات في الخطوط الجوية القطرية. واجهت بعض التحديات في البداية لأن العمل كان مجهدًا بعض الشيء بسبب نظام المناوبات، لكني تعلمت كيف أنظم وقتي، وتكيفت مع الأمر حتى لم يعد يشكل لي أي عائق. كما لم أجد أي صعوبة في التأقلم مع واقع أن معظم العاملين في هذا المجال من الرجال، لأننا في الخطوط الجوية القطرية نعمل جميعًا بروح الفريق الواحد، وهناك دائمًا تعامل راق، واحترام متبادل بين زملائنا.

أكثر ما أحبه في مجال عملي هو خلوه من الروتين؛ فكل يوم يحمل تحديًا جديدًا، أو مشكلة فنية مختلفة عليك اكتشافها وحلها، وهناك الجديد لتعلمه دومًا. ومن أجمل اللحظات التي يمكن أن يعيشها مهندس صيانة الطائرات هي لحظة التأكد من صلاحية الطائرة للإقلاع بأمان بعد الانتهاء من صيانتها، إنه شعور رائع ومزيج من الفخر والإنجاز.

أنصح كل من يفكر في مجال هندسة صيانة الطائرات أن يُقدم عليه دون تردد، لأنه مجال مهم، ويحتاج إلى المزيد من الكوادر الوطنية. ولا داع للقلق من تأثير الذكاء الاصطناعي على مستقبل هذه المهنة، فعلى الرغم من اعتماد مهندس صيانة الطائرات على التكنولوجيا بشكل كبير، تظل الخبرة والمهارة البشرية جوهرية في تشخيص المشاكل وحلها بشكل سليم.

وختامًا، نرى جميعًا النجاح الذي تحققه السيدات القطريات في مختلف المجالات المهنية. وبالحديث عن مجال هندسة صيانة الطائرات، لا بد أن أذكر المهندسة سماح السادة، أول مهندسة صيانة طائرات قطرية، فقد كانت دومًا مصدر إلهام لي، وتعلمت منها الكثير. واليوم، وبعد أكثر من ست سنوات من العمل مهندسة صيانة طائرات، أصبحت بدوري مشرفة تدريب، أشارك خبرتي مع الجيل القادم من المهندسين، وأسهم في إعداد كوادر وطنية كفؤة، وقادرة على تحمل المسؤولية في المستقبل، وهو مصدر فخر لا يوصف.

برنامج الدرب

الدرب هو برنامج توطين صممته الخطوط الجوية القطرية لتطوير المواهب القطرية من خلال منح دراسية ممولة بالكامل ومسارات وظيفية منظمة في مختلف أقسام الشركة.

لمزيد من المعلومات،

يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة التالي:

علم الجينوم

تخيل عالمًا لا نكتفي فيه بعلاج الأمراض، بل نتنبأ بها ونمنعها قبل أن تطرأ. عالم نكتشف فيه المزيد عن أسرار التكوين البشري، ونفهم بشكل أكبر ما يميزنا، لنبتكر حلولًا جديدة تحسن صحة الإنسان. هذا ما يتيحه لنا علم الجينوم الذي يقود اليوم ثورة علمية لتغيير وجه الطب وإعادة تشكيل فهمنا للحياة ذاتها.

يرتبط علم الجينوم ارتباطًا وثيقًا بعلم الوراثة ضمن حقل علوم الأحياء الجزيئية والخلوية المتفرعة من علوم الطب الحيوي التي تركز على دراسة آليات عمل الجسم البشري على مستوى الجزيئات والخلايا والأنسجة.

ولفهم المشهد من منظور أوسع، يمكن اعتبار العلوم الطبية الحيوية جسرًا يربط بين البحث العلمي والممارسة الطبية؛ من المختبر إلى المستشفى، ثم إلى السياسات الصحية. كما تشمل علومًا أساسية مهمة أخرى، من بينها علوم الأحياء الدقيقة، والمناعة، والكيمياء الحيوية، والدم، والأمراض النسيجية والخلوية.

وبالعودة إلى علم الوراثة، فهو يركز على دارسة الجينات المفردة في جسم الإنسان: وظيفة كل جين بعينه والصفات التي يحملها والآلية التي تنتقل بها من جيل لآخر، إلى جانب ما قد يتعرض له الجين من الطفرات أو الاختلالات التي قد تؤثر في وظائفه وتؤدي إلى ظهور الأمراض.

أما علم الجينوم، ويعرف كذلك بالجينوميات، فيتناول الصورة الكاملة؛ إذ يدرس جميع الجينات الموجودة في الجسم، والتي يقدر عددها بالآلاف، لمعرفة كيفية عملها معًا، وتفاعلها مع بعضها البعض، واستجابتها للبيئة المحيطة.

هذا المنظور الشامل للمعلومات الوراثية، وتأثيرها في الصحة والمرض، يجعل الجينوميات ركيزة "الطب الدقيق". فاستنادًا للبيانات الجينية لكل مريض، وتاريخه الطبي، ونمط حياته وبيئته، يمكن تشخيص مرضه بسرعة ودقة أكبر، وتصميم خطة علاجية مخصصة لتركيبته الجينية الفريدة، بل والوقاية المسبقة من بعض الأمراض وتقليل احتمالية الإصابة بها. كما يتيح الربط بين المتغيّرات الجينية وأنماط المرض فهمًا أعمق للأمراض، والتنبؤ بها، وربما ابتكار علاج لحالات كانت تُعدّ عصيّة على الشفاء؛ ما يرفع كفاءة الأنظمة الصحية على المدى الطويل وينعكس إيجابًا بشكل مباشر على إنتاجية المجتمعات ومستوى الاقتصاد.

مهام متنوعة

ربما تتساءل، ما الذي يقوم به المختصون في علم الجينوم تحديدًا؟ ونجيبك بأن مهامهم تختلف بحسب وظيفتهم وجهة عملهم، فقد تكون بحثية، أو سريرية، أو تنظيمية ترسم السياسات الصحية. لكن مهامهم تشمل عادةً استخلاص الحمض النووي، وإعداد مكتبات التسلسل التي توثّق ترتيب الجينات في الجينوم المدروس، وضبط الجودة للعينات والبيانات وفق معايير وبروتوكولات معتمدة، وتحليل البيانات، وكتابة التقارير لتفسير النتائج بالتعاون مع الأطباء والاختصاصيين.

من الخلية إلى الجينوم... بإيجاز

لفهم علم الوراثة والجينوميات أكثر، من المفيد مراجعة درس الخلية في مادة علم الأحياء.

بشكل مبسط، يتكون جسم الانسان من "خلايا"، وداخل كل خلية "نواة" تعمل كمركز لحفظ المعلومات الحيوية المهمة على شكل "حمض نووي".

والحمض النووي هو المادة التي تحمل صفاتك الوراثية على شكل تعليمات محددّة محمولة على "جينات"، والتي تُعرف كذلك باسم "المورّثات".

تقرأ الخلية هذه التعليمات وتنفذها عندما تقوم ببناء "البروتينات الوظيفية"، وهي البروتينات التي تجسّد الصفات الوراثية، مثل لون العينين والبشرة وغيرها الكثير، وفق ما يسمى "الشّيفرة الوراثية".

وإذا طرأت "طفرة"، وهي أي تغيّر في طبيعة أو موقع جين ما من الجينات المحمولة على الحمض النووي؛ فقد يؤدي ذلك إلى حدوث تشوه، أو مرض وراثي، أو زيادة الاستعداد للإصابة بحالة أو مرض ما.

"الجينوم" هو الاسم الذي يُطلق على مجموع المادة الوراثية للكائن الحي، ويشمل كامل الحمض النووي، ويمكن اعتباره المكتبة الكاملة للتعليمات التي تعمل وفقها الخلايا؛ بينما يمثل الجين كتابًا واحدًا داخل هذه المكتبة.

مجال واعد

تشهد دولة قطر نهضة حقيقية في مجالات العلوم الطبية الحيوية، مدفوعة برؤية واضحة لبناء منظومة صحية متكاملة وعالية الكفاءة. وعلى مدى أكثر من عقد، أولت مؤسسة قطر اهتمامًا خاصًا بعلم الجينوم. وكانت البداية بتأسيس قطر بيوبنك عام 2012، وذلك لجمع العينات الحيوية وربطها ببيانات صحية تفصيلية، وتلاه إطلاق برنامج "قطر جينوم" لدراسة البنية الجينية للسكان وتسريع تطبيقات الطب الدقيق. وفي عام 2024، تأسس معهد قطر للرعاية الصحية الدقيقة ليكون مظلة وطنية توحد الجهود البحثية في علم الجينوم والطب الدقيق، وتبني على مخرجات قطر بيوبنك وبرنامج "قطر جينوم" لتسرع الانتقال من البحث العلمي إلى التطبيق السريري.

يخلق هذا التطور المؤسسي طلبًا متزايدًا على اختصاصات مهنية متنوعة ضمن منظومة الطب الدقيق المتنامية، تشمل الباحثين، والمختصين، والاستشاريين، والفنيين، وخبراء البيانات الحيوية. فإذا كنت شغوفًا بالعلوم، وبالأخص علم الأحياء، فهذه مساحة تستحق الاستكشاف الجاد، والسعي بجد للإسهام في بناء مستقبل الرعاية الصحية في دولة قطر.

من أين تبدأ؟

تتوفر في دولة قطر فرص متنوعة لدراسة علوم الطب الحيوي، من شأنها أن تضعك على الطريق الصحيح لبناء مسيرة مهنية في مجال علم الجينوم. كما أطلقت جامعة حمد بن خليفة عام 2017 برنامجي ماجستير ودكتوراه في علم الجينوم والطب الدقيق. وإليك قائمة بكل البرامج ذات الصلة في دولة قطر:

كلية العلوم الصحية والحيوية في جامعة حمد بن خليفة

- ماجستير العلوم في العلوم البيولوجية والعلوم الطبية
- الدكتوراه في العلوم البيولوجية والعلوم الطبية
- ماجستير العلوم في علم الجينوم والطب الدقيق
- الدكتوراه في علم الجينوم والطب الدقيق

جامعة كارنيجي ميلون في قطر

- بكالوريوس العلوم في العلوم البيولوجية

كلية العلوم الصحية في جامعة قطر

- بكالوريوس العلوم في العلوم الحيوية الطبية
- ماجستير العلوم في العلوم الحيوية الطبية

عائشة المعاضيد

تقني مختبر
قطـر بيوبنك

بـدأ شـغفي بالعلوم منـذ المرحلة الثانوية، وكان علـم الأحياء الأقرب إلـى قلبـي منـذ سـن مبكـرة. نمـا هـذا الشـغف مـع مـرور الوقـت، وقادنـي لاختيـار تخصـص العلـوم البيولوجيـة فـي جامعـة كارنيجـي ميلـون فـي قطر. وما شـجعني أكثر على اختيار هـذا التخصص رؤيتي للتحديـات الصحيـة التـي يواجههـا مجتمعنا في دولة قطـر، مثل داء السـكري والسـمنة وغيرها من الأمراض المزمنة، فشـعرت أن دراسة العلـوم الطبيـة الحيويـة سـتمكنني مـن الإسـهام فـي أبحـاث تقود إلـى حلـول تتـرك أثرًا مباشـرًا فـي حيـاة النـاس. أي باختصـار، منحني علـم الأحيـاء الأسـاس العلمـي، لكـن الاحتياجـات الصحيـة الواقعيـة مـن حولي هي التـي دفعتني إلى تحويل هذا الاهتمام إلى مهنة.

وجـدت فـي الجامعـة بيئة محفـزة للبحـث والتعلّم، وخلال الدراسـة، انضممـت إلـى قطـر بيوبنك، حيث اكتسـبت خبـرة عمليـة قيّمة في المختبـر، شـملت أداء مهـام مثـل اسـتخراج الحمض النـووي، وحفظ الكريـات البيضـاء بالتجميـد، وإدارة جـودة عمليـات أخـذ العينـات الحيويـة المختلفـة. لاحقًـا، اضطلعـت كذلـك بمهـام فـي أنظمـة السلامـة الحيويـة، وإدارة المخاطـر، وضمان الجودة، مـا منحني رؤية شـاملة ومعمقة حول آلية عمل البحوث الطبية الحيوية.

أعتبـر دعـم عائلتي مـن أهم ركائـز نجاحـي المهني، فعندمـا لاحظوا حبـي للعلـوم منذ الصغر، شـجعوني على تنمية شـغفي وسـاندوني فـي كل قراراتـي التعليمية والمهنية. كان لذلك أثر كبير في مسـيرتي المهنيـة، حيـث سـاعدني فـي الحفـاظ دومًـا علـى حماسـي، وعلى تجـاوز جميع التحديات التي واجهتني.

وبالحديـث عـن التحديات، التي لا يخلو أي مسـار مهنـي منها بطبيعة الحـال، كان أكبـر تحـدٍ واجهتـه عندمـا بـدأت العمـل هـو الموازنة بين العمل المخبري التقني التفصيلي، وبين المسـؤوليات الأوسـع نطاقًا، مثـل السلامـة البيولوجيـة وإدارة المخاطـر. كان ذلـك مرهقًـا فـي البدايـة، لكننـي نجحـت في تنظيم عملـي على نحو محكم مسـتعينة بمشورة زملائي الأكثر خبرة، وبتبني عقلية التعلم المستمر.

أحـب فـي عملـي أن أثـره يتجـاوز حـدود المختبـرات؛ فعندمـا أقـوم بمهـام مثـل اسـتخلاص الحمـض النـووي أو التحقـق مـن أنظمـة الجـودة، أعلـم جيـدًا أن هـذه الخطـوات جـزء مهـم مـن مشـروعات كبـرى تؤثـر فـي قـرارات الرعايـة الصحية والأبحـاث. ويعجبنـي كذلك أن هـذا المجـال لا يكف عن التطور، وثمة دائمًا جديد أتعلمه.

أعتـز بتجربتـي فـي معهـد قطـر للرعايـة الصحيـة الدقيقـة لارتباطـه بأولويـات الصحـة الوطنيـة. فالمشـروعات المعنيـة بجـودة العينـات الحيويـة وإدارة المخاطـر بالغـة الأهميـة، لأنهـا تضمـن موثوقيـة

البيانات البحثية التي تستند إلى هذه العينات. أشعر بالفخر لإسهامي في دراسات الصحة السكانية التي من شأنها أن تشكل مستقبل الرعاية الصحية في دولة قطر.

للنجاح في هذا المجال، لا بد من إتقان المهارات التقنية الأساسية المطلوبة للعمل في المختبرات، والاهتمام بالتفاصيل الدقيقة. وبالقدر نفسه من الأهمية، تأتي مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات والقدرة على العمل بكفاءة ضمن فريق، والتي ستحتاجها مرارًا على مدار دراستك وعملك. وعلى المستوى الشخصي، الفضول والصبر ركيزتان أساسيتان، إذ لا تظهر النتائج في هذا المجال بين عشية وضحاها، غير أن أثرها بكل تأكيد يستحق الانتظار.

أوصي الطلبة بالتفكير جديًا في التوجه لمجال علوم الطب الحيوي، لأنه من المجالات المهنية الواعدة. كما أن دولة قطر تولي قدرًا كبيرًا من الاهتمام لأبحاث الجينوم والطب الدقيق. علاوة على ذلك، لا تقتصر فرص العمل في هذا المجال على المستشفيات وحسب، بل تشمل جهات مثل: معاهد الأبحاث، وقطاع الصحة العامة، وشركات الأدوية، وحتى ريادة الأعمال، التي يمكنها أن تتيح فرصًا لتطوير حلول مبنية على هذا المجال الزاخر بالإمكانات.

ولا تحتار من أين تبدأ. إذا كنت مهتمًا بالعلوم فعمق اهتمامك مبكرًا عبر التدريب واكتساب الخبرات العملية. جرّب التطوع في المختبرات، أو الالتحاق بالبرامج البحثية؛ فهناك ستتضح ملامح شغفك الحقيقي. فكر كذلك في دمج علم الأحياء مع مهارات أخرى ضمن علم البيانات، أو إدارة الأعمال، أو الصحة العامة؛ فهذا المزيج سيُميّزك وسيفتح لك آفاقًا أوسع.

لمزيد من المعلومات حول علم الجينوم والطب الدقيق، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة:

صناعة التحوّل
نحو سوق عمل أكثر إنصافًا

حوار مع

سبيكة شعبان
ناشطة في مجال الإعاقة ومؤسِّسة "الدليل القطري لذوي الإعاقة"

لم تكن مبادرة "الدليل القطري لذوي الإعاقة"، التي أسستها سبيكة شعبان عام 2018، وليدة فكرة عابرة، بل نبعت من تجربة شخصية عميقة: تجربة الأم التي بحثت طويلًا عن مصدر موثوق للمعلومات والتوجيه. قررت شعبان تحويل هذا التحدي إلى حل، فأسست الدليل ليكون المنارة التي تهديها وتهدي جميع أسر ذوي الإعاقة في دولة قطر. بدأت الفكرة بمجرد شبكة صغيرة تهدف إلى التخفيف من شعور العزلة الذي تعاني منه أسر الأطفال من ذوي الإعاقة، وتوفير مساحة للتفاهم المشترك بشأن معاناتهم والتحديات التي تواجههم، لتتحوّل مع الوقت إلى منصّة كبرى تربط بين أكثر من ألف طرف فاعل من الأُسر، والمعلّمين، والمختصين، يعملون جميعًا من أجل هدفٍ واحد هو جعل الشمولية واقعًا مُعاشًا، لا مجرد شعار.

تُعدّ شعبان اليوم من أبرز الأصوات المناصرة لذوي الإعاقة في قطر. وتجمع جهودها بين البحث العلمي وحشد الدعم المجتمعي لإحداث تأثير ملموس؛ فلها عضويات عدة في هيئات وطنية ومجموعات عمل مختلفة، وتعمل أخصائية منشورات أكاديمية لدى جامعة حمد بن خليفة، وتتابع دراسة الدكتوراه في التربية بجامعة كامبردج، حيث تركز على قضايا الإعاقة والتعليم الشمولي في دول الخليج، أملًا بمستقبلٍ أكثر إنصافًا للمتعلمين من ذوي الإعاقة في المنطقة.

في هذا الحوار، نستكشف مع سبيكة شعبان رحلة "الدليل القطري لذوي الإعاقة": كيف بدأت العمل عليه من الصفر ليصبح ملتقىً مجتمعيًا، وما التحديات التي واجهتها والعِبر التي استخلصتها، وكيف ترى نظام الدعم المتماسك الذي تتمناه وتسعى إليه. كما تقدّم نصائح عملية لأصحاب العمل حول استقطاب واستثمار الطاقات الكامنة لدى ذوي التوحّد، ونصائح لأولياء الأمور الراغبين في اكتشاف إمكانات أبنائهم بثقةٍ ورفق.

من مجرد فكرة إلى أثر ملموس

إلى أي مدى نجح "الدليل القطري لذوي الإعاقة" بتحقيق الأهداف التي انطلق لأجلها؟

حققنا خلال بضعة أشهر ما فاق توقّعاتنا. والأهداف، كما تعلّمت من هذه التجربة، ليست سقفًا ثابتًا؛ إذ يتوسع أفقها كلما تقدّمنا في التنفيذ. ومع تزايد انخراطي بأدوار عدة كباحثة ومناصرة لذوي الإعاقة، تطوّرت أهداف "الدليل القطري لذوي الإعاقة" بدورها: ففتحنا الباب للمزيد من الممارسين والمختصين، ووسّعنا تمثيل حالات الإعاقة، وبدأنا بتنسيب ذوي الإعاقة من البالغين كذلك، وعزّزنا مكانتنا كجسرٍ وحلقة وصل تربط جميع الأطراف المعنية في المجتمع.

"الدليل القطري لذوي الإعاقة" أصبح اليوم منصّة جديرة بثقة الأسر والمختصين على حد سواء؛ نناصر من خلاله قضايا ذوي الإعاقة، وندعم البحث العلمي، ونوفّر مساحة آمنة تمكّن الأفراد من إيجاد أصواتهم والتعبير عن أنفسهم.

ما أبرز التحديات التي واجهتموها؟

أصعب ما واجهناه هو شق طريقنا في منظومة كانت لا تزال في خضم صياغة تصوراتها عن معنى "الشمولية". عانينا من البطء المؤسسي، وضعف التنسيق بين القطاعات، ومن التصورات الضيقة أو القاصرة لمفهوم الإعاقة، وجميعها عوامل تعيق إحراز أي تقدم ملموس. علّمني العمل "داخل" و"خارج" المنظومة المؤسسية مواءمة أسلوبي ليتأقلم مع الواقع دون التفريط بجوهر رسالتي، والمضيّ قدمًا ولو بخطواتٍ صغيرة.

والتحدي الآخر وجدانيّ: "الدليل القطري لذوي الإعاقة" مشروع يمسّني شخصيًا بامتياز، وهو نابعٌ من قصتي كأم، ومن قصص أسرٍ أخرى عديدة أعرفهم شخصيًا. هذه العلاقة الشخصية تمنح عملي معنىً أسمى، لكنها تستدعي كذلك تحكمًا مستمرًا بتطلعاتنا رغم الانتصارات الصغيرة التي نحققها، حيث إن التغيير البنيوي يحتاج نَفَسًا طويلًا.

ما أهم الدروس المستفادة من هذه التجربة؟

ألا ننتظر ظروفًا "مثالية" لنبدأ العمل من أجل ما نؤمن به، فالإصرار والمثابرة أهم من بلوغ الكمال. تعلّمت الإيمان بقدرتي على بلوغ هدفي رغم التحديات، والثبات على القيم والمبادئ، والاحتفاء بالإنجازات مهما صغرت. والأهم من كل ذلك: تعلمت أن أضع هموم ذوي الإعاقة وأسرهم على رأس كل ما نقوم به.

ما الخطوة التالية لمشروع "الدليل القطري لذوي الإعاقة"؟

أمامنا أولويتان واضحتان: الأولى هي إطلاق مكتبة رقمية مفتوحة تجمع الموارد التي يطورها أعضاء مجتمعنا لتكون في متناول الجميع. أما الثانية، فهي تعزيز بصمتنا في السياسات المعنية بشؤون ذوي الإعاقة في دولة قطر، بحيث تُترجم خبرات مجتمعنا إلى أثرٍ مستدام وملموس.

بناء نظم الدعم

ما رؤيتك لبناء نظام دعم مستدام لذوي الإعاقة؟

تكشف التجربة أن الأسر غالبًا ما تتخبط في مسارات دعم ذات "دوافع جيدة" ولكنها تفتقر للتكامل وتصعب الاستفادة منها. برأيي، ليكون نظام الدعم مستدامًا يجب أن يقدم رعاية مُنسقة وطويلة الأمد، وألا يعتمد العثور عليه والاستفادة منه على المعارف الشخصية التي تدلنا إليه، ولا على قدرة الفرد على المناصرة الذاتية؛ بل يجب أن يُبنى على الإصغاء المنهجي لهموم ذوي الإعاقة على اختلاف درجات إعاقتهم، وتجارب أسرهم.

آمل شخصيًا أن ننتقل من الندوات التعريفية المتفرّقة إلى برامج تطبيقية أعمق، تُعنى ببناء القدرات وتدفع نحو تغيير فعلي. فقد كان التردد المستمر في تحديد أفضل سبل الدعم سببًا في حرمان الكثير من الأفراد الموهوبين من ذوي الإعاقة من فرص التطوير المهني والتوظيف التي يستحقونها.

وكيف نحقق ذلك؟

بالحلول المؤسساتية: أي المدعومة بالسياسات والممارسات والثقافة الداعمة للتنوّع العصبي في مختلف المراحل الحياتية، من الطفولة المبكرة وحتى التوظيف وما بعده. نحتاج إلى تجاوز المبادرات المنعزلة، وبناء مبادرات مشتركة تستجيب لاحتياجات المجتمع مباشرة، لتغدو الشمولية واقعًا يوميًا، لا مجرد استثناء.

ما دور التوجيه والتطوير المهني في بناء مستقبل أفضل لذوي التوحد؟

الركيزة الأولى هي إعداد وتأهيل مختصين في التطوير المهني يفهمون التنوع العصبي ومؤمنون بالتطوير المهني لذوي التوحد؛ إذ يضمن ذلك أن تُقدم خدمات التطوير المهني لهذه الفئة بشكل يناسبهم ويتفهم تحدياتهم. كما يجب إشراك ذوي التوحد في تصميم آليات وخدمات تراعي احتياجات الجميع من مختلف الفئات،

ثم رسم خرائط واضحة لرحلة تطويرهم، وتحديد الفروقات بين خبراتهم وخبرات أقرانهم من غير ذوي التوحد. بيت القصيد هو تحويل السؤال من: "ما الدعم الذي يحتاجه هذا الفرد؟"، إلى "ما البيئة الأنسب التي تضمن ازدهاره وتحقيق أقصى إمكاناته؟".

برامج التطوير المهني التي تتضمن الإرشاد، والمعايشة المهنية، والتدريب العملي، قادرة على فتح الأبواب الموصدة، ولديها قدرة فائقة على تحدّي الأنظمة المحيطة بها وتحويلها، وتهيئة المناخ لإحداث تغيير حقيقي في تصورات أصحاب العمل، والزملاء، وجميع الشركاء والمعنيين.

هل تشهد دولة قطر قصص نجاح مهني لذوي التوحد مماثلة لما نراه عالميًا؟

نعم، بدأنا نرى قصصًا مشجّعة، لكن محدودية نظام الدعم الحالي لا تزال ملحوظةً.

الكثير من الأشخاص المتنوعين عصبيًا، خصوصًا ذوي اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، يتأقلمون بصمت في بيئات العمل دون الإفصاح رسميًا عما يعانون منه، أو حتى تلقي الدعم اللازم لتيسير إدماجهم، وبعضهم الآخر لا يتلقى تشخيصًا رسميًا لحالته إلا بعد دخول سوق العمل. من دون ثقافة تشجع الإفصاح عن هذه التحديات، ونظام دعمٍ متكامل، ستُحرم الكثير من الحالات من العناية التي تستحقها.

ذوو التوحد ما زالوا غير ممثلين بالمستوى المطلوب في سوق العمل، حتى وإن شهدنا تقدمًا ملحوظًا لمن حظوا بدعم احترافي متواصل، فتح لهم مسارات واعدة في مجالات الفن، والعمل الأكاديمي، والطب، وغيرها. ومع ذلك، يبقى ترجمة هذا التقدم إلى توظيف رسمي مفترقًا صعبًا يقف عنده الكثيرون.

ما العامل الفارق بين من ينجح ومن يتعثّر مهنيًا منهم؟

وجود "نصير" إلى جانبهم، أكان ولي أمر، أو معلّمًا، أو مرشدًا، أو صاحب عمل، يؤمن بقدراتهم ويفتح لهم الطريق.

لكن لا يجوز أن يُترك النجاح لمصادفة وجود نصير من عدمه؛ بل يجب أن يُؤصل له في أنظمة داعمة يسهل وصول المحتاجين إليها وترافقهم دومًا.

ما أكثر المفاهيم المغلوطة شيوعًا حول القدرات المهنية لذوي التوحد؟

للأسف، ينبع سوء الفهم الشائع تجاه الأفراد المتنوعين عصبيًا أو من ذوي التوحد من النظرة القاصرة التي يتبناها العديد من أصحاب العمل والتي تختزلهم في خانة "رأس المال" فقط، ما يجعلهم يقدّمون الأولوية للكفاءة والمطابقة على حساب الابتكار والشمولية. وهذه العقلية غالبًا ما تكرّس مفاهيم واعتقادات خاطئة تصور هؤلاء الأفراد على أنهم ضعفاء، أو يفتقرون للإنتاجية، أو يشكلون عبئًا على الموارد المتاحة.

كثيرٌ من الافتراضات المغلوطة تلك تتأتى من الخوف من المجهول ونقص الوعي بالتنوع العصبي والتوحد. حتى أن الأطراف ذات الصلة كأولياء الأمور، والمعلمين، وأصحاب العمل، وصناع القرار، بل وحتى الشباب من ذوي التوحد أنفسهم، يخطؤون أحيانًا بتقدير إمكاناتهم، ويرضخون لهذه الافتراضات والتصورات الخاطئة.

أين مكمن التحدي إذًا؟

التحدّي الأهم هو الخلط بين الاختلاف في أساليب التعبير والكفاءة. اختلاف أسلوب التواصل لا يعني عجزًا أو نقصًا في القدرات، بل قد يقدم لنا وجهة نظرٍ فريدة جديدة تُثرينا.

وبالمقابل، فإن إجادة التعامل والتكيف ضمن عالم يزخر بأفراد ذوي قدرات وكفاءات وسمات مختلفة، هي مهارة قلّما تُدرَّس في البيئات التعليمية النظامية. فالأفراد لا يتعرفون على التنوع العصبي إلا عندما يتلقون تشخيصًا لحالتهم، أو يكون لديهم أفراد من عائلتهم من ذوي التنوع العصبي، أو يعملون في مجال مرتبط بالإعاقة.

وربما يتّسع صدرنا لإعادة تعريف الكفاءة في مواقع العمل بشكل أرحب، سنظل نخسر مواهب قيمة كان يمكن أن تُفيدنا.

مفاتيح عملية

ما رسالتك لأصحاب العمل المترددين في توظيف ذوي التوحد؟

أحثّ أصحاب العمل، ولا سيّما مختصو الموارد البشرية، على

اتخاذ خطوات استباقية لتبديد حالة عدم اليقين المحيطة بالتوظيف الشمولي. ابدأوا بتطوير معارفكم حول التنوّع العصبي، واستضافة مدرّبين مختصّين، وتهيئة مساحاتٍ للقاء والاستماع مباشرةً إلى أشخاص متنوّعين عصبيًا؛ فمثل هذه اللقاءات قد تُحوِّل ما يبدو تحدّيًا معقّدًا إلى فرصة نموّ حقيقية ومنصفة.

بعد ذلك، تأمّلوا منظومة القيم لديكم ولدى مؤسساتكم: هل تقبل التغاضي عن واقع ممارسات التوظيف الإقصائية الشائعة؟ وما الذي يجب تغييره؟

وأخيرًا، لا ضير من البدء بخطواتٍ صغيرة وتدريجية إن لم تكن لديكم جاهزية كاملة بعد. التوجّس شعور طبيعي، ويمكن تحويله إلى فرص للتعلّم والتطوير، مثل إتاحة برامج تدريبية، أو عقود عمل محددة زمنيًا بمهام واضحة لذوي الإعاقة. ابحثوا عن شركاء يشاطرونكم عبء المراحل الانتقالية، وتعرّفوا على أفضل الممارسات الدولية في هذا الشأن وكيّفوها لتلائم احتياجات بيئة العمل الخاصة بكم. فالتوظيف الشمولي لا يعني خفض معايير الكفاءة التي يتطلبها عملكم، بل يعني استخدام عدسة أوسع عند البحث عن المواهب وتقديرها.

وما نصيحتك لأولياء الأمور الراغبين بإعداد أبنائهم من ذوي التوحد للنجاح المهني مبكرًا؟

عندما يتعلق الأمر بإعداد الأبناء للنجاح المهني، من المهم إدراك أنهم قد لا يتبعون المسارات التقليدية، وهذا أمر طبيعي تمامًا. الأهم أن نبدأ مبكرًا لنغذّي الفضول، ونبني روتينًا تنمويًا يعزز الثقة والقدرة على التواصل، ونعرّض أبناءنا لتجارب متنوعة.

أقول هذا بتواضع أمٍّ لطفلين متنوعين عصبيًا تعرف مدى اتساع طيف التوحد: لن نعرف إمكانات أبنائنا حقًا إلا إذا سعينا لاستكشافها، لا إلى إثبات تصوراتٍ مسبقة عنها.

تَسهُل الرحلة حين نساند بعضنا البعض؛ أسر تتشارك التجارب والخبرات مع مختصين، ليروا كل طفلٍ على تمامه ويعتنوا بكل تفصيلة فيه. ومع توفر منظومات الدعم والمساندة المناسبة، تتسع آفاقنا باستمرار، وتتضاعف فرص العمل المتاحة للأفراد ذوي التنوع العصبي.

قيمة المال

لماذا ينبغي أن تعزز ثقافتك المالية؟

لم يمض سوى نصف الشهر، وها هو راتبك قد تبخّر بالكامل. تحاول أن تتذكّر: أين أنفقته؟ لا طارئ وقع، ولا مصاريف مفاجئة ظهرت. تتساءل: هل كان السبب شراؤك للإصدار الأحدث من الهاتف الذكي المفضل لديك؟ انتظر، لا، كان ذلك في الشهر الماضي. نعم، الكاميرا الاحترافية، تلك التي لطالما رغبت في اقتنائها، كانت الفرصة لا تُفوَّت، "عرض مغرٍ ولفترة محدودة". لم تستخدمها حتى الآن، وليس لديك خبرة في التصوير أصلًا؛ لكنها قد تكون مفيدة في رحلتك الصيفية المقبلة، أو هكذا أقنعت نفسك.

مع ذلك، لاتزال أجزاء من الراتب مفقودة دون تفسير، كيف ستكمل باقي الشهر؟ بطاقات الائتمان؟ أم قرض جديد؟ لا بأس، حتمًا ستسدّدها لاحقًا، أليس كذلك؟

هل واجهت هذا الموقف من قبل؟ ربما لا، خاصة إن كنت لا تزال على مقاعد الدراسة ولم تبدأ مسيرة العمل بعد. لكن ما سبق ليس مجرّد خيال؛ بل سيناريو يتكرر مع ملايين الأفراد حول العالم. وجذور المشكلة في الغالب لا تكمن في حجم الراتب، بل في الافتقار للحد الأدنى من الثقافة المالية. والمؤسف أن الأمر قد لا يقف عند حدود الإنفاق العشوائي؛ بل قد يمتد لما هو أخطر: انحدار سريع نحو أزمات مالية معقدة تقيد اختيارات الإنسان وتضعفه أمام أي طارئ. الأمر الجيد هو أنه موقف يمكنك أن تتجنب مواجهته مستقبلًا.

ما المقصود بالثقافة المالية؟

أن تكون مثقفًا ماليًا يعني أن تمتلك أدوات الوعي المالي: المعرفة، والمهارات، والسلوكيات السليمة التي تعينك على اتخاذ قرارات مدروسة خلال تعاملاتك المالية. ويتطلب ذلك أن تدرك القيمة الحقيقية للمال، وتتقن إدارته بكفاءة، وتتبنى عادات إيجابية تقودك نحو مستقبل مالي آمن.

يجب أن تدرك أنك ستتعامل مع المال في كل مراحل حياتك، لذلك من المهم أن تحرص على تعزيز ثقافتك المالية بشكل دائم. وكلما أتقنت الأساسيات مثل: العلاقة بين الدخل والإنفاق، وأهمية الادخار، والاستثمار والتخطيط طويل المدى، زادت قدرتك على إدارة أموالك بوعي وتحقيق أهدافك الحياتية والمهنية.

والراتب الكبير لا يصنع وحده أمانًا ماليًا. فمع افتقادك للثقافة المالية، لن تتمكن من التخطيط لشؤونك المالية بكفاءة. وفي الغالب، ستتبنى عادات استهلاكية متهورة، وستنفق بعشوائية وتتخذ قرارات شراء متسرعة، وستعتمد على الاقتراض المُفرط بما يفوق إمكانياتك، لتعيش دائمًا تحت رحمة الأزمات المالية.

باختصار، قراراتك المالية التي ستتخذها الآن ستجني ثمارها على المدى الطويل، وبناء عادات مالية سليمة سيؤثر في كل مراحل حياتك ويمنحك المزيد من الاستقلالية والقدرة على اتخاذ قرارات أفضل تتعلق بمستقبلك. كما ستكون أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط التي قد تنشأ عن مواجهة أي ظروف طارئة، وستتجنب السقوط في فخ الديون والتعرض لعمليات احتيال.

تأثير أوسع: أبعاد تتجاوز الفرد

في الواقع، لا يقتصر تأثير الثقافة المالية على مستقبل الأفراد فحسب، بل يمتد إلى مستوى المجتمعات واقتصادات الدول، وقد يصبح من العوامل المؤدية إلى أزمات اقتصادية كبرى. منحنا التاريخ دروسًا عديدة في الماضي، وتعد الأزمة المالية العالمية في عام 2008 مثالًا بارزًا على ذلك، إذ بدأت الكارثة في الولايات المتحدة وامتدت آثارها إلى مختلف أنحاء العالم. واجه الاقتصاد الأمريكي على إثر هذه الأزمة ركودًا حادًا أدى إلى فقدان الملايين لوظائفهم، وانهيار أسعار العقارات، وخسارة تقدّر بتريليونات الدولارات من ثروات الأفراد. كما انهارت مؤسسات مالية كبرى، واضطرت الحكومة للتدخل ببرامج إنقاذ ضخمة لإعادة الاستقرار لأسواق المال.

ورغم أن تقرير اللجنة المختصة بفهم أسباب الأزمة الصادر عام 2011 عزى ما جرى إلى سلسلة من القرارات غير المسؤولة للمؤسسات الحكومية والبنوك والشركات؛ إلا أنه لم يغفل الإشارة كذلك إلى دور الأفراد في تفاقم الأزمة، حيث أكد مسؤوليتهم مشيرًا إلى السلوكيات المالية الطائشة كالاقتراض المفرط لشراء منازل تفوق قدراتهم المادية، وعدم فهم شروط ومخاطر القروض العقارية، إلى جانب ثقتهم العمياء بالوسطاء والبنوك.

كشفت هذه الأزمة هشاشة الثقافة المالية لدى قطاع واسع من السكان، وهو ما تؤكده بيانات المنتدى الاقتصادي العالمي التي تشير إلى أن ثلث سكان العالم فقط يمتلكون الحد الأدنى من الثقافة المالية، وهو ما يعني أن الغالبية تتخذ قراراتها المالية بشكل عشوائي ودون وعي كافٍ.

ويمتد التأثير لأبعد من الجوانب المادية، فقد أثبتت الدراسات أن الاستقرار المالي يؤثر على خيارات الأفراد فيما يتعلق بالتعليم والعمل، وأن الضغوط المالية يمكن أن تُضعف الأداء الوظيفي، وتُعيق النمو المهني للأفراد. وبالمقابل، تشير أبحاث صادرة عن مركز التميز العالمي للثقافة المالية إلى أن المجتمعات التي تحظى بمستوىً عالٍ من الثقافة المالية، تسجل معدلات ادخار أعلى، ومديونية منزلية أقل، ومرونة مالية أكبر خلال فترات الركود الاقتصادي، وتحقق استقرارًا اقتصاديًا يفوق نظيراتها.

في ضوء تلك الدروس، حرصت العديد من الحكومات حول العالم على تعزيز الثقافة المالية لدى مواطنيها من خلال تنظيم برامج ومبادرات متنوعة، يبدأ بعضها من سن الطفولة. ولا يختلف الوضع في دولة قطر التي تسعى لبناء أجيال واعية ماليًا تسهم في بناء اقتصاد متنوع يدعم تحقيق رؤيتها الوطنية. وأولت الحكومة القطرية اهتمامًا خاصًا بموضوع الشمول والتثقيف المالي في السنوات التي تلت الأزمة المالية العالمية عام 2008، حيث ضمتها لمهام واختصاصات مصرف قطر المركزي وفقًا لأحكام قانون مصرف قطر المركزي وتنظيم المؤسسات المالية رقم (13) لسنة 2012. واستمرارًا لهذا النهج، اعتمدت الحكومة القطرية تعزيز الشمول والتثقيف المالي كأحد الأهداف الخمسة الرئيسية في الاستراتيجية الثانية لتنظيم القطاع المالي (2017–2022).

وهناك تكاتف واضح في السنوات الأخيرة بين مختلف مؤسسات المنظومة المالية في الدولة من أجل رفع مستوى الثقافة المالية لدى الأفراد. وأدرجت وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي مادة الثقافة المالية ضمن المنهج الدراسي لطلبة الصفين الحادي عشر والثاني عشر كمادة اختيارية بداية من الفصل الدراسي الأول للعام الأكاديمي 2024-2025.

يدرك الجميع اليوم أن بناء أجيال مثقفة ماليًا يعني اقتصادًا أكثر صلابة ومجتمعًا أكثر استقرارًا، من خلال المزيد من المدخرات في البنوك والاستثمارات الواعية المبنية على التخطيط السليم، والمشروعات الناجحة التي توفر المزيد من فرص العمل، ونسب ديون وتعثر مالي أقل.

تسع نصائح لقرارات مالية أفضل

الآن وقد تعرفت على أهمية الثقافة المالية، ربما تتساءل: كيف أبدأ في اتخاذ قرارات مالية أكثر اتزانًا؟ وما الذي يمكنني تغييره في سلوكي اليومي ليمنحني أمانًا ماليًا على المدى البعيد؟ إليك مجموعة من المبادئ البسيطة والفعالة التي يمكن أن تكون نقطة انطلاق حقيقية نحو إدارة مالية واعية:

الوقت يساوي المال

وقتك هو أثمن ما تملك، فأنفقه بوعي واحرص على أن تستثمره فيما يضفي عليك قيمة حقيقية. طور نفسك بتعلم لغة جديدة، أو اكتساب مهارة تفتح لك آفاقًا مهنية أوسع. وخصص وقتًا لتحسين صحتك البدنية والنفسية، وبناء علاقات اجتماعية مثمرة.

أما الانشغال المفرط بوسائل التواصل وألعاب الفيديو، فهو استنزاف صامت لفرص قد لا تتكرر، وخصم غير مرئي من رصيدك المستقبلي.

التخطيط أولًا

الإنفاق العشوائي طريق سريع نحو الأزمات المالية. ابدأ بإعداد ميزانية بسيطة تحدد من خلالها نفقاتك الأسبوعية أو الشهرية، وحدد مبلغًا ثابتًا للادخار يقرّبك من تحقيق أهدافك المستقبلية، مثل شراء حاسوب جديد، أو السفر، أو غيرها. كل خطة مهما بدت متواضعة، تفتح لك بابًا نحو الاستقرار المادّي.

أنفق بوعي

تروّ قبل أن تشتري. تحلّ بالصبر وامنح نفسك وقتًا كافيًا للتفكير، واسأل نفسك دائمًا: هل أحتاج هذا الشيء فعلًا؟ هل تبرر قيمته سعره؟

راقب إنفاقك بوعي، ودوّن مصروفاتك باستخدام دفتر أو تطبيق. سيمنحك ذلك فهمًا أعمق لوضعك المالي، وصورة أوضح لسلوكيات إنفاقك على المدى الطويل. وقد تندهش حين تكتشف أن ما تنفقه على تفاصيل يومية بسيطة يمكن أن يتراكم ليكوّن مبلغًا كبيرًا.

على سبيل المثال، إن كنت تنفق 20 ريالًا صباح كل يوم عمل لشراء فنجان قهوة، سيتجاوز إجمالي ما أنفقته على القهوة 5 آلاف ريال على مدار العام. لا يعني ذلك أن تتوقف عن شراء قهوتك المفضلة، بل أن تدرك انعكاس قراراتك اليومية على مستقبلك المادي، فاحرص على الاعتدال في جميع جوانب حياتك.

نمِّ عادة الادخار لديك

لا تستهن بالمبالغ الصغيرة التي تدّخرها بشكل منتظم، فمع الوقت، لا بد أن تتراكم لتتحول إلى مبالغ كبيرة، تمامًا كما تتراكم مصروفاتك اليومية البسيطة لتصبح مصاريف كبيرة.

واعلم أن ما تدّخره اليوم يمنحك هامش أمان أكبر لمواجهة الطوارئ، ويقرّبك أكثر من تحقيق طموحاتك. وتذكر دائمًا نصيحة أيقونة الاستثمار الأمريكي الشهير وارن بافيت: "لا تدخر ما يتبقّى بعد الإنفاق بل أنفق ما يتبقّى بعد الادخار".

استثمر بحكمة

تتناقص القدرة الشرائية للنقود مع مرور الزمن، فما تشتريه اليوم بعشرة ريالات لا يعادل ما كنت تستطيع شراءه بنفس المبلغ قبل عشرين عامًا. لذلك، من الحكمة التفكير في الاستثمار، وهو ببساطة تخصيص جزء من دخلك لشراء "أصول" تدرّ عليك عائدًا ماديًا، أو تزداد قيمتها مع مرور الوقت.

لكن كن على وعي بأن الاستثمار ينطوي دومًا على مخاطر والتزامات عليك أن تأخذها بعين الاعتبار، وأن تفهم كل التفاصيل المتعلقة بالاستثمار الذي ستقبل عليه قبل أن تتخذ القرار.

اقترض بحذر

الاقتراض ليس حلًا سهلًا لشراء ما ترغب فيه كما يبدو، فلكل قرض تبعاته، وعليك إدراك تأثير ذلك على شؤونك المالية مستقبلًا. تعامل مع الأمر بحكمة. فكّر مليًا: هل الحاجة ملحّة؟ أم أنك تستجيب لرغبة آنية؟

افهم جيدًا الالتزامات المستقبلية التي ستترتب على حصولك على قرض، أو استخدامك لبطاقات الائتمان أو خدمات "اشتر الآن وادفع لاحقًا". استخدم مثل هذه الوسائل فقط إذا كنت تضمن قطعًا قدرتك على تسديد الديون ضمن المهلة المحددة؛ فبعض الديون، وإن بدت ميسّرة، قد تُثقل كاهلك لاحقًا بأعباء لم تكن في الحسبان.

تطورك أهم من راتبك

في بداية رحلتك للبحث عن عمل، لا تركز على الراتب، بل اختر الوظيفة التي ستوفر لك فرصًا للتعلم وتطوير مهاراتك واكتساب الخبرات والعلاقات المهنية. فما تبنيه في سنواتك الأولى سينعكس على دخلك في المستقبل وعلى مكانتك في سوق العمل.

احمِ نفسك في العالم الرقمي

أصبحت معظم التعاملات المالية تُجرى عبر الإنترنت من خلال شاشات هواتفنا المحمولة، ما يجعل الوعي الرقمي ضرورة لا رفاهية. ابق مطلعًا على أحدث أساليب الاحتيال الإلكتروني حتى لا تقع ضحية لأي منها، وكن حذرًا عند تحميل التطبيقات أو التعامل مع المصادر التجارية، والتزم بالموثوق منها فقط، وتعرف على حقوقك الرقمية مثل خصوصية بياناتك وسبل حمايتها.

كن أكثر وعيًا عند التسوق في العالم الرقمي. وقبل الاشتراك في أي موقع أو خدمة، اقرأ الشروط بعناية للتأكد من عدم وجود رسوم خفية، وتعرف على مدى سهولة الإلغاء في حال أردت ذلك، وآلية التجديد التلقائي. ولا تنخدع بالإعلانات الجذابة التي غالبًا ما تكون مصممة لتناسب اهتماماتك، ولا تسقط في فخ "الفرصة الأخيرة التي لا تُفوت!" ووعود الثراء السريع، وتأنَّ قبل أي عملية شراء. وتذكر: الإعلانات مصممة لتستهدفك تحديدًا، فلا تجعل "الفرصة الأخيرة" سببًا لقرار تندم عليه لاحقًا.

ثقف نفسك

ابحث عن مصادر المعرفة المالية. احضر الندوات وشارك في الدورات التي تثري ثقافتك المالية وتكسبك المهارات اللازمة لإدارة أموالك واستثمارها بشكل سليم. هناك كذلك عشرات الكتب التي تقدم نصائح مفيدة في هذا المجال، فاستفد منها. لكن تذكر، ليس كل ما يطرح فيها قابلًا للتطبيق دائمًا، لأن مؤلفيها عاشوا في بيئات مختلفة من حيث القوانين والأنظمة والظروف الاقتصادية والاجتماعية، وحتى فرص العمل والدخل المتاح؛ فلا تتعامل معها كوصفات سحرية لتحقيق الثراء، بل اختر منها ما يناسبك ويمكنك تطبيقه بحكمة ضمن واقعك.

في الختام

إدارة المال رحلة تعلّم لا تنتهي، فلا تتوقف عن اكتساب المعرفة، وضَع خططًا محكمة وواضحة، وتأنَّ في اتخاذ القرارات، واحرص على التعلم من أخطائك حتى تتفادى تكرارها.

دليلك السريع للتغلب على التوتر

اقترب موعد الاختبارات وبدأت تشعر بالقلق؟ تطمح إلى درجات تؤهلك للالتحاق بالجامعة التي تتمناها أسرتك، لكن الوقت المتبقي للدراسة لا يكفي لمذاكرة المنهج كاملًا؟

تحاول الاجتهاد لتعويض ما فاتك، فإذا بك تسوّف وتفقد التركيز وتقضي وقتًا أطول على وسائل التواصل الاجتماعي، ويساورك الأرق وتفقد شهيتك. تلك بعض الأعراض الشائعة للتوتر.

في البداية، يجب أن تعلم أن التوتر شعور طبيعي يمرّ به معظم الناس عندما يواجهون متطلبات تتجاوز قدراتهم الذهنية أو الجسدية أو المادية، أو عندما يستشعرون تهديدًا أو خسارة محتملة لشخص قريب أو شيء مهم، أو عند التأخر في اتخاذ خطوة أو قرار مهم.

وسبب التوتر في الحالة التي ذكرناها مطلع مقالنا هو ضغط الدراسة، أو ما يعرف بالتوتر الدراسي، لكنه قد ينشأ لأسباب أخرى عديدة؛ لذا يجب التعامل معه بحيث تحافظ على توازنك وفاعليتك، أو بمعنى آخر: "إدارته".

لماذا تحتاج إلى إدارة التوتر؟

إهمال التوتر قد يؤدي إلى مشاكل خطيرة.

يبدأ الأمر بتأثيره في قدرتك على أداء مهامك اليومية وفقدان التركيز، ثم ينعكس سلبًا على جودة حياتك وعلاقاتك الاجتماعية. وإذا طال أمده يرهق البدن؛ فالضغوط النفسية تحفز الجسم على إفراز كميات أكبر من هرمونات التوتر، مثل الكورتيزول والأدرينالين، كاستجابة للضغط، وهو ما ينهك أجهزة الجسم ويزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، ويضعف المناعة والجهاز الهضمي.

وفي عالمنا اليوم الذي يضج بالتغيرات السريعة والضغوط الحياتية، باتت إدارة التوتر مهارة بالغة الأهمية تُمكنك من حماية صحتك وأدائك وعلاقاتك. لذلك يجب الانتباه لأي إشارات مبكرة للتوتر، وتشخيص أسبابه، ثم اتخاذ خطوات عملية للسيطرة عليه وإدارته.

وعلامات التوتر كثيرة ومختلفة، كما يختلف رد الفعل تجاهها من إنسان لآخر تبعًا لشدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها، ومستوى التهديد الذي يشعر به، والسبب الكامن وراء التوتر، حيث يمكنك أحيانًا تفادي التوتر بتجنب مسبباته، ولكن في حالات أخرى ستضطر إلى مواجهته مباشرة، وهنا لا بدّ من إدارته بمرونة ووعي.

بعض الأعراض الشائعة للتوتر

جسدية	ذهنية وسلوكية	عاطفية واجتماعية
الإرهاق	التشتت	القلق
الصداع	الملل	تقلبات المزاج
الأرق	التسويف والمماطلة	نفاد الصبر
ضيق التنفس	تراجع الإنتاجية	الانعزال
الرجفة	فقدان الشهية	الشعور بالذنب
عسر الهضم	الإفراط في الأكل	الإحباط

ولنساعدكم على التعرّف أكثر على أثر التوتر في صحتنا النفسية، التقينا السيد عمار كريم، أخصائي علم النفس السريري في مركز إسبوار للطب النفسي، وناقشنا معه موضوع التوتر، وأسبابه، والسبل الناجعة للتعامل معه. كما تحدثنا مع السيد كريم عن أهمية الصحة النفسية عمومًا، وكيفية التمييز بين التوتر العابر والحالات الأعمق التي تستدعي دعمًا متخصصًا.

ووقفنا في حديثنا معه عند التوتر الدراسي الأكثر شيوعًا لدى الطلبة كالقلق من الأداء خلال الاختبارات، أو التوقعات المرتفعة التي يفرضها الطلبة على أنفسهم، أو تفرضها أُسرهم؛ وقد يكون السبب هو الخوف من الفشل، أو ضيق الوقت، أو التقصير في الاستعداد للاختبارات.

وعلى الرغم من أضرار التوتر إذا تجاوز حدّه، فله جانب إيجابي كما أوضح كريم: "مواجهة التوتر أمر لا مفرّ منه، وهو مفيد إذا بقي ضمن الحدود المناسبة. فإذا تجاوز حده أصبح مربكًا ومنهكًا، وقد يضر بالصحة وبالقدرة على التعلم. أما إذا كان معدومًا أو منخفضًا للغاية، فقد يؤدي إلى الشعور بالملل وفقدان الدافع. لذلك يحتاج الطلبة إلى قسط من التوتر يكفي لتحفيزهم على المذاكرة أو أداء المشاريع قبل موعد تسليمها، دون الانزلاق إلى مستويات تفضي بهم إلى الإنهاك أو الشعور بالاحتراق".

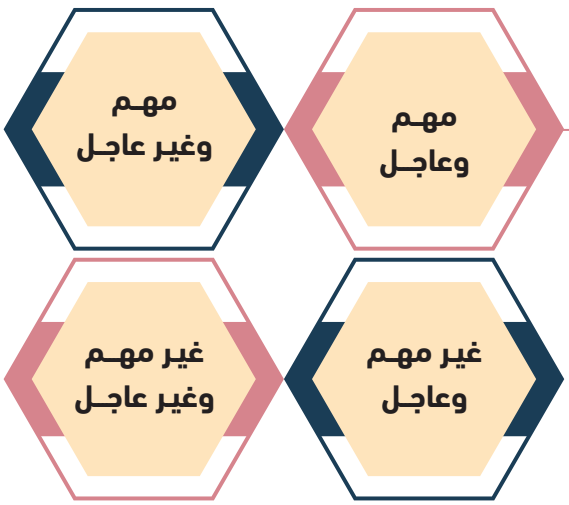
ومن واقع خبرته الطويلة في التعامل مع الطلبة، يقترح كريم ثلاث ركائز عمليّة ومثبتة علميًا لإدارة التوتر:

1 إدارة الوقت

تبيّن الأبحاث أن الطلبة الذين يدرسون بأسلوب منظم، ويحددون أهدافًا واقعية يمكن تحقيقها، يتمتعون بصحة نفسية أفضل ومستويات توتر أقل. لذا عليك إدارة وقتك قبل أي شيء آخر. وانتبه: عبارة إدارة الوقت مضللة بعض الشيء، لأننا لا "ندير الوقت" نفسه، بل ندير أنفسنا وجهدنا وأولوياتنا خلال الوقت المتاح. وبذلك تكون الخطوة الأولى هي أن تضع أهدافًا قابلة للتحقيق، وأن تتبع خطة مذاكرة منظّمة لتحقيقها.

ومن الأدوات العملية التي أستخدمها مع الطلبة "مصفوفة آيزنهاور"، وهي منهجية تحسن قدرتهم على اتخاذ القرارات حول ما يستحق التنفيذ الآن، وما يمكن تأجيله.

تُصنّف المهام في مصفوفة آيزنهاور وفق بعدين: مهام "عاجلة / غير عاجلة"، و"مهمة / غير مهمة".



كثيرًا ما يركز الطلبة على أنشطة ليست عاجلة ولا مهمة، تستهلك وقتهم بلا عائد؛ بينما ينبغي أن ينصب تركيزهم على ما هو عاجل ومهم معًا، ثم على ما هو مهم وغير عاجل، وهكذا.

فعلى سبيل المثال، الاستعداد للاختبارات والعمل على إنجاز المشاريع هي أمور عاجلة ومهمة، ويجب منحها الأولوية. لكن في الوقت نفسه يجب تخصيص واستثمار بعض الوقت في الأمور المهمة غير العاجلة، مثل الارتباطات العائلية، والصداقات، وتطوير الذات، وممارسة الرياضة والهوايات، لأن إهمالها سينعكس سلبًا على صحتك النفسية وتقديرك لذاتك على المدى البعيد.

ما الذي يفاقم التوتر؟ الانشغال بما يبدو عاجلًا وليس مهمًا حقًا، وهو ما يمكن أن نسميه "إخماد الحرائق": مثل الرد على بريد إلكتروني، أو الاستجابة لمقاطعات الآخرين، أو إجراء مكالمة. يجب التقليل من هذه المهام بقدر الإمكان.

يأتي بعد ذلك قسم آخر غير مفيد أصلًا يبدّد الوقت بلا عائد، مثل الإفراط في ألعاب الفيديو، وتصفح وسائل التواصل الاجتماعي، والمكالمات غير المهمة. وغالبًا ما ينتهي الأمر بالطلبة الذين ينزلقون نحو هذه الأمور باستهلاك طاقتهم وشعورهم بالإنهاك.

الخلاصة: الخطوة الأولى لإدارة التوتر هي أن تتعلّم إدارة وقتك بوعي عبر تحديد القيمة الفعلية لكلّ من مهامك، بحيث تمنح الأولوية لما يصنع فارقًا فعليًا في دراستك وحياتك.

2 النشاط البدني والذهني

ممارسة الرياضة بانتظام من الاستراتيجيات الأساسية في إدارة التوتر، وهناك أبحاث عديدة تدعم ذلك؛ فمثلًا، خلُصت دراسة نُشرت عام 2014 في مجلة "سبورتس ميديسن" (Sports Medicine) إلى أن من يمارسون التمارين بانتظام ينخفض مستوى الكورتيزول لديهم، ولديهم قدرة أكبر على تنظيم عواطفهم والتحكم بانفعالاتهم. كما تخلصك الرياضة من التوتر المتراكم، وتُعتبر طريقة صحية للاستفادة من فائض الطاقة.

لا يُشترط لتستفيد أن تمارس رفع الأثقال، عليك فقط أن تتحرك؛ مارس المشي أو الركض، أو رياضة جماعية، أو أي نشاط تفضله ويناسب عمرك وقدراتك البدنية؛ والمهم أن تجعله جزءًا ثابتًا من روتينك.

الأنشطة الذهنية كذلك ضرورية؛ والقراءة تحديدًا من العادات المهمة التي ينبغي أن تدرجها ضمن أنشطتك، إذ أثبتت دراسة أجرتها جامعة "ساسكس" البريطانية عام 2009 أن القراءة لمدة ست دقائق يوميًا يمكنها خفض مستويات التوتر بما يقارب 70 في المئة.

أود كذلك أن أشير إلى أهمية تدريبات "اليقظة الذهنية" التي تُعتبر أداة فاعلة في إدارة التوتر. يمكنك أن تبدأ بتدريبات بسيطة مثل التنفس الهادئ أو البطني، والتركيز على كل شهيق وزفير. والهدف هنا هو حصر انتباهك في مسألة واحدة، ومنع التشتت والشرود. لا إفراط في التفكير، ولا قلق، ولا اجترار للماضي؛ فقط الحضور في اللحظة.

3 اتباع أسلوب حياة متوازن

ابدأ بالأساسيات على طريقة هرم "ماسلو" للاحتياجات:

قاعدة الهرم هي الاحتياجات البدنية مثل النوم والتغذية، وهي ما يهمله الطلبة كثيرًا، خصوصًا قُبيل الامتحانات عندما يحاولون السهر طوال الليل.

بالنسبة للنوم، لا يوجد عدد ساعات صحي موحد للجميع، فبعض الناس يكتفون بست ساعات، وآخرون يحتاجون لثماني ساعات. المهم هو الحصول على قسط كافٍ ومنتظم من الراحة.

ثم تأتي التغذية، فما تأكله يؤثر مباشرة في أدائك. ثمة أطعمة قد تُشعرك بالتعب أو الخمول، وأخرى ترفع مستويات طاقتك وتعدّل مزاجك. وتمامًا كما تختار الوقود الأفضل والزيت الأمثل لسيارتك، جسدك أيضًا يعمل بصورة أفضل مع التغذية عالية الجودة، فاحرص على اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن.

وهناك أيضًا الروابط الاجتماعية، والتي لا تقل أهميةً عن الحاجات الأساسية، وتشمل مشاعر الانتماء والحب.

التواصل المنتظم والهادف مع العائلة والأصدقاء يعزز السلامة النفسية والقدرة على التحمل. بينما الإفراط في قضاء الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يُضعف الروابط الحقيقية، ونحن اليوم نعيش عصر الأصدقاء عبر الإنترنت، الذين غالبًا ما تكون علاقتنا بهم سطحية.

ربما تمتلك عددًا كبيرًا من المتابعين، لكنك في الغالب لن تعرف أسماء معظمهم، ولن يوفروا لك الفوائد نفسها التي تقدّمها الصداقات الحقيقية. لذلك نادرًا ما ستساعدك الصداقات من ذاك النوع على تجاوز الصعوبات أو مناقشة القضايا الحقيقية.

يعمل البشر عمومًا بصورة أفضل داخل جماعة يشعرون بالانتماء إليها؛ فالإنسان يحتاج إلى تحفيز اجتماعي وتواصل يومي في العالم الحقيقي، ولا شيء يعوض العلاقات الشخصية وجهًا لوجه.

التعامل مع المواقف الصعبة

في حالات كثيرة يكون مصدر التوتر أمرًا خارجًا عن سيطرتنا، مثل فقدان شخص عزيز، أو الإصابة بمرض، أو التعرض للتنمر. التجاهل أو اللامبالاة في هذه الحالات لا يعالجان الألم. وحول السبل الأفضل للتعامل مع تلك المشاعر، أفاد كريم بأن كبتها أو الهروب منها أمر غير صحي على الإطلاق لأنه قد يؤدي إلى تفاقمها، ويؤدي إلى مشاكل نفسية أعمق، لذلك اقترح التالي: "يجب أن تُفسح مجالًا للحزن، وأن تجد مساحةً آمنةً للحديث عمّا جرى وتتعلم سبل التكيف معه. الهدف ليس نسيان ما حدث، فهناك أمور لا يمكن نسيانها، بل نحتاج إلى التعايش معها ورؤيتها على نحوٍ مختلف. من الضروري أن يتحدث المرء إلى شخصٍ يثق به، مثل أحد أفراد الأسرة أو صديق مقرب؛ فحين لا تتحدّث عمّا يثقل قلبك، سترى الأمور من زاويتك فقط وستظل أسيرًا لأحكامك الخاصة".

توتر أم مشكلة أكثر عمقًا؟

ولكن كيف نميز بين التوتر العابر والمشاكل التي تتطلّب دعمًا متخصصًا؟ كثيرون يستخدمون جمل مثل "أنا مكتئب" أو "أعاني من الوسواس القهري" بناءً على انطباعهم الشخصي ودون تشخيص حقيقي.

وللتفرقة بين التوتر والحالات النفسية الأعمق، ينصح كريم بالانتباه إلى مدة الأعراض التي تحدثنا عنها سابقًا، ومدى ثباتها وشدة تأثيرها، حيث أوضح: "التوتر عادةً ما يكون عارضًا مرتبطًا بموقف محدد وسرعان ما يزول، في حين أن حالات مثل انخفاض المزاج أو الاكتئاب تدوم لفترات أطول بكثير".

ويضيف كريم: "انتبه للأعراض الجوهرية للاكتئاب، وعلى رأسها فقدان الاهتمام أو المتعة المصاحبة لأنشطة كانت تساعدك في تحسين مزاجك، مثل لقاء الأصدقاء وممارسة الهوايات. ومن العلامات الأخرى كذلك اضطرابات النوم، والتغير في الشهية زيادةً أو نقصانًا. راقب أداءك اليومي في الدراسة والعمل والعلاقات، فإذا أصبحت هذه المجالات تبدو لك عبئًا مربكًا، فهذه إشارة إضافية، ناهيكم عن أن المصاب بالاكتئاب غالبًا ما يرى نفسه من خلال عدسة قاسية وسلبية، ويشعر أنه بلا قيمة. وإذا استمرت مثل هذه الأعراض لأكثر من أسبوعين، فمن المرجح أن تكون الحالة أعمق من مجرد توتر عابر، وعليه، يُنصح بشدة بالحصول على دعم من متخصص في أقرب وقت ممكن".

صحة النفس لا تقل أهمية عن صحة البدن

يشيد كريم بالخطوات الكبيرة التي اتخذتها دولة قطر في السنوات الأخيرة لتعزيز الوعي بالصحة النفسية وتخفيف الوصمة التي قد يراها البعض في العلاج النفسي. وينصح الشباب بمراقبة مشاعرهم بوعي، وعدم التردد في التوجه للعلاج النفسي إذا كانوا يمرون بفترة صعبة ولا يشعرون بالارتياح في مشاركة ما لديهم مع العائلة أو الأصدقاء.

واختتم كريم حديثه معنا بالنصيحة التالية: "نحتاج للتعامل مع صحتنا النفسية بنفس القدر من الجدية التي نوليها لصحتنا البدنية، فالعلاج النفسي خطوة استباقية نحو العافية، والصحة النفسية تستحق الأولوية كأي جانب صحي آخر.

التحسن الحقيقي يبدأ من الداخل، وعلى المعالج النفسي أن يوفر لك المساحة الآمنة التي تمكنك من الانفتاح على ذاتك واستكشاف مشاعرك دون إصدار الأحكام المسبقة، وأن يساعدك على رؤية الأمور من زوايا جديدة ومختلفة. يمكنه مثلًا مساعدتك في بناء ما نسميه "الفلسفة الموجِهة"، وهي مجموعة المبادئ الأساسية التي تقود قراراتك، والتي من خلالها يمكنك أن تعرف الدافع الحقيقي لكل ما تفعله، وأن ترى التحديات بوصفها فرصًا سانحة للنمو، وأن تعتبر الإخفاقات بمثابة دروس للتعلم. وبالتالي، بدلًا من التركيز على الإخفاق ذاته، أو جلد ذاتك واعتبارها هي المشكلة، ستتعلم كيفية توجيهه طاقتك نحو تحسين أدائك وبلوغ إمكاناتك".

مستقبلك المهني في عصر الذكاء الاصطناعي

ما الذي تغير وكيف تستعد لما هو قادم

منذ سنوات قليلة فقط، شهد العالم صعودًا مذهلًا للذكاء الاصطناعي التوليدي. وأصبحت هذه التقنية الجديدة رفيقًا يوميًا لا غنى عنه لدى الكثيرين؛ حيث تجاوز استخدامها المهام التقليدية كالكتابة والترجمة والبحث وإنتاج المحتوى المرئي، إذ أصبحت منصاتها مستشارًا يلجأ إليه البعض في قرارات حاسمة تمس جوانب مهمة في حياتهم مثل الصحة والمال والتعليم. ورغم ما يحيط باستخدام الذكاء الاصطناعي من مخاطر محتملة، يبدو أن اليسر الكبير الذي يوفره يبرر خوض تلك "المجازفة المحسوبة"، أو على الأقل الاستفادة من رأي إضافي متاح بضغطة زر.

ولم يقتصر الأثر على الأفراد، بل أعاد الذكاء الاصطناعي رسم خريطة عالم العمل. نشأ سباق محموم لاكتساب مهارات جديدة، وظهرت وظائف لم تكن مطروحة من قبل، وبات المحترفون في مختلف القطاعات يدمجون الذكاء الاصطناعي في صلب عملهم اليومي، لمساعدتهم في الكتابة والبحث والتخطيط وإعداد المحتوى.

وفي الوقت ذاته، وجد الطلبة أنفسهم أمام حاجة ملحة لإعادة النظر في تخصصاتهم ومساراتهم المهنية وسط طوفان من الأسئلة المحيرة: أي المهام ستظل حكرًا على البشر؟ وأيها ستتولاها الآلات؟ إلى أي حد سيتطور الذكاء الاصطناعي؟ وهل سنشهد قريبًا اختفاء وظائف بأكملها؟

تأتي الإجابات متباينة حد التناقض. ففي أحد طرفي النقاش، يطلق معظم مؤسسي أنظمة الذكاء الاصطناعي وآخرون كثر تحذيرات مخيفة: يرونه تهديدًا وجوديًا للوظائف، وخطر فقدان السيطرة على التقنية أمرًا حاضرًا، ويتوقعون تحولات جذرية ستصيب بنية المجتمع. وفي المقابل، يتبنى خبراء وباحثون آخرون رؤية أكثر اتزانًا: فالذكاء الاصطناعي في نظرهم سيعيد تشكيل طبيعة العمل ولن يقضي عليه، وسيعزز الإنتاجية البشرية بدلًا من إلغاء دور الإنسان تمامًا. ويؤكد هؤلاء أن أثره الفعلي يتوقف في نهاية المطاف على خياراتنا: كيف سنستخدمه؟ وما الأطر التنظيمية التي سنضعها لحوكمته؟

تشير أحدث التقديرات إلى أنه بحلول عام 2030 سينمو سوق الذكاء الاصطناعي العالمي ليصل إلى أكثر من تريليون دولار، أي ما يعادل نحو خمسة إلى سبعة أضعاف حجمه الحالي.

أمام هذا الواقع المتسارع، شرعت الحكومات والمنظمات الدولية في تبني استراتيجيات واضحة للتعامل مع الذكاء الاصطناعي عبر مسارين رئيسيين: مسار يركز على استثماره كمحرك للتنمية الاقتصادية والاجتماعية، وآخر يركز على تنظيمه عبر سن أطر تشريعية محكمة تحمي الخصوصية، وتضمن العدالة، وتحدّ من المخاطر المحتملة لاستخدامه. وهذا الاهتمام المتزايد ليس وليد الصدفة؛ إذ لم يعد الذكاء الاصطناعي مجرد ابتكار تقني، بل تحول إلى قضية مصيرية ترتبط ارتباطًا وثيقًا بمستقبل الإنسان ذاته.

وسط هذا الجدل المحموم والتطورات المتلاحقة، يحتاج الشباب إلى تشكيل فهم حقيقي للواقع لا يكتفي برصد ما يحدث، بل يساعدهم على تطوير المهارات التي تجعلهم جزءًا من الحل. فمهارات التفكير النقدي، على سبيل المثال، ستعينهم على تمييز الحقيقة من المبالغة، في حين أن المهارات التقنية ستمكنهم من استخدام هذه الأدوات بفعالية. والأهم من ذلك كله اكتساب المهارات الإنسانية الأصيلة: الإبداع، والتواصل، والتعاطف، والمعايير الأخلاقية؛ فهي تبقى مجالًا أصيلًا للبشر، لا يمكن للآلة أن تحل فيه محل الإنسان. وبامتلاك هذه المنظومة المتكاملة من المهارات، يمكن للشباب الانتقال من موقع المتفرج القلق إلى موقع الشريك الفاعل في صناعة المستقبل.

في السطور التالية، سنحاول أن نرسم صورة أوضح لواقع الذكاء الاصطناعي وتأثيره على المستقبل المهني والأكاديمي للشباب، وأن نعرفهم ببعض المفاهيم الأساسية في هذا المجال. كما سنسعى للإجابة عن بعض أسئلتهم الملحة من خلال حوارنا مع خبيرين متخصصين في مجال الذكاء الاصطناعي، يقدمان رؤى عملية ونصائح مبنية على خبرة عميقة في هذا المجال.

في عام 2023، توقعت شركة "ماكنزي" للاستشارات أن الذكاء الاصطناعي التوليدي يمكن أن يضيف بين 2.6 و4.4 تريليون دولار سنويًا إلى الاقتصاد العالمي عبر زيادة الإنتاجية وتغيير طبيعة العمل في مختلف القطاعات. ومع دمجه على نطاق أوسع في البرمجيات، قد تتضاعف هذه القيمة تقريبًا لتصل إلى ما بين 6.1 و7.9 تريليون دولار سنويًا.

الذكاء الاصطناعي ومستقبل العمل

تولي كبرى المؤسسات الدولية اهتمامًا بالغًا بدراسة تأثير الذكاء الاصطناعي على سوق العمل، وتتفق جميعها على أن هذه التقنية ستعيد تشكيل طبيعة الوظائف جذريًا. فبينما ترجح بعض التقديرات اختفاء بعض الوظائف، تشير أخرى إلى أن الاعتماد على الذكاء الاصطناعي سيخلق فرصًا جديدة، مع التأكيد على أن أساس النجاح المهني سيعتمد على مزج المهارات الرقمية المتقدمة بالمهارات البشرية الناعمة.

في الوقت الحالي، ترتبط غالبية المخاوف بتأثير الذكاء الاصطناعي على وظائف المستويات المبتدئة، وما يترتب على ذلك من تقلص فرص العمل المتاحة للخريجين الجدد. وقد توقع تقرير أصدرته منظمة العمل الدولية عام 2025 أن يعيد الذكاء الاصطناعي التوليدي تشكيل ما يقرب من ربع وظائف العالم، ولا سيما الوظائف الروتينية المكتبية التي تُعدّ أساس الوظائف المبتدئة. أما تقرير "مستقبل الوظائف" الصادر عن المنتدى الاقتصادي العالمي في عام 2025 فيتوقع أن يشكل الذكاء الاصطناعي وتقنيات معالجة المعلومات قوة دافعة لتغيير سوق العمل حتى عام 2030؛ إذ يُرجح أن تسهم إلى جانب تحولات أخرى في خلق نحو 170 مليون وظيفة جديدة مقابل إزاحة 92 مليون وظيفة.

أي الوظائف الأكثر عرضة للتأثر؟

يضع هذا الواقع الشباب المقبلين على سوق العمل أمام تحدٍ غير مسبوق، حيث يفرض عليهم تطوير مهاراتهم لمواكبة احتياجات سوق العمل المتغيرة، في وقت بات واضحًا فيه أن المؤسسات التعليمية مُطالبة بإعادة النظر في مناهجها لتتلاءم مع هذه التحولات.

وتبدو الوظائف الأكثر عرضة لتأثير الذكاء الاصطناعي تلك التي تعتمد على مهام روتينية متكررة ومحددة، ولا تستدعي إبداعًا، أو تعاطفًا إنسانيًا، أو تفكيرًا نقديًا معقدًا، أو حكمًا أخلاقيًا. غير أن جوهر المسألة يرتبط بدرجة الأتمتة؛ فأي وظيفة تتضمن مهامًا تحتاج إلى العنصر البشري تبقى أقل عرضة للاستبدال الكامل.

دعوة للتفاؤل

لتحليل تأثير الذكاء الاصطناعي في عالم العمل، التقينا الدكتور سنجاي شاولا، كبير العلماء في معهد قطر لبحوث الحوسبة (QCRI) بجامعة حمد بن خليفة.

تأسس معهد قطر لبحوث الحوسبة عام 2010 تحت مظلة جامعة حمد بن خليفة، بهدف دعم مؤسسة قطر في بناء القدرات التقنية والابتكارية للدولة، والمساهمة في تحولها نحو اقتصاد معرفي مستدام. ويركز الدكتور شاولا في أبحاثه على تنقيب البيانات وتعلم الآلة، وقد أسهم في إعداد أول استراتيجية وطنية للذكاء الاصطناعي في دولة قطر عام 2019. كما شارك في إعداد تقرير صدر عام 2021 حول تأثير الذكاء الاصطناعي في التوظيف داخل قطر، وكان من أبرز ما خلص إليه التقرير أن الوظائف المكتبية قد تتأثر بالذكاء الاصطناعي بدرجة أكبر من الوظائف اليدوية.

يقول الدكتور شاولا: "من الواضح أن هناك مؤشرات على تأثر بعض المهام الوظيفية بالذكاء الاصطناعي في مهن مثل البرمجة. ولكن كما توقعنا في تقريرنا حول الذكاء الاصطناعي وتأثيره على الوظائف، يقتصر استخدام الذكاء الاصطناعي حتى الآن نسبيًا على تعزيز أداء العمل".

ويضيف: "الذكاء الاصطناعي أداة ممتازة لتوليد الأفكار، ولكن مخرجات الذكاء الاصطناعي تبقى في حاجة إلى التحقق والمراجعة بسبب مشكلة الهلاوس، أي الأخطاء التي يرتكبها الذكاء الاصطناعي التوليدي بين الحين والآخر، ويتطلب تقصيها جهود عنصر بشري يمتلك قدرًا من الخبرة".

وبشكل عام، ينصح الدكتور شاولا بتجنب الاعتماد على الذكاء الاصطناعي في المهام التي تنطوي على قدر عالٍ من الحساسية، والاستفادة منه في المهام ذات المخاطر المتوسطة أو المنخفضة.

هل سنفقد قدرتنا على التفكير؟

مع الاعتماد المتزايد على الذكاء الاصطناعي التوليدي في جوانب الحياة المختلفة، يُثار جدل واسع حول تأثيره في قدرات البشر على التفكير النقدي وحل المشكلات. فهل يمكن بالفعل أن نفقد مع الوقت قدرتنا على التفكير إذا اعتمدنا على "تشات جي بي تي" ومثيلاته في البحث عن حلول لكل تحد؟

يعتقد الدكتور شاولا أن الأدلة المتاحة حتى الآن لا تبرر الخوف من أن يؤدي الذكاء الاصطناعي إلى إضعاف قدرة البشر على التفكير النقدي وحل المشكلات، لكنه يرى في المقابل أنه قد يغير الطريقة التي نوظف بها هذه القدرات، مؤكدًا أن المفتاح يكمن في كيفية استخدامنا لتقنيات الذكاء الاصطناعي، وأن نعتبره أداة تعزز تفكيرنا ولا تحل محله.

ويقول الدكتور شاولا: "دعنا لا ننسى أن حجج مشابهة طُرحت قبل عقود من الآن عندما انتشرت الآلات الحاسبة في المدارس. ورغم أن التقنيات الجديدة تزاحم دائمًا بعض الوظائف، لا توجد أدلة حقيقية على أنها تؤثر سلبًا في مهارات التفكير لدى البشر؛ بل العكس صحيح في الكثير من الأحيان، إذ يتفرغ الناس لأداء مهام أهم وأكثر تعقيدًا. خذ الشطرنج على سبيل المثال: تستطيع محركات الذكاء الاصطناعي اليوم أن تهزم أمهر أساتذة اللعبة، ومع ذلك ازدادت شعبية الشطرنج، وتعمقت دراسته، وتطور أداء لاعبيه".

رؤية متوازنة

ورغم القلق المتزايد بين الطلبة حول مستقبلهم المهني في عصر الذكاء الاصطناعي، يقدم الدكتور شاولا رؤية متوازنة تجمع بين الواقعية والتفاؤل. فبدلًا من النظر إلى هذه التقنية بوصفها تهديدًا أو منافسًا، يدعو إلى تبني موقف استباقي واعٍ، ويحث الطلبة على الانفتاح على تقنيات الذكاء الاصطناعي واستخدامها، كلٌّ وفق اهتماماته، على أن تُعامل دومًا لا باعتبارها طريقًا مختصرًا، بل أداة تعزز معارفهم وتوسع آفاقهم.

لم يعد تعلم مهارات التعامل مع الذكاء الاصطناعي أمرًا اختياريًا، بل أصبح ضرورة حتمية للمحترفين في مختلف القطاعات. وتشير تقارير سوق العمل إلى أن مهارات الذكاء الاصطناعي باتت من بين الأكثر طلبًا لدى أصحاب العمل عند توظيف كوادر جديدة. لذا، على من بدأ مسيرته المهنية أن يستثمر في اكتساب هذه المهارات ليستطيع المنافسة والاستمرار في سوق العمل.

يشبه الوضع اليوم إلى حد كبير الحقبة التي ظهرت فيها أجهزة الحاسوب لأول مرة في بيئات العمل، حين توجب على الجميع تعلم استخدام الحاسوب للبقاء والنمو في سوق العمل، ونرى المشهد ذاته يتكرر اليوم مع الذكاء الاصطناعي. لذلك يحث الدكتور شاولا المحترفين، من كل الأعمار والخلفيات، على استخدام الذكاء الاصطناعي ضمن مهامهم اليومية من أجل حماية مسيراتهم المهنية، وعدم التأخر عن ركب هذه الثورة التقنية. لكنه يشدد في الوقت ذاته على أهمية التدرج في الاعتماد عليه والبدء بتجارب بسيطة ومحدودة النطاق، ومراقبة أثره على إنتاجيتهم وجودة عملهم. ويقدم لهم النصيحة التالية: "احرص على الإلمام بأساسيات الذكاء الاصطناعي وفهم نقاط قوته وحدوده. من المعروف أن تقنيات الذكاء الاصطناعي الحالية تعاني من فجوة بين قدراتها الفعلية ومدى موثوقية نتائجها. على الجميع إدراك ذلك واستخدام الذكاء الاصطناعي بحكمة وروية".

ويؤمن الدكتور شاولا بأن الذكاء الاصطناعي التوليدي يمكن أن يعزز قطاع التكنولوجيا في قطر ويمنحه دفعة نوعية كبيرة، موضحًا رؤيته من خلال المثال التالي: "إذا أنشأت دولة قطر ذكاءً اصطناعيًا خاصًا بها، واستقطبت المواهب المحلية والخارجية لبناء تطبيقات ذكاء اصطناعي مصممة وفقًا للسياق المحلي وتركز على خدمة قطاعات استراتيجية مثل النفط والغاز والرعاية الصحية، من شأن هذه التقنية المهمة أن تُكسب قطر أفضلية تنافسية على المستوى الإقليمي".

فنار

"فنار" هو نموذج ذكاء اصطناعي توليدي باللغة العربية طوره معهد قطر لبحوث الحوسبة برعاية من الحكومة القطرية عبر وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات. يعتمد "فنار" على بنية لغوية قوية وخوارزميات متطورة تُمكنه من التفكير باللغة العربية، وفهم المعاني الدقيقة، واستيعاب الفروق اللغوية بشكل عميق. ويُقدم مجموعة واسعة من الإمكانات التي تشمل توليد النصوص وبيانات الوسائط المتعددة، وصناعة المحتوى، والترجمة، والتدقيق اللغوي.

يمكنك تجربة النموذج بنفسك من خلال مسح الرمز التالي:

كيف تبدأ رحلتك المهنية في الذكـــاء الاصطناعـــي؟

نأمل أن تكون الصورة قد اتضحت الآن: الذكاء الاصطناعي عنصر محوري في مستقبلك المهني، وهو مستمر في النمو والتطور، ما يجعل التعايش معه واستثماره ضرورة لا خيارًا. لكن ماذا عن بناء مسيرة مهنية في مجال الذكاء الاصطناعي نفسه؟ إن كنت طالبًا تخطط لمسارك المهني، فلا شك أن لديك تساؤلات عديدة: هل هذا المجال مناسب لي؟ كيف يمكنني معرفة ذلك؟ ومن أين أبدأ؟

لنساعدك في الإجابة عن هذه الأسئلة، التقينا الدكتورة ماريا نظير، الأستاذ المساعد في برنامج بكالوريوس الهندسة في الذكاء الاصطناعي بجامعة "سيتي يونيفرسيتي قطر" بالشراكة مع جامعة "أولستر"، والذي كان الأول من نوعه في دولة قطر عند إطلاقه عام 2023.

وتمتلك الدكتورة نظير خبرة واسعة تمتد عبر مجالات عدة مثل تعلم الآلة، والرعاية الصحية، والذكاء الاصطناعي القابل للتفسير، مع تركيز خاص على الرؤية الحاسوبية، ومعالجة الصور الطبية، والتعلم العميق.

تبدي الدكتورة نظير حماسًا واضحًا لدورها في إعداد الجيل القادم من الطلبة الذين سيقودون مستقبل الذكاء الاصطناعي، وترى أن المجال يناسب خصوصًا من يمتلك مهارات حل المشكلات والتفكير المنطقي والإبداع، حيث توضح: "إذا كنت مهتمًا بفهم كيف تحاكي التكنولوجيا ذكاء وقدرة الإنسان على الرؤية، أو الكلام، أو اتخاذ القرارات، فأنت تفكر بالفعل بعقلية باحث في الذكاء الاصطناعي. يشكل الشغف بالرياضيات والإحصاء وعلوم الحاسوب وتحليل البيانات قاعدة صلبة ضرورية، لكن صفات الفضول والمثابرة والوعي الأخلاقي لا تقل أهمية، لأن الذكاء الاصطناعي لا يقتصر على الجوانب التقنية فحسب، بل يتعلق بكيفية توظيف التكنولوجيا في خدمة المجتمع بمسؤولية".

إلى جانب الكتابة وصناعة المحتوى والترجمة وخدمة العملاء، تعد البرمجة أحد أكثر المجالات تأثرًا بصعود الذكاء الاصطناعي التوليدي؛ حتى أن البعض بدأ يزعم أن تعلمها لم يعد مجديًا بعد سنوات من التأكيد على أهميتها لطلبة المدارس والجامعات. في حين ذهب آخرون أبعد من ذلك بالقول إن تخصصات علوم الحاسوب عامةً لم تعد خيارًا مهنيًا جيدًا.

في الواقع، الأمر ليس بهذا السوء: الذكاء الاصطناعي التوليدي أحدث تحولًا هائلًا في مجال البرمجة، لكنه في الغالب تحول إيجابي؛ إذ رفع من إنتاجية المبرمجين وسرّع إنجاز المهام الروتينية. ومع ذلك، لا يزال من المبكر اعتباره بديلًا حقيقيًا للمبرمج البشري الذي يبقى ضروريًا لفهم المشكلات وسياقاتها، وتصميم الأنظمة المعقدة التي تعالجها، وضمان الأمن والأداء، ومراجعة ما ينتجه الذكاء الاصطناعي وتصحيح الأخطاء فيه. فبينما يستطيع الذكاء الاصطناعي إنشاء مواقع بسيطة أو نماذج أولية، يظل تطوير التطبيقات الاحترافية والآمنة والقابلة للتطوير مهمة تحتاج إلى خبرة بشرية. أي باختصار، لم يُلغ الذكاء الاصطناعي تخصص البرمجة، بل أعاد إنتاج تصورنا عن دور المبرمج ليصبح مشرفًا ومصممًا ومراجعًا، ويتفرغ في الوقت ذاته للمهام الأكثر تعقيدًا وحاجةً للإبداع. لقد أصبح الذكاء الاصطناعي في هذه الحالة مساعدًا فعالًا للمبرمج، لا بديلًا عنه.

وعن ذلك تقول الدكتورة نظير: "توفر علوم الحاسوب الأساس المنطقي والرياضي للذكاء الاصطناعي. وعلى الرغم من أن تقنيات الذكاء الاصطناعي الحديثة تبسّط بعض جوانب البرمجة، يظل فهم كيفية عمل الخوارزميات خلف الكواليس أمرًا بالغ الأهمية. كما أن البرمجة لا تمكّنك فقط من استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي، بل تساعدك كذلك على ابتكارها وتخصيصها وفق احتياجاتك. في الواقع، إن دمج قدرات البرمجة مع التفكير النقدي والإبداع والخبرة المتعمقة في المجال يجعل الطلبة أكثر مرونة وقدرة على التكيف في سوق عمل يشكّله الذكاء الاصطناعي".

إليك أبرز المسارات المهنية الحالية والناشئة في مجال الذكاء الاصطناعي وفق الدكتورة ماريا نظير:

مسارات مهنية حالية

مهندس تعلم آلي	يصمم نماذج الذكاء الاصطناعي ويعمل على تنفيذها وتطويرها
عالم بيانات	يستخلص الرؤى والمعرفة من مجموعات بيانات معقدة
باحث في الذكاء الاصطناعي	يتوسع في تطوير الخوارزميات والنماذج الجديدة
أخصائي الرؤية الحاسوبية أو معالجة اللغة الطبيعية	يركز على التعرف على الصور، ونمذجة اللغة، والذكاء الاصطناعي متعدد الوسائط
أخصائي تطبيقات الذكاء الاصطناعي في مجالات الصحة أو التمويل أو الروبوتات	توظيف الذكاء الاصطناعي في معالجة التحديات الخاصة بكل قطاع

مسارات مهنية ناشئة

أخصائي في أخلاقيات الذكاء الاصطناعي
مهندس سلامة الذكاء الاصطناعي
مصمم تفاعل الإنسان مع الذكاء الاصطناعي
أخصائي سياسات الذكاء الاصطناعي

ورغم التقدم المذهل للذكاء الاصطناعي الوكيلي والمستقبل الواعد لما يمكن أن يحققه، تستبعد الدكتورة نظير أن يتمكن هذا الذكاء من أداء مهام تتطلب اتخاذ قرارات معقدة أو تولي أدوار قيادية بشكل كلي. وتعلل ذلك بقولها: "يتطلب ذلك حكمًا مهنيًا وتعاطفًا ومنطقًا أخلاقيًا وتحملًا للمسؤولية، وهي جميعًا سمات إنسانية خالصة تميزنا عن الآلات. في المقابل، أتصور الذكاء الاصطناعي شريكًا فاعلًا، يتولى المهام الروتينية، بينما يركز البشر على الإبداع والاستراتيجية والابتكار".

ختامًا، إليكم توصيات الدكتورة نظير لكل من يأمل بناء مسيرة مهنية في مجال الذكاء الاصطناعي:

- ابدأ ببناء أساس متين في الرياضيات والبرمجة، إلى جانب التفكير المنطقي؛ فهو لغة الذكاء الاصطناعي.
- اختبر أدوات الذكاء الاصطناعي المجانية، وتعلّم البرمجة، وجرب تنفيذ مشروعات صغيرة مثل تطوير روبوتات محادثة أو تحليل مجموعة من البيانات.
- استكشف وتمعّن في التحديات الواقعية في عالمنا، خاصة تلك المرتبطة بمجالات حيوية مثل الرعاية الصحية، وتغير المناخ، والتعليم، والقضايا الاجتماعية؛ فالذكاء الاصطناعي مجرد أداة، وأبرع المختصين فيه هم الذين يحسنون اختيار القضايا الجديرة بالحل باستخدام هذه الأداة.
- الأهم من كل ذلك، طور قدرتك على التفكير دومًا بالجوانب الأخلاقية لعملك، ولا تسأل نفسك فقط عمّا يستطيع الذكاء الاصطناعي إنجازه، بل أيضًا عمّا ينبغي أن يحققه.
- فكر في سبل مستدامة لدعم حلول الذكاء الاصطناعي الصديقة للبيئة والتحقق من موثوقيتها وعدالتها.

التوجيه المهني في دولة قطر

منظومة تتبلور وتتقدم بثبات

لقاء خاص مع خبيرة التوجيه والتطوير المهني

الدكتورة حمدة النعيمي

على مدى العقدين الماضيين، عملت دولة قطر على مواءمة منظومتي التعليم والعمل مع رؤية قطر الوطنية 2030، فبرز دور التوجيه المهني ليجمع بين التخطيط والسياسات والتنفيذ كرابط عملي بين ركائز الرؤية الاقتصادية والاجتماعية والبشرية والبيئية.

وطوال تلك المسيرة اضطلع مركز قطر للتطوير المهني بدور الميسّر بين مختلف الشركاء، حيث أطلق منصات للحوار وتنسيق الجهود، وكان في مقدمتها "لقاء شركاء التوجيه المهني" و"ملتقى المرشدين المهنيين"، مكرّسًا بذلك شراكات فاعلة بين الوزارات والجامعات وأصحاب العمل، وممهدًا لبناء إطار وطني متكامل للتوجيه المهني في الدولة.

في هذا الحوار الخاص لمجلة "دليلك المهني"، نستطلع آراء الدكتورة حمدة حمد النعيمي، خبيرة التوجيه والتطوير المهني في دولة قطر، ونستطلع رأيها في التقدم الذي أحرزه مجال التوجيه المهني في دولة قطر خلال السنوات الأخيرة، ورؤيتها لتطوير منظومة الإرشاد الأكاديمي في المدارس، ونصائحها للممارسين، ورسائلها لصنّاع السياسات.

علامة فارقة في المنطقة

في مايو 2025، أصبحت الدكتورة حمدة أول مرشدة مهنية في منطقة الخليج تحصل على اعتماد "المدرب الرئيس" لبرنامج تيسير التطوير المهني (FCD) من الجمعية الوطنية للتطوير المهني في الولايات المتحدة الأمريكية (NCDA). ويتيح لها هذا الاعتماد تأهيل مدربي برنامج (FCD)، الذين يمكّنون بدورهم الممارسين من مساعدة الأفراد على التخطيط لمساراتهم المهنية واختيار المسار الأنسب لهم والتقدم به نحو أهدافهم المهنية.

وجاءت هذه الخطوة إضافة مهمة لمسيرة الدكتورة حمدة الحافلة في مجال التوجيه والتطوير المهني، والتي أولت خلالها تطوير قدراتها الأكاديمية والمهنية على حد سواء، وتعاونت خلالها مع كبرى المؤسسات الحكومية والتعليمية في دولة قطر، وكان من أبرز محطاتها المهنية عملها في مركز قطر للتطوير المهني، حيث شغلت منصب أخصائي أول التطوير المهني لقرابة ثلاثة أعوام.

نقطة تحول

لم يكن دخول الدكتورة حمدة مجال الإرشاد المهني مخططًا له. فقد بدأت مسيرتها معلمةً للرياضيات في إحدى المدارس الثانوية بعد حصولها على بكالوريوس التربية من جامعة قطر، ثم نالت درجة الماجستير في التعليم الثانوي والتدريس من جامعة أوهايو بالولايات المتحدة، لترسي دعائم مسار مهني ناجح ومستقر.

أثناء تلك الفترة، تبين وجود فجوة بين مخرجات المرحلة الثانوية العامة في المدارس المستقلة ومتطلبات القبول في جامعات المدينة التعليمية بمؤسسة قطر. واستجابة لذلك، تبنت وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي تطبيق نظام الإرشاد الأكاديمي في المدارس. طلبت مديرة المدرسة حينها من الدكتورة حمدة تولي مهمة الإرشاد الأكاديمي في مدرستها، وبالفعل قبلت ذلك، وكانت تلك البداية لتحول كامل في مسيرتها المهنية.

كان عامٌ واحدٌ في المنصب الجديد كفيلًا بتغيير منظورها لأهدافها المهنية، حيث تقول: "عملي كمرشدة مهنية سمح لي برؤية الصورة كاملة. تدريجيًا، بدأت أشعر أن تحمسي لتدريس المستوى العالي من الرياضيات لطلبة لا يمتلكون أهدافًا واضحة عما يريدون تحقيقه في مسيرتهم المهنية، أو حتى ما سيدرسونه في الجامعة، بات أمرًا لا طائل منه. وأتاح لي موقعي الجديد فهمًا أعمق لاحتياجات الطلبة، ورأيت أن هناك عجزًا واضحًا في اتخاذ القرار المهني من قبل الطلبة، وأدركت أهمية توجيههم قبل تعليمهم. كانت تلك نقطة تحول في مسيرتي وقررت التخصص في مجال التوجيه المهني".

يتيح برنامج (FCD) لخريجيه التقدم للحصول على اعتمادين دوليين مهمين هما: شهادة مقدم خدمات مهنية معتمد (CCSP) من الجمعية الوطنية للتطوير المهني؛ وشهادة ميسر التطوير المهني العالمي (GCDF) من مركز الاعتماد في التعليم (CCE).

ولقناعتها العميقة بأهمية تعزيز تأهيلها الأكاديمي، اختارت الدكتورة حمدة بريطانيا وجهةً لدراسة هذا المجال، فنالت درجة الدكتوراة من جامعة ريدينج في تخصص التوجيه المهني للتعليم العالي. وتناولت أطروحتها كيفية اتخاذ الطلبة القطريين في الصف الثاني عشر قراراتهم التعليمية والمهنية، والعوامل المؤثرة في ذلك، بالاستناد إلى نتائج دراسة ميدانية أجرتها لمدة عام كامل في مدرستين ثانويتين حكوميتين في قطر، واحدة للبنات والأخرى للبنين.

تأثير الآباء

خلصت الدراسة إلى أن الآباء والأصدقاء الأكبر سنًا هم الأكثر تأثيرًا على قرارات الطلبة التعليمية والمهنية. كما كشفت أن ضغط الأب تحديدًا هو العامل الأبرز في حالة الطلبة القطريين المترددين والعاجزين عن اتخاذ قرارهم المهني. وبناءً على ذلك، أوصت الدراسة بتضمين الآباء والأصدقاء الأكبر عمرًا في برامج التوجيه المهني للطلبة في المدارس. كما أوصت بوجوب توعية الآباء في الأسر القطرية بدورهم المركزي الحساس والحاسم في اختيارات أبنائهم التعليمية والمهنية.

وبعد قرابة ثماني سنوات على نشر نتائج البحث، ما زالت الدكتورة حمدة تلاحظ من خلال عملها أن تأثير الأب يبقى العامل الأول في اتخاذ القرار المهني بالنسبة للطلبة من الجنسين؛ سواء بالإيجاب، من خلال دعمهم في اختياراتهم، أو بالسلب، عبر دفعهم لطموحات تتجاوز قدراتهم، أو تثبيط طموحاتهم بذريعة القيود الثقافية والاجتماعية. لكنها ترى، رغم ذلك، بصيص أمل واضح، حيث تقول: "نلمس تغييرًا واضحًا، ولو كان بسيطًا، لكنه في الاتجاه الصحيح. لقد تحسنت اختيارات الطلبة بما يلائم قدراتهم وطموحاتهم ومتطلبات سوق العمل. أرى أن هذا التحول ناتج بشكل أساسي عن نشر معلومات واضحة عن احتياجات سوق العمل من خلال منصات الابتعاث الحكومي. والواقع أن هذه المعلومات لم تؤثر مباشرة على الطلبة، بل على أولياء أمورهم الذين أتيحت لهم رؤية صورة أوضح عن مستقبل سوق العمل في دولة قطر".

دور التوجيه المهني

تعتبر الدكتورة حمدة أن تمكين التوجيه المهني هو السبيل الأمثل لإحداث تغير مستدام يتيح للطلبة اختيار المجالات الأنسب لقدراتهم وطموحاتهم، ويخدم في الوقت نفسه بناء اقتصاد وطني متنوع ومستدام. ورغم اعتقادها أن التوجيه المهني قطع خطوات واسعة خلال السنوات الأخيرة، وحقق نتائج ملموسة بفضل جهود الوزارات والمؤسسات والجامعات، فهي تؤمن بأن تحويل هذا التقدم الى أثر مستدام يقتضي توحيد الجهود ضمن إطار وطني واحد، وتوضح: "هناك أياد بيضاء في كل الاتجاهات؛ لكن إذا أردنا فعلًا تعزيز مجال التوجيه المهني في دولة قطر، فمن الضروري جمع جهود جميع الشركاء عبر جهة تنسيقية واضحة، مثل هيئة تعمل تحت مجلس الوزراء، أو جمعية للإرشاد المهني".

وتضيف: "تحدثت خلال سنوات عملي مع الطلبة وأولياء الأمور وأصحاب القرار ومؤسسات القطاعين العام والخاص. الجميع يرى ضرورة أن يتبوأ التوجيه المهني المكانة التي تليق بأهميته، ليوجه القوى العاملة في قطر نحو الاتجاه الذي يحقق للدولة أهدافها الاقتصادية. الأمر ضروري وحاسم".

كما تدعو إلى الاستفادة من تجارب دول مجلس التعاون الخليجي، مشيرةً إلى تجربة المملكة العربية السعودية التي وفق قولها "حققت نهضة ملحوظة في فترة وجيزة"، مع التأكيد على أن قطر سبّاقة في تأصيل المجال، وأن تبادل الخبرات يسرّع التعلم المؤسسي.

الاعتمادات الدولية والحوكمة المهنية

تطرقنا في حوارنا كذلك إلى أهمية تأهيل العاملين في تخصصات الإرشاد الأكاديمي والتوجيه والتطوير المهني حتى يتمكنوا من تقديم خدمات احترافية قائمة على أسس علمية. وتحث الدكتورة حمدة المرشدين الأكاديميين والمهنيين على المواظبة على الدورات المعتمدة والبرامج التي تثري مسيرتهم، وكذلك السعي إلى نيل الاعتمادات الدولية، قائلة: "الحصول على الاعتمادات الدولية خطوة عملية مهمة ويجب أن يحرص عليها ممارسو التوجيه والإرشاد المهني في دولة قطر، لأنها تثبت كفاءتهم والتزامهم بمعايير هذه المهنة. اعتقد أن الوقت قد حان لوجود مرجعية وطنية تعتمد المرشدين المهنيين وتمنحهم التراخيص المطلوبة لممارسة عملهم، وتراقب أداءهم وتنظم تقديم هذه المهنة، حتى نضمن أن من يساعد أبناءنا مصرح لهم بذلك، ويمتلكون الكفاءات والمعارف والأدوات اللازمة. سيمنع ذلك وجود دخلاء غير مؤهلين في هذا المجال، ويمنح الطمأنينة للأسر بأن أبناءهم في أيدٍ أمينة".

يعتقد البعض أن الممارسات الدولية في الإرشاد المهني لا تلائم مجتمعاتنا الخليجية، لكن الدكتورة حمدة لا ترى اختلافًا جوهريًا يعوق تكييفها مع السياق المحلي، بل تؤمن بأن البيئة القطرية والخليجية قادرة على تبنيها بعد مواءمتها ثقافيًا ومؤسسيًا، حيث تقول: "جوهر الممارسات العالمية في مجال الإرشاد المهني هو تعزيز قدرات الإنسان المهنية ليكون عنصرًا فاعلًا في مجتمعه. في الواقع، نحن في أفضل وضع للاستفادة منها بعد تكييفها لتناسب مجتمعاتنا. في الولايات المتحدة مثلًا، قد يبدأ تطبيق الممارسات من حالات معقدة، كدعم المفرج عنهم من السجون وإعادة تأهيلهم للاندماج في المجتمع كأشخاص منتجين. بينما في سياقنا المحلي، ننطلق من نقطة أكثر تقدمًا، حيث نعمل مع طالب يحتاج إلى توجيه لتحديد مساره المهني".

تأثير الذكاء الاصطناعي

تعتقد الدكتورة حمدة أن تأثير الذكاء الاصطناعي على التوجيه المهني والإرشاد الأكاديمي حتمي ومتزايد، ولكنه لن يغني أبدًا عن التواصل الإنساني بين المرشد المهني والطالب. لذلك، فهي تشجع المرشدين على الاستفادة منه؛ لكن بوعي. وتقول: "من الممكن أن يكون الذكاء الاصطناعي أداة مهمة للمرشد المهني، لكن عليه أن يعتمد عليها لتيسير العمل لا أداءه نيابة عنه، مع الانتباه لأخطاء تطبيقات الذكاء الاصطناعي وتحيزاتها، وكذلك الحرص على حماية بيانات الطالب. يجب أن يكون الحكم المهني في النهاية للمرشد بناءً على معارفه وخبراته".

وتردف قائلة: "في ظل التطور السريع لأدوات الذكاء الاصطناعي، لا بد أن يكون له دور أكبر في السنوات المقبلة. علينا مراقبة ودراسة تأثيره على مجال التوجيه المهني والعمل على مواكبته والاستفادة منه".

مفتاح النجاح المهني

في ختام حديثنا، تقدم الدكتورة حمدة النصيحة التالية لكل من يرغب في تطوير مسيرته وتحقيق أهدافه المهنية: "ابنِ نفسك وطوِرها ودرِبها. ابدأ بتشخيص ذاتي صادق تتعرف من خلاله على مواطن القوة والضعف لديك. عالج الفجوات، وعزز مهاراتك التقنية والحياتية، مثل إدارة الوقت، وحل المشكلات، والتواصل.

لقد أصبحت المهارات الحياتية ضرورة لا غنى عنها لكل من يريد بناء مسيرة مهنية ناجحة، حيث تمكنك من إنجاز المهام وتجاوز التحديات التي لا تكفيها المهارات التقنية وحدها". وتختم: "اجعل التعلم المستمر عادة راسخة لديك، فالحصول على شهادة عليا من دون استعداد دائم لتحديث معارفك وصقل مهاراتك واكتساب أخرى جديدة يفقدها كثيرًا من قيمتها، ويعوق قدرتك على مواكبة تطور مجالك المهني".

المرشد الأكاديمي سؤال وجواب

ابتسام محمد اليافعي

رئيس قسم الإرشاد الأكاديمي والمهني

إدارة شؤون المدارس والطلبة في وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي

انطلاقًا من هذا العدد نخصص قسمًا جديدًا يسلط الضوء على واقع الإرشاد الأكاديمي في مدارس دولة قطر، من منظور الممارسين في الميدان وصناع السياسات. سنناقش مع ضيوفنا ضمن هذا القسم دوافع اختيارهم للعمل في مجال التوجيه المهني، ونتعرف على طبيعة عملهم، وأبرز التحديات التي تواجههم، وطموحاتهم المستقبلية، ورسائلهم للطلبة وأولياء الأمور.

تستهل الحوار السيدة ابتسام محمد اليافعي، رئيس قسم الإرشاد الأكاديمي والمهني بإدارة شؤون المدارس والطلبة في وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي.

لضيفتنا باع طويل في التوجيه المهني، إذ راكمت خبراتها خلال سنوات من العمل مرشدةً أكاديميةً في مدرسة آمنة بنت وهب الثانوية للبنات. وقد حصلت خلال مسيرتها على عدد من الاعتمادات الدولية المهمة، حيث أصبحت مقدمة معتمدة للخدمات المهنية (CCSP)، وحصلت على الاعتماد من الجمعية الوطنية للتطوير المهني في الولايات المتحدة الأمريكية (NCDA)، إلى جانب الاعتماد البريطاني من المركز الثقافي البريطاني. كما عملت في بداية مسيرتها معلمةً للغة الإنجليزية بعد تخرجها في كلية الآداب في جامعة قطر. وإليكم نص الحوار:

لماذا اخترت التوجه إلى الإرشاد الأكاديمي والتخصص في التوجيه المهني؟

اخترت هذا المجال إيمانًا مني بأهمية مساعدة الطلبة في الإعداد والتخطيط لمستقبلهم التعليمي والمهني في ضوء قدراتهم وميولهم وحاجة سوق العمل. فالتوجيه المهني لا يقتصر على تقديم النصيحة للطالب وحسب؛ بل يشمل بناء خطط مهنية واقعية تعزز من فرص نجاحه واندماجه في سوق العمل. ويمنحني عملي فرصة حقيقية للإسهام في تنمية المجتمع عبر إعداد جيل قادر على التخطيط لمساره بثقة، واتخاذ قرارات مهنية واعية، بما يضمن لهم مستقبلًا واعدًا ويساعدهم في مواكبة متغيرات سوق العمل وخدمة وطنهم.

ما أبرز التحديات التي تواجهينها خلال عملك؟

أكبر تحدٍ هو تنوع احتياجات الطلبة وصعوبة تلبيتها جميعًا بسبب ضيق الوقت. العدد الكبير للطلبة لا يتناسب مع وجود مرشد أكاديمي واحد في المدرسة، إذ يضع ذلك على كاهله أعباءً ثقيلة. كما أن هناك عائقًا آخر يتمثل في ضعف وعي بعض الطلبة وأولياء الأمور بأهمية الإرشاد الأكاديمي والمهني.

كيف تتجاوزين تلك التحديات؟

أحرص على إعداد خطط عمل منظمة وجدولة دقيقة للمهام، مع استخدام أساليب إرشادية حديثة تراعي الفروق الفردية بين الطلبة، وتنظيم جلسات إرشادية فردية وجماعية لهم. وفي الوقت ذاته، أعمل على عقد لقاءات إرشاد، وتقديم برامج توعوية تجمع أولياء الأمور والطلبة. إن تعزيز الوعي المجتمعي بدور الإرشاد الأكاديمي في دعم مسيرة الطالب وتحقيق أهدافه المستقبلية أمرٌ بالغ الأهمية، ويجب التركيز عليه لأنه يمكن أن يصنع الفارق.

ما أهمية دور أولياء الأمور في مساعدة أبنائهم على تحقيق النجاح المهني؟

يمكن لأولياء الأمور أن يلعبوا دورًا محوريًا في دعم أبنائهم لاتخاذ قرارات مهنية صحيحة من خلال عدة جوانب أساسية، أولها توفير بيئة داعمة ومشجعة تُشعر الطالب بالثقة والحرية في التعبير عن ميوله واهتماماته دون خوف من الرفض أو المقارنة بالآخرين. فالاستماع الجيد والحوار الهادئ بين الوالدين والأبناء يساعدهم في فهم ذاتهم بشكل أفضل.

ثانيًا، تجنب فرض التوجهات أو القرارات؛ إذ أن الضغط على الأبناء لاختيار تخصص معين بناءً على رغبة الأسرة أو تجاربها السابقة قد يعوقهم عن اكتشاف قدراتهم الحقيقية.

ثالثًا، المشاركة الإيجابية من خلال حضور الفعاليات واللقاءات المدرسية المتعلقة بالإرشاد الأكاديمي والمهني، والتواصل المستمر مع المرشدين الأكاديميين لمعرفة الفرص المتاحة ودعم الأبناء في التخطيط للمستقبل.

وأخيرًا، تشجيع الأبناء على التعلم المستمر وتنمية المهارات، وتعزيز قيمة المسؤولية في اتخاذ القرار، حتى يكونوا قادرين على بناء مسار مهني يناسب قدراتهم وطموحاتهم، ويمنحهم في الوقت نفسه الرضا والسعادة.

ما أهم نصيحة توجهينها للطلبة بشأن التخطيط لمساراتهم المهنية؟

أنصحهم بأن يبدأوا بفهم أنفسهم أولًا، أي التعرف على نقاط قوتهم وميولهم الشخصية، ثم ربطها بالفرص المتاحة في سوق العمل. فالمسار المهني الناجح لا يُبنى فقط على اختيار تخصص مطلوب في سوق العمل، بل على الجمع بين الشغف والقدرات والفرص الواقعية. وأحثهم كذلك على أن يحرصوا على التعلم المستمر وتطوير مهاراتهم، لأن سوق العمل يتغير بسرعة، والمرونة والقدرة على اكتساب مهارات جديدة هي الضمانات الحقيقية للاستمرار والتقدم.

ما الذي يمنحك الشغف لمواصلة تطوير مسيرتك المهنية في مجال التوجيه المهني؟

ينبع شغفي من رؤيتي للأثر الإيجابي الذي يحدثه التوجيه المهني في حياة الطلبة، ومن رغبتي في مساعدتهم لاستكشاف توجهاتهم وميولهم وبناء مستقبل أفضل. أشعر بالفخر عندما أرى الطلبة يكتشفون مسارهم المهني الأنسب، ويحققون توازنًا صحيًا بين الميول وفرص العمل بفضل الإرشاد الأكاديمي. مثل هذه اللحظات هي الوقود الذي يدفعني للاستمرار ومواصلة التطور الذاتي. أعتبر نفسي في رحلة مستمرة للتعلم والنمو المهني، وحبي لعملي يجعلني كذلك حريصة على متابعة أحدث النظريات والأدوات وأساليب التوجيه.

هل أفادتك الدورات والاعتمادات الدولية في مجال التوجيه المهني؟

نعم، بكل تأكيد، لقد ساعدتني في التعرف على أحدث الأساليب والأدوات العالمية في الإرشاد الأكاديمي، وكيفية ربطها باحتياجات الطلبة في بيئتنا المحلية. كما منحتني هذه الدورات رؤية أوسع حول المعايير المهنية المعتمدة عالميًا، مما انعكس على جودة عملي وزاد من قدرتي على تقديم خطط مهنية أكثر واقعية وفاعلية.

ما الطموحات المهنية التي ما زلتِ تأملين تحقيقها؟

أطمح أن أواصل تطوير نفسي في مجال الإرشاد الأكاديمي والتوجيه المهني من خلال اكتساب المزيد من المهارات والأدوات، وتوظيف أحدث التقنيات لدعم الطلبة بشكل أكثر فاعلية. كما أسعى للمشاركة في إعداد وتنفيذ برامج إرشادية متكاملة تسهم في تعزيز وعي الطلبة بقدراتهم، وتمكنهم من اتخاذ قرارات أكاديمية ومهنية واعية. إضافة إلى ذلك، أتطلع لإحداث تأثير ملموس في تطوير منظومة الإرشاد الأكاديمي والتوجيه المهني في دولة قطر، من خلال مبادرات مبتكرة أو شراكات مع مؤسسات المجتمع وسوق العمل، ليغدو التوجيه المهني جزءًا أساسيًا من بناء مستقبل الطلبة.

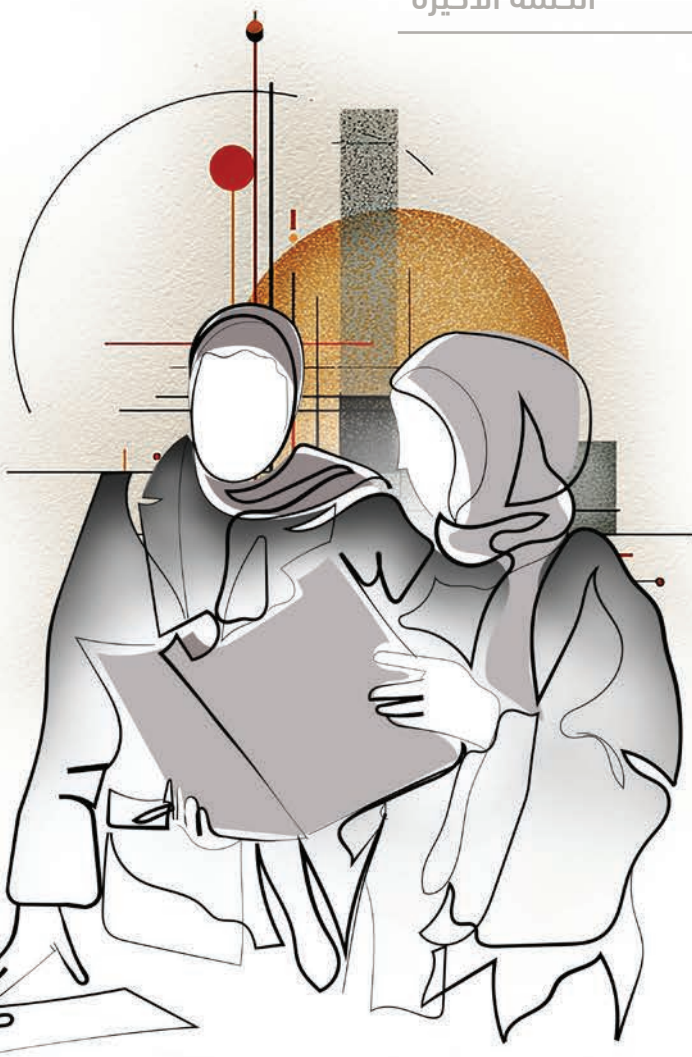
وأخيرًا، أسعى لأن أكون قدوة ونموذجًا ملهمًا للطلبة ولزملائي من خلال التعلم المستمر، ومشاركة الخبرات، والعمل بروح الفريق، بما يترك بصمة إيجابية واضحة في كل بيئة أعمل بها ويؤثر إيجابيًا بشكل واضح في حياة الطلبة ومسيراتهم المستقبلية.

من الشغف إلى المهنة

رحلة ملهمة

مقابلة مع مصممة الديكور الداخلي القطرية

كلثم الكواري



كثيرًا ما نضع لأنفسنا خططًا مفصلة نسعى جاهدين لتحقيقها، لنكتشف مع التجربة والخبرة أننا بحاجة إلى تعديل المسار. ويتطلب ذلك عقلية متفتحة على الأفكار الجديدة، والتقاط الإشارات والدروس التي تمر أمامنا كل يوم. والأهم، أن نؤمن بقدرتنا على بلوغ أهدافنا مهما كانت التحديات. هذا ما تجسده قصة ضيفتنا كلثم الكواري.

أضحت كلثم الكواري واحدة من الأسماء القطرية اللامعة في مجال التصميم الداخلي، بعد أن أسست بصحبة شريكتها عائشة المهندي شركة "ديزاين هاوس إنتريورز" التي باتت من أبرز شركات التصميم الداخلي في السوق المحلي؛ لكن بداية الحكاية كانت مختلفة تمامًا.

نشأت كلثم على حب الفن والرسم، وحظيت بدعم أسرتها التي وفرت لها بيئة داعمة شجعتها على استكشاف المسارات المهنية التي تلائم قدراتها. وكانت الطالبة اليافعة في حيرة من أمرها؛ هل تدرس تصميم الأزياء على اعتبار أنه شغفها الأول؟ أم تتجه للتصميم الجرافيكي، المجال الذي تحبه وتمتلك أساسًا جيدًا فيه؟ فما كان منها إلا أن التحقت بجامعة فرجينيا كومنولث كلية فنون التصميم في قطر، على أن تحسم قرارها لاحقًا هناك؛ فالسنة الأولى في هذه الجامعة تعد سنة تأسيسية، تُعرف الطلبة بمفهوم التصميم ويستكشفون فروعه المتنوعة.

قرار حاسم

في نهاية تلك السنة حسمت الكواري قرارها باختيار دراسة التصميم الداخلي. كيف توصلت إلى ذلك القرار؟ أجابت المصممة الشابة: "ما تعلمته خلال بضعة أشهر غير نظرتي للفن تمامًا. أدركت أن الذوق أمر نسبي، وأن تقييم الفنان لا يكون على أساس ذوقه، بل على حسب قدرته على صياغة الفكرة وإيصالها بطريقة مميزة وذات قيمة".

وتابعت القول: "جربت مجالات التصميم المختلفة خلال السنة التأسيسية، وحين دخلت استوديو تصميم الأزياء، شعرت أنه مجال لا يناسبني ولا يوافق توقعاتي، في حين فتحت تجربة التصميم الداخلي آفاقًا جديدة لي. تعلمت أن التصميم الداخلي أكثر من مجرد ديكورات وألوان وتشطيبات؛ بل دراسة المساحات وأثرها في الناس. علمت أن وضع الأثاث والإضاءة وتخطيط الحركة يمكنه التأثير في الحالة النفسية؛ بل والصحية للإنسان. أسرني هذا البعد الإنساني للمجال وشعرت برغبة في التعمق فيه".

تفوقت الكواري في دراستها ضمن برنامج سلك الشرف للمتفوقين، فشجعها أساتذتها على التقدم لجائزة التميز العلمي، وما لبثت أن أصبحت أول طالبة من الكلية تنال هذا التكريم. والتحقت بعد التخرج بقسم التصميم الداخلي في إحدى شركات المقاولات، غير أن التجربة لم تُلبّ توقعاتها.

وصفت لنا الكواري شعورها آنذاك قائلةً: "تعرضت لخيبة أمل كبيرة بعدما اكتشفت أن معظم الشركات المحلية تكتفي بإعداد نطاق العمل ثم ترسله إلى مكاتب تصميم خارجية. وبالتالي، اقتصر عملي على إرسال موجز بالمتطلبات إلى تلك الشركات. كنت أرغب في التصميم بنفسي، وأن أعمل على مشاريع أضع عليها لمساتي الخاصة وأطبق ما تعلمته في الجامعة. لم أرد أن أفقد شغفي".

نقطة تحول

لم يكن أمام الكواري حينها خيار ثان، فاختارت الصبر ومراكمة الخبرة واكتساب المهارات الجديدة، على أمل أن يتاح لها لاحقًا تحقيق حلمها بإطلاق شركتها الخاصة. وسعيًا لذلك، التحقت بدورة في إدارة الأعمال، شكلت بحد ذاتها منعطفًا في مستقبلها المهني.

تعلمت الشابة من تلك الدورة دروسًا ثمينة غيرت نظرتها للكثير من الأمور؛ إذ لفت المحاضر انتباهها إلى أن معظم الشركات الكبرى، مثل آبل وفيسبوك، أسسها شباب في مقتبل العشرينات من عمرهم، حاثًا الحضور على عدم الانتظار حتى سن معينة من أجل إطلاق مشاريعهم الخاصة، وخصوصًا إذا كانوا يمتلكون أفكارًا لمشاريع تفيد المجتمع، وتقدم خدمات أو منتجات يحتاجها السوق المحلي. طلب منهم المدرّب أن يبدأوا الآن، لأن الوقت "المثالي" قد لا يأتي أبدًا. كما شدد على أن البدء في سن مبكرة يتيح مساحةً أوسع للشغف في عملهم، نظرًا لقلة المسؤوليات وفائض الوقت لديهم الذي يمكن تخصيصه للعمل على مشاريعهم. في حين قد تختلف الأمور مستقبلًا مع تحملهم المزيد من المسؤوليات الشخصية والأسرية.

وحول هذه النقطة علّقت الكواري: "تأثرت كثيرًا بهذه النصائح وقلت لنفسي: فعلًا، لماذا انتظر لاكتساب الخبرة، في حين يمكنني بكل بساطة اكتسابها وأنا أعمل على مشروعي الخاص. ولاحظت أن السوق المحلي كان بحاجة لشركات تصميم داخلي تلبي احتياجات المجتمع القطري؛ فمعظم الشركات الموجودة كان يديرها أجانب يوفرون في الغالب تصاميم تعكس ثقافتهم. ولذلك قررت تأسيس شركتي الخاصة".

الخطوات الأولى

تعلمت الكواري خلال الدورة درسًا آخر: وجود شركاء يتعاونون معًا ويكملون بعضهم البعض بمجموعة المهارات والخبرات التي يمتلكها كل منهم من أهم عوامل نجاح أي مشروع. فقد لا يستطيع شخص واحد أن يقوم بكل شيء بمفرده. لم تتردد الكواري أبدًا، فقد كانت تعلم جيدًا من يمكن أن يشاركها حلمها، حيث قالت: "كانت عائشة المهندي أول من خطر على بالي. درسنا معًا في الجامعة، وكنا نتعاون دومًا في المشاريع الدراسية. لم نكن قد تواصلنا منذ أشهر بعد التخرج، تحدثت معها وأُعجبت بالفكرة، واتفقنا على كافة الأمور. لم نكن بحاجة إلى رأس مال كبير، فقد كنا نقدم خدمة، ولا نبيع منتجًا. كنا الموظفتين الوحيدتين في الشركة. حصلنا على التراخيص المطلوبة وأسسنا "ديزاين هاوس انتيورز" في عام 2018".

بدأت الشريكتان بلقاء العملاء المحتملين في أماكن عامة، ومع الوقت كسبتا ثقة عدد منهم ونفذتا عددًا من المشاريع الناجحة. ومع اتساع قاعدة العملاء، استأجرتا مكتبًا صغيرًا ليكون مقرًا للشركة. في البداية تقاسمتا المهام وركزتا على جودة التنفيذ وانتشار أعمالهما أكثر من الربحية، إلى أن بدأ الفريق في النمو.

نمو لافت

بعد سبع سنوات من تأسيس الشركة، نمت قاعدة عملائها بشكل لافت، وأصبح فريق العمل يضم ما يقارب 30 موظفًا. ولم تعد الخدمات تقتصر على التصميم الداخلي، حيث حققت الشركة نجاحًا كبيرًا في تصميم المنتجات، وأصبحت تمتلك خطوطًا لتصنيع الأثاث والإضاءة والسجاد. وفي العام 2024، بدأت الشركة في تقديم خدمات تنسيق المساحات الخارجية بما في ذلك تصميم الحدائق، قبل أن تضيف عام 2025 خدمات التصميم المعماري الداخلي وتصميم الواجهات ورسم الخرائط المعمارية.

تعتبر الكواري أن أهم ما يميز عمل الشركة هو القدرة على فهم احتياجات العملاء وتلبيتها بتصاميم جميلة وعملية في آن واحد، إذ قالت: "ننفذ كل مشروع بأقصى طاقتنا، نتقن عملنا ونحرص على إظهار شغفنا، ويلمس عملاؤنا ذلك. لا شيء يضاهي تلقي رسالة من عميل يعبر فيها عن حبه لتصميماتنا ويصف أثرها في حياته؛ حينها، نتبين القيمة الحقيقية لما نقدم. فالتصميم الداخلي قادر على تغيير حياة الناس كليًا وإعادة تشكيل علاقتهم بالمكان المحيط، وقد شهدنا ذلك مرارًا خلال عملنا".

كما ترى الكواري أن كل هذا النجاح لم يكن ليتحقق لولا شراكتها مع عائشة وقالت: "أنا محظوظة بها. إدارة شركة بمفردي، وأنا أم وربة منزل، مهمة بالغة الصعوبة. العمل الخاص لا يمنح كثيرًا من الوقت للراحة أو العطلات أو العائلة. نكمل بعضنا بعضًا، ولكلٍ منا نقاط قوته. أنا أتولى الجوانب الإدارية، فيما تمتلك عائشة حسًا فنيًا رفيعًا وقدرة لافتة على عرض الأفكار بصورة جذابة".

تحديات وفرص

ترى الكواري أن أبرز التحديات التي تواجه شركات التصميم الداخلي في قطر هي تحديات ذات طابع تجاري وتشغيلي أكثر من كونها مرتبطة بحجم الطلب، مثل ارتفاع التكاليف، وإجراءات التصاريح المعقدة نسبيًا. ومع دخول الشركة مجال تصميم المنتجات برزت عقبات إضافية، مثل التخليص الجمركي، وارتفاع تكاليف الشحن، ومخاطر تلف الشحنات دون تعويض كافٍ. أما فيما يتعلق بالمنافسة مع الشركات الكبرى، فعلى العكس من الاعتقاد السائد، تراها الكواري "أمرًا صحيًا"، لأن اختلاف الأذواق يستدعي تعدد الخيارات، والعمل المتقن يجذب العميل في النهاية مهما اشتدت المنافسة.

بالطبع، لم يطب لنا أن يمر الحوار مع ضيفتنا دون التطرق إلى مسألة الذكاء الاصطناعي وتأثيره على مجال التصميم الداخلي، خاصة أنه من المجالات الإبداعية التي يرى الكثيرون أن دور البشر فيها أكثر عرضة للتراجع في ظل التطور المتسارع في أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي.

وتعتبر الكواري الحديث عن أن الذكاء الاصطناعي سيأخذ مكان المصمم الداخلي "أمرًا مبالغًا فيه"، حيث أوضحت: "أصبح من الضروري أن يستعين المصمم بأدوات الذكاء الاصطناعي لتسريع بعض المهام، وهذا يتطلب وضوحًا في الأفكار، وقدرة على كتابة الأوامر التي تعبر عنها بدقة. لكني لا أرى الذكاء الاصطناعي قادرًا على إنجاز ما يتطلبه الحس الإنساني؛ فهو يفتقر إلى الذوق الفني الفريد الذي يميز كل مصمم عن الآخر، وما ينتجه في النهاية هو انعكاس لتدريبه على أعمال مصممين آخرين. قد يمنحك نتائج ذات جمالية ما، لكنها لا تقارن بما يقدمه مصمم متمرس متخصص في التصميم الداخلي".

طموح لا ينتهي

تطمح كلثم إلى مواصلة تطوير الشركة وتوسيع نطاق خدماتها بالتعاون مع شريكتها. بيد أن طموحها يتجاوز الجانب التجاري، إذ لديها غايةٌ أخرى لا تقل عنها أهمية وهي: إطلاق مبادرة ذات منفعة مجتمعية. وعن طبيعة هذا الهدف قالت كلثم: "ما زالت فكرة المشروع تتبلور، لكن الاتجاه واضح إلى حد بعيد. أتمنى الاستفادة من الخبرات التي اكتسبتها في بناء مشروع يترك علمًا نافعًا، وأثرًا باقيًا أفيد به الناس، وهذا أقل ما أقدمه لمجتمعي".

نصيحة أخيرة

وفي الختام، يبقى سؤال بالغ الأهمية: هل تنصح ضيفتنا الطلبة بالتخصص في مجال التصميم الداخلي؟ أجابت الكواري: "إنه مجال رائع، لكن النجاح فيه مرهون بصدق شغفك واستعدادك لبذل الجهد. إن امتلكت الموهبة وطورت مهاراتك بجدية، ستلوح أمامك الفرص؛ أما إذا قصدته للحصول على الشهادة والوظيفة وحسب، فسيكون الطريق صعبًا. المهنة مطلوبة في سوق العمل، لكن فرصها أقل وفرة من تخصصات أخرى كالمحاسبة في القطاع المالي على سبيل المثال".

أعلـن معنـا

وصـل صـوت مؤسسـتك إلـى جمهورنـا الفريـد والمتنـوع عبـر الإعلان فـي "دليـلـك المهنـي"، المجلـة الأولـى مـن نوعهـا والوحيـدة المتخصصة في مجـال التطويـر المهني فـي دولة قطر.

سـواء كنـت تسـعى للتواصـل مـع الطلبـة أو المحترفيـن المخضرميـن، "دليـلـك المهنـي" يوفر منصـة قويـة للوصـول إلى جمهـورك المسـتهدف. اعرض إعلانـك على جمهور شـغوف يطمح باسـتمرار للحصـول علـى أحـدث الـرؤى والمعـارف حـول الثقافـة المهنيـة واتجاهـات سـوق العمـل والفـرص المتاحة.

الانتشـار: تصل نسـخة المجلة المطبوعـة إلى **٨٠ ألف** قارئ، في حين يزور نسـختها الإلكترونيـة ما يزيد عن **٣٠٠ ألـف** قارئ.

القراء: تضم قاعـدة قرائنا الطلبة والخريجيـن والمحترفين وأولياء الأمور وصناع القرار.

التفاعـل: دليلك المهني مصدر الخبراء الموثـوق للثقافة المهنية.

امسـح الرمـز للاطلاع علـى الدليـل الإعلانـي واستكشـاف خيـارات الإعلان والرعايـة المتنوعة التـي تتيحهـا مجلـة "دليـلـك المهنـي".