

تطوير الذات في منظمات الاعمال





دليل البرنامج

تطوير الذات في منظمات الاعمال	أسم الحقيقية
تمكين المتدرب من التعرف على كيفية تطوير الذات في منظمات الأعمال.	الهدف العام
<ul style="list-style-type: none"> 🎯 التعرف على مهارات تطوير الذات. 🎯 اكتشاف ما هي أولى خطوات تطوير الذات؟ 🎯 الاطلاع على تطوير الذات ومفهومه، توضيح كيف تطور ذاتك؟ 🎯 التعرف على مفهوم الثقة بالنفس. 🎯 اكتشاف ما هي أسباب عدم اليقظة بالنفس. 🎯 توضيح الطرق التي يحتاجها الفرد لبناء ثقته بنفسه؟ 🎯 الاطلاع على الذكاء التواصلي. 🎯 توضيح طرق لتحقيق توازن أفضل بين الحياة والعمل. 🎯 التعرف على التفكير الإيجابي. 🎯 الاطلاع على التفكير الناقد. 🎯 الاطلاع على تعريف انماط الشخصية. 🎯 اكتشاف كيفية التعامل مع الأنماط الصعبة من الزملاء. 🎯 التعرف على مفهوم ضغوط العمل. 🎯 التمييز بين أنواع ضغوط العمل. 🎯 توضيح ما هي طرق معالجة ضغوط العمل. 🎯 التعرف على ماهية الاتصال وأهميته. 🎯 التعرف على ماهية الإتيكيت وأهميته. 🎯 تمكين المتدرب من معرفة علاقة السلوك الراقي بالثقافة العربية. 🎯 التعرف على اتيكيت التعامل مع الزملاء. 🎯 اكتشاف ماهي القيادة الذاتية. 🎯 التعرف على أهمية وضرة القيادة. 🎯 الاطلاع على صفات القيادة الذاتية. 	الأهداف التفصيلية
٢٠ ساعة	مدة البرنامج
<ul style="list-style-type: none"> ⚙️ سبورة ورقية مع أوراق وأقلام الكتابة. ⚙️ أوراق عمل لتنفيذ النشاطات. ⚙️ جهاز حاسب آلي. 	التجهيزات والمستلزمات

دليل البرنامج



محاوَر الحقيبة

اليوم التدرىبى الأول

" الجلسة التدرىبية الأولى " كيف تطوَر ذاتك

مهارات تطوِير الذات

أولى خطوات تطوِير الذات

تطوِير الذات ومفهومه

كيف تطوَر ذاتك؟

شروط النجاح الوظيفى

عوامل النجاح الوظيفى

" الجلسة التدرىبية الثانية " تقدير الذات والثقة بالنفس

مفهوم الثقة بالنفس

أسباب عدم الثقة بالنفس

ثقتى بنفسى كيف أبنيتها؟

الذكاء التواصلى

طرق لتحقيق توازن أفضل بين الحياة والعمل

اليوم التدرىبى الثانى

" الجلسة التدرىبية الأولى " التفكير الإيجابى والناقد

التفكير الإيجابى

التفكير الناقد

" الجلسة التدرىبية الثانية " انماط الشخصية

تعريف انماط الشخصية

التعامل مع الأنماط الصعبة من الزملاء

محاوَر الحَقِيبة

اليوم التدرىبى الثالث

" الجلسة التدرىبية الاولى " ضغوط العمل

مفهوم ضغوط العمل.

سبب ظهور ضغوط العمل.

أنواع ضغوط العمل.

المظاهر النفسية لضغوط العمل.

طرق معالجة ضغوط العمل.

" الجلسة التدرىبية الثانية " مهارات التواصل والتعامل مع الاخرين

مفهوم الاتصال

أهمية الاتصال

عناصر الاتصال

عناصر الاتصال الفعال

العوامل المؤثرة في الاتصال

عوائق وصول المعنى

أساليب عملية الاتصال

اليوم التدرىبى الرابع

" الجلسة التدرىبية الاولى " اتيكيت العمل

الإتيكيت

أهمية الإتيكيت

علاقة السلوك الراقي بالثقافة العربية

كيف تجعل النظرة الأولى لصالحك

إتيكيت التعامل مع الزملاء

كيفية التعامل مع الأشخاص معدومي الذوق

" الجلسة التدرىبية الثانية " القيادة الذاتية

ماهي القيادة الذاتية

أهمية وضرورة القيادة

خصائص ومهارات القائد الفعال

صفات القيادة الذاتية

تعزيز القيادة الذاتية

مسار القيادة الذاتية

مهارة الادارة

مهارة التخطيط

مهارة القيادة

مهارة الإشراف

مهارة إدارة الوقت

المهارات

الاجتهاد

التميز

المواكبة

التفهم

التطور

السمات

التحفيز

المشاركة

المنافع

المعايشة