MERCURY

أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل

8 – 12 مارس 2027

برشلونة (إسبانيا)



Dubai - UAE: +971 4 450 5697
Istanbul - Türkiye: +90 539 599 1206
Amman - Jordan: +962 79 712 3347

MERCURY

أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل

المرجع: 150790_121036 **التاريخ:** 8 – 12 مارس 2027 **المكان:** برشلونة (إسبانيا) **الرسوم:** Euro 5600

مقدمة:

في بيئة العمل المتغيرة والمتسارعة، أصبح التطوير الذاتي من أهم العوامل التي تساهم في النجاح المهني والتميز الوظيفي. تهدف هذه الدورة التدريبية في أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل، إلى تزويد المشاركين بأدوات وأساليب فعالة تساعدهم على تطوير أنفسهم مهنياً وشخصياً داخل بيئة العمل. من خلال منهجية عملية ومتكاملة، سيتمكن المتدربون من بناء خطة تطوير ذاتي تواكب أهدافهم المهنية وتعزز من إنتاجيتهم.

كما تركز دورة أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل، على تعزيز المهارات السلوكية والمعرفية التي تدعم الاستدامة في الأداء العالي. سنتناول في محاورنا أساليب تحليل نقاط القوة والضعف، وإدارة الوقت، وتحديد الأولويات، وتنمية الذكاء العاطفي في بيئة العمل. وتوفر بيئة تعليمية تفاعلية تعتمد على التطبيق العملي والتقييم الذاتي المستمر. وهي موجهة لكل من يسعى لتحقيق التميز الوظيفي وتحقيق التوازن بين النمو الشخصي والمساهمة الفعالة في بيئة العمل.

الفئات المستهدفة:

تستهدف دورة أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل، الفئات والمحترفين الذين يسعون لاكتساب المعرفة والمهارات:

- الموظفون الراغبون في تحسين كفاءاتهم المهنية.
- مسؤولو الموارد البشرية والتطوير المهني.
- القادة ومديرو الفرق في مختلف القطاعات.
- الباحثون عن فرص تطوير مهني مستدام.
- العاملون في بيئات عمل ديناميكية وتنافسية.
- المهنيون الجدد في سوق العمل.
- المستشارون والمدربون المهتمون بتقنيات التطوير الذاتي.
- المهتمون ببناء مسار وظيفي ناجح.
- المدراء التنفيذيون الساعون لتحسين أداء فرقهم.
- العاملون في بيئات تتطلب مهارات ذاتية عالية.

Dubai - UAE: +971 4 450 5697
Istanbul - Türkiye: +90 539 599 1206
Amman - Jordan: +962 79 712 3347

MERCURY

أهداف الدورة التدريبية:

في نهاية هذا البرنامج التدريبي في أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل، سيكون المشاركون قادرين على:

- تحديد الفجوات المهارية والمعرفية لدى المشاركين.
- صياغة أهداف تطوير ذاتي قابلة للقياس والتنفيذ.
- تطوير قدرة المشاركين على تقييم الذات بشكل دوري.
- تعزيز مهارات التخطيط الشخصي وتحديد الأولويات.
- استخدام أدوات تحليل شخصية لتوجيه مسارات التطوير.
- تحسين مهارات التواصل الفعال داخل بيئة العمل.
- تطبيق تقنيات تعزيز الذكاء العاطفي في المواقف المهنية.
- تدريب المشاركين على التحكم في الضغوط المهنية.
- بناء خطط تطوير مهني فردية طويلة المدى.
- تنمية قدرة المشاركين على حل المشكلات واتخاذ القرار.
- تعزيز الانضباط الذاتي وتحفيز الذات المستمر.
- تحسين كفاءة إدارة الوقت وتوزيع الجهد بفعالية.
- دعم المشاركين في بناء عقلية مرنة قابلة للنمو.
- استخدام أساليب التغذية الراجعة لتسريع التطور.
- تمكين المشاركين من دمج التطوير الذاتي في الأهداف المؤسسية.

الكفاءات المستهدفة:

سيكتسب المشاركون الكفاءات التالية من خلال برنامج أدوات وأساليب التطوير الذاتي في مجال العمل:

- القدرة على تقييم الأداء الشخصي والمجالات القابلة للتطوير.
- تطوير مهارات التخطيط والتنظيم الذاتي.
- امتلاك تقنيات فعالة لإدارة الوقت والضغوط.
- استخدام أدوات تحليل الشخصية والمهنة.
- مهارات التواصل والتفاعل البناء في فرق العمل.
- تنمية الذكاء العاطفي والتعامل مع التحديات.
- بناء خطط تطوير ذاتي متكاملة.
- التحلي بالمرونة والانفتاح على التغيير المستمر.

Dubai - UAE: +971 4 450 5697
Istanbul - Türkiye: +90 539 599 1206
Amman - Jordan: +962 79 712 3347

MERCURY

محتوى الدورة التدريبية:

الوحدة الأولى: المفاهيم الأساسية للتطوير الذاتي المهني:

- تعريف التطوير الذاتي في بيئة العمل الحديثة.
- الفرق بين التطوير الذاتي والتدريب المؤسسي.
- أهمية التطوير الذاتي المستمر للنجاح المهني.
- السمات الشخصية المؤثرة في التقدم المهني.
- كيف يساهم التطوير الذاتي في رفع الإنتاجية.
- العلاقة بين النمو الذاتي ورضا الموظف.
- تحليل العوائق النفسية والمهنية أمام التطوير.
- استراتيجيات تحويل السلوكيات السلبية إلى إيجابية.
- ربط التطوير الذاتي بالأهداف التنظيمية الكبرى.

الوحدة الثانية: أدوات وأساليب التقييم الذاتي والتحليل المهني:

- استخدام نموذج SWOT الشخصي لتقييم الذات.
- تحليل مهني لتحديد نقاط القوة والضعف.
- أدوات تحديد القيم الشخصية والمهنية.
- استخدام اختبارات الشخصية في التوجيه المهني.
- تقنيات مراجعة الإنجازات وتقييم الأداء السابق.
- التغذية الراجعة البناءة كأساس للتطور المستمر.
- استخدام اليوميات والتوثيق في عملية التقييم.
- أدوات القياس الكمي والكيفي للكفاءة الذاتية.
- وضع مؤشرات أداء شخصية قابلة للقياس.

Dubai - UAE: +971 4 450 5697
Istanbul - Türkiye: +90 539 599 1206
Amman - Jordan: +962 79 712 3347

MERCURY

الوحدة الثالثة: التخطيط الشخصي وتحديد أهداف التطوير الذاتي:

- الفرق بين الأهداف العامة والخاصة في التطوير الذاتي.
- صياغة أهداف ذكية قابلة للتنفيذ والتحقيق.
- أدوات التخطيط الزمني والمرحلي للتطوير المهني.
- بناء خطط تطوير ذاتي قصيرة وطويلة المدى.
- إدارة الأولويات وتحديد المهم مقابل العاجل.
- ربط الأهداف الفردية بالأهداف التنظيمية.
- إنشاء ملفات تطوير ذاتي شخصية.
- دمج خطط التعلم الذاتي ضمن الجداول اليومية.
- تقييم مدى التقدم وفق جداول زمنية واضحة.

الوحدة الرابعة: مهارات إدارة الوقت والانضباط والتحفيز الذاتي:

- مبادئ إدارة الوقت وأثرها في الأداء الوظيفي.
- تقنيات تفويض المهام وتنظيم الجدول المهني.
- أدوات تتبع الوقت وتحديد مناطق الهدر.
- أساليب التحكم في الانقطاعات والضغوط الخارجية.
- أهمية الانضباط الذاتي في تحقيق النجاح.
- استراتيجيات تعزيز الدافعية الذاتية في بيئة العمل.
- استخدام تقنيات التذكير والمحفزات البصرية.
- التغلب على التسويف وتحقيق الإنجاز اليومي.
- مهارات تنظيم بيئة العمل المحفزة.

Dubai - UAE: +971 4 450 5697
Istanbul - Türkiye: +90 539 599 1206
Amman - Jordan: +962 79 712 3347

MERCURY

الوحدة الخامسة: بناء عقلية مرنة وتنمية الذكاء العاطفي المهني:

- مفهوم المرونة الذهنية في بيئة العمل.
- تقنيات التكيف مع التغيير والتحديات اليومية.
- دور الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات المهنية.
- عناصر الذكاء العاطفي الخمسة وتطبيقاتها.
- مهارات إدارة الانفعالات والتحكم في الاستجابة.
- تحليل سلوكيات الآخرين وبناء التفاهم المشترك.
- استراتيجيات حل النزاعات والتفاوض البناء.
- تنمية الحس بالآخرين والتفاعل المتزن.
- بناء علاقات مهنية قائمة على التعاطف والثقة.

خلاصة وتوصيات الدورة التدريبية:

تُعد أدوات وأساليب التطوير الذاتي في بيئة العمل أساساً لنجاح الموظف والمؤسسة معاً. فالمعرفة الذاتية والتخطيط الشخصي يعززان من الإنتاجية والثقة بالنفس. وقد وفرت هذه الدورة منهجاً عملياً متكاملاً لتطوير الذات بشكل مستدام. يُوصى بتطبيق المفاهيم المكتسبة ومراجعة الخطط الذاتية بانتظام لتحقيق أفضل النتائج المهنية.