MERCURY

إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل

11 – 15 يناير 2027

لندن (المملكة المتحدة)



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

MERCURY

إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل

المرجع: 190194_121034 **التاريخ:** 11 – 15 يناير 2027 **المكان:** لندن (المملكة المتحدة) **الرسوم:** Euro 5800

مقدمة:

في بيئة العمل المعاصرة، أصبحت مهارات تطوير الذات ضرورة لا غنى عنها لمواكبة التحديات والتغيرات السريعة في سوق العمل. تهدف دورة إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل، إلى تعزيز وعي الموظفين بأهمية تحسين المهارات الشخصية والمهنية لضمان الاستمرارية والتفوق الوظيفي. تسلط الضوء على استراتيجيات فعالة لتعزيز الثقة بالنفس، وإدارة الوقت، وتحسين التواصل داخل الفريق. كما توفر أدوات عملية لتطوير التفكير النقدي، والتحفيز الذاتي، والمرونة في التعامل مع التحديات اليومية.

تركز الدورة التدريبية في إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل، على تطبيقات واقعية لمفاهيم التطوير الذاتي داخل بيئة العمل لتحقيق إنتاجية أعلى. ومن خلال وحدات تدريبية منظمة، سيتمكن المشاركون من بناء خطط شخصية واقعية قابلة للتنفيذ. تهدف الدورة إلى إحداث تغيير ملموس في السلوك المهني بما يواكب المتطلبات الحديثة للعمل المؤسسي.

الفئات المستهدفة:

تستهدف دورة إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل، الفئات والمحترفين الذين يسعون لاكتساب المعرفة والمهارات:

- الموظفون في جميع القطاعات الإدارية والفنية.
- حديثو التخرج الباحثون عن تحسين فرص التوظيف.
- العاملون في فرق العمل متعددة التخصصات.
- مدراء الفرق الذين يسعون إلى تطوير مهارات أفراد فرقهم.
- مسؤولو الموارد البشرية والتدريب.
- الراغبون في تحسين قدراتهم على إدارة ضغوط العمل.
- المهنيون الطامحون إلى تولي مناصب قيادية.
- أصحاب الأعمال الصغيرة والمتوسطة.
- المدربون المهتمون بتوسيع أدواتهم التدريبية.
- جميع الراغبين في تعزيز الكفاءة الشخصية والمهنية.

أهداف الدورة التدريبية:

في نهاية هذا البرنامج التدريبي في إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل، سيكون المشاركون قادرين على:

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

- التعرف على مفاهيم تطوير الذات وأهميتها في بيئة العمل الحديثة.
- تحليل الفجوات في المهارات الشخصية ووضع خطط لتحسينها.
- تطبيق تقنيات إدارة الوقت بفعالية لتحقيق نتائج ملموسة.
- بناء الثقة بالنفس من خلال تقنيات التفكير الإيجابي والتحفيز الذاتي.
- ممارسة مهارات التواصل الفعّال ضمن الفريق وأثناء الاجتماعات.
- تعزيز القدرة على اتخاذ القرارات بثقة ومسؤولية.
- استخدام التغذية الراجعة لتطوير الأداء المهني بشكل مستمر.
- تطوير مهارات المرونة والتكيف مع التغيير المؤسسي.
- اكتساب أدوات التفكير النقدي والإبداعي في حل المشكلات.
- تقييم الأداء الشخصي ووضع خطة نمو مستدامة.
- التفاعل الإيجابي مع الزملاء من خلفيات ثقافية ومهنية متنوعة.
- تبني استراتيجيات متقدمة للتعامل مع ضغوط العمل وتحقيق التوازن المهني.
- صياغة أهداف مهنية ذكية قابلة للقياس والتنفيذ ضمن أطر زمنية محددة.
- تعزيز الالتزام الفردي بالتحسين المستمر وتطوير الكفاءة الذاتية.

الكفاءات المستهدفة:

سيكتسب المشاركون الكفاءات التالية من خلال برنامج إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل:

- تعزيز الثقة بالنفس والوعي الذاتي.
- تطبيق مبادئ التخطيط الشخصي وتحقيق الأهداف.
- تحسين مهارات التواصل والعلاقات المهنية.
- رفع مستوى المسؤولية والانضباط الذاتي.
- استخدام أدوات إدارة الوقت بكفاءة عالية.
- تطوير القدرة على التفكير التحليلي وحل المشكلات.
- التكيف مع التغيير واحتضان التحولات الإيجابية.
- تعزيز مهارات التعاون والعمل الجماعي بفعالية.
- تحقيق التوازن بين الحياة المهنية والشخصية.
- دعم ثقافة التعلم المستمر والنمو الذاتي في العمل.

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

MERCURY

محتوى الدورة التدريبية:

الوحدة الأولى: مدخل إلى تطوير الذات في بيئة العمل:

- مفهوم تطوير الذات وأهميته في الحياة المهنية.
- الفرق بين النمو الشخصي والتطوير المهني.
- العوامل المؤثرة في بناء الذات في بيئة العمل.
- مبادئ التطوير الذاتي في المؤسسات الحديثة.
- تأثير بيئة العمل على تقدير الذات والتحفيز.
- المهارات الأساسية للنجاح في بيئة تنافسية.
- دور المرونة الذهنية في تطوير الأداء المهني.
- كيفية تحديد نقاط القوة والضعف الشخصية.
- استراتيجيات تحديد أهداف تطوير ذاتية واقعية.

الوحدة الثانية: إدارة الذات وتحقيق الأهداف المهنية:

- مبادئ التخطيط الشخصي وتحديد الأولويات.
- أدوات تحليل الفجوة الشخصية SWOT الشخصي.
- صياغة أهداف مهنية قابلة للقياس والتنفيذ.
- تقنيات إدارة الوقت وتفويض المهام بكفاءة.
- التعامل مع التسويف والانشغال غير المنتج.
- بناء خطة عمل شخصية لتطوير الأداء اليومي.
- متابعة التقدم الذاتي وتقييم الأداء المستمر.
- التفاعل الإيجابي مع التغذية الراجعة وتحويلها لتحسينات.
- استخدام أدوات رقمية لمتابعة الأهداف الذاتية.

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

MERCURY

الوحدة الثالثة: تنمية المهارات السلوكية والتواصلية:

- مهارات التواصل الفعّال داخل بيئة العمل.
- فن الاستماع النشط وقراءة لغة الجسد.
- التعامل مع الأنماط المختلفة من الزملاء.
- مهارات الإقناع والتأثير داخل الفريق.
- إدارة الصراعات بذكاء عاطفي.
- تعزيز الذكاء العاطفي والتفاعل مع الضغوط.
- بناء علاقات عمل مبنية على الثقة والاحترام.
- إدارة الحوار في الاجتماعات بفعالية.
- تحسين جودة العرض والتقديم داخل المؤسسة.

الوحدة الرابعة: التكيف مع التغيير وبناء عقلية مرنة:

- فهم ديناميكيات التغيير المؤسسي.
- تحديات التكيف في بيئة العمل المتغيرة.
- الفرق بين المقاومة والتكيف مع التغيير.
- استراتيجيات التحول من عقلية ثابتة إلى عقلية نمو.
- كيف تبني مرونتك في مواجهة الضغط المهني.
- تطبيق تمارين عقلية لتعزيز الاستجابة الإيجابية.
- بناء ثقافة الاستباقية لاجتياز التحديات.
- تطوير سلوكيات تدعم التغيير الذاتي والمؤسسي.
- دور القيم الشخصية في توجيه المرونة المهنية.

الوحدة الخامسة: بناء خطة تطوير ذاتية مستدامة:

- تصميم خطة تطوير ذاتي قصيرة وطويلة المدى.
- اختيار أدوات التقييم الذاتي المناسبة.
- تحديد مؤشرات الأداء الشخصية وتوثيقها.
- دمج التطوير الذاتي في الروتين اليومي.
- مراجعة وتحليل الأداء بشكل دوري.
- وضع استراتيجية تعليم مستمر ومهارات جديدة.
- تعزيز الدعم الذاتي باستخدام التعلم الذاتي والمنصات الرقمية.
- المتابعة مع مرشد أو مدرب لتحسين مستمر.
- تبني ممارسات العصف الذهني وتقييم التقدم.

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

MERCURY

خلاصة وتوصيات الدورة التدريبية:

تُعد مهارات تطوير الذات من الركائز الأساسية للنجاح والاستمرارية في بيئة العمل الحديثة. من خلال هذه الدورة التدريبية في إتقان مهارات تطوير الذات في بيئة العمل، اكتسب المشاركون أدوات عملية ومنهجيات لتطبيق مفاهيم التطوير الذاتي بشكل فعّال. إن تحويل هذه المهارات إلى ممارسات يومية يضمن بناء شخصية مهنية قوية قادرة على مواجهة تحديات العمل. ننصح المتدربين بالاستمرار في تقييم الأداء والعمل على تحديث الخطط التطويرية بشكل منتظم.