

## إدارة المكاتب , التخطيط والتنظيم وتحديد الأهداف بكفاءة وفعالية

| بتاريخ                 | الرسوم (\$) | سجل الآن |
|------------------------|-------------|----------|
| ١٢ مايو - ١٦ مايو ٢٠٢٤ | ٣٢٠٠        | صلالة    |

### الأهداف:

- تحديد الهجالات التي يجب أن تسيطر عليها
- التغلب على التسويق والإجهاد ؟
- معالجة واسترجاع المعلومات الحيوية بشكل فعال
- حفظ وتوثيق البيانات وفهرستها يدويا وإلكترونيا
- تحسين قدرتك على الاستيعاب والتركيز
- تحسين أدائك عند التعامل مع الآخرين ، والأوراق ، والأولويات

### محتويات البرنامج:

- معالجة واسترداد المعلومات الحيوية بشكل فعال
- تحسين مهارات التركيز
- تحسين الأداء عند التعامل مع الآخرين ، والأوراق ، والأولويات
- التغلب على التسويق والإجهاد

- تحديد الهجالات التي يجب أن تسيطر عليها

### التعامل مع الفوضى:

- اكتشاف الإرهاق والقضاء عليه
- خفض حجم المقاطعة
- العمل بكفاءة في حالة وجود عبء العمل وفي حالة غياب عبء العمل

### التحكم في وقتك:

- حدد أهدافك
- ضع أولويات وقتك ونشاطاتك

### الاتصالات الشخصية:

- أهمية الاتصالات الفعالة ؟
- اكتشاف العوائق التي تواجه الاتصال والقضاء عليها ؟
- تعزيز مهارات الاستماع والاستجابة لديك ؟
- تفادي الغموض وسوء الفهم إرسال الرسالة الصحيحة ؟
- الاتصال غير الشفهي لغة الجسد الإيجابية ؟
- الاتصالات من فرد لآخر ، وغير الرسمية ، وأثناء الاجتماعات ؟
- استخدام مهارات الاتصال لديك للتفاوض وإقناع الآخرين

### تقوية الذاكرة واسترجاع المعلومات:

- شرح الفرق بين الاستيعاب ، والذاكرة ، واسترجاع المعلومات
- فهم كيفية عمل الذاكرة
- استخدام أساليب تقوية الذاكرة واسترجاع المعلومات

### الحفاظ على السيطرة:

- تحديد أعراض الإرهاق
- تطبيق الأساليب الحازمة
- تطوير مهارات التأقلم

## التحليل ، وصنع القرارات ، والتفكير الإبداعي:

- تحليل البيانات وصنع القرار
- تطبيق التفكير الإبداعي في مجال حل المشاكل وصنع القرار
- وضع القرارات المتخذة موضع التنفيذ
- الثقة بها تطرحه من مبادرات وأحكام
- قوة التفكير المجدد والإبداعي

## أساليب التدريب:

- المحاضرة القصيرة
- النقاش و الحوار
- العمل ضمن مجموعات
- التمارين الجماعية والتطبيقات العملية.

00201102843111

info@minaretc.org

www.minaretc.org