

## إدارة الذات

### المنهجية

تعتمد هذه الدورة بشكل أساسي على أدوات التقييم الذاتي للتحليل واستكشاف وشرح قدرات المشاركين على إدارة وقيادة الآخرين. وتستخدم العروض التقديمية الجماعية والمناقشات ولعب الأدوار وتحليل الحالات في هذه الدورة كذلك

### أهداف الدورة

سيتمكن المشاركون في نهاية الدورة من :

التعرف على نقاط القوة والنقاط الخفية لديهم ولدى الآخرين  
زيادة الوعي الذاتي لإدارة ذاتية أفضل  
التخطيط وتحديد الأهداف والتوجهات حسب القيم والتطلعات  
كسب الثقة وبناء العلاقات الجيدة عبر تبني أساليب القيادة والتوجيه الإرشادي  
التأثير على الآخرين من خلال مركز سلطة أو من دون مركز سلطة  
القيادة لتحقيق نتائج طويلة الأجل

### الفئات المستهدفة

هذه الدورة مثالية للمشرفين أو المدراء الجدد أو ذوي الخبرة منهم أو الأفراد الذين يرغبون في الوصول إلى فهم وإدارة أنفسهم وقيادة الآخرين بشكل أفضل. كما أن هذه الدورة تلائم الأشخاص الذين يريدون تجديد معرفتهم أو مهاراتهم في هذا الموضوع

### الكفاءات المستهدفة

الفعالية الشخصية والمؤسسية  
العمل بشكل مثمر مع الزملاء والمدراء والرؤساء وغيرهم  
مهارات التواصل  
الاستماع التعاطفي  
تخطيط وتحديد الأهداف  
الوعي الذاتي  
مهارات التوجيه الإرشادي  
مهارات التأثير  
مهارات الإقناع  
مهارات القيادة

الوعي الذاتي: نقطة الانطلاق  
تقييم الوعي الذاتي  
أهمية زيادة الوعي الذاتي  
كيفية زيادة الوعي الذاتي  
استبيانات الوعي الذاتي  
استبيان الذكاء العاطفي  
استبيان الاحتياجات في العلاقات الشخصية (FIRO-B)  
استبيان الحزم (Assertiveness)  
استبيان العوامل الخمس للشخصية (Big Five)  
استبيان النمط المعرفي  
تلخيص المعلومات التحليلية المتعلقة بك عن الوعي الذاتي  
الإدارة الذاتية: توضيح القيم وتحديد الأهداف والتخطيط  
ماذا تعني الإدارة الذاتية؟  
الإدارة الذاتية والمهارات الشخصية والاجتماعية  
مهارات الإدارة الذاتية والتعلم مدى الحياة  
ما مدى قدرتك على تخطيط وتحديد الأهداف  
ما هي قيمك؟  
إعداد الأهداف الشخصية  
بيانات المهمة الشخصية  
استراتيجيات لوضع أهداف فعالة  
قيادة الآخرين عبر التوجيه الإرشادي  
خصائص الموجّه الناجح  
كيف يمكن وصف الموجّه الجيد  
سمات شخصية يتمتع بها الموجّه البار 7  
مفاهيم خاطئة والحقائق  
مبادئ التواصل السبعة في التوجيه الإرشادي  
جمع معلومات جيدة من خلال الاستماع  
عادات جيّدة للاستماع الفعّال  
أساليب القيادة في التوجيه الإرشادي: ما هو أسلوبك في التوجيه الإرشادي؟

إقناع الآخرين بلباقة ودبلوماسية  
ما المقصود بالإقناع؟  
استراتيجيات الإقناع: المصادقية  
استراتيجيات الإقناع: التفكير المنطقي  
استراتيجيات الإقناع: التأثير العاطفي  
تحسين مهاراتك في الإقناع  
مهارات الإقناع في العروض التقديمية الرسمية  
الإقناع مقابل التفاوض  
فن الإقناع: 30 نصيحة مثبتة الفعالية  
قيادة الآخرين من خلال التأثير والإلهام  
تعريف القيادة التحويلية  
القيادة التحويلية والكاريزما  
نموذج عن القيادة التحويلية  
عوامل القيادة التحويلية  
القيادة التبادلية  
وجهات نظر أخرى في القيادة التحويلية  
كيف تعمل المنهجية التحويلية في القيادة؟