



برنامج مستقبلي

تعزيز العلاقات في مكان العمل

“العلاقات الإنسانية تكون في ذروة جمالها عند حد معين، لكنها
تتکس جداً عندما تتجاوزہ.”
م. عبد الله النعیمی

المواضيع

١. مفهوم العلاقات في النجاح المهني والوظيفي
٢. أهمية العلاقات في بيئة العمل
٣. مراجعة أسس بناء العلاقات
٤. الأنماط الشخصية في العلاقات
٥. نشاط: كيف يمكن أن نتصرف في بعض المواقف

مفهوم العلاقات في النجاح المهني والوظيفي

ما رأيكم بالواسطة ؟

مفهوم العلاقات في النجاح المهني والوظيفي

مفهوم العلاقات: تواصل وتفاعل بين أشخاص تربطهم أمور محددة.

مثال: علاقة الأب بابنه ، علاقة زملاء الدراسة. علاقة المدرب بالطلاب،
علاقة المدير بالموظفين .. وغيرها

العلاقات في المهنة وبيئة العمل يتم استخدامها لتسهيل كثير من
الأمر والعمليات، ولتسريع بعض القرارات والاستفادة من الثقة
المتبادلة بين أعضاء الفريق.

مفهوم العلاقات في النجاح المهني والوظيفي

أمثلة لعلاقات مساعدة في بيئة العمل:

١. الحصول على مساعدة من زميل لإتمام عمل مهمة ما
٢. استشارة شخص ذوي خبرة ومعرفة لتعليمك بعض الأمور التي لها علاقة بالعمل
٣. في حال غيابك واعتذارك، يقوم بعض الأشخاص بأداء مهامك ليستمر العمل دون تعطل
٤. يحتفي زملاؤك بإنجازاتك أو نجاحاتك، لتشعر بقيمتك وجدارتك
٥. معرفتك بمستوى أدائك وطرق تحسينه عن طريق تقييم معارفك وعلاقاتك في العمل

نشاط :

كيف يمكنكم الاستفادة من بناء شبكة علاقات مهنية في :

- المرحلة الثانوية ؟
- المرحلة الجامعية ؟
- البحث عن وظيفة ؟
- العمل ؟

أسس بناء العلاقات

تعتمد العلاقات على عدة أمور تساعد في بنائها وتعزيزها وتطويرها. العلاقات تتطلب التالي:

- **الثقة:** عندما تثق في الآخرين ويثقون بك، تزداد العلاقة قوة
- **الاحترام:** إعطاء قيمة للآخرين وتقديرهم يجعل العمل أكثر فعالية
- **الوعي الذاتي:** معرفة نفسك ومشاعرك وردات فعلك، يقلل من الأفعال والتعاملات التي قد تكون سلبية
- **التقبل:** تقبل الآخرين المختلفين عنك، ومحاولة الاستفادة من آرائهم يعزز العلاقات ويحسن من النتائج
- **التواصل المفتوح:** كل العلاقات الفعالة تعتمد على التواصل المفتوح

كيف أبنى علاقات عمل جيدة؟

- تحديد العلاقات التي لديك والتي تحتاجها
- تطوير مهارات التعامل مع الناس
 - التواصل
 - التعاون
 - حل الخلافات
- الذكاء العاطفي
- الإنصات الجيد
- تحديد وقت وجدول لبناء العلاقات
- إدارة الحواجز والحدود في التعامل
- تقدير الآخرين
- الإيجابية تجذب الآخرين
- تجنب الإشاعات والحديث عن الآخرين

الأنماط الشخصية في العلاقات

يختلف الأشخاص في طريقة بناء العلاقات معهم باختلاف أنماطهم.

ماهي أنواع الأنماط المختلفة التي نعرفها؟

الأنماط الشخصية في العلاقات

نشاط جماعي:

إذا كان هناك زميل في برنامج مستقبلي منطو، و زميل آخر منفتح، كيف سيكون اختلاف طريقتك وأسلوبك في بناء العلاقة معهم ؟

ماذا عن زملاء العمل ؟ كيف ستقوم ببناء العلاقات مع الشخص المنطوي والشخص المنفتح ؟

نشاط: كيف يمكن أن نتصرف في المواقف التالية:

- جاء زميلك متأخراً ولم يتحدث مع أي أحد حتى منتصف الدوام، ماذا يمكنك أن تفعل؟
- قام أحد زملائك بدعوتك لتناول الغداء في وقت الاستراحة، وأنت مشغول جداً ولا تملك الوقت الكافي لأداء مهمة، كيف ستتصرف معه؟
- سمعت بوفاة والد أحد الزملاء، ونسيت أن تقوم بتعزيته والاتصال به، وبعد أسبوع وجدته في العمل، كيف ستتصرف معه؟
- جاءك أحد الزملاء يشتكي من زميل آخر، وبدء يتلفظ ببعض العبارات السيئة عنه، كيف ستتصرف معه؟

واجب الأسبوع



شكراً