

الدورات التدريبية لشهر سبتمبر



2024

كيفية إدارة العمل تحت الضغوطات

• تاريخ الدورة : 17-19 سبتمبر 2024.

• الوقت: 09:00 صباحاً - 1:00 ظهراً.

• مدة الدورة: ثلاثة أيام.

• لغة الدورة: اللغة العربية.

• رسوم المشاركة: 200 د.ك (مائتان دينار كويتي).

• الهدف العام: يهدف هذا البرنامج إلى تزويد المشاركين بمهارات التخلص والتغلب على ضغوط العمل وتحديات الحياة.

الأهداف التفصيلية:

• التعرف على ضغوطات العمل وأعراضها.

• فهم تأثيرات ضغوط العمل.

• معرفة كيفية اكتساب الصلابة النفسية لمواجهة الضغوط.

• إيجاد خطة للتخلص من آثار الضغوط وتحسين بيئة العمل.

• المحاضر: د. مصطفى أبو السعد – استشاري نفسي وتربوي

• المشاركون: الدورة موجهة إلى جميع العاملين بالمستويات والوظائف الإدارية والفنية في العمل.

• المنسق: السيدة/ سماح الهاجري - هاتف: 24989459.

