



Consulting and Training | Reach New Heights

Course Name

# تعزيز الإنتاجية الشخصية

---

Sector Name

المهارات الشخصية وتطوير الذات

Document Type

Generated by Boostlab

[Click Here To Visit Course](#)

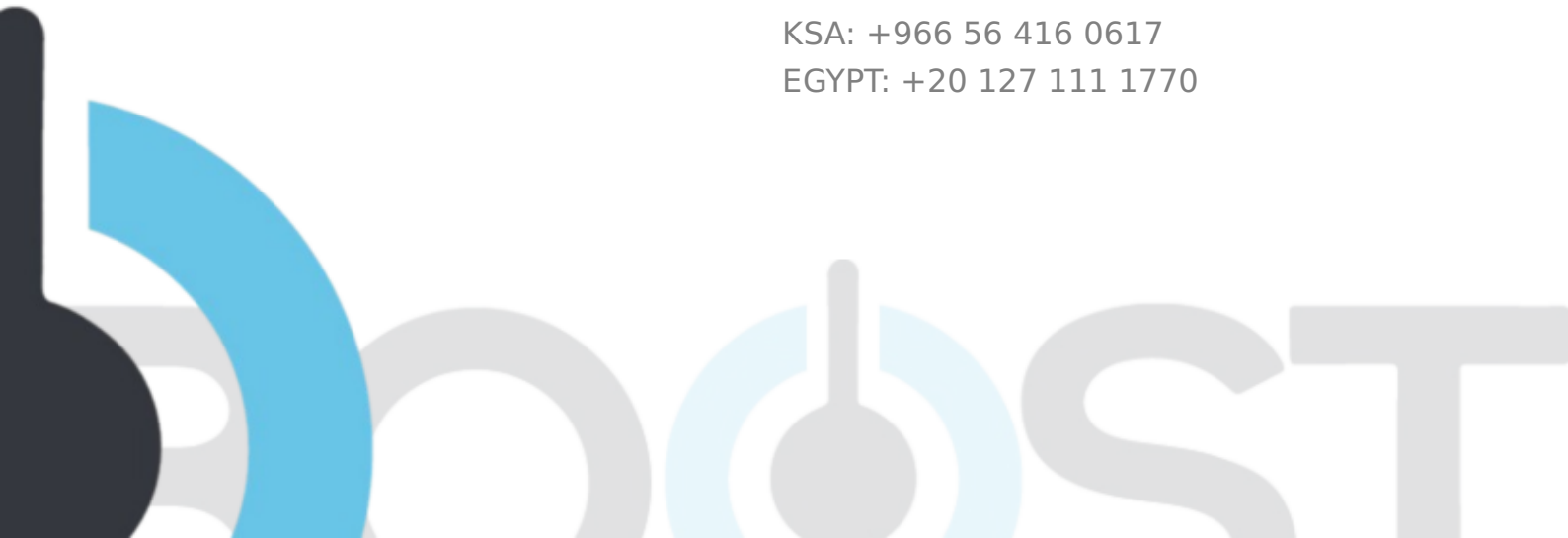
ABU DHABI: +971 2 449 6000

ABU DHABI: +971 50 412 3294

DUBAI: +971 4 888 6787

KSA: +966 56 416 0617

EGYPT: +20 127 111 1770



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Introduction

هذا البرنامج التدريبي لتطوير أساليب المشاركين في إدارة الذات "بوست" تقدم، وتحقيق إنجاز مستدام يتماشى مع الأهداف المهنية والشخصية.

يمنح البرنامج المشاركين أدوات عملية لتحديد الأولويات، التخلص من مضيعات الوقت وتطوير نظام يومي شخصي يعزز التركيز ويقلل من الإرهاق، كما يعالج تحديات الإنتاجية الواقعية مثل التسويف، تعدد المهام، والانشغال غير المنتج، ويقدم بدائل علمية ومجربة لتحفيز الإنجاز دون التضحية بالصحة النفسية أو جودة الحياة.

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To Visit Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Target Audience

✓ جميع المحترفين الراغبين في تطوير تنظيمهم الذاتي وإنتاجيتهم بشكل فعال

ABU DHABI: +971 2 449 6000

ABU DHABI: +971 50 412 3294

DUBAI: +971 4 888 6787

KSA: +966 56 416 0617

EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To Visit Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Learning Objectives

- ✓ فهم مفهوم الإنتاجية الشخصية وأثرها على النجاح المهني.
- ✓ تحديد الأولويات باستخدام أدوات فعّالة.
- ✓ التغلب على مضيعات الوقت والمشتتات.
- ✓ بناء روتين يومي محفّز لتعزيز الإنتاجية.
- ✓ تعزيز التركيز والطاقة الذهنية.

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To Visit Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Outline

#### ✓ DAY 01

##### أسس الإنتاجية الشخصية

- ✓ مفاهيم الإنتاجية الحديثة.
- ✓ الفرق بين الانشغال والإنجاز.

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To vist Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Outline

#### ✓ Day 02

أنماط الشخصية وأثرها على الإنتاجية

- ✓ مبادئ التخطيط الشخصي لتعزيز الإنتاجية
- ✓ تطبيق عملي

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To vist Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Outline

#### ✓ Day 03

##### أدوات وأساليب لرفع الإنتاجية

- ✓ مصفوفة الأولويات (آيزنهاور).
- ✓ استراتيجيات مواجهة التسويف والمماطلة.
- ✓ التحكم بالمشغلات: أفضل الممارسات.
- ✓ تقنيات تعزيز التركيز الذهني والطاقة.
- ✓ تطبيق عملي.

ABU DHABI: +971 2 449 6000

ABU DHABI: +971 50 412 3294

DUBAI: +971 4 888 6787

KSA: +966 56 416 0617

EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To visit Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Outline

#### ✓ Day 04

##### بناء نظام شخصي مستدام

- ✓ تصميم روتين يومي محفّز.
- ✓ تحقيق التوازن بين العمل والحياة.

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To vist Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Course Outline

#### ✓ Day 05

قياس الأداء وتعديله بمرونة.

- ✓ بناء عادات إنتاجية طويلة المدى.
- ✓ ورشة عمل تطبيقية.

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To vist Course](#)



## تعزيز الإنتاجية الشخصية

### Confirmed Sessions

| FROM           | TO             | DURATION | FEES       | LOCATION         |
|----------------|----------------|----------|------------|------------------|
| July 26, 2027  | July 30, 2027  | 5 days   | 2150.00 \$ | Virtual , Online |
| April 26, 2027 | April 30, 2027 | 5 days   | 4250.00 \$ | UAE , Dubai      |
| Oct. 19, 2026  | Oct. 23, 2026  | 5 days   | 4950.00 \$ | England , London |
| March 14, 2027 | March 18, 2027 | 5 days   | 4250.00 \$ | Bahrain , Manama |

ABU DHABI: +971 2 449 6000  
ABU DHABI: +971 50 412 3294  
DUBAI: +971 4 888 6787  
KSA: +966 56 416 0617  
EGYPT: +20 127 111 1770

[Click Here To vist Course](#)

[info@boostuae.com](mailto:info@boostuae.com) [info@boostorg.com](mailto:info@boostorg.com)

Generated by BoostLab •

