



إعداد:

أ/ عبد الله مزعل البقمي

المدير التنفيذي لجمعية الدعوة والإرشاد
وتوعية الجاليات في الجبيل، وعضو المجتمع
المهني للمديرين التنفيذيين.

التطوير الشخصي والمهني



التطوير الشخصي والمهني يكمل بعضهما البعض فكلما تطورت مهنيًا اكتسبت مهارات ومعرفة جديدة تساعدك على تحسين حياتك الشخصية. وبالعكس كلما تطورت شخصيًا، اكتسبت مهارات ومعرفة جديدة تساعدك على تحقيق النجاح في مهنتك.

يتضمن التطوير المهني تطوير الفرد في دوره لفهم الوظيفة التي يقوم بها بشكل كامل وكيف يمكنه تحسين أدائها يتضمن تعزيز المهارات الضرورية لأداء الدور بأقصى فعالية ممكنة، وهو شيء سيستمر طوال حياة الفرد المهنية.

يشمل التطوير الشخصي والمهني الفعّال ضمان أن معرفتك وفهمك لمجال خبرتك المهنية دائمًا على أعلى مستوى ممكن. إنه اكتساب المهارات والمعرفة للتقدم في مجال الحياة المهنية، ولكنه يتضمن أيضًا عنصرًا من التطوير الشخصي.

عند التفكير في التطوير الشخصي والمهني يجب عليك أن تفكر في القدرات التي تحتاج إليها لتحقيق النتائج المطلوبة سواء في دورك الوظيفي أو في الحياة بشكل عام عن تحسين مواهبك وإمكانياتك، سواء داخل أو خارج العمل



من خلال فهمك الدقيق لما تحتاج إلى تحقيقه وكيفية تحقيقه، يمكنك تطوير المهارات اللازمة من خلال حلول مختلفة. قد تكون قد جربت شيئاً مشابهاً للمثال التالي تخيل أن هناك شخصين في فريقك أو مكتبك، وكلاهما رائع في إدارة الميزانيات. كلاهما دقيق ومهتم بالتفاصيل ويقدم النتائج المطلوبة ومع ذلك يعتبر أحدهم شخصاً فعّالاً في التعامل مع الآخرين.

مهارات التواصل والتفاعل الشخصي لديه رائعة، ونتيجة لذلك، ليس لديه مشكلة في الحصول بسرعة على المعلومات التي يحتاجها من زملائه في أي مستوى. الشخص الآخر ليس لديه هذه المهارة وغالباً ما يواجه صعوبات في التعامل مع الزملاء، ربما لأسباب متنوعة أي من هؤلاء الأشخاص تعتقد أنه يحتاج إلى تدريب في التطوير الشخصي؟

كما يظهر من المثال، يمكن لكل منهما أداء وظائفه كلاهما لديه المهارات اللازمة على المستوى المهني لتقديم النتائج، ولكن مع فوائد مهارات بناء العلاقات الممتازة سيكون أحد الموظفين دائماً متقدماً خطوة واحدة أمام الآخر.

حدد بدقة القدرات التي تحتاجها لتحقيق النجاح في دورك قد تكون مهارة التأثير، أو ربما تحتاج إلى إدارة الفرق أو إلهام الأفراد قد تكون الحاجة إلى أن تكون قادراً على إدارة الأمور من الأعلى أو أن تمتلك مهارات التفويض الممتازة.



عندما تكون قادرًا على تحديد هذه الاحتياجات، يمكنك العمل نحو خطة للتطوير الشخصي والمهني.

وعند الحديث عن تطوير الذات والاحترافية فإن التطوير الشخصي يعتبر أمرًا حاسمًا إذا كنت ترغب في أن تكون قائدًا أفضل، أو موظفًا محترفًا، أو مرشدًا، أو زميلًا. في الأساس، والنمو الشخصي والمهني يتعلق بالبحث عن وسائل لتحسين أدائك في العمل، وقد يشمل ذلك كل من المهارات الصلبة والمهارات الناعمة.

على سبيل المثال، إذا كنت محاسبًا، فإن قضاء الوقت على تطوير المهارات الصلبة المتعلقة بعملك سيساعدك بوضوح على العثور على طرق للعمل بشكل أسرع وأكثر فعالية على سبيل المثال قد تعمل على اكتساب مهارات أتمتة إضافية في برنامج Excel.

بالمقابل، قد يكون تطويرك الشخصي والمهني مركزًا أكثر حول المهارات الناعمة. لمتابعة مثال المحاسبة الخاص بنا، يمكن أن تقوم المهارات البيئية الأفضل بالتخلص من العديد من التواصلات السيئة بين الزملاء. وهذا يؤدي إلى تسليم المشاريع بشكل أسرع وبدقة أكبر.

أهم (10) مهارات مطلوبة للتطوير الشخصي والمهني:

1- تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية: التوازن بين العمل والحياة يعني شيئًا مختلفًا لكل فرد، ولكن يمكن للخبراء الصحيين والمهنيين مشاركة نصائح للمساعدة في العثور على التوازن المناسب.



2- التخلي عن الكمالية: التخلي عن سلوكيات الكمال يمكن أن يكون تحديًا، لكنه يساعد في التعامل مع التعقيدات المتزايدة للحياة والمسؤوليات المتزايدة.

3- الابتعاد عن التكنولوجيا: من العمل عن بُعد إلى البرامج التي تسهل العمل، يمكن أن تكون التكنولوجيا مفيدة ولكن يجب أيضًا فصل الاتصال المستمر لضمان التوازن.

4- ممارسة الرياضة والتأمل: يعتبر ممارسة الرياضة والتأمل من الأمور الضرورية في الحياة. تقوم الرياضة بتقليل التوتر وتحفيز هرمونات السعادة، بينما يمكن أن يعزز التأمل خطة التطوير الشخصي والمهني.

5- تقليل الأنشطة والأشخاص المستهلكين للوقت: حدد ما هو أهم في حياتك، ورسم حدودًا قوية لتكريس وقت ذو جودة لهذه الأشخاص والأنشطة ذات الأولوية العالية.

6- تغيير هيكل حياتك: أحيانًا يكون من الضروري تغيير الروتين والعادات لتسهيل الحياة. التركيز على الأنشطة التي تتقنها وتقدرها أكثر، وتفويض أو تفويض ما تبقى.

7- الصبر: يعد التطوير الشخصي والمهني عملية طويلة الأمد، لذا يجب أن تكون المرحلة الأولى في هذا الاتجاه صبورة. تحقيق التوازن بين هذه المهارات يمكن أن يساهم في تحقيق النجاح في الحياة الشخصية والمهنية.



8- إدارة الوقت: يبدو أنه لا يوجد أبدًا وقت كافٍ في اليوم. ولكن، حيثما نحصل جميعًا على نفس (٢٤) ساعة، لماذا يبدو أن بعض الأشخاص يحققون الكثير أكثر من غيرهم خلال وقتهم؟ الإجابة تكمن في إدارة الوقت الجيدة. يدير الأشخاص الذين يحققون أعلى إنجازات وقتهم بشكل استثنائي. باستخدام تقنيات إدارة الوقت الصحيحة، يمكنك تحسين قدرتك على العمل بشكل أكثر فعالية - حتى عندما يكون الوقت ضيقًا والضغط عالية. تتطلب إدارة الوقت الجيدة تحولًا هامًا في التركيز من الأنشطة إلى النتائج: فإن أن تكون مشغولًا ليس نفس الشيء بأن تكون فعّالًا ومن الغريب أن العكس غالبًا ما يكون أقرب إلى الحقيقة، قضاء يومك في هم من الأنشطة غالبًا ما يحقق أقل، لأنك تقسم انتباهك بين العديد من المهام المختلفة. تتيح لك إدارة الوقت الجيدة العمل بشكل أكثر ذكاءً - وليس بجهد أكبر - بحيث تحقق المزيد في وقت أقل.

دق، تجعل إدارة الوقت الجيدة خطتك للتطوير الشخصي والمهني تظهر نتائج أسرع.

9- الثقة بالنفس: مهمة للغاية في معظم جوانب حياتنا، ولكن الكثير من الناس يواجهون صعوبة في العثور عليها. يمكن أن يكون هذا أمرًا مفرطًا: الأشخاص الذين يفتقرون إلى الثقة بالنفس قد يجدون صعوبة في تحقيق النجاح.



ففي النهاية، يتردد معظم الأشخاص في دعم مشروع يتم تقديمه من قبل شخص يظهر عصبياً، أو يتلعثم، أو يعتذر بشكل زائد. من ناحية أخرى، يمكن أن يتأثر الإنسان بشخص يتحدث بوضوح، ويحمل رأسه عالياً، ويجب بثقة على الأسئلة، ويعترف بسرور عندما لا يعلم شيئاً. يلهم الأشخاص الوثائقين الثقة في الآخرين: جمهورهم، ونظراءهم، ورؤسائهم، وعملائهم، وأصدقائهم. وكسب ثقة الآخرين هو أحد النتائج الرئيسية لخطتك للتطوير الشخصي والمهني.

الخبر السار هو أن الثقة بالنفس يمكن حقاً أن تُدرَّب وتُبنى عليها. وسواء كنت تعمل على زيادة ثقتك الشخصية أو بناء ثقة الناس من حولك، فإنها تستحق بذل الجهد.

10- مهارات الاتصال: التواصل الجيد ضروري في كل خطوة من مراحل حياتك المهنية والشخصية. لذلك، يتطلب الكثير من الجهد في خطتك للتطوير الشخصي والمهني.

المراجع:

- ترجمة مختصرة لمقال بعنوان: Personal and Professional Development (PPD): The Ultimate Guide
- <https://profiletree.com/personal-and-professional-development/>





المجتمعات المهنية



@BOARDSA3

للاشتراك والانضمام

