

الذكاء العاطفي في بيئة العمل

27 – 31 ديسمبر 2026

الدوحة





الذكاء العاطفي في بيئة العمل

المرجع: 10481_2108 التاريخ: 27 – 31 ديسمبر 2026 المكان: الدوحة الرسوم: GBP 4300

الذكاء العاطفي في بيئة العمل برنامج حضوري مدته خمسة أيام يقدمه مركز مارس للتدريب في مراكزه الدولية — ومنها لندن ودبي وبرشلونة وأثينا وكيب تاون — وهو مصمم لكبار المديرين والمديرين التنفيذيين والقادة الذين تعتمد نتائجهم على جودة علاقاتهم في العمل.

لا تتعثر المسيرات القيادية عند حدود القدرة الفنية، بل عند العمل الأصعب والأقل ظهوراً؛ الوعي الذاتي وضبط الذات وبناء العلاقات. فالقادة الأكثر احتراماً يقرؤون الناس بدقة، ويديرون ردود أفعالهم تحت الضغط، ويننون ثقة تصمد في اللحظات الصعبة. وهذه ليست سمات شخصية بل مهارات تُكتسب بالممارسة، ويمكن تطويرها في أي مرحلة من المسيرة المهنية. وقد بُني هذا البرنامج للمهنيين الكبار الراغبين في خوض هذا العمل بجدية.

خلال خمسة أيام مركزة ستتناول مجالات الذكاء العاطفي الأربعة — الوعي الذاتي، وضبط الذات، والوعي الاجتماعي، وإدارة العلاقات — مطابقة على الحياة المهنية الرفيعة. ويستند البرنامج إلى تقييم معتمد وحالات واقعية وتغذية راجعة من الأقران وممارسة شخصية، ويقدمه ممارسون كبار ذوو خبرة في العمل مع التنفيذيين على الجانب الإنساني من القيادة.

ما الذي ستتعلمه

- تشخيص ذكائك العاطفي عبر أداة تقييم معتمدة.
- التعرف على محفزاتك وأنماطك وردود أفعالك المعتادة تحت الضغط.
- ضبط حالتك الداخلية خلال الحوارات الصعبة واللحظات القيادية.
- قراءة الإشارات العاطفية والسياسية في البيئات الرفيعة بدقة.
- بناء الثقة عن قصد مع من يفكرون ويتصرفون بخلافك.
- خوض الحوارات الصعبة بما يقوي العلاقات لا يضرها.
- إدارة فريقك وأصحاب المصلحة بتعاطف وانضباط أكبر.
- توظيف الذكاء العاطفي في التفاوض والنزاع والتغيير.
- الحفاظ على المرونة النفسية والطاقة في دور متطلب.
- توجيه الآخرين في تطوير ذكائهم العاطفي.

كيف ستستفيد

ستغادر البرنامج بوعي ذاتي أوضح، وأدوات عملية لضبط الذات، وعادات أقوى في بناء العلاقات، إضافة إلى شهادة إتمام من مارس.



وستكسب مؤسستك قيادياً يبني الثقة أسرع، ويتعامل مع اللحظات الصعبة على نحو أفضل، ويخلق داخل فريقه المناخ الذي يسمح بالعمل الجيد أن يحدث.

لمن هذا البرنامج

طُعم هذا البرنامج للمهنيين الكبار، ومنهم: كبار المديرين والمديرون التنفيذيون الذين يقودون الناس عبر تغييرات معقدة؛ ورؤساء الإدارات ذوو أصحاب المصلحة العابرين للمؤسسة؛ وكبار الاستشاريين والشركاء العاملين عن قرب مع كبار العملاء؛ وكبار مديري المشاريع والبرامج والتحول؛ ومديرو الموارد البشرية وكبار قادتها؛ وكبار القادة التجاريين والعاملين مع العملاء؛ وأصحاب الشركات العائلية الذين يديرون ديناميكيات العائلة والعمل؛ وكبار تنفيذيي القطاع العام في البيئات المعقدة سياسياً. والحد الأدنى للمستوى الوظيفي هو مدير أول أو مدير تنفيذي فما فوق.

كيف يتدرج الأسبوع

يُخصّص اليوم الأول للوعي الذاتي، عبر تقييم معتمد وتأمّل منهجي يكشف المحفزات والأنماط وردود الأفعال المعتادة. ويبنى اليوم الثاني ضبط الذات: إدارة حالتك في الحوارات الصعبة واللحظات عالية المخاطر والضغط المستمر. ويطور اليوم الثالث الوعي الاجتماعي: قراءة الإشارات العاطفية والسياسية بدقة في البيئات الرفيعة، وفهم من يفكرون ويتصرفون بخلافك. ويتناول اليوم الرابع إدارة العلاقات: بناء الثقة عن قصد، والحوارات الصعبة التي تقوّي العلاقات، وتوظيف الذكاء العاطفي في التفاوض والنزاع والتغيير. ويجمع اليوم الخامس الأسبوع عبر المرونة والطاقة، وتوجيه الآخرين، وجلسات التوجيه، وخطة عمل شخصية.