

**أدوات**

**ومعلومات مهمة لتدريب الأفراد**

obeykandl.com

أدوات تدريب	
<b>نموذج التخطيط للمدرب</b>	
استخدم هذا النموذج قبل جلسة التدريب. وخذ وقتك في تحديد ما تأمل تحقيقه بكل دقة وكيف تعزم تحقيقه.	
المناقشة مع:	التاريخ:
المجالات التي يلزم التدريب فيها (استند في ذلك على ملاحظتك):	
-----	
الغاية من جلسة التدريب:	
-----	
النتائج المطلوبة:	
-----	
لماذا من المهم القيام بالتدريب (مثلاً: ما هي الأخطار الموجودة؟ وما هي النتائج؟)	
-----	
الصعوبات المحتملة	طرائق معالجتها
-1	-1
-2	-2
-3	-3
أفعال محددة	
-1	
-2	
-3	

## أدوات تدريب

### تقويم ذاتي للاستماع النشط الفاعل

#### هل أنت مستمع نشط؟

المدربون الذين يستمعون جيداً يحصلون على أكبر فائدة ممكنة من مناقشاتهم التدريبية وهم عموماً المدربون الأفضل. استخدم هذا التقويم الذاتي لمعرفة جودة استماعك. ضع إشارة في الحقل المناسب الذي يعطي أحسن توصيف لعاداتك في الاستماع.

نادراً	أحياناً	عادة	عندما يتحدث أحد أمامي فإني
5 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	أفكر كيف سيكون جوابي
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أنظر إلى المتحدث
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أدون ملاحظاتي حسب الحاجة
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	ألاحظ المشاعر التي تخفيها الكلمات
5 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	أجد نفسي أفكر بأشياء أخرى في أثناء كلام المتحدث
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أجلس في مواجهة المتحدث
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أراقب لغة جسد مهمة (تعايير في الوجه، حركات باليدين)
5 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	أقاطع المتحدث لأقول رأياً
5 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	يشرد ذهني بسبب ارتباطات أخرى
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	استمع للرسالة دون حكم أو تقييم فوري
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أسأل أسئلة للحصول على مزيد من المعلومات وأشجع المتحدث ليستمع
1 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	أعيد بكلماتي ما سمعته لأتأكد من فهمي

المجموع لكل حقل \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_  
المجموع العام = \_\_\_\_\_

الدرجات

44-61 أنت مستمع جيد ونشط

28-44 أنت مستمع جيد وبحاجة للتحسين

12-27 ينبغي أن تركز على تحسين مهاراتك في الاستماع

المصدر: كلية الأعمال بشركة AT&T، كتاب The Supervisor: Coaching for Success من

منشورات كلية الأعمال بشركة AT&T 1995

## أدوات تدريب

### لائحة معطيات تقويم ذاتي للمدرب

لأسئلة أدناه صلة بالمهارات والصفات المطلوبة ليكون المدرب فاعلاً. استخدم هذه الأداة لتقويم فاعليتك كمدرّب.

لا	نعم	الأسئلة
		1- هل تبدي اهتماماً في تطوير العمل المهني، وليس لمجرد أداء قصير الأجل.
		2- هل تقدم الدعم والإدارة الذاتية؟
		3- هل تضع أهدافاً علياً، ومع ذلك قابلة للتحقيق؟
		4- هل تؤدي نموذجاً للدور؟
		5- هل تبلغ الآخرين باستراتيجيات الأعمال والسلوكيات المتوقعة لتكون أساساً لتحديد الأهداف؟
		6- هل تتعاون مع من تدريبه لتوليد مقاربات أو حلول بديلة يمكنكم دراستها معاً؟
		7- قبل إعطائك المعلومات الراجعة هل تراقب من تدريبه بدقة ودون تحيز؟
		8- هل تفصل بين ما تلاحظه وبين أحكامك وافتراساتك؟
		9- هل تختبر نظرياتك بشأن سلوك الفرد قبل أن تتصرف على أساسها؟
		10- هل تحرص على اجتناب استخدام أدائك معياراً لقياس أداء الآخرين؟
		11- هل تركز انتباهك وتجتنب شرود الذهن عندما يتحدث أحد إليك؟
		12- هل تعمد إلى إعادة صياغة أقوالك أو تستعمل طريقة أخرى لتوضيح مقاصدك أثناء المناقشة؟

لا	نعم	الأسئلة
		13- هل تستعين بلغة الجسد وبعض الألفاظ التشجيعية لتحث من يتكلم في أثناء المحادثة؟
		14- هل تسأل أسئلة ذات نهايات مفتوحة لتشجع تبادل الأفكار والمعلومات؟
		15- هل تقدم معلومات راجعة محددة؟
		16- هل تقدم المعلومات الراجعة في حينها؟
		17- هل تقدم المعلومات الراجعة التي تركز على السلوك ونتائجه (بدلاً من إصدار أحكام مبهمة)؟
		18- هل تعطي معلومات راجعة إيجابية وسلبية؟
		19- هل تحاول التوصل إلى اتفاق حول الأهداف والنتائج المرغوبة بدلاً من إملائها؟
		20- هل تحاول الإعداد المسبق لمناقشات التدريب؟
		21- هل تعمل دوماً على متابعة مناقشة تدريب سابق لتتأكد من أن التقدم في العمل يسير وفق ما هو مخطط له؟
		المجموع
<p>إذا كانت لديك هذه الصفات وتستخدم هذه الاستراتيجيات يثق بك الآخرون ويلجؤون إليك بغية الدعم المهني والشخصي. وإذا أجبت بكلمة «نعم» عن معظم الأسئلة فأنت مدرب جيد له أثره الفاعل، وإن أجبت بكلمة «لا» عن بعض أو معظم هذه الأسئلة فأنت بحاجة للتفكير في كيفية تطوير مهاراتك التدريبية.</p>		

## أدوات تدريب

### ورقة عمل لتخطيط الأفعال

استخدم هذه الورقة في وضع خطة عمل تكون مقبولة لك ولبن تدريبه. ومن المهم جداً أن تتضمن إجراءات محددة لتحقيق النجاح وموعداً هدفاً لمراجعة الأفعال التي اكتملت، مع الأمثلة.

المراجعة	إجراءات النجاح	العمل الذي سينجز

## أدوات تدريب

### تقويم جلسة التدريب

استخدم هذه الأداة بعد جلسة التدريب ويهدف تقويم فاعليتها وأثرها ولعرفة التحسينات التي يمكن إدخالها في جلسة قادمة .

ما الذي ينبغي تحسينه؟	ماذا أنجز بنجاح؟ العلاقة:
	العملية:
	النتائج: