



مجمع فنی تهران به روزی می اندیشد که در خانواده ایرانی حداقل یک نفر از محصولات یا خدمات آن به طور مطلوب بهره مند گردد.

دپارتمان توسعه توانمندی های شخصی

شهریه دوره (ریال)	ساعات کلاس	ایام برگزاری	تاریخ شروع	مدت دوره ساعت	سرفصل ها	مدرک دوره	کد دوره	عنوان دوره
۹۹۰۰۰۰۰	۲۰:۰۰-۱۷:۰۰	چهارشنبه	۱۳۹۹/۱۲/۲۷	۲۲	<ul style="list-style-type: none"> <li>آموزش خودآگاهی - تکنیک های اعتماد به نفس و عزت نفس</li> <li>تکنیک های مثبت اندیشی- هدف گذاری و خود انگیزی</li> <li>برنامه ریزی استراتژیک - تعیین اهداف با ابزار تحلیلی SWOT</li> <li>پیاده سازی متوازن اهداف همراه با تمرین و کار عملی و</li> </ul>	مجمع فنی تهران به صورت دو زبانه و فنی و حرفه ای	220126	مهارت زندگی (توسعه توانمندی های شخصی)
۱۰۰۰۰۰۰	۲۰:۰۰-۱۷:۰۰	چهارشنبه	۱۳۹۹/۱۲/۲۰	۲	<ul style="list-style-type: none"> <li>هدف گذاری شغلی ، روش های مصاحبه موثر</li> <li>تفاوت های مهارت های نرم و مهارت های سخت در محیط کار</li> <li>شیوه رزومه نویسی خلاقانه ، روشهای جستجوی شغل</li> <li>شبکه سازی حرفه ای ، تکنیک های مصاحبه موفق، نکات مهم روزهای اول در محیط کار جدید، معرفی کتاب، فیلم و منابع تکمیلی، تفاوت CV و رزومه و ....</li> </ul>	مجمع فنی تهران به صورت دو زبانه و فنی و حرفه ای	221334	آموزش صفر تا صد استخدام
۲۹۰۰۰۰۰	۲۰:۰۰-۱۷:۰۰	دوشنبه	۱۳۹۹/۱۲/۱۸	۳	<ul style="list-style-type: none"> <li>هدف گذاری جهت ساخت سال ایده آل، تقسیم بندی سه گانه اهداف از نظر زمانی</li> <li>تفاوت هدف و آرزو، تبیین روش SMART، تعیین شاخص های کلیدی عملکرد</li> <li>فردی، مدیریت برنامه اجرایی شخصی، ابعاد هدف گذاری شخصی و شغلی و .....</li> </ul>	مجمع فنی تهران به صورت دو زبانه و فنی و حرفه ای	221419	آموزش هدف گذاری برای سال ۱۴۰۰

شماره تماس : ۰۲۱۲۲۰۸۴۸۳۳ - ۰۲۱۲۲۰۹۰۰۳۲ - ۰۲۱۲۷۲۲۹



## مجمع فنی تهران به روزی می اندیشد که در خانواده ایرانی حداقل یک نفر از محصولات یا خدمات آن به طور مطلوب بهره مند گردد.

ثبت نام غیر حضوری: مبلغ دوره مورد نظر را به شماره کارت مجتمع فنی تهران (۶۴۰۸-۲۰۲۷-۳۳۷۸-۶۱۰۴) واریز کرده، عکس فیش واریزی و به همراه تصویر کارت ملی - و مشخصات: محل صدور/ تلفن ثابت/ میزان تحصیلات/ آدرس خود را به شماره واتس آپ ۰۹۰۲۱۷۰۳۶۳۱ ارسال نمایید.

### توضیحات

در همه کشورهای توسعه یافته، این دوره در مراحل مختلف رشد به افراد آموزش داده می شود. چرا که با گذارندن دوره های متفاوت مهارت های زندگی، انسان در هر رده سنی و طبقاتی می تواند با کمترین آسیب و صرف کمترین انرژی و زمان به بهترین نتایج برای رسیدن به موفقیت نایل گردد. اما برای افراد ذیل، یادگیری این مهارت ها از لحاظ فوریت زمانی، ضروری تر به نظر می رسد:

- افرادی که در انتخاب رشته تحصیلی یا شغلی خود دچار سردرگمی هستند.
- افرادی که در زندگی هیچ هدف مشخصی را دنبال نمی کنند (عامل راه انداز افسردگی).
- افرادی که احساس رضایت نسبت به رشته تحصیلی و شغلی خود ندارند.
- افرادی که با وجود داشتن هدفی مشخص، همیشه در مسیر رسیدن به آن دچار مسئله هستند.
- افرادی که در زمینه های ارتباطی در زندگی شخصی و کسب و کار، خود را توانا نمی بینند.
- افرادی که با وجود تخصص در رشته خود، توانایی استخدام شدن، راه اندازی کسب و کار شخصی و یا ارتقاء شغلی را ندارند.

شماره تماس : ۰۲۱۲۲۰۸۱۴۸۳۳ - ۰۲۱۲۲۰۹۰۰۳۲ - ۰۲۱۲۷۲۲۹