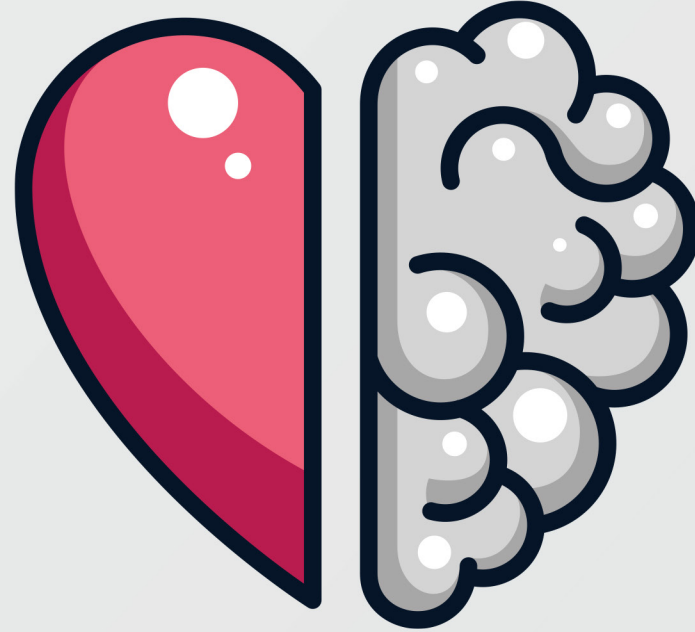




تأهيل الموارد للاستشارات
QHR Consulting Co.

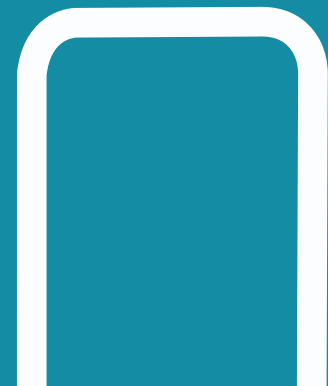


خدمة

اختبار الذكاء العاطفي



سما الله
الطاهر
الطاهر



في تأهيل الموارد نساعدك لتحقيق التميز في مسارك المهني
من خلال خدمة «**اختبار الذكاء العاطفي**» إذ يُعتبر الذكاء
العاطفي «**مفتاح النجاح المهني**» كما وصفته مجلة Harvard
Business Review

تقدم الدراسات العلمية «الذكاء العاطفي» من مداخل متنوعة،
أحد أوضح تلك المداخل وأكثرها عمليةً نموذج الذكاء العاطفي
الذي قدمته منظمة الست ثواني (The Six Seconds Model of EQ)
إذ يقدم الذكاء العاطفي باعتباره مجموعة من الجدارات
التي تساعدك كقائد على اتخاذ القرارات المثلى ويعتمد الذكاء
العاطفي على ثلاث محاور رئيسية:



يركز نموذج (The Six Seconds Model of EQ) على ثمان جدارات للذكاء العاطفي كما يلي:

اعرف نفسك

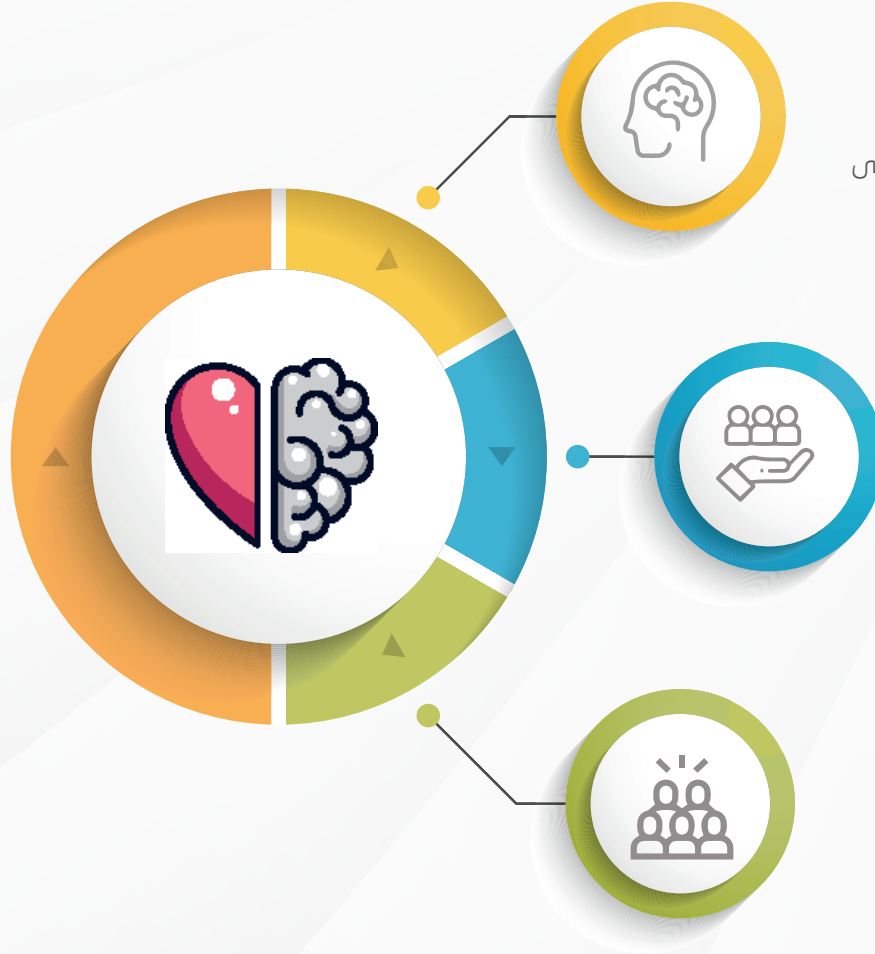
- **جدارة تعزيز الوعي العاطفي**, عبر تحديد وتفسير المشاعر البسيطة والمركبة بدقة.
- **جدارة التعرف على الأنماط**, عبر التقبّل والتعرّف على ردود الأفعال والسلوكيات المتكررة.

اختر نفسك

- **جدارة تطبيق التفكير التبعي**, عبر تقييم تكاليف وفوائد الاختيارات الشخصية.
- **جدارة العبور من خلال خارطة العواطف**, وذلك بتقييم العواطف وتسخيرها ثم تحويلها لمورد استراتيجي.
- **جدارة إشراك الدافع الجوهري**, عبر اكتساب الدافع من القيم والالتزامات الشخصية الداخلية، مقابل اكتساب الدافع من القوى الخارجية.
- **جدارة ممارسة التفاؤل**, من خلال اتخاذ منظور استباقي للأمل والفرص.

امنح نفسك

- **جدارة زيادة التعاطف**, عبر التعرف على المشاعر والتواصل معها والاستجابة لها بشكل مناسب.
- **جدارة السعي لتحقيق الأهداف النبيلة**, من خلال ربط اختيارات الفرد اليومية بغاياته النهائية.





مخرجات الخدمة:

تقرير اختبار القيادة SEI ويتميز بما يلي:

- ١- يتعامل التقرير مع الذكاء العاطفي... كمورد لأربع مجالات أداء رئيسية:
الفعالية – الرفاهية – نوعية الحياة – العلاقات.
- ٢- يصيغ التقرير الذكاء العاطفي بلغة عملية يفهمها القادة.
- ٣- يوضح التقرير مستويات الذكاء العاطفي الحالية في «لقطة» توضح كيف تظهر كل جدارة ذكاء عاطفي في مواقف القيادة النموذجية.
- ٤- يوصي التقرير بالخطوات والاستراتيجيات التالية بناءً على الدرجات الحالية لكل جدارة.

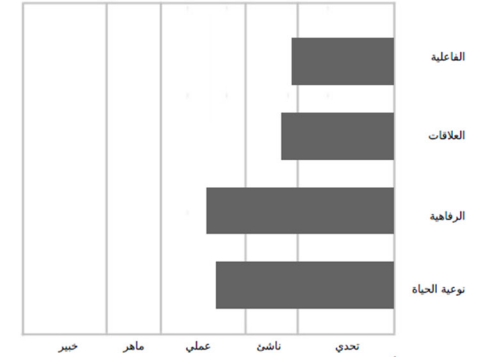
« إذا لم تكن قدراتك العاطفية في متناول اليد، إذا لم يكن لديك وعي ذاتي، إذا لم تكن قادرًا على إدارة مشاعرك المؤلمة، إذا لم يكن لديك تعاطف ولم يكن لديك علاقات فعالة، فبغض النظر عن مدى ذكائك أنت لن تذهب بعيداً جداً » دانيال جولمان

«إذا كانت الكلمات تتحكم بك، فهذا يعني أن أي شخص آخر يمكنه التحكم بك، تنفس واسمح للأشياء بالمرور » وارن بافيت

نموذج من التقرير:

القسم 1 : عوامل النجاح

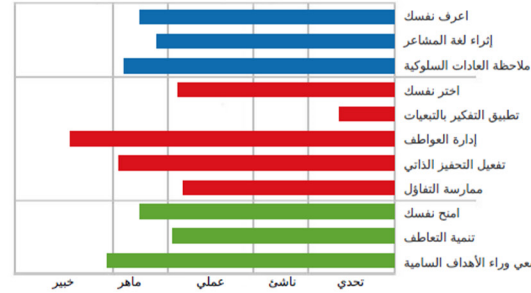
عندما أجبت على التقييم ، تكون قد أجبت أيضا على أسئلة متعلقة بنتائج العمل و الحياة . وفيما يلي توضيح للدرجات التي حصلت عليها:



أثبتت الأبحاث أن كفاءات الذكاء العاطفي هي الدافع لهذه النتائج (راجع 6sec.org/success). ولذلك، أثناء فراءتك لباقي هذا التقرير، قم بمراعاة رضاك عن هذه النتائج وأعلم أنه يمكنك استخدام مهارات الذكاء العاطفي لتحسين عوامل النجاح تلك. الدافع المساعد لمهارات الذكاء العاطفي:

عوامل النجاح	تعريف
الفاعلية	القدرة على تحقيق نتائج
العلاقات	القدرة على بناء شبكة علاقات والحفاظ عليها
الرفاهية	القدرة على المحافظة على الطاقة والأداء المتألمين
نوعية الحياة	القدرة على إيجاد الرضا والأثران في الحياة

القسم 3: ملف معلومات SEI



يتم تسجيل درجات SEI في خمسة نطاقات للأداء:

المنطقة	الدرجة	تعريف
تحدي	(65-81)	هذه المنطقة تشكل تحدي لك كقائد، من الممكن أنها تشكل لك عقبات شخصية و مهنية.
ناشئ	(82-91)	هذه المنطقة تعني أن الوعي و المهارات في تطور . من المهم أن تتابع الممارسة والتدريب.
عملي	(92-107)	هذه الكفاءة كافية للمواقف العادية والمتعادلة. وسكون من المفيد المتابعة نحو مزيد من التطوير لتلبية متطلبات القيادة.
ماهر	(108-117)	هذه تمثل قوة محتملة، عليك استخدامها والاستفادة منها
خبير	(118-135)	تتمتع بقدرة فريدة في هذه المنطقة والتي تميزك كقائد

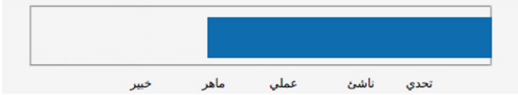
القسم 4 : نتائجه بالتفصيل



اعرف نفسك

1. إترأ لغة المشاعر: تحدي كل من المشاعر البسيطة والمركبة وتفسرها بدقة.

العواطف هي مركبات كيميائية، وأحد أشكال الناقل العصبي، حيث توفر بيانات حول نفسك والآخرين، فالعواطف هي نظام تعديدي عكسية تنقل المعلومات التي تحفز السلوك والقرارات، وتتيح الثقافة العاطفية تحديد البيانات وتفسيرها من خلال ملاحظة المشاعر وتسميتها والبدء في تحليل الأسباب والآثار، وتوفر هذه الكفاءة معلومات هامة حولك أنت وأعضاء الفريق، وتمنحك رؤية ووضوحا لمحفزات السلوك الرئيسية.



نقطة

إن القادة الماهرين في هذه الكفاءة يكتسبون بصيرة ومعرفة عاطفية تساعدكم باتخاذ القرارات بطريقة مناسبة. فهم يعون المشاعر المتعددة والمعقدة والمعلومات التي تمدنا بها هذه المشاعر. يعرفون كيف تؤثر عليهم العواطف وعلى الآخرين، لذلك يتمتعون بالقدرة على استخدام المشاعر إستراتيجياً (تناغم العواطف مع المهمة التي بين يديهم). كما يتمتعون بالقدرة على إدارة المستوى العاطفي للتواصل. وعندما يقومون بذلك، يضمنون تناغم الكلام مع مشاعرهم، وهذا التكامل يوفر الاحترام والثقة.

استغلال هذه القدرة

ستتبع في العديد من المواقف بصيرة ومعرفة بلغة العواطف أكثر من أفراد الفريق الآخرين. شارك هذه البيانات وساعد الآخرين على فهم تأثير المشاعر، وضح العلاقة بين السبب والأثر وبين كيفية شعور الآخرين والطريقة المحتملة لاستجابتهم. تابع تطوير وعيك بهذه الروابط.

خطوات طلب الخدمة:



لطلب الخدمة



تأهيل الموارد للاستشارات
QHR Consulting Co.

☎ +966 555663242

☎ 011 2304855

✉ info@qhr.sa

🌐 www.qhr.sa

🐦 @qhr_sa