

## دوره افزایش بهره وری در کار

تعریف اصولی مجموعه کاری، مدیریت چالش‌های رایج و ابزارهای ساده برای بازدهی بیشتر

### مروری بر دوره

در محیط‌های پرشتاب فناوری، مدیریت انرژی و زمان یکی از کلیدی‌ترین مهارت‌هاست. این دوره یک‌روزه برای کمک به شما طراحی شده تا با شناخت بهتر عوامل اتلاف وقت و انرژی، کارآمدی خود را به طور قابل توجهی افزایش دهید. در این کارگاه، به جای تئوری‌های پیچیده، بر روش‌های ساده و قابل اجرا تمرکز می‌کنیم. محتوای دوره برگرفته از تجربه عملی در محیط‌های پروژه‌های IT و متناسب با چالش‌های خاص این حوزه است. شیوه آموزش به صورت تعاملی است و شامل گفت‌وگو، تمرین‌های کوتاه فردی و گروهی و مرور نمونه‌های واقعی می‌شود.

شیوه ارائه: کارگاه عملی با ترکیبی از ارائه، بحث گروهی، مطالعه موردی و تمرین‌های تعاملی.

گروه پشتیبانی اختصاصی با حضور مدرس، برای پرسش و پاسخ و رفع چالش‌های عملی شما پس از دوره.

جلسات آنلاین هفتگی: برای مرور مفاهیم، پشتیبانی، پاسخ به سوالات و به اشتراک گذاری تجربیات بین شرکت‌کنندگان.

## آنچه در این دوره خواهید آموخت

تعریف درست کار و بهره‌وری: شناخت تفاوت بین مشغله و بهره‌وری واقعی در محیط IT.

اصول اولیه افزایش بازدهی: آشنایی با باید‌ها و نبایدهای ساده اما مؤثر در مدیریت کار روزمره.

شناسایی و مدیریت چالش‌های رایج: راهکارهای عملی برای مقابله با عوامل اتلاف وقت مانند وقفه‌های پی در پی، تمرکز نداشتن و ...

ابزارهای عملی برای برنامه‌ریزی: روش‌هایی ساده برای اولویت‌بندی وظایف و پیشبرد آن‌ها.

آنچه در این دوره دریافت می‌کنید:



یک دفترچه راهنمای عملی شامل تمرین‌ها، قالب‌های برنامه‌ریزی و چک‌لیست.

گروه پشتیبانی اختصاصی با حضور مدرس برای پرسش و پاسخ.

جلسات آنلاین پیگیری برای بررسی پیشرفت، رفع مشکلات و تبادل تجربه.

## سرفصل‌ها

یک) تعریف مجموعه کاری

دو) تعریف بهره‌وری

سه) باید‌ها / نباید‌ها

چهار) چالش‌های رایج بهره‌وری در کار و معرفی راهکارهای مدیریت این چالش‌ها

## مخاطبان دوره

متخصصین حوزه آی تی / جویای کار در حوزه آی تی

## پیش‌نیازها

ندارد

