

# € TRAINING

السكرتارية العصرية وهارات القراءة السريعة الاختزال وتنشيط  
الذاكرة

5 - 9 مارس 2017  
باريس (فرنسا)  
فندق الهيريديان



## السكترارية العصرية ومهارات القراءة السريعة الاختزال وتنشيط الذاكرة

رمز الدورة: M10421 تاريخ الإنعقاد: 5 - 9 مارس 2017 دولة الإنعقاد: باريس (فرنسا) - فندق الميريديان التكلفة: 4500 يورو

### الهدف العام من الدورة :

بنهاية هذا البرنامج يكون المشارك قادراً على :

- القراءة السريعة بما يوفر وقت وجهد الإدارة.
- اختزال محاضر الاجتماعات وكلمات الإدارة.
- تنشيط الذاكرة لسهولة وسرعة استرجاع المعلومات بما يفيد العمل المكتبي.

### مفهوم وأهمية القراءة السريعة .

- ما معادلة حساب سرعة القراءة ؟
- كيف تصبح قارئاً سريعاً بلا منافس؟
- ما أكبر خطأ يقع فيه بطيئى القراءة ؟
- كيف ترى الكلمات رموزاً ملونةً وجميلة ؟

### 2. خطوات القراءة السريعة .

- الاستعداد.
- التصفح السريع Skimming
- القراءة التصورية.
- حركة العين:
- الخارطة الذهنية .
- استخدام جميع الحواس:

### 3. التدريب على القراءة السريعة.

- تمارين القراءة السريعة
- قياس سرعة القراءة
- معادلة سرعة القراءة
- التصفح السريع.
- تركيز الطاقة الذهنية.
- التقاط الأفكار الرئيسية.
- الاستيعاب السريع

### 4. المهارات الست للتعلم السريع .

- تحديد المهام.
- استراتيجية البحث المعلوماتي.
- الموقع والإتاحة.
- تجميع المعلومات.
- استخدام المعلومات.
- التقييم.

### 5. الاختزال.



- مفهوم وأهمية الاختزال.
- قواعد الاختزال .

#### **.6. تنشيط الذاكرة .**

- تعريفات وأنواع الذاكرة.
- أسباب ضعف الذاكرة.
- أساليب تنشيط الذاكرة.
- تطوير الذاكرة والاستدعاء.