

# بوم افزایش بهره وری تیم ها

<div>مدیریت تمرکز و کاهش عوامل حواس پرتی</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ محدود کردن اعلان ها و نوتیفیکیشن ها (ایمیل، شبکه های اجتماعی، تلفن همراه)</li><li>■ استفاده از تکنیک های مدیریت زمان مثل پومودورو (۲۵ دقیقه تمرکز، ۵ دقیقه استراحت)</li><li>■ تهیه لیست اولویت های روزانه برای هر فرد یا تیم</li><li>■ دوره های آموزشی در زمینه بهبود تمرکز و توجه برای کارکنان</li><li>■ تعیین قوانین شفاف در تیم برای برقراری ارتباط</li><li>■ تعیین ساعت های تمرکز عمیق (مثلا بازه های بدون جلسه و تماس)</li></ul></div>	<div>ایجاد فرهنگ مسئولیت پذیری</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ شفاف کردن نقش ها و مسئولیت های هر فرد در تیم</li><li>■ ایجاد فضایی برای پذیرش و بررسی اشتباهات به شکل سازنده</li><li>■ آموزش کارکنان برای پذیرش مسئولیت و پاسخگویی در قبال نتایج</li><li>■ قدردانی عمومی و تشویق رفتار مسئولانه در تیم</li><li>■ دادن آزادی عمل به کارکنان برای تصمیم گیری در چارچوب مشخص</li></ul></div> <div>برنامه های انگیزشی هدفمند</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ پاداش های مالی هدفمند</li><li>■ معرفی و تقدیر از اعضای برتر تیم در جلسات تیمی</li><li>■ فرصت ارتقاء شغلی و مسئولیت های جدید</li><li>■ حمایت از افراد برای شرکت در دوره های آموزشی</li></ul></div>	<div>برگزاری جلسات هدفمند و زمانبندی شده</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ قانون جلسات کوتاه (جلسات ۱۵ تا ۳۰ دقیقه ای)</li><li>■ محدود کردن تعداد موضوعات مورد بحث در هر جلسه</li><li>■ محدود کردن تعداد شرکت کنندگان در جلسات</li></ul></div> <div>تجهیز تیم با ابزارهای مناسب</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ تجهیزات فیزیکی و سخت افزاری مناسب و استاندارد</li><li>■ ابزارهای ثبت و اشتراک دانش و تجربیات تیمی</li><li>■ ابزارهای ارتباط و هماهنگی سریع تیمی</li></ul></div>	<div>مدیریت استرس و اضطراب تیمی</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ ایجاد فضایی برای گفتگوی باز و حمایت اجتماعی</li><li>■ آموزش تکنیک های مقابله با استرس و اضطراب</li><li>■ دسترسی به مشاور متخصص برای کارکنان جهت بیان مشکلات و کاهش استرس</li><li>■ ترویج فرهنگ تعادل کار و زندگی</li><li>■ تعریف واضح و واقع بینانه اهداف و انتظارات کاری</li><li>■ ایجاد فضای امن برای پذیرش خطاها و اشتباهات</li><li>■ تشویق به استراحت های کوتاه و منظم در طول روز کاری</li><li>■ جلسات خصوصی یا تیمی برای گوش دادن به دغدغه ها و مشکلات کارکنان توسط مدیران</li></ul></div>
<div>اشتراک گذاری دانش و تجربیات تیمی</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ جلسات منظم انتقال تجربه و دانش</li><li>■ فرهنگ پرسش و پاسخ درون تیمی</li><li>■ ذخیره سازی تجربیات، دانش فنی و مستندات مهم به صورت متمرکز و در دسترس همه اعضای تیم</li><li>■ مربی گری و منتورینگ داخلی</li></ul></div>		<div>برنامه های ارتقاء سبک زندگی</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>■ برگزاری کارگاه های تغذیه سالم و بهبود عادات غذایی</li><li>■ ایجاد تعادل بین زندگی کاری و شخصی</li><li>■ برنامه های بهبود کیفیت خواب و استراحت</li><li>■ برنامه های تشویق به ورزش و فعالیت بدنی</li></ul></div>	