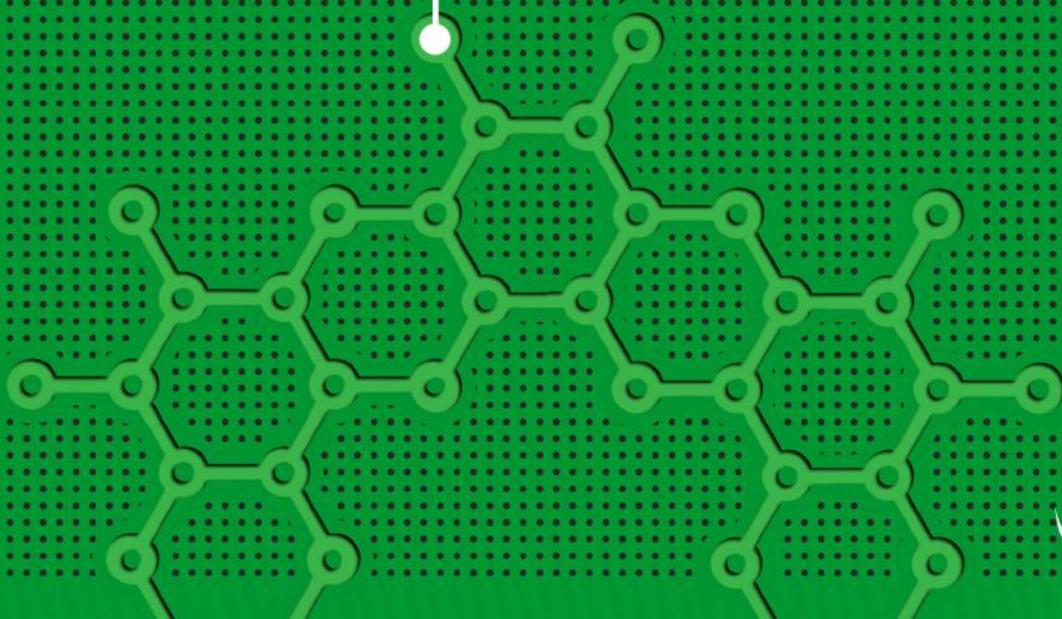


# متهم چیست؟

محل  
توسعه‌ی  
مهارت‌های  
من



مشه

# درباره متمم



متمم، مخفف عبارت محل توسعه مهارت‌های من است. این پلتفرم آموزشی در سال ۱۳۹۲ تاسیس شده و همچنان در حال توسعه و تکامل است.

هدف متمم، ارائه‌ی آموزش‌های مدیریتی و مهارتی به صورت آنلاین با استفاده از محتوای به روز و اصیل فارسی با توجه به نیازهای اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی ایران است.

متمم، منتقد آموزش مبتنی بر مدرک و تجارت فروش گواهینامه در ایران و جهان است. به همین علت، هرگز آموزش‌های خود را با چنین برگه‌هایی همراه نمی‌کند.

# درباره متمم



ما معتقدیم که اگر آموزش‌هایمان روی کیفیت زندگی و کسب و کار و درآمد و پیشرفت شما تاثیر بگذارد، دیگر به کاغذهای مهر شده‌ی رسمی احتیاج نخواهید داشت و اگر آموزش‌هایمان بهبود ملموس در کیفیت زندگی و کسب و کار شما ایجاد نکند، منطقی‌تر است که کاغذ مهر شده‌ای هم تحت عنوان گواهینامه یا تاییدیه در اختیار شما قرار نگیرد.



متمم، اثربخش‌ترین شکل یادگیری را یادگیری بیوسته و مستمر می‌داند. از این رو، ما هرگز از واژه‌ی **فارغ التحصیل** در مجموعه آموزش‌های خود استفاده نکرده‌ایم و اصطلاح  **دائم التحصیل** و نیز همراهان متمم را ترجیح می‌دهیم.



متهم در زندگے شخص من  
چه تاثیرے می تو انہ بگزارد؟



متهم در محیط کسب و کار  
بے من چہ کمک می کند؟





## متهم در محیط کسب و کار به من چه کمک می کند؟



همزمان با عميق شدن و توسعه دانسته‌ها، با کاربرد آنها در فضای کسب و کار هم آشنا می‌شوید.

مهارت‌های **عملیاتی و مدیریتی** شما به صورت پیوسته بهبود پیدا می‌کند.

ترغیب می‌شوید وقت مشخصی را به صورت روزانه و هفتگی به یادگیری و مطالعه اختصاص دهید.

تغییرات فضای موجود و فرصت‌های جدید در فضای کسب و کار را بیشتر و بهتر و زودتر از بقیه می‌شناسید.





## متهم در محیط کسب و کار به من چه کمک می کند؟



یادگیری و رشد و پیشرفت سازمانی شما، تسريع و تسهیل می شود و می توانید سریع‌تر پله‌های ترقی سازمانی را طی کنید.

می توانید کیفیت ارتباط خود را با همکاران تان و کسانی که در بالادست یا پایین دست موقعیت سازمانی شما قرار گرفته‌اند بهتر کنید.

می آموزید و عادت می کنید که استراتژیک و سیستمی فکر کنید. **قدرت تحلیل گری** شما نیز با اتکا به مدل ذهنی جدیدی که به دست می آورید، بهبود پیدا می کند.





## متهم در محیط کسب و کار به من چه کمک می کند؟



سلط کلامی شما و قدرت سخنوری، ارتباط، مذاکره و تاثیرگذاری و متقدعاً دسازی شما، به پشتونهای مجموعه‌ی آموخته‌ها و تمرین‌هایتان، به شکل ملموسی بهبود می‌یابد.



در صورتی که قرار است در آینده وارد بازار کار شوید، استخدام پذیری شما افزایش پیدا می‌کند و می‌توانید موقعیت شغلی مناسب و مطلوب خود را ساده‌تر و سریع‌تر به دست بیاورید.



شما به جای دریافت مدرک، **مهارت دریافت می‌کنید** و این مهارت و دانش شماست که برای شما موفقیت، رشد، پیشرفت و ثروت می‌آفریند و نه اینکه مدرکی داشته باشید که بکوشید از طریق آن دیگران را قانع کنید.





## متهم در زندگی شخص من چه تاثیرهایی می‌تواند بگذارد؟



حدود نیمی از درس‌ها و محتوای آموزشی متمم، به مباحث مرتبط با کیفیت زندگی اختصاص یافته است. به عبارت دیگر، سهم زندگی و کسب و کار در متمم تقریباً **برابر** است.

درس‌های بسیاری در متمم به مهارت‌های ارتباطی اختصاص یافته‌اند و کمک می‌کنند تا شما، ارتباط بهتری با دوستان، خانواده و اطرافیان خود برقرار کنید. افزایش توان درک دیگران و همدلی و نیز توانمند شدن در انتقال حرف‌ها و پیام‌ها، می‌تواند دشواری‌ها و تنش‌های ارتباطی را به میزان قابل توجهی کاهش دهد.



## متهم در زندگی شخص من چه تاثیری می‌تواند بگذارد؟



درس‌های متعددی هم به شناخت شخصیت و رفتار دیگران اختصاص یافته و باعث می‌شود که تعامل ما با اطرافیان، بهتر و اثربخش‌تر شود.

در درس‌هایی مانند کارگاه زندگی شاد، کوشیده‌ایم به دور از فضای انگیزشی و پیام‌های مثبت اما تهی، با تکیه بر مطالعات و دانش روز دنیا، راه‌های زندگی شادتر و شادمانی بیشتر را در کنار شما مرور کنیم.

درس‌هایی مانند افزایش عزت نفس و شناخت و توسعه توانمندی‌ها هم کمک می‌کنند تا سبک زندگی مولده‌تر و رضایت‌بخش‌تری را تجربه کنید.

# محتواهای آموزشی

## متتم



متتم، کیفیت محتوای آموزشی خود را یکی از نقاط تمایز اصلی خود می‌داند. مستقل از اینکه اهل مطالعه به زبان فارسی یا سایر زبان‌ها (مثلاً انگلیسی) باشید، همچنان **بخش عمداتی از محتوای متتم برای شما تازه و اوریجینال** خواهد بود.

نقطه ضعف بسیاری از پلتفرم‌های آموزشی در ایران و نیز در سطح جهان، **یکپارچه نبودن و ناپیوستگی** است. مطالب به صورت مستقل تولید یا ترجمه می‌شوند و در کنار هم قرار می‌گیرند و یک پیکر واحد را نمی‌سازند. **اما در متتم، همهی درس‌ها به یک پیکر تعلق دارند** و در ارتباط با هم قرار می‌گیرند و این یکپارچگی، باعث می‌شود که یادگیری ساده‌تر، سریع‌تر و اثربخش‌تر باشد.

برای بسیاری از درس‌ها، نقشه راه مشخص شده تا مسیر یادگیری از نخستین گام تا آخرین گام، به شکلی ساده و شفاف مشخص شود.



# محتواهای آموزشی

## متتم



در درس‌های پیچیده‌تر که تنوع مباحث در آنها زیاد است، شناسنامه‌هایی تنظیم شده که به کمک آنها می‌توانید سرفصل‌ها و عنوان‌های مورد علاقه‌ی خود را با صرف زمان کمتر، بیابید و مطالعه کنید.

**متتم، منابع خود را پنهان نمی‌کند.** در همه‌ی درس‌ها، منابع اصلی معرفی می‌شود تا اگر نیاز به مطالعه‌ی بیشتر بود، بتوانید به سراغ آنها بروید. اگرچه تلاش ما براین است که تا حد امکان، مشکلات، خواسته‌ها و انتظارات شما، در داخل فضای متتم و با وقت و هزینه‌ای که در همین مجموعه صرف می‌کنید مرتفع شود.

متتم می‌کوشد در تولید محتوای آموزشی خود از **منابع معترف، دست اول و به روز** استفاده کند. حتی در انتخاب کتاب‌ها و مراجع انگلیسی هم، می‌کوشیم نویسنده‌گان و کتاب‌های دست اول را انتخاب کنیم. با اینکا به این شیوه، شما نزدیک‌ترین فاصله را به سرچشمه‌ی دانش و مهارت خواهید داشت.

# محتواهای آموزشی

## متتم



متتم، خبرهای روز دنیا، مطالب آموزشی خارج از سرفصل‌های درسی و فضاهای گفتگو و تعامل را در قالب «ایده‌ی متتم» به دوستان متمنی ارائه می‌کند. بنابراین، محتوای ما به سرفصل‌های آموزشی رسمی‌مان محدود نیست و از هر فرصت و بهانه‌ای، برای معرفی ایده‌ها و اندیشه‌های جدید استفاده می‌کنیم.

با وجودی که متتم، مبنای آموزش خود را محتوای متنی قرار داده است و آن را بستر مناسب‌تری برای آموزش‌هایش می‌داند، کوشیده‌ایم از محتوای **مکمل صوتی و تصویری** هم، بسته به نیاز استفاده کنیم و به این شیوه، فرایند یادگیری را کامل‌تر کنیم.



# موضوعات اصلی متمم

متمم مجموعه متنوعی از مباحث و درس‌ها را برای ارتقا کیفیت زندگی شخصی و شغلی شما ارائه می‌دهد.

ویژگی اصلی این محتوا آموزشی، یکپارچگی آن است. به عبارتی، در تولید و تدوین هر درس، به این نکته توجه شده که شما چه درس‌های دیگری در متمم داشته اید یا خواهید داشت.

این یکپارچگی باعث شده که متمم برخلاف سایر پلتفرم‌های آموزشی دیجیتال، صرفاً مجموعه‌ای از درس‌های مستقل و پراکنده نباشد.

بنابراین با حضور در متمم، میتوانید مفهوم سینرژی در یادگیری را تجربه کنید و دستاورد نهایی شما، فراتر از حاصل جمع مجموعه مطالعات شما خواهد بود.

## توسعه نگرش

- مدل ذهنی
- تصمیم گیری
- تفکر سیستمی
- تفکر استراتژیک
- تفکر نقادانه
- مدیریت در شرایط بحران
- شبه علم
- سواد عددی

## ابزارهای دیجیتال

- سواد دیجیتال
- استراتژی محتوا
- گیمیفیکیشن
- سئو
- مهارت گزارش نویسی
- شبکه های اجتماعی
- مدیریت رسانه

## روانشناسی برای رشد

- روانشناسی مثبت نگر
- روانشناسی پول
- انگیزش
- افزایش عزت نفس

## زبان انگلیسی

- افعال پرکاربرد انگلیسی
- صفات پرکاربرد انگلیسی
- تقویت مهارت خواندن انگلیسی
- زبان تخصصی
- مدیریت استراتژیک

## منابع آموزش

- معرفی کتابهای مدیریتی
- معرفی کتابهای روانشناسی
- فایل های صوتی
- داستان کسب و کار
- واژه نامه مدیریتی و روانشناسی

## بک‌نگ

- کارگاه زندگی شاد
- سبک زندگی من
- مهارت پولی کودکان
- پرورش کودکان هوشمند تر
- پاراگراف فارسی
- زنگ تفریح
- حمایت اجتماعی

## ارتباطات و مذاکره

- مذاکره تجاری
- زبان بدن
- پرورش تسلط کلامی
- کارگاه تحلیل متقابل
- مهارت ارتباطی
- خودشناسی
- شخصیت شناسی

## افزایش بهره وری

- مدیریت زمان
- مدیریت استرس
- برنامه ریزی توسعه مهارت‌های فردی
- مهارت یادگیری
- مهارت اسلاید سازی

## توسعه کسب و کار

- ارزش آفرینی
- مدل کسب و کار
- استراتژی کسب و کار
- کارآفرینی
- طراحی سیستم فروش
- بازاریابی
- تبلیغات
- برنده و برنده‌سازی
- مهارت فروش

برای همه کاربران

مخصوص کاربران ویژه

# فروشگاه متمم



## مدیریت توجه و اقتصاد توجه

این فایل به ما می آموزد که در دوران پریشان فکری و پرتو حواس دنیای آلارم ها و نوتیفیکیشن ها ، چگونه بر روی کار و اهداف خود مسلط شویم و مسلط بمانیم.

۲۵۰ دقیقه



## اتیکت

مجموعه آداب و قواعدی که کمک می کنند در محیط کار و زندگی، در فضای حقیقی و مجازی تصویری مثبت از خود برای دیگران و بر جمع داشته باشد.

۲۱۰ دقیقه



## روانشناسی رقابت در کسب و کار و زندگی

این فایل می آموزد که انرژی رقابتی خود را در چه میدان هایی صرف کنیم و در چه فضاهایی، از وارد شدن به بازی مستهلک کننده رقابت، اجتناب کنیم.

۹۰ دقیقه



## نقطه شروع

نقطه شروع، تلاش می کند تا برنامه ریزی بهتری برای سال آتی خود داشته باشیم. برای اینکار از نگاه به گذشته، خودشناسی، تحلیل نتایج قبلی نیز استفاده کنیم.

۱۱۰ دقیقه



## حرفه ای گری در محیط کار

این محصول آموزشی، با معرفی چارچوبی شفاف برای حرفه ای گری و نیز ارائه راه ها کارهای عملی و گام به گام، نقشه راه حرفه ای شدن را ترسیم می کند.

۲۲۵ دقیقه



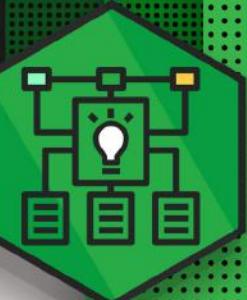
## گفتگوی دشوار

شاید مهم ترین نوع مذاکره گفتگوهای دشوار باشد. در مذاکره عموماً می دانید که در انتهای چه می خواهید، اما در گفتگوهای دشوار، ممکن است هیچ یک از دو طرف، ندانند که قرار است به کجا برسند.

۲۲۰ دقیقه



# فرایند آموزش متمم

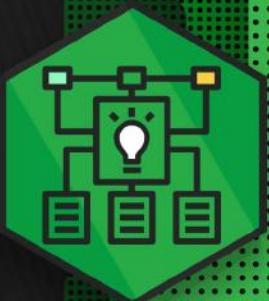


درس‌های متمم عموماً مستقل و پراکنده نیستند. بلکه در ارتباط با یکدیگر تعریف و تنظیم شده‌اند. **در ابتدای هر درس، می‌توانید پیش‌نیازهای آن را ببینید.** همچنین در انتهای هر درس، مشخص شده که بعد از آن درس، مناسب است چه موضوعات و مطالبی خوانده شود.

در ابتدای هر درس، انتظارات آموزشی آن درس بیان شده است. بنابراین، از ابتدامی دانید که هنگام مطالعه‌ی آن درس و در پایان آن، باید چه چیزهایی را فرا بگیرید **و چه تغییراتی در شما ایجاد شود.**

برای اکثر درس‌ها، تمرین‌هایی در نظر گرفته شده است. **با انجام تمرین‌ها** محتواهای درس‌هارا بهتر درک می‌کنید. ضمناً می‌توانید از تمرین‌های دوستان خود هم نکات بسیاری را بیاموزید.

# فرایند آموزش متمم



در برخی درس‌ها، **محتوای تشویقی** هم در نظر گرفته شده است. یعنی اگر تمرين آن درس یا درس‌های مرتبط با آن موضوع را به خوبی و با کیفیت انجام داده باشد، برای شما مثال‌ها و نکات آموزنده‌ی بیشتری شرح داده می‌شود.

درس‌های پایه‌ای و کلیدی متمم، پروژه‌ی پایانی دارند. **پروژه‌ی پایانی شما** توسط ارزیابان متمم که قبلاً آن درس را با امتیاز مطلوب گذرانده‌اند، بررسی و تایید می‌شود. موفقیت در پروژه‌ها به شما اجازه دسترسی به درس‌های پیشرفته‌تر را خواهد داد.

**سوابق آموزشی شما** برای همیشه ذخیره شده و در صفحه‌ی پروفایل‌تان نمایش داده می‌شود. تمرين‌های‌تان به ترتیب تاریخ و نیز به ترتیب امتیاز در آنجا قابل مشاهده است. همچنین متمم **در صفحه پروفایل شما** نشان می‌دهد که چه درس‌هایی را با موفقیت به پایان رسانده‌اید و نیز در چه درس‌هایی ارزیاب هستید.

# مشارکت شمادر متمم بسیار مهم است.

متمم دانشجوی منفعل نمی‌خواهد. بنابراین اگر نمی‌توانید به صورت منظم برای مطالعه و یادگیری و حل تمرین و رشد خودتان وقت بگذارید، شاید متمم گزینه‌ی مناسبی برای شما نباشد.

همین تعهد بر کیفیت یادگیری باعث شده که برای کامنت‌گذاری و حل تمرین‌ها هم قواعد و چارچوب مشخص در نظر گرفته شود. به این شیوه، هم یادگیری شما افزایش می‌یابد و هم نظرات و تمرین‌های دوستانتان خواندنی‌تر و آموزنده‌تر می‌شود.

در حال حاضر **بیش از یکصد هزار تمرین** حل شده در متمم وجود دارد که به صورت **روزانه** در حال افزایش است. ما با مکانیزم‌های متعدد از جمله انتخاب و نمایش تمرین‌های برتر و بحث‌های پرطرفدار هفته و معرفی نظرات کمتر دیده شده در پیام اختصاصی و ارجاع به تمرین‌ها در متن درس‌ها، کمک می‌کنیم که نظرات و تمرین‌های دوستان متممی بیشتر و بهتر دیده و بررسی شوند.

# آموزش آنلاین و هوشمند

متهم از میان انواع شیوه‌های آموزش دیجیتال، **آموزش آنلاین** را انتخاب کرده و خدمات آن را به شما ارائه می‌دهد.

به عبارتی، با وجودی که در متهم محصولات صوتی و تصویری هم وجود دارند، اما محور اصلی متهم، فایل فروشی نیست.

دوستان متهمی، به صورت آنلاین به پلتفرم آموزشی ما متصل می‌شوند و از درس‌ها استفاده می‌کنند. این شیوه‌ی آموزش باعث می‌شود که **محتوا** مطالب دائمًا به روز و تکمیل شود.



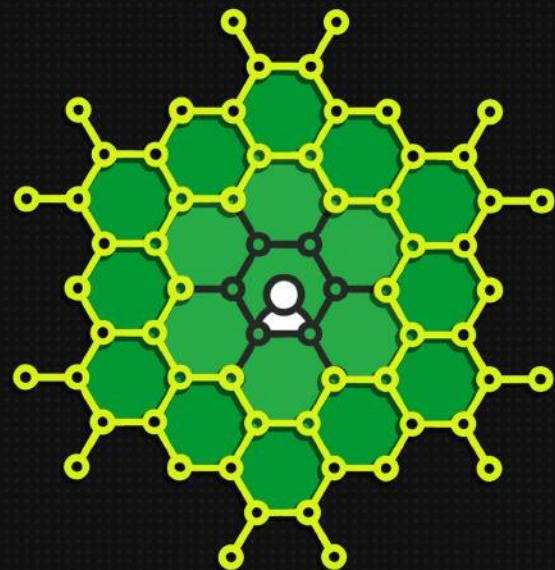
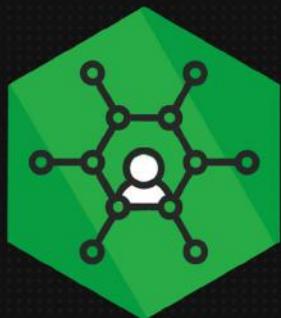
آموزش آنلاین همچنین امکان ارائه‌ی **محتوا** هوشمند را هم فراهم کرده است. به این معنا که متن درس‌ها، تصاویر و مثال‌ها، در صورت نیاز **با سلیقه** و انتظارات شما تطبیق پیدا می‌کند.

درس یا خبر یا مطلبی که شما می‌خوانید، الزاماً با آنچه به دوست دیگر شما نمایش داده می‌شود یکسان نیست.

**پیام اختصاصی متهم** هم، نمونه‌ای از محتواهای هوشمند متهم است که به صورت دائمی بسته به نیاز هر یک از دوستان، تولید شده و نمایش داده می‌شود.



# عضویت در متمم



## کاربر آزاد

هزینه‌ای پرداخت نمی‌کند. اما صرفاً به درس‌های محدودی دسترسی خواهد داشت.

## کاربران ویژه

به ازاء پرداخت حق عضویت می‌توانند از مجموعه **درس‌های بسیار بیشتری** بهره‌مند شوند.



[www.motamem.org](http://www.motamem.org)