



# مجموعة المالكي للتدريب والتطوير

تقدم

الورشة التدريبية بعنوان

## تحويل التحديات إلى فرص ونجاح

مكان الإنعقاد : الإمارات العربية المتحدة - دبي

تاريخ الإنعقاد : 27/4 - 1/5 / 2025.





## مقدمة :

أصبحت القدرة على تحويل التحديات إلى فرص للنمو والنجاح من أهم المهارات التي يجب على الأفراد والمؤسسات اكتسابها. فالتحديات، مهما كانت صعبة، تحمل في طياتها إمكانات هائلة للتعلم والتطور، واكتشاف قدرات جديدة، وتحقيق إنجازات غير مسبوقة.

يهدف هذا البرنامج التدريبي إلى تزويد المشاركين بالأدوات والمنهجيات اللازمة لتحويل التحديات إلى فرص للنجاح، من خلال تطوير عقلية إيجابية، وتعزيز مهارات حل المشكلات، وبناء المرونة النفسية، وتبني ثقافة التعلم المستمر. سيساعد البرنامج المشاركين على اكتشاف القوة الكامنة في التحديات، وتحويلها إلى دوافع لتحقيق النمو والتطور الشخصي والمهني.

## أهداف الورشة:

- تغيير النظرة إلى التحديات ورؤيتها كفرص للنمو والتطور.
- تطوير عقلية إيجابية ومبتكرة للتعامل مع التحديات.
- تعزيز مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- بناء المرونة النفسية والقدرة على التكيف مع التغيير.
- تطوير مهارات التواصل الفعال والتعاون.
- تحفيز الذات وبناء الثقة بالنفس.
- تطبيق الاستراتيجيات المكتسبة لتحويل التحديات إلى فرص نجاح في الحياة المهنية والشخصية.

## محتويات الورشة:

### اليوم التدريبي الأول:

#### تغيير النظرة إلى التحديات

- مفهوم التحديات وأنواعها.
- العلاقة بين التحديات والفرص.
- تغيير النظرة السلبية إلى التحديات وتبني عقلية إيجابية.
- أهمية التعلم من الأخطاء والفشل.
- ورشة عمل: تحليل تحديات شخصية أو مهنية وتحديد الفرص الكامنة فيها.



### اليوم التدريبي الثاني:

#### تطوير عقلية إيجابية ومبتكرة

- مفهوم العقلية الإيجابية وأهميتها في مواجهة التحديات.
- التفكير الإبداعي وتوليد الأفكار الجديدة.
- التغلب على الأفكار السلبية والمحددة.
- بناء الثقة بالنفس وتعزيز التفاؤل.
- ورشة عمل: تطبيق تقنيات التفكير الإيجابي والإبداعي على حل مشكلات.

### اليوم التدريبي الثالث:

#### مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات

- عملية حل المشكلات (تحديد المشكلة، تحليلها، توليد البدائل، التقييم، الاختيار، التنفيذ، المتابعة).
- اتخاذ القرارات في ظل عدم اليقين.
- مهارات التفكير النقدي والتحليلي.
- ورشة عمل: تطبيق عملية حل المشكلات على تحديات واقعية.

### اليوم التدريبي الرابع:

#### بناء المرونة النفسية

- مفهوم المرونة النفسية وأهميتها في التكيف مع التغيير.
- عوامل بناء المرونة النفسية (الدعم الاجتماعي، التفاؤل، المهارات الشخصية).
- التعامل مع الضغوط والإجهاد.
- تطوير استراتيجيات للتأقلم مع التغيير.
- ورشة عمل: تحديد استراتيجيات شخصية لتعزيز المرونة النفسية.



## اليوم التدريبي الخامس:

### التواصل الفعال والتعاون

- أهمية التواصل الفعال في بناء علاقات قوية وحل المشكلات.
- مهارات الاستماع النشط والتعبير عن الأفكار بوضوح.
- التعاون والعمل الجماعي في مواجهة التحديات.
- تقديم الدعم والتشجيع للآخرين.
- ورشة عمل: تطوير خطة عمل لتحويل تحدي إلى فرصة نجاح.

### أساليب التدريب :

- نقاشات مفتوحة لتحليل وجهات النظر.
- دراسة حالات.
- قصص وأمثلة واقعية .
- التمارين واختبارات الشخصية.
- العصف الذهني.
- تكليف المتدربين بمشروعات جماعية أو فردية.
- ربط المحتوى بتجارب مألوفة.