جارنت
مركز جارنت العالمي للتدريب

GGT-PS-111

علم النفس المهني والعلوم السلوكية

التدريب على المرونة النفسية

Resilience Training

المدة	اللغة	الأنماط	الساعات	المستوى
5 أو 10 أيام	العربية أو الإنجليزية	حضوري، أونلاين، داخل المؤسسة	70 / 35	متوسط (تطبيقي)

نظرة عامة

تركّز دورة التدريب على المرونة النفسية على كيفية أداء العمل فعليًا: الأساليب والفحوصات والقرارات التي يستخدمها الممارسون يوميًا، مع حالات واقعية من المنطقة. تطبيق العلوم السلوكية على التحفيز واتخاذ القرار والسلامة والرفاه في العمل. تُقدَّم الدورة كبرنامج من 5 أو 10 أيام بالعربية أو الإنجليزية، حضوريًا في دبي والرياض والقاهرة ولندن وإسطنبول وغيرها، أو أونلاين مباشر، ويمكن تنفيذها داخل المؤسسة.

ما ستتمكن من القيام به

- تطبيق أساليب ومعايير التدريب على المرونة النفسية على مهام حقيقية.
- نقل الممارسات الجيدة إلى فريق العمل.
- استخدام الأدوات والفحوصات والحسابات الصحيحة خطوة بخطوة.
- تشخيص المشكلات الشائعة وتحديد أسبابها الجذرية.
- تفسير البيانات والنتائج بشكل صحيح والتصرف بناءً عليها.

الفئة المستهدفة

أخصائيو الموارد البشرية والتعلم والمديرون وقادة السلامة وفرق التطوير المؤسسي. يستفيد منها أكثر الممارسون الذين لديهم خبرة من سنة إلى خمس سنوات.

المحاور الرئيسية

- كيف يتخذ الناس قراراتهم
- التحفيز والارتباط
- أساليب تغيير السلوك
- أدوات التقييم
- الرفاه في العمل
- الأخلاقيات في علم النفس التطبيقي

الأنماط والرسوم

5 أيام حضوري	**USD 4,750**
5 أيام أونلاين	**USD 2,950**
10 أيام حضوري	**USD 8,950**
10 أيام أونلاين	**USD 5,450**
داخل المؤسسة (إن هاوس)	**عرض سعر للمجموعة**

الرسوم للمشارك ولا تشمل ضريبة القيمة المضافة.

للتسجيل والاستفسار

WhatsApp: +971 56 674 7382

البريد: info@garnettrainings.com

التدريب: training@garnettrainings.com

الموقع: garnettrainings.com

المنطقة الحرة لمدينة الشارقة للنشر، الشارقة، الإمارات

الشهادة

يحصل المشاركون الذين يحضرون 90% على الأقل من الجلسات ويجتازون التقييم النهائي على شهادة إتمام تذكر 35 ساعة تدريبية (5 أيام) أو 70 ساعة تدريبية (10 أيام).

محتوى برنامج 5 أيام

اليوم 1 التدريب على المرونة النفسية: المبادئ والمعايير
- الرفاه في العمل
- نقاش جماعي ومراجعة بين الأقران

اليوم 2 الأساليب والأدوات في التطبيق
- الأخلاقيات في علم النفس التطبيقي
- كيف يتخذ الناس قراراتهم

اليوم 3 التشخيص وحل المشكلات
- التحفيز والارتباط
- القياس وإعداد التقارير

اليوم 4 الجودة والسلامة والتوثيق
- أساليب تغيير السلوك
- ورشة تطبيقية على تحدٍ من بيئة العمل

اليوم 5 ورشة عمل وتقييم وخطة عمل
- أدوات التقييم
- الأخطاء الشائعة وكيفية تجنبها

محتوى برنامج 10 أيام

اليوم 1 التدريب على المرونة النفسية: المبادئ والمعايير
- الرفاه في العمل
- نقاش جماعي ومراجعة بين الأقران

اليوم 2 الأساليب والأدوات في التطبيق
- الأخلاقيات في علم النفس التطبيقي
- كيف يتخذ الناس قراراتهم

اليوم 3 التشخيص وحل المشكلات
- التحفيز والارتباط
- القياس وإعداد التقارير

اليوم 4 الجودة والسلامة والتوثيق
- أساليب تغيير السلوك
- ورشة تطبيقية على تحدٍ من بيئة العمل

اليوم 5 ورشة عمل وتقييم وخطة عمل
- أدوات التقييم
- الأخطاء الشائعة وكيفية تجنبها

اليوم 6 تقنيات متقدمة وممارسات تخصصية
- تعمق في الحالات المعقدة
- دراسات حالة إقليمية ودولية

اليوم 7 الأدوات الرقمية والبيانات والأتمتة
- أدوات التحليل والبرمجيات
- استخدام الذكاء الاصطناعي في المجال

اليوم 8 المقارنة بأفضل الممارسات الدولية
- معايير قياس الأداء العالمية
- قوائم تحقق ونماذج جاهزة للاستخدام

اليوم 9 مشروع تطبيقي
- تحليل تحدٍ حقيقي من مؤسسة المشارك
- إعداد الحل وخطة التنفيذ

اليوم 10 العرض والتقييم النهائي والشهادة
- عرض المشاريع ومناقشتها
- الاختبار النهائي وتسليم الشهادات

المواعيد 2027–2030

التاريخ	النمط	المدينة	اللغة	الرسوم (دولار)
1 – 5 فبراير 2027	5 أيام حضوري	كوالالمبور	الإنجليزية	4,750
10 – 14 مايو 2027	5 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	الإنجليزية	2,950
8 – 12 أغسطس 2027	5 أيام حضوري	القاهرة	الإنجليزية	4,750
12 – 23 ديسمبر 2027	10 أيام حضوري	مدينة الكويت	العربية	8,950
7 – 18 فبراير 2028	10 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	العربية	5,450
10 – 21 أبريل 2028	10 أيام حضوري	أبوظبي	العربية	8,950

التاريخ	النمط	المدينة	اللغة	الرسوم (دولار)
2 – 6 يوليو 2028	5 أيام حضوري	المنامة	الإنجليزية	4,750
9 – 13 أكتوبر 2028	5 أيام حضوري	باريس	الإنجليزية	4,750
15 – 19 يناير 2029	5 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	العربية	2,950
11 – 15 مارس 2029	5 أيام حضوري	عمّان	العربية	4,750
16 – 20 أبريل 2029	5 أيام حضوري	جنيف	الإنجليزية	4,750
5 – 16 أغسطس 2029	10 أيام حضوري	جدة	العربية	8,950
3 – 7 فبراير 2030	5 أيام حضوري	مسقط	الإنجليزية	4,750
4 – 15 مارس 2030	10 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	الإنجليزية	5,450
12 – 16 أغسطس 2030	5 أيام حضوري	كوالالمبور	الإنجليزية	4,750
10 – 21 نوفمبر 2030	10 أيام حضوري	القاهرة	العربية	8,950

تتوفر نسخ مخصصة وداخل المؤسسة من هذه الدورة عند الطلب. /garnettrainings.com/ar/customise