



مركز الوقت للتدريب  
Time Training Center

دورة سفراء السعادة والإيجابية



## ظرة عامة على الدورة

تزوّد هذه الدورة الديناميكية المشاركين بالمهارات الالزمة ليصبحوا سفراء معتمدين للسعادة والإيجابية، قادرين على قيادة مبادرات الرفاهية داخل المؤسسات والمجتمعات. ومن خلال نهج منظم مستند إلى أفضل الممارسات الدولية، سيكتسب المتعلمون مهارات أساسية في الذكاء العاطفي، والتواصل، وتصميم المبادرات. وتحدّد هذه الدورة مثالية للمهنيين الذين يسعون لتعزيز ثقافة مكان العمل أو المشاركة المجتمعية، كما يتزايد الطلب عليها مع ترکيز المؤسسات على الصحة النفسية والمشاركة والقيادة الإيجابية.

## أهداف التعلم

- فهم أساسيات السعادة والرفاهية
- تطبيق الذكاء العاطفي لتحقيق تأثير إيجابي
- التواصل الفعال لتعزيز الرفاهية
- تصميم وقيادة مبادرات السعادة
- تعزيز ثقافة مستدامة للسعادة
- تقييم وتحسين برامج الرفاهية

## المدة، أنماط التدريب، رسوم الدورة التدريبية

طريقة التدريب	المدة
Classroom, Online, On-site	3 Days

## الفئة المستهدفة

- المختصون في الموارد البشرية ومشاركة الموظفين
- قادة المجتمع والمتطلعون
- مسؤولو الصحة والرفاهية في الشركات
- المديرون الذين يهدفون إلى تعزيز الإيجابية في بيئة العمل
- الأفراد المهتمون بمبادرات الرفاهية والسعادة

## محتوى الدورة

### الوحدة الأولى: أساسيات السعادة والرفاهية

- فهم مفهوم السعادة وعلمها
- دور وأهمية سفراء السعادة
- أفضل الممارسات والمعايير الدولية لبرامج الرفاهية
- تأثير الإيجابية على الحياة الشخصية والمهنية



## الوحدة الثانية: المهارات الأساسية لسفير السعادة

- تربية الذكاء العاطفي والتواصل الفعال لتعزيز الرفاهية
- تقنيات الاستماع النشط
- بناء الثقة والحفاظ على السرية
- حل النزاعات والاستجابة للمواقف الحرجة

## الوحدة الثالثة: تصميم وإطلاق مبادرات السعادة

- خطوات بدء وقيادة مبادرات السعادة في المؤسسات
- إشراك المجتمع والعمل التطوعي
- استخدام وسائل التواصل الاجتماعي للتأثير الإيجابي
- تخطيط وتنفيذ حملات الرفاهية
- قياس وتقييم نجاح المبادرات

## الوحدة الرابعة: بناء ثقافة السعادة

- دمج الرفاهية في ثقافة العمل والمجتمع
- استراتيجيات التعاون وشمولية التنوع
- تمكين الآخرين من خلال التوجيه والإرشاد
- التعرف على الإنجازات والاحتفاء بها

## الوحدة الخامسة: الشهادة والمسارات المستقبلية

- المشروع النهائي: إعداد مقترن بمبادرة سعادة مصغرة
- عرض المشروع وجلسة تغذية راجعة من الزملاء
- مسارات الأدوار المتقدمة (اختصاصي، مستشار، سفير)
- حفل توزيع الشهادات وتكرير السفراء

## منهجية التدريب

تُقدم الدورة من خلال جلسات تدريبية يقودها مدربون متخصصون، وتجمع بين المناقشات النظرية والتمارين التفاعلية. يشارك المتدربون في دراسات حالة واقعية، وسيناريوهات تمثيلية، ومشاريع جماعية لتصميم مبادرات الرفاهية. كما تُعزز النقاشات الجماعية، وجلسات التغذية الراجعة، والمهام الموجهة عملية التعلم وتشجع على تبادل المعرفة بين المشاركين، لضمان جاهزيتهم لقيادة برامج السعادة بفعالية.

## مدربونا

يتمتع مدربونا في هذه الدورة بخبرة واسعة في الذكاء العاطفي، وتطوير المؤسسات، والمشاركة المجتمعية. حيث يمتلكون أكثر من عشر سنوات من الخبرة العملية في قطاعات متنوعة، مما يتيح لهم تحويل التحديات الواقعية إلى دروس تعليمية



قيمة داخل الصف. كما يتم اختيار جميع المدربين بعناية وفقاً لكتابتهم في المحتوى، وقدرتهم على التفاعل مع المشاركين، ونجاحهم في قيادة برامج الرفاهية. سيتم مشاركة السير الذاتية التفصيلية للمدربين بعد تحديد الجدول الزمني.

### مركز أباوت تايم للتدريب

مركز تايم للتدريب هو معهد تدريب مهني رائد في أبو ظبي، يقدم للطلاب والمهنيين برامج تعليم وتطوير مهارات عالية الجودة. مركز تايم للتدريب معتمد من مركز أبوظبي للتعليم والتدريب التقني والمهني (ACTVET) متخصصاً في برامج تدريب الحاسوب والإدارة، وحاصل على شهادة الأيزو 9001:2015 من QA QC.

يعمل مركز تايم للتدريب في أبو ظبي منذ أكثر من ثلاثة عقود، وقد أسس علامة تجارية ذات قيمة كمركز تدريب إداري وفني عالي الجودة في أبو ظبي. كما حصلنا على ولاء قوي من الشركات والجمعيات من خلال نهجنا التعليمي الشامل والعملي.

**Contact us at**  
**Time Training Center**  
**Office 901**  
**Khalaf Al Otaiba Tower,**  
**Electra Street - Abu Dhabi - United Arab Emirates**  
**Phone: +97126713828**  
**Whatsapp: +971558564000**  
**E-mail: info@timetraining.ae**