

بناء الصمود لدى الطلاب والفرق في العالم العربي

المدة: 5 يوم

اللغة: ar

كود الكورس: IND08-115

هدف الكورس

:By the end of this course, participants will be able to

- .Understand the science and key components of resilience
- .Recognize factors that strengthen or undermine resilience in individuals and groups
- .Develop strategies to help students and teams manage stress and setbacks constructively
- .Create emotionally safe environments that encourage growth and persistence
- .Teach and model resilience-building practices in daily interactions
- .Foster a culture of optimism, collaboration, and adaptability

الجمهور

هذه الدورة مثالية لـ:

- المعلمين والمحاضرين في جميع المستويات.
- مديري المدارس والمنسقين وقادة الفرق.
- المدربين في الشركات والمؤسسات التعليمية.
- العاملين مع الشباب والمدربين الشخصيين.
- المتخصصين في الموارد البشرية والمديرين المشرفين على الفرق.
- أي شخص ملتزم بتعزيز القوة العاطفية والذهنية للمتعلمين أو أعضاء الفريق.

منهجية التدريب

يجمع هذا الدورة بين العروض التقديمية الجذابة، والتمارين التأملية، والمناقشات الجماعية، ودراسات الحالة، والأنشطة العملية. سيقوم المشاركون بتطوير خطط قابلة للتنفيذ لتعزيز المرونة لدى طلابهم أو فرقهم، بما يتناسب مع سياقهم الفريد.

الملخص

المرونة — القدرة على التكيف والتعافي والنمو بشكل أقوى في مواجهة التحديات — هي مهارة حيوية للمتعلمين والفرق في عالم اليوم غير المتوقع. سواء في الفصول الدراسية أو ضمن فرق المشاريع أو داخل المجتمع المدرسي، فإن تعزيز المرونة يؤدي إلى تحسين الرفاهية وزيادة المشاركة وتحقيق نتائج أفضل على المدى الطويل.

تزود هذه الدورة المعلمين والمدربين والقادة بأدوات واستراتيجيات عملية لبناء المرونة لدى الطلاب والفرق. ستتعلم كيفية إنشاء بيئات داعمة، وتعليم مهارات التأقلم، وتقديم نموذج للمرونة بنفسك — مما يلهم من تقودهم لتحقيق النجاح حتى في الأوقات الصعبة.

محتوى الكورس والمخطط الزمني

Section 1: Understanding Resilience

- ?What is resilience and why does it matter in education and leadership
- .The psychology and neuroscience of resilience
- .Myths about resilience and how to overcome them
- .Signs of low vs. high resilience in students and teams
- .Activity: Self-assessment of personal and team resilience levels

Section 2: Building Individual Resilience

- .Identifying personal strengths and growth areas
- .Teaching self-regulation, positive self-talk, and problem-solving
- .Helping individuals reframe setbacks as opportunities
- .Strategies for managing emotions, stress, and anxiety
- .Activity: Developing a personal resilience toolkit

Section 3: Fostering Resilience in Students

- .Creating emotionally safe and supportive classrooms
- .Encouraging a growth mindset and perseverance in learners
- .Teaching coping skills and mindfulness techniques
- .Supporting students through failure and celebrating progress

- Activity: Designing a lesson or activity that builds student resilience.

Section 4: Strengthening Resilience in Teams

- Characteristics of resilient teams and how to cultivate them.
- Building trust, open communication, and shared goals.
- Navigating conflict and maintaining morale during challenges.
- Promoting collective problem-solving and mutual support.
- Activity: Facilitating a resilience-building team session.

Section 5: Sustaining a Resilient Culture

- Leading by example and modeling resilience daily.
- Embedding resilience into policies, routines, and culture.
- Recognizing and addressing burnout before it spreads.
- Maintaining resilience through continuous learning and adaptation.
- Final group exercise: Crafting a resilience action plan for your class or team.

تفاصيل الشهادة

عند إتمام هذه الدورة التدريبية بنجاح، سيحصل المشاركون على شهادة إتمام التدريب من Holistique Training. وبالنسبة للذين يحضرون ويكملون الدورة التدريبية عبر الإنترنت، سيتم تزويدهم بشهادة إلكترونية (e-Certificate) من Holistique Training.

شهادات Holistique Training معتمدة من المجلس البريطاني للتقييم المهني (BAC) وخدمة اعتماد التطوير المهني المستمر (CPD)، كما أنها معتمدة وفق معايير ISO 9001 وISO 21001 وISO 29993.

التدريب من Holistique Training. وستظهر هذه النقاط على شهادة إتمام (CPD) يتم منح نقاط التطوير المهني المستمر لهذه الدورة من خلال شهاداتنا، واحدة عن كل ساعة CPD يتم منح نقطة CPD، ووفقًا لمعايير خدمة اعتماد لأي دورة واحدة نقدمها حاليًا CPD حضور في الدورة. ويمكن المطالبة بحد أقصى قدره 50 نقطة.

التصنيفات

التعليم, الصحة والسلامة والبيئة

مقالات ذات صلة



Ways to Build a Resilient Workforce 10

Discover effective strategies for building workplace resilience. From fostering open communication to promoting a growth mindset, explore actionable tips for individuals and .organisations seeking strength in the face of uncertainty