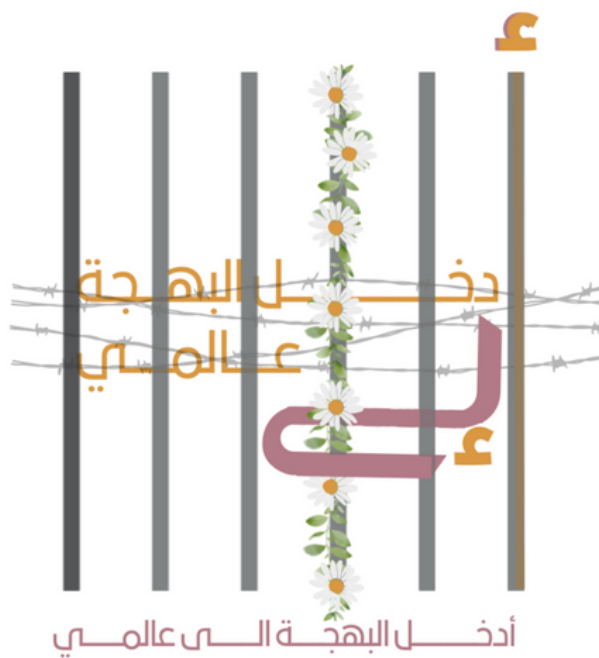




فهم تدع

جمعية التنمية الأهلية بأبها  
Civil Development Association in Abha



# مشروع أدخل البهجة إلى عالمي

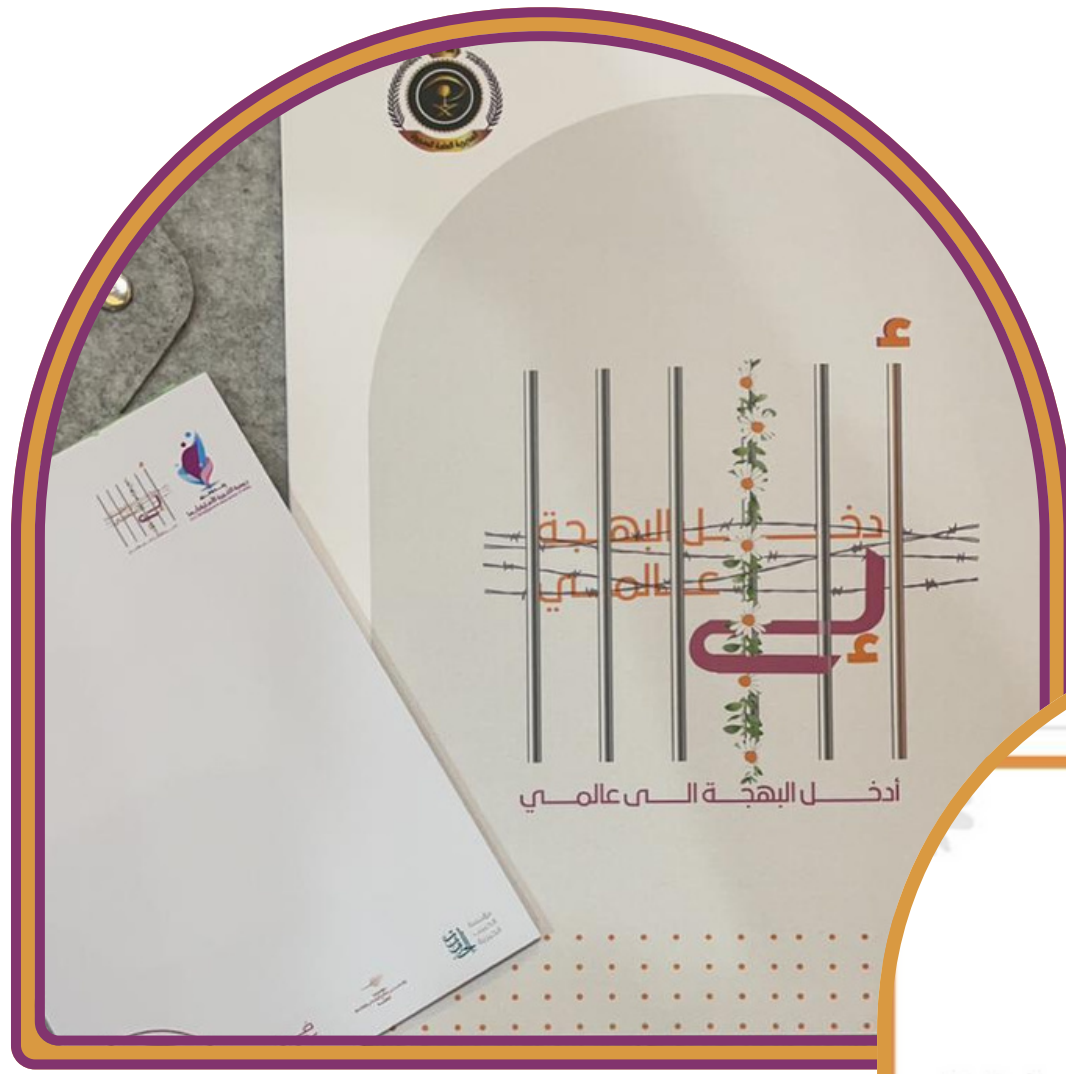
لنزيلات سجن النساء بأبها

بقيادة أيادي لها بصمة في الخير

أ.مها محمد الشهري



مؤسسة  
والدة بدر بن صالح الراجحي وأولادها  
الأهلية



من الحقائق الثابتة أنك تستطيع أن تنجح بسرعة وبأفضل طريقة، عندما تساعد الآخرين على النجاح.

كروت طاولة



# ميثاق المشروع



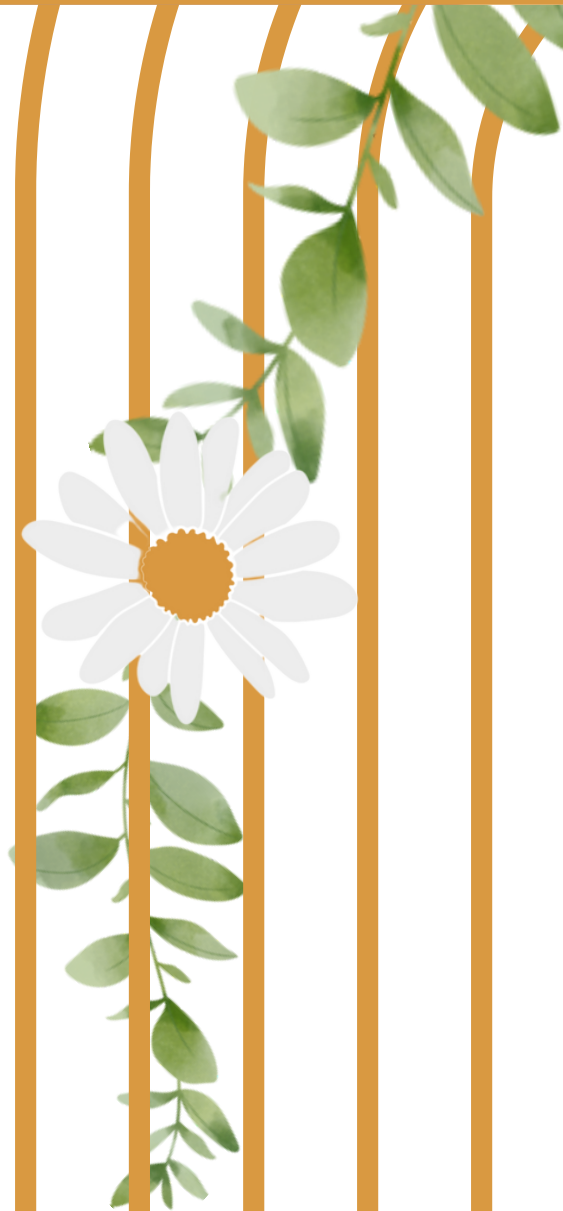
## ميثاق المشروع أدخل البهجة الى عالمي

- ١- الإسهام بفعالية في تحقيق رؤية ورسالة سجون المملكة العربية السعودية وتحقيق أهدافه وهو تكوين الفرد الصالح
- ٢- الاطلاع على رحلة المشروع والالتزام بما فيها ٣-
- الموافقة على حضور الدورات ورش العمل و أداء المهام والتكاليف التي يطلبها المدرب او المدربة ٤-
- التفاعل والمشاركة أثناء تقديم الدورات ورش العمل وتطبيق مع المدرب المدربة
- ٥- احترام المدربين والمدربات داخل قاعة التدريب و المعمل والتجاوب البدني والحضور العقلي أثناء ذلك
- ٦- أنت تلتزم باختيار حرفه وتدريب عليها ومن ثم تصنع منتج بجودة عالية
- ٧- يحق للجمعية في حال عدم إلتزام المتدربه بالحضور والإلتزام بأداء المهام والتجاوب مع المدربين استثناء المتدربه من المشروع وإيقاف الدعم المقدم فيه

مديرة المشروع

الاسم :

التوقيع :



أطلقنا المشروع للمساهمة في إعداد نزيلات سجن النساء بأبها  
نفسياً ودينياً وقيماً ومهارياً وإقتصادياً للتصدي لصعوبات الحياة  
وفتح باب الإستثمار لهن.

- توعية نزيلات السجن بأهميتهن في المجتمع كونهم  
أفراد قادرين على العطاء في برنامج توعوي.
- إكساب النزيلات مهارات تحقيق التوازن بين أدوارهم  
الحياتية.
- فتح باب الاستثمار داخل السجن العام بأبها.

هدف  
المشروع

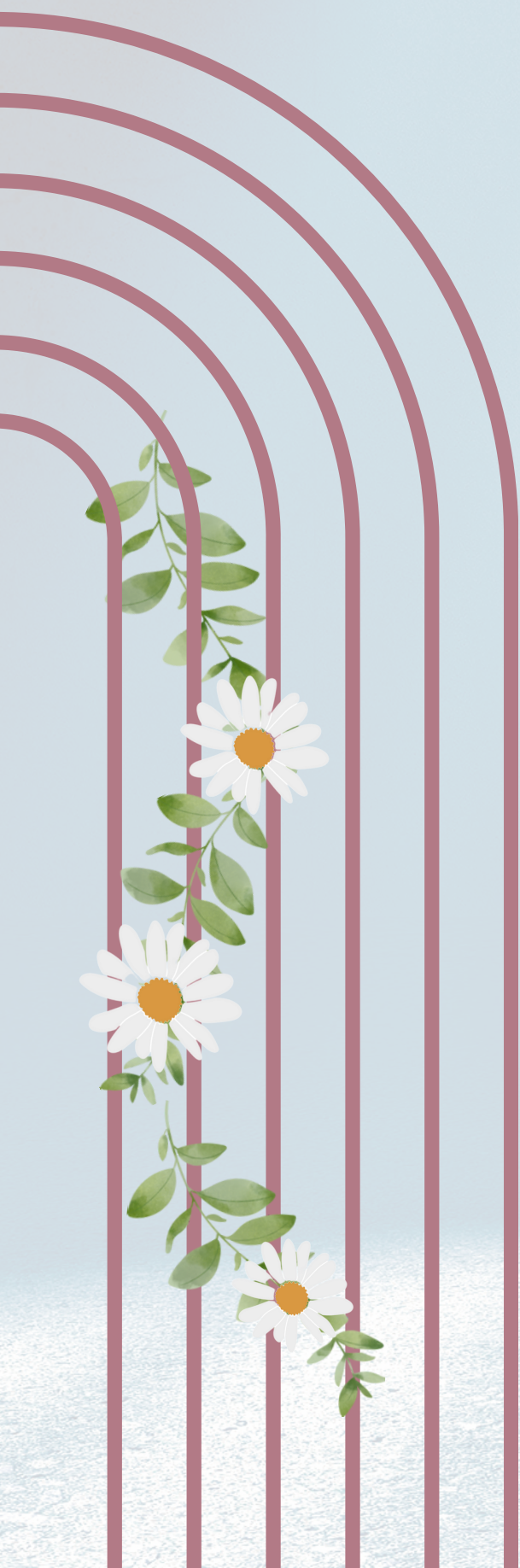
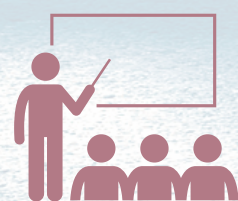






مدربين ومدربات

المشروع





# رافق المشروع كوكبة من المدربين المحترفين



أ.مها الشهري



د.خالد السعدي



أ.مرام ابو شريفة



د.محمد الشهري



د.نجوى آل داسل



أ.عبدالله عفيف



أ.مهرة التركي

# رافق المشروع كوكبة من المدربين المحترفين



أ.جنى المحمدي



د.حليمة السعيد



أ.فاطمة الشهراني

مدربة مختصة في إنتاج الشوكلات



أ.العنود جروان

مدربة مختصة في إنتاج العطور





أبها

1 الجانب الروحي

2 الجانب العقلي

3 الجانب الإجتماعي

4 الجانب النفسي

5 الجانب الصحي

6 الجانب الأسري

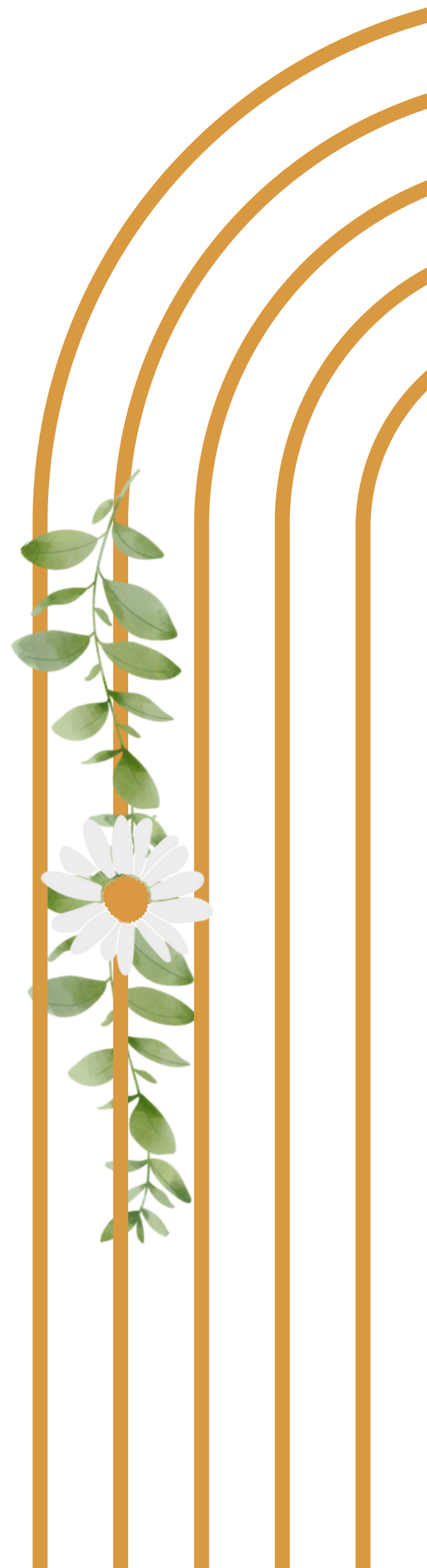
7 الجانب المهني المالي

- دورات حرفية
- تهيئة العمل الحرفي
- المنتج
- تسويق المنتج

الحفل الختامي

# رحلة المشروع

# أنطلق المشروع بإقامة عدد من الدورات والورش التدريبية





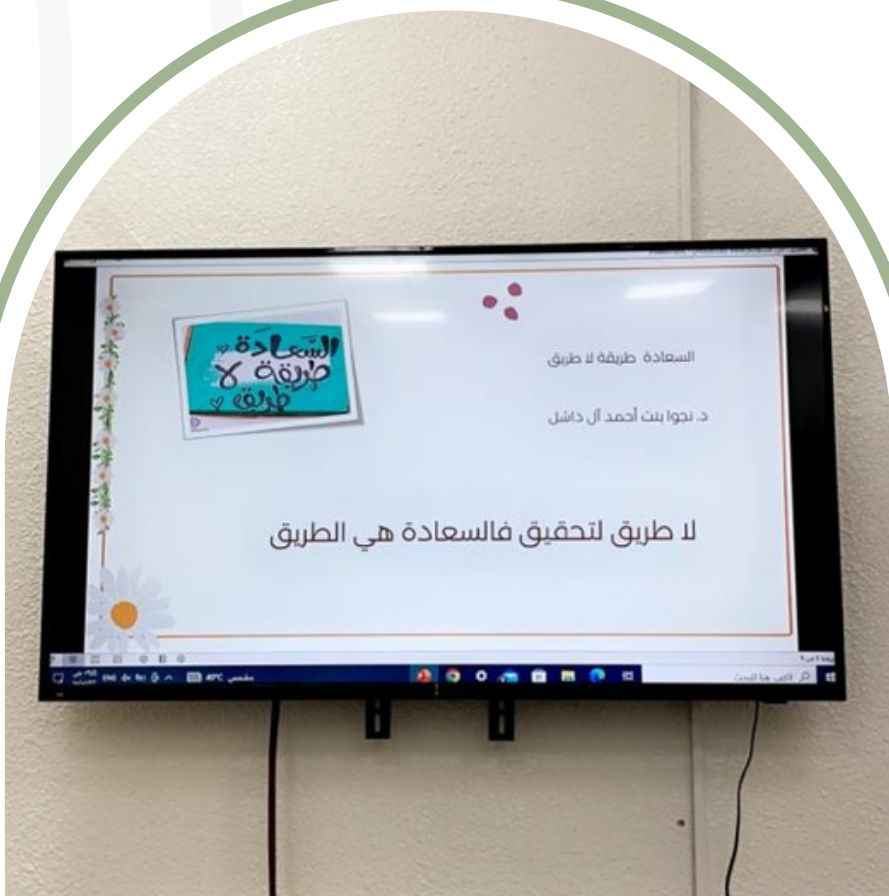
# الجانب الروحي

## دورة تدريبية "السعادة طريق لاطريقة"





## حيث كان لكل متدربة من النزيلات خطة شخصية

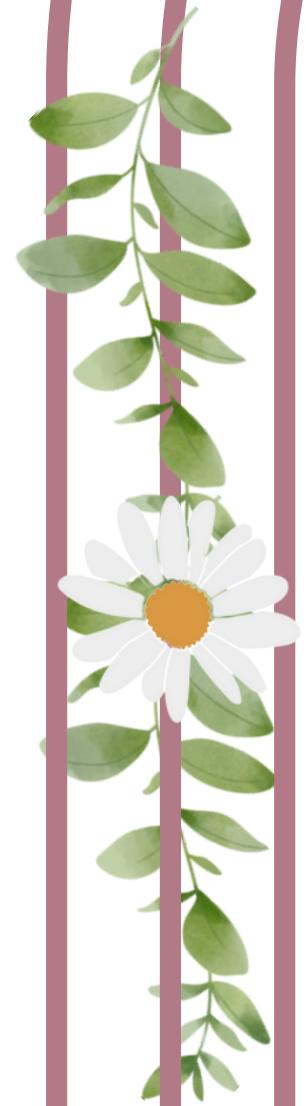




# الجانِب العَقلي

## دورة تدريبية "النجاح والتميز العقلي"

وخلال ورشة العمل  
تم عمل نماذج من مقياس السمات الشخصية للمتدربات،







مهتم، لطيف، عطوف	مقنع، متحدث	فريد من نوعي، مسترخي، هادئ، متأمل	جميع الحالات الآتية خطأ يجب اختيار (دائرة واحدة) فقط	أقرب فرصة	أبعد فرصة	1
أكون صداقات بسرعة، منطلق في العلاقات	متوازن في مشاعري، متقبل، صبور	أفكر قبل أن أتكلم، أحافظ على هدوئي	أفكر قبل أن أتكلم، أحافظ على هدوئي	أقرب فرصة	أبعد فرصة	2
اجتماعي، صعبته ممتعة	واقعي، دقيق، ذو رأي	عباراتي لطيفة، هادئ، مسالم	أتحدث بصراحة وشفافية	أقرب فرصة	أبعد فرصة	3

مهتم، لطيف، عطوف	مقنع، متحدث	فريد من نوعي، مسترخي، هادئ، متأمل	جميع الحالات صحيحة في كل سؤال لديك 4 صفات اختيار الأقرب منها في الصف الأول، ثم الأبعد في الصف الثاني	أقرب فرصة	أبعد فرصة	1
أكون صداقات بسرعة، منطلق في العلاقات	متوازن في مشاعري، متقبل، صبور	أفكر قبل أن أتكلم، أحافظ على هدوئي	أفكر قبل أن أتكلم، أحافظ على هدوئي	أقرب فرصة	أبعد فرصة	2
اجتماعي، صعبته ممتعة	واقعي، دقيق، ذو رأي	عباراتي لطيفة، هادئ، مسالم	أتحدث بصراحة وشفافية	أقرب فرصة	أبعد فرصة	3





### حدد الأهداف الشخصية

غايات مستقبلية أو نتائج نهائية يرغب الفرد في تحقيقها. معظم الناس يهيمون بلا هدف وبدون أن يعرفوا ما الذي يريدونه بحق من الحياة. وهناك آخرون لديهم أهداف غامضة مثل: "أريد أن أكون ناجحاً"، و"أريد أن أكون سعيداً".

- لماذا لا يضع معظم الناس أهدافاً
- لماذا يفضل الناس في وضع أهداف لحياتهم؟

### كيف تكتبي أهدافك بفعالية؟

١. مُحدّد: من الأمانى والشكوى إلى بؤرة التركيز، كلمات تزودك بصورة عقلية واضحة، وموجزة، كلما ازدادت دقة كلما زادت سرعة الإنجاز.
٢. زمني: زمن بدء وزمن انتهاء، أهمية البدء مبكراً..
٣. قياسي: عدد، حجم، نسبة، كم مرة.
٤. حركي: تبدأ بفعل (اعطي، أنظّم، أخطط، أحصل على، أختار، استثمر، أحقق، أتعلّم، أعمل، أؤكد، أضع، أقابل، ..)
٥. مناسبة: هدف نتيجة أو هدف عملية، تحقيق نسبة نجاح ٩٠٪ في ٢/متوسط، المذاكرة بجد لمدة ساعة يومياً لمادة الرياضيات.

### تدريب كتابة الهدف الصحيح:

هدفي هو:	
هدفي هو:	



## حياتي

كيف أعيش حياتي بالقيم والرسالة  
وتحقيق أهدافي

### ضمن برنامج النجاح والتميز الشخصي

إعداد وتقديم المستشار: عبدالله محمد بن عفيف

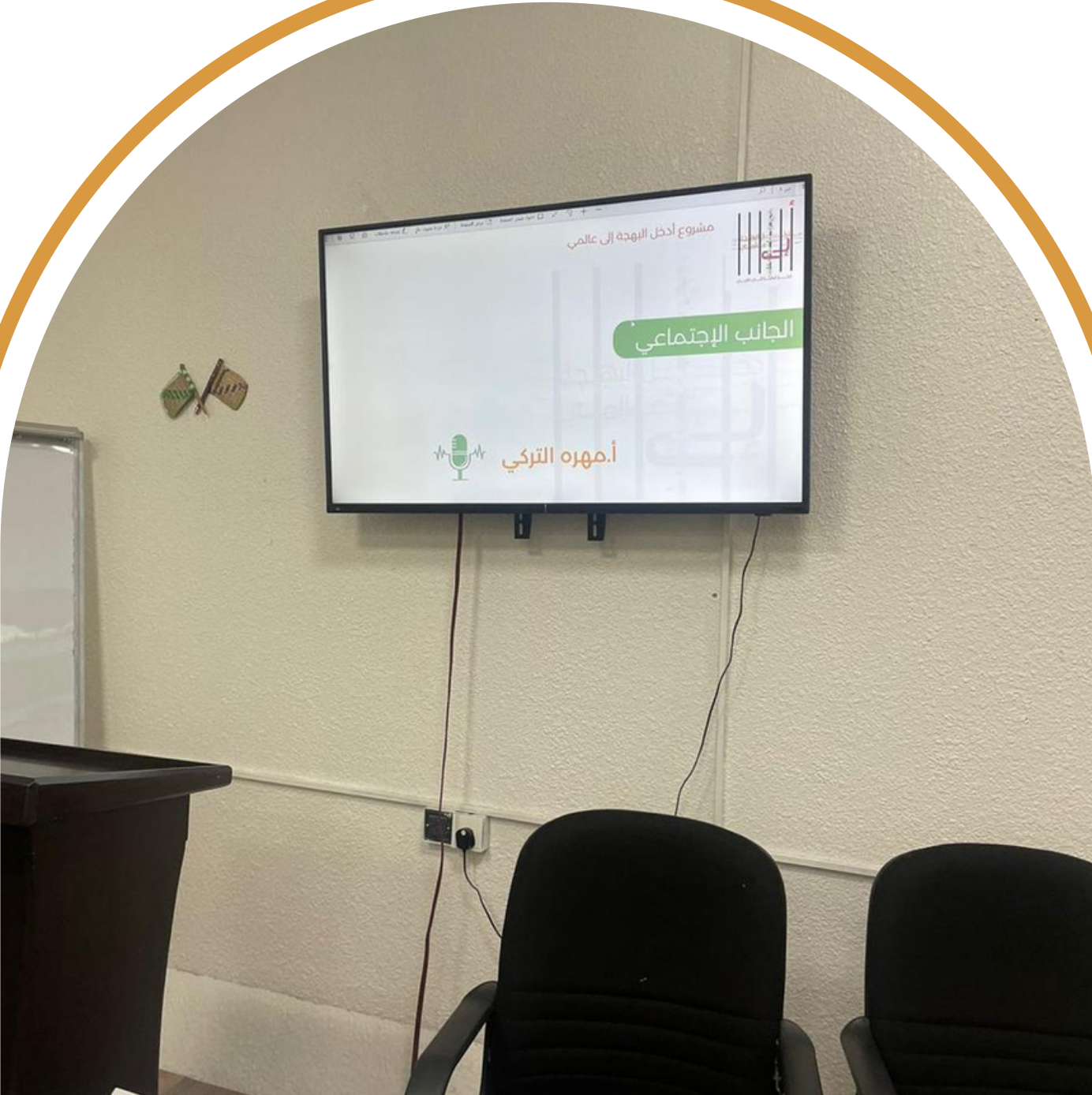
- سنتعلم في هذه  
اللقاء التدريبي:
- ٣ أسئلة مهمة لاستثمار وقتي
  - كيف اكتب اهدافي بفعالية
  - اكتشاف قيمي الأساسية التي تدفعني للسلوك
  - رسالي الشخصية
  - وضع خطة شخصية قابلة للإنجاز



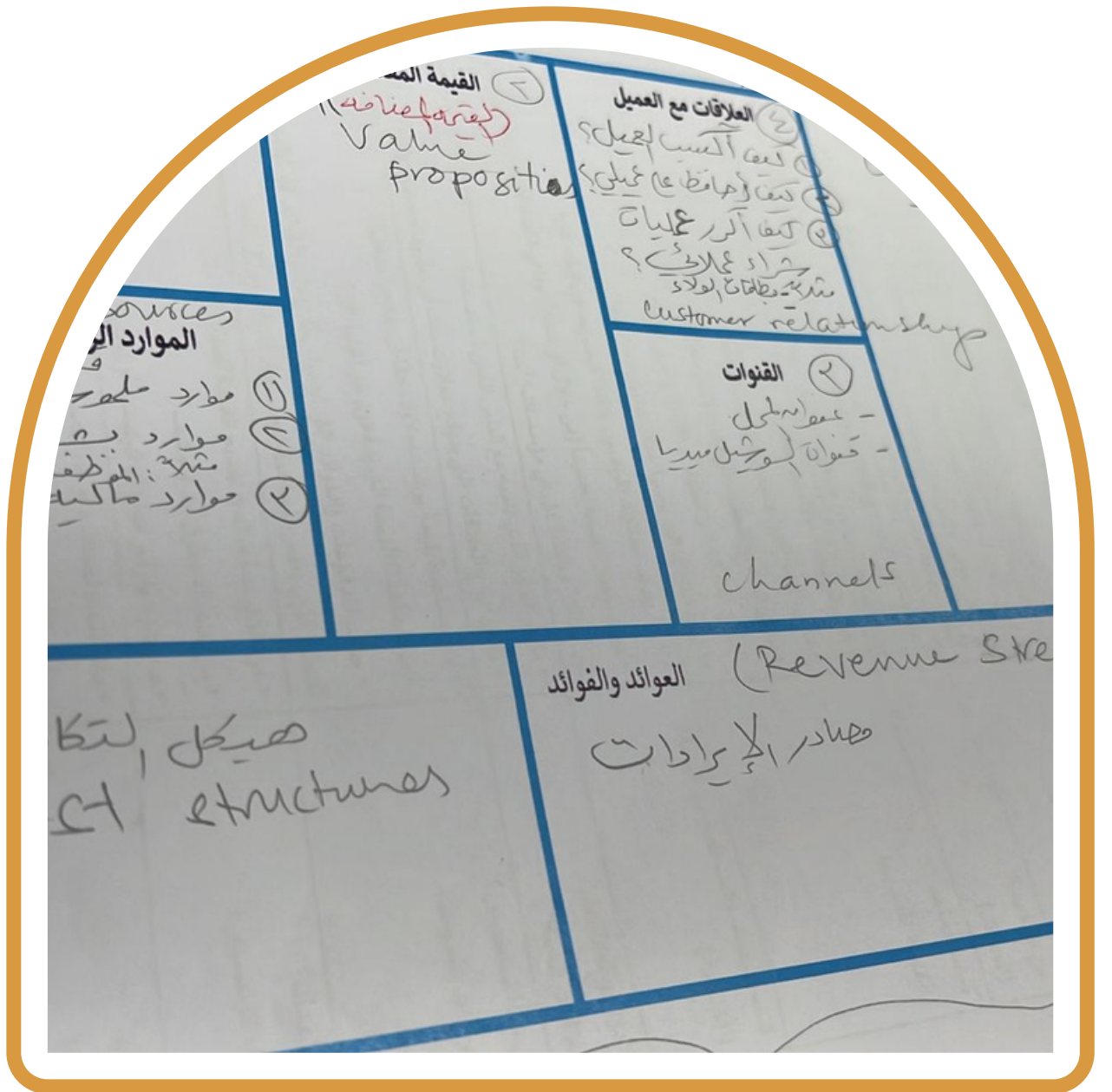
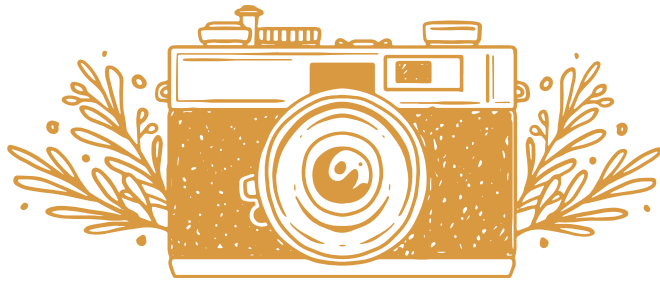
# الجانف الاجتماعي

## دورة تدريبية في الجانف الاجتماعي

وخلالها تم تأهيل المتدربات لمجالات  
التنمية المختلفة



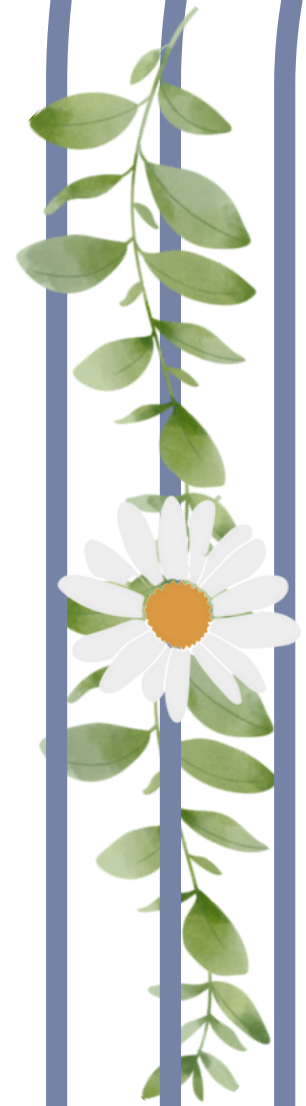




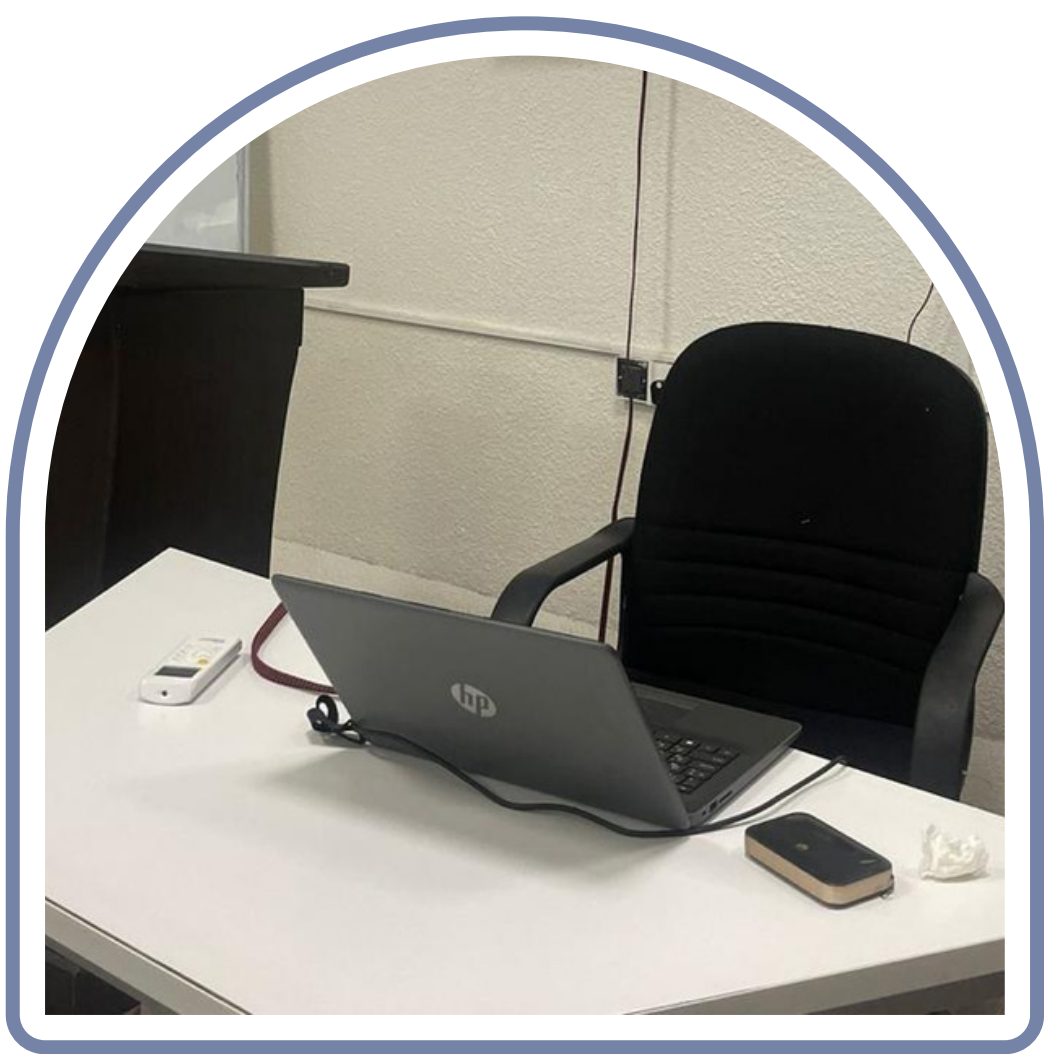


## دورة تدريبية "السعادة النفسية"

التحكم بالذات والتخلص من المشاعر السلبية  
للوصول إلى السعادة النفسية







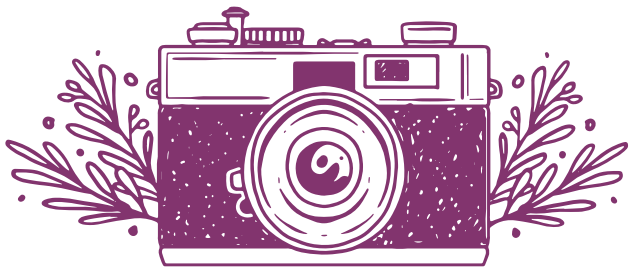


# الجانب الأسري

## دورة تدريبية "التوازن الأسري"







### توقع نافذتي الخاصة:

- (باتجاه عقارب الساعة) ابدأ بالمنطقة المظلمة والعمياء ثم خمن منطقة المجهول، ثم سيظهر حجم منطقة النشاط الحر.



### توقع نافذة خاصة بشخص عزيز عليك وتعرفه جيدا:

- (باتجاه عقارب الساعة) ابدأ بالمنطقة المظلمة والعمياء ثم خمن منطقة المجهول، ثم سيظهر حجم منطقة النشاط الحر.

## نموذجي .. لمساعدة من حولي

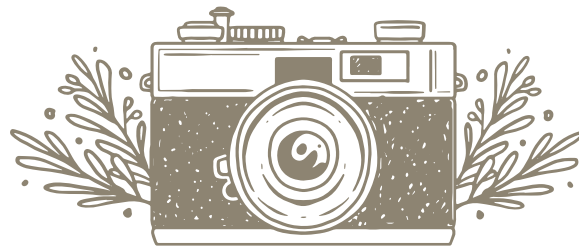
١	الأنشطة الرئيسية	٧	الشرك
٢	القيمة المقدمة	٤	ما أفعله لأساعد نفسي الموارد الرئيسية
٣	كيف أساعد؟ الفائدة المحققة للمستفيدين	٥	من أنا وماذا أملك لأساعد
٤	العلاقات مع العميل	٦	كيف أنفعل معهم لأساعدهم القنوات
٥	كيف يعرفوني وكيف أوفر المساعدة	٨	مساعدة خارجة

# الجانب المهني المالي

## دورة تدريبية "التخطيط المالي الشخصي"







# الجانب المهني

## معكسر "إبتكار المشاريع الريادية"

### مع المدربة جنى المحمدي



المشروعات الريادية

تصنع من أفكاركم مشاريع ابتكارية

جنى المحمدي  
مدربة و رائدة أعمال

الإنجازات

- حاصلة على ثلاثة جوائز في مجال ريادة الأعمال و الشركات الناشئة

الخبرات

- مدربة في برنامج عقد التوظيف في جمعية البر الخيرية بالمدينة المنورة
- مدربة تجارة الكترونية في جمعية البر
- مدربة في مجال الابتكار و ريادة الأعمال

جنى المحمدي  
مدربة و رائدة أعمال

مبادئ ابتكار المشاريع الريادية

بناء العقلية الريادية

اكتشاف  
مستواك في عالم ابتكار المشاريع الريادية

بناء العقلية الابتكارية

معايير العقلية الابتكارية

هدف البرنامج

تمكين المشاركين من تصميم القيمة المقدمة للعملاء

المحاور

- فكرة و أهداف مخطط تصميم القيمة
- أقسام وعناصر مخطط تصميم القيمة
- التطبيق العملي على مخطط تصميم القيمة

مبادئ ابتكار المشاريع الريادية

خريطة رحلة الابتكار



# نماذج من مقياس السمات الشخصية للنزليات

## تقرير مقياس



SC

شيخة عبدالرحمن الحربي

01/08/2023  
K7G4Z7M9

الإصدار: DISBENA-V03Y23E02

## محور الأول - الرأسي - يسمى مدى السرعة (الشكل - 1):

- تشير نتيجة "مدى السرعة" إلى المحرك الداخلي للإنسان.
- عندما يتم إجبارك على العمل ذو وتيرة سريعة، فهل يحفزك ذلك أم يزعجك؟



الشكل (1)

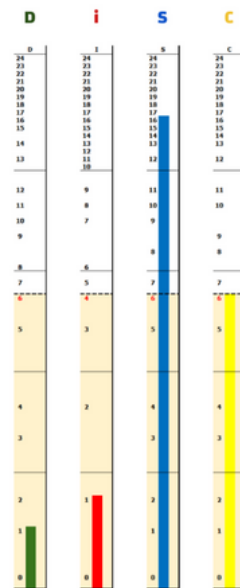
## 👑 نجود القحطاني 👑

### 💎 نمط شخصيتك هو المُلهم / المسيطر - ID

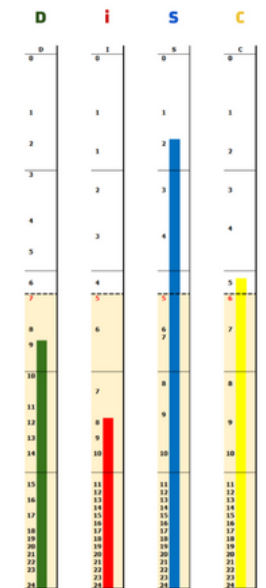
يمتاز أصحاب النمط السلوكي المُلهم / المسيطر بأنهم يحبون التحرر ويستمتعون بعلاقاتهم مع الأفراد من حولهم. وهذا النوع من الأفراد تكون لديه حوافز قوية لإنهاء ما يقومون به من أعمال وأن يقوموا بذلك على أفضل وجه. وهم يمتازون كذلك بأن لديهم فائضا كبيرا من "الطاقة العصبية" ودائما ما يكونون على أهبة الاستعداد. وغالبا ما تتسبب حاجتهم إلى القيام بعمل ما، إلى إساءة فهم الآخرين لهم. وقد يشعر بعض الأفراد بالقلق بمجرد الوجود معهم. ولكن هذا النوع من الأفراد يشعرون بتأنيب الضمير عندما يسترخون. وهؤلاء يظهرون في أغلب الأحوال وكأنهم لا يستريحون ولا يركزون في عملهم. وقد يكون لديهم عشرات من المشاريع التي يقومون بها في وقت واحد، على الرغم من عدم تحقيق أي منها لأي نتائج ملموسة - ولكن بمجرد أن تعطيهم قليلا من الوقت الإضافي، فإن إحدى مغامراتهم الخطيرة قد تتجأ! وقد يستفيد هؤلاء من توظيفهم الحرس قبل قيامهم بمعالجة أي من الأمور. كما إنهم يحتاجون إلى تذكّر الحكمة التي تقول: "إذا عزمت فتوكل!" وهم ينشرون تفاؤلهم ولكن دون مساءلة أو مسؤولية شخصية، وقد يقودهم ذلك إلى إضاعة بعض الفرص وإلى الفراغ الذاتي يحتاجون إلى تذكّر إشراك الآخرين. وفي أغلب الأحيان، يلهم كلامهم أفعال الآخرين. ولذلك فإن هذا النمط من الشخصية، في تسليط الضوء عليهم. وهم في الوقت ذاته متفائلون ويعرفون كيف يجعلون الأشياء تحدث. وحسب الإحصاءات، فإن 12.8 % من السكان يتمتعون بصفات نمط الشخصية المسيطرة والمُلهمة.

## الرسم البياني لشخصية شيخة عبدالرحمن الحربي

نمط شخصيتك حسب البيئة



نمط شخصيتك الأساسي أو الطبيعي



## شخصية 👑 ريف علي الزهراني 👑 كعضو فريق

### 💎 القيمة تجاه عملك 💎

ذو توجه خدمي، ويستمتع بمراقبة إنجاز العمل بشكل صحيح، ويمكن الاعتماد عليه، وعضو ممتاز في الفريق، ويجيد التعاون مع فريق العمل، ويمكنه التوفيق بين الآراء المتعارضة

### 💎 بيئة العمل النموذجية 💎

بيئة عمل هادئة بها أقل ما يمكن من الخلاف والغضب، مع الاستقرار، وإمكانية التنبؤ بالأحداث والأعمال، مع وجود أقل قدر من المفاجآت، وجدول زمني وإجراءات عملية، وإنجاز الأعمال كلاً في وقته. وعلى الرغم من استمتاعه بالمهام المكلف بها، إلا أنه يفضل أن يكون "لاحتياجات الآخرين" الأولوية على القيام بالعمل

### 💎 كيف ينظرون إلى أنفسهم تحت ضغط العمل 💎

يمكن الاعتماد عليه، ومثابراً، ورفيق الفؤاد، ومراع لمشاعر الآخرين، وحميم، وعضو فاعل في الفريق

عدد المستفيدات الترددي

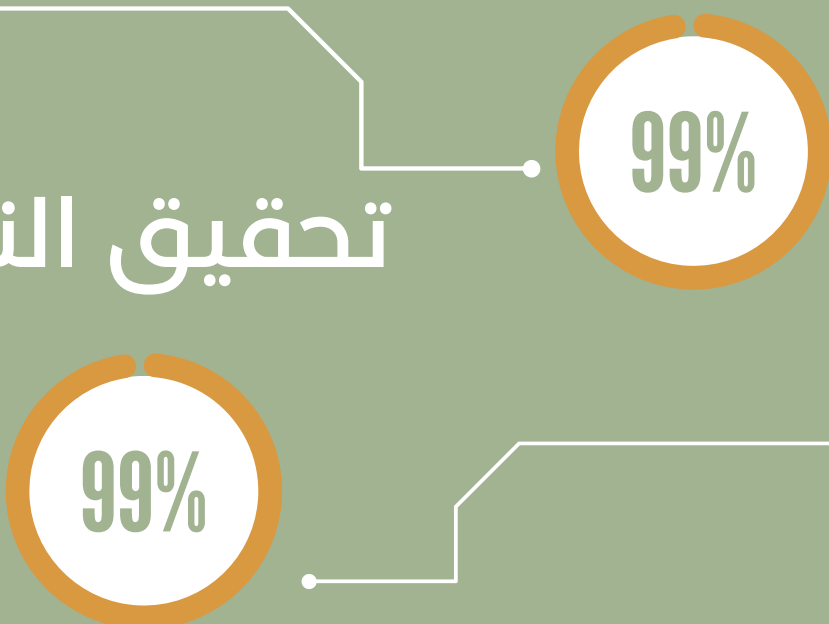


عدد النزيلات "ريادة الأعمال"

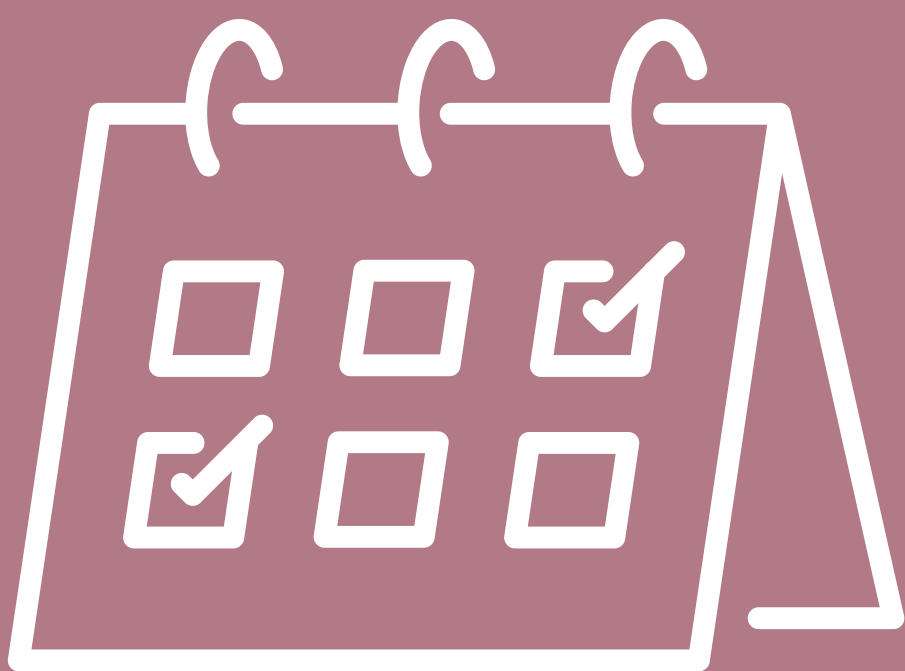


نسبة الرضا

تحقيق النتائج







## لقاءات بقي اثرها مع النزيلات



# مُعَايِدَةُ نَزِيلَاتِ السَّجْنِ





# تفعيل اليوم العالمي للتطوع



# تهيئة المعمل الحرفي وإنشاء خطوط الإنتاج





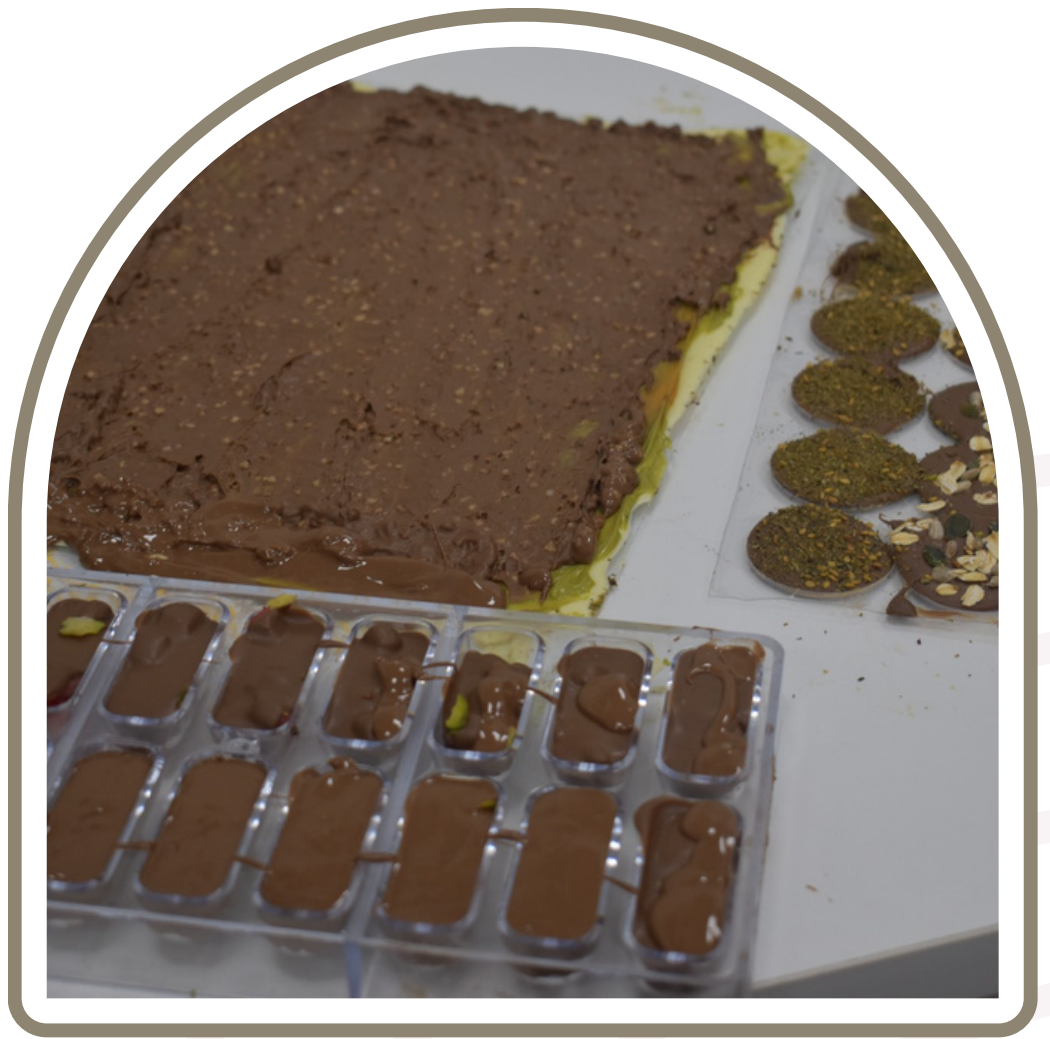




تم إختيار المتدربات للحرف المهنية  
والتدرب عليها في معمل مهياً  
وسط دعم وتحفيز

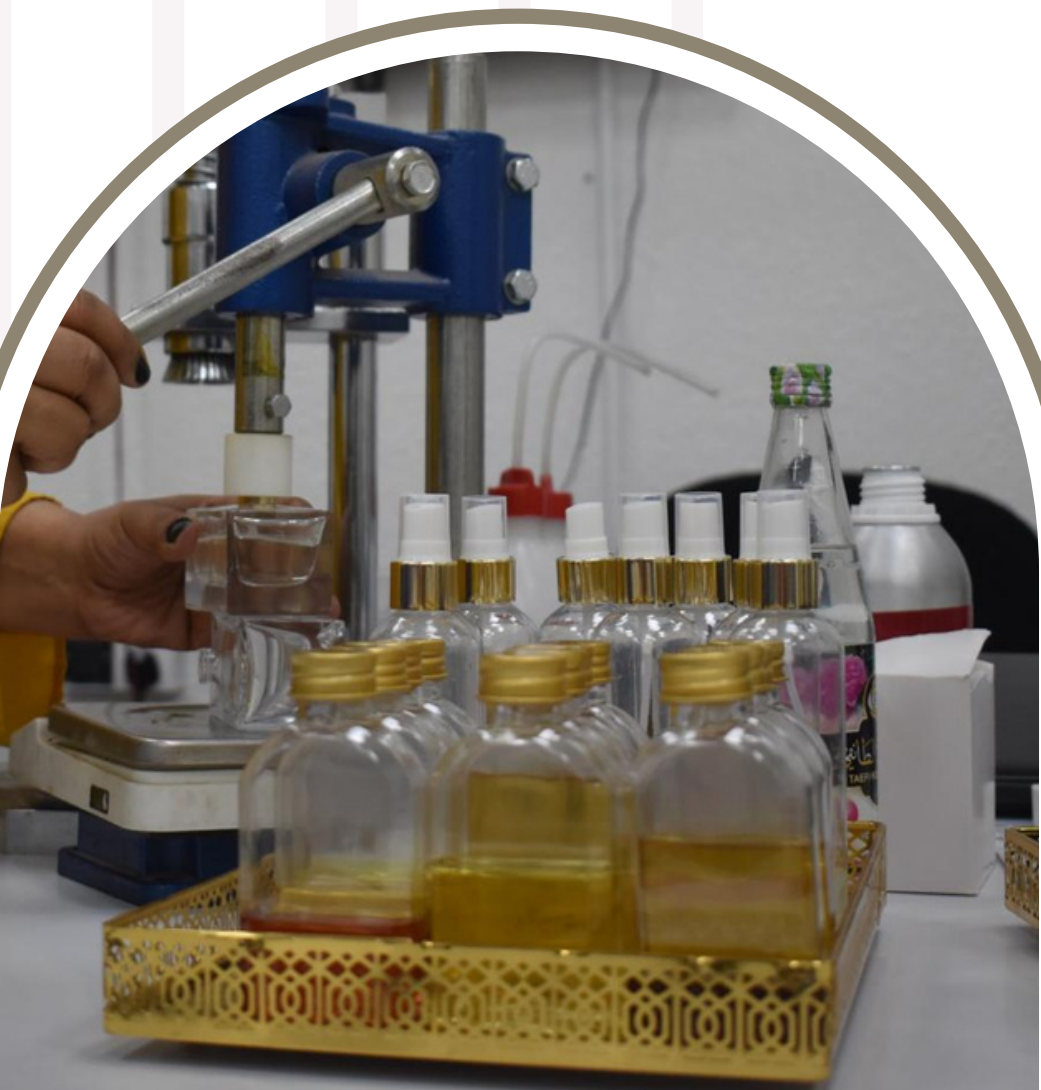






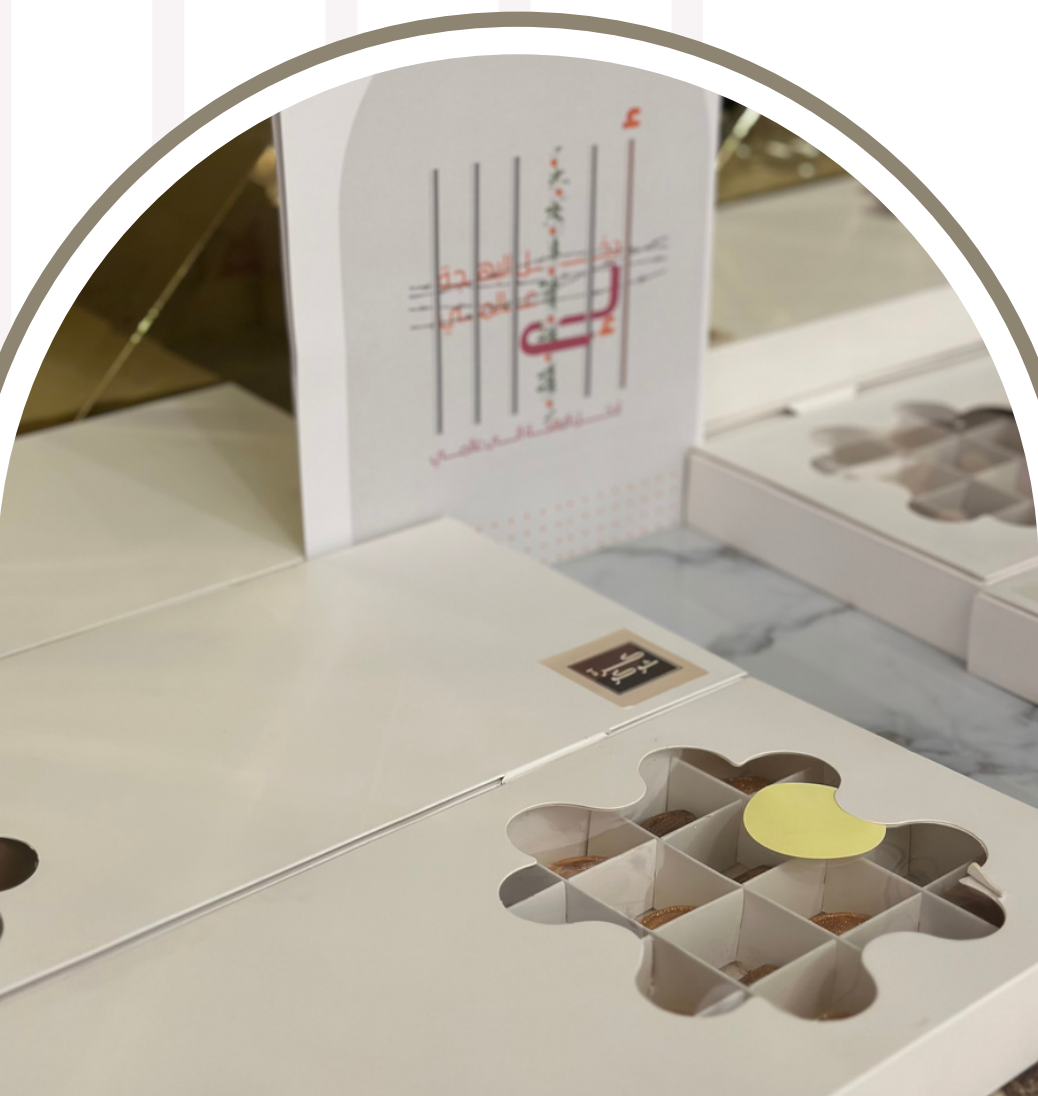
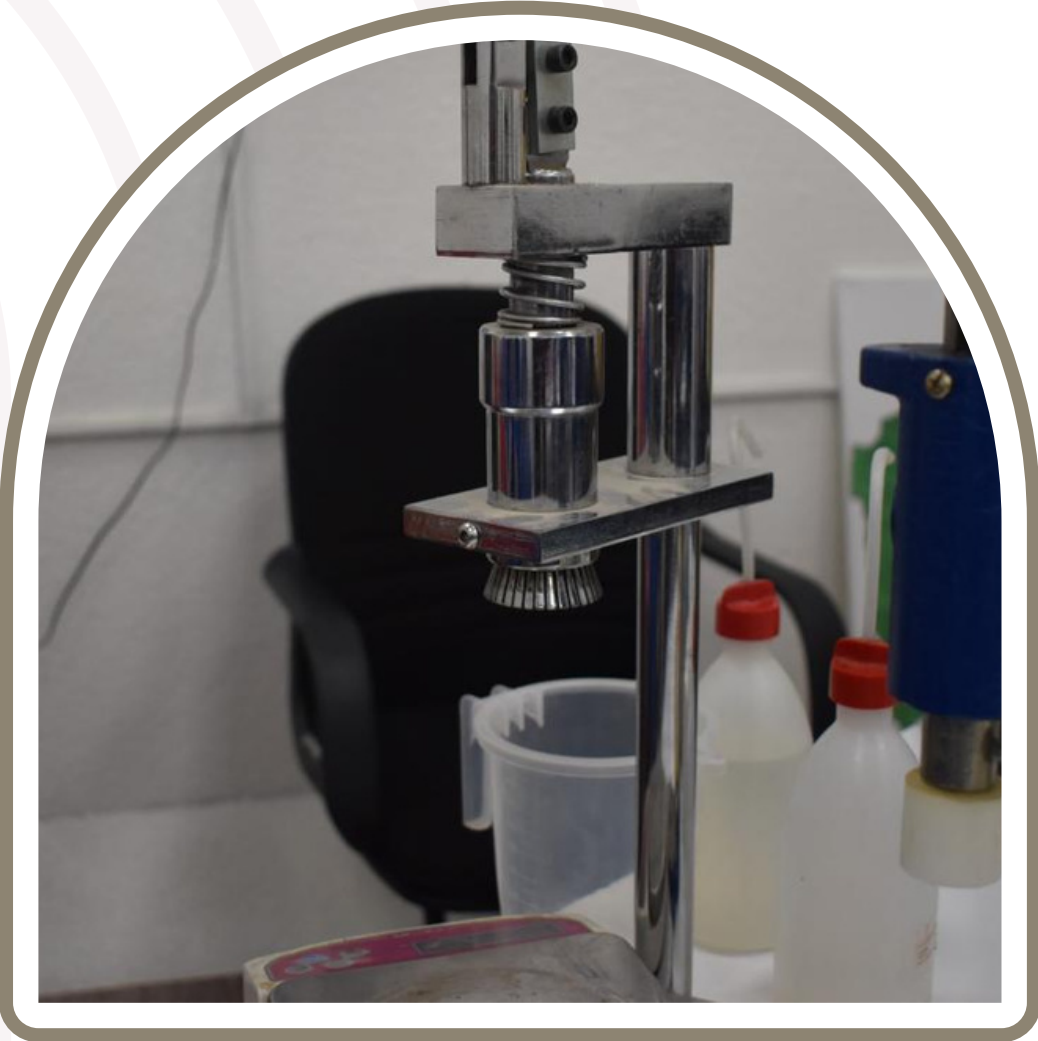
شواهد لمنتجات المتدربات  
في مجال صناعة الطوى





شواهد لمنتجات المتدربات  
في مجال صناعة العطور





صفحة تشهد تصدير المنتجات  
حيث شهد النجاح بيع عدد  
من منتجات العطور والطلوى ..  
ليكن عائدها للنزيلات





صفحة تشهد أول عائد لنزيلات السجون  
مبلغ 1000 ريال سعودي.. لمنتجات العطور والشوكلات



وهنا شاهد لخطاب بيان إستلام



# قصة نجاح المشروع



في نسخته السابعة

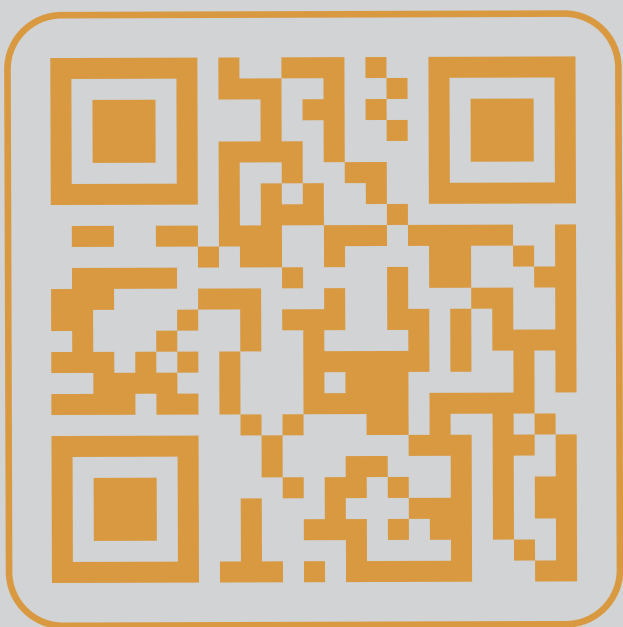


- المدربين بجودة عالية ومتخصصين في مجالهم.
- تم عمل مقياس عملي في السمات الشخصية ومناقشة كل نزله حول نقاط قوتها وضعفها.
- التفاعل الإيجابي بين النزيلات ومدربات المشروع.
- إنشاء " أول خط إنتاج " لصناعة الشوكلت.
- إستدامة خط إنتاج العطور.
- إستدامه المشروع من عام 2017-2023



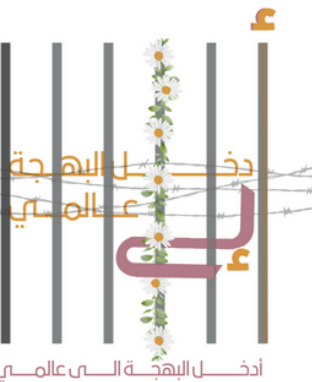
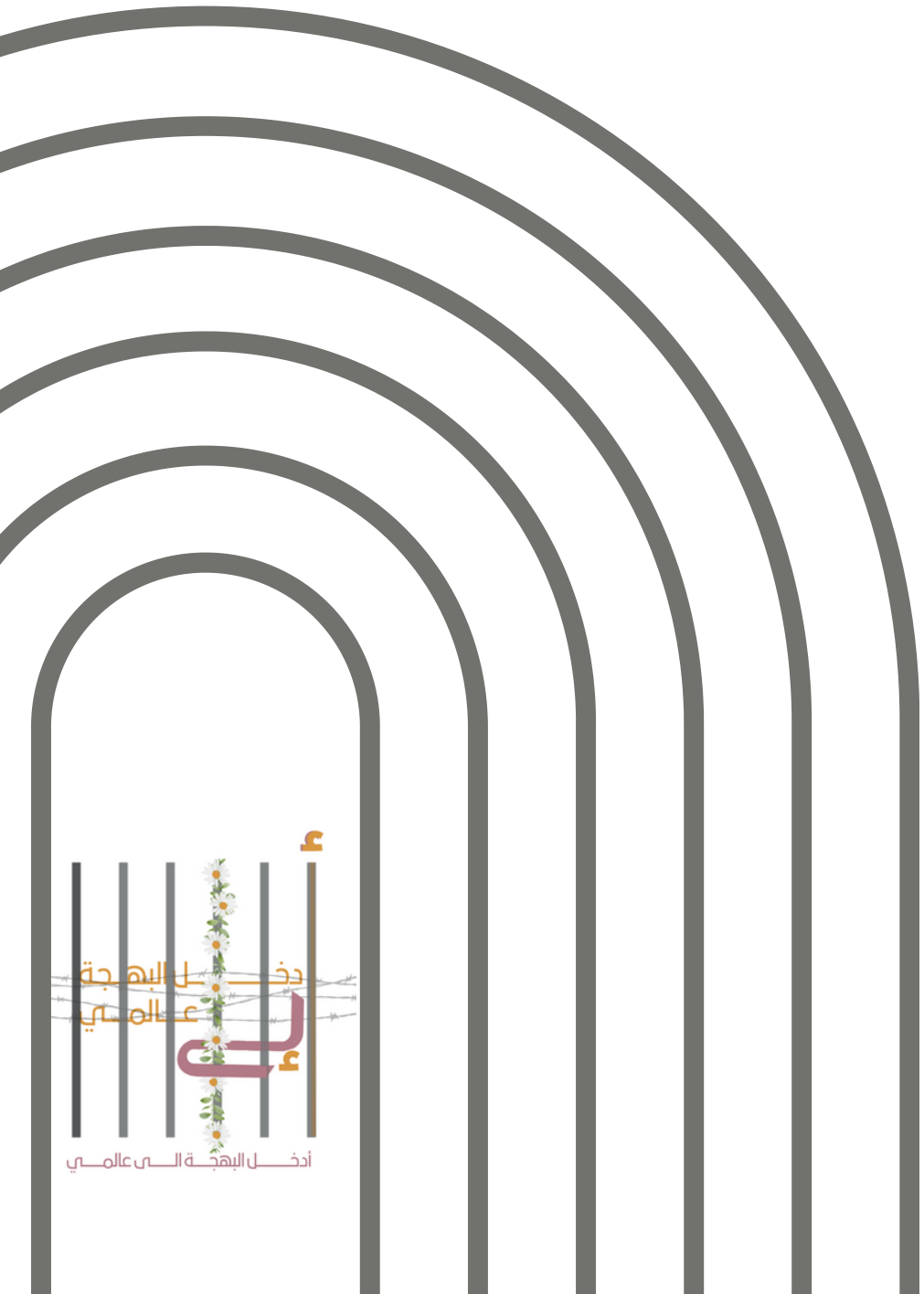


# رحلة نجاح وبهجة تشهدها أركان المعمل





## للعطاء بصمة



أدخلكم إلى عالمي



# كان لبصمتنا في العطاء شكرٌ وتقدير



## للنجاح قصة



“ولن نقف هنا .. تأتي هذه النهاية  
لنشق منها بسملة لبدایات جديدة“

أ.مها محمد الشهري