



نفس





جامعة
غرس القيم التعليمية



تنمية الشخصية



برنامج تنمية الشخصية



جامعة
غرس القيم التعليمية

إن في عالمنا المعاصر، تتسارع إيقاعات الحياة وتزايد التحديات، مما يجعل الاهتمام بالصحة النفسية ضرورة لا غنى عنها لبناء شخصيات متوازنة وقوية. وأصبح تنمية الشخصية ضرورة ملحة لبناء أفراد قادرين على مواجهة تحديات الحياة بثقة وثبات. ومن هنا، ينبثق برنامج "سكون نفس" كواحة هادئة في صحراء الصخب، موجهاً أنظاره نحو الفتيات كمنازة تنير طريقهن نحو تطوير ذواتهن وتعزيز مهارتهن الشخصية، مما يساهم في بناء شخصية متوازنة وقوية. يطمح البرنامج إلى تمكين الفتيات من اكتشاف أعماق نفوسهن، ومساعدتهن على صقل قدرتهن في إدارة الضغوط والتأقلم مع المستجدات المتسارعة في عالمنا. عبر حوارات وجلسات تفاعلية وأنشطة، يسعى "سكون نفس" إلى إرساء أسس الاستقرار النفسي، ليكن قادرات على الموازنة بين متطلبات الحياة والبحث عن السكينة الداخلية.

تحديد الأنشطة وتقسيمها

كتابة المادة العلمية.

تقسيم المادة العلمية والتدرب عليها

تحديد المخرجات والعمل عليها

تحديد الهوية العامة للديكور .

تجهيز الديكور وتركيبه.



وثيقة المشروع

الفئة المستهدفة	المكان	الموعد	الاسم
الفتيات من 14- 20 عامًا	مكتبة الملك فهد العامة	1446-4-12 1446-4-13	سكون نفس

برنامج قيمى وتربوي موجه للفتاة من
الفئة العمرية 14-20 عام
تحقيق الاستقرار النفسي والنمو الذاتي
عبر جلسات وحوارات تفاعلية واثرائية
شخصيتها واكتساب مهارات لصقلها
وأنشطة متنوعة تساعد في تطوير

وصف الشروع



أهداف المشروع



- تعزيز النمو الشخصي والوعي الذاتي للفتاة بحيث تصبح قادرة على تحمل المسؤولية ومواجهة التحديات.
- 2 تنمية مهارة الفتاة لفهم ذاتها وصقل شخصيتها للتكيف مع – 2 صعوبات مراحل حياتها المختلفة.
- 3 تدريب الفتاة على تطوير مهارات التواصل الفعال والتعامل – 3 مع الآخرين بشكل إيجابي.
- 4 اكساب الفتاة مهارة إدارة الضغوط وكيفية التعامل مع القلق – 4 والمشاكل بمرونة وحكمة.
- 5 تكوين شخصية منظمة وملتزمة بالعدالت الإيجابية لدى الفتاة – 5 مما يساعد في استقرارها النفسي
- 5 استثمار طاقة الفتاة وملئ فراغها بالبرامج المفيدة النافعة – 5

معالم المشروع



مخرجات المشروع



فتاة قادرة على تحمل المسؤولية
ومواجهة التحديات والصعاب
بمتانة وقوة عبر مراحل حياتها

- جلسات حوارية لتعزيز التطور الشخصي.
- أنشطة وفعاليات تفاعلية لتحسين المهارات الاجتماعية.
- توجيه الفتيات للاستخدام أدوات التفكير الشخصية وتحقيق الأهداف.
- تقديم إرشادات حول كيفية تطوير الخطط الإيجابية وتحقيق التوازن النفسي.





مكونات الخطة



الجلسة	المنفذة	الهدف	الوصف	المخرج	المؤشرات	الوسائل المستخدمة	الأثر على تنمية الشخصية
سكون النفس مطلب	رائية باحکم	توضیح مفهوم السکينة وأهميتها لتحقيق التوازن النفسي	جلسة حوارية حول معنى وأهمية السکينة وتعزيز التوازن الداخلي	فتيات مدرکات لمفهوم السکينة وأهميتها	من المشاركات 9% يظهرن إدراكاً عميقاً لمفهوم السکينة وأهميتها	أقلام - بطاقات فارغة - ستاندات لوضع البطاقات	تعزيز الوعي الذاتي ، مما يسهم في تكوين شخصية متوازنة قادرة على مواجهة الضغوط
بين الشدائد والسکون	فاطمة البحيري دعاء الطوخي	فهم طبيعة التحديات في الحياة وكيفية تحقيق السکينة أثناء مواجهتها	جلسة تعليمية لتوضیح دور التحديات في بناء المرونة والتكيف	فتيات قدرات على التعامل مع الشدائد بمرونة	85% يوضحون فهمهم إيجابياً لأهمية مواجهة التحديات والشدائد بمرونة	كراسي وطاوله - شاشة عرض - بنر خاص بالورشة	تطوير القدرة على التكيف مع الصعوبات، عن طريق الثقة بالله والمرونة في مواجهة التحديات
ميدان السکون	سميرة بنقربان سميرة بنمخاشن	توضیح وسائل الوصول إلى السکينة النفسية من خلال التفكير المنطقي الهادئ	تدريب على كيفية التفكير البناء للتغلب على القلق وتحويل الأفكار السلبية على إيجابية لتعزيز السکينة	فتيات قدرات على تطوير مهارات التفكير الإيجابي لتحقيق السکينة النفسية	75% من المشاركات يطبقون التفكير المتزن الإيجابي	شاشة - أوراق لاصقة لوحة لتعليق الملصقات - مشابك	تعزيز التفكير النقدي والهدوء الذهني، مما يسهم في بناء شخصية قادرة على اتخاذ قرارات متزنة إيجابية
نبض السکون	هيفاء بن قديم سارة محضر	تعزيز السلوكيات اليومية التي تدعم السکينة الداخلية	جلسة تفاعلية للاستكشاف السلوكيات والعادات الصحية لتحقيق السکينة	فتيات متبنيات لسلوكيات إيجابية في حياتهم اليومية	85% من المشاركات يتبنون سلوكيات إيجابية لتحقيق السکينة النفسية	طاولة وكراسي - شاشة - مكبر صوت - أقلام	تكوين شخصية منظمة وملتزمة بالعادات الإيجابية، مما يعزز الاستقرار النفسي والنجاح الشخصي
جسر السکون	خديجة عمر عائشة بالبيد	تحقيق الهدوء النفسي من خلال البناء علاقات إيجابية ومثمرة تعزز الشعور بالراحة والأمان والسکينة	جلسة تفاعلية للتدريب على التعامل البناء مع الناس من خلال تطوير مهارات التواصل الفعال والتعامل مع الآخرين بشكل إيجابي	فتيات واعيات بأهمية التواصل الفعال والإيجابي مع الآخرين	80% يظهرن القدرة على تطوير مهارات التواصل الفعال والتفاعل الإيجابي مع الآخرين	شاشة عرض - أقلام - كراسي وطاوله -	التفاعل مع الآخرين بطريقة واعية ومحترمة يعزز الشعور بالانتماء والرضا

الأثر على تنمية الشخصية	الوسائل المستخدمة	المؤشر	المخرج	الوصف	الهدف	المنفذة	الجلسة
تعزيز التفكير العميق والقدرة على تبني نظرة إيجابية ومستدامة للحياة.	طولة مع مفارش أقلام وأوراق شاشة عرض	90% من المشاركات يستفدن من الأمثلة المطروحة في تعزيز السكنية في حياتهن اليومية	فتيات قدرات على التعامل مع الضغوط والقلق وتحقيق السكنية في حياتهن اليومية من خلال التجارب الحياتية المؤثرة والإيجابية	جلسة لتقديم أمثلة وتجارب مختلفة توضح السكنية كحالة نفسية مستدامة	توسيع رؤية المشاركات حول مفهوم السكنية من خلال استعراض أمثلة	إيمان با قاضي هدى باخشوين	نوافذ على السكون
تقوية الارتباط بالله، مما يدعم الاستقرار الداخلي والتوازن النفسي والسعادة والرضا مهما كانت الصعوبات	طولة مع كراسي شاشة عرض مكبر صوت	90% يدركون دور العبادات والارتباط القوي بالله تعالى في تحقيق السكنية والتوازن النفسي	فتيات مدركات أن قوة الارتباط بالله من أهم الأسباب لتحقيق السكنية	ورشة تتناول دور العبادات والذكر كوسيلة لطمأنينة القلب.	بناء أساس روحي قوي لتحقيق السكنية من خلال العبادات.	ماجدة بازهير عفاف باعشر وفاء نعمان	مورد السكون
تعزيز المشاعر الإيجابية وتقوية القدرة على التعامل مع المشاعر السلبية	كراسي وطولة - بطاقات توضع على ستاندات شكل على هيئة شريط سينمائي	يظهرن تحسناً 80% في فهم الذات	تحسين الوعي الذاتي لدى المشاركات	أحداث تأثير إيجابي ومستدام على حياة المشاركات، مما يمكنهن من مواجهة صعوبات الحياة بثقة وتوازن أكبر	تمكين الفرد من استكشاف أعماق نفسه، وتعزيز قدرته على مواجهة تحديات الحياة بمرونة وحكمة.	نورة المشجري فايزة الطمحي	جوهر السكون
بناء شبكة من العلاقات الإيجابية في حياتهن الشخصية والمهنية.	طولة وكراسي - أقلام - اوراق ملونة -مشابك لوحة لتعليق الاوراق .	يحققن تحسناً 80% في العلاقات.	تحسين العلاقات الاجتماعية لدى المشاركات	جلسة تركز على مهارات التواصل الاجتماعي وكيفية بناء علاقات متوازنة والتعرف على السلوكيات الجالبة للسكنية	تعزيز التواصل الإيجابي وبناء العلاقات الصحية وتبني أسلوب صحيح للحياة كوسيلة للسكنية.	حور العين آدم حياة اسماعيل	قوام السكون



الركن	المنفذة	الهدف	الوصف	المخرج	المؤشر	الوسائل المستخدمة	الأثر على تنمية الشخصية
المذاق	در مراد	تعزيز التواصل الاجتماعي ورفع مستوى السعادة والرضا الشخصي	يقدم ركن المذاق شاي بنكهات متنوعة مع تلبية، مما يوفر تجربة استرخاء للمشاركات وفرصة للتواصل الاجتماعي مع الحاضرات	فتيات مدركات لأهمية الجلسات مع الأصدقاء والعائلة لتعزيز التفاهم والتقارب بين أفراد العائلة	90% من المشاركات يظهرن ارتياحاً بعد التجربة وإدراكاً لأهمية التواصل الاجتماعي	- طاولة مع مفارش - احتياجات المشروبات وستادات توضح الفوائد	تعزيز مشاعر الرضا والسعادة والتقارب بعد الجلسات العائلية وجلسات الأصدقاء مما يساعد على تخفيف التوتر وتعزيز التواصل الاجتماعي.
مذكرات	مرام العمودي	إحياء الذكريات الإيجابية وتعزيز التفاؤل.	يقدم للمشاركات فرصة لتدوين ذكرياتهن السعيدة، مما يعزز مشاعر الإيجابية والتفاؤل.	فتيات واعيات بقيمة الذكريات السعيدة وتأثيرها الإيجابي	80% من المشاركات يعبرون عن زيادة في مشاعر السعادة	طاولة-كراسي-شاشة عرض-مذكرات فارغة-أقلام-ورق لاصق -لوحة تفاعلية	يساعد الركن في تعزيز الإيجابية وتقدير اللحظات السعيدة، مما يقوي الصحة النفسية
رونق	جوانا مراد	تعزيز الإبداع الفني كوسيلة للتعبير عن الذات.	يُعد الركن بيئة مريحة تُشجع على إطلاق الخيال وتحويل الأفكار إلى لوحات فنية تعبر عن الذات	فتيات قادرات على التعبير الإبداعي والتركيز على تطوير مهارات التركيز والانتباه التفاصيل وعلى الصبر	من 80% المشاركات يظهرن إبداعاً متزايداً.	أدوات رسم، ألوان، وأوراق. طاولة ومفرش وكراسي	يشجع الركن على اكتشاف الذات والإبداع، مما يدعم النمو الشخصي والتعبير العاطفي
رقش	نسبية الجبيري	تعزيز المهارات الفنية من خلال الخط العربي	يتيح للمشاركات فرصة تعلم الخط العربي وممارسته، مما يثري ثقافتهم ويطور مهاراتهم	تطوير مهارات الكتابة بالخط العربي وزيادة تقدير الفن لدى المشاركات	85% يظهرن تحسناً في أسلوب الخط.	طاولة وكراسي - أدوات خط عربي، نماذج خطوط، وأورا شاشة عرض-سبورة-طاولة وكراسي	يُعمق ارتباط المشاركات بثقافتهم العربية والإسلامية، مما يعزز شعورهن بالفخر والانتماء للتراث، ويدعم بناء هوية شخصية متأصلة ومعزة بالجذور
نقطة ضوء	سراء الراوي	نشر المعرفة والإلهام من خلال مقاطع صوتية محفزة.	جلسة تفاعلية لتعليم التدريب يقدم للمشاركات مقاطع صوتية تحتوي على محتوى محفز، مع أسئلة وهدايا فورية	مشاركات قادرات على التفكير والتحليل والإجابة بثقة	يعبرن عن 90% استفادة من المحتوى الصوتي.	سماعات خارجية ، أسئلة تفاعلية، وهدايا فورية شاشة ايباد -طاولة وكراسي	رؤية الأمور من منظور إيجابي، مما يساهم في تحسين التفكير الذاتي وتنمية التفاؤل.
نديم	مي الحربي	تشجيع القراءة حول الصحة النفسية وتنمية الشخصية.	يتيح للمشاركين استعراض وشراء كتب تهتم بالصحة النفسية، لتكون مرجعاً يساعد في تحقيق السكينة	مشاركات مدركات لأهمية قراءة كتب عن الصحة النفسية لزيادة الوعي	80% من المشاركات يعبرن عن رغبة بالقراءة.	مكتبة متنقلة، كتب متنوعة، وعروض ترويجية.	تطوير الجوانب العقلية والعاطفية والاجتماعية للفرد، مما يساهم في بناء شخصية متوازنة قادرة على تحقيق النجاح والعيش بسعادة.



شعار البرنامج



برنامج تنمية الشخصية

برنامج تنمية الشخصية



جامعة
القادسية
القيم التعليمية



تنمية الشخصية

الإعلان

جمعية
غرس القيم التعليمية

يسر جمعية غرس القيم التعليمية دعوتكم
ضمن برنامج تنمية الشخصية إلى

مُلتقى
الصحة النفسية

سكون نفس

نحو اتزان تطيب معه الحياة!

الفعالية
١٣-١٤ / ٤ / ١٤٤٦ هـ
يوم الثلاثاء والأربعاء

من 5:00
إلى 9:00 مساءً

من ١٦ سنة
فما فوق

يمنع اصطحاب
الأطفال

البرنامج مجاني

مكتبة الملك فهد
العامة - قاعة الرواد
+966 540823410

انضمي إلينا وأبدئي رحلتك نحو تنمية شخصيتك

برنامج تنمية الشخصية



جمعية
غرس القيم التعليمية

شواهد الديكور





جمعية
غرس القيم التعليمية

قُطبا رحي تنمية الشَّخصية:
العلمُ النَّافعُ،
والعملُ الصَّالحُ.

به رافدان لتحقيق الأهداف.
التَّوَكُّلُ على اللَّهِ والاستعانةُ

جمعية
غرس القيم التعليمية

حَتَمَ على ذي حِزْمٍ إِذْرَاكَ
أَنَّ كَلَّ نَفْسٍ مِنْ أَنْفَاسِ
العمْرِ جَوْهَرَةٌ نَفِيسَةٌ
لا عَوْضَ لها؛ فاغتنم أنفاسك!

برنامج تنمية الشخصية



جمعية
غرس القيم التعليمية





السَّكِينَةُ

من تمام نعمة الله على العبد
في أوقات الشدائد
والمخاوف التي تطيش بها
الأفتدة.





السَّكِينَةُ

من تمام بعمه الله على العبد
في أوقات الشدائد
والمخاوف التي تطيش بها
الأفئدة.



برنامج تنمية الشخصية



جمعية
غرس القيم التعليمية



شواهد الجلسات والأركان

























المستفيدات (316)



الاسم	الاسم	الاسم	الاسم	الاسم	الاسم	الاسم
ايلاف	ندى سعيد	سماء علي	تقى محمد	بشرى محمد	تسنيم محمد	ماريه عبدالعزيز
رناد احمد	ندى محمد	بدور سالم	نسيبة محمد	رهف اشرف	عايشه حازم	غدي محمد
مريم يحيى	ريماس عبدالرحمن	فاطمة سالم	اسيل اشرف	نرمين عبد الله	شهد احمد	سلوى احمد
نور علي	هناء محمد	حزامى ابراهيم	لانا محمد	ايمان عبدالله	هلال أحمد	مريم احمد
مارية عبدالعزيز	منال محمد	لجين عبدالقادر	هند محمد	جنى عبدالرحمن	ميار طارق	أفراح احمد
جمانه عبدالرحمن	دانا رضا	وديان باطهف	ليان فهد	بيان عبدالله	مها عبد الله	وعد ناصر
سمية منصور	ولاء عبد الرحمن	أنهار ناصر	سلطانة محمد	سمية عبدالغني	خديجة محمد	ياسمين عبدالرحمن
تالا فواز	رجاء عبدالرحمن	آمنة نبيل	لينا فهد	لورا عبدالرحمن	شيماء هشام	ملك كمال
عائشة حازم	تالا محمد	ريم عبدالهادي	سمية حمزة	فيحاء تمام	ريم هشام	سما ماجد
لمار محمد	جمانة رضا	رهف سالم	فردوس رضوان	ديالا اشرف	خديجة هاشم	جنى الزين



الالا سم	الالا سم	الالا سم	الالا سم	الالا سم	الالا سم	الالا سم
مريم هاني	رغد عبدالله	شهد أحمد	جمانه يونس	زينب الامين	رغد محمد	ايلاف عبدالهادي
رواء محمد	الاء نواف	ندى محمد	شهد هاني	سارة عبدالله	بيان محمد	خديجة سالم
سنندس علوان	الاء محمد	تقى محمد	فاطمة مديني	نسبية محمد	مييار طارق	حنان ياسر
ولاء عبدالرحمن	فوز الجبلي	تغريد جهاد	هناء احمد	نداء سعيد	لمار حسين	اصايل محمد
فردوس رضوان	ضحى محمد	عايشة صالح	لين عبدالله	سلطانة محمد	نور عمر	حنان امين
وتين محمد	نورة عبدالاله	زينب ابراهيم	لجين عبدالقادر	فاطمة أحمد	تسنيم محمد	ريمان الجهني
رجاء عبدالرحمن	شهد محمد	اسماء احمد	يارا علي	جود موسى	هلال احمد	ندى احمد
صابرين محمد	شهد عبدالله	رتاج خالد	سنا عمر	رغد حسين	شيماء هشام	بسمة محمد
بدور سالم	جنى عبدالقادر	ضحى محسن	اريام عبدالله	رزان علي	ريم هشام	ملاذ ابو بكر
فاطمة سالم	دعاء عبده	جنى وهيب	اسراء محمد	وداد سلمان	نغم جهاد	فاطمة عبدالله



الاسم	الاسم	الاسم	الاسم
عايشه احمد	دانة رضا	بشرى محمد	الين حسن
لمى لطفي	جمانة رضا	حنين خالد	سعاد محمد
الما لطفي	انهار ناصر	وسن	رغد خالد
	وديان ناصر	سدن احمد	بسمة محمد
	ليان مصدق	جود محمد	رنيم خالد
	لطيفة مصدق	رواد علاء	سلوى احمد
	مروة فضل	سارة سلطان	بيان ابراهيم
	وريف محمد	لمار محمد	خديجة خالد
	ابرار علي	هيه سالم	لالارا سامي
	لمى بن شيهون	عيداء حذيفة	ليان ابراهيم



الجوال	لمرحلة	الإلا سم
	ثانوي	دعاء احمد
	ثانوي	ربي جعفر
	ثانوي	رجاء محمد
	ثانوي	رزان ضيف الله
	ثانوي	رزان محمد
	ثانوي	رفيده ضيف الله
	ثانوي	رهف آدم
	ثانوي	رهف بشار
	ثانوي	روان
	ثانوي	ريفان خالد

الجوال	المرحلة	الإلا سم
	ثانوي	اسيه صهيب
	ثانوي	امال ابراهيم
	ثانوي	امل عبود
	ثانوي	اوسام عبد الرزاق
	ثانوي	إسراء محمد
	ثانوي	إلهام جهار
	ثانوي	إيمان عبد الوهاب
	ثانوي	أحلام عدنان
	ثانوي	أمل إبراهيم
	ثانوي	بتول احمد



الجوال	المرحلة	الإلا سم
	ثانوي	فاطمه عبدالله
	ثانوي	لجين ابراهيم
	ثانوي	لندی عبدالله
	ثانوي	ليلى عبدالله
	ثانوي	ماريا وضاح
	ثانوي	ماريه عمر
	ثانوي	مريم أحمد
	ثانوي	مريم علي
	ثانوي	مريم مصطفى
	ثانوي	منار خضر

الجوال	المرحلة	الإلا سم
	ثانوي	صباح خليل
	ثانوي	عرفة خليل
	ثانوي	صفية خليل
	ثانوي	صفاء عبدالمجيد
	ثانوي	صفيه ادريس
	ثانوي	طبيه أم
	ثانوي	عائشة عباس
	ثانوي	عبير حسين
	ثانوي	غلا خالد
	ثانوي	فاطمة مصطفى



الجوال	المرحلة	الإلا سم
	ثانوي	هديل جلال
	ثانوي	هناء عبد الرزاق
	ثانوي	هيفاء أسماعيل
	ثانوي	ود خالد
	ثانوي	ياقوت عيسى
	ثانوي	زينب عبد الله
	جامعة	افراح زين العابدين
	جامعة	افنان عاشور
	جامعة	الهام يونس
	جامعة	امنة احمد

الجوال	المرحلة	الإلا سم
	ثانوي	منى شفيق الله
	ثانوي	نانله عيسى
	ثانوي	نجاه آدم
	ثانوي	نجلاء صالح
	ثانوي	نعيمة حافظ
	ثانوي	نهى هاشم
	ثانوي	نوال ابراهيم
	ثانوي	نوال هاشم
	ثانوي	نور عبدالله
	ثانوي	نور عمر



الاسم	المرحلة	الجوال
خديجة أبكر	جامعة	
رجاء أبكر	جامعة	
رزان قاسم	جامعة	
رضية يوسف	جامعة	
رغد عبدالرحمن	جامعة	
رغد قاسم	جامعة	
زينه عمر	جامعة	
سارة عبدالله	جامعة	
سارة عماد	جامعة	
سجوى عبدالجبار	جامعة	

الاسم	المرحلة	الجوال
امنه عبدالقادر	جامعة	
انيسا علي	جامعة	
أسماء حسن	جامعة	
أسماء يحيى	جامعة	
أسيل أشرف	جامعة	
أفنان حسن	جامعة	
أميمة عمر	جامعة	
بشاير احمد	جامعة	
جمعة غوني	جامعة	
حمدة سعيد	جامعة	

الجوال	المرحلة	الالا سم
	جامعة	وجدان أحمد
	جامعة	وعد خليل
	متوسطة	بشرى ماجد
	متوسطة	جوري ايمن
	متوسطة	ريماس عبدالله
	متوسطة	صفاء عبدالله
	متوسطة	فاطمه ادريس
	متوسطة	ليان سامر
	متوسطة	مروة عبد الله
	جامعة	وجدان أحمد

الجوال	المرحلة	الالا سم
	جامعة	مريم فتحي
	جامعة	مليون محي الدين
	جامعة	منار رضوان
	جامعة	منار عبدالله
	جامعة	منال صالح
	جامعة	ميمونة محمد
	جامعة	ندى جدو
	جامعة	نعمة عبدالقادر
	جامعة	نور كمال
	جامعة	هناء براق



الاسم	المرحلة	الجوال
ثريا باسلوم	ثانوي	
جنى أبوبكر	ثانوي	
جنى بكر	ثانوي	
جنى محمد	ثانوي	
حكمت عبدو	ثانوي	
حنان محمد	ثانوي	
حنان محمد	ثانوي	
خديجه غراب	ثانوي	
دَانية فريد	ثانوي	
اسيه صهيب	ثانوي	

الاسم	المرحلة	الجوال
مريم لبيب	متوسطة	
ميرال أحمد	متوسطة	
هنادي عبد الرزاق	متوسطة	
أ.شهيره عبد الرزاق	معلمة	
حنان سعيد	معلمة	
زينب أبوبكر	معلمة	
سميرة عبود	معلمة	
عبير فتحي	معلمة	
مآثر عبدالوهاب	معلمة	
نهله أسامه خالد	معلمة	



الاجوال	المرحلة	الالا سم
	ثانوي	ريمان حسين
	ثانوي	زينب محمد
	ثانوي	سارة صالح
	ثانوي	ساره محمد
	ثانوي	سلمى أحمد
	ثانوي	سماح عبدالوهاب
	ثانوي	سمية أحمد
	ثانوي	سندس عبدالله
	ثانوي	شمس عبد الحميد
	ثانوي	شهد هاني



استطلاع رأي المستفيدين

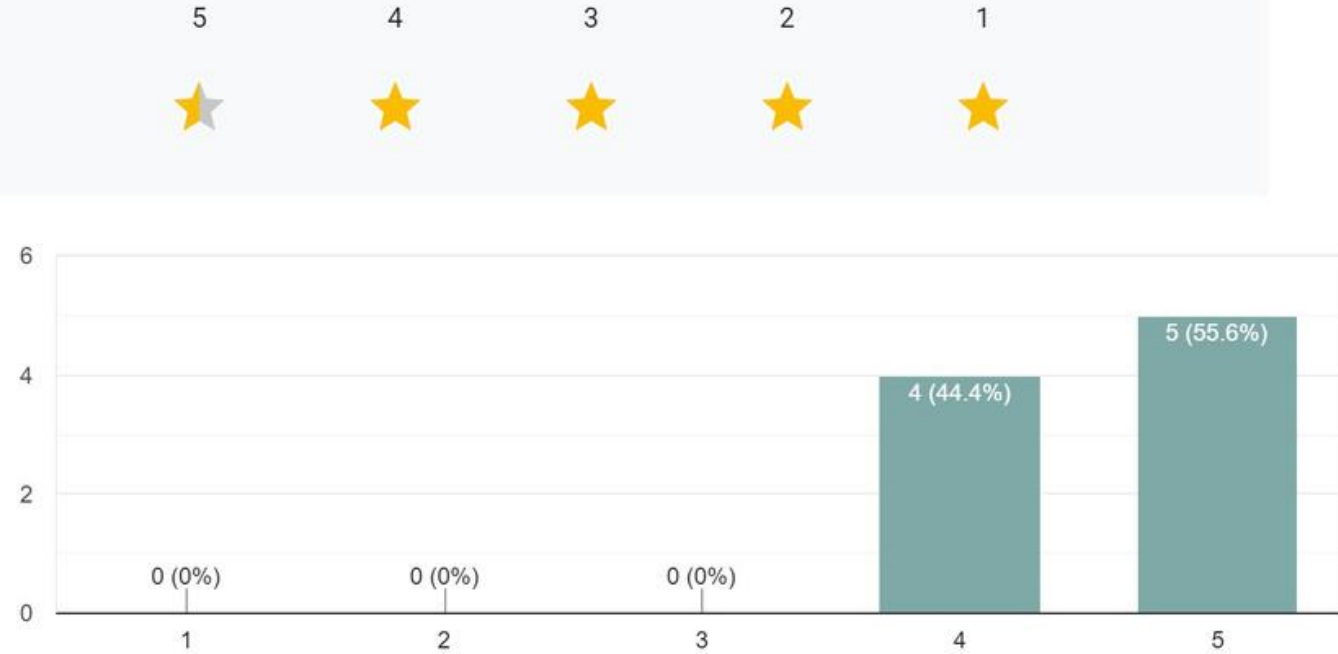


كيف تقيمين تقسيم الأنشطة وتوزيع الوقت لكل نشاط؟

9 ردود

نسخ الرسم البياني

Average rating (4.56)



برنامج تنمية الشخصية



جامعة
غرس القيم التعليمية

نسخ الرسم البياني

كيف كان أداء المدربات في توصيل المعلومات والإرشادات؟

9 ردود

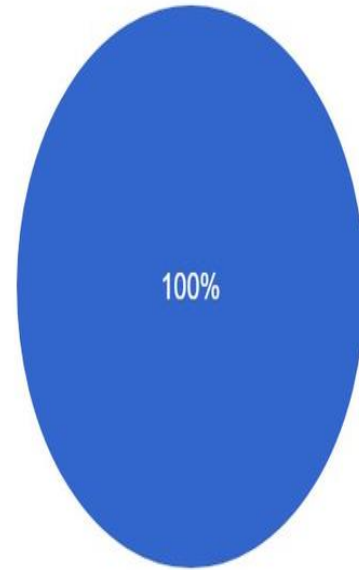
Average rating (5.00)



كيف كان تفاعل المدربات مع المشاركات؟

9 ردود

نسخ الرسم البياني



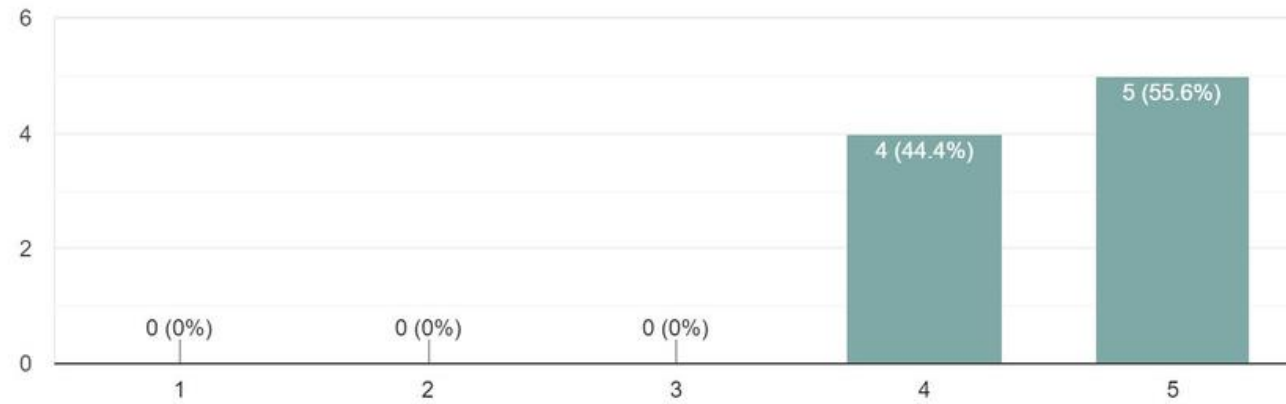
- نعم، بشكل كبير
- إلى حد ما
- لا، لم يكن هناك تفاعل كافٍ

نسخ الرسم البياني

كيف تقيّمين الأجواء العامة والبيئة في الورش؟

9 ردود

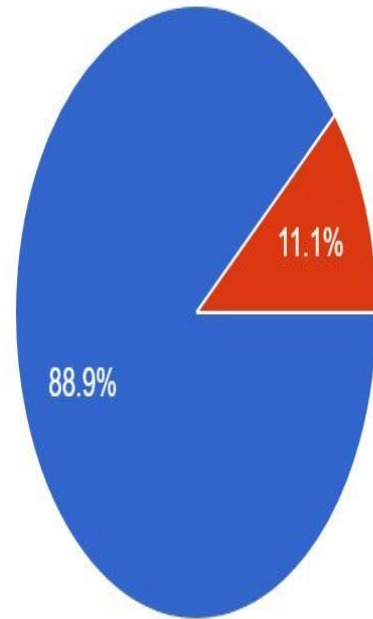
Average rating (4.56)



نسخ الرسم البياني

هل كان الديكور والأجواء متناسبة مع موضوع البرنامج؟

9 ردود



- نعم، تمامًا
- إلى حد ما
- لا، لم تكن متناسبة

برنامج تنمية الشخصية



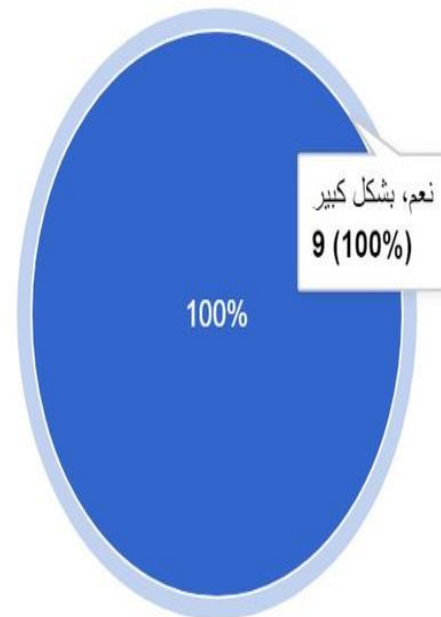
جمعية
غرس القيم التعليمية

مدى تحقيق الأهداف

نسخ الرسم البياني

هل شعرت بتحقيق تقدم في تنمية شخصيتك بعد المشاركة في البرنامج؟

9 ردود



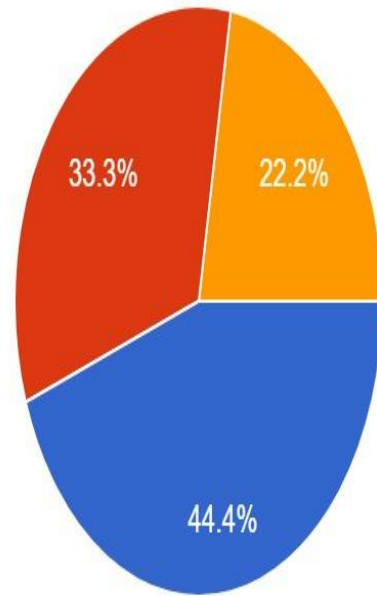
- نعم، بشكل كبير
- إلى حد ما
- لا، لم أشعر بتغيير



نسخ الرسم البياني

إلى أي مدى ساعدك البرنامج على تحقيق السكينة والتوازن النفسي؟

9 ردود



- بدرجة كبيرة جدًا
- بدرجة كبيرة
- بدرجة متوسطة
- بدرجة قليلة
- لم يساعدني على الإطلاق

برنامج تنمية الشخصية



جمعية
غرس القيم التعليمية

الخاتمة :

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبفضله يكتمل العمل ويُحَقَّق الأثر.
نسأل الله أن يكون ملتقى سكون نفس قد أضاء دروب زهراتنا المشاركات
وساهم في غرس السكينة والطمأنينة في النفوس، وفتح الآفاق نحو حياة أكثر
توازناً وسعادة. لقد كان هذا البرنامج رحلة ملهمة، جمعنا فيها قيم العمل
الجماعي والتعلم المشترك. وفريق عمل كان شعاره الإتقان والتميز.
نسأل الله أن يجعل ما قدمناه خالصاً لوجهه الكريم، وأن يبارك في جهود الجميع