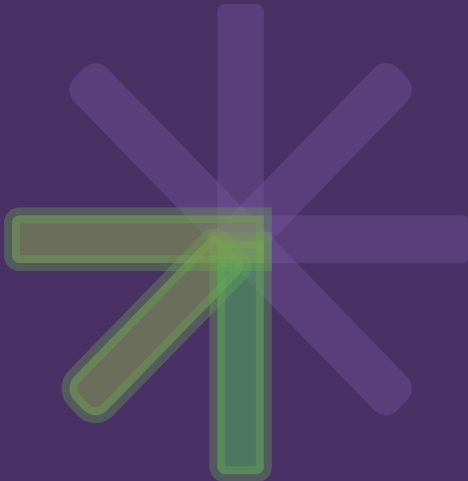


# التنظيم الذاتي وإعادة التأطير المعرفي للمديرين التنفيذيين

1 – 5 نوفمبر 2026

المنامة





## التنظيم الذاتي وإعادة التأطير المعرفي للمديرين التنفيذيين

المرجع: 282\_1004 التاريخ: 1 - 5 نوفمبر 2026 المكان: المنامة الرسوم: GBP 4300

### ملخص البرنامج

يقدم برنامج التنظيم الذاتي وإعادة التأطير المعرفي للمديرين التنفيذيين استكشافا مكثفا قائما على الأدلة لعلم الأعصاب السلوكي والإدارة الانفعالية وديناميكيات العلاقات بين الأشخاص للقادة المؤسسيين. يتطلب النجاح التشغيلي في المستويات الإدارية العليا أكثر من البراعة الفنية؛ إذ يستلزم ضبطا واعيا للدفاعات وإعادة هيكلة ذهنية متعمدة ووعيا دقيقا بالعلاقات أثناء المناقشات الخلافية. يفحص المشاركون التقييمات الشخصية ويفككون التشوهات المعرفية السلبية ويؤسسون بروتوكولات تواصل متينة للحفاظ على الاتزان في قاعات الاجتماعات عالية الضغط. تقدم هذا البرنامج مارس للتدريب المملكة المتحدة.

### المبررات المؤسسية

يؤدي التقلب الانفعالي والجمود الإدراكي لدى صناع القرار إلى تفكيك التوافق القيادي وإضعاف استبقاء المواهب وتشويه تقييم المخاطر. يساهم بناء التنظيم الداخلي المنهجي وتبني وجهات النظر المتعددة في الحد من الاحتكاك، وتقليل التردد في اتخاذ القرارات عبر وحدات الأعمال، وضمان الاستقرار التعاوني.

- تقليل الاحتكاك بين الأشخاص: إزالة أنماط التواصل الدفاعية والسلوكيات الانفعالية أثناء الخلافات الاستراتيجية المحتملة.
- وضوح القرارات: تحديد الاختطاف الانفعالي للحفاظ على التقييم الموضوعي للخيارات المؤسسية المعقدة.
- استبقاء المواهب وتعزيز التفاعل: بناء مناخ إداري متزن وقائم على التعاطف يخفض معدلات الدوران الوظيفي بين الكفاءات المتميزة.
- فاعلية التفاوض: تعزيز الإدراك الاجتماعي لفك شفرات الدوافع غير المعلنة للأطراف المقابلة وتجاوز المآزق مع أصحاب المصلحة.

### المبادئ والأساس المعرفي

- نموذج كفايات الذكاء العاطفي لجولمان Goleman Emotional Intelligence Competency Model: يوجه التدرج عبر الوعي الذاتي والإدارة الذاتية والوعي الاجتماعي وإدارة العلاقات.
- الكوتشينغ المعرفي السلوكي وأطر العلاج العقلاني الانفعالي Rational Emotive Frameworks: ضبط تمارين إعادة الهيكلة المعرفية لتحديد وتحدي وتعديل الانحيازات الإدراكية والتفكير الكارثي.
- علم الأعصاب العاطفي ومبادئ تنظيم الجهاز العصبي الذاتي Autonomic Regulation: تأصيل الممارسة التطبيقية للتحصين ضد الضغوط وتمارين التهدئة الجسدية وتعديل النغمة المبهمة.



## المشاركون المستهدفون

- مدراء القطاعات ورؤساء الوظائف المؤسسية الذين يخوضون مناقشات استراتيجية أو يقودون تحولات كبرى.
- أخصائيو تطوير المواهب والتطوير التنظيمي المعنيون بتقييم القدرات السلوكية والتفاعلية عبر المؤسسة.
- المدراء التشغيليون المنتقلون إلى هياكل الحوكمة المصفوفية حيث يحل الإقناع والتعاون محل السلطة الهرمية.
- المدراء العامون الساعون إلى اعتماد أطر منهجية لتنظيم العبء المعرفي والحد من التوترات الوظيفية.

صمم هذا المسار التدريبي خصيصاً للمدراء ذوي الخبرة والتنفيذيين الذين يديرون بيئات تشغيلية متعددة الأطراف والمسؤوليات.

## مخرجات التعلم

1. تقييم خطوط الأساس السلوكية الشخصية باستخدام استبيانات التقييم متعدد المصادر المنظمة.
2. كسر استجابات الضغط الحاد في الجهاز العصبي اللاإرادي عبر بروتوكولات التنظيم الجسدي المعتمدة.
3. تطبيق مصفوفات إعادة التأطير المعرفي لإزالة التشوهات المعرفية والنماذج الذهنية غير المجدية.
4. إدارة حوارات أصحاب المصلحة عالية المخاطر باستخدام تقنيات خفض التصعيد الحوارية المعيارية.
5. رصد الإشارات غير اللفظية والديناميكيات الاجتماعية بدقة عبر طاولة التفاوض متعددة الوظائف.
6. صياغة خارطة طريق للتطور السلوكي لمدة تسعين يوماً لترسيخ عادات الإدارة الذاتية المستدامة.

## هيكل البرنامج

### اليوم 1: بنية الذكاء العاطفي وتشخيص الوعي الذاتي

كيف يقيم القادة التنفيذيون محفزاتهم السلوكية وبنون ملفات نفسية دقيقة لخط الأساس؟

- نموذج Goleman ذو الأبعاد الأربعة وتعيين الكفايات القيادية
- وظيفة اللوزة الدماغية وديناميكيات القشرة الجبهية والاستشارة العصبية
- تفسير نتائج استبيانات التقييم متعدد المصادر وتحقيق النقاط العمياء بين الأشخاص
- تحديد المحفزات: تصنيف إدراك التهديد ومخاوف المكانة المهنية
- بروتوكولات التدوين التأملية لتعزيز الملاحظة الذاتية التنفيذية

### اليوم 2: انضباطات التنظيم الذاتي والتحسين ضد الضغوط الحادة

كيف تحتوي الاستجابات الفسيولوجية ويحافظ على صفاء الذهن أثناء مواقف الأزمات؟



- بيولوجيا الأعصاب للتنظيم الذاتي وآليات التحكم التشيبي
- بروتوكولات إعادة ضبط الجهاز العصبي الذاتي: التنفس المنضبط والتمركز الجسدي
- استراتيجيات كبح الاندفاع التفاعلي في المفاوضات عالية المخاطر
- تمارين التحصين ضد الضغوط تحت تدقيق بيانات العمل المحاكية
- وضع حواجز بيئية للحماية من الإجهاد المعرفي والاستنزاف الذهني

### اليوم 3: إعادة التأطير المعرفي وإعادة الهيكلة الذهنية

كيف يفكك صناع القرار التفسيرات المشوهة ويتبنون أطرا سردية بناءة؟

- نماذج إعادة البناء المعرفي: أطر العلاج العقلاني الانفعالي ونموذج ABCDE
- رصد التشوهات المعرفية الشائعة: التفكير الكارثي والتفكير بالأبيض والأسود
- فصل الوقائع الموضوعية عن التفسيرات السردية الذاتية
- تحويل المنظور: إعادة صياغة المواقف الخلافية إلى أسئلة لحل المشكلات
- بناء نصوص داخلية داعمة للتكيف مع بيانات عدم اليقين

### اليوم 4: التعاطف القيادي والتناغم وفك الشفرات الاجتماعية

كيف تقرأ التوترات غير المعلنة في الفرق وتعزز الشراكات عبر الوظائف المختلفة؟

- التعاطف المعرفي مقابل التعاطف العاطفي والتعاطف الرحيم
- التعبيرات الدقيقة والإشارات شبه اللغوية والتناغم الجسدي
- أطر الاستماع القيادي: تقنيات الإنصات الانتباهي والاستفساري والتوثيقي
- رسم المخططات الاجتماعية وديناميكيات القوة داخل اللجان التنفيذية
- معالجة التباينات الثقافية في التعبير العاطفي والتحفيز المهني

### اليوم 5: إتقان التفاعلات عالية المخاطر وتخطيط العمل السلوكي

كيف تتحول انضباطات التنظيم الذاتي إلى أثر تشغيلي مستدام وأداء تعاوني؟

- بروتوكولات خفض التصعيد في النزاعات المهنية المعقدة
- إدارة جلسات المساءلة الصعبة دون إثارة الاستياء الشخصي
- التماسك النفسي للمخاطبات الرسمية والمراجعات النقدية الحساسة
- دمج الرؤى المكتسبة في خطة التطور السلوكي لمدة تسعين يوما
- استشارات النظراء وجلسات النقد البناء للمحاكاة السلوكية



## المنهجية

يعتمد البرنامج على بيئة المختبر التنفيذي التفاعلي التي تجمع بين التقييمات النفسية ومحاكاة الأدوار الواقعية ومجموعات كوتشينغ النظراء الثلاثية. يحل المشاركون تسجيلات لتفاعلات مهنية، ويتدربون على إعادة ضبط الجسدي الفوري، ويفككون تحديات وظيفية سابقة ضمن إطار يتسم بالسرية والمهنية.

- نشاط مقترح: إجراء تدقيق عملي لإعادة البناء المعرفي على نزاع مهني واقعي عالي الضغط.
- نشاط مقترح: محاكاة مواجهة حادة داخل لجنة تنفيذية وتطبيق تقنيات التهدئة الجسدية اللحظية.
- نشاط مقترح: فك شفرة الإشارات الانفعالية غير اللفظية من مقاطع فيديو متتقة لمفاوضات قيادية.

## المخرج الختامي

يعد كل مشارك ملف الإدارة الذاتية التنفيذية الذي يشتمل على مراجعة تشخيصية شاملة لتقييماته السلوكية، وحقيبة أدوات التدخل للسيطرة على الضغوط الحادة، وخطة عمل مرحلية للتطور السلوكي تغطي تسعين يوما. يقدم هذا المخرج دليلا تطبيقيا للحفاظ على الاتزان المهني ورفع كفاءة التأثير القيادي فور العودة لمهام العمل.

## الأسئلة الشائعة

### ما الأدوات التشخيصية المستخدمة خلال البرنامج؟

يعمل المشاركون على استبيانات معتمدة للتقييم السلوكي متعدد المصادر متوافقة مع مصفوفات كفايات Goleman، لقياس أبعاد التنظيم الذاتي والوعي الاجتماعي بدقة.

### هل تركز هذه الدورة على المحاضرات النظرية أم التدريبات العملية؟

توازن الجلسات بدقة بين الأطر العلمية الرصينة والتمارين التطبيقية المكثفة، بما يشمل مختبرات التواصل والمحاكاة التفاعلية وورش الملاحظة السلوكية.

### كيف تساعد إعادة التأطير المعرفي المدراء التشغيليين بصورة مباشرة؟

تسهم إعادة التأطير في تفكيك ردود الفعل الدفاعية التلقائية والتشوهات المعرفية، مما يمنح المدراء القدرة على حل النزاعات التشغيلية بعقلانية متزنة بعيدا عن التوتر والانفعال.



## هل يمكن نقل حقائب الأدوات السلوكية إلى فرق العمل داخل المؤسسة؟

نعم، تم تصميم قوالب المحادثات وأوراق عمل إعادة التأطير المعرفي وموجهات المراقبة الذاتية لتكون قابلة للمواءمة والتطبيق المباشر مع الفرق التنفيذية والوظيفية.