



مركز سمو الفكر للإرشاد الأسري
Sumoo Al-Fikr Family Counseling Center

برنامج اكتشاف وتقنين الفوبيا والحد من آثارها منذ الطفولة

الاسم التجاري للفكرة

تم تصميم هذا البرنامج لتقديم الدعم للأطفال الذين يعانون من الفوبيا، مما يسمح لهم بالتعبير عن مخاوفهم والتعامل معها بطرق بناءة وأمنة. يهدف البرنامج إلى تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة المخاوف منذ الصغر وتقليل آثارها مستقبلاً.



الرؤية والرسالة

الرؤية

تعزيز الصحة النفسية للأطفال من خلال
المسح النفسي و ابتكار برامج تكتشف وتعالج
المخاوف وتمنح التوجيه الكافي المتكامل.

الرسالة

مساعدة الأطفال على اكتشاف مخاوفهم و
التغلب عليها وبناء مهارات جديدة للتعبير
عن مشاعرهم واكتساب مهارات لتجاوزها .



الوضع الراهن (القضية)

تحليل الوضع الحالي

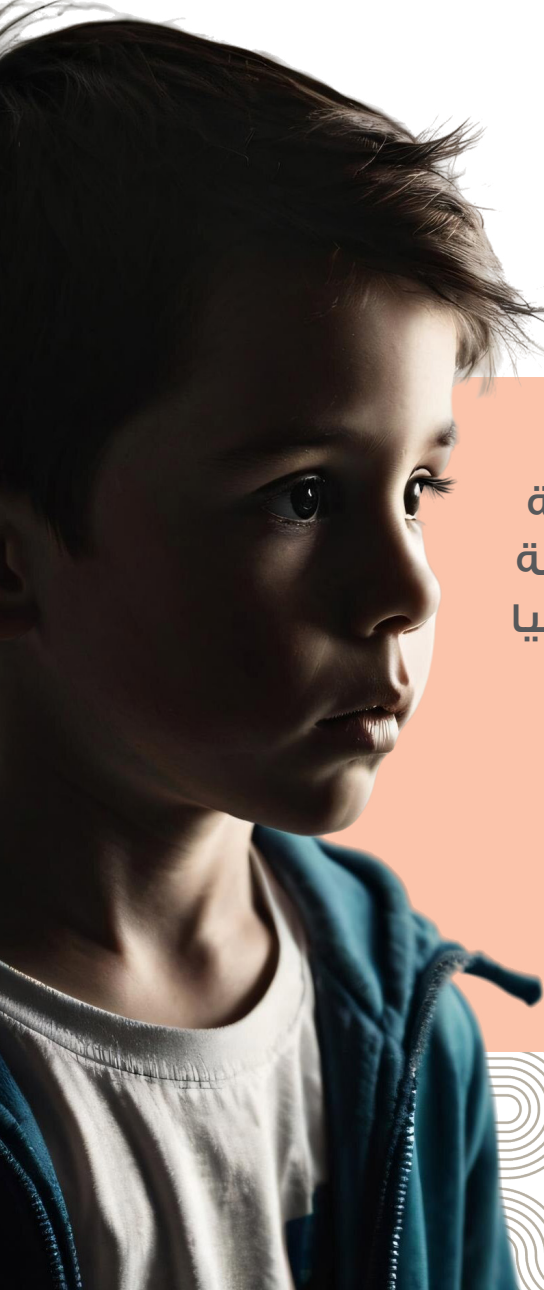
دراسة حالات

تمت دراسة حالات معينة
لأطفال في أعمار مختلفة
تظهر الأثر السلبي للفوبيا
على حياتهم اليومية.

تشير الدراسات إلى أن الفوبيا
يمكن أن تؤثر على

5-10%

من الأطفال في المدارس. هذه المشكلة
تسبب شعورًا بالعزلة وتحديات أكاديمية
 واجتماعية.



الإطار المقترح لتجاوز التحدي (الحل) حلول مبتكرة



ورش عمل مقدمي
الرعاية لتعزيز بيئة
مشجعة للتغلب
على المخاوف.



تدريب التربويين على
اكتشاف المخاوف
وتعزيز اليات تحديها.



تطوير برنامج
«أصدقاء التغلب»
حيث يتبادل الطلاب
التجارب والمشاعر.



اتباع تقنيات العلاج
السلوكي المعرفي
(CBT).



تقديم ورش عمل
تفاعلية للأطفال
حول كيفية

استراتيجيات التطبيق

استخدام الألعاب والأنشطة
التفاعلية لتخفيف التوتر



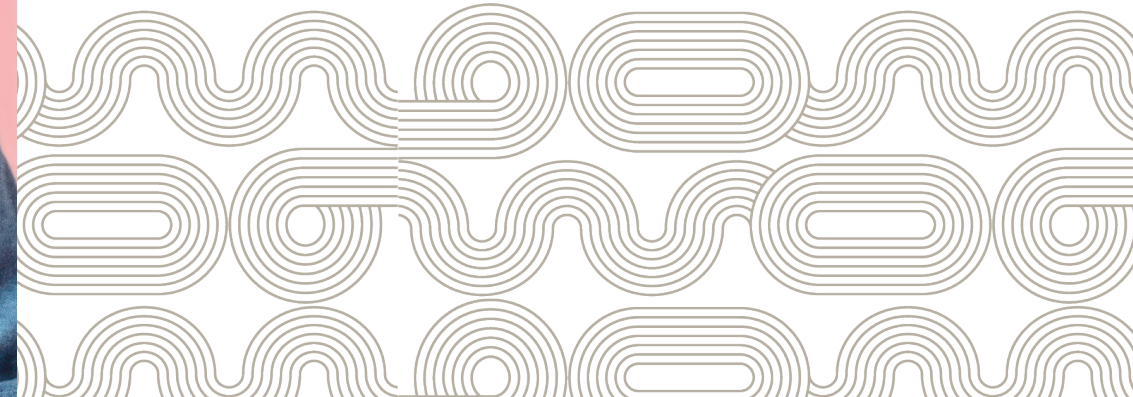
تكوين مجموعات دعم صغيرة



الملخص التنفذي

موجز شامل

يهدف هذا البرنامج إلى تعزيز الوعي حول مشاكل الفوبيا في المدارس، وتقديم حلول نوعية للتعامل معها من خلال تقديم مزايا الدعم النفسي، والتدريب، والأنشطة التفاعلية وتعريف الاطفال بالخدمات النفسية وبناء بوابة آمنة للتواصل مع الطفل مستقبلاً.



مجتمعات المستفيدين

ضمان الشمول والتنوع

استقبال جميع الطلاب بغض النظر عن
خلفياتهم الثقافية والاجتماعية.

تحديد المستفيدين

- الطلاب من عمر 6 إلى 15 سنة.
- المعلمون والمرشدون الطلابيون.
- أولياء الأمور والمجتمع المحلي.

الإطار الزمني

جدول زمني مفصل

الشهر 5



تقييم مستوى
التقدم والنجاحات
عبر الاستبيانات
و التقييم من
الطالب وذويه و
ادارة المدارس.

الشهر 4



ورش عمل تدريبية
للتربويين
محاضرات توعية
للاهالي

الشهر 2-3



تنفيذ ورش
العمل التفاعلية
المسح النفسي
للطلاب

الشهر 1



التخطيط
والتقييم
المبدئي

نطاق الأثر الجغرافي

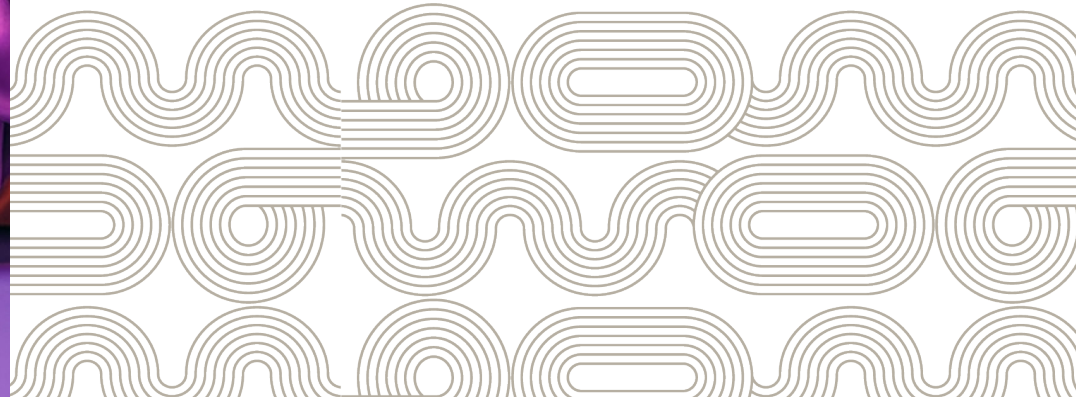
تحديد المناطق المستهدفة

مدارس المملكة
الرياض - المملكة العربية السعودية

البوصلة الاستراتيجية

استراتيجية البرنامج

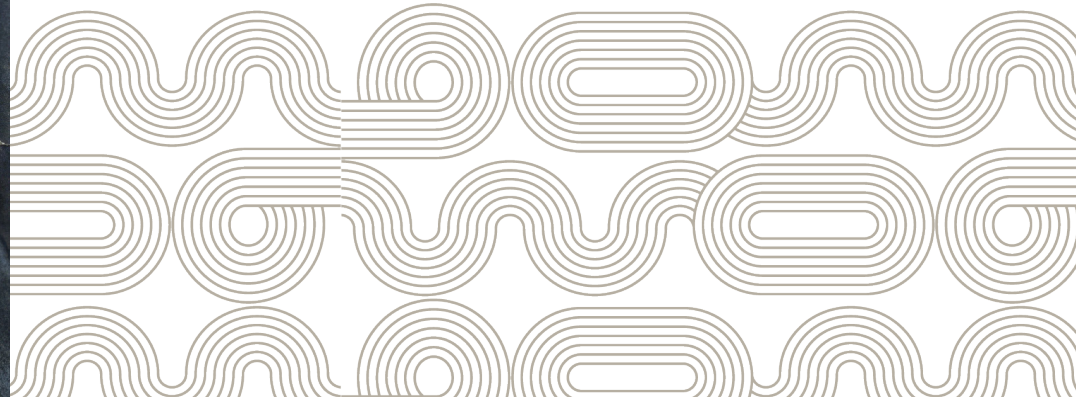
- تحسين الوعي الثقافي حول الفوبيا.
- بناء بيئات تعليمية داعمة وآمنة.





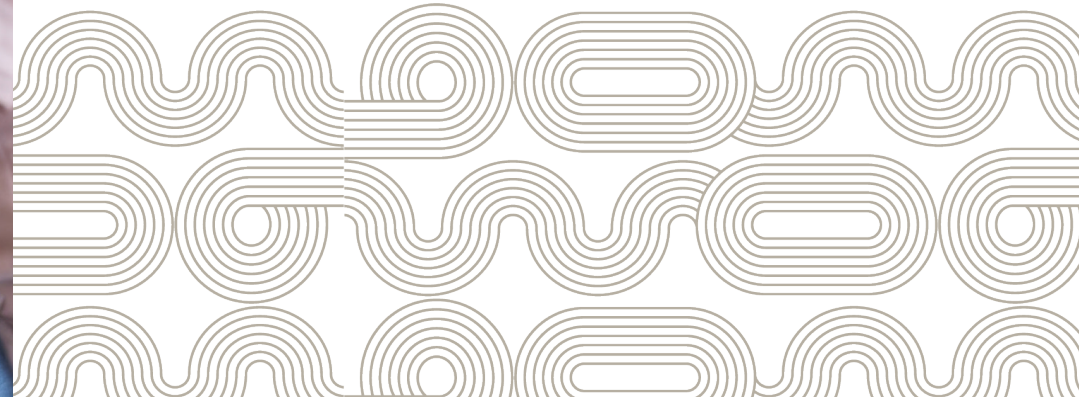
الأهداف الداعمة للمنظومة

١. زيادة الوعي بالمسائل النفسية بين الطلاب.
٢. تحسين مهارات التواصل لدى الأطفال وتعزيز التعبير الحر.
٣. تقليل حالات القوبيا بنسبة 30% خلال سنة.



الركائز الأساسية للمشروع

١. التعليم والتوعية.
٢. الدعم النفسي.
٣. المشاركة المجتمعية.



خارطة التنفيذ الزمنية

الأسبوع 13



تقييم النتائج.

الأسبوع 3-12



تنفيذ الأنشطة
وورش العمل.

الأسبوع 1-2



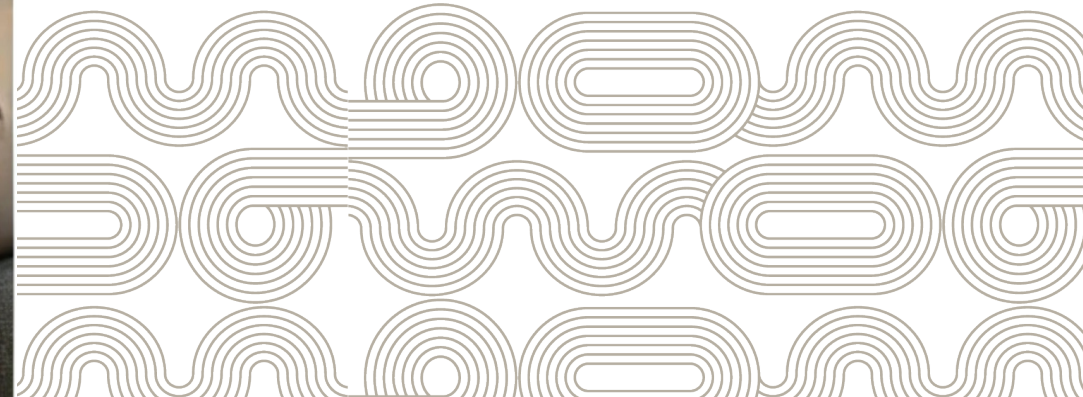
التخطيط
والتقييم
المبدئي



الخبراء والمختصين المشاركين

تحديد المشاركين

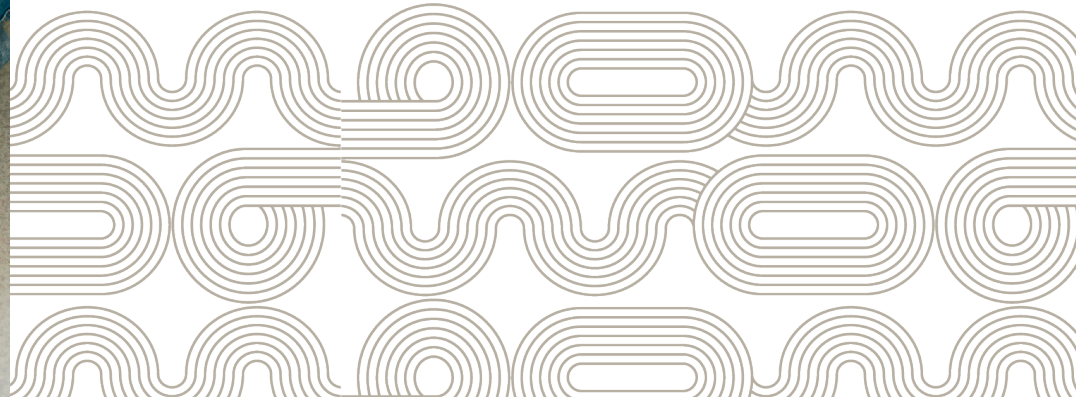
- أطباء نفسيون.
- مستشارون تربويون.
- مختصون في العلاج السلوكي.



برامج التدريب الميداني الإكلينيكي

التدريب العملي

تقديم ورش تدريبية للمعلمين حول كيفية
التعامل مع حالات الفوبيا وكيفية تقديم
الدعم الفعال.



تحديد الشراكات

تعاون مع الجامعات ومراكز الصحة
النفسية لدعم البرنامج.

الشراكات
الأكاديمية
والمهنية

منهجية التقييم والمتابعة

تطوير آلية تقييم

إجراء تقييم دوري لمستوى الوعي والتقدم
لكل المشاركين في البرنامج.

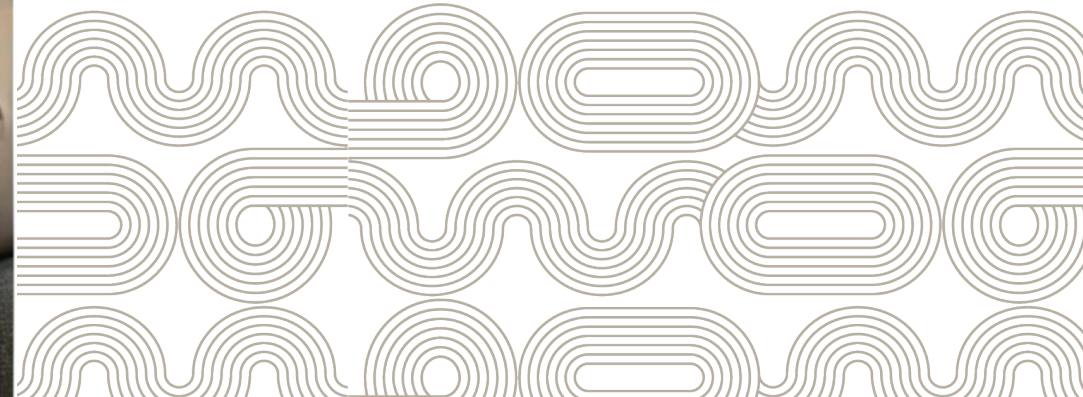
معايير القياس

- نسبة الطلاب الذين أظهروا تحسناً في حالتهم النفسية.
- عدد ورش العمل المنفذة.
- عدد الاطباء والخبراء المشاركين
- عدد الطلاب المستفيدين
- مساحات تبادل التجارب بين المشاركين.

معايير الجودة والالتزام المهني

تحديد المعايير

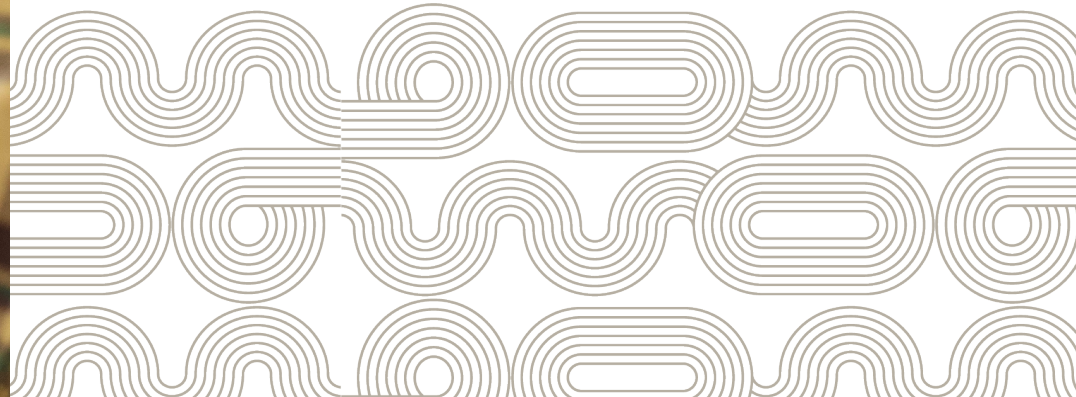
وضع معايير سجل جودة لضمان تنفيذ
البرنامج بطريقة ملائمة واحترافية.



فريق القيادة التنفيذية

تحديد الفريق

فريق من الأطباء النفسيين، المعلمين،
والمختصين في التعليم لتنفيذ البرنامج
بشكل فعال.



باقعة الخدمات المقدمة

١. ورش عمل تفاعلية.
٢. استشارات فردية وجماعية.
٣. مواد تعليمية ودعم نفسي.
٤. فحص نفسي شامل كل فترة.

