



## دورة تطبيقات الخرائط الذهنية في الحياة والعمل

استخدام الخرائط الذهنية بفعالية لتنظيم الأفكار، تحسين التفكير، دعم الإبداع، وتعزيز القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات

المدينة :	دبي	الفندق :	أتلانتس ذا بالم
تاريخ البداية :	2026-12-21	تاريخ النهاية :	2026-12-25
الفترة :	Week 1	السعر :	\$ 3950

## فكرة الدورة التدريبية

مهما اختلفت طبيعة أعمالنا أو أنماط حياتنا، سنشارك جميعاً في أننا نحيا حياة تتسم بمجموعة من الظروف ومنها تنوع أنواع الضغوط في الحياة والعمل، وتنوع الاهتمامات، وتعدد مشاغل التفكير، وتداخل محددات اتخاذ القرارات، وتنوع مصادر المعلومات، وضخامة حجم البيانات، وغيرها من الظروف التي تمثل ضغطاً كبيراً على مخ الإنسان، وتتطلب منه ضرورة الاستخدام الأمثل لقدرات هذا المخ، حتى يتمكن من تحقيق أهدافه و تطوير ذاته في ظل كل هذه الظروف.

وتعتبر الخرائط الذهنية أداة تفكير فعالة استخدمت على مر العصور بمسميات مختلفة، ولكنها قدمت حديثاً على يد الخبير البريطاني توني بوزان، والذي لقب فيما بعد بأستاذ الذاكرة. وقد أسهمت تلك الأداة الرائعة في تطوير قدراتنا على الاستخدام الفعال لإمكانيات العقل، ووصفها أحد الكتّاب بأنها نظام تشغيل العقل الذي يمكننا من استغلال قدراته التي منحنا الله إياها. وخلال هذه الدورة التدريبية المتميزة حول الخرائط الذهنية ومهارات التفكير والإبداع، سوف تتمكن من احتراف استخدام هذه الأداة الرائعة في مختلف مناحي الحياة والعمل، سواءً في تنظيم تفكيرك بشكل عام، أو إدارة أولوياتك، أو تحسين ذاكرتك، أو تطوير قدراتك في التفكير الإبداعي، أو إدارة النقاشات والاجتماعات، وكذلك تخطيط وتقديم العروض التقديمية، وتحليل المشكلات، واتخاذ القرارات، وغيرها من التطبيقات غير المحدودة لتلك الأداة الرائعة.

## أهداف الدورة التدريبية

بنهاية هذه الدورة التدريبية، سوف يكون المشاركون قادرين على:

- استخدام قدرات عقلهم بشكل أكثر فاعلية وكفاءة
- استخدام الخرائط الذهنية في:
  - تنظيم التفكير وزيادة التركيز والقدرة على التذكر
  - التخطيط لحياتهم، وإدارة أولوياتهم
  - الوصول لحلول إبداعية لمشكلات العمل والحياة
  - تخطيط وتقديم عروض تقديمية متميزة
  - إدارة النقاشات والاجتماعات بشكل احترافي

## الفئات المستهدفة

هذه الدورة التدريبية موجهة لـ:

- هذه الدورة التدريبية حول الخرائط الذهنية ومهارات التفكير مناسبة لجميع الأفراد بمختلف تخصصاتهم واهتماماتهم ومستوياتهم

التنظيمية، وخاصة المهتمين بتطوير قدرتهم في التفكير والاستخدام الأمثل لإمكانيات العقل.

## منهجية الدورة

تعتمد هذه الدورة على منهجية تعليمية معرفية-تطبيقية، تهدف إلى تطوير مهارات التفكير المنظم باستخدام الخرائط الذهنية كأداة علمية معتمدة. يتم تقديم المفاهيم الأساسية للتفكير وأنواعه ومعوقاته، ثم الانتقال تدريجيًا إلى بناء الخرائط الذهنية وفق المنهجيات المعروفة عالميًا (Tony Buzan Method). تركز المنهجية على التعلم بالممارسة من خلال تمارين فردية وجماعية، والعصف الذهني، وربط الخرائط الذهنية بحل المشكلات، اتخاذ القرار، والعروض التقديمية. كما يتم توظيف الخرائط الذهنية كوسيلة لتعزيز الإبداع وتنمية التفكير الجماعي، بما يضمن نقل أثر التعلم إلى الواقع العملي والمهني.

## محاور الدورة

### اليوم الأول: المدخل لعملية التفكير والخرائط الذهنية

- ماهي عملية التفكير
- أنواع التفكير
- معوقات التفكير الفعال
- ماهي الخرائط الذهنية
- الأفكار الأساسية للخرائط الذهنية
- فوائد الخرائط الذهنية

### اليوم الثاني: رسم الخرائط الذهنية

- خطوات رسم الخرائط الذهنية
- العوامل المشتركة لجميع الخرائط الذهنية
- أنواع الخرائط الذهنية
- استخدامات الخرائط الذهنية
- أخطاء في رسم الخرائط الذهنية

### اليوم الثالث: تطبيقات عملية للخرائط الذهنية

- كيفية استخدام الخرائط الذهنية في العروض والاجتماعات
- الدمج بين الخرائط الذهنية ونماذج الإقناع
- استخدام الخرائط الذهنية في حل المشكلات واتخاذ القرارات
- الدمج بين الخرائط الذهنية والخطوات العلمية لحل المشكلات

- أخطاء تفكير شائعة في حل المشكلات

#### اليوم الرابع: الخرائط الذهنية الجماعية

- ماهي الخرائط الذهنية الجماعية
- استخدام العصف الذهني لرسم الخرائط الذهنية
- قواعد العصف الذهني الفعال
- أفكار ونصائح عملية لفاعلية العصف الذهني
- أدوات تساعدك على رسم الخرائط الذهنية

#### اليوم الخامس: استخدام الخرائط الذهنية في الابداع

- ماهي الإبداع وأهميته
- قواعد أساسية للشخصية الإبداعية
- استخدام الخرائط الذهنية لتطبيق منهجية SCAMPER في الابداع
- التعامل مع معوقات الإبداع
- خطة تطوير شخصية

### الشهادات المُعتمَدة

عند إتمام هذا البرنامج التدريبي بنجاح، سيحصل المشاركون على شهادة رسمية صادرة عن مركز هاي بوينت للتدريب والاستشارات الإدارية، تثبت المعرفة المتخصصة والمهارات المهنية التي اكتسبوها خلال الدورة. تعد هذه الشهادة بمثابة دليل رسمي على كفاءتهم المهنية والتزامهم الراسخ بالتطوير الذاتي المستمر والتقدم الوظيفي. علاوة على ذلك، تمثل إضافة نوعية هامة إلى سيرتهم المهنية، مما يعزز فرص التقدم الوظيفي ويقوي آفاق التميز والتفوق داخل مؤسساتهم وفي سوق العمل بشكل عام.