

سكينة  
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود  
Princess Alanood Foundation



# دبلوم الحماية واستراتيجيات الوقاية \_\_\_\_\_ 2026م \_\_\_\_\_



## مقدمة

تتصدر مكافحة المؤثرات العقلية والاستراتيجيات الوقائية قائمة الأولويات التنموية والاقتصادية والأمنية في السياسات العالمية المعاصرة باعتبارها المسار الأكثر فاعلية واستدامة في تحصين المجتمعات وحماية مكتسباتها البشرية. وإيماناً بأن الوقاية الاستباقية هي حجر الأساس في بناء ونهضة المجتمع، تقدم مؤسسة العنود الخيرية ممثلة في مركز سكينة للوقاية هذا الدبلوم المتخصص لتأهيل كفاءات وطنية قادرة على قيادة منظومة الحماية والوقاية وفق معايير مهنية وعلمية. يرتكز الدبلوم على رؤية شمولية تتجاوز الأنماط التقليدية حيث يزود المتدربين بالمعرفة النظرية والمهارات التطبيقية لتمكينهم من تصميم وتنفيذ تدخلات وقائية نوعية تدمج بين الأطر العلمية من النواحي البيولوجية والنفسية والاجتماعية والمبادئ والقيم الأخلاقية والدينية كما يعنى الدبلوم بترسيخ مفهوم التوازن في الحياة المعاصرة في ظل تغيراتها المتسارعة بما يضمن إرساء بيئة صحية تساهم في الارتقاء بجودة الحياة وحماية أمن المجتمع وقوته.

## تفاصيل البرنامج

**عدد المتدربين:** يستهدف الدبلوم عدداً محدوداً من المتدربين لضمان جودة التعليم والتفاعل بحد أقصى 30 متدرباً في الدفعة الواحدة.

### إجمالي الساعات التدريبية للدبلوم:

[200] ساعة تدريبية موزعة بين الجانب المعرفي النظري والجانب التطبيقي العملي بما يضمن تحقيق التكامل بين بناء المعرفة العلمية وتنمية المهارات التطبيقية لدى المشاركين:

- [150] ساعة تدريبية من إجمالي الساعات للمكون المعرفي والنظري.
- [50] ساعة تدريبية للمكون التطبيقي والعملي.

## منهجية التعليم والتقييم

يعتمد الدبلوم منهج التعليم المتوازن الذي يجمع بين الجانب النظري والتطبيقي لضمان بناء المعرفة وتنمية المهارات :

### المكون المعرفي والنظري :

يتضمن محاضرات تفاعلية وحلقات نقاش ودراسات حالات وقراءات موجهة من أحدث الأبحاث العلمية. يركز التقييم الفعلي على قياس استيعاب المشاركين للمفاهيم العلمية والنظريات الوقائية والأطر الأخلاقية والدينية.

### المكون التطبيقي والعملية:

يشمل ورش عمل تطبيقية ومحاكاة عملية وتدريباً مكثفاً يمكنهم من التطبيق ميدانياً. يتم تقييم الأداء العملي من خلال مشروع تخرج جماعي يتضمن تصميم وتنفيذ حقيبة وقائية متكاملة وعروض تقديمية وتقييمات عملية للمهارات المكتسبة في إطار فرق عمل مما يعزز من مهارات التعاون والتخطيط المشترك.

## الإطار العلمي والأهداف الاستراتيجية:

ينطلق هذا الدبلوم من إطار علمي متكامل يتبنى نهج الوقاية الشاملة مع التركيز على تعزيز وترسيخ مهارات الحماية لدى الأفراد والمجتمع لمواجهة تحديات تعاطي المؤثرات العقلية، يعتمد البرنامج على مبادئ الوقاية القائمة على الأدلة العلمية ويغطي المستويات الثلاثة للوقاية وفق التصنيف الدولي :

### 01 المستوى الأول من الوقاية :

يهدف إلى منع حدوث المشكلة من الأساس من خلال تعزيز عوامل الحماية وتقليل عوامل الخطورة لدى الأفراد والمجتمع تشمل هذه المرحلة تنمية المهارات الحياتية وتعزيز الصحة النفسية وغرس القيم الدينية والأخلاقية وبناء بيئات داعمة.

### 02 المستوى الثاني من الوقاية :

يركز على الكشف المبكر عن المشكلات السلوكية والتدخل السريع للحد من تفاقمها يستهدف هذ المستوى الأفراد الذين تظهر عليهم علامات مبكرة للخطر وتهدف إلى تقديم الدعم والإرشاد اللازمين لإعادتهم إلى مسار النمو السوي.

### 03 المستوى الثالث من الوقاية :

يعنى بتقليل الأضرار الناتجة عن مشكلات التعاطي القائمة ومنع الانتكاسات وتعزيز التعافي المستدام وإعادة الاندماج المجتمعي للأفراد المتعافين تهدف هذه المرحلة إلى تحسين جودة الحياة وضمان الاستقرار على المدى الطويل.

## الأهداف الاستراتيجية للدبلوم:

- تزويد المتدربين بالمعرفة المهنية حول العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية والدينية المؤثرة في دوافع تعاطي المؤثرات العقلية.
- تنمية مهارات تصميم وتنفيذ وتقييم وقياس أثر برامج وقائية فعالة تستند إلى الأدلة العلمية وتراعي العوامل البيئة والثقافية والاجتماعية المختلفة.
- تعزيز قدرة المتدربين على الكشف المبكر عن السلوكيات الخطرة وتقديم التدخلات للحماية المناسبة.
- تأهيل المتدربين لدعم مسارات التعافي ومنع الانتكاسة وتعزيز الاندماج المجتمعي للمتعافين.
- تطوير مهارات المتدربين القيادية لتمكينهم من قيادة المبادرات الوقائية في المؤسسات المعنية والمجتمع.
- غرس المفاهيم المهنية الصحيحة في مجال الوقاية والأساليب المناسبة لطبيعة المستفيدين واحتياجاتهم.

## منهج البرنامج

يشتمل البرنامج على **سبعة مواد** تعليمية متكاملة مصممة لتغطية الجوانب النظرية والتطبيقية للوقاية موزعة على **ثلاثة أشهر**.

### المواد التعليمية

#### ■ المادة الأولى / مهارات التواصل والتأثير القيادي في العمل الوقائي

يركز هذا المحور على تزويد المشاركين بالمهارات الأساسية في الحوار الفعال ومهارات الإلقاء والتأثير في الآخرين، وهي مهارات أساسية لأي متخصص في العمل الوقائي لضمان إيصال الرسائل الوقائية بفاعلية وبناء علاقات إيجابية مع الفئات المستهدفة والبيئة التي يعمل بها.

#### ■ المادة الثانية / أسس النمو البشري والصحة النفسية

يتناول هذا المحور مراحل النمو النفسي والاجتماعي ودور الأسرة في التنشئة السوية وتأثير البيئة المحيطة على بناء الشخصية والحصانة النفسية والأخلاقية. كما يستعرض مفهوم الصحة النفسية من منظور شامل وعلاقتها بالتربية الدينية وأثرها في الوقاية.

#### ■ المادة الثالثة / دراسة أنواع المؤثرات العقلية وطبيعتها وفهم اضطرابات تعاطيها

يركز هذا المحور على تحليل ظاهرة التعاطي من منظور متعدد الأبعاد [بيولوجي، نفسي، اجتماعي]. يشمل آليات عمل المؤثرات العقلية على الدماغ والعوامل النفسية والاجتماعية المؤدية للتعاطي وأنماط السلوك الإدماني.

## ■ المادة الرابعة | استراتيجيات التدخل الوقائي

يغطي هذا المحور مستويات الوقاية الثلاثة [الأول والثاني والثالث] والفروق بينها وفق تصنيف معهد الطب [IOM]. يتضمن التدريب على نماذج الإرشاد الفعالة [مثل الإرشاد المعرفي، السلوكي، مهارات المقابلة، الدافعية] واستراتيجيات الوقاية في البيئات المختلفة ومراعاة الفروق الفردية والثقافية في تصميم التدخلات الوقائية.

## ■ المادة الخامسة / القيم الدينية والتوازن الشامل

يستكشف هذا المحور دور التربية الدينية وقيمها في تعزيز الصحة النفسية والاجتماعية والأخلاقية كعامل حماية أساسي كما يقدم مفهوم [توازن الحياة] وأهميته في تحقيق التوازن في مختلف جوانب حياة الفرد .

## ■ المادة السادسة / مسارات التعافي وإدارة الحالات

يتناول هذا المحور معرفة المدارس العلاجية وبرامج التأهيل المتبعة في مجال التعافي من التعاطي ويركز على استراتيجيات منع الانتكاسة ودعم الاندماج المجتمعي وبروتوكولات الإحالة العلاجية وأخلاقيات التعامل مع الحالات.

## ■ المادة السابعة / إدارة وتقييم البرامج الوقائية

يهدف هذا المحور إلى تمكين المشاركين من تصميم وإدارة وتقييم المبادرات والبرامج الوقائية على المستوى المؤسسي والمجتمعي والفردى تشمل تعزيز مهارات القيادة والتواصل الفعال ومهارات الإلقاء والتأثير واستخدام أدوات القياس لتقييم الأثر.

## المخرجات المهنية

عند إتمام هذا الدبلوم سيكون الخريج مؤهلاً لامتلاك مجموعة متكاملة من الكفاءة والمهارة المهنية التي تمكنه من ممارسة العمل الوقائي بفاعلية واحترافية تشمل هذه المخرجات.

| م | المخرجات                      |
|---|-------------------------------|
| 1 | فهم معايير الوقاية المهنية    |
| 2 | تحليل وتقييم المخاطر          |
| 3 | الإرشاد والتدخل المبكر        |
| 4 | دعم التعافي والاندماج         |
| 5 | مهارات أخصائي الوقاية الشخصية |
| 6 | تصميم وتنفيذ البرامج الوقائية |
| 7 | التمكين والقيادة الوقائية     |

## الفئات المستهدفة

صمم هذا الدبلوم خصيصا للمهنيين والعاملين في المجالات ذات الصلة بالوقاية والحماية المجتمعية ومنهم:

- العاملون في مجال الوقاية والحماية في قطاع الأمن العام [أي قطاع عسكري] المعنيون بوقاية أفراد القطاع من التعاطي.
- المختصون في الخدمة الاجتماعية وعلم النفس والتربية.
- المرشدون الطلابيون والمشرفون التربويون.
- الكوادر الصحية المعنية بالتوعية والوقاية.
- المرشدون الدينيون والتربويون والمهتمون بالإصلاح المجتمعي.



## الجدول الزمني التفصيلي :

يتوزع البرنامج التدريبي على مدار ثلاثة أشهر (13 أسبوعاً) بإجمالي 200 ساعة تدريبية بمعدل 15 ساعة تدريبية أسبوعياً، عدا الأسبوع الأول (20 ساعة تدريبية)، مقسمة بين الجانب النظري والتطبيقي (75% نظري - 25% تطبيقي) وذلك على النحو التالي:

### الشهر الأول (80 ساعة تدريبية - نظري)

#### 1 الأسبوع الأول (من المادة الأولى) :

**مهارات التواصل والتأثير القيادي في العمل الوقائي:** يركز هذا المحور على تزويد المشاركين بالمهارات الأساسية في الحوار الفعال ومهارات الإلقاء والتأثير في الآخرين، وهي مهارات أساسية لأي متخصص في العمل الوقائي لضمان إيصال الرسائل الوقائية بفاعلية وبناء علاقات إيجابية مع الفئات المستهدفة والبيئة التي يعمل بها. (20 ساعة نظري).

#### 2 الأسبوع الثاني (من المادة الثانية) :

**مقدمة في النمو البشري والصحة النفسية:** مراحل النمو النفسي والاجتماعي دور الأسرة في التنشئة السوية تأثير البيئة على بناء الشخصية وتوكيد الذات. (15 ساعة نظري).

#### 3 الأسبوع الثالث (من المادة الثانية) :

**مفهوم الصحة النفسية الشاملة:** الأبعاد النفسية والاجتماعية والدينية للصحة النفسية عوامل الحصانة النفسية والأخلاقية والقبول والالتزام. (15 ساعة نظري).

#### 4 الأسبوع الرابع (من المادة الثالثة):

**دراسة أنواع المؤثرات العقلية وفهم اضطرابات تعاطيها:** الآليات البيولوجية والعصبية للتعاطي نظام المكافأة في الدماغ تأثير المواد على السلوك والصحة النفسية ومفهوم الإدمان ومآله والتشخيص المزدوج. (15 ساعة نظري).

## 5 الأسبوع الخامس (من المادة الثالثة):

**دراسة الدوافع النفسية والاجتماعية والبيئية للتعاطي :** دور الضغوط النفسية تأثير الأقران العوامل الأسرية والمجتمعية والمهنية أنماط السلوك واضطراب الشخصية وعلاقته بالتعاطي . [15 ساعة نظري].

## الشهر الثاني ( 60 ساعة تدريبية - نظري )

## 6 الأسبوع السادس (من المادة الرابعة) :

**تعريف الوقاية:** مفهومها الصحيح، شروطها، طرق التخطيط لها، واقعها، دراسة مستوياتها المستوى الأول والثاني والثالث [نموذج معهد الطب IOM] مبادئ الوقاية القائمة على الأدلة، عرض نماذج محلية وعالمية والمقارنة بينها [15 ساعة نظري]

## 7 الأسبوع السابع (من المادة الرابعة) :

**استراتيجيات التدخل الوقائي والإرشادي :** نماذج الإرشاد الفردي والجمعي الفعالة [مثل الإرشاد المعرفي السلوكي المقابلة الدافعية] مسارات الوقاية في البيئات المختلفة المجتمعية الأسرية التعليمية الأمنية المهنية . [15 ساعة نظري].

## 8 الأسبوع الثامن (من المادة الخامسة) :

**دور القيم الدينية في الوقاية:** أثر التربية الدينية والقيم الأخلاقية في تعزيز الصحة النفسية والاجتماعية بناء الحصانة الذاتية من منظور قيمي. [15 ساعة نظري].

## 9 الأسبوع التاسع (من المادة الخامسة) :

**تطبيق مفهوم توازن الحياة:** الأبعاد المتوازنة لحياة الفرد [الصحية، الدينية الاجتماعية، التعليمية، المهنية، الصحة المادية، الطموح] مهارات التقييم والتخطيط لها والتطبيق لتحقيق التوازن . [15 ساعة نظري].

## الشهر الثالث ( 60 ساعة تدريبية - 45 ساعة نظري - 15 ساعة تطبيقي)

### 10 الأسبوع العاشر (من المادة السادسة) :

**مسارات التعافي من التعاطي :** المدارس العلاجية وبرامج التأهيل استراتيجيات منع الانتكاسة دعم المتعافين. [15 ساعة نظري].

### 11 الأسبوع الحادي عشر (من المادة السادسة) :

**طرق ومهارات اكتشاف حالات التعاطي ومهارات خلق الدافعية للعلاج والإحالة المهنية :** دراسة سمات التعاطي وسلوك الشخصية الإدمانية وطرق التدخل معها، وبروتوكولات الإحالة، أخلاقيات المهنة السرية والخصوصية، دور أخصائي الوقاية في فريق التعافي . [15 ساعة تطبيقي].

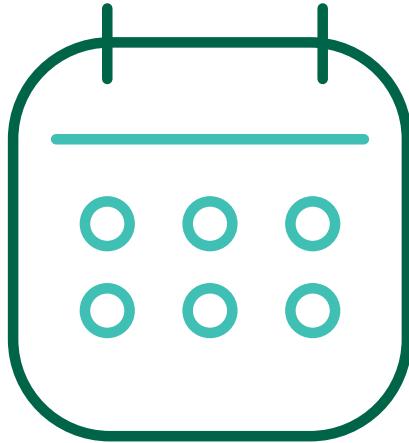
### 12 الأسبوع الثاني عشر (من المادة السابعة) :

**تصميم وإدارة البرامج الوقائية:** مبادئ تصميم المبادرات الوقائية القيادة الفعالة للفرق الوقائية التخطيط الاستراتيجي للوقاية. [15 ساعة تطبيقي].

### 13 الأسبوع الثالث عشر (من المادة السابعة):

**تقييم البرامج الوقائية ومشروع التخرج:** أدوات قياس الأثر مؤشرات الأداء عرض ومناقشة مشاريع التخرج [الحقائب الوقائية المتكاملة] [15 ساعة تطبيقي].

## الجدول الزمني المقترح:



## الأسبوع الأول:

تدريب مكثف لمدة خمسة أيام، من يوم الأحد إلى يوم الخميس.



## بقية الأسابيع التدريبية:

تُعقد ثلاثة أيام أسبوعيًا [الأحد - الاثنين - الأربعاء].



| الشهر الأول                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>المادة الأولى:</b> مهارات التواصل والتأثير القيادي في العمل الوقائي:</p> <p>يركز هذا المحور على تزويد المشاركين بالمهارات الأساسية في الحوار الفعال ومهارات الإلقاء والتأثير في الآخرين، وهي مهارات أساسية لأي متخصص في العمل الوقائي لضمان إيصال الرسائل الوقائية بفاعلية وبناء علاقات إيجابية مع الفئات المستهدفة والبيئة التي يعمل بها. [20 ساعة نظري]</p> | <p><b>الأسبوع الأول :</b></p> <p>30 - 31 أغسطس - 2 سبتمبر 2026م</p>           |
| <p><b>المادة الثانية:</b> مقدمة في النمو البشري والصحة النفسية :</p> <p>مراحل النمو النفسي والاجتماعي دور الأسرة في التنشئة السوية تأثير البيئة على بناء الشخصية وتوكيد الذات.</p>                                                                                                                                                                                  | <p><b>الأسبوع الثاني :</b></p> <p>6-7-9 سبتمبر 2026م</p>                      |
| <p><b>المادة الثالثة:</b> مفهوم الصحة النفسية الشاملة:</p> <p>الأبعاد النفسية والاجتماعية والدينية للصحة النفسية عوامل الحصانة النفسية والأخلاقية والقبول والالتزام.</p>                                                                                                                                                                                            | <p><b>الأسبوع الثالث :</b></p> <p>13-14-16 سبتمبر 2026م</p>                   |
| <p><b>المادة الرابعة:</b> مقدمة عامة عن الوقاية:</p> <p>الآليات البيولوجية والعصبية للتعاطي نظام المكافأة في الدماغ تأثير المواد على السلوك والصحة النفسية ومفهوم الإدمان ومآله والتشخيص المزدوج.</p>                                                                                                                                                               | <p><b>الأسبوع الرابع :</b></p> <p>20-21-22 سبتمبر 2026م</p> <p>- يوم وطني</p> |
| الشهر الثاني                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                               |
| <p><b>المادة الأولى:</b> دراسة الدوافع النفسية والاجتماعية والبيئية للتعاطي :</p> <p>دور الضغوط النفسية تأثير الأقران العوامل الأسرية والمجتمعية والمهنية أنماط السلوك واضطراب الشخصية وعلاقته بالتعاطي.</p>                                                                                                                                                        | <p><b>الأسبوع الخامس :</b></p> <p>27-28-30 سبتمبر 2026م</p>                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <p><b>المادة الثانية: تعريف الوقاية:</b></p> <p>مفهومها الصحيح، شروطها، طرق التخطيط لها، واقعها، دراسة مستوياتها المستوى الأول والثاني والثالث (نموذج معهد الطب IOM) مبادئ الوقاية القائمة على الأدلة، عرض نماذج محلية وعالمية والمقارنة بينها.</p>                           | <p><b>الأسبوع السادس :</b><br/><b>4-5-7 أكتوبر 2026م</b></p>        |
| <p><b>المادة الثالثة: استراتيجيات التدخل الوقائي والإرشادي :</b></p> <p>نماذج الإرشاد الفردي والجمعي الفعالة [مثل الإرشاد المعرفي السلوكي المقابلة الدافعية] مسارات الوقاية في البيئات المختلفة المجتمعية الأسرية التعليمية الأمنية المهنية .</p>                             | <p><b>الأسبوع السابع :</b><br/><b>11-12-14 أكتوبر 2026م</b></p>     |
| <p><b>المادة الرابعة: دور القيم الدينية في الوقاية:</b></p> <p>أثر التربية الدينية والقيم الأخلاقية في تعزيز الصحة النفسية والاجتماعية بناء الحصانة الذاتية من منظور قيمي.</p>                                                                                                | <p><b>الأسبوع الثامن :</b><br/><b>18-19-21 أكتوبر 2026م</b></p>     |
| <p><b>الشهر الثالث</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                     |
| <p><b>المادة الأولى: تطبيق مفهوم توازن الحياة:</b></p> <p>الأبعاد المتوازنة لحياة الفرد [ الصحة، الدينية الاجتماعية، التعليمية، المهنية، الصحية المادية، الطموح ] مهارات التقييم والتخطيط لها والتطبيق لتحقيق التوازن.</p>                                                    | <p><b>الأسبوع التاسع :</b><br/><b>25-26-28 أكتوبر 2026م</b></p>     |
| <p><b>المادة الثانية: مفهوم الاستردادية وبرامج مهارات الحياة:</b></p> <p>مهارات الحياة والتجارب الفعالة في الوقاية -الاستردادية وتجارب الوقاية الأكثر فاعلية .</p>                                                                                                            | <p><b>الأسبوع العاشر :</b><br/><b>1-2-3 نوفمبر 2026م</b></p>        |
| <p><b>المادة الثالثة: طرق ومهارات اكتشاف حالات التعاطي ومهارات خلق الدافعية للعلاج والإحالة المهنية :</b></p> <p>دراسة سمات التعاطي وسلوك الشخصية الإدمانية وطرق التدخل معها، وبروتوكولات الإحالة، أخلاقيات المهنة السرية والخصوصية، دور أخصائي الوقاية في فريق التعافي .</p> | <p><b>الأسبوع الحادي عشر :</b><br/><b>8-9-11 نوفمبر 2026م</b></p>   |
| <p><b>المادة الرابعة: نماذج برامج الوقاية الفعالة:</b></p> <p>تكامل الوقاية مع العلاج وتغيير السلوك .بعض نماذج الوقاية ثابتة الفعالية علميا في بيئة العمل.</p>                                                                                                                | <p><b>الأسبوع الثاني عشر :</b><br/><b>15-16-17 نوفمبر 2026م</b></p> |
| <p><b>المادة الخامسة: تقييم البرامج الوقائية ومشروع التخرج:</b></p> <p>أدوات قياس الأثر مؤشرات الأداء عرض ومناقشة مشاريع التخرج [الحقائب الوقائية المتكاملة].</p>                                                                                                             | <p><b>الأسبوع الثالث عشر :</b><br/><b>22-23-25 نوفمبر 2026م</b></p> |

## الخاتمة:

يمثل هذا الدبلوم المتقدم استثماراً في بناء كفاءات وطنية متخصصة في مجال الحماية واستراتيجيات الوقاية يهدف البرنامج إلى تخريج أخصائيين في مجال الوقاية يمتلكون رؤية علمية شاملة ومهارات تطبيقية متقدمة والتزاماً مهنيًا أخلاقياً ودينياً ليكونوا قادة فاعلين في حماية الأفراد والمجتمع من أخطار تعاطي المؤثرات العقلية والمساهمة في تحقيق مجتمع أكثر صحة وأماناً وتقدماً.

سكينة  
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود  
Princess Alanood Foundation



تواصل معنا

[sakeenh@alanood.org.sa](mailto:sakeenh@alanood.org.sa)