JUPITER PRIME

Consulting • Training • Advisory

جوبيتر برايم للاستشارات والتدريب

كتيّب الدورة

دورة التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية

30 نوفمبر – 4 ديسمبر 2026

دار السلام

info@jupiterprime.uk

jupiterprime.uk

مسجّلة في المملكة المتحدة والمملكة العربية السعودية

دورة التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية

المرجع: 88251_2355 **التاريخ:** 30 نوفمبر – 4 ديسمبر 2026 **المكان:** دار السلام **الرسوم:** GBP 5300

التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية دورة تدريبية مدتها أسبوع لكبار التنفيذيين الذين يغيرون الاتجاه بسرعة ويحافظون في الوقت نفسه على طاقتهم، ويخرج منها كل مشارك بدليل التحول والتعافي الشخصي. فتقلب الأسواق وقصر دورات القرار يعاقبان اليوم التحول المتأخر والقائد المنهك على حد سواء. وتقدم جوبيتر برايم للتدريب هذه الدورة للتنفيذيين الذين يتحملون عبء تغيير المسار مرة بعد أخرى.

لماذا يهم التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية الآن

تشكل ثلاث قوى هذا الموضوع اليوم. فالإشارات المتعلقة بالعملاء والتكاليف والتقنية تصل أسرع مما تستوعبه دورة التخطيط السنوية، ومجالس الإدارة والمستثمرون ينتظرون استجابة ظاهرة خلال أسابيع لا فصول، والتنفيذيون المطلوب منهم قيادة كل تحول يعملون غالبا باحتياطي طاقة مستنزف. القائد الذي يتحول بوضوح يبقي فريقه على بينة من الوجهة، أما من يتحول متأخرا أو ينهار في منتصف مرحلة التعافي فيخسر الزخم والكفاءات والثقة. وتستند الدورة إلى ممارسات راسخة في التفكير بالسيناريوهات وإدارة الانتباه واستعادة الأداء، موصوفة بلغة مباشرة بعيدا عن النماذج المسجلة.

المستفيدون من التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية

- رؤساء وحدات الأعمال الذين يقررون متى توقفت الاستراتيجية عن العمل ووجب تغيير وجهتها
- قادة الوظائف الذين يعيدون توزيع الميزانيات والأفراد والانتباه حين تتبدل الأولويات
- رعاة التحول الذين يحافظون على تماسك الفرق العليا عبر موجات تغيير متتالية
- قادة الأقاليم والقطاعات الذين يوازنون بين الضغط المحلي وتوجه المجموعة
- المؤسسون والملاك التنفيذيون الذين تحدد قدرتهم على التحمل إيقاع المنشأة كلها

تستفيد اللجان التنفيذية أكثر من غيرها حين يحضر عدد من أعضائها معا، لأنهم يغادرون بمحفزات تحول مشتركة ولغة واحدة لضبط إيقاع الفريق.

قدرات التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية

يربط المشاركون إشارات الإنذار المبكر بقرارات تغيير المسار المدروسة وبالإيقاع الشخصي الذي يبقي الحكم حادا تحت الضغط.

- تقييم الإشارات الضعيفة مقابل محفزات التحول — توقيت تغيير المسار الاستراتيجي
- الموازنة بين ما يوقف أو يعلق أو يسرع من التعهدات — خيارات محفظة اللجنة التنفيذية
- تصميم إيقاع تعاف شخصي على امتداد أسبوع العمل — استدامة جودة الحكم
- صياغة سردية تحول تبقي الناس على بينة — الموظفون ومجالس الإدارة والشركاء
- بناء اتفاقات إيقاع الفريق في فترات التقلب — فريق القيادة العليا
- اختبار جودة القرار الشخصي تحت الإرهاق — النقاط العمياء لدى التنفيذي نفسه

مصطلحات التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية الأساسية

- محفز التحول — إشارة أو عتبة متفق عليها مسبقا تدفع القادة إلى مراجعة الاتجاه الاستراتيجي بدلا من الدفاع عنه.
- الإشارة الضعيفة — مؤشر مبكر وغامض على تغير يسهل تجاهله لكنه قد ينبئ بتحول أكبر.
- مراجعة الإيقاف والتعليق والتسريع — فرز منظم للتعهدات القائمة إلى ما ينهى أو يعلق أو يسرع.
- تدقيق الطاقة — سجل شخصي للأنشطة التي تستنزف قدرة التنفيذي البدنية والعاطفية والذهنية أو تجددها.
- كتلة التعافي — وقت محمي في التقويم يستخدم عمدا لاستعادة الانتباه وتخفيف الإجهاد المتراكم.
- سردية التحول — رواية قصيرة تشرح ما تغير وما يبقى ولماذا يبدو الاتجاه الجديد منطقيا.

التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية يوما بيوم

اليوم 1: قراءة الأرض المتحركة

- شبكة استطلاع الأفق — أي التحولات الخارجية تستحق انتباه التنفيذيين
- سجل الإشارات الضعيفة — فصل الضجيج عن الإنذارات الاستراتيجية المبكرة
- رسم السيناريوهات في ثلاثة مستقبلات معقولة — اختبار الرهانات الاستراتيجية الحالية
- سجل الافتراضات — أي القناعات تفرض إعادة التفكير في الاستراتيجية
- تحديد محفزات التحول — الاتفاق على العتبات قبل أن يشوه الضغط الحكم

اليوم 2: إعادة ترتيب الأولويات تحت الضغط

- مراجعة الإيقاف والتعليق والتسريع — تحرير الطاقة من التعهدات المتقادمة
- التفكير بقيمة الخيارات — إبقاء القرارات القابلة للتراجع مفتوحة مدة أطول
- مصفوفة إعادة توزيع الموارد — نقل الأفراد والميزانية إلى الأولويات الجديدة
- تحدي التكلفة الغارقة — إنهاء المبادرات دون الدفاع عن قرارات سابقة
- خارطة تحول لتسعين يوما — ترتيب الخطوات الأولى بعد التحول

اليوم 3: الحفاظ على الطاقة الشخصية

- تدقيق الطاقة الشخصية — رسم ما يستنزف قدرة التنفيذي وما يجددها
- جدولة كتل التعافي — حماية الانتباه على امتداد أسبوع مزدحم
- فحص الإرهاق وجودة الحكم — رصد اللحظة التي يحرف فيها التعب القرارات
- وضع الحدود مع السفر والمطالب الرقمية — صون وقت الاستعادة
- أساليب إعادة ضبط الاستجابة للضغط — استعادة الهدوء قبل الاجتماعات الحاسمة

اليوم 4: قيادة الفرق عبر التقلب

- بناء سردية التحول — شرح ما يتغير وما يبقى
- اتفاق إيقاع الفريق — منع الإنهاك الجماعي خلال التحولات المتكررة
- نبض الأمان النفسي — إظهار المخاوف قبل أن توقف التنفيذ
- التفويض في ظل عدم اليقين — تحديد ما يجب أن يحتفظ به كبار القادة
- خطة إحاطة مجلس الإدارة والمستثمرين — مواءمة الرقابة مع الاتجاه الجديد

اليوم 5: ممارسة دليل التحول والتعافي الشخصي

- محاكاة تحول حية — تطبيق المحفزات وإعادة ترتيب الأولويات على حالة
- لجنة تحدي الأقران — اختبار خارطة كل تحول وسرديته تحت الضغط
- تصميم إيقاع التعافي الشخصي — تحويل تدقيق الطاقة إلى عادات
- بروتوكول استخلاص الدروس للفريق التنفيذي — التعلم من كل تحول بعد وقوعه
- دليل التحول والتعافي الشخصي — استكمال المحفزات والأولويات والروتين

تطبيق التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية بعد الدورة

- إدارة مراجعة للإيقاف والتعليق والتسريع مع فريق القيادة مقابل محفزات التحول المتفق عليها خلال الدورة.
- الاحتفاظ بتدقيق طاقة لمدة أربعة أسابيع وحماية كتلتي تعاف كل أسبوع، ثم تعديل الإيقاع وفق ما يظهره السجل.

أسئلة حول التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية

ما التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية ولماذا يهم الآن؟

هو انضباط تغيير الاتجاه الاستراتيجي بسرعة مع حماية قدرة القائد على الحكم السليم. ويهم الآن لأن الإشارات تتحرك أسرع من دورات التخطيط، والتنفيذي المستنزف يتحول عادة متأخرا أو بطريقة ضعيفة.

من أكثر المستفيدين من التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية؟

يستفيد أكثر كبار التنفيذيين الذين يملكون الاتجاه والموارد: رؤساء وحدات الأعمال وقادة الوظائف ورعاة التحول وقادة القطاعات والملاك التنفيذيون.

كيف يختلف التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية عن دورات الرشاقة المؤسسية؟

يركز على التنفيذي نفسه لا على الهياكل ونماذج التشغيل. فهو يعمل على محفزات القائد وأولوياته وعادات التعافي لديه.

ماذا تعود به من التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية؟

تعود بدليل شخصي لمحفزات التحول، وخارطة لإعادة ترتيب الأولويات لتسعين يوما، وإيقاع أسبوعي للتعافي، وسردية لشرح التغييرات.

التحول السريع للتنفيذيين واستعادة الطاقة الشخصية: الطريق إلى الأمام

يحدد دليل التحول والتعافي الشخصي أولا ما إذا كانت تعهدات الفصل القادم ما زالت تستحق الموارد. ويستخدمه التنفيذي مع فريق القيادة ومع من يرافقه أو يدعمه مهنيا. وبعد أول تحول فعلي يحسن مراجعة مدى تبكير المحفزات، وهل صمدت عادات التعافي حين بلغ الضغط ذروته.