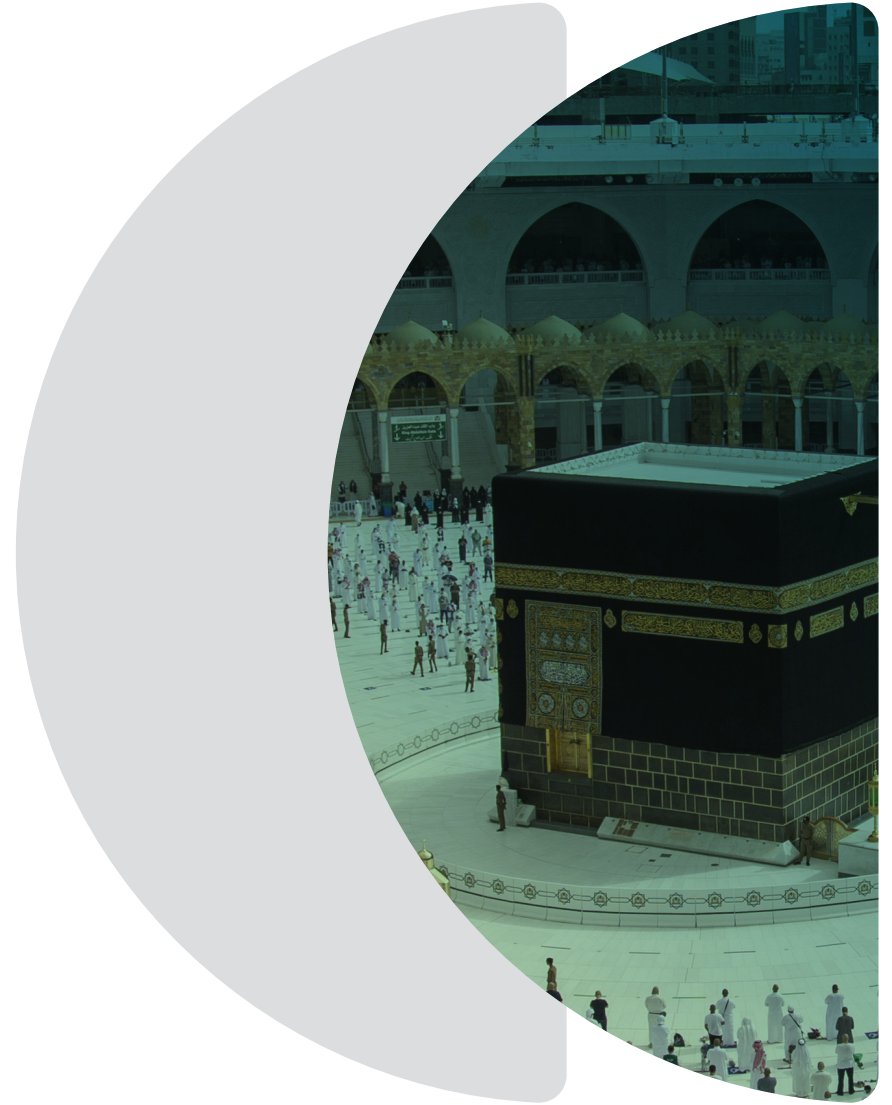


جمعية عفة لتعزيز الفضيلة

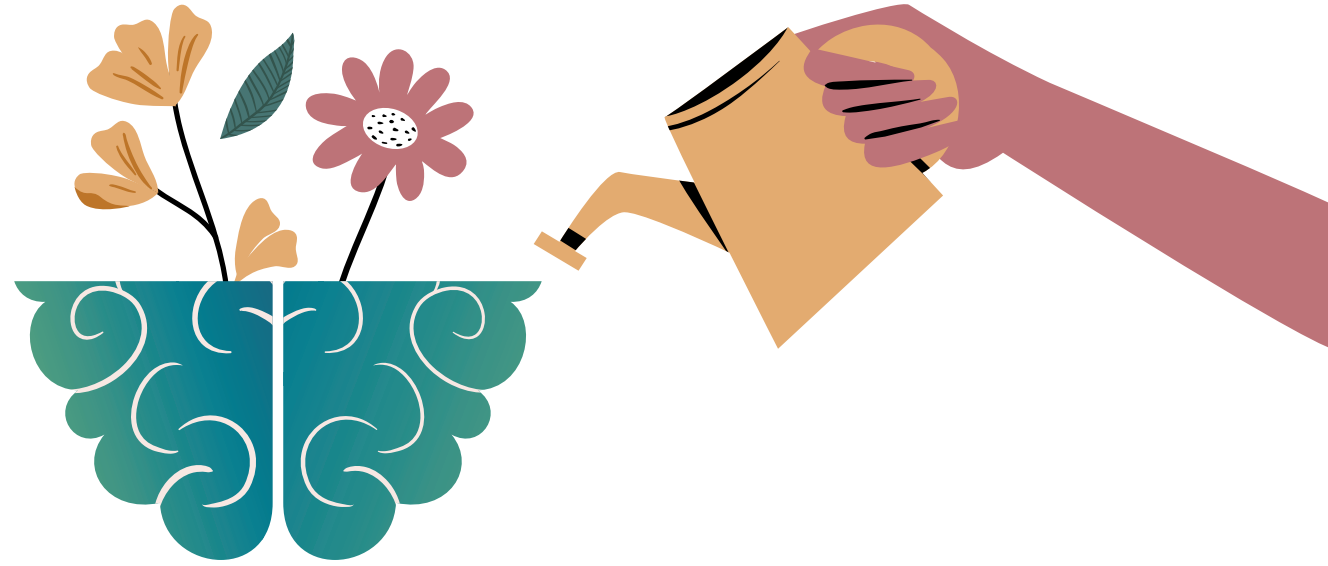


الله الرحمن الرحيم



عفة

الامتناع والكف عمى
لا يحلّ قولاً أو فعلاً
وهو مفهوم أخلاقي يرتقي
بمعتنقة ليتمتع بصحة
دينية ونفسية سوية





ما يميز هذه البلاد هو حرص قادتها على الخير والتشجيع عليه، وما نراه من مؤسسات خيرية في مختلف المجالات، سواء التي تحمل أسماء ملوك هذه البلاد أو سواها، إلا جانباً واحداً من الجوانب المشرقة لبلادنا .

— خَادِمُ الْحَرَمَيْنِ الشَّرِيفَيْنِ —

الْمَلِكُ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ الْعَزِيزِ السَّعُودِ



الشباب .. هم الطاقة والقوة الحقيقة لتحقيق
الرؤية ولديهم طموح رائع وهم أهم روافد هذه الرؤية
وتحقيقها.

صاحب السمو الملكي الأمير

محمد بن سلمان بن عبدالعزيز آل سعود

مقدمة ..

القيم والأخلاق هي حجر الأساس في بناء المجتمعات المزدهرة، فهي ليست مجرد مبادئ نظرية، بل قوة دافعة للنجاح والتقدم. ومن بين هذه القيم، تبرز العفة وتعزيز الفضيلة كركائز أساسية تحمي نسيج المجتمع، وتساهم في خلق بيئة متوازنة ومستقرة، تدفع بعجلة التنمية نحو مستقبل أكثر إشراقاً.

إن العفة ليست مجرد سلوك فردي، بل مفهوم أخلاقي شامل يرتقي بالفرد ليحيا بصحة نفسية ودينية سوية، ويؤثر إيجابياً على مجتمعه، مما يخلق بيئة مشجعة على التعاون والتطوير. فحينما يكون الإنسان متزناً في سلوكه، فإنه ينعكس على استقراره النفسي، ويمنحه قوة داخلية تعينه على مواجهة التحديات الأخلاقية والاجتماعية بثقة وثبات.

القيم القوية تصنع مجتمعات قوية. وعندما يلتزم الأفراد بمبادئ أخلاقية راسخة، يصبحون محركاً رئيسياً للتقدم والازدهار. فالأخلاق ليست مجرد إطار نظري، بل هي البوصلة التي توجه القرارات والتصرفات نحو الأفضل، مما يعزز الشعور بالمسؤولية المجتمعية ويدفع نحو مشاركة فعالة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، ليكون الوطن أكثر أمناً واستقراراً، ومهيأً لمستقبل واعد ومزدهر.

قصتنا ..



كانت التحديات كبيرة، لكنهم لم يتوقفوا

في عام 2020، أطلقوا أول برنامج تعافي رباني من إدمان الإباحية بآلية المساعدة الذاتية، وهو الأول من نوعه في المملكة والعالم العربي، واستفاد منه أكثر من **160,000** مستفيد.

وبعد سلسلة من النجاحات، حصل المشروع في عام 2022 على ترخيص رسمي كجمعية متخصصة تعمل على مستوى أوسع، وأصبح اسمها:

جمعية عفة لتعزيز الفضيلة

في عام 2019، اجتمع ثلاثة متطوعين فقط يحملون همًا واحدًا: كيف نحمي مجتمعنا من خطر الإباحية والإدمان السلوكي؟ بإمكانات بسيطة ولكن بإيمان قوي، بدأوا أولى خطواتهم في لجنة التنمية الاجتماعية الأهلية بالشرائع، ونجحوا في إيصال رسالتهم إلى 100 متطوع ومتطوعة خلال عام واحد فقط.

كيف بدأنا؟

خريطة زمنية للرحلة بالتفصيل ..

2019

انطلق مشروع عفة للتوعية بأضرار إدمان الإباحية على الصحة والفرد والمجتمع لجنة التنمية الاجتماعية الأهلية بالشرائع بـ 3 متطوعين ، وصمموا المشروع بأداة معمل الابتكار المجتمعي بمشاركة المستفيدين وأصحاب المصلحة.
وصل المشروع لـ 100 متطوع ومتطوعة. وتمت دعوته للمشاركة في معرض مؤتمر العاملين مع الشباب الأول بالرياض.

2020

إطلاق أول برنامج التعافي الرباني من إدمان الإباحية بآلية المساعدة الذاتية وهو الأول من نوعه في المملكة العربية السعودية والعالم العربي وقد استفاد منه أكثر من 160.000 مستفيد.

2021

تم تكريم عفة في منتدى العاملين مع الشباب كأحد أبرز 4 مشاريع شبابية على مستوى المملكة العربية السعودية.

2022

إطلاق برنامج إرشادي نفسي آخر للتعافي من إدمان الإباحية تحت اسم من الإدمان إلى الأمان وقد استفاد منه 20.000 مستفيد

2022

إنتاج أدلة إرشادية عملية للآباء والأمهات للتعامل الأمثل مع الأبناء والبنات دون 15 عاماً للوقاية من المواد الإباحية والمثلية الجنسية والإرشادات التدخلية في حال الوقوع وتم تطويرها تحت اسم (والدية واعية)

انتقل برنامج عفة إلى جمعية متخصصة مرخصة من المركز الوطني لتنمية القطاع غير الربحي تحت اسم (جمعية عفة لتعزيز الفضيلة) وترخيص رقم 2306. وتركز الجمعية جهودها على التوعية بالعادات الإدمانية والتعافي منها مع تعزيز القيم الفاضلة

إطلاق موقع وتطبيقات عفة للتعافي من الإباحية بأول برامج إرشادية نفسية متخصصة في العالم العربي ويبلغ عدد المستفيدين منه حتى الآن **52.000** مستفيد

2023

اعتمدت الجمعية الخطة الاستراتيجية لها.

تم تصميم موقع عفة التعريفي وأيضاً منصة عفة لجمع التبرعات للمساعدة في تمكين أصدقاء عفة وأصحاب المصلحة لمعرفة كل ما يخص عفة والمساهمة معنا في رؤية الجمعية ورسالتها وأهدافها.

بلغ عدد المستفيدين من خدمات الجمعية بشكل مباشر **23600** مستفيد والوصول عبر مواقع التواصل ومواقع عفة التعريفية إلى **8 مليون** مستفيد.

من نحن؟

جمعية عفة لتعزيز الفضيلة هي جمعية غير ربحية تسعى إلى أن تكون المجتمعات آمنة من العادات السلوكية الإدمانية الضارة بالفرد والمجتمع مع توفير برامج تعافي متخصصة للتخلص منها.



رؤيتنا

جمعية عفة لتعزيز الفضيلة هي جمعية غير ربحية تسعى إلى أن تكون المجتمعات آمنة من العادات السلوكية الإدمانية الضارة بالفرد والمجتمع مع توفير برامج تعافي متخصصة للتخلص منها.



رسالتنا

تصميم وتقديم منتجات توعوية وتدريبية لتعزيز القيم والحماية من أضرار السلوكيات الإدمانية وتوفير نماذج للتعافي منها، بممارسات علمية ووسائل احترافية.





أهدافنا

- وقاية وتحصين المجتمع من العادات والسلوكيات الإدمانية السيئة.
- دعم المبادرات المجتمعية التي تحد من العادات والسلوكيات الإدمانية السيئة
- تقديم دورات تدريبية لتعزيز القيم لدى الفرد والمجتمع.
- إعداد الدراسات والأبحاث العلمية التي تحد من العادات والسلوكيات الإدمانية السيئة
- تأهيل أصحاب العادات والسلوكيات الإدمانية لجعلهم نماذج صالحة.

قيمنا

العفة - التعاطف - الإحسان - الأمان - التعاون

نسعى للتوسع في تقديم خدمات التوعية بأضرار العادات الإدمانية وتوفير نماذج للتعافي منها إضافة إلى تعزيز العفة والقيم التي تحمي كيان الأسرة بتوجه استراتيجي متكامل منهجيته المرونة والانطلاق من تفضيلات المستفيد.



إدمان الإباحية ليس مجرد عادة سيئة

إنه وباء صامت!

في عام 2018، أدرجت منظمة الصحة العالمية اضطراب السلوك الجنسي القهري كأحد اضطرابات الصحة العقلية. وأكدت الأبحاث أن الإباحية تؤثر على الدماغ تمامًا مثل المخدرات، مما يؤدي إلى تغييرات عميقة في السلوك والتفاعل الاجتماعي.

لماذا "عفة"

المشكلة التي نواجهها

المشكلة الحقيقية؟

- سهولة الوصول إلى الإباحية وانتشارها الواسع.
- قلة التوعية العلمية حول مخاطرها.
- نقص برامج العلاج الآمنة والسرية للمصابين بها.

هنا جاءت جمعية عفة، كأول جهة متخصصة تقدم حلولًا عملية وعلمية لمكافحة هذه الظاهرة، وإنقاذ الأفراد من دائرة الإدمان



لماذا الإباحية؟

لم يسبق أن تعرضت البشرية في تاريخها للمواد الإباحية الإدمانية بمثل ما تتعرض له الآن بشكل وبائي، وتزامن هذا مع ضعف المعرفة بالأضرار العلمية لإدمان الإباحية وعدم توفر حلول علاجية منه تحافظ على سرية وخصوصية المتعافين، وهنا بدأت جمعية عفة وبعمل مؤسسي بالعمل على توفير مستقبل أفضل صحياً ومجتمعياً واجتماعياً للشباب والفتيات بعيداً عن العادات الإدمانية في وطننا الحبيب.

ما هو الإدمان؟

الاستمرار في الأفعال غير المرغوبة بشكل شبه قهري وعدم القدرة على التوقف رغم معرفة العواقب الضارة للسلوك.

ما هي الإباحية؟

هي كل المواد المرئية أو المسموعة أو المقرؤة تتناول قصصاً أو موضوعات جنسية طبيعية كانت أو شاذة بهدف إثارة الغرائز واستهواء متابعيها



برامج عفة



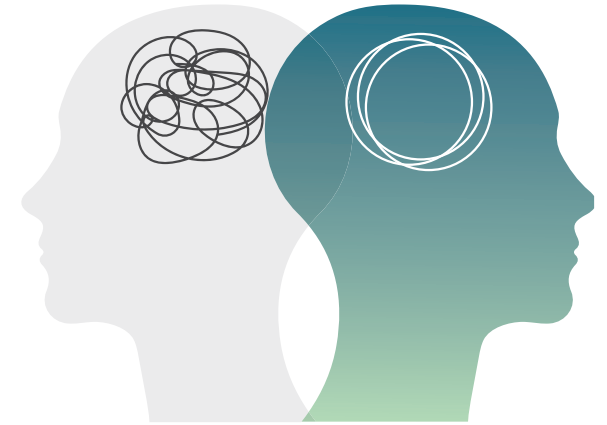


الخطوات العشر للتعافي من الإباحية

برنامج الخطوات العشر للتعافي من الإباحية



برنامج إرشاد نفسي مصمم بآلية المساعدة الذاتية من العديد من التقنيات العلاجية النفسية مثل: - العلاج السلوكي المعرفي - العلاج الروحي - العلاج بالدعم يقدمه د. عبدالله الملحم - استشاري الطب النفسي - وخبير العلاج السلوكي المعرفي لمدة تزيد عن 20 عاما...





برنامج عفة للمتزوجين

برنامج إرشاد نفسي مصمم بآلية المساعدة الذاتية من العديد من التقنيات العلاجية النفسية مثل: - العلاج السلوكي المعرفي - العلاج الروحي - العلاج بالدعم يختص بمشاكل المتزوجين النفسية و ادمان وفواحش الشاشة. ويدم حلولاً علمية لمشاكلهم الخاصة.





برنامج إرشادي نفسي للتعافي الذاتي من إدمان الإباحية بفحص جذور ومسببات استهلاكها. يُقدم البرنامج عدة أدوات لرفع البصيرة نحو التغيير الجذري بخطوات عملية وواقعية في ذات الوقت. البرنامج من تصميم وتقديم: د. هبة جمال حريري

برنامج من الإدمان إلى الأمان





والدية واعية

لإيماننا أن عقول الشباب وبراءة الأطفال يجب أن تحصن ضد العادات الإدمانية المضرّة بصحتهم النفسية وقدراتهم الاجتماعية صممنا دليل والدية واعية بشكل عملي مباشر على يد خبراءنا في عفة حتى نتشارك معكم في صناعة مستقبل آمن لأطفالنا بعيداً عن العادات الإدمانية.

دليل والدية واعية



خدمات عفة



1

التوعية

لأن الوعي هو أول خطوة لحماية المجتمع

أدلة إرشادية

تساعد الأسر على وقاية الأبناء
والتعامل معهم بطريقة
سليمة

إنتاج محتوى مرئي ومسموع

يتناول أضرار الإدمان السلوكي
مدعوم بأساس علمي.

شراكات مجتمعية

مع الجامعات والمدارس
والجهات ذات العلاقة لتثقيف
الشباب و أولياء الأمور.

حملات توعية رقمية

عبر وسائل التواصل الاجتماعي،
ننشر معلومات دقيقة حول
مخاطر العادات السلوكية
الإدمانية وإدمان فواحش
الشاشة وطرق الوقاية منها.

2

برامج الدعم والتعافي

لأن التعافي يحتاج إلى رفقة ودعم مستمر

برنامج من الإدمان إلى الأمان

برنامج تأهيلي لفحص جذور
الإدمان وتقديم حلول علاجية
تعتمد على التغيير الجذري
المدرّوس.

برنامج عفة للمتزوجين

مخصص للأزواج الذين يعانون
من تأثير إدمان فواحش الشاشة
(الإباحية) على علاقتهم، ويقدم حلولاً
نفسية وعملية لاستعادة الثقة
والتوازن الأسري.

برنامج الخطوات العشر للتعافي من الإباحية

برنامج علاجي قائم على
العلاج السلوكي المعرفي
والعلاج الروحي، تحت إشراف
استشاريين نفسيين.

3

اجتماعات الدعم الفردية

لأن كل شخص يحتاج إلى دعم وتوجيه وصديق مستمر للتغافي

جلسات مدعومة بالخصوصية والسرية العالية مع
مختصين في التغافي من الإدمان السلوكي، يتم فيها:

المتابعة والمساندة
التقدم بشكل دوري وداعم

وضع خطط علاجية
تناسب احتياجات المستفيد

تقديم استشارات
مخصصة لكل فرد

4

اجتماعات الدعم الجماعية

لأن الرحلة تكون أسهل بالشعور بالانتماء

مجموعات دعم تفاعلية

بإشراف مختصين، حيث يتم:

بناء مجتمعات تعافي
تساهم في دعم الفرد خلال
رحلته نحو التغيير

تقديم استراتيجيات للتعامل
مع الإدمان في بيئة آمنة

تبادل الخبرات
بين المشاركين

قصص عفة



خسرت كل شيء حتى نفسي

تجاوزت 25 عام ولا يزال يرافقني شعور الضياع واضطرابات نفسية وخوف وبلا عمل وأصدقاء وعزلة تامة بالإضافة إلى ادمان قوي وبُعد عن الله وخلافات عائلية وخسائر مادية ومقارنات وضعف جسدي ومرض وانكسار وفقدان الأمل بكل شيء، لا شيء يجعلني أحس بالأمل، كما لو أنني وسط حديقة محترقة بالكامل.

خسرت كل شيء حتى نفسي، وكنت أمام طريقين الأول استسلم وأكمل رحلتي البائسة المؤلمة والحسرة على الماضي أو تسليم الأمر لله بشكل تام وأتيقن بأنه معي في كل لحظة ويعلم ما أشعر فيه من ألم وتعب وضيق.

قررت الاتجاه مع الخيار الثاني محاولة الإصلاح والفعل بالأسباب، حينها عرفت عفة وحاولت تطبيق البرنامج وبدأت العثرات مرة تلو الأخرى مع علاج بعض المشكلات والمخاوف وأتحمّل مسؤولية نفسي من جانب الأسباب وسلّمت القلب لله سبحانه.

أذكر حالي في نهاية 2022 وأنا قد خسرت كل شيء وفقدت الأمل في كل شيء، ووضعني اليوم 2024 وقد يسّر الله أموري وساعدني وانحلت 70% من مشكلاتي ولازلت متقين بأن الخير قادم وما مضى كان أيضًا خير.

عفة كانت نعمة من نعم الله الي يسرها لي رب العالمين وحل من الحلول التي ساعدتني أفهم التسليم واليقين بصورة حقيقية.

الحمد لله دائما وأبداً.

الحين لي شهرين متعافي بفضل الله..

أنا شخص ثاني تماماً بعد هذه التجربة المباركة.. أتذكر أنني كنت أنتكس كل أسبوع وأمارس العادة السرية يومياً وأمضي باقي أيام الأسبوع إما في التفكير بالإباحية أو الخيالات الجنسية وأحلام اليقظة أو في إمضاء ساعات طويلة في مشاهدة الإنمي في محاولة للهروب من الشعور بالذنب، مرت علي أيام لم أستطع أن أنام بها بسبب كمية الشبهات التي في ذهني، كنت على حافة الإلحاد تماماً.. وحياتي جالسة تمر بسرعة وأنا عالق في دائرة الإدمان، شخص ضعيف سريع الانفعال سريع الغضب يخاف من الظهور أمام الآخرين، أرى كل الأشياء والنساء بنظارة الإباحية فقط..

الصلوة؟ اذكر أنه كانت تمر علي أيام بدون صلاة! فلم أكن أرى لها فائدة عند شخص منافق مثلي.. لا أعلم هل كنت إنسان في ذلك الوقت أم أن الإباحية مسختني إلى حيوان فاقد العقل! في يومٍ ما كعادتني بعد كل انتكاسة أشاهد مقطع بنية التعافي لتخدير شعوري بالذنب، فشاهدة بودكاست لعبدالله علاوي مع عماد رشاد.. ثم وضع علاوي رابط عفة، فقلت دعنا نجرب.. وهنا كانت بداية هذه الرحلة الرائعة

[أنت لست لوحدي] هذه أول حقيقة تزيل عنك جزء كبير من المعاناة.. [أنت لست منافق والله يحب العبد التائب] .. [هذه ليست شبهات بل أعراض للمرض] .. [أنت لست سيء والحياة ليست بهذا السوء لكن طريقة تفكيرك خاطئة] .. [العفو والاعتذار لا ينقص منك بل يسمو بك ويشفيك من الداخل]

العديد من المعاني التي عملت داخلي فساعدتني على الشفاء..

- لم اترك اي صلاة، حتى لو انتكست كنت اقوم واصلي..
- لم اعد للخيالات واحلام اليقظة من سنة كاملة ولم اعد امارس العادة.
- تخلصت من الشبهات وزاد يقيني بالله وهذا اعظم شيء.
- أصبحت أكثر هدوءاً وأقل انفعالاً، لم اعد اتشاجر مع والدي بل أصبحت باراً بها حتى أنها أصبحت تعتذر مني عن بعض الأشياء (:
- لا انظر إلى النساء نظرة إباحية بل أدرك أن الأنثى كائن بشري من خلق الله لها مشاعر وقيم وأخلاق واهتمامات وليست مجرد حيوان نمارس معه الجنس.
- الكثير والكثير..

انتكس؟ نعم، لكن هذا لتقصير مني ولثغرات لم أغلقها..ربما استغرقت وقت حتى أقررت من داخلي!

اشكر عفة

إحصائيات وأرقام



شركائنا نحو مجتمع آمن

الراجحي الإنسانية
ALRAJHI HUMANITARIAN



Sulaiman Abanumay Foundation



مؤسسة
الحبيب
الخيرية



Awqaf Ali Abdulaziz Al-Dowayan



الختام

كن جزءًا من الحل!

إن العفة ليست مجرد قيمة فردية، بل هي حماية للمجتمع بأسره، وهي السياج الذي يحفظ تماسك الأسرة، ويمكّن الأفراد من العيش بكرامة واتزان. في عالم تزداد فيه التحديات، يبقى دورنا أساسيًا في تعزيز الفضيلة، ورفع الوعي، وتقديم الدعم لكل من يسعى للخلاص من العادات الإدمانية السلوكية. لقد قطعنا شوطًا طويلًا في هذه المسيرة، ولكن الطريق لا يزال ممتدًا أمامنا. نحن لا نواجه مشكلة فردية، بل قضية مجتمعية تتطلب منا جميعًا أن نكون جزءًا من الحل. كل فرد يُدرك الخطر، كل شخص يختار الوعي، وكل يد تمتد للدعم والمساندة، هي خطوة نحو بناء مجتمع أكثر نقاءً، أكثر قوة، وأكثر استقرارًا. نحن هنا، نحمل رسالة، ونرسم مستقبلًا مختلفًا، ونؤمن أن الفضيلة ممكنة، وأن العادات الإدمانية ليست قدرًا محتومًا، بل يمكن التحرر منها.

معًا، نبني جيلاً أقوى، وعقلًا أكثر وعيًا، ونصنع واقعًا أكثر أمانًا.
لأن العفة مسؤولية الجميع، ولأن التغيير يبدأ بك..

#عفة_نحو_مجتمع_آمن



حسابات الجمعية البنكية

مصرف الإنماء
alinma bank



SA41 0500 0068 2044 0707 7000





نحو مجتمع آمن من العادات الإدمانية



Effah2030