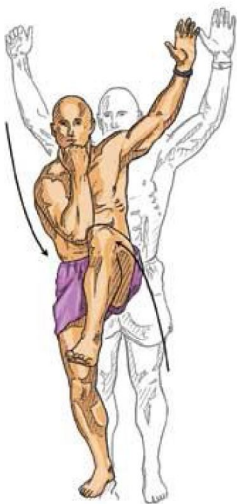


التوازن الذهني البدني

محتويات البرنامج

- العقل الواعي و اللاواعي
- برمجة العقل الباطن
- المعجزات السبعة
- من أنا التعرف على الذات (طرق معرفة الذات , التعرف على أسرار الهيمنة الدماغية و الفروق بين الجنسين, الأنماط العقلية الداخلية+ أنماط الشخصية و توافقها...الخ.)
- التدرب على كيفية التوازن البدني (تمارين عملية)
- التدرب على كيفية التوازن الذهني (تمارين عملية)
- التدرب على كيفية التوازن الروحي (تمارين عملية)
- إدارة الذات (إدارة الوقت , التخطيط) كيفية تحديد الرسالة والرؤية والهدف, التنظيم)
- التغلب على التفكير المحدود
- التفكير الإيجابي
- التواصل الإيجابي
- معتقدات النجاح
- علامات السير في طريق النجاح
- إدارة الضغوط

- ما هو التوازن الذهني البدني ؟
- علامات عدم الإتزان
- علامات عدم الإتزان البدني
- علامات عدم الإتزان الذهني
- علامات عدم الإتزان العاطفي
- نظرية التوازن الذهني البدني
- البعد العقلي
- البعد الجسدي
- البعد العاطفي
- البعد الروحي
- هبات الميلاد
- حرية الاختيار
- قوانين الفطرة
- أنماط الذكاء الأساسية الأربعة
- عقل (عالم)
- جسد (ملتزم)
- قلب (متحمس)
- ضمير (متميز)
- الاختلال الذهني البدني



أهداف الدورة

في نهاية الدورة يصبح المتدرب قادرا على تجيب على تعريف وتطبيق مهارات التوازن الذهني البدني.. وذلك حسب ما توصلت إليه أحدث الدراسات و التدريبات.

لمن هذه الدورة ؟

كل من يرغب في تطوير أدائه الدراسي و العملي و المهاري الحياتي