



البرنامج التدريبي : مراكز التحكم في الذات (إتزان الحياة)

الهدف العام :

اكتساب المشاركين المهارات و المعارف الللازمه للإتزان بالحياة بشكل كامل فى مراكز التحكم فى الذات الخمس ليستطيعوا التحكم فى حياتهم بكل سهوله و التعامل ببراعه مع تحديات الحياة مما سيعود بالنفع عليه / مؤسسته و المجتمع أجمع .

النتعار - الدليل

إتزان | إبداع | صحة بدرجة إمتياز | الله محور الحياة | صناعه المال | التأثير

الأهداف التفصيلية :

يتوقع فى نهاية البرنامج التدريبي أن :-

- ١- يمتلك القدره على مواكبه التطورات الفكرية .
- ٢- يتعرف على خبايا العقل و اسراره .
- ٣- يعرف الفرق بين العقل الواعي واللواعي ، التحليلي والعاطفي
- ٤- يتمكن من رسم الخرائط الذهنية و المفاهيميه .
- ٥- يكون شخص فعال فى المجتمع بمعلوماته المعرفيه .
- ٦- يوفر المعلومات الكافيه حول حالته الصحيه .
- ٧- يمتلك العلم الصحي و الرياضه المناسبه له .
- ٨- يتمكن من تحديد الرياضه المثاليه له .
- ٩- يبدأ فى تجديد علاقته مع الله سبحانه و تعالى .
- ١٠- يفهم ابعاد المناظرات مع غيرالمسلمين .
- ١١- يقنع أى شخص بأى شئ يمتلك أدواته .
- ١٢- يتعرف على الفارق بين المعلومه و قوة المعلومه .
- ١٣- يتأقلم مع المتغيرات الإجتماعيه و يتعايش معها .
- ١٤- يتواصل و بكل براعه مع الآخرين .
- ١٥- يمتلك أدوات التأثير فى الاخرين .
- ١٦- يتخلص من الإدراك السلبي تجاه الأشخاص و الأشياء .
- ١٧- يمتلك ٥٠ استراتيجيه عمليه ليرفع مستوى حياته للمستوى التالي .
- ١٨- يتعرف على الخطوات العمليه الاولي لبدايه مشروعه الخاص .
- ١٩- يُطبق أكثر من ٢٥ نصيحه ماليه و مهنيه لحياة أكثر تميزاً ..
- ٢٠- يتعرف على اسرار عقلية المليونيرات الأكثر نجاحاً .
- ٢١- يتعرف على عجلة الإتزان و تطبيقات عمليه للنظريه فى حياته .

اسم البرنامج : مراكز التحكم فى الذات (إتزان الحياة).

الوحدات المعرفية :

المحتوي	الوحدات
المقدمة و التمهييد و شرح النظرية	الوحدة الاولى
المركز الاول : مركز الإتزان الفكري (العامل العقلي) ، (العامل الإبداعي) ..	الوحدة الثانية
المركز الثانى : مركز الإتزان الجسدي الصحي . (العامل الترفيهي) ، (العامل الرياضي) ..	الوحدة الثالثة
المركز الثالث : مركز الإتزان الروحاني (العامل النفسي) ، (عامل التفكير) ..	الوحدة الرابعة
المركز الرابع : مركز الإتزان المالي . (عامل الإيرادات والمصروفات) (عامل المشروع الخاص) ..	الوحدة الخامسة
المركز الخامس : مركز الإتزان الإجتماعي (العامل الأسري) ، (عامل التأثير و الإقناع)	الوحدة السادسة
عجلة الإتزان و تطبيقاتها و استراتيجيات داعمه .	الوحدة السابعة

الوسائل التدريبية :

(المحاضرة – ورش العمل – الألعاب التدريبية – الحلقات النقاشية – الدراما التدريبية – المحاكاه – التطبيقات العملية).

المعينات السمعية و البصرية:

(البروجيكتور - الفيديوهات التعليمية - الفليب شارث - الملفات التدريبية - كتيب أنشطة)

الفئة المستهدفة :

هذا البرنامج هام جداً لكل إنسان يريد ان يأخذ حياته الى المستوى التالي لاغنى عنه لأي شخص يريد التميز او مؤسسه تحلم بنجاح العاملين بها و تميزها في السوق - يستثنى من ذلك من هم دون سن الـ ١٦ عام

قبلى – بعدى – بالملاحظة – الإختبارات الفنية

طرق التقييم :

6 ايام تدريبية بواقع 36 ساعه تدريبية معتمدة

مدة البرنامج :

التدريب باللغة (العربية) .

اللغة المستخدمة:

البرنامج من إعداد و تقديم خبير التدريب : **محمد تتريف**

أمور اعتماد الشهائد و شروط الإجتياز .. لدي الجهة المنظمة