

# التدريب الذهني على التنمية الذاتية والموارد البشرية Entrainement mental en développement de soi et des ressources humaines

## برنامج تكوين المكونين

### المحتوى:

#### 1- مفهوم التدريب الذهني

أ- المفهوم العام

ب- المفهوم الاحترافي

#### 2- ركائز الزخم المعنوي

أ- الحافز

ب- التصرف في المعلومة

ج- انفعال

د- الثقة بالنفس

ذ- العلاقات

#### 3- استراتيجيات التدريب الذهني

#### 4- تقنيات التدريب الذهني

#### 5- تطبيقات

أ- في الرياضة-

ب- في تربية الشباب

ج- في المؤسسة الاقتصادية

يدوم التكوين يومان: 12 ساعة

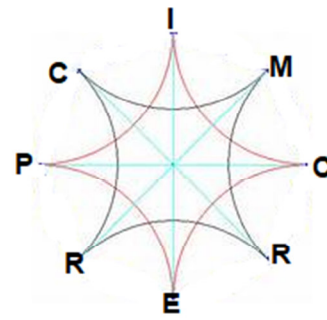
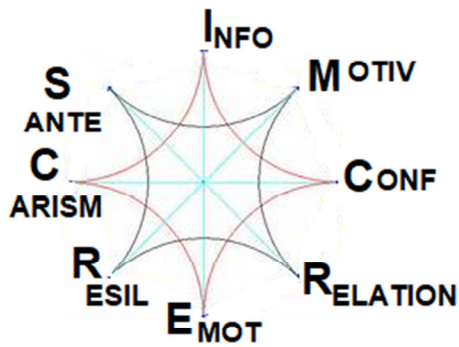
و تمنح شهادة تربص في

التدريب الذهني للمشاركين

للمشاركة التسجيل : [success@u-metiersdavenir.com](mailto:success@u-metiersdavenir.com)

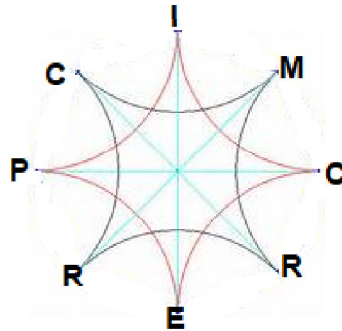
الهاتف – 96240954

تونس



ستراتیجیات:

$$8=3+5$$



**POTENTIEL PSYCHOLOGIQUE:**  
**LES BASES DU MENTAL**  
 INFORMATION  
 MOTIVATION  
 CONFIANCE  
 RELATION  
 EMOTION  
 RESILIENCE  
 PROJECTION  
 CHARISME

**STRATEGIES D'ACTION**  
 VISION  
 OBJECTIF  
 GERANT  
 SWITCH  
 INFLUENCE  
 META  
 CONTEXT  
 ENCOURAGER

$$V+O+G+$$