

محاضرة جامعية  
الأسس الفسيولوجية العصبية  
للاسترخاء والتأمل



الجامعة  
التكنولوجية **tech**

## محاضرة جامعية الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل

- « طريقة التدريس: أونلاين
- « مدة الدراسة: 6 أسابيع
- « المؤهل العلمي: TECH الجامعة التكنولوجية
- « مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة
- « الامتحانات: أونلاين

رابط الدخول الى الموقع الإلكتروني: [www.techtute.com/ae/physiotherapy/postgraduate-certificate/neurophysiological-basis-relaxation-meditation-therapeutic](http://www.techtute.com/ae/physiotherapy/postgraduate-certificate/neurophysiological-basis-relaxation-meditation-therapeutic)

# الفهرس

02

الأهداف

صفحة 8

01

المقدمة

صفحة 4

05

المنهجية

صفحة 22

04

الهيكل والمحتوى

صفحة 18

03

هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

صفحة 12

06

المؤهل العلمي

صفحة 30

# المقدمة

تساعد الممارسة المستمرة لليوغا في الوقاية من الإصابات وتمنع حدوث خلل وظيفي في اللفائف، مما دفع أخصائيي العلاج الطبيعي إلى التوصية بها بل وتطبيقها أكثر فأكثر كمكمل للعلاج التقليدي. وانطلاقاً من هذا الواقع، صممت جامعة TECH برنامجاً أكاديمياً 100% عبر الإنترنت، والذي يسمح لأخصائيي العلاج الطبيعي بتحديث أنفسهم في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل بأقصى قدر من الدقة العلمية وباستخدام المواد التعليمية الأكثر تقدماً، والتي يمكن الوصول إليها من أي جهاز إلكتروني متصل بالإنترنت لمراجعتها أينما وكيفما يرغبون.



رحلة أكاديمية عبر وضعيات اليوغا المختلفة وكيفية تطبيقها  
على الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل"



تحتوي **المحاضرة الجامعية في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل** على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحدثاً في السوق. أبرز خصائصها هي:

- ♦ تطوير دراسات الحالة التي يقدمها خبراء اليوغا
- ♦ محتوياتها البيانية والتخطيطية والعملية البارزة التي يتم تصورها بها تجمع المعلومات العلمية والرعاية العملي حول تلك التخصصات الأساسية للممارسة المهنية
- ♦ التمارين العملية حيث يمكن إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- ♦ تركيزها الخاص على المنهجيات المبتكرة
- ♦ محاضرات نظرية، وأسئلة للخبير، ومنتديات نقاشية حول القضايا المثيرة للجدل وأعمال التفكير الفردي
- ♦ إمكانية الوصول إلى المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل بالإنترنت

تؤدي أنماط الحياة غير الصحية اليوم إلى زيادة الإصابات في الفسيولوجية العصبية في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل ومع ذلك، فإن ممارسة النشاط البدني مثل اليوغا يساهم بشكل كبير في تقليل الألم وتحسين وضعية الجسم. إنه بديل للعلاجات التقليدية ويكمل بشكل مثالي علاجات بعض الأمراض. ولهذا السبب، يقوم العديد من أخصائيي العلاج الطبيعي بدمج هذا النظام في ممارسة عملهم مع بعض المرضى.

ومن أجل تلبية هذه الحاجة، تم إنشاء هذا المؤهل العلمي الذي يستمر لمدة 6 أسابيع حول الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل، مع المحتوى التعليمي الأكثر ابتكاراً على الساحة الأكاديمية الحالية. يتضمن البرنامج منهجاً صفوف رئيسية متقدمة *Masterclass* يقدمها أحد أهم المدربين في عالم اليوغا. بالإضافة إلى ذلك، وبفضل موارد التدريس متعددة الوسائط والقراءات المتخصصة ودراسات الحالة، سيتمكن الطلاب من معرفة المزيد عن اللفافة وسلاسل اللفافة العضلية والوضعيات النشطة والسلبية والاختلالات الرئيسية بسهولة أكبر.

يعد هذا المؤهل الجامعي عالي الجودة فرصة ممتازة لتحديث معرفة أخصائيي العلاج الطبيعي. بالإضافة إلى ذلك، فهو متوافق مع أعلى المسؤوليات، حيث يحتاج الطلاب فقط إلى جهاز إلكتروني واتصال بالشبكة للوصول إلى مجموعة واسعة من المحتوى الذي تقدمه جامعة TECH.



بديل أكاديمي من شأنه تعزيز كفاءاتك في تشخيص وعلاج الأمراض التي تصيب اللفافة"

سوف تقلل من وقت الدراسة وترسخ المفاهيم الأساسية بسهولة بفضل منهجية إعادة التعلم Relearning، وهو نظام رائد في جامعة TECH.

بدل يمنحك إمكانية زيادة مهاراتك في تشخيص وعلاج اضطرابات الجهاز العضلي الهيكلي من خلال استخدام اليوغا.

تعمق في أي وقت في أنواع المستقبلات الميكانيكية وعلاقتها بأنواع اليوغا المختلفة"



البرنامج يضم في أعضاء هيئة تدريسه محترفين في مجال الطاقات المتجددة يصون في هذا التدريب خبرة عملهم، بالإضافة إلى متخصصين معترف بهم من الشركات الرائدة والجامعات المرموقة.

سيتيح محتوى الوسائط المتعددة، الذي تم تطويره باستخدام أحدث التقنيات التعليمية، للمهني التعلم في الموقع والسياق، أي بيئة محاكاة توفر تدريبًا غامرًا مبرمجًا للتدريب في مواقف حقيقية.

يركز تصميم هذا البرنامج على التعلّم القائم على حل المشكلات، والذي يجب أن يحاول من خلاله المهني حل مختلف مواقف الممارسة المهنية التي تنشأ خلال البرنامج الأكاديمي. للقيام بذلك، سيحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر من قبل خبراء مشهورين.



# الأهداف

تقدم جامعة TECH الموارد التعليمية الأكثر ابتكارًا في المجال الأكاديمي، والتي تحتوي على أحدث التقنيات المطبقة في المجال الأكاديمي من أجل تقديم المعرفة حول الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل، بالإضافة إلى التعمق في تاريخها ومفهومها وأهميتها في ممارسة هذا التخصص. بالإضافة إلى ذلك، فإن النهج النظري العملي لهذه المحاضرة الجامعية سيسمح لأخصائيي العلاج الطبيعي بإدراج العلاج باليوغا كعلاج تكميلي في مقارنة مختلف الأمراض، خاصة في مجال الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل.



قم بتوسيع معرفتك حول اضطرابات الوضعية الأكثر صلة وكيف  
يمكن لليوغا والميكانيكا الحيوية لللفافة أن تساعد في تصحيحها"



## الأهداف العامة



- ♦ دمج المعرفة والمهارات اللازمة للتطوير والتطبيق الصحيح لتقنيات العلاج باليوغا من وجهة نظر سريرية
- ♦ إنشاء برنامج يوغا مصمم ومبني على أدلة علمية
- ♦ التعمق في الوضعيات الأنسب وفقاً لخصائص الشخص والإصابات التي يعاني منها
- ♦ تعميق الدراسات حول الميكانيكا الحيوية وتطبيقها على وضعيات العلاج باليوغا
- ♦ وصف تكييف أسانان اليوغا على حسب الحالة المرضية لكل شخص
- ♦ التعمق في أسس الوظيفة العصبية لتقنيات التأمل والاسترخاء الحالية



برنامج يدمج بين الأدلة العلمية المتعلقة  
بالأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء  
والتأمل واستخدامه في العلاج باليوغا"

## الأهداف المحددة



- ♦ التعمق في تاريخ ومفهوم اللفافة وأهميتها في ممارسة اليوغا
- ♦ الانتقال الى الأنواع المختلفة من المستقبلات الميكانيكية في اللفافة وكيفية تطبيقها في أنماط اليوغا المختلفة
- ♦ الإشارة إلى ضرورة تطبيق مصطلح اللفافة في دروس اليوغا من أجل ممارسة أكثر فعالية ووعي
- ♦ استكشاف أصل مصطلح التوازن وتطوره، وتطبيقه في ممارسة اليوغا
- ♦ تحديد مسارات اللفافة العضلية المختلفة والوضعية المحددة لكل سلسلة من السلاسل
- ♦ تطبيق الميكانيكا الحيوية لللفافة في ممارسة اليوغا لتحسين الحركة والقوة والمرونة
- ♦ تحديد الاختلالات الرئيسية في الوضعية وكيفية تصحيحها من خلال ممارسة اليوغا والميكانيكا الحيوية لللفافة



# هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

أحد العوامل التي تميز هذه الدرجة العلمية هو هيئة التدريس المتميزة التي تضم خبراء مشهورين عالمياً في مجال العلاج باليوغا. وبهذه الطريقة، وحدت جامعة TECH مجموعة رفيعة المستوى من شأنها أن تقدم معرفتها الواسعة في هذا التخصص وتضمن منهجاً دراسياً متميزاً قائماً على أحدث الأبحاث العلمية، بالإضافة إلى ذلك، يتيح القرب من المعلمين الفرصة للطلاب لتوضيح أي مخاوف قد تكون لديهم بشأن محتوى البرنامج.

مؤهل يتضمن صفوف رئيسية متقدمة Masterclass  
يقدمها مدير المعلمين ورئيس تخصص المدرسين  
في معهد اليوغا المتكامل في نيويورك”



## المدير الدولية المستضافة

بصفتها مديرة هيئة المدرسين و رئيسة تدريب المدربين في معهد اليوغا المتكامل في نيويورك، فقد وضعت Dianne Galliano نفسها كواحدة من أهم الشخصيات في هذا المجال على المستوى الدولي. وقد انصب تركيزها الأكاديمي في المقام الأول على اليوغا العلاجية، حيث قامت بتوثيق أكثر من 6,000 ساعة من التدريس والتعليم المستمر. وبالتالي، فقد كانت تقوم بالتوجيه وتطوير بروتوكولات ومعايير التدريب وتوفير التعليم المستمر لمدربي معهد اليوغا المتكامل. وهي تجمع بين هذا العمل ودورها كمعالجة و مدربة في مؤسسات أخرى مثل The 14 Street Y، ومنتج العافية التابع لمعهد اليوغا المتكامل أو التحالف التعليمي: مركز الحياة المتوازنة.

يمتد عملها أيضاً ليشمل إنشاء و قيادة برامج اليوغا، وتطوير التمارين وتقييم التحديات التي قد تنشأ. عملت طوال حياتها المهنية مع فئات مختلفة من الأشخاص، بما في ذلك كبار السن ومتوسطي العمر من الرجال والنساء، والأفراد قبل الولادة وبعدها، والشباب وحتى قدامى المحاربين الذين يعانون من مجموعة من المشاكل الصحية البدنية والعقلية.

فهي تقوم بعمل دقيق وشخصي لكل واحد منهم، حيث عالجت أشخاصاً يعانون من هشاشة العظام، أو في مرحلة التعا في من جراحة القلب أو بعد الإصابة بسرطان الثدي، أو الدوار، أو آلام الظهر، أو متلازمة القولون العصبي والسمنة. وهي حاصلة على العديد من الشهادات، بما في ذلك شهادة E-RYT 500 من تحالف اليوغا ودعم الحياة الأساسي (BLS) من منظمة التدريب الصحي الأمريكية ومدربة تمارين رياضية معتمدة من مركز الحركة الجسدية.



## أ. Galliano, Dianne

- ♦ مديرة معهد اليوغا المتكامل، نيويورك، الولايات المتحدة الأمريكية
- ♦ مدرسة اليوغا العلاجية في شارع 14th Street Y
- ♦ معالجة اليوغا في منتجع اليوغا الصحي بمعهد اليوغا المتكامل في مدينة نيويورك
- ♦ مدرسة علاجية في التحالف التعليمي: Center for Balanced Living
- ♦ إجازة في التعليم الابتدائي من جامعة ولاية نيويورك
- ♦ الماجستير في اليوغا العلاجية من جامعة Maryland

بفضل TECH ستتمكن من التعلم مع  
أفضل المحترفين في العالم"



## هيكل الإدارة

### أ. Escalona García, Zoraida

- ♦ نائب رئيس الجمعية الإسبانية لليوجا العلاجية
- ♦ مؤسسة طريقة Air Core (دروس تجمع بين TRX والتدريب الوظيفي مع اليوغا)
- ♦ مدربة اليوغا العلاجية
- ♦ شهادة في العلوم البيولوجية من جامعة مدريد المستقلة
- ♦ دورة في معلمي: يوغا Ashtanga التقدمة ويوغا FisiomYoga واليوغا الليفية العضلية واليوغا والسرطان
- ♦ دورة في بيلاتيس مدرب بيلاتيس الأرضية
- ♦ دورة في العلاج بالنباتات والتغذية
- ♦ دورة معلم التأمل





# الهيكل والمحتوى

سيغمر البرنامج الطالب في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل وتطبيقها في علاج اليوغا. وهو عبارة عن مسار أكاديمي مدته 6 أسابيع، يوفر للطلاب أدوات تعليمية عالية الجودة، مثل أقراص الوسائط المتعددة والقراءات المتخصصة ودراسات الحالة. كل هذا متاح على مدار 24 ساعة في اليوم، من أي جهاز رقمي متصل بالإنترنت.



ستتمتع بإمكانية الوصول إلى المكتبة الرقمية  
الشاملة، وستتمكن من الوصول إلى موارد تعليمية  
من الدرجة الأولى لإبقائك على اطلاع دائم"



## الوحدة 1. النظام اللفافي

### 1.1. اللقافة

#### 1.1.1. التاريخ

#### 2.1.1. اللقافة مقابل الشلل العصبي

#### 3.1.1. الأنواع

#### 4.1.1. المهام

### 2.1. أنواع المستقبلات الميكانيكية وأهميتها في أنماط اليوغا المختلفة

#### 1.2.1. الأهمية

#### 2.2.1. Golgi

#### 3.2.1. Paccini

#### 4.2.1. Ruffini

### 3.1. سلاسل اللقافة العضلية

#### 1.3.1. التعريف

#### 2.3.1. الأهمية في اليوغا

#### 3.3.1. مفهوم التشابك

#### 4.3.1. الأعمشة الثلاثة

### 4.1. خط خلفي ضحل

#### 1.4.1. التعريف

#### 2.4.1. المسارات التشريحية

#### 3.4.1. الوضعيات الخاملة

#### 4.4.1. الوضعيات النشطة

### 5.1. الخط الأمامي السطحي

#### 1.5.1. التعريف

#### 2.5.1. المسارات التشريحية

#### 3.5.1. الوضعيات الخاملة

#### 4.5.1. الوضعيات النشطة

### 6.1. الخط الجانبي

#### 1.6.1. التعريف

#### 2.6.1. المسارات التشريحية

#### 3.6.1. الوضعيات الخاملة

#### 4.6.1. الوضعيات النشطة

- 7.1 خط حلزوني
  - 1.7.1.1 التعريف
  - 2.7.1 المسارات التشريحية
  - 3.7.1 الوضعيات الخاملة
  - 4.7.1 الوضعيات النشطة
- 8.1 الخطوط الوظيفية
  - 1.8.1.1 التعريف
  - 2.8.1 المسارات التشريحية
  - 3.8.1 الوضعيات الخاملة
  - 4.8.1 الوضعيات النشطة
- 9.1 خطوط الأذرع
  - 1.9.1.1 التعريف
  - 2.9.1 المسارات التشريحية
  - 3.9.1 الوضعيات الخاملة
  - 4.9.1 الوضعيات النشطة
- 10.1 الاختلالات الرئيسية
  - 1.10.1 النمط المثالي
  - 2.10.1 مجموعة الثني والتمديد
  - 3.10.1 مجموعة الفتح والختام
  - 4.10.1 نمط الشهيق والزفير



من خلال هذه المحاضرة الجامعية 100% أونلاين،  
تعرف على الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء  
والتأمل وتطبيقه في عالم العلاج باليوغا"



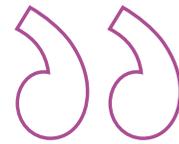
# المنهجية

يقدم هذا البرنامج التدريبي طريقة مختلفة للتعلم. فقد تم تطوير منهجيتنا من خلال أسلوب التعليم المرتكز على التكرار: **Relearning** أو ما يعرف بمنهجية إعادة التعلم.

يتم استخدام نظام التدريس هذا، على سبيل المثال، في أكثر كليات الطب شهرة في العالم، وقد تم اعتباره أحد أكثر المناهج فعالية في المنشورات ذات الصلة مثل مجلة نيو إنجلند الطبية (*New England Journal of Medicine*).



اكتشف منهجية *Relearning* (منهجية إعادة التعلم)، وهي نظام يتخلى عن التعلم الخطي التقليدي ليأخذك عبر أنظمة التدريس التعليم المرتكزة على التكرار: إنها طريقة تعلم أثبتت فعاليتها بشكل كبير، لا سيما في المواد الدراسية التي تتطلب الحفظ“



## في جامعة TECH نستخدم منهج دراسة الحالة

أمام حالة معينة، ما الذي يجب أن يفعله المهني؟ خلال البرنامج، سيواجه الطلاب العديد من الحالات السريرية المحاكاة بناءً على مرضى حقيقيين وسيتم عليهم فيها التحقيق ووضع الفرضيات وأخيراً حل الموقف. هناك أدلة علمية وفيرة على فعالية المنهج، حيث يتعلم أخصائيو العلاج الطبيعي أو أخصائي الحركة بشكل أفضل وأسرع وأكثر استدامة مع مرور الوقت.

مع جامعة TECH يمكنك تجربة طريقة تعلم تهز أسس الجامعات التقليدية في جميع أنحاء العالم.



وفقاً للدكتور Gervas، فإن الحالة السريرية هي العرض المشروح لمريض، أو مجموعة من المرضى، والتي تصبح «حالة»، أي مثالاً أو نموذجاً يوضح بعض العناصر السريرية المميزة، إما بسبب قوتها التعليمية، أو بسبب تفرداها أو ندرتها. لذا فمن الضروري أن تستند الحالة إلى الحياة المهنية الحالية، في محاولة لإعادة إنشاء عوامل التكيف الحقيقية في الممارسة المهنية في مجال العلاج الطبيعي.



هل تعلم أن هذا المنهج تم تطويره عام 1912 في جامعة هارفارد للطلاب دارسي القانون؟ وكان يتمثل منهج دراسة الحالة في تقديم مواقف حقيقية معقدة لهم لكي يقوموا باتخاذ القرارات وتبرير كيفية حلها. وفي عام 1924 تم تأسيسها كمنهج تدريس قياسي في جامعة هارفارد"

#### تُبرر فعالية المنهج بأربعة إنجازات أساسية:

1. أخصائيّ العلاج الطبيعيّ وأخصائي الحركة الذين يتبعون هذا المنهج لا يحققون فقط استيعاب المفاهيم، ولكن أيضاً تنمية قدراتهم العقلية من خلال التمارين التي تقيم المواقف الحقيقية وتقوم بتطبيق المعرفة المكتسبة.
2. يركز منهج التعلم بقوة على المهارات العملية التي تسمح لأخصائيّ العلاج الطبيعيّ ولأخصائي الحركة بالاندماج بشكل أفضل في العالم الحقيقي.
3. يتم تحقيق استيعاب أبسط وأكثر كفاءة للأفكار والمفاهيم، وذلك بفضل منهج المواقف التي نشأت من الواقع.
4. يصبح الشعور بكفاءة الجهد المستثمر حافزاً مهماً للغاية للطلاب، مما يترجم إلى اهتمام أكبر بالتعلم وزيادة في الوقت المخصص للعمل في المحاضرة الجامعية.



### منهجية إعادة التعلم (Relearning)

تجمع جامعة TECH بين منهج دراسة الحالة ونظام التعلم عن بعد، 100% عبر الانترنت والقائم على التكرار، حيث تجمع بين 8 عناصر مختلفة في كل درس.

نحن نعزز منهج دراسة الحالة بأفضل منهجية تدريس 100% عبر الانترنت في الوقت الحالي وهي: منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*.

سوف يتعلم أخصائي العلاج الطبيعي وأخصائي الحركة من خلال الحالات الحقيقية وحل المواقف المعقدة في بيئات التعلم المحاكاة. تم تطوير هذه المحاكاة من أحدث البرامج التي تسهل التعلم الغامر.

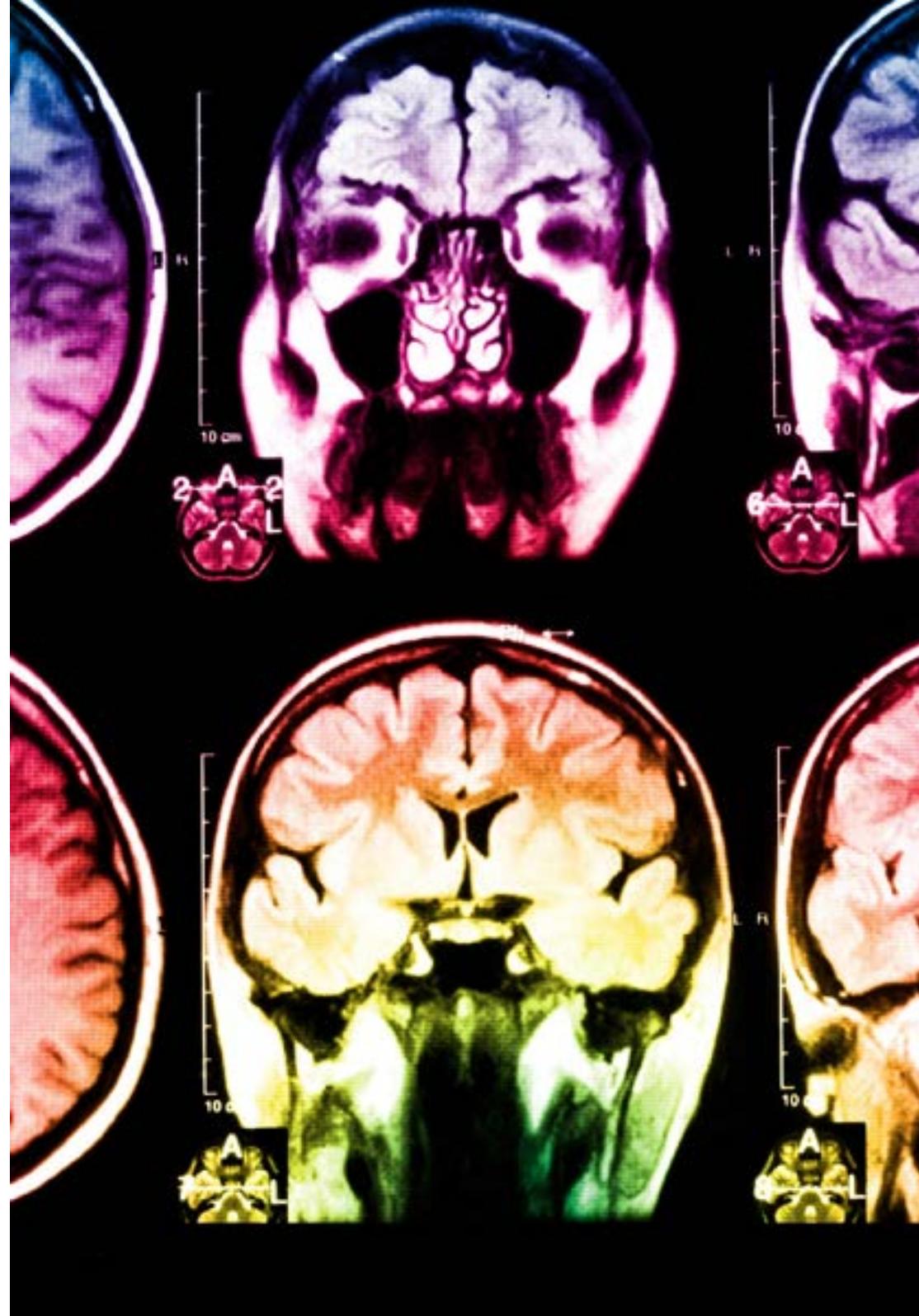
في طليعة المناهج التربوية في العالم، تمكنت منهجية إعادة التعلم من تحسين مستويات الرضا العام للمهنيين، الذين أكملوا دراساتهم، فيما يتعلق بمؤشرات الجودة لأفضل جامعة عبر الإنترنت في البلدان الناطقة بالإسبانية (جامعة كولومبيا).

من خلال هذه المنهجية، قمنا بتدريب أكثر من 65000 أخصائيّ علاج طبيعّي وأخصائي حركة بنجاح غير مسبوقة، في جميع التخصصات السريرية بغض النظر عن عبء التدريب اليدوي والعملي. تم تطوير منهجيتنا التربوية في بيئة شديدة المتطلبات، مع طلاب جامعيين يتمتعون بمظهر اجتماعي واقتصادي مرتفع ومتوسط عمر يبلغ 43.5 عاماً.

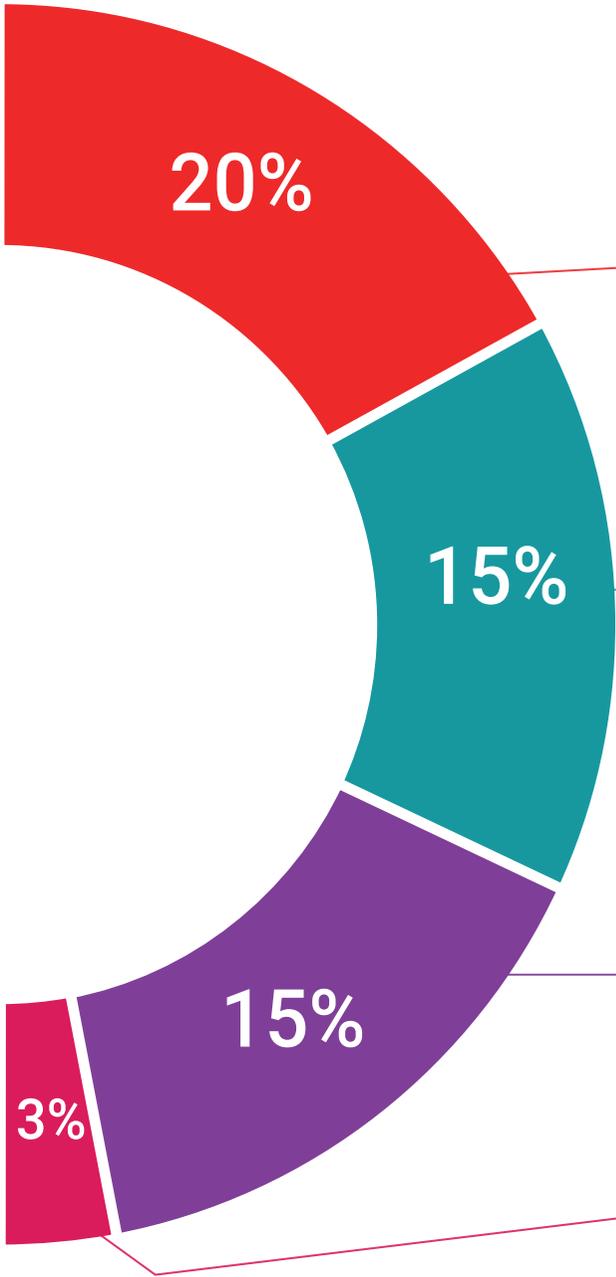
ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*، التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في تدريبيك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.

في برنامجنا، التعلم ليس عملية خطية، ولكنه يحدث في شكل لولبي (نتعلّم ثم نطرح ماتعلمناه جانباً فننساه ثم نعيد تعلمه). لذلك، نقوم بدمج كل عنصر من هذه العناصر بشكل مركزي.

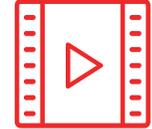
النتيجة الإجمالية التي حصل عليها نظامنا للتعلم هي 8.01، وفقاً للأعلى المعايير الدولية.



## يقدم هذا البرنامج أفضل المواد التعليمية المُعدَّة بعناية للمهنيين:



### المواد الدراسية



يتم إنشاء جميع محتويات التدريس من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، وتحديداً من أجله، بحيث يكون التطوير التعليمي محدداً وملموهاً حقاً.

ثم يتم تطبيق هذه المحتويات على التنسيق السمعي البصري الذي سيخلق منهج جامعة TECH في العمل عبر الإنترنت. كل هذا بأحدث التقنيات التي تقدم أجزاء عالية الجودة في كل مادة من المواد التي يتم توفيرها للطلاب.

### أحدث تقنيات وإجراءات العلاج الطبيعي المعروضة في الفيديوهات



تقدم TECH للطلاب أحدث التقنيات وأحدث التطورات التعليمية والتقنيات الرائدة في الوقت الراهن في مجال العلاج الطبيعي والحركة. كل هذا، بصيغة المتحدث، بأقصى درجات الصرامة، موضحاً ومفصلاً للمساهمة في استيعاب وفهم الطالب. وأفضل ما في الأمر أنه يمكنك مشاهدتها عدة مرات كما تريد.

### ملخصات تفاعلية



يقدم فريق جامعة TECH المحتويات بطريقة جذابة وديناميكية في أقراص الوسائط المتعددة التي تشمل الملفات الصوتية والفيديوهات والصور والرسوم البيانية والخرائط المفاهيمية من أجل تعزيز المعرفة. اعترفت شركة مايكروسوفت بهذا النظام الفريد لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية".

### قراءات تكميلية



المقالات الحديثة، ووثائق اعتمدت بتوافق الآراء، والأدلة الدولية.. من بين آخرين. في مكتبة جامعة TECH الافتراضية، سيتمكن الطالب من الوصول إلى كل ما يحتاجه لإكمال تدريبه.



#### تحليل الحالات التي تم إعدادها من قبل الخبراء وإرشاد منهم

يجب أن يكون التعلم الفعال بالضرورة سياقياً. لذلك، تقدم TECH تطوير حالات واقعية يقوم فيها الخبير بإرشاد الطالب من خلال تنمية الانتباه وحل المواقف المختلفة: طريقة واضحة ومباشرة لتحقيق أعلى درجة من الفهم.



#### الاختبار وإعادة الاختبار

يتم بشكل دوري تقييم وإعادة تقييم معرفة الطالب في جميع مراحل البرنامج، من خلال الأنشطة والتدريبات التقييمية وذاتية التقييم: حتى يتمكن من التحقق من كيفية تحقيق أهدافه.



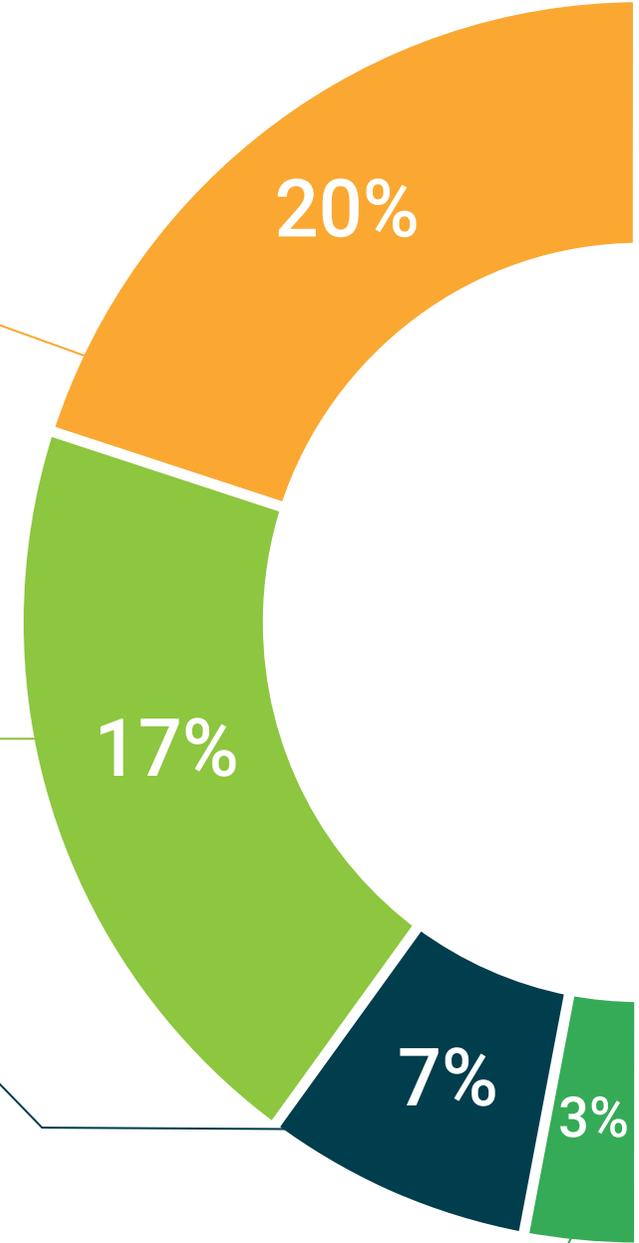
#### المحاضرات الرئيسية

هناك أدلة علمية على فائدة المراقبة بواسطة الخبراء كطرف ثالث في عملية التعلم. إن مفهوم ما يسمى *Learning from an Expert* أو التعلم من خبير يقوي المعرفة والذاكرة، ويولد الثقة في القرارات الصعبة في المستقبل.



#### إرشادات توجيهية سريعة للعمل

تقدم جامعة TECH المحتويات الأكثر صلة بالمحاضرة الجامعية في شكل أوراق عمل أو إرشادات توجيهية سريعة للعمل. إنها طريقة موجزة وعملية وفعالة لمساعدة الطلاب على التقدم في تعلمهم.



# المؤهل العلمي

تضمن المحاضرة الجامعية في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل، بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحدائث، الحصول على شهادة اجتياز المحاضرة الجامعية الصادر عن TECH الجامعة التكنولوجية.



اجتاز هذا البرنامج بنجاح واحصل على مؤهل علمي دون الحاجة إلى السفر أو القيام بأية إجراءات مرهقة"



هذه محاضرة الجامعة في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدثا في السوق.

بعد اجتياز التقييم، سيحصل الطالب عن طريق البريد العادي\* مصحوب بعلم وصول مؤهل محاضرة **جامعة المصادر عن TECH الجامعة التكنولوجية.**

إن المؤهل الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية** سوف يشير إلى التقدير الذي تم الحصول عليه في برنامج المحاضرة الجامعية وسوف يفي بالمتطلبات التي عادة ما تُطلب من قبل مكاتب التوظيف ومسابقات التعيين ولجان التقييم الوظيفي والمهني.

المؤهل العلمي: محاضرة الجامعة في الأسس الفسيولوجية العصبية للاسترخاء والتأمل

اطريقة: عبر الإنترنت

مدة: 6 أسابيع



الجامعة  
التكنولوجية  
**tech**

محاضرة جامعية  
الأسس الفسيولوجية العصبية  
للاسترخاء والتأمل

- « طريقة التدريس: أونلاين
- « مدة الدراسة: 6 أسابيع
- « المؤهل العلمي: TECH الجامعة التكنولوجية
- « مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة
- « الامتحانات: أونلاين

محاضرة جامعية  
الأسس الفسيولوجية العصبية  
للاسترخاء والتأمل

