

التنويم المغناطيسي

Hypnotherapy

توصيف المقرر

يهدف مقرر "التنويم المغناطيسي" إلى تعريف الطلاب بمفاهيم وتقنيات التنويم المغناطيسي واستخداماته في الطب البديل والتكميلي. يركز المقرر على كيفية استخدام التنويم المغناطيسي لتحفيز العقل الباطن، وعلاج بعض الاضطرابات النفسية والجسدية مثل القلق، التوتر، الألم المزمن، واضطرابات النوم. كما يتناول المقرر تطبيقات التنويم المغناطيسي في تحسين الصحة العامة، العلاج النفسي، وتعزيز الأداء الشخصي.

أهداف المقرر

1. تعريف الطلاب بمفهوم التنويم المغناطيسي وأساليبه العلمية.
2. فهم العلاقة بين التنويم المغناطيسي والعقل الباطن وتأثيره على السلوك البشري.
3. تعلم تقنيات التنويم المغناطيسي، مثل الاسترخاء العميق والتركيز، وكيفية تطبيقها بشكل فعال.
4. دراسة استخدام التنويم المغناطيسي في علاج الاضطرابات النفسية مثل القلق، الاكتئاب، واضطرابات النوم.

المخرجات المتوقعة

بعد إتمام هذا المقرر، يتوقع أن يكون الطالب قادرًا على:

1. فهم المبادئ الأساسية للتنويم المغناطيسي وآلية عمله على العقل والجسم.
2. استخدام تقنيات التنويم المغناطيسي بفعالية لعلاج الاضطرابات النفسية والجسدية.
3. تطبيق التنويم المغناطيسي كعلاج تكميلي للتخفيف من الألم، القلق، واضطرابات النوم.
4. استخدام التنويم المغناطيسي لتحفيز العقل الباطن وتحقيق أهداف التحفيز الشخصي.