



Jun 20, 2019

جامعة العين تنظم ورشة عمل توعوية لطلبة مدرسة الفلبين الإماراتية

نظمت جامعة العين للعلوم والتكنولوجيا ورشة عمل توعوية لطلبة الصف الثاني عشر من مدرسة الفلبين الإماراتية الخاصة في أبوظبي حول التقييم الذاتي وتأثيره في الصحة النفسية. أشرف على تنظيم هذه الورشة وحدة استقطاب وتواصل الطلبة بالتعاون مع قسم علم النفس التطبيقي في كلية التربية والعلوم الإنسانية والاجتماعية. حيث قدم الورشة الدكتورة جانكا إغانوفا، أستاذ مساعد في كلية التربية، والتي تناولت عدة محاور منها أثر قلة الوعي الكامل بالذات، وكيف يمكن للفرد تقييم نفسه بنفسه مما يعزز الإيجابية لديه ويحقق له الرفاهية. وعززت هذه المفاهيم بإقامة حلقة نقاشية بين مقدمة الورشة والطلبة حول التفكير الإيجابي والتأمل.

تضمنت الورشة أيضاً أنشطة عقلية متنوعة مرتبطة بتحقيق السعادة الداخلية والاهتمام بالنفس، كالعصف الذهني، والتفكير الإيجابي وتهاوين تعزيز الثقة بالنفس. كما حظي الطلبة بفرصة القيام بتقييم MBTI الدولي مجاناً، والذي ساعدهم على فهم شخصيتهم وأساليب صنع القرار المناسبة لهم.

نالت ورشة العمل إعجاب الطلبة حيث ساهمت في تعزيز ثقتهم بأنفسهم، وتطوير مهارات التفكير الإيجابي لديهم،

مما ينعكس عليهم بشكل إيجابي حالياً ومستقبلاً خاصة عند اندماجهم في المجتمع الخارجي.

[رابط الخبر](#)