



Apr 18, 2017

جامعة العين تعزز مفاهيم تحقيق الذات، السعادة والتسامح

لأن تقدير الذات أمر ضروري للنمو وتحقيق النجاح، نظمت عمادة شؤون الطلبة في جامعة العين للعلوم والتكنولوجيا بهيئتها في العين فعالية عن الصحة النفسية تزامناً مع يوم الصحة العالمي، والتي تضمنت ورشة عمل بعنوان "كيف تقدر ذاتك؟" قدمها المدرب حازم حسين من مركز التعليم المستمر في الجامعة، بحضور الأستاذ الدكتور غالب الرفاعي رئيس الجامعة، الأستاذ الدكتور عبد الحفيظ بلعربي نائب رئيس الجامعة، الدكتورة إبتهاال أبو رزق عميد شؤون الطلبة، عدد من أعضاء الهيئة الأكاديمية والإدارية، وطلبة الجامعة من مختلف الكليات.

تناولت ورشة العمل الحديث عن المراحل الأساسية للوصول لمرحلة تقدير الذات، والتي قسمها المدرب حازم حسين إلى ثلاثة أقسام وهي جرد الذات، قبول الذات، وتقدير الذات، بعدها انتقل للحديث عن الأساليب التي يمكن أن تغير من احساس الشخص تجاه نفسه، وتقوي لديه الثقة بالنفس والشعور بالذات وتقديرها، وتعزيز الإصرار والإرادة

للحصول على كل ما يرغب به الإنسان تحدي الصعاب التي قد تواجهه لتحقيق ما يريد. حيث أكد المدرب حازم على أهمية تقدير الإنسان لذاته، وأن حياة الإنسان لا معنى لها دون تقدير الذات.

وتعليقاً على ورشة العمل، أكد الدكتور غالب الرفاعي على أهمية تطوير الذات للوصول إلى الشعور بالسعادة، كما أن تطوير الشخصية يمكن الإنسان من مواجهة الصعاب والواقف التي قد يواجهها في حياته، موجهاً نصيحة للطلبة بضرورة تطوير قدراتهم وشخصياتهم ليتكفروا من مواجهة سوق العمل مستقبلاً.

وبدورها ثمنت الدكتورة أبو رزق جهود المدرب حازم حسين لتقدمه هذه الورشة التي لاقت نجاحاً كبيراً وبالشكر الجزيل لمركز التعليم المستمر على تعاونهم، مؤكداً على أهمية الطموح في حياة الإنسان، وضرورة السعي وراء الأفضل دائماً.

ومن جهة أخرى، تضمنت الفعالية معرضاً عن التسامح والسعادة والذي اشتمل على معروضات قدمها طلبة قسم العلوم الإنسانية والاجتماعية في كلية التربية وتوزيعات عن السعادة والتسامح، إضافة إلى مجموعة من الفقرات الترفيهية والعروض الفنية قدمها طلبة المدرسة النهائية.

[رابط الخبر](#)