



برگزاری کلاس آموزشی خودآگاهی و عزت نفس در مرکز پیمان دوباره سبز

در مرکز پیمان دوباره سبز، کلاس آموزشی با موضوع «خودآگاهی و عزت نفس» توسط روانشناس مرکز برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی اداره بهزیستی شهرستان قدس؛ اعظم فروتن رئیس اداره بهزیستی شهرستان قدس گفت؛ در این برنامه، شرکت کنندگان با مفاهیم خودآگاهی، شناخت توانمندی ها و مهارت های فردی، و روش های تقویت عزت نفس آشنا شدند. همچنین تمرین های عملی و فعالیت های گروهی به شرکت کنندگان کمک کرد تا مهارت های اجتماعی و روانی خود را تقویت کنند و با اعتماد به نفس بیشتری در زندگی روزمره عمل نمایند. وی افزود؛ هدف از برگزاری این کلاس، ارتقای سلامت روان، تقویت اعتماد به نفس و خودباوری مددجویان و ایجاد فضایی مثبت و انگیزشی برای رشد فردی آنان اعلام شد و با استقبال شرکت کنندگان همراه بود.

انتهای پیام/