



Nov 11, 2014

## محاضرة عن "التوازن بين التعقل والانفعال" في جامعة العين

نظمت عهدة شؤون الطلبة في جامعة العين للعلوم والتكنولوجيا بمقرها في أبوظبي محاضرة تثقيفية بعنوان "التوازن بين التعقل والانفعال" قدمها الدكتور جوسيف جرجس إستشاري الأمراض النفسية في مستشفى النور بحضور أعضاء الهيئتين الأكاديمية والإدارية وعدد من طلبة الجامعة .

وهدفت المحاضرة لتعريف الطلبة بمفهوم ضبط النفس وكيفية تنظيم العواطف والإنفعالات التي تواجه الإنسان بالإضافة الى شرح المهوقات والأسباب التي تؤدي إلى عدم القدرة على ضبط النفس كما ناقش الدكتور طرق التغلب على هذه المهصاعب والمهوقات وكيفية زيادة المقدرة على كبح الغضب و التكيف الصحي مع الأهور الحياتية .

رابط الخبر