

الخليج

منوعات, محطات

11 ديسمبر 2021 19:23 مساءً

فعاليات الشارقة « يعلم زواره مهارات إدارة الوقت »





تحت عنوان «وازن تركيزك تتزن حياتك»، جمعت فعاليات الدورة الأولى من مهرجان فعاليات الشارقة التي ينظمها موقع «فعاليات الشارقة» في مسرح المجاز، الجمهور من الكبار والصغار في ورشة عمل حول مهارات إدارة الوقت، قدمتها إدارة مراكز التنمية الأسرية التابعة للمجلس الأعلى لشؤون الأسرة في الشارقة، ضمن برنامج مشاركتها في المهرجان.

وتناولت الورشة التي قدمها المدرب محمد الشاعر، أهمية جعل أساسيات حياة أفراد الأسرة أولوية، ولفت إلى ضرورة جعل الحياة العملية للفرد أكثر توازناً وإيجابية، مشيراً إلى أن ذلك يتحقق بإدارة الوقت، والتركيز على الإنجازات في مختلف الجوانب التعليمية والوظيفية والأسرية.

وعرض المدرب خلال الورشة المحاور التي تتطلب إدارة الوقت والتركيز عليها من قبل أفراد الأسرة، لتحقيق المزيد من التواصل الأسري والإنصات الفعال للأطفال لمساعدتهم على تجاوز الصعاب وتشجيعهم على التحصيل العلمي، كما أكد أهمية التقليل من وقت استخدام الأجهزة الإلكترونية ووسائل التواصل الاجتماعي، والعودة إلى التواصل المباشر بين أفراد المجتمع، والاهتمام بالغذاء الصحي، واتباع نمط حياة متوازنة من دون الاستغناء عن الجانب الروحي.