



عبدالله مريان

مدرب حياة وخبير في تطوير الأداء البشري

أردني - الأردن

اقرأ المزيد

من هو عبدالله مريان

عبدالله مريان هو مدرب حياة ومختص في التطوير الشخصي من الأردن، يكرس خبرته لمساعدة الأفراد على تحقيق أفضل أداء ممكن في حياتهم. يركز منهجه على الربط بين الصحة النفسية والعقلية وبين الأداء الفردي، مؤكداً أن العقلية السليمة هي أساس تحقيق الأهداف والوصول إلى مستويات عالية من النجاح. من خلال منصاته على وسائل التواصل الاجتماعي، يشارك عبدالله محتوى يهدف إلى تحفيز المتابعين على تبني عادات إيجابية وتطوير عقلية النمو. يتركز عمله بشكل كبير حول مفهومه الخاص الذي يطلق عليه "A-Game"، والذي يشير إلى حالة الأداء القصوى التي يمكن للفرد الوصول إليها. يقدم من خلال هذا المفهوم استراتيجيات عملية وتقنيات ذهنية لمواجهة التحديات، التغلب على الشك الذاتي، وبناء الثقة بالنفس. يخاطب عبدالله جمهوره بأسلوب مباشر وعملي، مقدماً نصائح قابلة للتطبيق في الحياة اليومية والمهنية، مما جعله صوتاً مؤثراً في مجال التنمية الذاتية في الأردن والوطن العربي.

إنجازات عبدالله مريان

طور عبدالله مريان علامته التجارية ومنهجيته الخاصة تحت مسمى "A-Game". يمثل هذا المفهوم فلسفته الأساسية في التدريب، حيث يركز على تمكين الأفراد من تقديم أفضل ما لديهم باستمرار في مختلف جوانب حياتهم، سواء كانت مهنية، شخصية، أو صحية. وقد نجح في بناء مجتمع من المتابعين يتفاعلون مع هذا المفهوم ويسعون لتطبيقه. يستخدم عبدالله منصاته الرقمية بفعالية لنشر رسالته وإحداث تأثير إيجابي. من خلال مقاطع الفيديو والنصائح اليومية على منصات مثل انستغرام وتيك توك، يقدم محتوى ملهماً وعملياً يصل إلى جمهور واسع، مساهماً في نشر الوعي بأهمية الصحة النفسية وتطوير الذات.