



هاجر الترك

أخصائية نفسية ومدرسة وعي شعوري

سوري

اقرأ المزيد

من هي هاجر الترك

هاجر الترك هي أخصائية نفسية وأسرية ومدرية متخصصة في الوعي الشعوري، تكرس ممارستها لمساعدة النساء على تجاوز تحديات القلق والتوتر وتحقيق السلام الداخلي. من خلال منصات الرقمية وجلساتها الخاصة، تقدم هاجر مساحة آمنة للنساء لمعالجة الألم العاطفي، وفهم جذور المعتقدات المقيدة، وإعادة بناء علاقة صحية مع الذات. تركز منهجيتها على التكامل بين العلم المثبت والعمق الروحاني، حيث تعمل على عدة مستويات تشمل الجانب النفسي، العاطفي، والفكري. تركز هاجر في عملها على تهدئة الجهاز العصبي من خلال تمارين عملية وتأملات علاجية مصممة خصيصًا لكل حالة. تهدف إلى تمكين النساء من التحرر من ثقل الماضي، وتصحيح أنماط العلاقات المؤلمة، وبناء عقلية أكثر مرونة وإيجابية. محتواها على منصات مثل انستغرام ويوتيوب يعكس هذا النهج، حيث تشارك رؤى وتقنيات عملية لمواجهة التحديات النفسية اليومية وتعزيز الاتصال بالذات الحقيقية.

إنجازات هاجر الترك

طورت هاجر الترك برامج علاجية متكاملة لمساعدة النساء على تحقيق التحول النفسي. تقدم باقات جلسات متنوعة تبدأ من "الجلسة الاستكشافية" لمدة ساعتين، والتي تركز على تقييم الحالة ووضع خريطة طريق للعلاج، وصولاً إلى برامج أعمق مثل "رحلة التعافي" المكونة من 8 جلسات و"برنامج التحول المتكامل" الذي يمتد إلى 12 جلسة، وتهدف هذه البرامج إلى معالجة جذور الألم وإحداث تغيير مستدام. أسست حضوراً رقمياً مؤثراً عبر منصات متعددة، بما في ذلك موقعها الرسمي hajarturk.com، حيث تقدم خدماتها وتشارك مقالات متخصصة. تستخدم قنواتها على انستغرام، تيك توك، ويوتيوب لنشر محتوى تعليمي حول الوعي الذاتي، الشفاء العاطفي، وتقنيات إدارة القلق، مما مكنها من الوصول إلى شريحة واسعة من النساء في العالم العربي وتقديم الدعم لهن.