



ماجدة

صانعة محتوى ومدربة حياة متخصصة في علم النفس والوعي الذاتي

سعودي - المملكة العربية السعودية

اقرأ المزيد

من هي ماجدة

ماجدة، المعروفة باسم "MJay"، هي صانعة محتوى ومدرسة حياة سعودية بارزة في مجال التنمية الذاتية والصحة النفسية. تركز في محتواها الرقمي على تبسيط مفاهيم علم النفس وتطبيقها في الحياة اليومية، مستهدفةً الجمهور الناطق بالعربية بأسلوب عصري وجذاب. تتناول مواضيع متنوعة تشمل الوعي الذاتي، وتطوير الشخصية، والعلاقات الصحية، وكيفية التعامل مع التحديات النفسية. من خلال منصاتها على وسائل التواصل الاجتماعي، تقدم ماجدة رؤى ونصائح عملية لمساعدة متابعيها على فهم أنفسهم بشكل أعمق وتحسين جودة حياتهم. يجمع أسلوبها بين المعرفة النفسية والتدريب التحفيزي، مما يجعل محتواها متاحاً ومؤثراً لشريحة واسعة. بالإضافة إلى المحتوى المجاني، تقوم بتطوير وبيع منتجات رقمية متخصصة، مثل أدلة وكتب عمل، تهدف إلى توفير أدوات عملية للمهتمين بالنمو الشخصي.

إنجازات ماجدة

طورت ماجدة مجموعة من المنتجات الرقمية التي تهدف إلى دعم رحلة الوعي الذاتي لمتابعيها. من أبرز أعمالها "كُتيب الاكتشاف الذاتي" (The Self-Discovery Workbook)، وهو دليل عملي مصمم لمساعدة الأفراد على استكشاف ذواتهم وفهمها بعمق. كما أطلقت "دليل ما قبل الزواج" (Pre-Marriage Guide)، وهو منتج متخصص يهدف إلى تزويد المقبلين على الزواج بالأدوات والرؤى اللازمة لبناء أساس علاقة صحية ومستدامة. تعكس هذه المنتجات قدرتها على تحويل المعرفة النظرية إلى أدوات عملية ومؤثرة.