

نشرة شؤون



جامعة قطر
QATAR UNIVERSITY

الطلاب STUDENT

Affairs Newsletter

العدد ٢٥ - أكتوبر ٢٠١٧



جدارية «تميم المجد» تحت الماء

ص ٦

تمهيد Tamheed™

Making Informed Career Choices

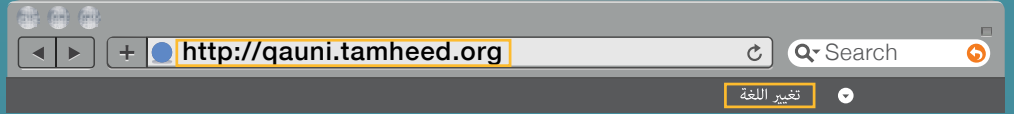
ابدأ رحلة التخطيط لحياتك المهنية



تمهيد هي اداة الكترونية مخصصة للتقييم الذاتي تساعدك في التعرف على قدراتك وسماتك وميولك المهنية. استخدم "تمهيد" للحصول على تقريرك الشخصي وللتحدث مع المرشد المهني من أجل تحديد المسار المهني الأمثل.

٣ خطوات سهلة لتبدأ مع تمهيد:

١. اذهب الى qauni.tamheed.org يمكنك اختيار اللغة العربية او الانجليزية



٢. قم بالتسجيل وابدأ بإجراء التقييم الذاتي

اسم المستخدم

كلمة السر

الرجاء قبول البنود والشروط والأحكام من أجل المتابعة.

تسجيل

إذا لم تكن قد سجلت من قبل، يمكنك التسجيل الآن [بالضغط هنا](#)

عملية التسجيل سهلة ولن تأخذ من وقتك أكثر من عدة دقائق

٣. بعد اكمال التقييم سوف يظهر الرمز الخاص بك على الشاشة وسيصلك تلقائياً عبر بريدك الالكتروني. احجز جلسة استشارية مع المرشد المهني للحصول على تقريرك من خلال myadvisor.qu.edu.qa/career، وابدأ مسيرة نجاحك المهني.

التقييم الذاتي

لقد أكملت عملية التقييم ويظهر لديك أدناه رمز التقييم الخاص

بك: **!"#\$%&'**

يرجى اعطاء هذا الرمز للمستشار الخاص للحصول على التقرير الخاص بك. اتصل بنا إذا كنت لا تعرف من هو مستشار تمهيد الخاص بك.

تنبيه: ارسل رمز التقييم لمرشدك المهني

كلمة العدد

والأكاديمية السليمة، وتزويدهم بالمهارات اللازمة لبلوغ النجاح المطلوب، مسترشدين في هذا السبيل بالرسالة النبيلة التي يحملها كل موظف ضمن قطاع شؤون الطلاب بالجامعة. من هذا المنطلق بدأ مشروع «الطريق للنجاح الطلابي» وهو مشروع شامل ومتكامل لتطبيق أفضل الممارسات لمساعدة الطلبة على النمو والتعلم والنجاح بالجامعة. ويقوم هذا المشروع على أسس الشراكة بين قطاع شؤون الطلاب والقطاع الأكاديمي والإداري الاستراتيجي في جامعة قطر.

من جانب آخر، وتماشياً مع توجهات الجامعة وكافة مؤسسات الدولة ووزاراتها في التعبير عن حبهم وولائهم لدولة قطر، ولصاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أمير البلاد المفدى، فقد دشّن قسم الرياضات المائية في إدارة الأنشطة الرياضية «جدارية تميم المجد تحت الماء» في بركة الغطس في مجمّع الرياضات المائية وتعد المبادرة الأولى من نوعها في قطر.

كما لا يفوتني هنا الإشارة إلى موضوع الطلبة القطريين الذين تم منعهم من استكمال تعليمهم الجامعي في بعض الجامعات الخليجية، في ظل الأزمة الحالية التي تمر بها دول المجلس، مما أجبرهم على المغادرة، حيث قامت لجنة مختصة في جامعة قطر وبالتنسيق مع وزارة التعليم والتعليم العالي في دولة قطر بدراسة حالات الطلبة المتضررين وقد تم وضع خطة مبدئية لقبولهم خلال فصلي الصيف والخريف كطلبة زائرين إلى أن يتم دراسة وتحديد الحل الأمثل على المدى البعيد. وفي الختام أتمنى لكم قراءة ممتعة لهذا العدد من نشرة شؤون الطلاب الذي يزخر بالعديد من الأخبار والتغطيات والمقالات المتميزة والمفيدة.

السلام عليكم ...
أرحب بكم في هذا العدد من نشرة قطاع شؤون الطلاب، وأود في البداية أن أبارك لخريجي وخريجات العام الأكاديمي ٢٠١٦-٢٠١٧ والذين ستحتفل الجامعة بتخريجهم ضمن دفعة ٢٠١٧ تحت الرعاية الكريمة لحضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، أمير البلاد المفدى، بتاريخ ١٠ أكتوبر ٢٠١٧. فيما سيُقام حفل تخرج الطالبات ١١ أكتوبر ٢٠١٧ بتشريف ورعاية سمو الشيخة جواهر بنت حمد بن سحيم آل ثاني حرم سمو الأمير، متمنين لهم مزيداً من التقدم في حياتهم الأكاديمية وأن يحققوا النجاح والتوفيق في طريقهم الجديد نحو معترك الحياة العملية.
كما يسعدني الترحيب بالفوج الجديد من الطلبة الجدد المقبولين في فصل خريف ٢٠١٧ والبالغ عددهم حوالي ٣٢٠٠ طالب وطالبة. متمنياً لهم التوفيق والنجاح في حياتهم الجامعية. إن من أهم التحديات التي تشهدها الجامعة مؤخراً والمتمثلة في الزيادة المضطردة لأعداد الطلبة ومنتسبي الجامعة، تلقي على عاتقنا مسؤولية كبيرة في بذل المزيد من الجهود وتطوير تلك السياسات والخدمات بما يتلاءم مع التحديات الجديدة ليعمل قطاع شؤون الطلاب يقدم الجودة والنوعية في الخدمات الأكاديمية وغير الأكاديمية.

ونؤكد هنا على أن مهمتنا لا تقتصر على تخريج أكبر عدد من الطلاب في فترة مناسبة فحسب، بل تنصب أهداف هذا القطاع على تخريج طلاب متميزين وناجحين في شتى التخصصات والمجالات، وسنعمل على تحقيق ذلك بأنجع الأساليب وأكثرها فاعلية. حتى نحقق ما نسعى إليه من الارتقاء بالطلاب ومساعدتهم وإعدادهم الإعداد الجيد من الناحية العلمية



د. خالد محمد الخنجي

نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب

فريق العمل

منسوق الإدارات والمراكز

إلهام منصور
تيسير الجيلي
عماد القريوتي
لبنى الكيلاني
سعيد دياب
عبدالعزیز الخالدي
عبير علي
منى جامع
محمد عادل حسين
نبأ العزاوي

مراجعة لغوية

أحمد نور الحق

الإخراج الفني والتصميم

غسان البتيري

التصوير الفوتوغرافي

علي عماد الدين
محمد شريف
عبدالله القاوجي

الإشراف العام

د. خالد محمد الخنجي

مدير التحرير

عبدالله حمران

محررون مشاركون

عبدالله جاروف
سراء حمام
عهد مصطفى
سارة سليمان
علاء أمين

المركز الإعلامي الطلابي

محمد افلج
محمد عيدا
جلال منصور
يوسف شعبان
معين الاسلام



محتويات العدد



فريق الجامعة يتوج بطلا
لدوري الجامعات لكرة
القدم

ص ٧٠



إدارة القبول تنظم ملتقى
المرشدين الأكاديميين
بالمدارس المستقلة

ص ٣٠



قسم «خدمات الالتحاق في
التعليم العالي»

ص ١٧



|| نصيحة لاجتياز المقابلة
الشخصية
بقلم الطالب: إلياس مؤدب

ص ٤٨



الأندية الطلابية: المنهج
التعليمي الجديد (مقال)
بقلم: خولة مرتضوي

ص ٦٤



استمتع أكثر... لتتجز أكثر
بقلم الخريجة: قمر منير بدر

ص ٣٧

خلال اللقاء السنوي لقطاع شؤون الطلاب

الدكتور خالد الخنجي: توسع كمي ونوعي في قطاع شؤون الطلاب ولا تقلص لأعداد الموظفين

أكد الدكتور خالد محمد الخنجي نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب على أن نجاح الطلبة لا يقاس فقط بأعداد الخريجين أو معدلاتهم التراكمية أو المدة التي يقضونها في الجامعة.. بل يقاس بنوعية الطلبة ومخرجات التعليم والمهارات التي اكتسبوها. مضيفاً أن نجاح الطلبة يقوم على الجهد واكتساب المعايير المطلوبة، وأن النجاح القائم على تخفيض المعايير والغش والتسهيل فيعد خيانة للطلاب نفسه. جاء ذلك خلال كلمته الافتتاحية في اللقاء السنوي لقطاع شؤون الطلاب، الذي عقد في قاعة ابن خلدون وحضره مدراء الشؤون والإدارات ورؤساء الأقسام وموظفي وموظفات القطاع.



◀ «تكریم لجنة اللقاء التعريفي للطلبة الجدد» بجائزة الفريق المتميز»

الطالب سيكون في قلب استراتيجية الجامعة

الأكاديمية بنجاح. وأشار الهزاع إلى تجربته مع النجاح الطلابي والتي ركزت على رفع مستوى الطلاب المتعثرين أكاديمياً قائلاً: في السابق كنا نصل للطلبة المتعثرين في نهاية الفصل، حيث لم يعد هناك ما يمكن إصلاحه، إلا أنه أصبح لدينا الآن من خلال مبادرة التنبيه المبكر قدرة على الوصول إلى الطالب المتعثري في منتصف الفصل، وقد استطعنا الوصول إلى ١٠٪ من الطلاب المتعثرين دراسياً في منتصف الفصل بمساعدة الإرشاد الأكاديمي ومركز الدعم الطلابي ونطمح لزيادة هذه النسبة إلى ٢٠ و ٣٠٪ في الفصل المقبل. من جانب آخر، كرم نائب الرئيس

النجاح الحقيقي للطالب هو القائم على الجهد واكتساب المعايير المطلوبة

وقال الخنجي إن دورنا جوهري في العمل على الارتقاء بالطالب وتدريبه وتهيئته وإعداده من الناحية العلمية والمهارية والتدريبية والفكرية، واكتساب المهارات والقدرات والمعرفة والقيم للنجاح في المستقبل. من جانبه قال د. خليفة الهزاع مدير شؤون النجاح الطلابي في قطاع شؤون الطلاب إن النجاح الطلابي لا يحصل في الفصل الدراسي فقط بل لابد أن يكون لدى الطالب نظرة شمولية، مضيفاً أن قصص النجاح في الغرب تحكي عادة عن الالتزام بالوقت، والإبداع والابتكار وهذه أمور لا يمكن أن نحققها فقط من خلال التخطيط على السطور المهمة في الكتاب الدراسي أو تخطي الاختبارات



◀ د. خالد الخنجي

وأشار الخنجي في كلمته إلى أن الجامعة تضع الآن الملامح النهائية لاستراتيجيتها التي سيكون الاهتمام بنوعية الطالب في قلبها بعيداً عن الاهتمام بالكم على حساب النوعية، مبيناً أن إطلاق هذه الاستراتيجية ستلقي مسؤولية كبيرة على قطاع شؤون الطلاب، حيث سيشهد توسعاً كمياً ونوعياً، مؤكداً اقتراب إنجاز المراحل النهائية من الهيكل التنظيمي لقطاع شؤون الطلاب، نافياً وجود أية نية لتقليص أعداد الموظفين.



من إدارة القبول، جميله عامر من مركز الإرشاد الأكاديمي، نصر الخليفي من إدارة الخدمات الطلابية. أما في جائزة الاتقان في العمل فتم تكريم كلاً من: مها حسين من إدارة التسجيل، تيسير الجيلي من مركز الإرشاد الطلابي، وليد خليل من إدارة الأنشطة الرياضية، أربي أبو حانين من مكتب نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب. كما حصلت ثلاث فرق على جائزة الفريق المتميز وهم: لجنة اللقاء التعريفي للطلبة الجدد، فريق عمل مركز الخدمات المهنية، فريق عمل مركز الاتصال الطلابي.

علينا الارتقاء بالطلاب من خلال تدريبه وتهيئته وإعداده فكرياً وعلمياً ومهارياً

والمبادرة، جائزة خدمة العملاء وجائزة الإتقان في العمل، بالإضافة إلى جائزة الفريق المتميز. حيث فاز في فئة التطوير والمبادرة كل من: شيخة علي من نظام معلومات الطلبة، يوسف الجربي من مركز الدمج ودعم ذوي الاحتياجات الخاصة، عائشة صليبيخ من إدارة الأنشطة الطلابية. أما فئة خدمة العملاء ففاز بها كلاً من: الهام أمين منصور

النجاح القائم على الغش والتسهيل وتخفيض المعايير خيانة للطلاب ولا يعد نجاحاً حقيقياً

لشؤون الطلاب كلاً من الأستاذ ناصر المري مدير شؤون الاتصال والعلاقات العامة والأستاذ شون دولمان مستشار القبول والتسجيل، وذلك تقديراً لجهودهم المتميزة خلال فترة عملهم الطويلة في قطاع شؤون الطلاب. كما تم خلال اللقاء تكريم الموظفين المتميزين بجوائز تكريم الموظف بفئاتها الأربع وهي: جائزة التطوير

قسم «خدمات الالتحاق في التعليم العالي» مركز شامل لخدمات القبول والتسجيل بالجامعة

منذ انطلاقة قبل نحو ثلاث سنوات يعمل قسم خدمات الالتحاق في التعليم العالي بشكل دوّوب ليوّفر خدمة استثنائية للطلّبة وأولياء الأمور ومجتمع الجامعة، وليوصل المعلومات للجميع بصورة واضحة في بيئة ودية تعليمية، بالإضافة إلى تسهيل الإجراءات التي قد يمر بها الطّلبة خلال رحلتهم الجامعية بدءاً من قبولهم في الجامعة وحتى تخرجهم.



تفعيل العديد من الخدمات الإلكترونية على موقع الجامعة ونظام الخدمة الذاتية (بانر)



تم جمعها عبر تحليل نتائج الاستبيانات منذ عام ٢٠٠٨، دور بارز في قرار إنشاء القسم. حيث تضمنت آراء الطلبة صعوبات كانوا يواجهونها تتعلق بالمكان، كنقص أجهزة الخدمات الذاتية، ونقص التوعية، وكثرة التنقل بين الأقسام للحصول على الخدمات وبالإضافة إلى تعذر الحصول على حلول لمشكلاتهم بوقت قياسي نظراً لقلّة عدد الموظفين المختصين بحل هذه المشاكل في مكان واحد. كما قام الفريق لمدة سنة كاملة بمراجعة السياسات والخدمات خلال تأسيس القسم، حيث نقوم بتقديم خدمات أهم جهتين في قطاع شؤون الطلاب وهما إدارتي القبول والتسجيل، لذلك عملنا كثيراً على تدريب موظفينا بشكل كبير ومتقن خلال العام ٢٠١٤-٢٠١٥

ما هو قسم خدمات الالتحاق في التعليم العالي (Enrollment Services One-Stop)؟

هو قسم تابع لقطاع شؤون القبول والتسجيل في جامعة قطر، ويسعى لتسهيل خدمات القبول والتسجيل والرد على كافة الاستفسارات المتعلقة بمرحلة البكالوريوس. كما يقدم الكثير من الخدمات الأخرى والتي تهتم الطلبة، ولدى القسم رؤية بأن يصبح نموذجاً لخدمات الالتحاق الشاملة في الشرق الأوسط بالتعاون مع الطلبة وبتقديم خدمات مركزية مبتكرة.

متى تم تأسيس هذا القسم؟

تأسس القسم في منتصف عام ٢٠١٤، وقد كان لآراء الطلبة وملاحظاتهم التي



مي سليم

ولتسليط مزيد من الضوء على عمل هذا القسم والأنشطة والخدمات التي يقدمها التقت نشرة شؤون الطلاب مع السيدة مي سليم، رئيس قسم خدمات الالتحاق في التعليم العالي، وأجرت معها الحوار التالي:



للوصول إلى أعلى مستويات الجودة في تقديم الخدمات لتحقيق أعلى نسبة رضا لطلابنا.

من أين استوحيتهم فكرة القسم؟

فكرة القسم مستوحاة من المفهوم الحديث والمستخدم بكثرة في الجامعات الأمريكية ولا يوجد في الشرق الأوسط إلا في الجامعة الأمريكية في القاهرة التي تطبقه بصورته البسيطة، لذا فقد قمنا بالتواصل مع هذه الجهات أثناء تأسيس القسم للاستفادة من خبراتهم وتجاربهم في هذا المجال. وتتمحور الفكرة في إنشاء مكاتب خدمة عملاء خاصة للإجابة على الأسئلة السريعة، والحالات التي يغلب عليها طابع التحقيق، وقد يتم تحويل

بعض الحالات المعقدة إلى الأقسام الأخرى المتخصصة.

ما هي أهداف القسم؟

أهم أهداف القسم هو تسهيل وتبسيط خدمات القبول والتسجيل، إضافة إلى تقديم هذه الخدمات للطلبة بشكل يلبي احتياجاتهم وتوقعاتهم، وقد تم إعادة هيكلة 8 خدمات يطرحها القسم لتحقيق هذه الأهداف.

ما هي الخدمات التي تقدمونها؟

يقدم القسم نوعين من الخدمات وهما خدمات القبول وخدمات التسجيل. ويشمل القبول جميع الخدمات التي يحتاجها الطالب قبل قبوله في الجامعة لحين اكتمال إجراءات قبوله رسمياً وأهمها

خدمات استشارية للطلبة الراغبين بالالتحاق في الجامعة، وخدمات لطلاب الجامعات الأخرى التي لديها اتفاقيات مع جامعة قطر، وكذلك استلام أو تسليم المستندات للطلبة الجدد، وتوعيتهم ببعض المعلومات مثل المواعيد المهمة، اللقاءات التعريفية، والمنح الدراسية، وكذلك التحويل من الجامعات الأخرى. أما بالنسبة لخدمات التسجيل فتشمل جميع الخدمات الذاتية للطلبة المقيدون في الجامعة، مثل إصدار الوثائق والمستندات، وتوعيتهم بسياسات ولوائح الجامعة، وخدمات السجلات الطلابية وغيرها.

كيف ساهمتكم في تحسين جودة الخدمات المقدمة؟

نجحنا إلى حد كبير في تحسين الخدمات



استخدام نظام التقييم Qmatic لرفع جودة الخدمات

شهادة إلى من يهمله الأمر أو أي مستند رسمي آخر يتم إرسال بريد الكتروني لإخطاره بأن الطلب جاهز للاستلام. وأخيراً يسعى القسم إلى تعزيز دور الطالب وتحفيزه على استخدام الخدمات الإلكترونية الذاتية والأنظمة الإلكترونية مع تعزيز تحمله للمسؤولية واتخاذ القرارات بنفسه.

إلى أي مدى تسهمون في نجاح الطلبة؟

الطالب هو محور اهتمام القسم، لذلك يترتب علينا أن نقدم المعلومة الصحيحة والدقيقة للطلاب بكل ثقة إضافة إلى تسهيل حصوله على الخدمات المطلوبة. بما يضمن تحقيقه للنجاح في الجامعة. ويمكنني أن أقول بأن النجاح يأتي من إرشاد الطالب ومساعدته والاهتمام به وتوجيهه لتخطي التحديات التي قد تواجهه خلال مسيرته التعليمية. ويسعى القسم دائماً لأن يكون في تواصل مستمر مع الأقسام الأخرى مثل البرنامج التأسيسي والإرشاد الأكاديمي وغيرها من أجل تزويد الطالب بالسياسات

ماذا بعد أن يلتحق الطالب بالجامعة، هل ينتهي دوركم معه عند اكتمال قبوله؟

يوفر القسم للطلاب الكثير من الخدمات حتى بعد أن يتم قبوله وطيلة حياته الجامعية، كل ما يحتاجه من الوثائق والمستندات الأكاديمية لاستخدامها داخل أو خارج الدولة. كما يعمل القسم على تقديم نصائح إرشادية وتوعوية تتعلق بكيفية تسجيل المقررات الدراسية والتوعية بالسياسات الجامعية المتعلقة بالطلبة والمواعيد المهمة.

هناك توجه عام في الجامعة نحو تشجيع استخدام الخدمات الذاتية والأنظمة الإلكترونية، أين يقع نشاطكم وخدماتكم منه؟

منذ تأسيس القسم عملنا على تحويل الخدمات الورقية إلى الكترونية قدر الإمكان وهذا ما يساهم في تحسين جودة الخدمات وتقليل وقت انتظار الطلاب. وعمل القسم أيضاً على الاعتماد على البريد الإلكتروني للتواصل مع الطلاب، على سبيل المثال عند تقديم الطالب على

وتبين لنا ذلك من خلال استطلاع آراء الطلبة والاستبانة الشهرية. وعمل القسم منذ نشأته على رفع جودة الخدمات المقدمة للطلبة وابتكر الكثير من الوسائل في سبيل هذا الهدف ومن أهم هذه الوسائل والتي ساهمت كثيراً في رفع جودة الخدمات هي نظام التقييم Qmatic، حيث أصبحت الخدمات منظمة بشكل أكبر وتم تقليل وقت انتظار الطلبة، وذلك مراعاة لظروفهم وأوقات محاضراتهم. كما تم تفعيل التكنولوجيا بشكل كبير من خلال الاستعانة بموقع الجامعة الإلكتروني والاستفادة من الخدمات المتاحة على مواقع الخدمة الذاتية (بانر) والبريد الإلكتروني للطلبة، مما سهل على الطالب الحصول على الخدمات المطلوبة، ومن الأمثلة على ذلك، خدمة الحصول على نسخ إضافية من الشهادات الجامعية للخريجين من دون أن يحضر الطالب إلى الجامعة. بالإضافة إلى تقليل الوقت المطلوب لإنجاز المعاملات، فأصبحت الكثير من الخدمات التي كانت تستغرق أياماً وأسابيع لتنفيذها، تأخذ ساعات فقط لإنجازها.



◀ يوفر للطالب كل ما يحتاجه من الوثائق والمستندات

الجديدة والمواعيد المهمة. ونعمل دائماً على حث الطالب على استخدام موقع الجامعة للحصول على المعلومات تشجيعاً له للاعتماد على نفسه في كل المهام.

ما هي الجهات التي تتعاملون معها ضمن الحرم الجامعي؟ وهل من تعاون أو علاقات مع جهات خارجية؟

يسعى القسم لتكوين علاقات وطيدة مع كافة الكليات والأقسام التابعة لقطاع شؤون الطلاب في الجامعة. فنقوم حالياً بالتواصل مع جميع أقسام قطاع شؤون الطلاب ومعظم كليات الجامعة لتزويد الطالب بجميع المستندات والسياسات التي تخصه. كما يوجد هناك بعض العلاقات مع جهات إدارية من خارج الجامعة مثل بعض الوزارات والسفارات وغالباً تكون فيما يتعلق بمعلومات الخريجين الذين يرغبون بالسفر أو الدراسة في الخارج.

ما هي التحديات والصعوبات التي واجهتموها خلال هذه السنة؟

هناك أربعة تحديات رئيسية تواجهنا والتي تتمثل في نقص عدد الموظفين لدى القسم، حيث يعمل لدى قسم البنين موظف واحد متخصص و ٣ موظفات لدى قسم البنات، وهذا ما يزيد صعوبة الأمر ويقلل من فرصة إنجاز خدمات الطلاب بالسرعة والجودة المطلوبة. ويتمثل التحدي الثاني بضيق المكان في مبنى القبول والتسجيل وخاصة في فترات بداية ونهاية الفصول الدراسية، حيث يتوافد الطلبة إلى القسم لتسليم واستلام المستندات مما يؤدي إلى حدوث بعض الازدحام والتأخير. ويكمن التحدي الثالث في الاعتماد بشكل كبير على طلبة

"Stop" ولكننا الآن نتحرك بتروي نحو هذا الهدف بسبب التحديات التي ذكرتها سابقاً.

ما هو شعور مي سليم وهي الآن شريكة للطلبة في الوصول إلى النجاح؟

في الحقيقة أشعر بمسؤولية كبيرة كل يوم وأنا متجهة إلى مكنتي وأتساءل في داخلي هل سأتمكن من تأدية جميع الخدمات للطلبة؟ هل سيرضى الطالب عن الخدمات المقدمة؟ هل حصل على المعلومات الصحيحة من الموظفين؟ لذلك فإنني أعتبر نجاح الطالب في المرحلة الجامعية وإكماله هذه المرحلة بصورة سليمة، مسؤولية كبيرة تقع على عاتقي أنا وفريقي وأتمنى أن أوفق فيها وأقوم بمسؤولياتي فيها على أحسن وجه ويبقى التوفيق والنجاح هبة من الله عز وجل.

العمل الجزئي، فيما يتمثل التحدي الرابع في المعاملات الورقية، الأمر الذي يؤدي إلى تأخير إنجاز الخدمات، علماً بأننا نسعى للتغلب على هذا الأمر من خلال جعلها خدمات إلكترونية لكن تتطلب تضاعف جهود من الأقسام الأخرى وفترات زمنية قد تطول.

لديكم رؤية بأن تصبحوا نموذجاً لخدمات الالتحاق الشاملة في الشرق الأوسط، ما الذي تحقق من هذه الرؤية لحد الآن؟

طبعاً من المخطط له والمتوقع أن نحقق هذه الرؤية في فترة تتراوح ما بين ٣ أو ٥ سنوات، وللجامعة توجه إيجابي يدعم رؤيتنا وأهدافنا في هذا الإطار. لذلك يقوم القسم الآن بطرح مبادرات ومناقشات تصب في أهداف التطوير والتوسع، كما نخطط أن نصبح مركز خدمات شامل وهذا هو المعنى الحقيقي لـ "One-

بهدف بناء علاقة متميزة بين المرشد والطالب

الإرشاد الأكاديمي ينظم فعالية «حدد موقعك»



نظم مكتب الإرشاد الأكاديمي بكلية الآداب والعلوم فعالية "حدد موقعك" للبنين بمشاركة ١٠٠ طالب و ٢٠٠ طالبة من الكلية. وتهدف هذه الفعالية إلى تعزيز دور الإرشاد الأكاديمي لدى طلبة كلية الآداب والعلوم في جامعة قطر وبناء علاقة فعالة بين المرشدين الأكاديميين والطالبة خارج نطاق المكتب في بيئة ودية ومرحبة إضافة إلى تشجيع الطلبة على التعلم بطريقة جديدة من خلال الأنشطة الترفيهية، إذ تتيح الجامعة لكل طلبتها فرصة للنجاح والتميز عبر خدمات الدعم والمساندة الأكاديمية وغير الأكاديمية. وبهذه المناسبة، قالت



الأستاذة شروق عبد القادر القحطاني
رئيس مكتب الإرشاد الأكاديمي لكلية
الآداب والعلوم: «أصبحت فعالية التسويق
لمكاتب الإرشاد الأكاديمي لكلية الآداب
والعلوم، التي تقام في فصل الربيع من
كل عام دراسي، ذات سمعة طيبة على
مستوى المركز والكلية، مما يجذب الطلبة
بكافة مستوياتهم لحضورها والمشاركة
الفعالة في مختلف الأنشطة المتنوعة
والمفيدة في جو تعليمي وترفيهي معا.
ويطمح مكتب الإرشاد الأكاديمي لكلية
الآداب والعلوم إلى تطوير الفعالية في
كل عام حتى يصل صداها لجميع طلبة
الجامعة وأن تكون فعالية على مستوى
جامعة قطر وليس فقط على مستوى
مكاتب الإرشاد».

وأضافت القحطاني: أقيمت فعالية «حدد
موقعك» هذا العام تحت إشراف مركز
الإرشاد الأكاديمي في كلية الآداب
والعلوم، وذلك بهدف إزالة وكسر الحواجز
بين المرشدين الأكاديميين والطلبة. وقد
تضمنت الفعالية أنشطة ترفيحية إلى
جانب المعلومات التي يحتاجها الطلبة
مثل وضعهم الأكاديمي والخدمات
التي يقدمها المركز وأهم الخدمات
المتوفرة في المرافق الجامعية (كالواحة
الأكاديمية والمكتبة والدعم الطلابي
وغيرها) والتي تسهم جميعها في دعم
الطالب وتسهيل مشواره الأكاديمي.
وتهدف الفعالية كذلك إلى استغلال
دافعية الطلبة للإسهام في تطوير أداء
المرشد والطالب معا. وقد كانت الفعالية
ناجحة جدا حيث استقطبت عددا كبيرا
من الطلبة في جو من التفاعل الودي
مع المرشدين وقد تركزت أنشطة هذه
الفعالية حول الطالب نفسه ومدى
معرفته وقدرته على التأقلم مع الأسئلة
والأنشطة المطروحة.

الأكاديمي لكلية الآداب والعلوم يسعى
إلى تزويد الطالب بمختلف المعلومات
والمهارات التي من شأنها أن تعمل
على تسهيل العملية الأكاديمية للطلاب
من خلال إرشاده لاستكشاف الخطط
الدراسية المناسبة له، وخطوات التسجيل،
والمواعيد المهمة ومساعدته على التكيف
مع البيئة الجامعية، وتزويده بالمهارات
الأكاديمية التي ترفع من مستوى
تحصيله العلمي ومواجهة التحديات التي
قد تواجهه خلال مسيرته الأكاديمية.
بالإضافة إلى تشجيعه على الانخراط في
الأنشطة والفعاليات المختلفة، مما يؤدي
إلى إبراز مهاراته وقدراته المتنوعة،
كما يطمح إلى التميز والدقة في العمل
عند تقديم المشورة والنصيحة، وذلك
من خلال خلق أفضل تجربة من الإرشاد
الأكاديمي لكل طالب، ومساعدته في
تحقيق أهدافه الأكاديمية والمهنية.

وعن أهم الفعاليات القادمة لمكتب
الإرشاد الأكاديمي بكلية الآداب والعلوم،
قالت الأستاذة شروق القحطاني: «سوف
تقام ورشة (كيف تختار تخصصك)،
حيث أن هذه الورشة تقام كل فصل
خريف، وذلك تبعا لكلية الآداب والعلوم
حيث أنها تفتح باب التقديم على
التخصصات الأدبية والعلمية في فصل
الخريف من كل عام، ولهذا أصبحت
مكاتب الإرشاد الأكاديمية في الكلية
تقيم هذا الورشة كل عام بهدف تعريف
الطلبة على التخصصات المتاحة في
الكلية والمواعيد والخطوات الصحيحة
للتقديم عليها وشروط القبول وفرص
العمل ما بعد التخرج، ويتم هذا بالتعاون
مع مركز الخدمات المهنية الذين يقومون
من جهتهم بمساعدة الطلبة لاختيار
التخصص الأفضل لهم».

ومن الجدير بالذكر، أن مكتب الإرشاد

برنامج منسق المواعيد للإرشاد الأكاديمي Appointment Manager



◀ بقلم: عبير موسى، مرشدة أكاديمية

◀ مراجعة: وداد ربيعة، مدير مركز الإرشاد الأكاديمي

am
appointment
manager

نظراً لتنوع الفئات الطلابية واحتياجاتهم المختلفة في جامعة قطر فقد سعى مركز الإرشاد الأكاديمي إلى تفعيل خدمة الإرشاد عن طريق حجز المواعيد بما يتناسب مع ساعات العمل الرسمية واحتياجات الطلاب وذلك من خلال استخدام أحدث الوسائل التكنولوجية لحجز وتوثيق المواعيد الإرشادية متمثلاً في برنامج منسق المواعيد Appointment Manager. في عام ٢٠١٣ قام مركز الإرشاد الأكاديمي باستخدام برنامج منظم المواعيد لوضع آلية مرنة لمراجعة المرشد الأكاديمي في جميع مكاتب الإرشاد الأكاديمي في جامعة قطر. حيث يتيح البرنامج للطلاب اختيار اليوم والوقت المناسب لزيارة مرشده الأكاديمي وتحديد النقاط المراد مناقشتها بصوره مسبقه كأن يحدد الطالب في طلب الموعد

المواضيع المراد مناقشتها كالتخصصات والبرامج الأكاديمية المتاحة، وشروط التخصص والتحويل، والوضع الأكاديمي للطلاب، ومتطلبات التخرج، وصعوبات التعلم ومراكز الدعم بحيث يتمكن المرشد من بحث حالة الطالب والخدمات المناسبة لوضعه وتقديم إرشاد وتوجيه سليم خلال الجلسة الإرشادية. يتيح برنامج منظم المواعيد خاصية توثيق الملاحظات والوثائق الشيء الذي يمكن الطالب من مراجعتها بعد الجلسة واستخدامها كمرجع أساسي للإرشادات المتفق عليها مع المرشد الأكاديمي. بالإضافة إلى خدمة حجز المواعيد، تخصص مكاتب الإرشاد الأكاديمي في جميع الكليات ساعات محددة للزيارات المفتوحة بحيث يتمكن الطالب من زيارة مرشده الأكاديمي دون موعد مسبق وذلك تسهيلاً للطلاب الذي يصعب عليه التقيد بساعات معينه مثل الطلبة الموظفون أو من لديهم التزامات كثيرة. يساعد منظم المواعيد الطالب في حجز مواعيد مع المرشد الأكاديمي وهذا من شأنه تنظيم وقت كلاً من الطالب والمرشد بشكل فعال في ذات الوقت. ويفتح المرشد الأكاديمي مواعيد لعدد من الساعات المحددة لكل يوم ويكون الحد الأدنى

للموعد ١٥ دقيقة. ويحدد أوقات لجلسات الإرشاد مراعيًا أن هناك أوقات خاصة للطلبة المعرضين للخطر وأخرى للطلبة العاديين بأوقات مختلفة تتراوح بين ١٥ دقيقة والساعة تقريباً حسب وضع الطالب. ومن ثم يقوم الطالب باستعراض الأوقات المتاحة لدى مرشده وباختيار الموعد المناسب لوضعه والوقت المناسب له. من خلال استخدام نظام منسق المواعيد يستطيع المرشد الأكاديمي معرفة عدد ونوعية الطلبة الذين سيقوم بمقابلتهم في اليوم التالي فيستطيع بذلك التحضير للموعد مع الطالب بدراسة وضعه الأكاديمي قبل جلسة الإرشاد. أما فائدة استخدام برنامج منسق المواعيد للطلاب فيقوم بتقليل وقت الانتظار الذي سينتظره لو كان المرشد مشغولاً مع طالب أو طلبة آخرين ويستفيد من جلسة الإرشاد بشكل أفضل لمعرفة المرشد لوضعه سابقاً. قد يعتقد البعض أن ساعة هي وقت طويل لجلسة الإرشاد الأكاديمي، ولكن يعتبر هذا الوقت مناسباً بالنسبة للطلبة المعرضين للخطر، لما يحتاجه مثل هؤلاء الطلبة من وقت أطول وجهد مناقشة وضعهم الأكاديمي وشرح

myadvisor.qu.edu.qa



- عدد الطلبة الذين قابلوا المرشد الأكاديمي في أسبوع الحذف والإضافة
- الوقت الذي يقضيه المرشد في جلسة الإرشاد
- الوقت الذي انتظره الطالب حتى يرى المرشد

كما يتم الاعتماد على هذه البيانات لاستخراج العديد من التقارير الدقيقة لتقييم العملية الإرشادية ويتم الأخذ بملاحظات الطلاب والمرشدين لتطوير الإرشاد الأكاديمي والخدمات المقدمة لطلاب جامعة قطر. ومنظم المواعيد ليس فقط وسيلة لمساعدة الطالب والمرشد، لكنه أيضا وسيلة لمساعدة القائمين على تطوير عملية الإرشاد في الجامعة على اتخاذ القرارات وتطوير عملية الإرشاد الأكاديمي، فمن خلال الإحصائيات والبيانات المتاحة من خلال منسق المواعيد يمكن لإدارة مركز الإرشاد الأكاديمي اتخاذ قرارات مبنية على أسس وإحصائيات.

وهنا ندعو كل طالب إلى معرفة كيفية استخدام منسق المواعيد لحجز موعد مع مرشده الأكاديمي، من خلال الدخول على الموقع الإلكتروني لمنسق المواعيد myadvisor.qu.edu.qa

مواعيد المرشد الأكاديمي مع طلبته ومن ناحية أخرى يساعد المرشد الأكاديمي على تدوين ملاحظاته عن وضع الطالب الأكاديمي وما تم مناقشته مع الطالب خلال جلسة الإرشاد. فيعتبر هذا النظام مخزنا لمعلومات إرشاد الطلبة وملفاً لكل طالب يمكن المرشد من الرجوع للجلسات السابقة لمعرفة ما تم مناقشته، وبالتالي المتابعة مع الطالب بناء على ما تم الاتفاق عليه في الجلسات السابقة. وكذلك يساعد منظم المواعيد المرشد الأكاديمي في تحميل الوثائق التي لها أهمية في جلسة إرشاد الطالب مثل عقد النجاح الأكاديمي، وكشف علامات الطالب، والدرجات التي تم توقعها للفصل الدراسي وكذلك خطة الطالب للنجاح.

كما يستخدم منظم المواعيد كوسيلة فعالة لتحويل الطلاب من وإلى الأساتذة المرشدين في الكليات ومنسقي مراكز الدعم والخدمات في الحرم الجامعي بحيث يتم الإلمام وتتبع احتياجات كل طالب من عدة جوانب مختلفة وذلك من خلال برنامج واضح. كما يعد هذا النظام وسيلة فعالة للحصول على الإحصائيات والتقارير للمساعدة في تطوير الإرشاد الأكاديمي ومثال على هذه التقارير:

سياسات الجامعة التي يجب عليهم معرفتها، إضافة إلى مناقشة أسباب تدني مستواهم الأكاديمي ووضع خطة تطوير ذاتي لمساعدتهم على الخروج من الخطر. وفي حال احتاج وضع الطالب إلى إحالة لجهة معينة، يقوم المرشد الأكاديمي بإحالة الطالب إلى إحدى المراكز الداعمة في الجامعة ومن ثم يقوم الطالب بتدوين خطته للتطوير الذاتي وأهدافه الأكاديمية قريبة وبعيدة المدى، ومن ثم تقييم المعلومات التي حصل عليها في الجلسة. ويعد استخدام منظم المواعيد إحدى الطرق التي يسعى فيها المرشد لتعليم الطلبة المحافظة على أوقاتهم وتنظيمها بشكل عملي واحترام أوقات الآخرين. بحيث يمكن للطلاب إلغاء الموعد مع المرشد لو رغب بذلك تاركا الفرصة لطالب آخر لحجز هذا الموعد. كم يستطيع المرشد الاستفادة من هذا الوقت بالانشغال بأعمال أخرى. وينفس الطريقة يستطيع المرشد إلغاء مواعده مع الطالب من خلال برنامج منظم المواعيد إذا كان هناك وضع طارئ موفرا على الطالب عناء القدوم إلى مكتبه والانتظار بل يعطيه الفرصة لحجز موعد آخر مناسب له.

فمنظم المواعيد من ناحية هو جدول

بهدف توطيد العلاقة بين المرشدين والطلاب

تنظيم مهرجان الربيع للإرشاد الأكاديمي



احتوى المهرجان على مسابقات تعليمية إرشادية، قام خلالها الطلبة بالمشاركة الفاعلة في الإجابة على أسئلة حول سياسات الجامعة وخدمات الإرشاد الأكاديمي.

كما قام الطلبة في ركن آخر في المهرجان بكتابة الرسائل لمرشدهم الأكاديمي وذلك بهدف تعزيز التواصل بين الطلاب ومرشديهم. كما قدمت بعض الأنشطة الترفيهية الأخرى مثل الحناء والتقاط الصور الذاتية (السلفي) وكذلك بعض الأركان التي تعرض بعض المنتجات كالتحف وقطع الزينة وغيرها.

مؤكد أن المرشد هو أول شخص يقابله الطالب خلال اللقاء التعريفي وقبل مقابلته لأي عضو آخر من أعضاء هيئة التدريس. وأضافت: "إننا لا نرغب بأن يكون الطالب مرغماً عند حضوره لمكتب الإرشاد الأكاديمي، لذا فمن المهم أن تكون العلاقة التي تجمع المرشد وطالب علاقة وطيدة"

وجمعت الفعالية التي شارك فيها ثمانية أقسام بين الترفيه والتعليم. ومن بين الأقسام المشاركة في المهرجان ركن "أرسم طريقك" الذي أتاح للطلبة المشاركة في مسابقة رسم تتناول أحلامهم وخططهم المستقبلية. كما

نظم مكتب الإرشاد الأكاديمي بكلية الهندسة فعالية بعنوان "مهرجان الربيع للإرشاد الأكاديمي" وذلك في شهر أبريل الماضي، وهدف المهرجان إلى توطيد العلاقة بين المرشدين الأكاديميين والطلاب، والترويج لخدمات مكتب الإرشاد وسياسات الجامعة في قالب غير أكاديمي.

من جانبها أشارت الدكتورة كرامة حامدي رئيس مكتب الإرشاد الأكاديمي بكلية الهندسة والصيدلة والطب إلى أن من أهم أسباب استبقاء الطلبة في الجامعة هو النصيحة الصحيحة والتي يأخذها الطالب أو الطالبة من المرشد.



خطوة ١: هل ترغب بطباعة او تصوير ملفاتك بسهولة؟
الآن يمكنك استخدام خدمة الطباعة الذاتية في مختلف أنحاء الحرم الجامعي:

Step 1: Do you want to print and copy your files easily? Now you can use the
Self Service photocopying around the campus:

أماكن تواجد الطابعات Machines locations

Female Section / قسم البنات	Male Section / قسم البنين	Building / المبنى
C 103 / B 103 / E near prayer	-	College of Arts and Science / كلية الآداب والعلوم
C205 / B104	E 104	College of Business / كلية الإدارة والاقتصاد
Student area beside the Auditorium	H 117	College of Engineering / كلية الهندسة
Near room 104/ Near LAB 173	Near room 104 / Near LAB 173	College of Medicine / كلية الطب
Room 201	-	College of Sharia / كلية الشريعة
Room 201 / Room 123	Room 328	New library / المكتبة الجديدة
Room 227	Room 211	Activity building / الأنشطة الطلابية

خطوة ٢: لتجليد الملازم والتغلييف الحراري والمسح الضوئي، يمكنك زيارتنا في مركز مساعدة
خدمة الطباعة الذاتية الكائن بمبنى المكتبة، للبنات: غرفة ١٤١، للبنين: غرفة ٣٠١ :

Step2: For Binding and lamination services and scanning, you can visit us in
the support center for **(self-service photocopying)** in the library building.

For female: room 141, male: 301:

أوقات العمل:

مبنى المكتبة الجديد: بنين - بنات
من الأحد - الخميس: ٧:٣٠ صباحاً - ٢:٠٠ مساءً

لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل

على هاتف: ٤٤٠٣٧٩٧٧ / ٦٣٣٥ / ٣٨٦٢

إيميل: sgss@qu.edu.qa

Working hours:

Men's and Women's New Library Building:
Sunday - Thursday: from 7:30 AM to 2:00 PM

For inquiries, contact us on:

Tel: 440379773862/6335/

Email: sgss@qu.edu.qa



الجامعة تنظم اللقاء الجامعي الأول للطلبة الجدد

نظمت إدارة القبول اللقاء الجامعي الأول للطلبة المقبولين ضمن برنامج القبول المشروط والمبكر في شهر مايو الماضي، استقبلت خلاله حوالي ٦٠٠ طالب وطالبة ممن لا يزالون على مقاعد الثانوية العامة. وهدف اللقاء إلى تعريف الطلبة على كل ما يحتاجون الاطلاع عليه من المعلومات واللوائح الجامعية والسياسات الأكاديمية، بالإضافة إلى التسجيل المبكر للمقررات الدراسية للفصل خريف ٢٠١٧.





والمعدل الأكاديمي، والساعات المكتسبة، وميثاق النزاهة الجامعي، والمشاركة في الحياة الجامعية الطلابية.

من جانبهم أشاد الطلبة الجدد بمدى استفادتهم من حضور اللقاء الجامعي الأول، حيث قالت الطالبة روضة سالم اليافعي: "قدم لي اللقاء فكرة عن التخصص الذي أرغب التسجيل فيه، وساعدني على اتخاذ القرار في اختياره، وبما أنها أول مرة لي في الجامعة فقد تعرفت على الجو الجامعي والخدمات التي تقدمها الجامعة من خلال مطبوعات وفعاليات اللقاء."

أما الطالبة مريم المريخي فقالت: "فادني اللقاء في رسم طريقي وساعدني على تحديد أهدافي بدءاً من تسجيل المواد إلى تنسيق الجدول، وغير ذلك من الموضوعات، كما قدم لي اللقاء ما سأحتاجه بصفة عامة خلال السنوات الأربع المقبلة."

وأشادت الطالبة العنود يوسف المالكي، بما لاقتته من ترحيب في هذا اللقاء زاد من حماسها للدخول في الجامعة، خاصة بعد أن تبين لها من خلال اللقاء أهمية تخصص الهندسة، وحاجة الدول لها، وذكرت ان اللقاء أهّلها وزودها بكل ما تحتاجه من معلومات لتصبح طالبة جامعية تعتمد على نفسها، وتبدع في المجال الذي اختارته.

يذكر أن القبول المشروط والمبكر متاح للطلبة القطريين وأبناء القطريين وحملة الوثيقة القطرية الحاصلين على نسبة ٨٠٪ فما فوق في الصف الحادي عشر والفصل الدراسي الأول للصف الثاني عشر والمتقدمين لجميع التخصصات، وبالنسبة لكلية الطب فتقبل الطلبة الحاصلين على ٩٠٪ فما فوق وذلك وفقاً لما هو مبين على الموقع الرسمي للجامعة.

طلبة القبول المشروط والمبكر يتاح لهم تسجيل المقررات الدراسية قبل جميع طلبة الجامعة بمن فيهم الطلبة الخريجين وطلبة الدراسات العليا، حيث قامت الجامعة بإعطائهم فرصة التسجيل مبكراً في مجموعات المقررات الدراسية المخصصة لهم. وخلال اللقاء قام الطلبة الجدد بالتسجيل في مقرراتهم الدراسية للفصل الدراسي خريف ٢٠١٧ وحصلوا خلاله على الإرشاد الأكاديمي اللازم للتسجيل ضمن الخطة الدراسية. كما حضر الطلبة عرض تقديمي بعنوان: "تعرف على جامعتك" تعرفوا خلاله على مختلف السياسات واللوائح في الجامعة، واختلاف طبيعة الدراسة الجامعية مقارنة بالدراسات المدرسية، والمنهج الجامعي المعتمد على نظام الساعات والفصول الدراسية،

وبهذه المناسبة، قالت السيدة نوف الكواري، مدير شؤون القبول والتسجيل إن الحدث سجل حضوراً طلابياً جيداً، معتبرة أن اللقاء الجامعي هو الخطوة الأولى التي تأهل الطلاب للدخول في المرحلة الجامعية ومعرفة حيثياتها المتكاملة، ويتيح للطلاب التواصل مع أقرانهم ومقابلة أعضاء هيئة التدريس والإرشاد الأكاديمي. وأضافت الكواري أن الجامعة في إطار سعيها لتعزيز دور الإرشاد الأكاديمي، خصصت مرشداً أكاديمياً لكل كلية، يرافق طلبة الكلية المقبولين فيها ويعرفهم على الخطة الدراسية ويتابعهم خلال تسجيل المقررات الأساسية لفصلهم الدراسي الأول في الجامعة. من جانبها أشارت نورة المري، القائم بأعمال مدير إدارة التسجيل إلى أن

في لقاء تعريفى للإجابة على أسئلتهم الجامعة تستقبل ١٠٠ طالب دولي



الإسلامية والعربية لدولة قطر. كما نهدف في القسم إلى التركيز على أهمية الاختلافات الثقافية بين الطلبة الدوليين ودورها في تكوين شخصية الطالب الجامعي المتميز. وبدورنا فإننا نشجع الطلبة الجدد على الاطلاع على مختلف الثقافات وتكوين صداقات جديدة مع غيرهم من الطلبة من خلال المشاركة في مختلف الأنشطة الجامعية». وأكدت أ. دبور على استعداد قسم الطلبة الدوليين إلى توفير كل المساعدة والتوجيه للطلبة الدوليين خلال مشوارهم الأكاديمي في الجامعة. والخدمات والتسهيلات التي تتيحها الجامعة لجميع الطلبة وللطلبة الدوليين على وجه الخصوص.

على تصريح الإقامة على كفاءة الجامعة ومساعدتهم في الإجابة على أسئلتهم واستفساراتهم ذات الصلة بالحياة الأكاديمية والحياة في قطر بشكل عام. وقد حضر اللقاء أ. هدى دبور رئيس قسم الطلبة الدوليين، التي رحبت بدورها بالطلبة الجدد من خلال كلمة ألقته خلال اللقاء وحثتهم على الجد والاجتهاد والاستفادة من كافة الأنشطة والفعاليات التي تنظمها الجامعة خلال العام الدراسي، وقالت: «يهدف قسم الطلبة الدوليين بشكل رئيس إلى مساعدة الطلبة الدوليين الجدد على التأقلم مع الحياة في الجامعة وقطر على حدٍ سواء من خلال تعريفهم بثقافة الجامعة والثقافة

نظم قسم الطلبة الدوليين في جامعة قطر لقاءً تعريفياً لاستقبال الطلبة الدوليين الجدد وعددهم ١٠٠ طالب وطالبة من مختلف دول العالم كأريكا وتركيا وتايلاند وغيرها. وسيبدأ الطلبة الجدد دراستهم في الفصل الدراسي خريف ٢٠١٧ في السابع عشر من شهر سبتمبر في مختلف برامج البكالوريوس والدراسات العليا وبرنامج اللغة العربية لغير الناطقين بها.

ويهدف اللقاء التعريفي السنوي إلى مساعدة الطلبة الدوليين على الانخراط في الحياة الجامعية والتأقلم مع بيئتهم الجديدة. كما يرمي هذا اللقاء إلى تعريف الطلبة بالإجراءات المتعلقة بالحصول

الجامعة تستقبل ٣٢٠٠ طالب وطالبة للفصل الدراسي خريف ٢٠١٧



نظمت الجامعة اللقاء التعريفي للطلبة الجدد والبالغ عددهم ٣٢٠٠ طالب وطالبة والذي استمر خلال الفترة من ١٠ سبتمبر وحتى ١٦ سبتمبر ٢٠١٧ في مختلف الكليات والأقسام الأكاديمية في الجامعة. وخلال اللقاءات التعريفية، تم تعريف الطلبة بكليات الجامعة ومرافقها ومراكزها البحثية والخدمات التي تهم الطالب الجامعي خاصة في عامه الأكاديمي الأول، وذلك لضمان نجاحه التعليمي خلال مشواره الأكاديمي في الجامعة. كما تجول الطلبة في مرافق الجامعة المختلفة وتعرفوا من خلال الجولة التعريفية على رموز المباني وأماكن القاعات الدراسية والمرافق الخدمية في الجامعة، إضافة إلى استماعهم إلى شرح مفصل عن طبيعة الخدمات التي تقدم في هذه المباني.

من جهتها أشارت السيدة نوف الكواري، مدير شؤون القبول والتسجيل إلى أن اللقاء التعريفي يعد من أهم المحطات الجامعية ومنها تسجيل المقررات الدراسية والتعرف على الإرشاد الأكاديمي والخدمات والمرافق والمباني الجامعية. وأضافت بأنه يتعين على الطالب خلال اللقاء تسجيل المقررات الجامعية للفصل الدراسي الأول ضمن خطته الدراسية وذلك من خلال مقابلة المرشد الأكاديمي المخصص لكليته، والذي يقوم بدوره بتعريف الطالب على قائمة المقررات التي علي الطالب تسجيلها وأهم المعلومات المتعلقة بالإرشاد الأكاديمي. من جانبه قال علي بوكمال أخصائي إرشاد وتوجيه في إدارة القبول في جامعة قطر وعضو في لجنة اللقاء

التعريفي: «نهتم خلال اللقاء التعريفي السنوي بتنظيم الأمور اللوجستية التي تضمن سهولة تسجيل الطلبة الجدد لمقرراتهم الدراسية وفق خططهم الدراسية المحددة. ويقوم فريق مختص يتألف من أكثر من ٢٠ مرشد أكاديمي بمتابعة سير أعمال تسجيل المقررات مع الطلبة بالتعاون مع فريق من المتطوعين. وسيقوم الطلبة فور إتمام مرحلة تسجيل المقررات بالقيام بجولة داخل الحرم الجامعي للتعرف على مباني الجامعة ومرافقها. كما تعاون موظفون من ١٦ إدارة ومركز وقسم في الجامعة لتعريف الطلبة بمختلف جوانب الحياة الجامعية التي تهم الطالب في عامه الأكاديمي الأول كقسم المساعدات المالية وقسم الخدمات المهنية وقسم المنح الدراسية وغيرها».

الجامعة تنظم ملتقى أولياء أمور الطلبة المقبولين خريف ٢٠١٧



نظم برنامج أولياء الأمور بإدارة القبول ملتقى أولياء أمور الطلبة الجدد المقبولين للفصل الدراسي خريف ٢٠١٧ في ١٦ سبتمبر ٢٠١٧ ويهدف اللقاء إلى إشراك أولياء أمور الطلبة الجدد في العملية التعليمية وإطلاعهم على سياسات الجامعة وتعزيز عملية التواصل بين الجامعة وأولياء الأمور وتطوير عملية التعليم من خلال سماع تعليقاتهم وملاحظاتهم.

وقد تضمن اللقاء ورشة تدريبية قدمتها الأستاذة ريم السويدي مدير عام مركز بداية للتطوير المهني، بهدف تعزيز دور أولياء الأمور في مجتمع الطلبة الجامعي وتوضيح أهمية تواصلهم مع أبنائهم الطلاب ومع الجامعة وبرنامج أولياء الأمور. وشهد اللقاء مشاركة من بعض

أولياء الأمور والطلبة والخريجين حيث تحدثوا عن تجربتهم في الجامعة وقدموا النصائح للطلبة الجدد وأولياء أمورهم. ولتسهيل عملية إرشاد الطلبة ومساعدتهم وتوجيههم، قامت جامعة قطر بإنشاء الكثير من المراكز المعنية بخدمة الطلاب مثل مركز دعم التعلم ومركز الإرشاد الأكاديمي ومكاتب مساعدة الطلبة وغيرها من المكاتب والمراكز التي أنشئت من أجل الطالب، إذ تحثه على الاستفادة مما تقدمه الجامعة لطلابها على مختلف الأصعدة.

من جانبها قالت الأستاذة فاطمة النعيمي رئيس وحدة برنامج أولياء الأمور بإدارة القبول: «إن رسالة برنامج أولياء الأمور تنصب حول تيسير وتطوير ودعم العلاقات الدائمة بين الجامعة

وأولياء الأمور ومساعدتهم ليصبحوا شركاء الجامعة في العملية التعليمية والتطويرية لطلبة جامعة قطر مما يدعم المهمة التعليمية للجامعة».

وأكدت الأستاذة فاطمة أن الوحدة تقوم بشكل دوري بدعوة أولياء الأمور لحضور الملتقى لتعريفهم بالخدمات التي تقدمها الجامعة لأبنائها الطلاب. كما تعمل بشكل متواصل ومستمر لإطلاعهم على جميع الخدمات والسياسات الجديدة في الجامعة والتي تعزز من نجاح أبنائهم الطلبة. وأكدت في ختام حديثها أن أولياء الأمور هم أكثر فئات المجتمع ارتباطاً بالجامعة وهذا ما يؤثر في نجاح أبنائهم في العملية التعليمية في المرحلة الجامعية ويساهم في صناعة مستقبلهم بشكل أساسي.



أكثر من ١٠٠ مدرسة تشارك في اليوم المفتوح لطلبة الثانوية العامة

نظمت جامعة قطر فعالية اليوم المفتوح لطلبة الثانوية في شهر مارس الماضي وشهدت هذه الفعالية إقبالا كبيرا من المدارس الثانوية المستقلة والأجنبية والخاصة من البنين والبنات. وقامت الأقسام والكليات المشاركة بتزويد الطلاب الزائرين بالمعلومات الوافية التي تمكنهم من التعرف على الحياة الأكاديمية والجامعية في الجامعة.



الجامعية ومشاهدة أنشطة الطلبة والمشاريع التي يقدمونها. كما قمن بتعريف الطلبة بمواعيد الاختبارات القياسية التحضيرية والتي تؤهلهم للقبول في الجامعة، وذلك بالتعاون مع قسم التعليم المستمر والبرنامج التأسيسي.

وقالت السيدة هالة أبو سعد الأخصائية من برنامج أولياء الأمور: "من خلال التواصل معنا يستطيع أولياء الأمور متابعة مستوى أبنائهم الأكاديمي ومراقبتهم عن بعد، وذلك بعد التحاقهم بالجامعة، حيث يقوم البرنامج بتعريف أولياء الأمور بأهمية وجودهم في هذه المرحلة من حياة أبنائهم وتعريفهم بأهمية دورهم في تعزيز ثقة أبنائهم بأنفسهم أكاديميا وخاصة في السنة الأولى من حياتهم الجامعية التي تعتبر أكثر الأوقات حساسية، باعتبارها مرحلة حرجة في حياة الطالب حيث ينتقل من بيئة المدرسة إلى بيئة الجامعة فجأة دون تحضير مسبق".

أنها تتيح الفرصة لطلبة الثانوية للتعرف على الجامعة عن قرب، وفي هذا اليوم تتهيا لهم جميع الوسائل والكليات والأقسام للإجابة عن أسئلتهم وتوجيههم وإرشادهم في مجال اختيار التخصصات المناسبة لهم. بناء على ذلك أكدت الأستاذة سمية على أهمية حضور طلبة الثانوية لهذا اليوم لما له من تأثير كبير عليهم.

من جانبها قالت الأستاذة إيمان عبد الملك أخصائية الإرشاد والتوجيه، إن هذه الفعالية ليست موجهة للطلاب فقط وإنما تستهدف أيضا أولياء الأمور، حيث تم تخصيص الفترة المسائية لأولياء الأمور في حين كانت الفترة الصباحية لطلاب الثانوية. وقد دعيت لحضور الفعالية أكثر من ١٠٠ مدرسة ثانوية من جميع أنحاء قطر لحضور هذا اليوم المهم لطلاب الثانوية.

وأضافت بأنه تم التعاون مع قسم المواصلات في الجامعة لتنظيم جولات تعريفية للطلاب حول مباني الجامعة والكليات للتعرف أكثر على الحياة

إضافة إلى الإجابة على جميع الأسئلة والاستفسارات المتعلقة بطبيعة التخصصات المختلفة وشروط القبول وسياسات التسجيل في الكليات، والمستقبل المهني لهذه التخصصات، حتى يتمكن الطالب من حصر اهتماماته والتركيز على الكلية التي ينوي الالتحاق بها.

وقد شارك في الفعالية العديد من الأقسام والكليات في الجامعة إضافة إلى مشاركة جهات من خارج الجامعة ومنها وزارة التنمية الادارية والعمل والشؤون الاجتماعية، ودار الإنماء الاجتماعي، ورابطة خريجي جامعة قطر، ومركز "بداية" للتطوير المهني وريادة الأعمال، وقام بتقديم نصائح واستشارات وورشة عمل حول اختيار التخصص الأكاديمي المناسب.

وأوضحت الأستاذة سمية الهتمي رئيس قسم الإرشاد والتوجيه في الجامعة أن فعالية اليوم المفتوح تعتبر من أهم الفعاليات التي تنظمها الجامعة حيث

بهدف تعزيز التواصل بين الجامعة وطلبة المدارس إدارة القبول تنظم ملتقى المرشدين الأكاديميين بالمدارس المستقلة

نظمت إدارة القبول ملتقى المرشدين الأكاديميين في شهر فبراير الماضي، بحضور المرشدين الأكاديميين من مختلف المدارس الثانوية المستقلة على مستوى الدولة، وهدف الملتقى إلى تعزيز سبل التواصل بين جامعة قطر وبين الطلبة في المرحلة الثانوية.



خلالها اولياء الأمور حول الهدف من هذه الوحدة في مد جسور التواصل بين الجامعة وأولياء الأمور بحيث يصبحون شركاء في المرحلة التعليمية مما يؤثر بشكل كبير وإيجابي على الطالب الجامعي.

واختتمت الفعالية بحلقة نقاشية بين مقدمي الورشة والمشاركين، تحدثوا خلالها عن سياسات الجامعة الجديدة ونسب القبول والرسوم الدراسية وغيرها من المواضيع الهادفة. وبدورهم عبر المشاركون في الفعالية عن خالص امتنانهم لحرص الجامعة على عقد هذا الملتقى السنوي، كما أبدوا إعجابهم الشديد بحسن التنظيم وكرم الضيافة.

إلى الجامعة، وقال خاطر: إن المرشد الأكاديمي لن يكون مرشدا فعلا إلا إذا استطاع أن يؤثر في الطالب أكاديميا ومعنويا.

وخلال الورشة شرح الأستاذ موسى الجمعات ممثل وحدة البرنامج التأسيسي شروط القبول في البرنامج، كما أعطى صورة كاملة للحضور عن السيناريوهات المتوقعة من الطالب بعد امتحان تحديد المستوى، وأضاف الجمعات أن البرنامج التأسيسي مفيد للطلاب بأي حال من الأحوال، فهو يُوَهِّل الطالب حقيقة إلى المهارات التي يجب أن يتمتع بها في الرياضيات ومهارات اللغة الإنجليزية. وقد تخلت الملتقى ندوة تفصيلية حول وحدة أولياء الأمور في الجامعة، تعرف

وافتتح الفعالية الأستاذ علي بوكمال أخصائي الإرشاد والتوجيه بإدارة القبول بسرد المستجدات التي تتعلق بشروط القبول وأحدث التخصصات المتاحة، بالإضافة إلى توضيح السياسات الجديدة التي تم اتخاذها من قبل إدارة الجامعة مؤخرا، وتطرق إلى كيفية تصفح موقع الجامعة بطلته الجديدة.

كما قدم مركز " بداية " للتطوير المهني ورشة بعنوان " المرشد الأكاديمي الفعال " ألقاها الأستاذ محمود خاطر مدرب التنمية البشرية، وتناولت الورشة أهم الخصال التي يجب أن يتحلى بها المرشد الأكاديمي لكي يكون فعالا وناجحا ومؤثرا في الطالب وخاصة فيما يتعلق بالانتقال من المرحلة الثانوية

نحو حياة جامعية متميزة



بقلم: روسن الفاعوري

منسق إداري - إدارة الخدمات الطلابية

إن الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الحياة الجامعية، عملية مشوقة ومقلقة في الوقت ذاته، فهي من أجمل مراحل حياة الطالب التي تطبع في ذاكرته بما تتضمنه من تجارب جديدة وفريدة وتفاصيل عديدة تختلف عن الحياة المدرسية الروتينية والمنظمة.

وتختلف توقعات الطلاب وانطباعاتهم عن الحياة الجامعية من طالب إلى آخر، لذا على الطالب التأقلم مع المحيط الجديد وتكوين صداقات، وإيجاد الحلول لما يعترضه من عقبات في هذه المرحلة، التي توفر أفضل فرص لبناء الذات وتزويدها بعوامل النجاح ووسائل مواجهة التحديات التي تعترض حياته.

يحيط الطالب أثناء دراسته في الجامعة جو أكاديمي وثقافي وحيوي، حرصت الجامعة على جعله بأتم صورة وأكمل وجه، فنظمت الفعاليات والنشاطات، وأنشأت مرافق ترفيهية واجتماعية وأكاديمية، بهدف تأمين جو حافل وزاخر للطلاب، يساعد في بناء وصقل شخصيته الجامعية في المجالات كافة، استعداداً للانخراط في الحياة المهنية والعملية.

ولأن للحياة الجامعية تفاصيل عدة، ترتبط بوجود الطالب وتطبع في ذاكرته إلى الأبد، فقد اهتمت جامعة قطر بتجميل حرمها وتزيينها بطريقة ديناميكية بما تتضمنه من تفاصيل دقيقة ومذهلة، بحيث يكون

مرتعاً لطالبي العلم، إذ ترسم ملامحها في أرجائه، وتتميز الأبنية المتناثرة في أرجاء الحرم الجامعي بجمال معمارها الذي يجمع بين الطراز الحديث والطراز التراثي الأصيل الذي يعتمد على فن العمارة الإسلامية، فيجمع بين الأصالة والحداثة، ويجعل المتجول في أرجائه يستشعر عراقة الماضي، وروح العصر، ويظهر بشكل جلي الحفاظ على الهوية العربية الإسلامية. وإذا قمت بجولة في الحرم الجامعي أذهلك جماله من تصاميم دقيقة وألوان متناسقة، فتشعر عزيزي الطالب بالحظوة في خضم حياة جامعية زاخرة تقضيها في جامعتك الأم "جامعة قطر".

وتؤمن الجامعة للطلاب حياة جامعية متكاملة، ينهل فيها من العلم والمعرفة من جهة، ويستمتع من خلالها بالنشاطات الاجتماعية والترفيهية والفعاليات والأندية الطلابية من جهة أخرى، فتصقل شخصيته وتنمو وتتبلور لتحقيق النجاح المنشود. عزيزي الطالب... إن ما تمر به من تجارب مختلفة في مراحل حياتك، لا سيما مرحلة الحياة الجامعية يهيئك للاعتماد على النفس والقدرة على اتخاذ القرارات والتفكير الناضج؛ فمن خلالها تكتسب الخبرات من المجتمع ومن زملائك، وتتهيأ الفرصة لتكوين علاقات اجتماعية والتعرف على ثقافات مختلفة تساعدك في بناء مستقبلك المهني والعلمي والاجتماعي. فالمشاركة في الأعمال التطوعية والتوظيف الطلابي

والفعاليات والأندية الطلابية التي توفرها الجامعة من خلال الحضور والتفاعل، له الأثر الكبير في صقل شخصيتك وتنمية مهاراتك مما يؤهلك مستقبلاً لأن تصبح صانع قرار وذو شخصية فريدة مستقلة.

ولكي تصنع مستقبلك بنجاح... أهدي لك هذه النصيحة:
"اقرأ... وازن... خطط... استرشد... جد لنفسك دخلاً"

اقرأ: خصص وقتاً للقراءة والاطلاع لتنمية أفكارك.

وازن: وازن بين حياتك الاجتماعية والدراسية فالدراسة والتحصيل الأكاديمي هو الشيء الأساسي الذي قدمت من أجله إلى الجامعة.

خطط: ضع الخطط السليمة لتصل إلى هدفك بنجاح ومن خلال أقصر الطرق.

استرشد: استعن بالمرشد الأكاديمي... فهو موجود من أجلك.

جد لنفسك دخلاً: التوظيف الطلابي فرصة للاعتماد على الذات وتنمية المهارات وتوفير الدخل.

وأخيراً... ليكن قول الإمام الشافعي نبزاً يضيء لك طريق العلم والعمل:

تعلم فليس المرء يولد عالماً
وليس أخو علم كمن هو جاهل
وإن كبير القوم لا علم عنده
صغير إذا التفّت عليه الجاهل
وإن صغير القوم إن كان عالماً
كبير إذا رُدَّت إليه المحافل

افتتاح مجلس ترفيهي للطلبة في الجامعة



مزيد من المبادرات التي تصب في مصلحة طلبة الجامعة".
من جانبه قال السيد أحمد النعمة " نؤمن بأهمية تشجيع وتحفيز الطلاب من أجل تحقيق أحلامهم وذلك من خلال توفير أحدث التقنيات والابتكارات لهم في الجامعة، وتأتي هذه الرعاية انطلاقاً من إيمان شركة أوريدو بدورها المجتمعي في إثراء حياة الأفراد وتحفيز التنمية البشرية من خلال تقنيات الاتصال التي بوسعها تمكين المجتمع من التقدم التقني والرقمي.
يُذكر أن الاتفاقية المبرمة بين جامعة قطر وأوريدو تهدف بشكل رئيس لمساعدة طلبة جامعة قطر خلال دراستهم، وذلك من خلال تقديم تقنيات تثري حياتهم عبر شبكة سوبرنت من أوريدو.

ذاتية لشحن الأجهزة الذكية. وسيكون المجلس مفتوح أمام الطلاب طيلة أيام الأسبوع خلال ساعات العمل في الجامعة (٧:٣٠ ص - ٢:٣٠م)
وبهذه المناسبة قال الدكتور الخنجي "إن الجامعة تسعى من خلال إنشاء هذا المجلس إلى توفير بيئة تكنولوجية تفاعلية تتيح لطلبة الجامعة فرصة الاندماج في الحياة الطلابية، حيث تلتزم الجامعة كمؤسسة تعليمية بتقديم كافة وسائل الدعم والمساندة التي تثري تجربة الطلبة الأكاديمية وتقدم لهم مختلف الخدمات اللازمة التي تسهل مشوارهم الدراسي.
وأضاف الخنجي: "أقمنا شراكة مع شركة أوريدو في مجال الحياة الطلابية كشراكتنا معها في المجال الأكاديمي، ونأمل أن تثمر هذه الشراكة في إطلاق

ضمن إطار اتفاقية شراكة مع شركة أوريدو، افتتح الدكتور خالد الخنجي نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب، والأستاذ أحمد النعمة مدير المبيعات والخدمات في شركة أوريدو والأستاذ عبد الله اليافعي مدير شؤون الحياة الطلابية والخدمات في الجامعة، مقر "المجلس الترفيهي الطلابي" وهو عبارة عن مساحة ترفيهية مخصصة للطلبة وتعتبر الأولى من نوعها بالجامعة.
ويهدف المجلس إلى تمكين طلبة الجامعة من الاستمتاع بأحدث التقنيات والابتكارات من أوريدو وتوفير مساحة لهم للتواصل وتصفح الإنترنت المجاني عبر الواي-فاي السريع سوبرنت، كما يشمل مجموعة من الألعاب الإلكترونية مع شاشتين تفاعليتين وجهاز خدمة

الجامعة تنظم حفل «تكريم ٢٠١٧» لطلابها المتميزين

نظمت إدارة الأنشطة الطلابية في جامعة قطر حفل "تكريم ٢٠١٧" للطلاب والطالبات، والذي يهدف إلى تقدير جهود ١٧٥ طالب و١٥٢ طالبة والذين أبدوا فاعلية ونشاطا في المجال غير الأكاديمي، كما تم أيضا تكريم شركاء الجامعة، وذلك بحضور سعادة الدكتور حسن بن راشد الدرهم رئيس جامعة قطر، والدكتور خالد الخنجي نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب، والأستاذ عبد الله اليافعي مدير شؤون الحياة الطلابية والخدمات.





العمل، ولا يمكن أن نعد هذه الأنشطة أنشطة لا صافية وإنما هي أنشطة تكمل الأنشطة الصافية وتعزز عند الفرد ثقافة العطاء والإنتاج، فنحن لا نريد خريج يحصل على شهادة جامعية ويرحل، نريد طالبا جامعيا، فالجامعة تجمع العقول والأنشطة والقوى كأنها مدينة مصغرة، فيها كل شيء، وهذا ما يميز المجتمع الجامعي عن غيره، وحين نتحد وتلتقي هذه العقول لا شك أنها ستبدع وستخرج أفضل ما لدى الإنسان".

ومن جانبه، قال الدكتور خالد الخنجي نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب: "تحرص الجامعة منذ تأسيسها على الجمع بين الأنشطة الصافية والأنشطة اللاصافية، ومن هذا المنطلق تقيم الجامعة هذا التكريم

والخارجي، وجوائز التطوع والخدمة المجتمعية، المنظمات المتميزة، وجوائز الشركاء.

وبهذه المناسبة، قال الدكتور حسن الدرهم رئيس جامعة قطر إن الجامعة خرجت أجيالا وقيادات في جميع المجالات، أثبتوا جدارة في المناصب التي تقلدوها فيما بعد، لم يعتمد هؤلاء المتميزين على التحصيل الأكاديمي فحسب، بل ساهموا إلى جانب الدراسة الأكاديمية في أنشطة وأعمال تطوعية ساهمت في صقل مواهبهم وشخصياتهم، وأبرزت الجانب القوي فيهم".

وأضاف د. الدرهم: "الأنشطة الطلابية تسهم بشكل كبير في تنمية المهارات التي يحتاجها الخريج فيما بعد في سوق

تهدف الاحتفالية السنوية، إلى تقدير جهود طلبة الجامعة الذين أبدوا فاعلية ونشاطا الحياة الطلابية، والذين كانوا نموذجا مثاليا في مجالات الأنشطة الطلابية والرياضية، وأيضا في مجال التطوع والخدمة المجتمعية، بالإضافة إلى الطلاب الذين أظهروا أثرا في مجال القيادة الطلابية، وشمل التكريم شركاء الجامعة من المؤسسات والأفراد، الذين كان لهم دور بارز في دعم الأنشطة الطلابية في الجامعة وتوجيه الطلبة تشجيعا منها لروح المبادرة.

وتنوعت فئات التكريم إلى جوائز القيادة الطلابية، وجوائز الأنشطة الطلابية، وجوائز الأنشطة الرياضية، بالإضافة إلى جائزة الإنجاز الرياضي الداخلي

دراستي يعطي تنوعا في الخبرة التي أكتسبها في حياتي، فهذا التنوع يثري معرفتي ويعلمني كيف أدير وقتي وأنظمه كما أن الرياضة بحد ذاتها تعد محفزة ومنشطة للحياة".

ومن جانبها قالت الطالبة نور يحيى من كلية الآداب والعلوم والفائزة بفئة الأنشطة الرياضية: "أشعر اليوم بسعادة بالغة على الرغم من أن ما أكرم به اليوم بعيدا عن مجال تخصصي إلا أن الرياضة تعطيني راحة كبيرة وتصفى ذهني وتخرج الطاقة السلبية مني".

وعن فوزها، قالت الطالبة سمية جمال عبد العزيز من كلية الصيدلة والفائزة بفئة الأنشطة الطلابية: "لقد فزت بجائزة توفير العناية للمريض في مؤتمر الشرق الأوسط"، وأضافت: "أشعر بالفرح والفخر أنني مثلت كليتي بشكل مشرف في مؤتمر يضم طلابا من جميع أنحاء العالم، ويسعدني اليوم أن أتوجه بالشكر للجامعة على ما قدمته لنا من دعم وكلية الصيدلة على اتاحة الفرص لنا لمشاركة بمثل هذه المحافل الدولية والعالمية".

تكريم الفائزين بجوائز الحياة الطلابية

كما تم خلال الحفل تكريم الفائزين بجوائز الحياة الطلابية بفئاتها الخمس، وهي جائزة القيادة الطلابية، وجائزة الأندية والمنظمات الطلابية، وجائزة العمل التطوعي، وجائزة التوظيف الطلابي، وجائزة الطالب الرياضي، وهي جوائز تمكن الطلاب وتشجعهم على الانخراط في الأنشطة والحياة الجامعية التي تدعم خبراتهم التعليمية وتزودهم بالمهارات وتصفق نموهم الشخصي.

يذكر أن الجامعة تطلق جوائز الحياة الطلابية سنوياً ضمن أهدافها لتفعيل الأنشطة الطلابية خارج القاعات الدراسية، ويتم فتح باب التسجيل لها في شهر مارس من كل عام، حيث يمكن للطلبة المحققين لشروط ومعايير الجوائز التقديم عليها من خلال نظام الخدمة الذاتية بانر.



الطلبة المكرمون

من جهتهم عبر الطلبة المكرمون عن بالغ سعادتهم بهذا التكريم الذي حصلوا عليه في مجالات الحياة الطلابية المختلفة، حيث قال الطالب محمد مصطفى فايد من كلية الهندسة والفائز بفئة الأنشطة الرياضية: "إنها المرة الأولى التي يتم فيها تكريمي بحفل كهذا، وهذا التشجيع يدعم كثيرا مسيرتي المهنية والدراسية فتسليط الضوء على ما أنت متميز به يجعلك لا إراديا تطور نفسك به، ومع أن الموازنة بين تخصصي الدراسي في الهندسة ومجال شغفي في الرياضة يعد صعبا لكنه ليس مستحيلا وبإمكان الإنسان الشغوف أن يحقق نجاحا في المجالين.

كما قال الطالب عثمان أبا شيخ من كلية القانون والفائز بفئة الأنشطة الرياضية: "إن اختلاف مجال شغفي عن مجال

السنوي لطلابها الذين أظهروا أثرا في الحياة الطلابية، وأنا متأكد من أن التميز في الحياة الطلابية، دائما ما يصاحبه تميزا في الحياة الأكاديمية والمهنية والدراسية، وأتمنى أن يكون هذا التكريم بداية لمسيرة أخرى من النجاحات لدى طلابنا وطالباتنا".

وقال الأستاذ عبد الله اليافعي مدير شؤون الحياة الطلابية والخدمات: "تسعى الجامعة من خلال هذا التكريم الذي تنظمه إلى دعم طلبتها الذين أثبتوا جدارتهم في مجالات القيادة والتطوع والخدمة المجتمعية، بالإضافة إلى الأنشطة الطلابية والرياضية، وذلك من أجل تشجيعهم على المشاركة في مختلف الأنشطة والفعاليات التي تنظمها الجامعة بهدف صقل أفكارهم ومهاراتهم وتوسيع مداركهم وقدراتهم، وهو ما سيفيدهم في حياتهم المستقبلية".

انطلاق الموسم الثاني من حملة «أنا إغاثي»



المبادرة مبادرة سابقة من نوعها وهي تستهدف اللاجئين السوريين والذين يملون بظروف صعبة، وأضاف بأن التطوع في هذه المبادرة هو تطوع شامل سواء كان مالياً أو بدنياً أو إعلامياً. وفي هذا الصدد قالت الطالبة آلاء نايف عضو اللجنة الطلابية المنظمة إن الهدف هو توعية المحيط الجامعي بالعمل الإغاثي من خلال مشاركة البيئة الجامعية في دعم وتنظيم المشاريع الإغاثية في الدول المنكوبة وخاصة سوريا مستعرضة بعض المشاريع المستهدفة في هذا الموسم وهي إعادة بناء مدرسة في ريف إدلب وأخرى في البقاع. كما قامت فيروز طارق عضو اللجنة المنظمة للحفل بالتعريف بالمبادرة وأهدافها ولجانها.

شؤون الحياة الطلابية والخدمات في الجامعة في حديثه أن هذا المشروع يمثل فرصة كبيرة لخدمة مجال التطوع في العمل الإنساني؛ منوهاً إلى ما تقدمه جامعة قطر وطلابها في هذا المجال من جهه. مضيفاً بأننا فخورون بهذه التجربة وسعيدون بطلابنا الذين كونا من خلالهم فرقاً إغاثية مشرفة، الأمر الذي خلق روح التنافس بينهم في عمل الخير، كما أثمرت هذه التجربة عن نتائج رائعة لم نكن نتوقعها. بدوره ثمن ناصر المغيصيب مدير إدارة البرامج المجتمعية في قطر الخيرية دور جامعة قطر وطلابها لجهودهم الرائدة في مجال العمل الخيري من خلال "أنا إغاثي" في موسمه الأول، مؤكداً بأن هذه

نظم مركز التطوع والخدمة المجتمعية بجامعة قطر بالتعاون مع قطر الخيرية في قاعة البرنامج المتميز "أنا إغاثي" في موسمه الثاني الذي امتد لشهر كامل وهدف إلى بث الوعي بين طلاب جامعة قطر حول الإغاثة ومواجهة الكوارث. ويسعى برنامج "أنا إغاثي 2" إلى حشد الدعم للاجئين السوريين وذلك في إطار التعاون بين مركز التطوع والخدمة المجتمعية بجامعة قطر وطلابها مع جمعية قطر الخيرية، وذلك للاستفادة من روح المبادرة لدى الشباب، والوقت المتوفر لدى الطلبة الجامعيين في دعم الجهود التطوعية، وخدمة القضايا الإنسانية في العالم. وأكد الأستاذ عبد الله اليافعي مدير

تحت شعار «سكيك قرينتا» ...
٣٠ فريقا من ١٨ دولة يشاركون في
القرية الثقافية ٢٠١٧



#القرية_الثقافية

تميزت القرية الثقافية هذا العام بتنوعها وغناء مضمونها، حيث اختتمت فعالياتها التي كانت بعنوان (سكيك قرينتا)، بعد أن شارك فيها ٣٠ فريقا من ١٨ بلدا، الأمر الذي يعكس التنوع الحضاري الكبير الذي تتمتع به الجامعة والذي ينعكس على الحياة الجامعية في نواحيها وتجلياتها المختلفة.



المركز الأول، بينما كان العرض السوداني في المركز الثاني، وجاء المركز الثالث من نصيب العرض المصري. أما العروض الفلكلورية بنات، فقد حقق العرض الفلسطيني أيضا المركز الأول، وحصل العرض السوري والسوداني على المركزين الثاني والثالث على التوالي. وقد توجت الفعالية بلجنتي تحكيم، حيث تكونت لجنة تحكيم الأجنحة من: المصور راشد المهدي، والفنانة التشكيلية هنادي الدرويش، والمصور عبد العزيز الكبيسي، بينما تكونت لجنة تحكيم عروض البنين من: الفنان سلمان المري، والفنان أحمد عبد الله، والإعلامي د. حمد الفياض. وفي لقاءات مع ممثلي ورؤساء أجنحة الدول المشاركة قال الطالب محمد فارس حوت ممثلا عن الجناح السوري: إن سبب اختيار اسم "معلولا" للجناح السوري، يرمز إلى قرية سورية تبعد عن العاصمة دمشق مسافة ٥٦ كيلو مترا، وأهلها ما يزالون يتكلمون اللغة الآرامية إلى وقتنا هذا، ويوجد بها العديد من المزارات السياحية والدينية الهامة مما جعلها مزارا مهما لكثير من السياح.

والشعوب المختلفة وتقبل الآخر. من جانبها أشادت الأستاذة سلوى زينل رئيس قسم الفعاليات والأنشطة بدور الطلاب الكبير في إنجاح فعاليات القرية الثقافية لهذا العام، معربة عن سعادتها بما قدمه الطلبة من عروض مسرحية وفعاليات ثقافية. وقالت الأستاذة: "لولا عمل الطلاب جنبا إلى جنب ومساعدة الأجنحة بعضها بعضا وتشجيع جميع المشاركين لأنفسهم وبث روح المنافسة الطيبة والأخوية بينهم، لما تكلت هذه القرية بالنجاح". وفي اختتام المسابقة وعلى صعيد الأجنحة الطلابية لفرق البنين، حل الجناح السوداني في المركز الأول، فيما حقق الجناح السوري المركز الثاني، وحل الجناح الفلسطيني في المركز الثالث، أما أجنحة البنات، فقد كان المركز الأول من نصيب الجناح الفلسطيني، تلاه الجناح العراقي في المركز الثاني، بينما حل الجناح اليمني في المركز الثالث. أما على مستوى العروض الفلكلورية بنين، فقد أحرز عرض الجناح الفلسطيني



السيد عبدالله اليافعي

وفي تصريح له بهذه المناسبة، قال الأستاذ عبدالله اليافعي مدير شؤون الحياة الطلابية والخدمات: "إن الجامعة تسعى من خلال تنظيم مثل هذه الفعاليات إلى تعريف وإطلاع طلبة ومنتسبي الجامعة على الإرث الثقافي للدول المشاركة من خلال أجنحة وفعاليات خاصة، تعكس رؤيتهم لتقاليدهم وقيمهم الثقافية المختلفة. كما يثري هذا الحدث الطلابي المميز كل عام الحرم الجامعي بثقافات الشعوب المختلفة، ويساهم في خلق أجواء من التفاعل بين الطلاب، وتعزيز وتأكيد الاحترام المتبادل لثقافات الدول



المعالم التاريخية لقبة الصخرة ومحتواها، فقد استخدمنا نظارة (3D VR) لتوضيح الصورة ورؤية الإبداع بصورة حية". ونوه العشري أن الزي الذي يرتديه كامل الفريق هو زي الدبكة الفلسطينية التراثية، فالدبكة الفلسطينية تعتبر من أهم الثقافات التي يعتز بها الفلسطينيون ويعتبرونها مميزة لتراثهم الفكري ومخزونهم الثقافي إلى حد كبير.

لدولة السودان أحد أهم المناضلين ضد الاحتلال الإنجليزي وهو محمد المهدي، وتقديراً من الشعب السوداني لزعيمهم بنوا له ضريحاً ذا قبة مميزة تسمى قبة المهدي، وتقع هذه القبة في مدينة في أم درمان. وقال الطالب حسام العشري مسؤول الجناح الفلسطيني: "إن الجناح الفلسطيني استعمل أدوات تسهل على الزائر فهم

من جانبه قال الطالب أمجد عصام أحد المشاركين في الجناح السوداني أن النسخة العاشرة حظيت باهتمام كبير من الطلبة، مما أدى إلى منافسة أكبر مقارنة مع الأعوام السابقة، ونتيجة لذلك فقد كانت أفكار الأجنحة المشاركة مبدعة وغير تقليدية أبداً. وأضاف أمجد أن سبب اختيار "قبة المهدي" عنواناً للجناح السوداني هو السعي لتعريف الطلاب بالزعيم الروحي

استمتع أكثر.. لتنجز أكثر



كلية الهندسة

بقلم الخريجة: قمر منير بدر

بنشاطها، وابتحث عن تحديات مثيرة. معنى ذلك أن الفرصة إذا كانت لا تأتي من تلقاء نفسها يمكنك خلق جدول متنوع لنفسك.

٣. اعرف الحافز: يضع سكوت قاعدة ينطلق منها وهي أنه إذا لم يعرف الحافز لفعل شيء ما فهو لا يفعله. الحافز السيء غير مشمول هنا (مثال: أن أنهى مشروعى حتى أنجح في المقرر) هذا حافز ضعيف، عليك إيجاد ما هو أفضل منه. إيجاد هدفك الأسمى مما تفعله يساعدك على الارتباط بما تقوم به.

٤. استخدم الأهداف اليومية: كتابة أهدافك اليومية تساعدك على الانخراط في نشاطات أخرى عند متابعتك لما تم إنجازه وما يمكن إنجازه في وقت لاحق؛ كما يجعلك على اطلاع على مقدار كفاءتك.

٥. اقتل الملل: الملل هو العدو الأكبر؛ لأنه يفتقر للإنتاجية ويفتقر للمتعة وبالتالي فهو شر محتم يجب تجنبه.

في النهاية، تختلف تجربة كل شخص عن الآخر في طريقتهم لزيادة الكفاءة في العمل؛ وهنا تأتي أهمية التجربة ليتعرف كل منا على نفسه ويجعل حياته أقل جدية، وأكثر إنتاجية.

بالأنشطة الأخرى. ينبع ذلك من شغفك في عملك/ دراستك والذي يحدده شيطان رئيسيان وهما: حبك لما تعمل، أو أنك ترى بأن عملك له قيمة ما. وهنا تأتي قيمة سؤال الذات في كل عمل تقوم به. إن فلسفة إنجاز أمور أكثر في ظل الانخراط في أنشطة أخرى، هو أمر صعب التطبيق. من هنا يشاركوننا "سكوت يونغ" في بعض النصائح التي ساعدته على تخطي تحديات مثيرة للاهتمام في حياته. في الفيديو الموجود في الباركود أدناه يحدثنا سكوت عن أحد تحدياته وهو تحدي الـ MIT حيث قرر دراسة درجة بكالوريوس في علوم الحاسوب (وهو برنامج لمدة ٤ سنوات) أراد سكوت أن ينهيه في سنة واحدة فقط. نلخص أهم نصائحه في النقاط التالية:

١. اعرف النتائج: تابع مقدار عملك الفعلي باستمرار. من السهل الشعور بالذنب أثناء القيام بنشاطات أخرى إذا كان هناك عمل لا يزال عليك إنجازه.
٢. انضم لتجارب جديدة: هذه المعادلة قد تصبح وصفاً للكسل بكل سهولة. بدلاً من ذلك، انضم لتجارب جديدة: سجل في مقررات جديدة، انضم لمؤسسات ذات فكرة تؤمن بها أو تهتم

لا يتوجب عليك أن تكون روبوتاً لإنجاز ما عليك إنجازه. يشاع في الحرم الجامعي ومواقع التواصل الاجتماعي بأنه إن كنت ستقضي بعض الوقت في الاستمتاع بنشاط ما، فإنه بالضرورة يؤدي إلى التقصير في حق الحياة الأكاديمية. في هذا المقال نناقش هذا الموضوع انطلاقاً من السؤال: لماذا يزيد الاستمتاع من كفاءة العمل؟ هنا نعرف الكفاءة على أنها مقدار الإنجاز في زمن معين.

قد يزيد توفير بعض الساعات من هنا وهناك من وقتنا المتاح لإنجاز ما هو على قائمة المهام. ولكن زيادة وقتنا يقل معه سرعة الإنجاز التي عرفناها سابقاً بـ "الكفاءة". ذلك لأن معظم طرق توفير الوقت تأتي من حرمان أنفسنا من ممارسة أنشطة أخرى تتيح لنا استخدام خلايا مختلفة من أدمغتنا، ربما تكون رياضة مفضلة، أو تحديات جديدة، أو لقاء اجتماعياً، وذلك يؤدي بالضرورة إلى تقليل التوتر والاستعداد للقيام بالعمل بكفاءة أعلى.

الاستمتاع بوقتنا غير كاف لزيادة كفاءتنا في العمل؛ فإن أحد أسباب قلة الكفاءة هو عدم الارتباط بالعمل، حيث إنه يجب ألا يقل عن مدى ارتباطنا

كيف تساعد نفسك والآخرين على إيجاد حافز



◀ بقلم د. كورتني ستريكر

◀ مستشار مدير شؤون الحياة الطلابية والخدمات

◀ هذا المقال مترجم من الإنجليزية

عقدت مؤخراً ورشة عمل عن التنمية المهنية لمجموعة من طاقم شؤون الطلبة في جامعة قطر، وقد طرح أحدهم هذا السؤال: "كيف تُحفِّز الطلاب؟". فكانت إجابتي بسيطة ومختصرة: "أنت لا تحفزهم، ولا أنا أقوم بذلك أيضاً!" هناك تعبير شائع مفاده: "يمكنك أن تقود جواداً للنبح، ولكن لا يمكنك إرغامه على الشرب"، وكذلك هو الحال مع التحفيز، فيمكنك أن تكون حيويًا وملهمًا وحماسيًا مع طلابك وزملائك، ولكن لا يمكنك تحفيزهم للقيام بعمل ما إذا لم يكونوا متحفزين داخلياً من تلقاء أنفسهم.

ولكن السؤال المهم هنا هو هل يُعد الحافز أمراً ضرورياً في حياة طلابنا وزملائنا وأنفسنا؟ الإجابة بكل تأكيد هي أجل. فقد أظهرت الدراسات مراراً وتكراراً أن تأثير مستوى التحفيز عند الأشخاص لتحقيق النجاح الأكاديمي والمهني أكبر من تأثير "الذكاء والقدرات الشخصية ومستوى المعاش" (برادشاو وقرانت، ١٩٩٤. سترادل، ٢٠١٠)، فحتى لو كنت ذكياً جداً وماهراً جداً أو كنت ثرياً، لن تصبح ناجحاً ما لم تكن محفزاً لذلك.

وبما أن الحافز له أهمية قصوى فما دورنا في شؤون الطلبة لمساعدة أنفسنا وطلابنا على إيجاد ذلك الحافز؟ للإجابة على هذا التساؤل يجب علينا الرجوع إلى الأبحاث مرة أخرى، قال أريلي (٢٠١٦) "يمكننا مساعدة طلابنا على إيجاد الحافز من خلال تهيئة بيئة مناسبة تدعم الممارسات الرئيسية الثلاث التالية:

١. التركيز على المغزى
٢. تولي المسؤولية
٣. وأخذ المنظور الداخلي بعين الاعتبار سيساعدك ما تبقى من هذه المقالة على حل لغز الحافز من خلال التمعن بالممارسات الثلاث أعلاه وستعرف كيفية الاستفادة منها لتسهيل وتنمية الحافز بداخلك وبداخل الآخرين.

التركيز على المغزى

في حال قلت لك إنك ستعمل على التنظيم وراء شخص آخر وكذلك ستنتق عليه الكثير من المال طوال الثماني عشرة سنة المقبلة، فقد يكون ردك "مستحيل، لا أرغب في ذلك!" وبالطبع المهنة التي وصفتها للتو

تبدو غير سارة على الإطلاق، ومع ذلك هناك الكثير منا يرغب في تلك المهنة، فتلك هي مهنة الآباء، ونحن كأباء نقوم بتلك المهنة لأننا نجد مغزى ومعنى عظيماً في تربية الطفل، ونستمتع بالأبوة بطلوها ومرها لأن المغزى يعطينا الحافز، وكما قال أريلي (٢٠١٦) "الأشياء التي تمنحنا السعادة الحقيقية هي الأشياء المتأصلة التي تحتاج لمجهود أكبر ولها مغزى أعمق." الأنشطة الهادفة تمنحنا ذلك الحافز. أشارت أبحاث (بينك ٢٠١١) إلى أن "الغاية هي أكبر حافز على الإطلاق"، ففي حال بدى عليك أنت أو طلابك أو زملائك أو الضجر أو الإحباط تجاه مهمة معينة أو محاضرة معينة فقد لا تتمكن من تغيير المهمة المطلوبة منك ولكن يمكنك تغيير منظورك تجاه تلك المهمة، ومن أجل تغيير منظورك اسأل نفسك الأسئلة التالية: "كيف سيساعد عملي الآخرين؟ وما المغزى من المهمة؟" (أريلي ٢٠١٦)، فعند أخذ منظور مختلف ستجد المعنى والمغزى المفيد من تلك المهمة، وعند إيجاد المغزى ستجد الحافز. عندما نُغير من منظورنا بحيث نُركِّز على المغزى سيتلاشى الإحباط من داخلنا ويتحول إلى حافز،

خلاصة الأمر إن المغزى هو الحافز.

تولي المسؤولية

عندما يشعر الأشخاص بأنهم مرتبطون بتصرفاتهم وأعمالهم ويعتبرونها جزءاً من شخصيتهم سيزداد الحافز لديهم بكل بساطة، وقد أشار (بينك ٢٠١١) إلى هذه النظرية بمفهوم "الاستقلال الذاتي". حيث قال:

الاستقلال الذاتي هو بكل بساطة التوجيه الذاتي، بحيث يمتلك الأشخاص بعض السلطة على تصرفاتهم وأعمالهم وإعطائهم الحرية في تحديد وقت ومكان وكيفية القيام بتلك الأعمال وكذلك حرية اختيار الأشخاص لمشاركتهم بها.

وعندما نُعطي طلابنا الفرصة للشعور بحرية اتخاذ القرار مثل حرية اختيار الطلاب لموادهم الدراسية للفصل المقبل، أو حرية تخطيط وتنظيم حدث معين، فإننا نهئى الطالب للشعور بالاستقلال الذاتي. وعندما نُشجع الطلاب أو الزملاء على إجراء تعديل على مهامهم وتنفيذ المطلوب منهم بطريقتهم الخاصة فإننا نُشعرهم بحافز الاستقلال الذاتي، وعندما تشعر بأن لديك بعض السلطة على مهامك فستشعر بالترابط مع المهمة وستكون محفزاً لتحقيق الأهداف.

أخذ المنظور الداخلي بعين الاعتبار

هل سبق لك أن حاولت وصف تجربة رائعة قمت بها (مثل رحلة ترفيهية أو موقف مضحك حصل معك في إجازة نهاية الأسبوع) ورغم محاولتك وصف تفاصيل تلك التجربة لصديقك فإنه لم

يفهم التجربة أو لم ينظر إليها بنفس منظورك؟ جميع الحقائق والتفاصيل التي شرحتها قد لا تجذب انتباه ومشاعر الشخص الآخر، فهذا مجرد

مثال على ما يسميه (باركير ٢٠١٦) بـ "الفرق بين المنظور الداخلي والمنظور الخارجي". وهذا الفرق يشبه الفرق بين القيام بمهمة أو وظيفة بشغف بحيث لا تشعر بمرور الوقت والقيام بمهمة بملل بحيث تنظر إلى الساعة كل دقيقة! في الحالة الأولى كنت تشعر بالاندماج في المهمة لأنك كنت تأخذ المنظور الداخلي مما جذبك شعورياً، ولكن في الحالة الثانية كنت تتمنى أن يمر الوقت بسرعة لأنك كنت تأخذ المنظور الخارجي مما جعلك تشعر بالملل وبكل تأكيد لم تكن متحفزاً.

سلط (باركير ٢٠١٦) الضوء على مثال رائع عندما تحدث عن كيفية ممارسة الأشخاص للتمارين الرياضية، فالكثير منا غير متحفزاً للقيام بالتمارين الرياضية لأننا نأخذ المنظور الخارجي بالرغم من أننا نعلم مدى الفائدة الصحية للرياضة وأننا سنحب الرياضة بمجرد تجربتها:

أظهرت الدراسات أن الأشخاص يركزون على لحظة البداية في التمارين الرياضية (علماً أن البدء في الرياضة يكون صعباً) وبالتالي يخسرون الشعور بالمتعة بممارسة الرياضة لأن التركيز يكون على الجزء المزعج وهو البداية في ممارسة الرياضة، ولكن هذا الشعور قابل للتغيير أو من الممكن التغلب عليه مما يزيد من الرغبة في ممارسة التمارين الرياضية.

أما الأشخاص الذين يركزون على الشعور الرائع الذي تحصل عليه في منتصف التمارين الرياضية أو ذلك

الشعور الهائل الذي تشعر به عند الانتهاء من التمارين الرياضية، فهؤلاء الأشخاص استغلوا المنظور الداخلي لتحفيزهم على ممارسة الرياضة.

ويُعتبر الحافز مجرد شعور، وهناك قوى عاطفية ومشاعر مختلفة تحرك أنت وزملائك وطلابك، فيجب عليكم الاعتراف بها واستيعابها وكذلك السيطرة على المشاعر والأفعال من أجل الشعور بالإنجاز والإحساس بالمعنى والمغزى، وكما كتب أريلي (٢٠١٦) في كتابه (النتيجة: المنطق الخفي الذي يُشكل حافزنا):

نحن نرغب بالشعور بأن جهودنا وحياتنا لها أهمية بطريقة أو بأخرى ... ومن أجل تحفيز أنفسنا وغيرنا بطريقة فعالة ينبغي علينا الشعور بالترابط وإدراك المعنى، وتذكر أن المعنى أو المغزى ليس دائماً متعلقاً بالسعادة الشخصية، ويمكننا القول بأن الحافز الأقوى على الإطلاق هو ترابطنا مع الآخرين.

يمكننا تعلم الحافز مثله مثل الكثير من الأمور الأخرى في حياتنا. قم بإعادة تأطير وصياغة المهام والأعمال والمواقف بحيث يكون تركيزك على المغزى، وانظر إلى المهام على أنها شيء تمتلكه وليس شيء مجبور على فعله، وخذ المنظور الداخلي لتشعر بالحيوية ولا تركز على التفاصيل المملة. فعندما تهئى الطريق إلى الحافز لنفسك أو لغيرك ستجد الحافز في نهاية المطاف، وبالرغم من أنك لا تستطيع تحفيز الآخرين إلا أنه يمكنك إرشادهم إلى طريق الحافز، ومن يعلم؟ قد تعود بفائدة كبيرة على نفسك عند تطبيقك للخطوات الثلاث.

طلبة العمل الجزئي: فرصة الدمج والنجاح

◀ بقلم: فاتن نبیه رمضان

◀ رئيس قسم الخدمات العامة للطلبة

يلعب برنامج العمل الجزئي لطلاب الجامعة دورا مهما في صقل الشخصية، ويعطي فرصة للتأهيل المهني والتزود بمختلف المهارات المطلوبة أثناء فترة الدراسة، وهو أشبه بتطبيق عملي لآليات العمل في الوظائف بعد التخرج، ومعرفة اساسيات بيئة العمل. ولرصد أهم النتائج والمؤثرات في هذا الباب قمنا في قسم الخدمات العامة للطلبة بجمع بيانات سريعة عن ٦٦ طالباً وطالبة يعملون معنا خلال الفصل الدراسي ربيع ٢٠١٧. وكان الهدف منه معرفة مدى الاستفادة من برنامج التوظيف الطلابي.

بعد تحليل تلك البيانات، جاءت النتيجة لتظهر أن ٩٠٪ من هؤلاء الطلبة يرون أن عملهم الجزئي ينمي مهاراتهم وأساليب عملهم. وذكروا أن هذا البرنامج يؤثر بشكل إيجابي على حياتهم الشخصية على الرغم من أن ٣٨٪ فقط من الطلاب يتوقعون أن أجواء عملهم الحالية تشبه إلى حد كبير أجواء عملهم بعد التخرج. وذكر أغلب الطلبة أن أكثر شيء يعجبهم في هذه التجربة هو التعرف على طلبة وأشخاص جدد

وتعزيز روح التعاون فيما بينهم لخدمة العملاء. هنا يأتي دورنا جميعا كأشخاص مؤثرين في قطاع شؤون الطلاب، وهو أنه عند الاستعانة بطلبة العمل الجزئي، يجب التركيز على تقوية مهاراتهم التي لديها تأثير في صقل شخصيتهم وتحضيرهم لبيئة العمل بعد التخرج. ومن أهم المهارات التي يجب التركيز عليها هي مهارات إدارة الوقت وتحقيق التوازن، خدمة العملاء، حل المشكلات، مهارات التواصل بشكل فعال، الإشراف ومبادئ القيادة.

وأثبتت دراسة أجراها المركز الوطني لإحصائيات التعليم التابع لإدارة التعليم في الولايات المتحدة بأن العمل لساعات محددة خلال الأسبوع (خاصة داخل حرم الجامعة) يؤدي إلى رفع المعدل التراكمي للطلبة؛ لأن هذه التجربة تعمل على إكسابهم مهارات التنظيم الفعال مما ينعكس إيجاباً على التحصيل العلمي ويؤدي إلى شعورهم بالاندماج والانتماء إلى الجامعة. وأنها تزيد من فرص بقاء الطالب وعدم انسحابه من الجامعة أكثر من الذين

يعملون لساعات تتجاوز الـ ٢٠ ساعة في الأسبوع أو الذين لا يعملون نهائياً بحسب دراسة أجرتها جامعة إنديانا الأمريكية والتي شملت حوالي ٦٠٠ طالب وطالبة.

ومن الأشياء التي تلفت الانتباه أن إجابات الطلبة الذين يعملون في قسم الخدمات العامة للطلبة على سؤالنا لهم حول تصنيف أولوياتهم من الأهم إلى الأقل أهمية كانت على الترتيب التالي: الدراسة، العمل، العائلة، دفع مصاريف التعليم أو شراء مقتنيات خاصة، وكانت الإجابة شافية ومطمئنة بالنسبة لنا لأن الدراسة والعائلة كانت من أولى الأولويات لديهم مما يعطينا مؤشراً على الاستقرار النفسي للطلبة حتى تحت ضغوطات العمل والدراسة.

وهناك بعض النقاط التي ذكرتها جامعة مينيسوتا في تقريرها عن (كيفية الاختيار والإشراف على طلبة التشغيل) والتي يجب تفاديها عند التعامل مع طلبة العمل الجزئي والتي تؤدي إلى تثبيط حبهم للعمل من بينها: تجاهل رأيهم أو اقتراحاتهم بشأن المهمة التي يقومون بها.



وفي النهاية أعتنم هذه الفرصة لأشكر طلاب العمل الجزئي المميزين الذين تركوا بصمة في القسم نتيجة شفغهم بالعمل معنا، حتى أن بعضهم تطوع بعد انتهاء فترة العمل المسموح بها بالنسبة لهم والتي لا تتعدى الـ ٩٠٠ ساعة في العمل، لم يثنهم عن ذلك أي عائق، حتى أن تطوعهم كان في فترة الامتحانات وبدء العام الدراسي وهم: سجي يونس، حسن كردي، منار دلال.

إشراف موظفين، إلا أن هناك تحديات تقف أمامنا في هذا المجال، من أبرزها تنسيق أوقات الطلبة بناء على أوقات فراغهم وقلّة ساعات عملهم خلال فترة الاجازات والامتحانات وتدريبهم على العمل الذي يتطلب مهارات خدمية وتقنية عالية. وهو نفس التحدي الذي ذكره التقرير الذي نشرته جامعة مينيسوتا الأمريكية انطلاقاً من آراء منتسبيها.

إخبارهم بأنهم مجرد طلبة عمل جزئي وليسوا بحاجة إلى معرفة ما يجري في محيط عملهم.

ذكر الأخطاء أو التقصير الذي قاموا به، وتجاهل الأشياء المهمة التي قاموا بإنجازها.

وعلى الرغم من أهمية الاستعانة بالطلبة في قسم الخدمات العامة خاصة في تسيير العمل في مركزي الطباعة والتصوير وخدمة الطباعة الذاتية تحت

المراجع:

Brigham Young University, Indiana University- Purdue University IndianaPoils, University of Minnesota, University of Wisconsin-Madison

خدمات التواصل مع الطلبة

◀ بقلم: إلهام أحمد اليافعي

◀ رئيس قسم التواصل مع الطلبة

يسعى قسم التواصل مع الطلبة إلى أن يكون الخيار الأول للطلبة في حال واجهتهم أي عقبة أو مشكلة عامة، كما يعمل على إيجاد قنوات تواصل فعالة تتسم بالمبادرة والثبات لجميع المنتفعين من خلال:

مركز الاتصال الطلابي

تم إنشاء مركز الاتصال الطلابي بمبادرة من إدارة الخدمات الطلابية بقطاع شؤون الطلاب في العام ٢٠١٠. شهد المركز تطوراً ملحوظاً خلال الأعوام السابقة من حيث تطوير أنظمة الاتصال المستخدمة وتطبيق معايير الأداء المطبقة في مراكز الاتصالات المعتمدة، الأمر الذي أدى إلى زيادة ثقة المتصلين بالخدمات التي يقدمها المركز، والذي أسفر عن زيادة في عدد المتصلين خلال العام ٢٠١٦ والذي بلغ ٥٥,٣١٧ متصلاً بزيادة مقدارها ١١٪ عن العام ٢٠١٥. ويتولى مركز الاتصال الطلابي الرد على المكالمات الداخلية أو الخارجية سواءً من الطلبة المستجدين، والطلبة الحاليين، والخريجين، وأولياء الأمور، والموظفين وغيرهم، حيث يتم الرد على جميع الاستفسارات المتعلقة بكافة

الخدمات التي تقدمها الجامعة من خلال وكلاء خدمة العملاء من طلبة جامعة قطر، ممن خضعوا لدورات تدريبية مكثفة، تتعلق بمفهوم مركز الاتصال، ومفهوم استخدام التكنولوجيا في مركز الاتصال وتزويدهم بمهارات الاتصال وفنون استخدام الهاتف بالإضافة إلى إكسابهم مهارات الاستماع وتقنيات طرح الأسئلة.

ومن الأنظمة التي يتم استخدامها في مركز الاتصال الطلابي، نظام Cisco الذي يتم من خلاله الرد على الاتصالات وتسجيل المكالمات بغرض التدريب وضمان جودة المكالمات بالإضافة إلى نظام HP Service Manager software، الذي يتم من خلاله

تخزين قاعدة المعلومات المتعلقة بالأسئلة أو بيانات المتصل، بالإضافة إلى خاصية إرسال بريد إلكتروني للمتصل يتضمن شرحاً وافياً عن المسألة التي يبحث عنها.

يتولى الإشراف على وكلاء خدمة العملاء بمركز الاتصال الطلابي فريق متخصص من موظفي المركز يتمثل دورهم في تحفيز فريق العمل من أجل تحقيق وتخطي مقاييس الأداء، وضمان

تقديم الخدمة للمتصلين ضمن المعايير المتفق عليها بشكل دائم كما يلتزمون بتحقيق الأهداف الخاصة بالفريق من ضبط طول مدة المكالمات وفترات الانتظار وجودة المكالمات والتعامل مع شكاوى المتصلين المحولة إليهم. بالإضافة إلى ذلك يتولى المشرفون التقييم الشهري للوكلاء لضمان متابعة تحسين وتطوير أدائهم والالتزام بأوقات إجراء التدريب والاختبارات اللازمة للوكلاء.

مركز الاتصال الطلابي على استعداد لاستقبال جميع المكالمات أثناء ساعات العمل من الأحد إلى الخميس على الرقم التالي: ٤٤٠٣٤٤٤٤.

البريد الإلكتروني

البريد الإلكتروني الخاص بقسم التواصل مع الطلبة هو: studenhelp@qu.edu.qa ويستخدم للرد على الاستفسارات من مختلف الفئات لحل مشاكلهم، أو تحويلهم إلى القسم المختص داخل الجامعة، ومتابعتهم لتعزيز عملية التواصل الفوري. لا تتجاوز مدة الرد على البريد



الإلكتروني، والرسائل النصية، وقنوات التواصل الاجتماعية، والتي تتضمن أرقام وقنوات التواصل التي بإمكان الطالب اللجوء إليها في حال واجهته أية صعوبات، بالإضافة إلى الحملات التعريفية من خلال جولات الحرم الجامعي أثناء اللقاءات التعريفية للطلبة الجدد.

وتعد هذه الأدوات والإمكانيات التي وفرتها الجامعة للتواصل مع الطلبة، أدوات من شأنها أن تجعل الطالب ينخرط بشكل كامل ضمن مجتمعه التعليمي وبيئته الجامعية، كما تشكل المجتمع الجامعي ليكون كتلة واحدة يمكن للطلاب الوصول إليه والالتقاء بجميع أطرافها وقت ما أراد ذلك.

متاح لطلبة الجامعة خلال أيام العمل الرسمية من الساعة ٨:٠٠ صباحاً وحتى الساعة ٢:٣٠ مساءً

وسائل التواصل الاجتماعي (فيسبوك وتويتر)

قسم التواصل مع الطلبة مسئول عن الرد على استفسارات الطلبة على الصفحات الرسمية الخاصة بجامعة قطر على الفيس بوك وتويتر، وذلك بالتعاون مع إدارة شؤون الاتصال والعلاقات العامة. وسعيًا من قسم التواصل مع الطلبة إلى توجيه طلبة الجامعة التوجيه الصحيح وتعريفهم بقنوات التواصل الرسمية، قام القسم بإطلاق حملات تعريفية من خلال الرسائل الترحيبية للطلبة، عبر البريد

الإلكتروني ٤٨ ساعة عمل من تاريخ تلقي الاستفسار ويكون المرسل مسئولاً مسؤولية كاملة عن تفحص البريد الإلكتروني الخاص به.

المحادثة الفورية عبر البوابة الإلكترونية myQU

يشكل نظام المحادثة الفورية جزءاً مهماً من خدمات قسم التواصل مع الطلبة. حيث يتولى قسم التواصل مع الطلبة الرد على استفسارات الطلبة الحاليين، والمتعلقة بكافة الخدمات التي توفرها الجامعة. من خلال نظام المحادثة الفورية المتوفرة على البوابة الإلكترونية للجامعة myQU. ومن المعلوم أن نظام المحادثة الفورية

تنظيم اللقاء السنوي للخدمات الطلابية



التبرع عبر بطاقة الصراف الآلي لصالح طلاب الجامعة المتعثرين مالياً، وإنشاء حديقة مائية تخفف من حرارة الجو وتشكل متنفس للطلاب من الضغوطات الدراسية، وإنشاء قطار للتنقل بين المباني داخل الجامعة بدلاً من باصات النقل المختصر.

كما قدمت الأستاذة نورة الرحمة بعض الأنشطة الترفيهية بغرض التدريب على مهارات بناء الفرق. وقد ختم اللقاء السنوي لموظفي الخدمات الطلابية بتكريم عدد من الموظفين وهم الأستاذ نصر الخليفي، الأستاذ اشفاق اسدي، الأستاذ باسل مسمار، الأستاذة لبنى الكيلاني والأستاذة إلهام اليهري وذلك في إطار التمييز الوظيفي.

وتضمنت الفعالية عدد من الفقرات صممت بهدف تعزيز التعاون بين الفرق وخلق قوة عاملة أكثر صحة وإنتاجية، كما شارك الموظفون في أنشطة ترفيهية هدفت إلى تعزيز القيادة، ووعي الفريق، ومهارات الإدارة، وحفظ الوقت والاتصالات.

وخلال الفعالية قدم السيد محمد شاهين من إدارة الموارد البشرية بالجامعة ورشة عمل في التطوير المهني، تحدث فيها حول الإبداع الوظيفي من حيث الإبداع والابتكار في مجال العمل. وقد أبدى الموظفين حماسهم وتفاعلهم مع مقدم الورشة وشاركوا بعدد من الاقتراحات البناءة لطرح خدمات طلابية جديدة ومبتكرة ومنها جهاز تبرع آلي يمكن الطلاب أو أي زائر للجامعة من

نظمت إدارة الخدمات الطلابية في شهر إبريل الماضي لقاءها السنوي بحضور موظفي الإدارة من أقسام المساعدات الطلابية، والتواصل مع الطلبة، والخدمات العامة للطلاب، والبطاقات الجامعية وبقية الأقسام الأخرى. وهدفت الفعالية إلى تعزيز التعاون والترابط بين كل موظفي الإدارة من خلال التدريبات والأنشطة المختلفة وهذا بدوره يخلق قوة عاملة أكثر صحة وإنتاجية.

رحبت الأستاذة خلود العتيبي، مدير إدارة الخدمات الطلابية، بالحضور وأشارت إلى أهمية هذه الفعالية السنوية وقالت "نحن مؤمنين بأن التدريب هو أفضل المعلمين وعلينا الاستفادة من خبراء التنمية البشرية للوصول الى مستوى الإنتاجية المطلوب".

بمشاركة VI جهة عمل حكومية وخاصة
مركز الخدمات المهنية ينظم
معرض جامعة قطر المهني

نظم مركز الخدمات المهنية معرض جامعة قطر المهني، في شهر مارس الماضي، بمشاركة عشرات الجهات من قطاعات الطاقة والصناعة، والوزارات والهيئات والخدمات، والمال والأعمال، والتعليم والصحة والرياضة.

malomatia
excel with IT





وبدوره قال الطالب عبدالرحمن الأحمد: هذه هي السنة الثانية على التوالي التي أقوم فيها بالتطوع في الملتقى المهني السنوي، وأقوم بدور الإشراف على الطلاب المتطوعين في هذه الفعالية، حيث أقوم بتوجيه عدد من المهام ومتابعتها معهم، وقد أضفت لي هذه الفعالية الكثير، خاصة فيما يتعلق بطريقة التعامل مع زوار الفعالية، وتلبية احتياجاتهم المختلفة بالشكل المطلوب، بالإضافة إلى تطوير هذه التجربة التطوعية لخبرتي في جانب العمل الجماعي. يشار إلى أن مركز الخدمات المهنية هو الجهة المسؤولة عن الإرشاد والتطوير المهني والتدريب الذي يساعد في تهيئة الطلبة للانخراط في سوق العمل ومساعدتهم للحصول على أفضل الفرص والعروض الوظيفية المتاحة في سوق العمل، وتتمحور رؤية المركز حول أن يكون نموذجاً في مجال الخدمات المهنية في المنطقة، ويساهم في خلق قادة المستقبل نحو تحقيق رؤية قطر الوطنية ٢٠٣٠.

وبشكل مستمر إلى تعزيز إمكانية حصول طلابنا على الفرص التدريبية والوظيفية التي تقوم بتطوير حياتهم المهنية في المستقبل. بدورها قالت السيدة مها المري مدير مركز الخدمات المهنية: يسلم معرض جامعة قطر المهني الضوء على التزام الجامعة بتزويد سوق العمل القطري بخريجين أكفاء، كما أنه يعكس مسؤولية الجامعة التي تقوم على تلبية احتياجات المجتمع، ويعتبر مركز الخدمات المهنية المكان المناسب لاستضافة هذا الحدث إذ أنه يوفر للطلبة كافة الفرص المهنية المتنوعة التي تؤهلهم للانضمام إلى سوق العمل. وقالت الطالبة رفعة القحطاني من كلية الإدارة والاقتصاد: أقوم بالإشراف على الطالبات المتطوعات في الملتقى المهني السنوي، وتمحور دورنا في تنظيم دخول الشركات والطلبة للملتقى. وأضافت القحطاني: تعتبر هذه هي السنة الرابعة على التوالي التي أتطوع فيها، وقد استفدت منها الكثير لاسيما في تطوير مهاراتي في تنظيم وإدارة الوقت، والعمل الجماعي، ومتابعة ما تم إنجازه من تكاليف ومهام مطلوبة.

وتهدف هذه الفعالية السنوية إلى تعريف وتنقيف الطلبة بالفرص المهنية المتوافرة في سوق العمل، كما توفر لمسؤولي التوظيف فرصة استقطاب الكوادر الفعالة من خلال اللقاء المباشر مع الطلبة، والتعرف على فرص التوظيف في سوق العمل ومنها الرعاية الأكاديمية، وبرنامج التدريب الصيفي، والوظائف المتاحة لدى المؤسسات والعديد من الخيارات المهنية الأخرى، كما يساعد على التعرف على القدرات الشخصية والوظائف التي تثير اهتمامات الطالب، وهو على مقاعد الدراسة، مما يساعده لاحقاً على اتخاذ القرار بشأن التخصص الدراسي الذي سيختاره بناء على متطلبات سوق العمل، وميوله وإمكاناته. وفي تصريح له قال الدكتور حسن الدرهم رئيس جامعة قطر: يهدف الملتقى المهني السنوي إلى التواصل مع المعنيين في سوق العمل بهدف خلق فرص عمل مناسبة لطلاب وخريجي الجامعة، فالمعرض يُنظم بصفة سنوية وهناك مشاركات واسعة من قبل مختلف القطاعات الحكومية والخاصة التي تسعى لاستقطاب وتأهيل خريج الجامعة. وأضاف الدرهم: نسعى في جامعة قطر

قسم الدعم الأكاديمي
برنامج النجاح الأكاديمي

«ناجح»



التدخل المبكر لرفع
المعدل التراكمي

وقاية المعدل التراكمي
قبل الإنذارات

رفع المعدل التراكمي
بعد الإنذارات

For more information

لمزيد من المعلومات



44033870



@QU_slsc



@QU_slsc



AcademicSupport@qu.edu.qa



Student Learning
Support Center



النصيحة لاجتياز المقابلة الشخصية



◀ بقلم الطالب: إلياس مؤدب

◀ سفير مركز الخدمات المهنية - كلية الآداب والعلوم

من أين أبدأ؟

خذ وقتك في الإعداد الجيد للمقابلة، ولكن كم من الوقت نحتاج للإعداد. إن الإعداد الحقيقي يبدأ من سنوات الدراسة باكتساب المعارف والمهارات التي تؤهلك للالتحاق بسوق العمل، الحصول على معدلات جيدة، علاوة على تعدد مشاركاتك في الأنشطة اللامنهجية.

١- أول ما يجب عليك فعله بعد تحديد موعد المقابلة هو التدريب، لذلك يمكنك أن تستعين بصديق ليحاكي دور مدير العمل، بحيث تجيب على أسئلته التي أعدّها مسبقاً والمستقاة من الأسئلة الشائعة في المقابلات الشخصية.

أمثلة على الأسئلة الشائعة (على سبيل المثال لا الحصر):

١. حدثنا عن نفسك؟
٢. ما هي نقاط قوتك التي تتمتع بها ونقاط ضعفك (قد يطلب منك ذكر ثلاثة في كل جانب)؟
٣. ما المؤهلات التي تعدك للنجاح في هذا المجال؟
٤. ما هي خططك المهنية المستقبلية؟

قم بتسويق نقاط قوتك المتصلة بالمنصب.

مبروك، لقد حصلت أخيراً على مقابلة شخصية للعمل الذي كنت تطمح إليه وسهرت ليال عدة في سبيل الحصول عليه. ولكن انتظر، لا يعني هذا أنك أنجزت شيئاً، فالآن ستبدأ بأولى خطوات المرحلة الجديدة وهي المقابلة الشخصية. إذاً فما هي المقابلة الشخصية؟ وما هو المطلوب منك إظهاره؟ وما الذي تستطيع فعله لزيادة فرصتك في اجتيازها بنجاح؟ وما الذي يجب عليك تجنبه؟

المقابلة الشخصية هي خطواتك الأولى للوصول للمنصب الذي تريده، وهي درجة أخرى على سلم تحقيق أهدافك الشخصية، فاحرص على أن تكون مستعداً، وخطط لها باستراتيجية. تعد المقابلة الشخصية من أكثر الأساليب شيوعاً في اختيار الموظفين وهي عادة ما تتألف من طرفين مدير العمل والباحث عن العمل.

في بعض الشركات، قد يكون هناك أكثر من شخص في المقابلة يقوم بمحاورتك. إن الهدف من المقابلة الشخصية هو تقييم أداءك في عدة محاور (الدراسة الأكاديمية، الخبرات العملية السابقة، السلوك المهني، طريقة حديثك، مهاراتك، ولغة الجسد).

٢- قم ببحثك حول الشركة أو المؤسسة التي تريد العمل بها، قد تجد معلومات مهمة عن العاملين بها مما قد يساعدك في توقع ما قد يريدونه منك. هنا تجدر الإشارة إلى أن المحاور (مدير العمل) سوف يتوقع أن يكون لديك خلفية ممتازة أو على الأقل جيدة نسبياً عن الشركة أو المؤسسة مثل أداءها السابق والحالي، رؤيتها المستقبلية، أهدافها، ثقافة العمل فيها.

تجنب الوصول متأخراً للمقابلة أو المبالغة في مظهرك العام.

- ٣- من الطبيعي والمتوقع أن تكون ملماً بتفاصيل الوظيفة التي تقدم عليها، حتى تكون جاهزيتك عالية مما سيزيد ثقتك بنفسك ويرفع أداءك في المقابلة الشخصية.
- ٤- أقرأ لأخصائين في مجال التطوير المهني، فإن هذا من شأنه أن يجعلك تتقمص عاطفياً طريقة تواصلهم وحديثهم.
- ٥- أثناء المقابلة الشخصية، كن حاضراً بمظهر عام لائق. ارتد ملابس محافظة



وملائمة لبيئة العمل (غالبا ما تكون

مستقاة من الثقافة المحلية)، حافظ على

أناقتك الشخصية.

٦- في بداية المقابلة - غالبا أثناء

الدقيقة الأولى - يركز المحاور على

انطباعه الأول عنك، لذلك أبرز شخصيتك،

كن متحفزا وواثقا من نفسك - لا تكن

مغرورا- وابق تلك الابتسامة مرسومة

على وجهك طوال المقابلة (إن لم تستطع

الابتسام فلا تتصنع).

٧- لا تحاول إجبار نفسك على الهدوء

إن كنت متوترا، وإنما ترجم توترك إلى

حماس إيجابي.

٨- كن لبقاً في أسلوب حديثك وانتظر

مدير العمل حتى ينتهي من سؤاله، ذلك

سيظهر أنك تفكر وتهتم بما يقول. حافظ

على مستوى صوت مناسب (ملاحظة:

التوتر قد يظهر عندما تجيب بشكل

مندفع، فخذ وقتك في الإجابة). حافظ

على التواصل البصري مع المحاور

الذي يوجه إليك السؤال، فذلك من آداب

الحديث. أصحاب العمل يفضلون من

ينصت ويدعم إجاباته بأمثلة وبإيجاز.

٩- اعمل دائما على إبراز سماتك

الشخصية ونقاط قوتك في المقابلة،

محاورو المقابلة الشخصية يبحثون

دائما عن خمس سمات في أغلب

مقابلاتهم، وهي العمل ضمن الفريق،

الإيجابية في التعامل مع المشكلات

والضغوطات النفسية، الثقة بالنفس

وتحمل المسؤولية، وروح المبادرة.

تجنب الخوض بالقضايا

الشخصية أو التكلم بشكل

مبالغ فيه.

١٠- في نهاية المقابلة لا تنس أن تطرح

بعض الأسئلة عن بيئة العمل أو المنصب،

والتي تظهر اهتمامك وجاهزيتك

لممارسة العمل في أقرب وقت ممكن. لا

تنس أن تشكر لجنة المقابلة لتخصيص

جزء من وقتهم من أجلك.

١١- بعد الانتهاء من المقابلة، صافح

المسؤولين باليد وكرر اهتمامك بالوظيفة

وامتلاكك مؤهلاتها، وبعدها بيوم

احرص على ارسال رسالة شكر موجزة

لجميع من أجروا المقابلة معك على

الوقت الذي منحوك إياه وتطلعك للعمل

في المؤسسة، وبهذه الطريقة قد تكون

الوظيفة من نصيبك.

وفي النهاية لا يسعنا إلا أن نقول إن

المقابلة الشخصية ليست امتحانا

لمعلوماتك، بل هي امتحان لقدرتك

على استعمال تلك المعلومات في الوقت

المناسب.

حوار مع مدرس الأقران الطالب عبدالله حفني



بعد تدريس الأقران واحد من طرق التدريس التي أثبتت نجاحا ملحوظا، حيث يتم من خلاله تدريس الطلاب من قبل زملائهم المتفوقين دراسياً، والذين يساعدون في تعليم الأصغر منهم سناً أو الأقل منهم في المستوى الدراسي. وقد أثبتت التجارب أن هذا الأسلوب يسهم بشكل فعال في تنمية مهارات الطلاب في الجوانب الأكاديمية.



وقد اتبعت جامعة قطر هذا النهج مستفيدة من خبرات ومواهب طلابية من مختلف الكليات، وتركت أثرا إيجابيا في دفع العملية التعليمية. ولعل من بين أنجب الطلاب الذين قدموا لزملائهم في هذا المجال هو الطالب عبدالله حفني الذي يدرس في كلية الهندسة، قسم الهندسة الكهربائية. وقد تميز في مادة الرياضيات، فأقبل على مركز دعم الطلاب (SLSC) ليصبح مدرس أقران ناجحا.

حدثنا عن تجربتك مع برنامج تدريس الأقران؟

بالنسبة لي تعتبر هذه التجربة مليئة بالفائدة واكتساب مهارات جديدة تفيدني في مجال عملي في المستقبل وفي حياتي اليومية. على سبيل المثال، أول استفادة لي من هذا البرنامج كانت منذ دخلت على المقابلة الشخصية التي أجريتها قبل التوظيف. حيث اكتسبت من خلالها خبرة التعامل مع المحاور وزيادة الثقة بالنفس خلال المقابلة، وكما هو معلوم فإن المقابلات الوظيفية في مركز دعم الطلاب تأخذ على محمل الجد لتوظيف الطلاب المتميزين والمناسبين لتدريس الأقران. أما الإضافة الثانية، فإن العمل في مركز دعم الطلاب شجعني على تنظيم وقتي وجدولي اليومي وحتى الأسبوعي لكي أوفق بين واجباتي في عملي وواجباتي تجاه عائلتي ودراستي. وأخيرا فإن الفائدة الأكبر تكمن في أن تدريس الأقران جعلني في تواصل دائم مع الطلبة الأمر الذي طور من مهارات التواصل والمقابلات لدي والتحدث لأشخاص جدد أيضا.

هل تجد صعوبة في الموافقة بين العمل والدراسة؟

بالنسبة لي غالبا ما تكون ساعات عملي في أوقات الاستراحة أو في الأوقات ما بين المحاضرات، حيث أن هذه الأوقات

العمل في مجال تدريس الأقران يساهم وبشكل كبير في صقل المعلومات وترسيخها

أحث الطالب على الممارسة بنفسه لأن أقدم له المعلومات التي يريدها جاهزة

جديدة مثل سرعة حل المسائل واختيار الطرق البديلة من خلال التعرض لمسائل مختلفة وأيضا لمشاكل مختلفة بين كل طالب وآخر. وعلاوة على ذلك، فإن مناقشة بعض المسائل أيضا والمشكلات الرياضية بيني وبين زملائي مدرسي الأقران أو مع مشرف القسم يزيد من مهاراتي ويطور من معلوماتي. وكما هو معلوم فإن تكرار المعلومات بشكل دوري يساعد في ترسيخها أكثر في الذهن.

يقال إنك تميزت في تدريس الأقران، ما هو الجديد الذي أضفته في هذا المجال؟

أولا أنا أحمد الله رب العالمين الذي وفقني لأن أكون بهذه المنزلة وما توفيقني إلا بالله. ثانيا شعرت بالسعادة والفرح عندما تم ترشيحي لأحصل على جائزة أفضل مدرس أقران في الفصل الماضي. ولكن ما دفعني لهذا وجعلني متميزا هو أنني وضعت

لا يستطيع معظم الطلاب غالبا الاستفادة منها في الدراسة، ففي الأيام الطبيعية لا أجد صعوبة كبيرة في التوفيق بين دراستي وبين عملي. ولكن الصعوبة تكمن في فترة الامتحانات وتسليم المشاريع، إذ أن الوضع في هذه الفترة يجبرني على اغتنام كل دقيقة في الدراسة والعمل على المشاريع والأبحاث المختلفة. أما التحدي الأكبر فهو حصر تركيزي كليا لمصلحة الطالب، وتجاهل ضغط الدراسة وصعوبتها من أجل إعطاء الطالب معلومات جيدة تفيده وتناسب مستواه وتساعد على تقوية نقاط الضعف لديه.

إلى أي مدى يساهم تدريس الأقران في ترسيخ المعلومات لديك؟

في الحقيقة، إن العمل في مجال تدريس الأقران يساهم وبشكل كبير في صقل المعلومات القديمة لدي وتزويدي بمهارات



الصعوبة وبالتالي نستطيع التوصل إلى تقرير مبسط عن حالته وبذلك نأخذ فكرة عن الأمور التي يحتاج إلى تقوية فيها فنبدأ بتمرينه عليها.

كما أن الطريقة الأكثر تأثيراً في الطالب هي أن أحث الطالب على الممارسة بنفسه لا أن أقدم له المعلومات التي يريدنا جاهزة بدون أي تعب أو جهد يبذله، لأنه سوف ينسأها بسهولة كبيرة. أما إذا بذل جهداً ولو كان قليلاً فسوف يمتلك القدرة على أن يحتفظ بهذه المعلومة ويطبّقها بكفاءة أكبر.

بم تنصح زملاءك الراغبين في الانضمام إلى البرنامج؟

أنصحهم بقوة أن لا يترددوا في خوض هذه التجربة لأن لها تأثيراً كبيراً على سلوكهم في الجامعة والمحاضرات والعمل. كما أن هذه التجربة سوف تساعدهم على امتلاك العديد من المهارات الضرورية في جميع مراحل الحياة مثل مهارات العرض والإلقاء (Presentation Skills). وأود التنبيه إلى أنه بالرغم من أنهم سيشعرون ببعض الضغط والتعب في البدايات، إلا أن هذا سيكون دافعاً لهم ومحفزاً لكي يحسنوا من مستوياتهم الدراسية وأن يبقوا في منزلة مرتفعة ومميزة عن باقي الطلاب.

تقوية شخصيتنا في الحصص الدراسية وتثبيت المهارات التي نحتاجها لإيصال المعلومات مثل مهارات العرض والتواصل مع الآخرين وما إلى ذلك من الأساليب ومهارات التدريس الضرورية لجميع مدرسي الأقران.

أما بالنسبة للخدمات التي يقدمها البرنامج لطلبة الجامعة فهي متنوعة وأهمها توفير حصص مراجعة لمختلف المقررات بالتعاون مع الأقسام المختلفة والكليات ويقوم البرنامج بالتواصل مع جميع الطلبة المسجلين في المواد ويرسل لهم الإيميلات والرسائل النصية في حال وجود بعض الورشات أو المراجعات قبل الاختبارات.

كيف لمدرس الأقران أن يلبي احتياجات الطلاب؟

يرد إلى أذهان الكثير من الناس أن الطريقة الأفضل لمعرفة احتياجات الطالب في مادة معينة هي سؤاله عما يفهمه وما يواجه صعوبة في فهمه ثم يبدأ بتقوية وتطوير الذي تعلمه. لكن هذا مفهوم خاطئ، فالطريقة الأفضل والتي أتبعها أنا وزملائي في البرنامج هي أن نبدأ مع الطلاب بأسئلة أو تمارين متفاوتة في

نصب عيني هدف التميز وشعرت بحجم المسؤولية الكبيرة التي ستقع على عاتقي بصفتي مدرس أقران. في كل يوم أحمل هم الطالب الذي جلس معي وقدمت له معلومة معينة، هل كانت المعلومة صحيحة! هل فهمها بشكل جيد! هل نجحت بتوضيح الأفكار جميعها له؟...

سر هذا التميز هو شعوري بالمسؤولية وفهمي لأهداف البرنامج ورؤيته وما يتوقعه مني وما أطمح إليه.

ما هو تقييمك للبرنامج ومدى استفادة الطلاب منه؟

أنا أقيم فكرة البرنامج على أنها فكرة رائعة ومهمة جداً لطلبة الجامعة من مختلف التخصصات فهي توفر على الطلاب تكاليف الدروس الخصوصية خارج الجامعة وتضمن للطلاب الاستفادة المنشودة، وذلك لأن مدرسي الأقران درسوا نفس المقررات وعند نفس الدكاترة والمحاضرين فقدرتهم على إيصال الأفكار أكبر من المدرسين الخصوصيين من خارج الجامعة.

كما أن البرنامج يقوم بتقديم خدمات عديدة لنا بصفتنا مدرسي أقران مثل بعض الورشات التدريبية لتساعدنا على

خدمات جديدة لقسم دعم الكتابة



مهارات الكتابة خلال الفصل. إن طبيعة استشارات الكتابة تستلزم أن يحجز الطلبة الراغبون في الاستفادة من هذه الخدمة موعداً إلكترونياً (<http://writinglab.qu.edu.qa>)، أما الذين يرغبون في الاستفادة من خدمات دعم اللغة، فيستطيعون القدوم متى أرادوا ذلك خلال ساعات العمل، حيث ستكون الخدمات متوفرة للطلبة من الساعة ٧:٣٠ صباحاً، حتى الساعة ٢:٣٠ مساءً، من الأحد إلى الخميس في مبنى مكاتب أعضاء هيئة التدريس (C03) الطابق الثالث.

من البرامج مثل " Express-it " باللغة الإنجليزية وبرنامج "قراء وآراء" باللغة العربية، اللذان يعملان على تطوير مهارات النقاش والتواصل بطريقة تفاعلية ممتعة، في حين يساعد تدريب القراءة على تعليمهم مهارات القراءة السريعة والقراءة المتأنية، بجانب تحصيل المفردات. بالإضافة إلى ذلك يركز برنامج "أساسيات النحو العربي" على تقوية أساسيات النحو ومقدماته عند الطلبة. ويقدم القسم ورش عمل تستهدف تطوير مكونات وجوانب متنوعة من اللغة ومن

أعلن قسم دعم الكتابة بمركز دعم تعلم الطلاب عن إدراج خدمات معمل اللغات سابقاً ضمن قائمة خدمات قسم دعم الكتابة التابع للمركز وذلك في فصل ربيع ٢٠١٧. حيث أصبح القسم يقدم المساعدة للطلبة في النحو، التحدث، ومهارات الاستماع في شكل جلسات فردية أو جماعية، بالإضافة إلى تقديمه للاستشارات الفردية في اللغة العربية واللغة الإنجليزية، كما يساعد القسم الطلبة على تنمية مهاراتهم اللغوية بواسطة مجموعة

بمشاركة أكثر من ٥٦٠ طالبا وطالبة ... اختتام بطولة الجامعة للرياضيات في نسختها الثانية

اختتمت النسخة الثانية لمسابقة "بطولة جامعة قطر للرياضيات" التي عقدت في شهر ابريل الماضي، وتقدم للمشاركة فيها أكثر من ٥٦٠ طالبا وطالبة من مختلف التخصصات في الجامعة، ونظمها مركز دعم تعلم الطلاب بالتعاون مع قسم الرياضيات في البرنامج التأسيسي وقسم الرياضيات والاحصاء والفيزياء بكلية الآداب والعلوم في الجامعة. وتم خلال البطولة توزيع المتسابقين إلى مستويين، شمل المستوى الأول طلاب البرنامج التأسيسي والتخصصات الأدبية في الجامعة، أما المستوى الثاني فقد ضم التخصصات العلمية في الجامعة.





وعلى إثر اختتام البطولة تم تنظيم حفل لتوزيع الجوائز وتكريم الفائزين والتميّزين في كلا المستويين، حيث فاز في المستوى الأول عن فئة البنين بالمركز الأول، مجاهد بانون من كلية الادارة والاقتصاد، واحتل المركز الثاني، محمد أحمد من كلية الادارة والاقتصاد، أما المركز الثالث، فكان من نصيب الحسن سامي من كلية الآداب والعلوم. فيما فازت في المستوى الأول في المركز الأول آلاء الأسمر من كلية التربية، والمركز الثاني، فاطمة عمر سررايرة من كلية الآداب والعلوم، بينما كان المركز الثالث، من نصيب عبير مالك من كلية الادارة والاقتصاد. أما بالنسبة للمستوى الثاني عن فئة البنين فقد فاز بالمركز الأول، ابراهيم أحمد من كلية الهندسة، وفي المركز الثاني، محمد أمان شيخ من كلية الهندسة، أما المركز الثالث، فذهب إلى ياسين بعثور من كلية الهندسة، فيما فازت في المستوى الثاني عن فئة البنات بالمركز الأول بتول الفقيه من كلية التربية، وفي المركز الثاني، براتياشا راني من كلية الآداب والعلوم، أما المركز الثالث، فنالته ضحى أبو مطر من كلية التربية. من جانبها قالت الأستاذة نور النخالة رئيس وحدة الرياضيات والرئيس المنظم للمسابقة، إن النجاح الباهر الذي حققته بطولة جامعة قطر للرياضيات التي نظمت العام الماضي بالتعاون مع قسم الرياضيات والإحصاء والفيزياء في كلية الآداب والعلوم، ألهم المنظمين إلى توسيع المسابقة خلال هذا العام لتشمل بنسختها الثانية طلاب البرنامج التأسيسي والتخصصات الأدبية في الجامعة وذلك لتحفيز وجذب أكبر عدد ممكن من الطلاب من مختلف المستويات وزيادة الوعي بأهمية

بل تتضمن جميع جوانب الحياة وكافة المستويات، بدليل أن برامج المتطلبات العامّة في كل جامعات العالم بما فيها جامعة قطر تحتم على كل طالب وطالبة معرفة أساسيات الرياضيات والإحصاء مهما كانت تخصصات الطلاب». وأضاف الدكتور عبد الواحد حمدي، أستاذ الرياضيات في كلية الآداب والعلوم «لقد كانت هذه البطولة تجربة علمية مثرية، حيث قضى طلاب من أقسام وكليات مختلفة بعض الوقت في حل أسئلة رياضيات تتسم بالتحدي. منذ البداية كان هدفنا أن نجذب الطلاب إلى تحدي أنفسهم من خلال حل أسئلة غير تقليدية». وتأتي هذه المسابقة ضمن جهود معمل الرياضيات، التابع لمركز دعم تعلم الطلاب، الواسعة للتعاون البناء مع الكادر الأكاديمي. حيث تم إطلاق برنامج أساسيات الحسابان ٢ في فصل ربيع ٢٠١٦ وبرنامج أسس رياضيات الادارة ١ في فصل ربيع ٢٠١٧، وتهدف هذه البرامج إلى مساعدة الطلاب وتحسين أدائهم الأكاديمي. وقد خدمت هذه البرامج شريحة واسعة من طلاب وطالبات الجامعة.

الرياضيات عند الطلاب في الجامعة. وأضافت أن البطولة شهدت هذا العام نجاحا كبيرا في جذب شريحة أكبر من الطلاب حيث سجل التعاون بين الأقسام الثلاثة نجاحا كبيرا، وأسفر عن خلق روح التعاون البناء بين قطاع شؤون الطلاب والقطاع الأكاديمي. كما هدفت المسابقة إلى تحفيز الطلاب على التفكير في قالب إبداعي ممزوج بنوع من التحدي، وتمثل الفعالية جزءا من الطموحات الواسعة لمعمل الرياضيات لدعم مسيرة الطلاب الدراسية بشتى الطرق التي تمزج بين إشراك الطلاب في مسابقات تعليمية خارج جو المحاضرات الرسمي. وذكرت أن المسابقة فتحت الباب للمبدعين في مجال الرياضيات لإظهار إبداعاتهم، موضحة أن معمل الرياضيات يطمح الى المزيد من التعاون البناء مع القطاع الأكاديمي الذي يخدم مصلحة الطالب. وقال الدكتور محمد رحومة رئيس قسم الرياضيات في البرنامج التأسيسي «أن الهدف من تخصيص المستوى الأول للبطولة لطلبة التخصصات الأدبية والبرنامج التأسيسي هذه السنة هو التركيز على أن الرياضيات وتطبيقاتها لا تقتصر على الاختصاصات العلميّة،

الوقت: أهميته وتنظيمه



رئيس قسم الدعم الأكاديمي

بقلم: سمية التيجاني

الوقت وكما عرّفه المعجم الوسيط هو مقدار من الزمن، وهو أول المقاييس التي يتعلمها الطفل في بداية حياته، ويتم ملاحظته من حركة الشمس أو عن طريق الساعة، وهو كذلك يشير إلى البعد الرابع في الفيزياء بحسب النظرية النسبية لأينشتاين، كما يستخدم الوقت في الفيزياء لقياس السرعة وفي الكيمياء لقياس سرعة التفاعل.

وتنظيم الوقت للطالب هو قدرته على استغلال وقته لإنجاز أكبر قدر من الأعمال التي تعود بالنفع على حاضره الأكاديمي من تفوق وبالتالي على مستقبله العملي، إلى جانب قدرته على تخصيص جزء من وقته لإفادة غيره والتفاعل مع الحياة والاستمتاع بها بما لا يتعارض مع فائدته الأكاديمية، وذلك حسب الترتيب الصحيح للأولويات التي تكون على التصنيف التالي: (هام وعاجل، هام وغير عاجل، غير هام وعاجل واخيرا غير هام وغير عاجل). وقد حثت جميع الشرائع على استغلال الوقت وتنظيمه بالشكل الصحيح كما حدد الله عز وجل وقت الإنسان بأن جعله تلك الفترة التي يعيشها في هذا العالم لتحقيق الغاية والمقصد من خلقه ألا وهي عمارة الأرض، فعند موت الإنسان ينتهي وقته وبالتالي لن يتسنى له فعل أي شيء.

والوقت من الأشياء الأربعة المهمة التي يُسأل عنها الإنسان يوم القيامة، كما جاء في قول رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم: «لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: عن عمره فيما أفناه، وعن شبابه فيما أبلاه، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه، وعن علمه ماذا عمل به». والوقت مهم جدا في هذا الكون فلولاها لما استطاع الإنسان إدراك زمن أي من الأحداث التي تقع، وهنا نجد أن الله تعالى يقسم بالوقت لأهميته في قوله عز وجل: (والعصر إن الإنسان لفي خسر) و (والليل إذا يغشى والنهار إذا تجلى) و (والفجر وليال عشر). هناك فوائد عديدة للاستغلال الجيد للوقت من قبل الطالب منها: تحقيق السعادة والراحة النفسية والرضا لدى الطالب، فاستغلال الوقت هو طريق النجاح؛ فمن يستغل وقته بالشكل الصحيح فإنه دون شك إنسان ناجح في حياته. والطالب الذي يجيد تنظيم وقته هو طالب متفائل ونشط ومقبل على الحياة وإذا ما استمر على هذا المنهج انعكس إيجابيا على مستقبله الأكاديمي عند إكمال دراساته العليا، أو تألق وظيفيا عند التحاقه بعمل يفيد به نفسه

ووطنه.

تنظيم الوقت للطالب الجامعي:

يستطيع الطالب الجامعي تنظيم وقته عبر محورين رئيسيين هما:

أ. تخطيط الوقت: ويكون ذلك بوضع

خطة ذات أهداف محددة وتحديد كيفية

تحقيق تلك الأهداف على أن تكون

الأهداف محددة وواقعية في حدود

الإمكانات والموارد والوقت، وأن تكون

قابلة للقياس، مكتوبة ومرتبطة بجدول

زمني بهدف قياس الكفاءة والفاعلية.

ب. الرقابة على الوقت وترتيب أولويات

كل يوم: ويتضمن متابعة العمل وفق

الخطة الموضوعية من أجل تحقيق

الأهداف المنشودة، وهي عملية يتم من

خلالها التأكد من أن جميع النشاطات

تسير كما هو مخطط له ضمن ترتيب

الأولويات السابق ذكرها.

ومن أجل تنظيم ناجح للوقت يجب على

الطالب متابعة أهدافه وخطته وأولوياته

أولا بأول، وأن يكون لديه برنامج عمل

واضح ومحدد ضمن إطار زمني، مع

الأخذ في الحسبان بأن الأهداف تقسم إلى

قصيرة ومتوسطة وطويلة. ويجب على

كل طالب وضع قائمة بالمهام اليومية

التي عليه القيام بها ويمكنه استخدام



ومضيعات الوقت كثيرة والطلبة الذين لا يخضعون وقتهم للتخطيط والتنظيم يواجهون مشكلات عدم الاستقرار، وعدم وضوح الهدف، وغياب الشعور بالمسؤولية، ويجدون أنفسهم يهتمون بالتفاصيل الصغيرة ويفكرون في الملهييات دون عمل حساب لترتيب الأولويات، وهذا يؤكد ضرورة تخطيط الطالب لوقته وتنظيم وتوجيهه بشكل يعود عليه بالفائدة المثلى.

وكذلك العمل على تجنب الظروف التي تسبب ضياع وهدر الوقت الذي هو أهم مقومات النجاح والتفوق الأكاديمي خلال الحياة الجامعية، والعمل على هذا الهدف ليصبح استغلال الوقت سلوكاً ومنهجاً يومياً يصاحب الفرد في حياته كلها وحينها سيجني الطالب ثمار نجاحه الناشئ من تنظيمه لوقته في بدايات حياته.

- ١- ألا يكون للطالب خطة ثابتة يسير وفقها.
- ٢- ترك الأمور حتى تصبح أزمات ومن ثم يحاول حلها.
- ٣- عدم الالتزام بجدول زمني لإنهاء المهام.
- ٤- القيام بعدة أعمال في وقت واحد.
- ٥- عدم السيطرة على الدوافع الداخلية التي تميل به إلى عدم الانضباط.
- ٦- الاهتمام بالتفاصيل الصغيرة.
- ٧- ضعف التنسيق بين مجموعات العمل في حال تكوين مجموعات دراسية.
- ٨- كثرة الانشغال بوسائل التواصل الاجتماعي والخروج مع الأصدقاء والترفيه الزائد.
- ٩- التهرب من أداء الأعمال الأكاديمية وبحث الطالب عنم يقوم بأدائها عنه.

الحاسوب في عمل ذلك أو الهاتف الشخصي بما يوفرانه من تطبيقات وبرامج ذات فائدة في هذا المجال. كما على الطالب أن يتجنب كل ما يؤخره عن دراسته أو يدفعه إلى الهروب منها مثل (التردد، الكسل التسويف التأجيل أو الانشغال مع الأصدقاء وغير ذلك).

استغلال جميع الأوقات بما ينفع: وهنا نعني بجميع الأوقات حتى أوقات الانتظار لدى الطبيب أو في السفر أو عند انتظار قدوم زوار على سبيل المثال، وأيضا فإن تجنب الاستسلام للأمور العاجلة غير الضرورية خلال اليوم هو المحرك الأساسي لاستمرارية الطالب في سيره نحو تحقيق أهدافه المخطط لها بخطى ثابتة وواثقة. إن الحديث عن عدم الاستسلام للأمور غير الضرورية يقودنا الى أن نذكر بعض مضيعات الوقت ونترك لكم التفكير في تفسيراتها:

تجربة تقديم الدعم الأكاديمي

(تطبيق الاختبار التشخيصي نموذجاً)



بقلم: الأستاذ نزار هلال

مدير وحدة دعم الطلاب في كلية الآداب والعلوم (الواحة الأكاديمية)

وتحديد المعلومات المهمة، والمراجعة المبكرة للمعلومات في المقرر لفئة الطلبة الجدد وحديثي العهد بمتطلبات الحياة الجامعية. صراحة لقد تبينت فعالية هذا الاختبار التشخيصي أكثر في مقررات تمهيدية بعينها دون مقررات أخرى مثيلة وذلك لأسباب أكاديمية يطول سردها في هذا المقال. تتلخص أهمية تطبيق ونجاح هذا النموذج بتفاعل ومشاركة أعضاء هيئة التدريس في المقررات التمهيدية بعملية الدعم الأكاديمي حيث تعتبر هذه العملية التشاركية مهمة للوصول إلى النتيجة المرجوة لمساعدة وإنجاح هذه الفئة من الطلبة قبل فوات الأوان.

جدير بالذكر أن نسبة الطلبة الذين لا يخضعون إلى هذا الاختبار تعتبر من أقل النسب مقارنة بالاختبارات الأخرى طوال الفصل الدراسي، وذلك لانتظام الطلاب في حضور محاضرات المقررات التمهيدية في الأسابيع الثلاثة الأولى كطلبة سنة أولى جامعية وذلك يرجع لحماستهم في الانتقال من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية. وعليه فإن هذه الميزة وقتية ومحددة تصاحبها ظروف استثنائية مميزة حيث تخضع للتغيير أو المحافظة عليها مع مرور الزمن والظروف المواتية لها. لذا يعتبر نموذج الاختبار التشخيصي من أولى مراحل تعرف الطلاب بعملية الدعم الأكاديمي المقدمة من الكلية بجانب الخدمات الأخرى.

حصلوا على أقل من ٧٠٪ في هذا الاختبار وذلك لتشجيعهم وحثهم على الحضور إلى الواحة الأكاديمية لتلقي الدعم الأكاديمي المطلوب. يلاحظ هنا ارتفاع نسبة النجاح في الاختبار من ٦٠٪ كما هو متعارف عليه أكاديمياً في الجامعة إلى ٧٠٪ لعدة أسباب منها قلة خبرة الطلاب بالاختبارات وحداثة عهدهم بمتطلبات المرحلة الجامعية. إذ يعتبر هذا الاختبار التشخيصي وسيلة من وسائل التدخل الفوري والمبكر لتحديد مستوى استيعاب الطلاب في هذه المقررات التمهيدية (An early intervention method) وتعريفهم بخدمة الدعم الأكاديمي. يتطلب تطبيق هذا النموذج في وحدة الدعم الأكاديمي في الكلية (الواحة الأكاديمية) تعاوناً كبيراً ومشاركة حقيقية وفعالة مع الأقسام التي تطرح هذه المقررات التمهيدية في الكلية وبين الواحة الأكاديمية. حيث يتم التنسيق مسبقاً مع هذه الأقسام بتحديد هذا الاختبار عند بداية الفصل الدراسي، وبعدها يتم إدراجه ضمن درجات المقرر المطروحة للطلاب في توصيف المقرر تبعاً، يلتزم أعضاء هيئة التدريس في هذه المقررات بتوضيح أهداف الاختبار وتجميع الدرجات لاحقاً.

خلال السنوات الثلاث الماضية (سنة فصول دراسية سابقة) أثبت تطبيق هذا النموذج نجاحاً ملحوظاً في مساعدة الطلبة أكاديمياً وذلك بتعريفهم على نمط الاختبارات،

تبذل مراكز الدعم الأكاديمي جهداً كبيراً لتقديم الدعم والمساندة الأكاديمية للطلاب في المقررات التمهيدية والمتقدمة على السواء. ولكن طلبة المقررات التمهيدية هم أكثر الفئات المستهدفة لتقديم خدمات الدعم الأكاديمي، علماً بأن النسبة الأكبر من الطلبة الذين يتلقون الدعم الأكاديمي تتضمن طلبة السنة الأولى.

ويعزى ذلك لأنهم حديثو عهد بمتطلبات ومهارات التفوق والنجاح في المرحلة الجامعية. فمعظم طلاب السنة الأولى المسجلين في المقررات التمهيدية يواجهون صعوبات في كيفية تحديد المعلومات المهمة ومذاكرتها، وأهمية كتابة الملاحظات أثناء المحاضرة. يهدف هذا المقال إلى تسليط الضوء على تجربة ناجحة وفريدة من نوعها تقدمها وحدة دعم الطلاب في كلية الآداب والعلوم (الواحة الأكاديمية) والتي تسعى إلى مساعدة وتصنيف الطلبة الذين يواجهون هذه التحديات وذلك بتطبيق تجربة الاختبار التشخيصي (The Diagnostic Test).

يهدف الاختبار التشخيصي إلى تحديد مستوى الطلبة خلال الأسابيع الثلاثة الأولى كحد أقصى في المقررات التمهيدية المطروحة في كلية الآداب والعلوم حيث لا تتجاوز نسبة هذا الاختبار ١٠٪ ولا تقل عن ٥٪ من مجموع درجات المقرر. بعدها ترسل نتائج هذا الاختبار لكل مقرر تمهيدية إلى الواحة الأكاديمية لتحليلها وتصنيف الطلاب الذين

الأنشطة الرياضية تنظم دورة تعليم السباحة ٢٠١٧



جامعة قطر: «إن إدارة الأنشطة الرياضية في جامعة قطر تشجع وتدعم مثل هذه الدورات الهامة لما لها من أهمية في حياة الأفراد، إذ أن تعلم السباحة مفيد جدا للصحة العامة، عدا عن أنه يسهم في إنقاذ الآخرين ومد يد العون لهم. والجامعة دوما سباقة في خدمة المجتمع الخارجي بطرح مثل هذه المبادرات والورش المفيدة. ونظرا لأهمية السباحة، تعتزم الإدارة الرياضية بإنشاء أكاديمية متخصصة لتعليم السباحة وتطوير المستويات». ومن جانبه، قال الدكتور مجدي عبد الحليم أخصائي المنتخبات الرياضية ومشرف الدورة، بأن هذه الدورة الصيفية لاقت إقبالا كبيرا لذا تعد من أنجح الدورات التي طرحها قسم الرياضات المائية. وأضاف: «إن مقاصد وأهداف الدورة قد تحققت بتعلم الجميع لمهارات السباحة. ونود أن ندعو أولياء الأمور إلى ضرورة تعليم أطفالهم السباحة من أعمار مبكرة.

الماء، ثم التحرك فوق الماء، وتعلم كيفية الطفو لسباحة الحرة ولسباحة الظهر، ثم المستوى الثاني: يتعلم فيها المتدرب ضربات الرجلين لسباحة الحرة وكذلك سباحة الظهر، ومهارة الوقوف في الماء كأهم مهارة وتكون في المسبح العميق، ثم المستوى الثالث: يتعلم فيها المتدرب حركات الذراعين في سباحة الحرة وربطها بحركة الرجل، ومهارة التنفس لسباحة الحرة، والسباحة لمسافة ٢٠ متر، وتعلم التوافق (ضربات رجلين ويدين مع تنفس)، وأخيرا المستوى الرابع: الذي يتم فيه مراجعة المهارات الخاصة بالمستويات الثلاث السابقة، والتدريب على سباحة الحرة باستخدام الأدوات وبدون لمسافة ٥٠ متر، وممارسة سباحة الظهر بحركات الرجلين واليدين لمسافة ٢٥ متر. وفي تصريح لها، قالت الأستاذة أسماء النعيمي مدير إدارة الأنشطة الرياضية في

نظم قسم الرياضات المائية في إدارة الأنشطة الرياضية دورة تعليم السباحة ٢٠١٧، ضمن سلسلة الدورات التي أقامها القسم تحت عنوان: «السباحة أم الرياضات» لمحو أمية السباحة لدى منتسبي جامعة قطر وأسرههم كبارا وصغارا وللمجتمع الخارجي من المواطنين والمقيمين في الدولة. وبلغ عدد المشاركين في هذه الدورة ٥٨ مشاركا، تم تدريبهم على يد مدربين محترفين في قسم الرياضات المائية وهم: محمد محي الدين، مصطفى بن رزوق، أحمد عبد الحي، محمد حديد، تحت إشراف الدكتور مجدي عبد الحليم أخصائي منتخبات رياضية في إدارة الأنشطة الرياضية. وقد تم تقسيم المتدربين المشاركين في الدورة إلى أربعة مستويات: المستوى الأول: يتعلم فيها المتدرب كيفية فتح العينين داخل الماء، ومصادقة الماء وعدم الخوف، وإخراج الزفير داخل

الأنشطة الرياضية تُدشن «جدارية تميم المجد تحت الماء»

في بادرة تعتبر الأولى من نوعها في قطر، دشّن قسم الرياضات المائية في إدارة الأنشطة الرياضية "جدارية تميم المجد تحت الماء" في بركة الغطس في مجمع الرياضات المائية، وذلك تماشياً مع توجهات الجامعة وكافة مؤسسات الدولة ووزاراتها في التعبير عن حبهم وولائهم لدولة قطر، ولصاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أمير البلاد المفدى.

وقد نظمت إدارة الأنشطة الرياضية هذه الفعالية بالتعاون مع العديد من الأندية والمراكز والهيئات ومنها نادي الغوص في الجامعة، وقوات الأمن الداخلي (لخويا)، وإدارة أمن السواحل والحدود، وإدارة الدفاع المدني، ومركز بوسايدون للغوص، واتحاد الغوص الحر، وأكاديمية إيليت للغوص، ومجمع حمد المائي، بالإضافة إلى مشاركة عدد من الغواصين المحترفين.



الدولة في الآونة الأخيرة. وأود أن أتقدم بالشكر الجزيل لإدارة الجامعة على ترحيبها بالفكرة وتفعيلها بشكل عملي، كما أشكر كافة الجهات الداعمة لهذه المبادرة وكل من لبى الدعوة وحضر للتوقيع على الجدارية".

وقال زميله الطالب بهاء محمد من تخصص علوم الرياضة في كلية الآداب والعلوم وعضو في نادي الغوص: "انطلاقاً من دورها كجامعة وطنية في قطر، لم تتوان جامعة قطر عن مواكبة مجريات الأحداث في قطر خلال الشهر القليل الماضي. إن مبادرة جدارية تميم المجد تحت الماء تعكس بدون أدنى شك التفاف المجتمع القطري حول قائده الذي يسعى إلى رفعة الدولة وتقدمها محلياً وعالمياً. وقد حضرت اليوم للتوقيع على الجدارية لأعبر عن عميق امتناني لهذا البلد العظيم الذي نشأت فيه وترعرعت وتلقيتُ تعليمي وصولاً للمرحلة الجامعية".

إدارة الأنشطة الرياضية في جامعة قطر التفكير في طريقة مبتكرة للتعبير عن حبنا وتكاتفنا مع موقف دولة قطر. لذا، ابتكرنا فكرة جدارية تميم المجد تحت الماء للتعبير عن انتمائنا لدولة قطر بطريقة متفردة. وأرى بأن الوقوف إلى جانب الدولة في ظل الأزمة الخليجية هو واجب وطني، وحق على كل فرد في جامعة قطر أن يُعبر عن حبه وتقديره لهذا البلد المعطاء الذي طالما قدم الكثير لأبنائه وبناته من المواطنين والمقيمين".

وفي لقاءات مع الطلبة خلال حفل تدشين الجدارية، قال الطالب محمد البورشيد رئيس نادي الغوص في الجامعة وطالب سنة ثالثة في كلية الإدارة والاقتصاد: "سعدنا بهذه المبادرة الجديدة وتفرد جامعة قطر في اتخاذ هذه الخطوة التي تعكس ولاء كافة منتسبي الجامعة من موظفين وطلبة وأساتذة لدولة قطر وتكاتفهم في ظل الظروف التي تمر بها

وقد أتاحت الجامعة والجهات المنظمة اللوحة وكافة أدوات الغطس اللازمة، للراغبين من منتسبي الجامعة بالغطس والتوقيع على الجدارية بعبارات تعكس تضامنهم وتقديرهم وتكاتفهم مع دولة قطر، وفي تعليقه بهذه المناسبة، قال د. خالد الخنجي نائب رئيس الجامعة لشؤون الطلاب: "تأتي هذه المبادرة انطلاقاً من دورنا ومسؤوليتنا الاجتماعية وواجبنا كجامعة وطنية تواكب تطورات المجتمع القطري وتتفاعل معه بشكل حيوي. وستتيح هذه الجدارية لكافة منتسبي الجامعة فرصة التعبير عن ما يكونون لدولة قطر من حب وولاء وتقدير، كما أنها تعكس تلاحمنا ووحدة صفنا واجتماعنا على رأي وقول واحد في ظل الظروف التي تشهدها دولة قطر في الآونة الأخيرة".

من جانبها، قالت مدير إدارة الأنشطة الرياضية أ. أسماء النعيمي: "ارتأت

الأندية الطلابية؛ المنهج التعليمي الجديد



Khawla.mortazawi@qu.edu.qa

إعلامية وباحثة أكاديمية

خولة مرتضوي



هناك ثمة حاجة إلى بذل المزيد من الجهود الرامية إلى تشجيع الطلاب من أجل الانخراط في برامج الأندية الطلابية وربطها بمخرجات التعليم من خلال المقررات الجامعية العامة، وأجد أن خير سبيل لذلك هو ربط تفاعل الطلبة بعدد من الدرجات التي تحسب لهم كدرجات إضافية خاصة في مقررات المتطلبات العامة التي يتحتم على كل طلاب الجامعة التسجيل فيها، فكما أن الدافعية شيء مهم في كل نشاط وهدف يرمي إليه الطالب، أجد أن خلق تلك الدافعية من خلال دفع الطلاب بشكل مقصود وممنهج لتلك الأنشطة والانخراط بها بشكل فاعل سيجعل بيئة الأندية الطلابية في انتعاش وحركة دائمة.

مميز يضم بين دفتاته التعلم والفائدة والعمل الجماعي والعديد من الخبرات التي تكمل أهداف العملية التعليمية. وللأسف الشديد؛ هناك من يقلل من قيمة نتائج ومخرجات هذه الأندية المتميزة وأثرها الفاعل على إعداد الطلبة للتفاعل مع مواقف حياتها المختلفة، فهم يرون أن التحصيل الدراسي من خلال الكتب والمحاضرات وما شابه هو الهدف من العملية التعليمية، فلا بد من القناعة بأهمية هذه الأندية النشطة ودورها الفاعل من خلال المنهج بمفهومه الواسع ومن خلال ايجاد فلسفة مجتمعية قائمة على أساس أن برامج النشاط الطلابي من أندية وملتقيات ومناظرات وغيرها هي انعكاس لفكر وحاجات المجتمع.

إن التربية الحديثة تهدف إلى مساعدة الطلبة على النمو الشامل؛ جسدياً، وعقلياً، واجتماعياً، وروحياً، وذلك لكي يصبحوا مستقبلاً مواطنين صالحين يلعبون دوراً أساسياً في تقدم مجتمعاتهم ورفيعة، ولتحقيق ذلك كله يتطلب إحداث تغيير جذري في سلوك الطلبة من خلال التعليم المرتبط بالعمل، وهذا لا يتم إلا بإعطاء طلابنا الفرصة الحقيقية لممارسة مناشط متنوعة ومختلفة داخل وخارج الحرم الجامعي.

إن الأندية الطلابية وما تحدثه من نشاط طلابي متواتر خلال العام والفصل الجامعي؛ تعد أحد عناصر ومكونات المنهج في مفهومه الحديث، فهي تساعد الطلبة على تكوين عادات ومهارات وقيم وأساليب تفكير لازمة لمواصلة تعليمهم والمشاركة في التنمية الشاملة للمجتمع، وأجد أن دور الأندية الطلابية في تفعيل المنهج واضح وجلي، حيث تسهم هذه الأندية بما تبثه من أنشطة متنوعة في تثبيت المفاهيم وإدراكها أثناء عملية التعلم لدى الطلبة، كما أنها أرض خصبة تنضج بأفكار الطلبة وشغفهم المتقدم، يفرغون فيها طاقاتهم المهولة في جو

أنشطة متنوعة في احتفال الجامعة باليوم الرياضي للدولة

احتفلت جامعة قطر باليوم الرياضي للدولة من خلال أنشطة رياضية كثيرة ومتنوعة شملت مختلف الفئات العمرية في الحي الثقافي كتارا بالتعاون مع وزارة البلدية والبيئة وقوات الأمن الداخلي لخويا وكلية المجتمع. وشهد احتفال هذا العام إقبالا كبيرا من المحترفين من كافة الفئات العمرية للاستمتاع بالأجواء الربيعية الماطرة وتخليدا لهذه المناسبة السنوية المهمة، حيث بدأت الاحتفالات بحضور عدد من كبار الشخصيات





والمدعويين.

وكانت المسيرة الرياضية من أهم الأنشطة التي نظمتها الجامعة بالتعاون مع شركائها بالإضافة إلى بطولات في كرة القدم الشاطئية وكرة الطائرة الشاطئية. كما نظمت الجامعة عرضاً للدفاع عن النفس وآخر للطيران الشراعي ومسابقات رياضية متنوعة شملت مختلف الأعمار. ولم تخل هذه الاحتفالية الوطنية المميزة من عرض لبعض الرياضات الشعبية القطرية لاستقطاب زوار الحي الثقافي كتارا وجذب انتباههم. وشملت الأنشطة

أيضاً حصصاً رياضية تناسب أعمار الأطفال، وحصصاً للكبار في رياضات مختلفة مثل اللياقة البدنية والسكوات والدراجات ولعبة التوازن وكروس فت. يذكر أن الجامعة تولي الرياضات والأندية الرياضية المختلفة اهتماماً كبيراً وتوفر الوسائل المناسبة للطلاب والمدربين المتخصصين، كما أنها تشجع الطلبة على المشاركة في جميع المسابقات المحلية والدولية. إضافة إلى توفيرها ملاعب وصالات رياضية وأماكن مخصصة لهذه الألعاب. كما أن الجامعة تحت الطلاب على المشاركة في

البطولات الداخلية والخارجية. وأبّلت الجامعة بلاءً حسناً في جميع البطولات التي شاركت وأهمها بطولة العالم للجامعات "يورو روما ٢٠١٦" في نوفمبر الماضي حيث حصدت المركز الأول في كرة اليد، والمركز الثاني في منافسات كرة الريشة، إضافة إلى المركز الرابع في بطولات كرة القدم والسباحة. كما أحرز فريق الجامعة لكرة السلة المركز الأول في ختام بطولة كأس جامعة حمد بن خليفة لكرة السلة والمركز الثاني في دوري جامعة حمد بن خليفة لكرة السلة.

نظمه مركز العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية ...

انطلاق النسخة الرابعة من برنامج الرابح الأكبر



البرنامج وأهميته، ومن ثم تم تعريفهم على منظمي ومشرفي البرنامج. كما تتم معاينة جميع المشاركين وإجراء بعض الفحوصات الأولية لهم لقياس نسبة الدهون والماء والأملاح المعدنية والعمليات الأيضية في الجسم، إضافة إلى قياس وزن المشترك وطوله حتى تتم متابعة حالته خلال البرنامج ومقارنة النتائج التي يحصل عليها في النهاية. ومن الجدير بالذكر أن البرنامج تم بالتعاون مع مؤسسة حمد الطبية للمساعدة على متابعة حالة المشتركين، وإعطاء عناية خاصة لمرضى السكري من المشاركين.

غذائية متكاملة لكل مشترك بحسب ما يقره أخصائيو ومشرفو المشترك في البرنامج. من جانبه أكد أخصائي العلاج الطبيعي الأستاذ فاضل عباس الملا، مشرف عام البرنامج أن البرنامج لا يهدف لإنقاص أوزان المشاركين فحسب، وإنما يهدف أيضاً لتوعيتهم وتمكينهم من اتباع نظام صحي يومي متكامل. كما توجه الملا بالشكر والتقدير إلى إدارة مجمع الرياضات المائية على الدعم المعنوي واللوجستي الذي قدموه طوال فترة البرنامج. ويجري البرنامج مقابلات تعريفية في البداية مع كل المشتركين من أسرة الجامعة لتعريفهم على طبيعة

أطلق مركز العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية برنامج الرابح الأكبر وهو برنامج رياضي متكامل يهدف إلى توعية المشتركين فيه بأهمية الصحة والرياضة، ويحثهم على اتباع نظام صحي وأسلوب حياتي متكامل. وقد التحق بالبرنامج أكثر من ٣٠ مشاركاً في قسم البنين تحت إشراف الأستاذ فاضل عباس الملا أخصائي العلاج الطبيعي، و٥٠ مشاركاً في قسم البنات تحت إشراف الاستاذة حنان خالد، أخصائية العلاج الطبيعي، حيث انقسم البرنامج إلى برنامجين: الأول عبارة عن برنامج تمارين رياضية بدنية يومية لكل مشترك على حسب طبيعة جسمه. أما الثاني فهو عبارة عن خطة

◀ للمرة الرابعة على التوالي ...

فريق الجامعة يتوج بطلا لدوري الجامعات لكرة القدم



هذا الفوز لم يكن حظاً أو صدفة وإنما كان فوزاً عن جدارة واستحقاق وبجهود اللاعبين والإدارة بشكل عام. وقال ميلود: "لقد قدم فريق الجامعة أداءً متميزاً طوال مبارياته في الدوري، الأمر الذي أهله للوصول إلى المباراة النهائية وتحقيق اللقب للمرة الرابعة على التوالي". بدوره قال السيد هلال المهندي رئيس اللجنة المشرفة على دوري المدارس والجامعات، نهناً جامعة قطر على فوز فريقها بالبطولة للمرة الرابعة على التوالي، كما أثنى على أداء الفرق الأخرى والفرق الحاصلة على المركز الثاني والثالث.

وقد تميز فريق الجامعة في المباراة النهائية وفي جميع المباريات الأخرى ضمن دوري الجامعات، وسطروا أجمل معاني العمل الجماعي والروح الرياضية والمنافسة الشريفة. وكانت هذه المرة الرابعة على التوالي التي يظهر فيها فريق الجامعة بكل لاعبيه ليؤدي عروضاً مميزة في مثل هذه البطولات الكبيرة في دوري الجامعات لكرة القدم. وبهذه المناسبة أعرب الكابتن ميلود ويري المدرب والمشرف العام للفريق عن سعادته البالغة بتحقيق لقب الدوري للمرة الرابعة على التوالي، مؤكداً أن

توج فريق جامعة قطر بطلا لدوري الجامعات لكرة القدم للمرة الرابعة على التوالي، وذلك بعد فوزه الساحق على فريق كلية قطر للطيران بخماسية نظيفة. وقد عقدت المباراة النهائية لدوري الجامعات بين فريق جامعة قطر وفريق كلية قطر للطيران، على ملعب المركز الترفيهي لمؤسسة قطر للتربية والعلوم وتنمية المجتمع. وضمن فريق الجامعة الفائز، حاز الطالب عبد الله الماجد على جائزة أفضل لاعب في البطولة نظراً لأدائه المتميز في جميع المباريات وخاصة المباراة النهائية.

جامعة قطر تحصد لقب كأس كرة القدم النسائية



حصلت جامعة قطر لقب الدورة الأولى لكأس كرة القدم النسائية للجامعات، وذلك تحت إشراف الاستاذة أمينة الكعبي، أخصائي منتخبات رياضية في قسم الأنشطة الرياضية (بنات) بفوزها في المباراة النهائية على جامعة كومنولث فيرجينيا، ضمن البطولة التي أقيمت تحت رعاية اللجنة العليا للمشاريع والإرث. وتهدف البطولة إلى جعل الرياضة أكثر سهولة بالنسبة لطالبات الجامعات النسائية، وتعزيز وتطوير المواهب النسائية وتأمين نمط حياة صحي للسيدات في قطر. من جهتها أعربت ميعاد العمادي مديرة المسؤولية الاجتماعية للمؤسسات المحلية

والإقليمية في اللجنة العليا للمشاريع والإرث عن سعادتها بنجاح هذه البطولة وقالت: "لقد استمتعنا بثمانية أيام من الرياضة والعمل الجماعي والمنافسة القوية بين الفرق المشاركة، ونحتاج إلى الاستثمار والاستفادة من الإرث الانساني كما أن هذه البطولة سوف تدعم رياضة المرأة التي انطلقت بقوة منذ تشكيل أول فريق وطني عام ٢٠٠٥". وقد تنافست على لقب البطولة ثمانية فرق تألف كل فريق منها من خمس لاعبات واستضافت مبارياتها ملاعب جامعة حمد بن خليفة. وهي أول بطولة كرة قدم نسائية لطالبات الجامعات

تشهدها دولة قطر. الجدير بالذكر أن البطولة انطلقت في مارس الماضي على ملاعب جامعة حمد بن خليفة، وتم تقسمي الفرق المشاركة إلى مجموعتين كل مجموعة تألفت من أربع فرق وحلت جامعة حمد بن خليفة الجهة المستضيفة في المجموعة (أ) إلى جانب كلية شمال الأطلسي وجامعة كومنولث فرجينيا وكلية الطيران القطرية. أما فريق جامعة قطر الذي أحرز اللقب فجاء في المجموعة (ب) مع جامعة جورجيتاون وجامعة كارنيجي ميلون (قطر) وجامعة نورثويسترن في قطر.

الرياضة أسلوب حياة بجامعة قطر

◀ بقلم: الطالبة ريم القحطاني (الداعية الصغيرة) ▶ كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، تخصص دعوة واعلام

مثل التنس، السكواش، وتنس الطاولة، والبياردو. ومن أهم البرامج الرياضية والصحية في جامعة قطر برنامج الراح الأكر والذي يهدف إلى مساعدة الطلبة على إنقاص الوزن، وقد لاقى البرنامج إقبالا كبيرا من قبل الطلبة وذلك لما لمسوه من فائدة كبيرة تتم من خلاله عبر الحفاظ على نظام غذائي وممارسة حمية صحية تحت إشراف أخصائي تغذية. كما تقدم الجامعة برنامجي الأوروبك والزومبا وهي برامج رياضية تمارس خلال أيام الأسبوع بشكل شبه يومي وتستهدف طالبات جامعة قطر والمسجلات في الصالة الرياضية. وتسعى الصالة الرياضية إلى تقديم البرامج المناسبة لكل الفئات المستفيدة من الصالة الرياضية من طالبات وموظفات وغيرهن من منتسبات الجامعة.

تنظمها إدارة الأنشطة الرياضية طوال العام الأكاديمي والتي تساهم في الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية، وصقل القدرات والمهارات ورعايتها، واكتشاف الميول المواهب والقدرات لدى الطلاب. وتهتم جامعة قطر بالرياضة بشكل كبير جداً وتشجع عليها لصنع بيئة صحية وممتعة لطلبتها لتحفيزهم وتشجيعهم على ممارسة الرياضة مما يعود عليهم بالفائدة والتحصيل الدراسي المتميز. وبحسب مسؤولي الصالة الرياضية في قسم البنات بجامعة قطر، فقد كانت نسبة الطالبات في الأنشطة الرياضية خلال فصل خريف ٢٠١٦ فوق المتوقع، وخلال فصل ربيع ٢٠١٧ الماضي كانت نسبة التسجيل في الأنشطة في ازدياد مستمر. حيث كان الاقبال كبيرا في الصالة الرياضية على قسم الأجهزة الرياضية (الجيم) من قبل طالبات الجامعة، بالإضافة إلى رياضات الفرق الجماعية ومنها كرة السلة، وكرة الطائرة، وكرة اليد، وكرة القدم، والرياضات الفردية

قلل توفر وسائل الراحة والترفيه والتنقل الحديثة التي أصبحت بين أيدينا اليوم من ممارسة الرياضة لدى الكثيرين منا. ففي الماضي اعتاد الناس على المشي كثيرا للانتقال من مكان إلى آخر وهو يعد من أهم وأبسط أنواع الرياضة، كما اعتادوا أيضاً على ممارسة أنواع مختلفة من الرياضات مثل السباحة وسباقات الخيل، وغيرها. وانطلاقاً من مبدأ "العقل السليم في الجسم السليم"، فيجب علينا كطلبة جامعة ممارسة الرياضة بمختلف أنواعها وإيجاد الوقت المناسب لذلك، والاشتراك في مختلف الأنشطة والفعاليات التي تقام داخل الجامعة سواء في قسم البنين أو قسم البنات. حيث تحافظ الرياضة على نشاط الجسم وحيويته، وتحفز على الاستمرار في العمل، وتحافظ على فاعلية آليات الجسم بشكل أكثر نشاطاً وتحافظ على عملية تبديل المواد في الجسم بفاعلية أكثر. وتزخر جامعة قطر بالعديد من المنشآت والبرامج الرياضية التي

جائزة التميز العلمي ٢٠١٧



ندعو طلبتنا المتميزين إلى التعرف على فئات جائزة التميز العلمي والتقديم عليها.

الموقع الإلكتروني للجائزة
www.edu.gov.qa/ar/eed

للاستفسار
excellenceaward@qu.edu.qa

يُكرم بجائزة التميز العلمي المتميزون علميا من أبناء دولة قطر، في مجالات متعددة من أجل نشر ثقافة الإبداع والتميز في المجتمع القطري ودفع الطلبة إلى مزيد من التفوق والتحصيل العلمي المتميز. وخلق التكامل بين الجهود الفردية والمؤسسية من أجل تحسين مخرجات العملية التعليمية والوصول بها إلى المستويات والمعايير العالمية.



جامعة قطر
QATAR UNIVERSITY



أطعمة صحية مفيدة لطلاب الجامعة



كلية الهندسة

بقلم: الطالب أحمد أبو العزائم



عندما يدخل الطالب المرحلة الجامعية فإنه يبدأ فترة جديدة تتزايد فيها المسؤوليات، فينشغل في ما يتراكم عليه من بحوث وامتحانات عن أمور أخرى كانت تحتل مكانة الأهمية في حياته. ومع تزايد الأعباء ومحاولة التغلب على التحديات يكون حفاظ طالب الجامعة على تناول وجبات صحية واحدا من أهم تحديات هذه المرحلة. ومن هنا لا بد أن لطالب الجامعة أن يدرك أن مسؤوليته عن الحفاظ على كيانه الفكري وكيانه الثقافي، لا تقل أهمية عن مسؤولياتها تجاه صحته وجسمه. فالعقل السليم في الجسم السليم والحفاظ على الصحة هو مفتاح التفوق وتحقيق الذات ومفتاح الإدراك اللازم لإنشاء مستقبل مشرق، ولهذا سنتناول في هذا المقال عشر وجبات صحية للمحافظة على حياة جامعية صحية.

(١) اللوز

يعتبر اللوز من أهم الأكلات التي تدعم وظائف الدماغ حيث أنه يحتوي على مواد كيميائية تؤثر على النشاط العصبي وتمنع الهبوط الإدراكي، مما يحافظ على راحة الجهاز العصبي اللازم أثناء العملية التعليمية. كما أن اللوز يضبط مستوى السكر في الدم ويزيد من صحة الجهاز الهضمي بسبب قشرته الغنية

العمليات الحيوية، بالإضافة إلى تنظيم مستوى السكر في الدم، كما تدخل اللحوم الحمراء في تحسين الحالة المزاجية للشخص، فتناول ما بين ٣٠-٦٠ جراما من اللحوم الحمراء يوميا يساهم في خفض معدلات الاكتئاب الشديد والقلق، الأمر الذي يوفر الراحة النفسية اللازمة

بمركبات "البروبيوتيك" التي تساعد في الهضم.

(٢) اللحوم الحمراء

تعتبر اللحوم الحمراء من أهم الوجبات التي تمد الجسم بالكثير من المعادن، من أهمها "الزنك" الذي يدخل في كثير من



للتركز على الدراسة والاستيعاب السليم للمعلومات.

(٣) التوت

يحتوي التوت على الكثير من المعادن والفيتامينات اللازمة لصحة الإنسان، فهو يشتمل على فيتامين (أ، ب، ج) كما يضم مضادات للأكسدة، مما يجعل التوت الفاكهة الأمثل التي تساعد على تحسين وظائف المخ، حيث يعمل على تنشيط خلايا المخ وحمايتها من التلف ويساعد على تقوية الذاكرة وتقوية الاستيعاب والفهم.

(٤) القرنبيط

القرنبيط عنصر مهم لإمداد الجسم بفيتامين بي وفيتامين سي، كما يحتوي على الكثير من المعادن مثل الصوديوم والبوتاسيوم، ويضم أيضا مضادات الأكسدة التي تساعد على الوقاية من

أمراض القلب والشرايين والجلطات، كما أنه يحتوي على نسبة قليلة من السكر والدهون مما يجعله الوجبة المثالية للطلاب الذين يعانون من مرض السكري.

(٥) الأسماك

تعد اللحوم البحرية والسماك من أجود أنواع اللحوم وأكثرها فائدة على الجسم، فهو من الأغذية الرئيسية التي تمد العقل الإنساني إضافة إلى الجسم بما يحتاجه من عناصر أساسية، وقد أكدت الدراسات أن للسماك فوائد كثيرة في الوقاية من مختلف الأمراض مثل الربو وأمراض القلب والجلطات الدماغية والوقاية من الخرف وغير ذلك من الأمراض. ويحتوي السمك أيضاً على نسبة كبيرة من الحمض الدهني (الأوميغا-٣) بالإضافة إلى كونه مصدراً للبروتين

منخفض الدهون. وحديثاً، أثبتت الدراسات أن تناول وجبتين من السمك أسبوعين يحد من مخاطر الإصابة بالعديد من الأمراض.

(٦) الجبن

يُعدّ الجبن من أهمّ مشتقات الحليب التي تُصنع عن طريق تجميد الحليب ويحتوي على قيمة غذائية كبيرة وعلى العديد من العناصر التي تمنح جسم الإنسان القوة في مواجهة الكثير من الأمراض، حيث يحتوي على حمض "اللينوليك" الذي يساعد الجسم على الحماية من الأمراض المختلفة بالإضافة إلى أنه يحتوي على عنصر الكالسيوم الذي يمنع هشاشة العظام بل يقويها.

(٧) الموز

يعتبر الموز واحداً من أهم الوجبات



(١٠) البيض

البيض مخزن مهم للطاقة حيث يحتوي على مجموعة من فيتامينات بي المنتجة للطاقة، كما يمنع فقر الدم وذلك لاحتوائه على فيتامين بي ١٢ الذي يعمل على نمو خلايا الدم الحمراء بالإضافة إلى أنه يعمل على تقوية العظام، لاحتوائه على الفوسفور والكالسيوم، كما أنه يقاوم الإجهاد، وذلك لاحتوائه على "البانتوثنيك" التي تدعم الغدة الكظرية والتي بدورها تحفز إنتاج هرمونات تستجيب للإجهاد. وفي الختام، لا ينبغي أن يكون اهتمام الطالب الجامعي بالتحصيل العلمي على حساب صحته وعافيته، فإن الاثنين مرتبطان يكمل بعضهما بعضاً، والمحافظة على الصحة عن طريق الوقاية واختيار الغذاء السليم خير من العلاج فرب مضغ لحم خير من جبل من الطعام.

المضاد للاكتئاب، كما أنها تحتوي على مادة الكافيين المنبهة، لذلك ينصح بتناولها أثناء المذاكرة لتنشيط العقل وبقاء الشخص مستيقظاً.

(٩) القهوة

تساهم القهوة في العديد من الفوائد الغذائية، إذ تحسن مستوى الكوليسترول في الدم بسبب مضادات الأكسدة، كما أن نسبة الكافيين الموجودة فيها تساعد على تحسين المهارات، خاصة عند الحرمان من النوم، بالإضافة إلى أنها تمنع الشعور بالتعب والإرهاق، وذلك بسبب أن الكافيين يحتوي على مادة كيميائية تسمى "الأدينوزين" التي تنشط مستقبلات الألم في الخلايا، لذلك ينصح بها في الاختبارات الطويلة، أو التي تأتي متأخرة في نهاية اليوم ولكن يجب عدم الإكثار منها والاعتدال في شربها.

الصحية الضرورية للحياة الصحية

لأي طالب جامعي، فهو يحافظ على المعادن الموجودة في جسم الإنسان مثل البوتاسيوم والفوسفور والكالسيوم وبالتالي فهو مصدر كبير للطاقة فكل موزتين تزود الإنسان بطاقة تكفي للسير ساعة كاملة على الأقدام، كما أن الموز يحافظ على نسبة الهدوء عند الإنسان ويحتوي على فيتامين ب الذي يريح النظام العصبي بأكمله، وهو النظام المساعد على متابعة الدراسة اوقات طويلة.

(٨) الشوكولاتة الداكنة

للشوكولاتة الداكنة الكثير من الفوائد، فهي تعمل على تحسين الحالة المزاجية وتضفي جواً من السعادة والفرح، وذلك بسبب أنها غنية بمركبات كيميائية تحفز الجسم على إفراز هرمون "الإندروفين"

الملتقى الشبابي
التطوعي
Volunteering Youth Forum



📌 📷 🐦 📺 @YouthForumQa

#الملتقى_الشبابي_التطوعي

الملتقى الشبابي التطوعي للجامعات University Volunteer Youth Forum

٢١ - ١٩ أكتوبر ٢٠١٧
19 - 21 October 2017

Golden Sponsor | الراعي الذهبي

Platinum Sponsor | الراعي البلاتيني

Organized by | تنظيم

HDC
Hospitality
Development
Company

nama
تمكين من وراء مساعدة
Empowerment & Entrepreneurship
Social

جامعة قطر
QATAR UNIVERSITY



جامعة قطر
QATAR UNIVERSITY

حفلة تخرج

٢٠١٧

فيروزك

الدفعة



من قارة المستقبل

