



المشاركات في البرنامج مع د. شبيخة المسند

أيمن صقر

نظمت ادارة الأنشطة الطلابية بجامعة قطر بالتعاون مع المجلس الثقافي البريطاني برنامج سبرنج بورد Springboard الذي يستمر خلال الفترة من 22 يناير إلى 19 فبراير الجاري يقدم البرنامج لطالبات جامعة قطر، حيث انطلقت الورشة الأولى للبرنامج يوم السبت 22 يناير وقدمتها ا. وداد الحسيني مدير ادارة الأنشطة الطلابية وقد استمعت المشاركات في البرنامج لتجربة الدكتورة شبيخة المسند رئيس الجامعة في مجال الدراسة والبحث العلمي والحياة الأسرية وأوضحت الأستاذة وداد أن هذا البرنامج يهدف الى مساعدة النساء على اكتشاف قدراتهن وتحقيق انجازات أفضل على المستوى الشخصي والمهني فهو برنامج تطوير قامت بتصميمه مديرتان رائدتان في مجال التطوير الذاتي في المملكة المتحدة هما جيني دايزلي ولين ويليز.

خلال برنامج سبرنج بورد بالتعاون

مع المركز الثقافي البريطاني

رئيس جامعة قطر تستعرض تجربتها في مجال الدراسة والحياة الأسرية

وداد الحسيني:
البرنامج يهدف
الى مساعدة
النساء على
اكتشاف قدراتهن



ريهام ممدوح



نغم عيسى



سارة البطشي



د. شبيخة المسند

كما تحدثت عن تجربتها خلال الدراسة في بريطانيا، وجوانب متعلقة بالبحث العلمي.

المشاركات في البرنامج

وقد عبرت المشاركات عن استفادتهن الكبيرة من هذه الورشة حيث أكدت الخريجة فاطمة احمد الشبخ (رياضيات حاسب) ان مشاركتها في هذا البرنامج جعلتها تتعرف على الجوانب السلبية في حياتها لتصبح أكثر قدرة على تحقيق اهدافها الحياتية بشكل أكثر ايجابية، مع

وتطويرها بشكل يأخذ خصيصا للسيدات ونال العديد من الجوائز العالمية وساهم في تمكين السيدات من الحصول على تقدير وتأثير أكبر والاستفادة من قدراتهن في العمل والحياة الشخصية حيث يوفر الأدوات اللازمة لتشعر المرأة بالثقة اللازمة ومن تلك الأدوات اكتساب بعض المهارات التي تساعدها في تحقيق أهدافها، وقد تم عمل مجموعتين لكل مجموعة أربع ورش عمل تدريبية يتوجب على المشاركات حضورها جميعها وتتضمن الورشة حصول المشاركات على كتاب دراسي خاص مليء بالنشاطات والأفكار العملية ويحتوي البرنامج على العديد من المواضيع منها التعرف على الذات، التعرف على القيم، بناء الثقة، تحديد الأهداف، ضبط المشاعر، تعزيز الصورة الإيجابية، توطيد العلاقات والدعم، الثقة، التوازن في العمل، طاقة أكثر وقلق أقل.

تطوير الأنشطة

وأضافت الحسيني نسعى في منظومة عملنا لتطوير كافة أوجه الأنشطة الطلابية

التركيز على التدرج في تحقيق الأهداف بحيث يتم الانطلاق من الأهداف السهلة وصولاً لتلك الصعبة أو التي كانت في حكم المستحيل. أما الطالبة روان رضوان اسماعيل فتؤكد ان البرنامج مثل نقلة نوعية في حياتها حيث مكنتها من تعلم أشياء كثيرة في وقت قياسي فقبل المشاركة في البرنامج كانت الكثير من أهدافها الحياتية ضبابية بالنسبة لها لكن البرنامج جعلها تتضح أكثر وهو ما لاحظته المحيطون بها، وتضيف قائلة باختصار فان البرنامج قد ساعدني على التطلع للأمام، وجعلني أشاهد الجوانب السلبية من حياتي، كما أنه يجمع بين النظرية والتطبيق مما جعلني أغير سلوكياتي للأحسن. ريهام ممدوح طالبة اعلام انجليزي تؤكد من جهتها البرنامج غير مفهومها في الحياة، وتضيف قائلة: لقد كانت هناك أمور سلبية دائماً في حياتي، أشعر بها وتحيطني كأن أقول لنفسي انه ليس بمقدوري التفوق ولكن البرنامج غيرني للأفضل، وجعلني أكون صداقات جديدة، واكتسب خبرات من زميلاتي. تقول نغم عيسى (هندسة صناعة ونظم) عن البرنامج يساعد المشاركات فيه على الانتقال من مرحلة لأخرى، ويمكنهن من وضع أهدافهن وفقاً لمجموعة من الأولويات بحيث تتمكن المشاركات فيه من وضع خطة واضحة للوصول الى الأهداف، كما أن البرنامج يجمع بين النظرية والتطبيق مما يزيد المعارف ويقوى الملمات في مجالات الحياة المختلفة ذات العلاقة بتكوين الشخصية السوية. أما منال الطويل خريجة هندسة صناعية فتؤكد من جهتها ان هذا البرنامج يختلف عن كثير من البرامج المماثلة له لكونه مختصاً بالمرأة وهي نقطة ايجابية جعلت البرنامج أكثر قدرة على التعامل مع المشكلات والقضايا ذات العلاقة المباشرة بطبيعة المرأة واحتياجاتها المختلفة، وقد كان البرنامج متميزاً في محتواه وفي ضيوفه وفي طريقة القائمه وتقديمه.