

# ورشة عمل حول التحفيز وتحديد الأهداف بجامعة قطر

أيمن صقر

نظم مركز دعم التعلم الطلابي بجامعة قطر ورشة بعنوان "التحفيز وتحديد الأهداف" تحت إشراف السيدة سمية صالح رئيسة وحدات الدعم الأكاديمي بمركز دعم تعلم الطلاب في جامعة قطر بحضور عدد من الطالبات من مختلف التخصصات.

وبدأت الورشة بتقسيم الطالبات إلى قسمين القسم الأول يعتمد على حركة الطالبات في أنحاء القاعة بطريقة عشوائية، دون تحديد أي غاية، أما القسم الثاني فيقوم بكتابة ما يرغب بفعله على ورقة وتطبيقه بنفس اللحظة. هذا النشاط الصغير أدى إلى تحفيز الطالبات مع المحاضرة وشد انتباههن إلى بقية الورشة.

وتضمنت الورشة شرحاً وافياً للأهداف وتقسيمها على عدة أنواع: النوع الأول هو أهداف طويلة الأمد أو ما يسمى بالأهداف الاستراتيجية، وهي التي تستمر بين خمس إلى خمس وعشرين سنة، النوع الثاني هي الأهداف متوسطة الأمد وتتراوح مدتها بين سنة إلى خمس سنوات، مثل الحصول على درجة البكالوريوس في تخصص معين، وأخيراً أهداف

قصيرة الأمد وهي التي تتراوح مدتها بين يوم وسنة مثل حفظ جزء من القرآن. وفي حديثها بالمناسبة قالت أ. سمية صالح إن الحافز القوي يمثل الأكسجين لحياة أهدافنا، فأن فقدنا هذا الشغف والرغبة بتحقيق أهدافنا سوف تموت أهدافنا بالإضافة إلى أهمية مصاحبة الأشخاص الإيجابيين المتفائلين الذين يعينوننا على الصبر وبذل الجهد في تحقيق أهدافنا، والبعد عن السلبيين المتشائمين. وذكرت أن لتحقيق الأهداف خطة استراتيجية خاصة، تبدأ بالوضوح، أي لابد أن يكون الهدف واضحاً دقيقاً ذا غاية روحانية جليلة، ثم انتقلت إلى أهمية وجود ما يقل عن 5 أسباب وأغراض لتحقيق الهدف، حيث يقوم الشخص بقراءتها بصورة مستمرة لتمده بالحافز والرغبة، وأهمية تجزئة الهدف الأساسي

إلى أهداف صغيرة، مع وضع كل التركيز على الهدف الحالي والتمتع بإنجازه. وأخيراً ختمت الورشة بالتأكيد على أن قراراتنا واختياراتنا اليوم ما هي إلا أهدافنا وأحلامنا في الأعوام الماضية، وحياتنا بعد عدة سنوات ما هي إلا طموحاتنا وأهدافنا اليوم، فعلى اختيار أهداف واقعية نابعة من أعماقنا حتى نستطيع إنجازها. الجدير بالذكر أن مركز دعم تعلم الطالبات يقوم بدعم أكاديمي مكثف للطالبات في مختلف المواد والتخصصات، مثل: اللغة الانجليزية والحاسوب الآلي والرياضيات، كما أن هناك مجموعة من الطالبات المتدربات اللاتي يقمن بتقديم المساعدة والخدمات المجانية للجميع من خلال معامل الكتابة والأوراق البحثية إلى جانب برامج متعددة لتطوير المحادثة باللغة الانجليزية.