



## قسم شؤون الطالبات

#STAY\_HOME #STAY\_SAFE  
#وانت - في - بيتك #حمية - لوطنك

كلنا  
مسؤول



## مجموعة الإرشاد النفسي والتوجيه الأكاديمي

كون قسم شؤون الطالبات في يوم السبت ١٨ إبريل مجموعة لدعم الطالبات عبر تقنية (زوم) وتكونت المجموعة من: مديرة رعاية شؤون الطالبات أ.ميرفت خضري، وأخصائية الدعم الأكاديمي أ.ريم القعيطي و أ.بسمة قزاز الأخصائية النفسية. وتهدف هذه المجموعة التي ستكون بشكل دوري إلى دعم الطالبات من الناحية النفسية والأكاديمية، وذلك بإتاحة الفرصة لهن لمشاركة آرائهن، و كل ما يقلقهن خلال هذه الفترة، و تقديم الحلول لهن للتأقلم معها تعليميا و نفسيا واجتماعيا.

### وتناول اللقاء المفتوح الإجابة عن استفسارات الطالبات:

- المشاكل والتحديات التي يواجهنها في هذه الفترة الحالية، وكيفية تخطيها نفسيا، وتقنيا
- كيفية تجاوز الخوف والقلق من تأدية الاختبار، واجتيازه بنجاح
- إيجاد حلول للطالبات اللاتي يعانين من صعوبات في التعلم
- تقديم تمارين تنفس تساعدن في هذه الفترة على التفكير الإيجابي الذي يقودهن للنجاح

### وقد حقق اللقاء نجاحا، تمثل في:

- تلمس المشرفات على المجموعة مدى التجاوب النفسي للطالبات مع هذا اللقاء عن بعد
- الخروج بحلول إيجابية للمشاكل التي تواجه الطالبات
- شعور الطالبات براحة نفسية كبيرة، مكنهن من الحديث عن مشاكلهن النفسية بشكل كبير ومريح
- طلب الطالبات استمرار اللقاء عن بعد حتى بعد انتهاء الأزمة
- اقتراح المجموعة أن تستمر هذه المجموعة - بإذن الله - في لقاء الطالبات عن طريق زووم حتى بعد انتهاء الوباء