



جامعة الموصل
كلية هندسة النفط والتعدين
وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي




استمارة محاضرة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

عنوان المحاضرة الارشادية: **التعامل مع ضغوط الدراسة والتوازن بين الحياة الجامعية والشخصية.**

| | | |
|---|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | الهدف العام | معرفة الضغوط التي يتعرض لها الطلبة. |
| 2 | الاهداف الخاصة | تذليل الضغوط النفسية والدراسية التي يتعرض لها الطلبة ومعرفة طرق كيفية التغلب عليها. |
| 3 | الانشطة والاستراتيجيات الارشادية | امثلة عامة عن ضغوط الحياة. |
| 4 | المستفيد من المحاضرة الارشادية | طلبة المرحلة الثالثة/ قسم هندسة التعدين. |
| 5 | تاريخ ومكان المحاضرة | قاعات الكلية: 2025 / 2 / 18 |

ملخص المحاضرة:

تهدف المحاضرة حول تعريف الضغوط التي يتعرض لها الطلبة وكيفية التعامل معها بإيجابية والقدرة على التكيف معها حتى لا تتسبب بأزمات اخرى لا يمكن تجاوزها في ما بعد من خلال توفير بيئة دراسية متكاملة وتوفير جميع الاحتياجات التي يحتاجها الطالب وبالتالي ينعكس ويعمل عملية توازن مع الحياة الشخصية.


عميد الكلية

أ.م.د. معن حسن عبدالله
و/ العميد

التوقيع:

مسؤول وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

م.د. نهاد سعود نجم



التوقيع:

اسم المحاضر

م.د. نهاد سعود نجم



التوقيع: