

«إشعار.. لحياتك معنى»..

مبادرة طلابية للتقليل من استعمال وسائل التواصل الاجتماعي



١٤

The End of the
Nightmare

١١

الزراعة المنزلية بدون تربة

٦

جماعة الصحافة و الإعلام تقيم
الملتقى الثقافي «مرناة»

٣

مركز دارس يحصل على شهادة نظام
إدارة جودة الخدمة ISO ٩٠٠١:٢٠١٥ من
المنظمة الدولية للمقاييس

أسرة التحرير:

المحرر المسؤول:

مريم بنت جمعة الكميانية

المتابعة والتدقيق:

مكتب النشر:

د. محمد شيخ الطريحي
محمد بن علي الإسماعيلي

المراجعة اللغوية:

أ. يعقوب بن سالم آل ثاني

التصميم والإخراج الفني:

فخرية بنت خميس المعمرية

التصوير:

إبراهيم بن سيف العزري
فيصل بن سليمان الرواحي



www.unizwa.edu.om



www.facebook.com/unizwaoman



twitter.com/unizwaoman

البريد الإلكتروني: im@unizwa.edu.om

فاكس: ٢٥٤٤٦٣١٥

الهاتف: ٢٥٤٤٦٢٦١

٢٥٤٤٦٣١٧

٢٥٤٤٦٢٢٣

الآراء والمقالات المنشورة لا تعبر
بالضرورة عن رأي الجامعة

رؤية ثاقبة لمستقبل علمي زاهر:

تتمثل رؤية جامعة نزوى في سعيها الدؤوب لأن تكون منارة علم ورشاد لكل طالب علم، وهي بذلك تهدف إلى بناء أجيال من العُمانيين المؤهلين والواعين بتراث الأمة الإسلامية والثقافية، والمحافظين على الهوية العُمانية الأصيلة والقيم الأخلاقية والاجتماعية، مسلّحين بالمعرفة والقدرات التقنية التي يتطلبها المجتمع العُماني.

رسالة الجامعة:

إن جامعة نزوى مؤسسة علمية، أهلية، ذات نفع عام، تقوم على أمرها وتدير شؤونها. وإن هدفها الأساسي هو نشر الفكر الإيجابي وترسيخ هوية الأمة وقيمها وإرثها الحضاري والإسلامي على أساس من الإيمان الراسخ بالله - عز وجل -، وعلى ولائها للوطن وجمالة السلطان. غايتها نشر المعرفة بما يكفل لطلابها التعلم، والتزود بالفضائل، واكتساب مهارات الحياة اللازمة لإثراء حياتهم وتأهيلهم للإسهام بفاعلية لنمو المجتمع وتطوره؛ ولهذا فإن الجامعة تسعى إلى إيجاد برامج مرنة توفر درجة عالية من التأهيل الأكاديمي والتنمية الفكرية بما يترجم هذه الغايات النبيلة إلى واقع ملموس.

الجامعة في سطور:

- أنشئت في 3 يناير 2003م؛ وبذلك تعد أول مؤسسة تعليم عالٍ أهلية ذات نفع عام "على أساس غير ربحي" في سلطنة عُمان.
- يفوق عدد طلابها (6,800) طالب وطالبة.
- التحق بسلوكها التدريسي أعضاء هيئة تدريس ذوي كفاءة عالية في مختلف المجالات والتخصصات والخبرات، ومن شتى جنسيات العالم.
- تتنوع برامجها التعليمية ما بين درجات الماجستير والبيكالوريوس والدبلوم.
- يوجد بها مركزٌ بحثيٌّ متخصصٌ في مجال البحوث والتطوير التقني؛ أطلق عليه مركز "دارس للبحث العلمي والتطوير التقني"، وآخر للدراسات العربية "مركز الخليل بن أحمد الفراهيدي للدراسات العربية" إلى جانب كراسي البحوث العلمية.
- نظامها الدراسي يشمل اللغتين العربية والإنجليزية.
- يجمعها تعاونٌ أكاديميٌّ وثيقٌ بأكثر من (18) جامعةً ومؤسسةً علميةً دوليةً في عدّة بلدان من العالم؛ منها: الولايات المتحدة الأمريكية، وأستراليا، وماليزيا، والمملكة المتحدة، وغيرها من البلدان.
- بها مكتبةٌ واسعةٌ تضمُّ الآلاف من الكتب الورقية والإلكترونية، والموسوعات، والدوريات الإلكترونية.
- تزخر بـ(71) مختبراً تدريسياً في شتى المجالات، و(9) مختبراتٍ بحثية.
- أسهمت حتى الآن في نشر أكثر من (157) بحثاً محكّماً، و(26) كتاباً مؤلفاً.
- حصدت أول براءة اختراع في مجال الهندسة المدنية، بتصميم مبانٍ مقاومة للزلازل عام 2010م.
- تقدّم لطلابها برامج تدريبٍ اختياريةٍ في عدّة جامعاتٍ عالميةٍ خلال العام الأكاديمي.
- بها صندوقٌ لمساندة المتعلمين (معين)؛ يقدم العون المادي والمعنوي للطلاب، ويوفّر المنح والبعثات للطلاب المتفوقين والمجيدون في الدراسة.
- تقدّم دوراتٍ وبرامج تدريبيةً متخصصةً للطلاب والمجتمع من خلال مركز التعلم مدى الحياة.
- تسهم بشكلٍ فعّالٍ في بناء المجتمع وتطويره من خلال مركز خدمة المجتمع.

مركز دارس للبحث العلمي والتطوير التقني يحصل على شهادة نظام إدارة جودة الخدمة ISO 9001:2015 من المنظمة الدولية للمقاييس



حصل مركز دارس للبحث العلمي والتطوير التقني على شهادة نظام إدارة جودة الخدمة IS 9001:2015 من المنظمة الدولية للمقاييس. وقد تم اعتماد نظام إدارة الجودة من قبل الخبير المكلف من المنظمة الدولية للمقاييس - فرع زيوريخ سويسرا - بعد مراجعة نظام مركز دارس الإداري والفني ومطابقته بالنظام الدولي من حيث أدائه فيما يتعلق بتقديم الخدمات التحليلية وبرامج التدريب التي تتطابق مع الاحتياجات الأكاديمية والبحثية والصناعية على الصعيد المحلي والدولي. وقال الدكتور عيسى بن سليمان العامري - مدير مركز دارس: إن إدارة المركز شرعت في تحديث نظام إدارة الجودة ليتطابق مع النظام الدولي منذ ما يقارب السنة؛ وذلك بتقديم خدماته كفحص عينات الأنسجة والخلايا، واختبار الصخور والتربة والطين والماء للمعادن والعناصر، والتعرف على الميكروبات، و DNA وتسلسل البروتين وفرز الخلايا، والكشف عن الملوثات في المياه والأغذية، وتحليل الأدوية والنفط الخام وغيرها. بالإضافة إلى البرامج التدريبية المتوفرة في المركز، والخدمات التحليلية للقطاع الصناعي، والمساعدة البحثية للأكاديميين والباحثين

والطلبة وغيرها من الخدمات التي يقدمها المركز. جدير بالذكر أن مركز دارس مجهز بأحدث الأجهزة العلمية المتطورة لتحليل مجموعة واسعة من العينات. كما تتوفر فيه المؤهلات والخبرات العلمية والبحثية؛ مما يؤهله للعمل بشكل وثيق مع المختصين من مختلف المجالات على المستويين الأكاديمي والصناعي، ويحتوي مركز دارس على أربع وحدات، هي: وحدة المجهر الإلكتروني، ووحدة الأنسجة والخلايا، ووحدة الطيف الكتلي، ووحدة التقنية الحيوية.



مركز دارس للبحث العلمي والتطوير التقني
DARIS Center for Scientific Research
and Technology Development



سفير جمهورية ألمانية الاتحادية يزور الجامعة، ويرعى المهرجان الألماني لشعبة اللغة الألمانية



السلطان» لأحد السياح الألمان مع ترجمة من طلاب الشعبة. إضافة إلى ذلك تم عرض كتاب «قصص شعبية من عمان»، وهو كتاب قامت بتأليفه مجموعة من طالبات اللغة الألمانية والإنجليزية في الجامعة، ويعد الأول من نوعه في مجال اللغات الأجنبية، وقد تفضل سعادة السفير بتكريم الطالبات اللواتي قمن بتأليفه. بعد ذلك تفضل سعادة السفير الألماني برفقة رئيس الجامعة بافتتاح المعرض المصاحب للمهرجان، الذي ضم أركاناً عديدة لمؤسسات مختلفة شاركت في المهرجان، مثل جامعة السلطان قابوس وهيئة التبادل الأكاديمي (DAAD) ومعهد غوته ودار هوبر للنشر والمتحف الوطني وجماعات التميز الطلابي وغيرها، وقد هدف هذا المعرض التعريف بثقافة الشعب الألماني ولغته والتعريف بالأدب الألماني وبعض العلماء الألمان، وكذلك التعريف ببعض أنشطة الجماعات الطلابية.

واختتم سعادة السفير الألماني زيارته بالتجول في الجامعة، حيث زار مركز دارس للبحث العلمي والتطوير التقني واطلع على أجهزة المركز والأبحاث التي يعمل عليها، بالإضافة إلى أهم منجزات الجامعة في مجال البحث العلمي. كما زار مركز مهارات الكتابة والورشة الفنية ومكتبة الجامعة ومختبرات كلية الصيدلة والتمريض.

استضافت الجامعة سعادة السفير توماس فريدريتش -سفير جمهورية ألمانية الاتحادية المعتمد لدى السلطنة. وكان في استقبال سعاده الأستاذ الدكتور أحمد بن خلفان الرواحي، رئيس الجامعة. وتناول الحوار أوجه التعاون الأكاديمي والتواصل العلمي بين جامعة نزوى والجامعات الألمانية، وسبل توسيع آفاق التعاون بينها. بعد ذلك تفضل سعادة السفير الألماني برعاية المهرجان الألماني الذي تنظمه شعبة اللغة الألمانية بالتعاون مع جماعة اللغة الألمانية وعدد من المؤسسات التعليمية، حيث بدأ حفل افتتاح المهرجان بتلاوة آيات من الذكر الحكيم، تبعته كلمة ألقاها عميد كلية العلوم والآداب الدكتور غسان حسن الشاطر، رحب فيها بالحضور وأشار إلى أن المؤسسات التعليمية تسعى لتحقيق التعارف بين الشعوب من أجل التفاهم والتبادل الثقافي والعلمي، ومد جسور التعارف مع الآخرين، ومن هذا المنطلق جاء المهرجان الألماني للتعريف بهذه اللغة وثقافة الشعب الألماني من مختلف الجوانب.

وألقى سعادة السفير الألماني كلمة أشار فيها إلى أن هناك ألفاً وخمسمئة طالب يدرسون اللغة الألمانية في السلطنة، كما أشار إلى مستقبل هذه اللغة وتاريخها. وقدم طلاب الشعبة قصيدة «ملك العفاريث» مع تمثيلية بسيطة لها، ثم تم عرض فيلم «في عالم

عميد كلية الصيدلة بجامعة طهران الطبية يزور الجامعة



استقبل الأستاذ الدكتور أحمد بن خلفان الرواحي، رئيس الجامعة الدكتور شريف زاد، عميد كلية الصيدلة بجامعة طهران الطبية والوفد المرافق له؛ وذلك لبحث أوجه التعاون المشترك بين الجانبين فيما يتعلق بالتبادل الطلابي والأبحاث العلمية.

وقد تم في أثناء اللقاء عقد اجتماع مع الدكتورة زبيدة بوتيت، عميدة كلية الصيدلة والتمريض بالجامعة، كما زار الوفد الإيراني مركز دارس للبحث العلمي والتطوير التقني للاطلاع على أبحاث المركز وأهم الأجهزة التي يحتويها، وكذلك التعرف على منجزات المركز في مجال الأبحاث العلمية.

مركز إنماء الموارد البشرية ينظم محاضرة عن الإسعافات الأولية

أيمن الشرجي

نظم مركز إنماء الموارد البشرية بالتعاون مع كلية الصيدلة والتمريض محاضرة لموظفي الجامعة عنوانها: «الإسعافات الأولية - الطرق الآمنة لحفظ الأدوية في المنزل»، قدمها الدكتور أحمد عبدالرحيم أبوشام، أستاذ مساعد ومساعد العميد للتدريب بكلية الصيدلة والتمريض بالجامعة.

تناولت المحاضرة عددا من المحاور، أهمها: التعريف بالدواء وأهميته، وخطورته في حال أسيء استخدامه. وفي المحور الثاني تناول المحاضر الحديث عن مبادئ التخزين الآمن للأدوية في المنزل، وكيفية حفظ الأدوية بعيدا عن متناول الأطفال. وناقش كذلك العوامل المرتبطة بتخزين الأدوية في المنزل، مع طرح مجموعة من الإحصائيات والدراسات في هذا الخصوص، وأخيرا فتح المجال للأسئلة والنقاش.

أسرة مجلة الخليل الجديدة تستأنف أعمالها باجتماع بحث آليات تطويرها وجودتها

مكتب النشر:

عبد المجيد بن جلال، أ. محمد الرواحي، إضافة إلى منسق التحرير محمد بن علي الاسماعيلي ومسؤولة العلاقات جوخة بنت سيف التوبية. وتعد مجلة الخليل للدراسات الأدبية واللغوية، التي تصدر بإشراف مكتب نائب الرئيس للدراسات العليا والبحث العلمي والعلاقات الخارجية، المجلة العلمية الوحيدة التي تختص بنشر بحوث اللغة العربية المحكمة في السلطنة، ومن خلال ما دار في الاجتماع نشير إلى أنها ستشهد تطورا جديدا في سلسلة إصداراتها؛ مما يعزز حراك النشر العلمي والثقافي لهذا الجانب داخل السلطنة وخارجها.

اللجنة قواعد قبول النشر التي تخضع لها البحوث المقدمة لمجلة الخليل، ومواعيد استلام البحث لغاية نشره، واختيار المحكمين، ومتابعة مسار البحوث وحالتها الإجرائية، ومواضيع أخرى تعنى بالوضع الإداري والمالي والتصميم الفني والطباعة. وقد حضر الاجتماع؛ رئيس تحرير مجلة الخليل د. محمود بن ناصر الصقري، ومدير التحرير د. محمد الطريحي وأعضاء التحرير للدراسات اللغوية والقرآنية؛ أ.د. سعيد الزبيدي وأ.د. محمد كراكبي، أ. يعقوب آل ثاني، أ. مسعود الحديدي. وحضره أعضاء تحرير الدراسات الأدبية والنقدية؛ أ. د.

عقد مكتب النشر اجتماعا موسعا لهيئة تحرير مجلة الخليل الجديدة في قاعة المناقشات بقسم اللغة العربية؛ وذلك لدراسة آليات العمل الجديدة لمجلة الخليل للدراسات الأدبية واللغوية، وهي مجلة علمية محكمة نصف سنوية، تصدر عن مكتب النشر بالجامعة. تناول الاجتماع دراسة ملفات تجديد مشروع إصدارها، تم فيه اعتماد صلاحيات رئيس التحرير ومدير التحرير وهيئة التحرير ومنسق التحرير، بالإضافة إلى العلاقات العامة، كما ناقشت

فريق وحدة بحوث الأفلاج يزور ولاية بهلا لتوثيق التراث المتعلق بنظام الزاجرة

أمجد الرواحي



ينغلق في أثناء الصعود وبعدها ينفتح لينسكب الماء الذي فيه إضافة إلى مجموعة من الحبال. وتطرق في أثناء حديثه إلى العديد من النقاط المهمة، مثل: طريقة صنع الزاجرة وطريقة عملها، إضافة إلى تكلفة صناعة الزاجرة والمسميات المحلية لجميع قطع هذا النظام. تجدر الإشارة إلى أن أجزاء نظام الزاجرة تصنع من أخشاب النخيل والسدر والغاف والسمر والشجر. وفيما يتعلق بأهم المحاصيل المزروعة والمستفيدة من هذا النظام قال الشكيلي: إن البر والعدس والحلبة من أكثر المحاصيل المزروعة في هذه المناطق، ويبلغ إنتاج زاجرة واحدة تعمل على منجور واحد ويجرها حيوان واحد (ثور أو حمار) ما يعادل 45 جونية (كيسا كبيرا) من العدس، و30 كيسا من البر؛ إذ يبلغ وزن الكيس الواحد 40 كيلوجرام تقريبا، فيما أن الزاجرة التي تعمل على منجورين يبلغ إنتاجها 100 كيس.

وأضاف سعود القصابي قائلا: مدة العمل في الزاجرة قديما يمتد من قبل طلوع الفجر وحتى بعد صلاة العشاء؛ أي ما يعادل 18 ساعة متواصلة يوميا. إذ يقوم شخصان بعملية استخراج الماء باستخدام الزاجرة، فيما يقوم الثالث بعملية سقي المزارع،

ضمن برنامج توثيق التراث المتعلق بنظام الزاجرة في السلطنة، نظم فريق وحدة بحوث الأفلاج بجامعة نزوى رحلة علمية إلى ولاية بهلا - قرية الخطوة، حيث قام الفريق بزيارة زاجرة طوي العباية لصاحبها علي بن سعيد القصابي. وتم في أثناء الزيارة مقابلة الفاضل محمد بن علي الشكيلي، والفاضل سعود بن سالم القصابي. وتعرف الزاجرة وسيلة لرفع الماء من البئر إلى أعلى بواسطة الطاقة الحيوانية.

في بداية المقابلة استعرض الفاضل محمد الشكيلي الأدوات والأجزاء التي يتكون منها نظام الزاجرة؛ إذ يعد المنجور من أهم أجزائها، وهو عبارة عن عجلة مصنوعة من خشب السدر أو الغاف. تدور هذه العجلة على محور من الخشب، إضافة إلى النقص، وهو الجزء الذي يركب عليه المنجور، كما تعد القرون أحد الأجزاء المهمة التي يتم تثبيت المنجور عليها. ويوجد في النظام ما يسمى بالدلو، وهو وعاء مصنوع من جلد الحيوان بطريقة خاصة بحيث يمتلئ بالماء عند نزوله أسفل البئر ثم

ويكون التناوب بين الثلاثي طيلة فترة العمل. في نهاية الزيارة شكر الدكتور عبدالله بن سيف الغافري، مدير الوحدة، الفاضل محمد بن علي الشكيلي والفاضل سعود بن سالم القصابي على المعلومات الثمينة وتعاونهم مع الفريق الزائر على أمل مزيد من التعاون فيما يتعلق بتوثيق أنظمة تراث أجدادنا العريق.

كوكبة طلابية من جامعة ديكن بأستراليا تنضم لدراسة اللغة العربية في معهد الضاد لتعليم العربية للناطقين بغيرها



خليل الحضرمي

الطلاب بالقاعات الدراسية ومكتبة الجامعة والكادر الأكاديمي والإداري بالمعهد. وتمثل المرحلة التي سيقضيها الطالب في معهد الضاد فترة مهمة جداً في تهيئته للسير قدماً في تطوير كافة المهارات التي تتطلبها دراسة اللغة العربية، إذ يجب على الطالب أن يتحلى بحد أدنى من القدرة على استيعاب مهارات اللغة العربية قراءة وكتابة واستماعاً وتحدثاً؛ بصفتها لغة الدراسة للدورات المطروحة في المعهد. ويعد توافد هذه الكواكب من مختلف الثقافات من دول العالم -بلا شك- إسهاماً كبيراً في نشر الثقافة العربية على وجه العموم والثقافة العمانية بشكل خاص للعالم، والتعرف على الحياة الاجتماعية المختلفة في السلطنة وذلك من خلال الرحلات والزيارات، سواء كانت ثقافية أم ترفيهية، التي يتعرف الطلبة فيها على العادات والتقاليد في البيت العماني والحياة الاجتماعية في المجتمع. وعلى هامش اليوم التعريفي صرح الفاضل - خليل الحضرمي قائلاً: «إن مثل هذه الأنشطة لا تنحصر الاستفادة منها في المجال اللغوي فقط، بل تتعدى ذلك إلى

استقبل معهد الضاد لتعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها في جامعة نزوى، كوكبة جديدة من دارسي اللغة العربية بالتعاون مع جامعة ديكن بجمهورية أستراليا، إذ سيخضع الدارسون لبرنامج دراسي مكثف مدة شهرين. اشتمل اليوم الأول عرضاً مفصلاً عن المعلومات الأساسية التي يجب على الطالب أن يلتزم بها، بالإضافة إلى الآداب والسلوكيات التي يجب على الطلاب اتباعها في فترة دراستهم بالمعهد. كما قدم الدكتور غسان الشاطر - عميد كلية العلوم والآداب ومدير معهد الضاد - بعض النصائح التي تفيد الطلاب خلال تجوالهم واندماجهم بالمجتمع العماني المحلي؛ وذلك بتنظيم وإعداد المعهد لرحلات وفعاليات متنوعة. كما قدم الشاطر شرحاً مفصلاً عن البرنامج الثقافي والأكاديمي والترفيهي الذي تم إعداده للطلبة الملتحقين بالدورة. وقد اشتمل اليوم التعريفي على جولة تعريفية في كل أنحاء مرافق الجامعة تضمنت تعريف

والمعالم الأثرية التي لا يزال العُمانيون يمارسونها حتى الآن، مثل صناعة الفخار وغيرها.

جدير بالذكر أن هذه الدورة ضمت أحد عشر طالباً وطالبة من مختلف التخصصات والدرجات العلمية ومن مختلف الجامعات. كما تم إعداد برنامج ثقافي متكامل يشمل بعض الرحلات لأهم وأبرز المواقع الأثرية والتاريخية والحضارية بالسلطنة، إضافة إلى ذلك تم إعداد برنامج خاص لزيارات ميدانية لبعض المؤسسات الحكومية بالمنطقة، ودورات في مجال الخط العربي، وبرنامج الشريك اللغوي المعد للطلبة الملتحقين بالدورة.

جوانب الحياة المختلفة، مثل: زيارة المواقع الأثرية والمعالم التاريخية والمتاحف، والتعرف على الصناعات التقليدية أو أي شكل من أشكال التعبير الفني، والحضور في بعض الفعاليات الثقافية مثل المعارض أو المهرجانات العربية التي تقام في السلطنة.

وضمن فعاليات البرنامج الثقافي المعد والمكمل للبرنامج الأكاديمي للطلبة الأستراليين الملتحقين بالدورة المكثفة هذا العام، زار طلاب معهد الضاد ولاية نزوى، التي تمكنوا فيها من التعرف على بعض أنماط الحياة العمانية والطبيعة الجغرافية التي تتميز بها ولاية نزوى، مروراً بأهم الصناعات الحرفية والتقليدية

شركة حيا للمياه تنظم لقاء توعوياً عن «مشاريع الصرف الصحي» لطلاب الجامعة



مروة الفارسية

نظم مركز التميز الطلابي بالتعاون مع شركة حيا للمياه لقاء توعوياً عن «مشاريع الصرف الصحي»، قدمته الفاضلة حنان بنت يوسف البلوشية، مديرة دائرة الاتصال المؤسسي بشركة حيا للمياه.

قدمت حنان البلوشية في بداية اللقاء نبذة تعريفية عن شركة حيا للمياه وطبيعة عمل الشركة في بناء وصيانة مرافق الصرف الصحي، ثم عرضت فيلماً وثائقياً عن الشركة، وتحدثت عن أهم المشاريع المتمثلة في «بحيرة الأنصب»، وهي منتجع سياحي ومكان مناسب لهواة التصوير، بالإضافة لوجود مشاتل تجذب السياح، ثم تحدثت عن إنشاء مصنع للسجاد العضوي في العامرات.

إضافة إلى ذلك تحدثت البلوشية عن الشهادات التي حصلت عليها الشركة، والهدف من تأسيسها ورؤيتها وأهميتها، وأهم استخدامات المياه المعالجة وكيفية معالجتها، بعد ذلك فتح باب الحوار للإجابة عن استفسارات الطلبة وأسئلته.

كلية الهندسة والعمارة تشارك في مؤتمر الطاقة المتجددة برأس الخيمة



في الأنشطة العلمية على المستويين الإقليمي والدولي.

وقد استهدف المشروع تصميم منظومة سيطرة اقتصادية للتحكم بوحدة التكييف في القاعات الدراسية للحد من الهدر في الطاقة الكهربائية وبنسبة توفير تراوحت بين 15٪ إلى 30٪، مما سيؤدي إلى توفير مالي مهم للجامعة سنوياً.

شاركت الطالبتان الزهراء بنت محمد العويمرية وبشرى بنت زهران البريدية من قسم الهندسة الكهربائية والحاسوب بكلية الهندسة والعمارة، وبإشراف الدكتور علي التتجي، بملصق لمشروع تخرجهم عنوانه: (منظومة تحكم أمانة لوحدة التبريد في الصفوف الدراسية) في مسابقة للملصقات ضمن المؤتمر العلمي (ICEWES) حول الطاقة المتجددة، الذي أقيم بالجامعة الأمريكية في رأس الخيمة.

وقد مثلت الطالبة الزهراء العويمرية الجامعة في هذا المحفل العلمي ضمن عشرات المشاركات من جامعات أخرى عربية، إذ أثبتت الطالبة بحضورها المتميز المستوى الأكاديمي الرصين لطلبة كلية الهندسة والعمارة وقدرتهم على المنافسة

مركز الإرشاد الطلابي ينظم محاضرة بعنوان (كن واثقاً لترتقي)



الخيال. من جانب آخر تحدثت المحاضرة عن طرق بناء الثقة بالنفس، ومنها: الاهتمام بتطوير الذات، واستثمار المواهب والطاقات، والتركيز على نقاط القوة ومواجهة الخوف والتغلب عليه، كذلك محاكاة الناجحين والفعل الناجح، وتهئية النفس للنجاح بممارسة التدريبات الرياضية؛ لأنها تعد مقاومة طبيعياً لعملية الاكتئاب عن طريق دفع الأدرينالين والمواد الكيميائية إلى مجرى الدم، بالإضافة إلى أهمية التحلي بالأفكار الإيجابية. وفي الختام تم تدريب الطلاب على تمارين زيادة الثقة بالنفس بشكل تدريجي.

الثقة بالنفس، ومنها: أساليب التربية الخاطئة مثل التخويف والضرب والترهيب في الصغر، واعتماد الأشخاص على الآخرين في كثير من أمور حياتهم، واتخاذ القرارات بدلاً عنهم، ثم بينت أن العقل الباطن هو الحيز الأكبر الذي يختزن الإنسان فيه الذكريات والذكاء والحكمة، فهو مصدر الإبداع، كما أن الشيء الرائع في العادات التي نكتسبها عن طريق عقلنا الباطن تمكننا من تنفيذ المهام والقيام بعمليات الاختيار دون الحاجة لاستخدام انتباهنا بصورة متعمدة، وأن أفضل السبل للإسراع بعملية السلوكيات الجديدة في عقلنا الباطن هي استعمال

نظم مركز الإرشاد الطلابي محاضرة بعنوان (كن واثقاً لترتقي)، قدمتها الأستاذة صفية بنت عبدالله بن سالم الراشدية.

بدأت المحاضرة بتعريف مفهوم الثقة بالنفس، وهي إيمان الإنسان بذاته وقدراته وإمكاناته، وهو شيء مهم لشخصية الإنسان، كما أن الثقة تكسب الفرد شعوراً بالراحة والاطمئنان الداخلي واحترام الآخرين، ثم ركزت المحاضرة على أهمية إيمان الفرد بذاته، وتقبلها بمزاياها وعيوبها مع تقوية المزايا ومحاولة التغلب على العيوب. ثم تطرقت الراشدية إلى أسباب انعدام

جماعة الصحافة و الإعلام تقيم الملتقى الثقافي «مرناة»



عضو مؤسس لبودكاست قفير، إذ استعرض بدايات هذا المشروع والصعوبات التي واجهتهم عند البدء، ثم النجاحات التي وصلوا إليها، كما قدم في الختام نصيحة للشباب أن يصنعوا لهم طموحات عالمية، ويخرجوا من روتين أيامهم من أجل حياة أفضل. وبعدها استمع الحضور في لقاء عنوانه: «واقعي ولا افتراضي»، لمحمد الصقري - ناشط في مواقع التواصل الاجتماعي - وقد دار الحوار حول بداياته في هذه المواقع، والأسباب وراء توجهه نحوها، بالإضافة إلى حديثه عن قوة هذه الوسائل في إيصال الرسائل المجتمعية المختلفة، وأيضاً الفرص التي تتيحها هذه العوالم الافتراضية في خلق فرص حقيقة على أرض الواقع. وكان اللقاء الثالث ضمن اللقاءات الإعلامية لمرناة، لقاء مع الأستاذ أحمد السليماني، الذي استعرض للجمهور الحاضر تجربتهم في إقامة مؤتمر «تيديكس فرق»، وهو المؤتمر الأول من نوعه الذي يقام في السلطنة، إذ يتكون هذا المؤتمر في جميع أنحاء العالم على «أفكار تستحق النشر». واختتمت الجماعة لقاءاتها مع الأستاذ محمد نصر البلوشي، مذيع بصوت

فريق ثلاثي (M). وتضمن الجزء الآخر من الملتقى ركناً ثقافياً ضم معرضاً مبسطاً لجماعة التصوير الضوئي وجماعة الفنون التشكيلية، وأركاناً لكل من فريق صوتي حياة، ومكتبة قراء عمان، ومكتبة علاء الدين. أما عن الركن التراثي فقد شهد حضوراً لجمعية المرأة العمانية، إذ تم عرض العديد من الحرفيات اليدوية وغيرها من أعمال مشاركات العديد من الحرفيين من داخل نزوى وخارجها، الذي تم فيه عرض النسيج وآلية صنعه، كما تم عرض الفخاريات بجميع أنواعها والحرف اليدوية وغيرها من الأعمال التي تبرز ثقافة وتاريخ الإنسان العُماني. أما عن ركن المشاريع الطلابية فقد احتوى على العديد من المشاريع المتنوعة، مثل: مشاركة بيت الرجل وحلوى الحديدي والورد الجوري وركن التصوير الفوري، وشركة حرفتي إلى جانب عدد من المشاريع الطلابية الصغيرة، وتم اختتام هذا اليوم بمسابقات إعلامية ثقافية تفاعل معها الحضور. وفي يومه الثاني، تألق المسرح الإعلامي بعرض لتجربة «بودكاست قفير»، الذي تحدث عنها الأستاذ سامي أولاد ثاني،

روان الهاشمية وفاطمة الوحشية تحت رعاية الدكتور صالح بن منصور العزري - عميد شؤون الطلاب وخدمة المجتمع - أقامت جماعة الصحافة والإعلام الملتقى الثقافي «مرناة» بميدان المكتبة؛ بهدف تعريف طلبة الجماعة على آلية تغطية الفعاليات المحلية، وتقريب الطالب والموظفين - خاصة غير العُمانيين - من البيئة العمانية التراثية، وأيضاً عرض تجارب إعلامية وأخرى شبابية ناجحة. وقد تضمن الملتقى الثقافي خمسة أقسام، هي: قسم المسرح الإعلامي، وجمعية المرأة العمانية، وقسم التراثيات والفضيات، والقسم الثقافي، وقسم المشاريع الطلابية من رابطة خريجي جامعة نزوى ومن خارجها أيضاً. وفي يومه الأول تضمن المسرح الإعلامي مشاركة جماعة الشهباء وطلبتها: الأزهر الشعيلي وسعيد الحاتمي ونورس الغاوي بعدد من القصائد الشعرية، وعرض تجربة الطالب أحمد البوسعيد في مشواره الإعلامي، أما الجانب الترفيهي فتضمن مسابقات ثقافية إعلامية متنوعة، وعرضاً لألعاب الخفة قدمها



الرؤية، تحدث في اللقاء عن مسيرته الإعلامية، وخبراته المختلفة في تجاربه مع المؤسسات المختلفة.

الجامعة تشارك في المخيم الكشفى العالمي الـ 61 على الهواء والمخيم الكشفى العالمي الـ 22 على الإنترنت



الكشفي والإرشادي بشكل يسمح للجميع للقيام بذلك دون أي انتقال أو تكاليف، وتأهيل الكوادر من القادة والقائدات والكشافين والمرشدين في كل محافظة لإتقان وسائل التقنيات الاتصال اللاسلكي والانترنت. كذلك زار المخيم الكشفى العالمي بعض القادة والفرق الكشفية بمحافظته الداخلية.

وعشيرة الجواله والجوالات بالكلية التقنية في نزوى والرائد الأكبر للعشيرة وطلاب الجامعة وبعض المجتمع المدني من أهالي بركة الموز.

العشائر والرائد الأكبر للجواله والرائدة الأكبر للجوالات. وتم خلال اللقاء تقديم شرح وافٍ عن المخيم الكشفى العالمي الذي شارك فيه ما يقرب من مليون ونصف مشارك من جميع أنحاء العالم منتشرين في أكثر من مئة وثمانين دولة. وقد دأبت المديرية العامة للكشفية والمرشدين في سلطنة عمان على المشاركة فيهما منذ عام 1986؛ بهدف تنمية أواصر الصداقة بين الجميع في العالم، وتنمية هواياتهم في مجال تكنولوجيا الاتصالات وتبادل الخبرات في المجال

محمد فريد

شاركت عشائر الجواله والجوالات بالمخيم الكشفى العالمي الـ 61 على الهواء والمخيم الكشفى العالمي الـ 22 على الإنترنت. وقد زار الدكتور صالح بن منصور العزري، عميد شؤون الطلاب وخدمة المجتمع والأستاذ سعود بن ناصر الصقري، مدير مركز التميز الطلابي، المخيم الكشفى؛ للوقوف على سير العمل في داخل المخيم الكشفى العالمي من إعداد وتنظيم، وكان في استقبالهم قائد ومشرف

جماعة التقنية الحيوية تنظم معرضاً علمياً بمدرسة أم الفضل للتعليم الأساسي

عفراء الحمديّة

قامت جماعة التقنية الحيوية بزيارة مدرسة أم الفضل للتعليم الأساسي للبنات بناية بركة الموز في ولاية نزوى. وقد أقامت الجماعة معرضاً اشتمل على ستة أقسام، هي: قسم الأحياء، وقسم المايكروبات، وقسم الجينات، وقسم الكيمياء، وقسم التجارب، وقسم المسابقات. ضم قسم الأحياء عرض المادة الأحيائية التابعة لتخصص التقنية الحيوية، كما اشتمل على عرض حشرات محنطة، وتشريح

لفئران المختبر والتعرف على أعضائها.

إضافة إلى ذلك ضم كل من قسم المايكروبات والجينات والكيمياء على معلومات مهمة لتعريف الطالبات على ما يجب توقعه في الدراسة الجامعية لهذا التخصص. ثم شجعت الجماعة طالبات المدرسة على متعة مشاهدة التجارب العملية. وأخيراً تم إقامة مسابقات للطالبات، مثل مسابقة: «أفضل فكرة تطبيقية في مجال التقنية الحيوية»، فازت بها الطالبة أمجاد الزكوانية من الصف السادس بعد أن اقترحت فكرة تعديل الأبقار جينياً لإنتاج حليب يحتوي على الدواء بدل تناول الأقراص الدوائية.



جماعة خدمة المجتمع والعمل التطوعي تنظم فعالية

(الابتساماة تجمعنا) في جران مول نزوى

زميلة الريامية

نظمت جماعة خدمة المجتمع والعمل التطوعي فعاليات متنوعة بعنوان: (الابتساماة تجمعنا): وذلك في نزوى جران مول، وقد رعى الفعالية سعادة أحمد بن سعيد الحضرمي -عضو مجلس الشورى ممثل ولاية نزوى- وشارك فيها كل من: فريق بصمة تغيير، وجماعة بصمة كيف بجماعة نزوى، وفريق ثلاثي م، وفريق حياة التطوعي، ومركز الوفاء الاجتماعي بولاية إزكي. بدأت الفعالية بالقرآن الكريم، ثم ألقى الدكتور موسى بن محمد السليمان -رئيس قسم التربية الإسلامية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الداخلية- محاضرة عن العمل التطوعي. وتضمن البرنامج عروضاً مرئية لجماعة خدمة المجتمع والعمل التطوعي، ومركز الوفاء الاجتماعي، كذلك شارك أطفال مركز الوفاء الاجتماعي



بفقرات رياضية وعرض مسرحي لجماعة بصمة كيف بجماعة نزوى. واختتم البرنامج بتكريم المشاركين والرعاة وراعي الحفل. بعد ذلك تم افتتاح المعرض المصاحب للفعالية، وقدمت مسابقات ثقافية وعروض ترفيهية من قبل فريق ثلاثي م، كذلك قدمت مسابقات شائقة للأطفال قام بها فريق بصمة تغيير.

«ملاح» معرض فني يعرض نتاجات طلبة

شعبة التربية الفنية



اليمامة السديريّة

أعضاء هيئة التدريس والموظفين والطلاب. وقد تضمن المعرض مجموعة من اللوحات الفنية من إعداد طلاب الشعبة في مجال النسيج اليدوي والأشغال الخشبية والفنية، وكذلك مجموعة من الأعمال الخزفية لمشرف الشعبة الدكتور هاني فاروق. هذا وقد تفضل راعي المناسبة بتكريم الطلاب المشاركين في المعرض.

أقامت شعبة التربية الفنية بكلية العلوم والآداب معرضاً حمل عنوان: «ملاح»، رعاه الأستاذ الدكتور أحمد بن خلفان الرواحي، رئيس الجامعة بحضور الدكتور غسان حسن الشاطر -عميد كلية العلوم والآداب- والدكتور صالح بن منصور العزري، عميد شؤون الطلاب وخدمة المجتمع ولغيف من

رابطة خريجي الجامعة تدشن أولى فعاليات (قافلة رابطة خريجي جامعة نزوى) بولاية عبري

منى البعقوبية - رئيسة رابطة خريجي جامعة نزوى

دشنت رابطة خريجي جامعة نزوى أولى محطاتها لفعالية قافلة رابطة خريجي جامعة نزوى لعام 2018م، بالتعاون مع غرفة تجارة وصناعة عُمان بمحافظة الظاهرة، وكان مقر المحطة الأولى للقافلة -التي استمرت ثلاثة أيام- في غرفة تجارة وصناعة عُمان بولاية عبري. وقد حضر الفعالية عدد من أعضاء الغرفة والمهتمين بمواضيع الورش التي أقيمت، بالإضافة إلى عدد كبير من الخريجين من جامعة نزوى من أبناء محافظة الظاهرة وخارجها للمشاركة في برنامج الفعالية، وقد ضمت الفعالية في اليوم الأول كلمة ترحيبية، وكلمة تحفيزية للخريجين للأستاذ علي الكلباني، ثم ألقى المدرب يوسف البلوشي ورشته في مجال اتخاذ القرار، فتحدث عن تعريف عملية اتخاذ القرار، وهي عملية الاختيار بين مجموعة من البدائل

أجمل أنواع الخطوط وأكثرها ليونة، ويستخدم في الكتابات الرسمية بين الدواوين الملكية. كما تحدث عن خط جلي الديواني وخط الثلث وخط الإجازة والخط المغربي، وقام بتدريب الحضور على كتابة الحروف كاملة بخط الرقعة. وفي نهاية الورشة كتب المدرب أسماء الحضور بخطه الجميل. وأقيمت في اليوم التالي ورشة التصوير التي قدمها المصور قاسم الغافري من فريق عبري للتصوير الضوئي، تعرّف الحضور فيها على تاريخ التصوير وكيف بدأ، ثم قام بشرح أنواع الإضاءات المستخدمة في التصوير في الاستوديو. وختاماً شارك الحضور في تطبيق عملي قام به المصور، وتعرفوا على أخطاء التصوير فقام بتصحيحها لهم. وقد انتهت فقرات الفعالية بتكريم المشاركين المقدمين للورش، ثم كلمة للخريجين من قبل المحاضرين وتشجيعهم على حضور مثل هذه الورش التي تعود بالفائدة والنفع للجميع.

لتحقيق هدف ما. ثم تحدث عن العوامل اللازم مراعاتها لاتخاذ القرار المناسب، ومنها: الوقت المناسب والزمان المناسب، واختتم حديثه بقوله «إن حياتنا عبارة عن مجموعة قرارات». وجاءت مداخلة الأستاذ علي الكلباني في اتخاذ القرار بمقولة عن أجدادنا هي «في الخير عجل وفي الشر أجل». كما شارك المدرب سلطان الصارخي بمداخلة مفادها «أن تتخذ قراراً خاطئاً خيرٌ من ألا تتخذ قراراً أبداً». وشمل البرنامج في اليوم الثاني ورشة لتعليم الخط العربي قدمها مدرب الخط موسى السمري. فقد بدأت ورشته بتعريف الخط العربي وتاريخه، وأهم وأشهر الخطوط المتعارف عليها في البلدان العربية. كما تحدث عن الأدوات المستخدمة في كتابة الخط العربي؛ فكان أقدم الخطوط هو الخط الكوفي الذي جاءت تسميته من مدينة الكوفة، كما أنّ خط الرقعة من أسهل الخطوط وسمي بهذا الاسم نسبة للرفاه؛ وهي الجلود. وتحدث أيضاً عن خط الديواني الذي يعد من

«إشعار.. لحياتك معنى»..

مبادرة طلابية للتقليل من استعمال وسائل التواصل الاجتماعي

الأعمال التي يقدمونها؛ بسبب تشتت الذهني الذي تتسبب به وسائل التواصل الاجتماعي. وكشفت الدراسة عن النسبة المئوية لمتوسط الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي؛ إذ أن أعلى نسبة لعدد ساعات الاستعمال هي من أربع إلى ست ساعات وحجمها (43,7٪)، فيما بلغت أقل نسبة لعدد الساعات للذين يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي (8,3٪)، أما السبب وراء استعمال مواقع التواصل الاجتماعي من (4-6 ساعات) فهو غياب الوعي لدى الشباب بأهمية وقيمة الوقت المهدر في استعمال مواقع التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى قلة الأنشطة في المجتمع التي تدفع الشباب لاستخدام المواقع بهذا القدر من الوقت، الذي ينتج عنه غياب الهدف الواضح والتوجه الذي يترك الشباب في تخطيط يومي.

وبعد النظر إلى هذه النتائج تبين بالفعل أن هناك مشكلة يجب توعية المجتمع بها، فقمنا بعمل ورش توعوية في داخل الجامعة وخارجها، ففي داخل الجامعة أوجدنا برنامجاً تفاعلياً قمنا بتنفيذه بمعدل ثلاث ورش تحتوي كل منها بين (30 إلى 50) طالب وطالبة، كما أن هناك تحدي 20/20 الذي يشارك فيه مجموعة من الطلبة، وينص على أن يستخدموا برنامجين فقط من برامج التواصل الاجتماعي في عشرين يوماً بمعدل ساعتين في اليوم الواحد. أما العمل في خارج الجامعة فقد ركز على استهداف مدارس محافظة الداخلية للصفوف (8-12)، ولازلنا متواصلين في إقامة الورش والبرامج لنشر الوعي عن هذه الظاهرة.

لابد من مواجهة العراقيل لتحقيق الأهداف

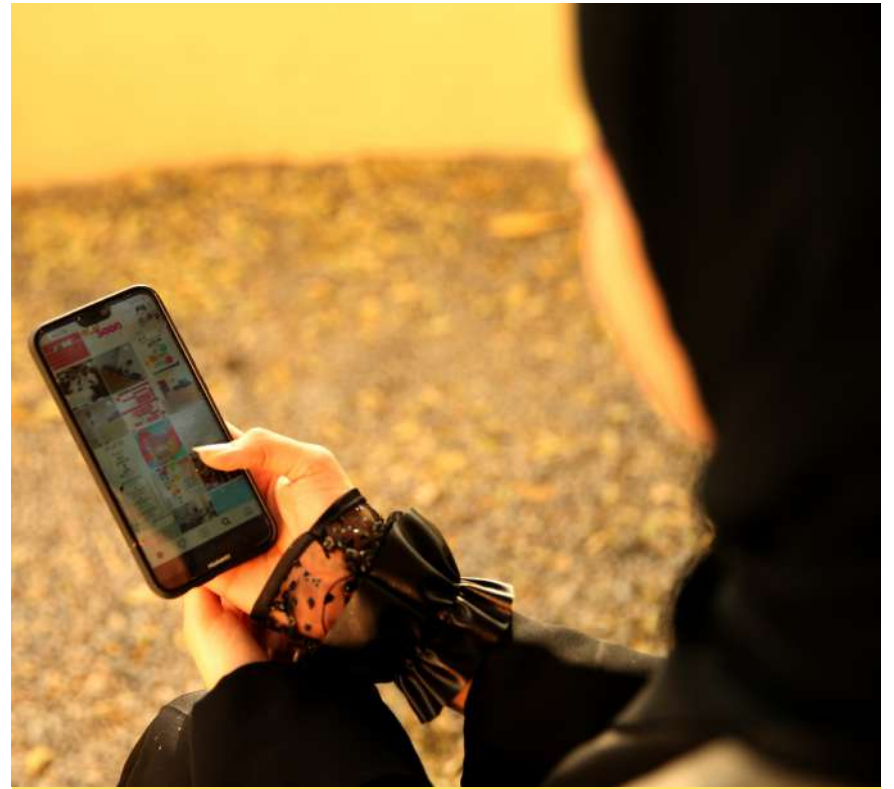
وعن الصعوبات التي واجهها الفريق في أثناء تنفيذ أجندة الحملة، تقول الخميسية: «بكل تأكيد لا يبدأ أي عمل بسهولة، فلا بد من مواجهة

إشراقة تابعت الحملة عن كثب لتنقل إليكم تفاصيلها في السطور القادمة..

فكرة تتبعها انطلاقة

في البداية التقينا بالطالبة حليلة بنت علي الخميسية -رئيسة الفريق- التي حدثتنا عن فكرة الحملة وتشكيل فريق «إشعار» من طلبة الجامعة؛ لتبني المبادرات الشبابية، فتقول: «في جلسة حوارية شبابية كنا نتناقش فيها عن أعمارنا التي تمضي والوقت الذي يذهب ونحن لم نقم بفعل أي شيء مفيد أو ذي أثر كبير لبناء هذا المجتمع، وبعد المناقشات وطرح الكثير من القضايا المجتمعية، شعرنا بأن الكثير من الشباب لاهين في الاستعمال المفرط للهاتف النقال، خصوصاً وسائل التواصل الاجتماعي، وبذلك يهدرون الكثير من الوقت، الأمر الذي يفقد الوطن طاقات شبابية كبيرة لاشتغالهم بتلك الوسائل، من هنا قمنا بتبني هذه الفكرة في محاولة لنشر الوعي عنها، والتقليل من استعمالها.

بعد ذلك قمنا بتشكيل فريق من طلبة الجامعة عددهم 10 أعضاء، وعمل دراسة لمعرفة ما إن كان المجتمع يعاني من هذه المشكلة (الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي وغياب الهدف)، ثم قمنا بتوزيع استبانة إلكترونية، فوصلنا إلى عينة حجمها 300 شاب وشابة من أنحاء السلطنة، استهدفنا فيها الأعمار بين (15-30)، بعدها قمنا بتحليل الاستبانة والاطلاع على النتائج، التي أظهرت لنا أن 81 ٪ من العينة تستخدم تطبيقات الهواتف من أجل التواصل الاجتماعي. ونسبة 52٪ من الأفراد غير متأكدين من وجود التأثير الإيجابي لهذه الوسائل وغياب التوجه الصحيح لمسار حياتهم، بينما 30٪ أجابوا بمفردة «غالباً» على العبارة: «أشعر أن هناك أموراً كثيرة في الحياة لا أجد الوقت الكافي لتحقيقها»، و35٪ من أفراد العينة يشعرون بعدم الرضا عن مستوى جودة



إعداد: مريم بنت جمعة الكمبانية

ماذا يحدث لو تناقشت مع أصحابك في الوقت المهدر من حياتك، مكتشفاً أنك تقضي أغلبه على هاتفك لمتابعة وسائل التواصل الاجتماعي؟ ماذا لو اكتشفت أنك مدمن عليها ولا تستطيع الابتعاد عنها؟ ماذا لو كانت هي سبباً لضيق الكثير من الأهداف والإنجازات التي كان من الممكن تحقيقها؟ ماذا لو علمت أنه قد فاتك الكثير من الوقت بسبب اشتغالك بها؟ كيف تتعامل مع كل ذلك لتعوض خسارتك؟ ما التحدي الذي ستخوضه للتخلص من إدمانك لتعيش حياة صحية تقلل فيها من استخدامك لتلك الوسائل؟ وهل أنت مستعد لذلك؟

«إشعار.. لحياتك معنى» حملة وطنية للتقليل من استعمال وسائل التواصل الاجتماعي، تبناها فريق من طلبة جامعة نزوى بعد أن اكتشفوا أن وسائل التواصل الاجتماعي قد أهدرت عليهم الكثير من الوقت الثمين، الذي كان من الممكن أن يسهم في تحقيق أهداف أو استغلال فرص أو بناء مجتمع.



وتقول الطالبة خولة بنت عبدالله الحكمانية، عضو في الفريق: «شاركت في التحدي لأهداف مختلفة أسعى لتحقيقها، وجدت فيه فرصة لإنجازها، انضمت لتحدي 20/20 فور وضع خطته، وقمت بوضع خطة لحفظ سورة البقرة؛ وذلك بتقنين استعمال وسائل التواصل الاجتماعي والاستغناء عن بعضها، لا أنكر أنني في البداية واجهت صعوبات، ولكن تدريجياً اعتدت على ملئ أوقات الفراغ بتحقيق الهدف الذي خططت له، وقد استفدت كثيراً -ولله الحمد- فقد علمني هذا التحدي كيف أسيطر على رغباتي، وكيف أستفيد من وقتي بشكل أفضل يعود عليّ بالنفع».

أما الطالبة أمل بنت علي السعيدية -تخصص تربية أحياء- فقد كانت على تواصل دائم مع الفريق ومن المتابعين لأنشطته، وعنه تقول: «شاركت في التحدي مثل الآخرين ممن شاركوا فيه بهدف التقليل من استعمال وسائل التواصل الاجتماعي، ولكنني فوجئت عندما أحصيت عدد الساعات التي أقضيها في تلك الوسائل بدون محصلة تذكر، فقررت أن أغير في عاداتي وأهتم بوقتي أكثر، وقد فعلت فأنجزت أكثر، وأصبحت قادرة على تحقيق الأهداف والتركيز على الأمور الأهم في حياتي».



هنا التقينا بعدد من الطالبات اللواتي شاركن في هذا التحدي، وشاركنا تجربتهن.. أول لقاء لنا كان مع الطالبة وديس بنت منصور الهنائية -تخصص اللغة الإنجليزية والترجمة- التي أشارت إلى أنها سمعت عن المبادرة والتحدي من مركز التميز الطلابي بالجامعة فسارعت للمشاركة فيه، فتقول: «شاركت في البرنامج لأنني اعتدت على وسائل التواصل الاجتماعي لفترة طويلة، فكان التحدي بالنسبة لي أمراً ضرورياً، حسمت أمري بالمشاركة وكانت النتيجة رائعة؛ إذ أنني أنجزت العديد من الأعمال اليومية التي لم يسعني الوقت من قبل لتحقيقها، وقد كان التحدي الأكبر بالنسبة لي الالتزام بشرطه الذي ينص على استعمال مواقع التواصل الاجتماعي مدة لا تزيد عن ساعتين فقط في اليوم».

وعن خططها للمشاركة في مبادرات أخرى للفريق تقول: «نعم بكل ثقة سأشارك؛ لأن وجهة الفريق مميزة ومختلفة عن التجارب التي خضتها سابقاً، فمن خلال هذا التحدي اكتسبت الكثير من المعرفة والخبرة التي ساعدتني في تحقيق إنجازات مختلفة في فترة بسيطة».

ورصدنا مشاركة أخرى للطالبة خديجة بنت ياسر الرواحية -تخصص تصميم جرافيك- في هذا التحدي؛ إذ تقول:

«سمعت عن التحدي من صديقتي فأعجبتني فكرته وقررت المشاركة، إذ أنني شعرت بحجم المشكلة وحاجتي إلى هذا التحدي الذي سيغير عاداتي. بدأت فيه واستمتعت بالمنافسة التي خضتها، وأدركت منه أهمية الوقت وكيفية تنظيمه لتحقيق أهدافي اليومية، والحمد لله لمست تغييراً كبيراً في حياتي؛ إذ بت أحد أهدافي يومية وأخرى أسبوعية، وركزت على الأولويات في حياتي بعيداً عن وسائل التواصل الاجتماعي».

وتضيف: «سعيدة جداً بخوض هذه التجربة، وعلى استعداد تام لخوض أي مبادرات أخرى يطرحها الفريق؛ لأنني على يقين بأن لها أهميتها وإسهامها في إحداث تغيير إيجابي على بعض جوانب الحياة».

بعض العراقيل والصعوبات، فمن أكبر التحديات التي واجهت الفريق تقليل أفراد المجتمع للفكرة؛ لأنهم يعتقدون أن الكثير من الأعمال تنجز عبر الهاتف، وبعضهم يؤمن أن من جملة متطلبات العصر ومواكبنا لهذا التطور، هو الاشتغال بتقنيات الهاتف، ولا خلاف في ذلك، إذ أننا نعي أهمية هذا الجهاز وضرورته، بيد أننا ننشد تحقيق ثقافة التوازن في الاستعمال». وتضيف: «كذلك من التحديات الأخرى صعوبة الحصول على الدعم والرعاية من المؤسسات والشركات، ولكن تمت مواجهة هذا الأمر بدعم اللجنة الوطنية للشباب لمبادرتنا، ولكن نطمح في دعم المؤسسات الأخرى؛ لتوسيع دائرة نشر الوعي، وتقديم مبادرات أخرى مستقبلاً».

نظرة إلى المستقبل

تقول الخميسية عن الخطط المستقبلية للفريق: «خلقنا في هذه الحياة لنعيشها مرة واحدة، فحق علينا أن نعيشها بكل تفاصيلها ولحظاتها بعيداً عن هذا الجهاز، الذي -رغم فوائده- قد يدمر من يفرط في استعماله، فهناك الكثير من الأولويات في الحياة التي يجب التركيز عليها وتنميتها وتطويرها؛ ليكون للفرد دور في بناء الوطن وعزته، ولكن من خلال الاستعمال غير المتزن للهاتف نفقد عقولاً شابة نبيرة، وطاقاتهم المهدرة، فمن هنا نطمح في تغيير هذه الممارسة للتقليل منها والتركيز على أولويات الحياة؛ لأن لحياتنا معنى، وفي نفس الوقت -بإذن الله تعالى- نسعى للقيام ببعض المبادرات الهادفة التي ما زالت قيد الدراسة».

تحدي 20/20 للتقليل من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي

قام الفريق بتطبيق تحدي 20/20 بإشراك عشرين طالباً في تحدي التقليل من برامج التواصل الاجتماعي مدة عشرين يوماً؛ أي بمعدل استعمالها لساعتين في اليوم الواحد، وكان الغرض من هذا التحدي تنبيه الطلبة بقيمة الوقت، وكيف يسهم تقليل استعمال وسائل التواصل في تحقيق الأهداف وإنجاز الأعمال.

سافر في الأسفار خمس فوائد (١٣)

ظفار: عروس بحر العرب المتشحة بالخضرة والمجد

الدكتور/ سليمان بن سالم الحسيني
مركز خليل بن أحمد الفراهيدي



الرجولة والصلابة والمتانة، والسيدة التي تعبق بشذا بخورها الأسواق والمحلات التجارية مثال للمرأة المنتجة الفاعلة المؤثرة، ومهرجان الخريف بنوادره وألعايه يسلب قلوب الأطفال وبراءتهم وحبهم للعب والشراء، ونافورات المغسيل الطبيعية تنفث في أحلامهم الوردية حب البحر وهديره. ظفار مدرسة بيئية مفتوحة بحياتها البرية المتنوعة التي يشهد لها النمر العربي والطهر العربي والنسور، وغيرها الكثير من الحيوانات والطيور المحلية والمهاجرة، والسحالي والحشرات والأشجار والنباتات والكهوف والأودية والخيран. وقد اتخذت الجهات المعنية بالمحافظة كافة السبل للحفاظ على هذه الحياة البرية وعدم المساس بها أو تخريبها، وهي خطوة في غاية الأهمية، بل في غاية التحضر والرقى. والبيئة بجمالها الخلاب ومكوناتها الفطرية يجب عدم التفريط بها؛ إذ تقع مسؤولية حمايتها والعناية بها على عاتق الجميع، وفي مقدمتهم الإنسان العادي والسائح والزائر، بجانب الموظف العامل في أجهزة الدولة ومؤسساتها.

كتبت عن ظفار كثيرا في كتابي (روائع عمان الجيولوجية والحضارية)، وما لم أكتبه أكثر، حسبا أعتقد: فمنطقة كظفار بترائها البشري والطبيعي والجغرافي والجيولوجي لا يمكن أن يحويها كتاب واحد، ولا يمكن أن يكتب عنها كاتب واحد. وتبقى ظفار في قلوب من يحبها عظيمة، ولها من قلوب من يحبها تحية... بل وألف تحية وسلام.

سنوية، ليس على مستوى ظفار أو عمان وحسب، وإنما على مستوى شرق شبه الجزيرة العربية قاطبة. وقد بلغ عدد زوار الخريف هذا العام (2018) ما يربو عن ثمانمائة ألف زائر وفدوا إلى ظفار من كل ربوع عمان ومن دول الخليج. وهذا الرقم قابل للزيادة والارتفاع مع توافر وسائل النقل، وسهولة الوصول إلى المحافظة، لا سيما مع افتتاح مطارها الحديث، ودخول ناقل جوي جديد، وفتح الرحلات المباشرة أمام خطوط الطيران الإقليمية والدولية. وظفار بخريفها الجميل وسكانها المحافظون الكرماء ليست وجهة سياحية تقليدية؛ إنما وجهة مثالية للسياحة العائلية الهادفة. واستمتع الزائر بخريف ظفار لا يقف عند جمال الطبيعة وحسب، وإنما تجعله شاهدا على مكونات بيئية وبشرية قد لا تتأتى له في مكان آخر من العالم. فقطعان الإبل والبقر والأغنام، ورعاتها الذين يجوبون بها السهول والسفوح والمنحدرات، منظر ملهم لمن يعيش في عالم غلبت عليه المدنية المعاصرة، وحليب الإبل الذي يكرم به الظفاري السائح الوافد على بلده لا تقدر قيمته بثمن عند من يعرف كرم الضيافة وحق الزائر الغريب، ومتحف أرض اللبان يعرض على زواره التاريخ بأنصع صوره، وحصن طاقة يحكي للناس فنون العمارة الظفارية، ومكتبة دار الكتاب العامة بصلالة مثال لاهتمام الرجل الظفاري بالعلم وبذله في سبيل نشره بين الناس، ومزارع الموز والنارجيل توحى بالأمل والحياة، والرجل الجبالي بإزاره وردائه وعمامته الملونة عنوان

نفسها سبب الأمطار التي تشهدها شبه القارة الهندية طوال موسم الصيف، وتجلب لها الخير والخصب. وهذه الرياح الموسمية هي ذاتها التي استغلها أجدادنا الأقدمون في سفراتهم البحرية، خائضين بسفنهم الشراعية عباب المحيط الهندي بين عمان والهند وشرق إفريقيا والبحر الأحمر والخليج، وجعلت سمهرم والبلد وقلهات وصحار وغيرها من المواقع، موانئ عرفها البحارة في بحر العرب منذ القرن الثالث قبل الميلاد. والإعصاران (مكونو) و(لبان) اللذان وفدا على ظفار في شهر مايو وأكتوبر من هذا العام (2018) ليسا ظاهرة فريدة، ولا الأولى من نوعها لمنطقة تستنشق رثتها هواء المحيط الهندي المشهور بأنوائه المناخية وأعاصيره ومنخفضاته الجوية. الإعصاران جلبا لظفار الخصب، وغمرها بكميات كبيرة من المياه التي عوّضت المخزون الجوفي، وكونت البحيرات والغيول والعيون، ليس فقط في المناطق المطلة على البحر، وإنما كذلك في المناطق الصحراوية الواقعة خلف سلسلة جبال ظفار، بل وتكونت بين كتبان الربع الخالي الرملية بحيرات المياه التي حملتها الأودية المتدفقة من هذه الجبال. وأظهر مكنون ولبان استعداد الوطن بمؤسساته الحكومية والأهلية، وكافة أطيافه ومواطنيه والمقيمين فيه؛ لمواجهة مثل هذه الظروف الاستثنائية، والوقوف صفا واحدا في الأزمات والمحن.

يرتبط الخريف في ظفار بالماء والخضرة والمطر والسحاب والجو البارد اللطيف، وبأكبر تظاهرة سياحية

وسلم، واعتنقت دين الإسلام طوعا بدون أن يطاء الرسول ساحتها بخف ولا حافر، ولم تشهر في وجهه سيفاً، ولم تقابل رُسله بسباب أو شتائم. وظفار أغنت المشهد الثقافي العماني بلغاتها الجبالية الشرقية، التي أصبحت مثار اهتمام الباحثين من الشرق والغرب، وأخرجت لعمان الأدباء والشعراء والساسة والأطباء وأساتذة الجامعات ورجال الأعمال. وعلى سفوح جبالها سالت دماء العمانيين، وعرجت أرواح شهدائهم إلى بارئها دفاعا عن الوطن والدين ضد هجمات الدخلاء والمعتدين. وامتزج هبّوت ظفار بالرزحة والعازي، وأغاني مسلم علي عبد الكريم الوطنية، وأهازيج قوات الفرق وسيوفهم المسلحة، وصدورهم المشرعة للذود عن الوطن واستقلاله. وفي ظفار تعانق أشجار النارجيل السماء كما تعانقها في بقية عمان النخلة، وفيها يسير الجمل الهويني مثلما يسير في رمال الشرقية وسهول الباطنة، ويهدر على شواطئها البحر رخاء كما يهدر في مسندم ومسقط وصور ومصيرة. ومن جبال ظفار وصخورها تتفجر العيون في أرزات وجريز وصحنوت وأثوم، مثلما تتفجر في الثوارة بالرسحاق، والسخنة في نخل، ومثلما تتدفق آلاف الأفلاج في كل قرية ومدينة ببقية أجزاء عمان. ظفار جميلة في سائر أوقات العام، ولكنها أجمل في موسم الخريف عندما تهب عليها رياح بحر العرب لتحمل إليها السحاب المثلث بالحيا، فينضج جبالها وسهولها الرذاذ على مدار ثلاثة أشهر - من 21 يونيو حتى شهر سبتمبر. والخريف الظفاري، الذي يأتي في أشهر الصيف، ظاهرة مناخية خاصة بالجزء الجنوبي من سواحل الجزيرة العربية، التي تدخل تحت تأثير المنخفض الهندي الموسمي، وهبوب رياح موسمية محملة بالرطوبة قادمة من المحيط الهندي والقرن الإفريقي، ما تلبث عندما تصطدم بجبال محافظة ظفار أن ترتفع إلى الأعلى فتتكثف عند ملاستها تيارات الهواء الباردة سحبا تساقط على المنطقة رذاذا ققطا سجلا تخضر به الوهاد، وتسيل الأودية والعيون، وتتعتش الأرض، وتطيب الحياة. وهذه الرياح

أول مرة وطأت فيها قدمي أرض ظفار كانت في عام 1987م عندما التحقت طالبا بالكلية المتوسطة للمعلمين - التي أصبحت الآن كلية العلوم التطبيقية بصلالة - وتخرجت فيها بعد عامين دراسيين معلما بالمرحلة الابتدائية؛ ليبدأ منها مشواري التدريسي والأكاديمي الذي لم يتوقف إلى لحظة كتابة هذه السطور. ظفار ذات المروج الخضراء، واللبن، والنارجيل، والهبت، وصحنوت، والمغسيل، وصلالة، والحافة، وجبال القمر وسمحان والقرى، وسمهرم والبلد، وضلكوت وطاقة، وجريب، لا تنساها الذاكرة، ولا تمحوها الأيام، ولا تغيب عن البال. فقد عرف ظفار اليونانيون والرومان والأشوريون والفرعنة والأنباط، وبُخّر بلبانها المسجد الأقصى، ومعابد الأقصر وبابل، وكنائس الأرثوذكس والأقباط، وعبرت به القوافل الربع الخالي ونجد والحجاز، وحمله الأكاديون والإغريق والرومان على سفنهم، وبيع في أسواق الهند والهلل الخصب ومصر وروما والصين، وكتب عن ظفار: هيرودوت، وبيليني، وبطليموس، وبولنيوس، وأسترابو، وماركو بولو، وابن بطوطة، وبرترام توماس، ومبارك بن لندن، وعشقها الأطفال، وتغنى بها الشعراء، وسارت إليها قوافل السياح برا وجوا مستمتعين بخريفها الندي، وبساطها الأخضر، وكرم أهلها وطيب محيّاهم. قيمة ظفار الاستراتيجية لهذا الوطن الحبيب لا تكمن فقط في مساحتها التي تعادل ما يقارب ثلث مساحة عمان الغالية، ولا في موقعها الاستراتيجي المحاذي للحدود الشمالية من اليمن الشقيق، الذي هاجرت منه قبائل الأزد بقيادة مالك بن فهم؛ لتؤسس عُمان العربية إلى أبد الدهر، ولا في إطلالتها كعروس عربية على بحر العرب، وإنما كل متكامل من خصوصيات أرض مباركة، وشعب واحد تألفت قلوب أفرادها، فاجتمعت على حب عُمان، وكرم أصيل، ونخوة عربية، وبلد معطاء، وروابط أسرية واجتماعية تزداد قوة مع تقادم الدهر وتقلب الحداث. وظفار مثل بقية عُمان آمنة برسول الله، صلى الله عليه وآله

الزراعة المنزلية بدون تربة



تربية أسماك أو كائنات مائية أخرى مع زراعة النباتات في نفس النظام ، إذ توفر الكائنات المائية والأسمك المغذيات للنباتات، وتقوم النباتات بتنقية الماء من الملوثات. والزراعة المائية في أنابيب تناسب كثيرا الزراعة في فناء المنزل، فهي قليلة التكلفة، ويمكن لنظام كامل زراعة 120 شتلة لا تتجاوز تكلفته 150 ريالاً عمانياً. مثلاً يمكن زراعة 120 شتلة في 6 أنابيب مائية على مساحة لا تتعدى 6 أمتار مربعة. كل أنبوب طوله 3 أمتار وقطره تسعة سم. وتزرع النباتات في أكواب بلاستيكية مثقوبة من الأسفل؛ لتضع في فتحات مخصصة لها في الأنابيب. وتملاً الأكواب بمادة مسامية البيتموس أو الرمل لتنمو الجذور فيها وتخترقها مواصلة طريقها إلى الماء في الأنبوب. ويحفظ الماء في خزان سعته 50 لتراً. يتم تدوير الماء في الأنابيب عن طريق مضخة غاطسة صغيرة قدرتها 20 واطاً ثم تضخ المياه في الأنابيب العلوية وتنزل بعدها إلى الأنابيب السفلية، ثم تعود مرة أخرى إلى الخزان بفعل الجاذبية الأرضية. توصل المضخة بمؤقت كهربائي يمكن برمجته ليشغل المضخة، ويفصل عنها التيار بشكل دوري طوال اليوم، ويمكن برمجة المؤقت لتعمل المضخة في النهار أكثر من الليل توفيراً للطاقة. يضاف للماء محلولين (A و B) بتركيز منخفض، ويعتمد التركيز على نوع وعمر النباتات المزروعة. كما يقاس التركيز بجهاز قياس تركيز المواد المذابة الذي يعطي قراءة بجزء من المليون ppm. عادة يكفي تركيز 500-1000 ppm لنمو معظم

محاصيل الخضار. هنا يقاس التركيز بشكل دوري ويتم تصحيحه إما بتخفيفه عن طريق إضافة ماء للخزان، أو زيادته عن طريق إضافة المحاليل A و B. جدير بالذكر أنه يمكن زراعة محاصيل كثيرة في هذا النظام، خصوصاً وريقيات النعناع والريحان والبقدونس والفجل والجرجير والخس والخردل والملوخية والسبانخ والملفوف، وخضار أخرى مثل: الخيار والطماطم والفلفل الحار والفلفل الحلو والزهرة وغيرها من الخضار. وأيضاً يمكن زراعة البقوليات مثل: الفاصوليا والباميا والفاصوليا وغيرها، وكذلك زراعة بعض أنواع الفواكه، مثل: الفراولة والشمام. فنظماً واحداً مثل هذا يمكن أن يوفر اكتفاءً ذاتياً من السلطة لاحتياجات المنازل.

وتوجد فوائد كثيرة للزراعة المائية مقارنة بالزراعة في التربة. إذ أن الزراعة المائية تحتاج إلى مساحات قليلة جداً؛ إذ يمكن زراعة مئات النباتات في مساحة لا تتجاوز عشرة أمتار مربع ؛ إذ أن الزراعة المائية مناسبة جداً لتطبيق شكل الزراعة الرأسية. على سبيل المثال يمكن زراعة النباتات في أنابيب توضع فوق بعضها. ومن فوائد الزراعة المائية توفير كميات كبيرة من المياه قد تصل إلى 90٪، وتصل كفاءة استخدام المياه فيها لما يقارب 100٪؛ لأن ما يفقد من المياه في هذه الطريقة هو فقط ما يتبخر من النباتات وما يتخزن فيها، والماء في أنظمة الزراعة المائية يتم تدويره، فتتنمو النباتات المزروعة في الماء بسرعة أكبر عن نموها إذا زرعت في التربة، وتكون نظيفة وأقل عرضة للحشرات والآفات، ولا تنبعث منها روائح مزعجة.

تستدعي الزراعة المائية عناية أقل، فهي لا تحتاج إلى تسميد أو حراثة أو أي عمليات في التربة. ومن مميزات الزراعة المائية أنها تنجح في أي مكان تقريباً، فحتى إن لم تتوفر مساحات داخل حديقة البيت يمكن إقامتها في سطح المنزل. كما يمكن زراعتها داخل الغرف وقتما توفر لها الإضاءة المناسبة. وتتوفر أدوات الزراعة المائية الآن في الأسواق بأسعار رخيصة، كما لا تكلف المحاليل مبلغاً كبيراً، فسعرها لا يتعدى ريالاً واحداً للتر. ولتر واحد من هذه المحاليل يكفي لتغذية 100 نبتة مدة ثلاثة أشهر! فكرة الزراعة المائية عبارة عن مزج محاليل مغذية مع الماء والأكسجين، بحيث تلامس الجذور الماء لتأخذ منها المغذيات. ويمكن تقسيم الزراعة المائية إلى ستة أنواع، هي: نظام التنقيط، ونظام الفيضان والتصريف، ونظام الفتل والغمر، ونظام الزراعة الهوائية، ونظام شريحة المغذيات NFT. جميع هذه الطرق أدواتها الأساسية هي : خزان للمياه، ومضخة صغيرة للمياه، ومضخة للهواء وأنابيب. الزراعة السمكية (Aquaponic) هو نظام زراعي يتم فيه

إعداد: د. عبدالله بن سيف الغافري

الزراعة المائية أو الزراعة بدون تربة هي زراعة النباتات مباشرة في الماء دون استخدام التربة. إذ يمكن أن تزرع النباتات في وسط مسامي لتثبيت جذور النباتات مثل البرلايت أو البيتموس أو الرمل أو الحصى؛ لكي تنمو النباتات تحتاج إلى الهواء الذي تأخذ منه الأكسجين وثنائي أكسيد الكربون، أيضاً تحتاج إلى الماء والمغذيات والضوء والحرارة والتثبيت الميكانيكي. في الزراعة التقليدية في التربة يحصل النبات على التثبيت الميكانيكي والمغذيات والماء من التربة. ويمكن تصنيف مغذيات النبات إلى نوعين: مغذيات كبرى، ومغذيات صغرى: المغذيات الكبرى هي التي يحتاج لها النبات بكثرة، مثل الأكسجين والهيدروجين والكربون الذي تحصل عليها النباتات من الماء والهواء، بالإضافة إلى المغذيات الأولية الكبرى، هي النيتروجين والفوسفور والبوتاسيوم، والمغذيات الثانوية الكبرى، هي الكالسيوم والكبريت والمنجنيز. أما المغذيات الصغرى فهي التي يحتاج إليها النبات بشكل أقل، مثل البورون والكلور والمنغنيز والحديد والزنك والنحاس والمولبيديوم والنيكل. تتعدد طرق زراعة النباتات ، منها زراعة النباتات في التربة (Geoponic) أو في الماء (Hydrponic) أو حتى في الهواء (Aeroponics) ويمكن اعتبار الأخير نوعاً من الزراعة المائية أيضاً. وتحصل جذور النباتات في الزراعة المائية على المغذيات من الماء مباشرة؛ لأن الجذور تحتاج إلى أكسجين أيضاً؛ لذا يجب أن يكون في هذا الماء أكسجين ذائب. تضاف المغذيات إلى الماء على هيئة أملاح ذائبة ومحاليل مائية. وفي الزراعة الهوائية يتم رش الجذور برذاذ يحتوي على المغذيات؛ لبداية إنبات البذور، تزرع البذور في وسط زراعي مثل ليف النخيل أو الرمل أو البيتموس أو البرلايت أو الحصى أو حتى صوف الأغنام.

السيكودراما (الدrama النفسية)



د. عبدالفتاح الخواجه
أستاذ مساعد الإرشاد النفسي في
قسم التربية والدراسات الإنسانية

من المشكلات، ومنها يتم اكتساب مهارات اجتماعية. ومن فنياتها أيضا؛ فنية لعب الدور Role Playing Technique. وقد حظي اللعب باهتمام بالغ من جانب التربويين والسيكولوجيين؛ إذ ينظر إلى اللعب بأنه أحد الأساليب المهمة التي يعبر بها الطفل عن نفسه، ويفهم العالم من حوله، وأسلوب من أساليب حل المشكلات لدى الأطفال. وأن أسلوب تمثيل أو لعب الدور Role Play يعني تمثيلا نفسيا اجتماعيا مسرحيا، بمعنى تقمص أدوار شخصيات معينة في مواقف محددة؛ مما ينمي الخبرة الذاتية للفرد، ويساعده على ضبط ذاته، واكتساب الثقة في ذاته، ويفيد في التخلص من القلق والإحباط وحل الصراع في مواقف تشبه مواقف الحياة الواقعية. واعتبره بعض الباحثين أسلوبا وقائيا؛ لأنه يزود جميع الأطفال بصور متكافئة في داخل المجموعة لتنمية الحساسية تجاه مشاعر الآخرين، وتشجيعهم في ذات الوقت على تغيير اتجاهاتهم من خلال الفهم. كما تعد فنية الحوار والمناقشة إحدى فنيات السيكودراما؛ حيث أن هناك تأكيدا على أهمية استخدام المحادثة وإقامة الحوار بين الفرد والآخرين؛ وذلك باستخدام المونولوج، والمحادثة بين مجموعات صغيرة ومجموعات كبيرة؛ مما يساعد في خفض مشاعر الدونية. وفي الختام يمكن القول إن هناك اختلافا بين السيكودراما والدrama؛ في أن السيكودراما عبارة عن عمل تمثيلي يقوم فيه الفرد بالتعبير الحر عن خبرات وتجارب شخصية حقيقية وقعت له في الماضي أو الحاضر أو متوقع حدوثها مستقبلا، دون الإعداد المسبق أو التقيد بنص جاهز أو دور محدد الأبعاد، وإنما يتم ذلك بتلقائية تؤدي بالفرد إلى إسقاط شخصيته الحقيقية على الحدث أو الموقف المؤدى، فالفرد هنا لا يؤدي أو يعبر عن شخصية غيره من الأفراد وإنما يمثل ذاته.

نشأت مبادئ السيكودراما «الدrama النفسية» (Psychodrama) على يد مورينو Moreno عام 1921، وتعد السيكودراما من أشهر أساليب الإرشاد الجماعي وأكثرها فعالية، فهي بالإضافة إلى كونها أسلوبا إرشاديا؛ فهي أسلوب تربوي وتعليمي يتم التدريب عليها بأساليب ترويحوية مقربة من النفوس، وتعد السيكودراما من الأساليب الإسقاطية التي تحقق لعضو المجموعة الإرشادية التفريغ الانفعالي والاستبصار وتعديل الأنماط السلوكية الخاطئة عن طريق التمثيل التلقائي لمواقف وأحداث لها علاقة بمشكلته. وتعرف السيكودراما بأنها: التمثيلية النفسية، وهي شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل في حل المشكلات النفسية. وتعرف أيضا بأنها: أسلوب إسقاطي يقوم على تجسيد الفرد لبعض الأدوار أو المواقف أو العلاقات بالآخرين، بطريقة ارتجالية سواء أكان يجسده الفرد موجودا في الماضي أم الحاضر أم متوقعا في المستقبل، مما يحقق استبصارا بسلوكه الاجتماعي، والتعلم من خبرة الدور الذي يؤديه، وتعديل أنماط سلوكه غير الملائمة. كما ينظر لها باعتبارها عملية تصوير تمثيلي مسرحي لمشكلات نفسية في شكل تعبير حر في موقف جماعي يتيح فرصة التنفيس والتفريغ الانفعالي التلقائي والاستبصار الذاتي. والسيكودراما تمر بثلاث مراحل هي: (مرحلة الإعداد، ومرحلة الأداء التمثيلي، ومرحلة المناقشة والتفسير). كما أن للسيكودراما أثرا وفاعلية في إزالة التوتر والخوف عن طريق القيام بتحويل الأدوار إلى سيناريو يقدم على مسرح المجموعة الإرشادية المغلقة والمحفوفة بالخصوصية، وفي جو نفسي آمن، كما أن هناك تأكيدا على أهمية التواصل الفعال بين الأعضاء فيها. لقد اتفق كثير من الباحثين عن عناصر فنيات السيكودراما، المتمثلة في البطل أو المسترشد، والأدوات المساعدة، والمخرج أو المعالج وهو قائد المجموعة، وخشبة المسرح. كما أنه تم التأكيد على أهمية استخدام السيكودراما كفنية من الفنيات التدريبية والعلاجية لتعديل بعض أنماط السلوك الاجتماعي الخاطئة. ومن فنيات السيكودراما؛ فنية سرد القصص Telling Stories Technique، إذ أن دور القصة الفعال مهم في بناء شخصية المسترشد؛ فهي تسهم مع البيت بطريقة واعية مدروسة في تشكيل سلوك الطفل تشكيلا صحيحا وسليما؛ نظرا إلى كونها شكلا فنيا قادرا على استيعاب التعبير من سرد ووصف وحوار. كما أن النمذجة أسلوب علاجي له فعالية كبيرة في تعديل السلوك، إذ يتم نمذجة السلوك المطلوب بواسطة شخص، ويستخدم التعلم بالأنموذج في علاج عديد

خواطر

تائهون بين صمتٍ و بوح، بين حنين وكبرياء، بين عقلٍ وقلب، بين غفلات الحياة ومتاهاتها..!

عجبتُ لمنْ قالَ إنَّ المرءَ لديه ضمير،

وفي حقيقة الأمر ضميره بقايا أثر..!

جسدٌ بلا روح، وقلب بلا وريد، وعين بلا نظر..!

كمْ يشتكي المرءُ من مرضٍ أصابه، وهو بائعٌ للقرآنٍ
وهاجرُ له..!

أسترقُ النظر للمساء وأرتجيه؛ كي يأخذ مقلتي
لأصبح كفيفاً..!

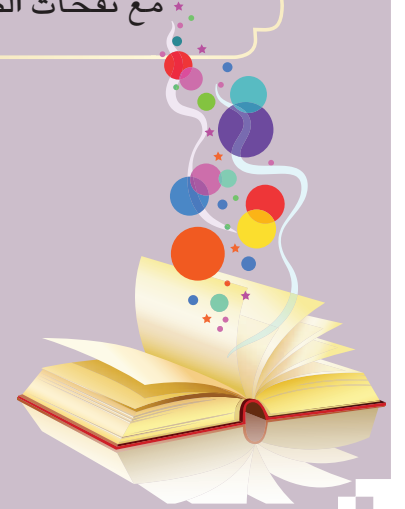
سئمت الظلام، فمتى يأتي نور الفجر..؟

مهما تعثرت على رصيف الحياة،

ومهما بكيت وأدمعت تحاكي خيوط الليل،

مع نفحات الصباح .. ستولد من جديد !!

رؤى بنت سالم المجرفية



أنموذج مُقترح لتقييم الكفاءة التربوية للمدرسة



د. محمد الجرايدة
أستاذ مشارك في الإدارة التعليمية

ومتطورة ومتنوعة لأفراد المجتمع المحلي. ويستحسن أن تتعاون المدرسة مع الشركات لتدريب طلبتها في الإجازة الصيفية لإكسابهم المهارات العملية، وتقديم برامج لتطوير محو الأمية لأبناء المجتمع المحلي، وبرامج تعليمية في الحاسوب للمهتمين في المجتمع المحلي، والسماح لأهالي المنطقة باستعمال مرافقها. ويمكن للمدرسة القيام بتوعية الأهالي بمجالات الاستفادة من هذه المرافق وأهميتها، لتشجيع طلبتها على ممارسات صون البيئة، مثل: التشجير وتنظيف الشوارع والشواطئ والمرافق الأخرى في المجتمع. ويمكن أن تحت المدرسة طلبتها على الانتساب لمراكز الشباب في المجتمع المحلي، وتنسق جهودها مع المراكز الصحية التي تسهم في خدمة المجتمع. الجرايدة، محمد (2014). أنموذج مقترح لتقييم الكفاءة التربوية للمدرسة في وزارة التربية والتعليم في سلطنة عمان. مجلة المنارة للبحوث والدراسات، جامعة آل-بيت، 20(2).



المدرسة بالالتزام بها، مثل: الاستجابة بصورة إيجابية للمبادرات التطويرية الصادرة عن طلبة المدرسة، وتوفير مناخ مدرسي صحي للتعلم الجيد، الذي يسهم في الحد من ظاهرة التسرب، ورفع الروح المعنوية لدى الطلبة، والاهتمام بتنمية المعلمين مهنيًا بشكل مستمر؛ مما قد ينعكس ذلك إيجابًا على الطلبة، وإتاحة فرص استفادة لكل طالب من مصادر التعلم (المكتبة والمختبرات والملاعب ومركز الوسائل وغيرها)، وحل النزاعات بين الطلبة بأسلوب علمي، وتوفير بيئة ملائمة ليطور الطلبة فيه نظامًا داخليًا للانضباط الذاتي، وإشراك الطلبة في القيام ببعض المسؤوليات الإدارية، وخلق بيئة تعليمية تعليمية محفزة ومثيرة لعملية التعلم والتعليم، كما يجب أن تسود أجواء التعاون وروح الفريق الواحد بين العاملين والطلبة، ويسود الانضباط والنظام في المدرسة لدى العاملين والطلبة. خدمة البيئة المحلية، ويتضمن معايير عديدة أهمها: أن تضع المدرسة برامج توعية للطلبة في مجال خدمة البيئة المحلية، وتقدم برامج ترفيهية وثقافية لكبار السن، وتشجع طلبتها للعناية بنظافة الشوارع والمرافق التابعة للبيئة المحلية، وأن تسهم المدرسة كذلك بطلبتها في تنظيم المرور في المنطقة، وتنظم الندوات لحل بعض مشكلات البيئة المحلية، وتشرك المسؤولين عن البيئة في الندوات والمحاضرات التي تنظمها. كما يجب على المدرسة القيام بطباعة نشرات تتعلق بأخبار البيئة المحلية، وتوزيعها على المجتمع، وتنظيم زيارات لطلبتها إلى معالم ومرافق البيئة المحلية، وحث طلبتها على الاستفادة من المرافق العامة للبيئة المحلية. التخطيط الاستراتيجي، ويتضمن معايير: أن تعكس الخطة الاستراتيجية للمدرسة السياسة التربوية المعتمدة في وزارة التربية والتعليم، وأن تراعي المدرسة عند وضع الخطط وبرامج العمل والاحتياجات والإمكانات المتاحة؛ لتعكس الخطة الاستراتيجية للمدرسة الاحتياجات الحقيقية لها وللمجتمع، والاستثمار الأمثل للموارد المادية والمالية والبشرية والتقنية لتحقيق التميز. ويجب أن تعكس الخطة الاستراتيجية للمدرسة الاحتياجات الحقيقية للمجتمع، وتحصر على صياغة أهدافها بما يتوافق مع الظروف المحيطة، وتعتمد في صياغة خططها المستقبلية على التخطيط الاستراتيجي، وتراعي عند وضع خططها وسائل تشخيص البيئة الداخلية والخارجية؛ لتحديد مستويات التطوير على نحو مستمر، وتضع خططًا طويلة المدى. الامتحانات والتقييم التربوي، ويتضمن معايير: أن تقوم

إن محاولة بناء أداة لقياس الكفاءة الإدارية للمدرسة، أصبح مطلب ضروري وحيوي؛ لقياس جوانب القوة والقصور في وظائفها؛ مما يسهم في تطوير هذه الوظائف، والارتقاء بمخرجاتها. كما أن الوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية في عملية التقييم سيصل بنا إلى اتخاذ قرارات كثيرة ومهمة عن فاعلية المخرجات التربوية بشقيها الكمي والكيفي بناءً على تلك النتائج، بيد أن واقع البحث التربوي المعاصر يشير إلى ندرة الدراسات العربية التي ركزت على بناء أدوات موضوعية مقننة لقياس فاعلية المدرسة. تمثل المدرسة منظومة كلية تضم في بنيتها ووظيفتها مختلف البنى والوظائف المتعلقة بكل من الإدارة والمعلم والمتعلم والمناهج والمشاركة المجتمعية، وهي محصلة بجودة المجالات الأخرى للنظام التعليمي وفعاليته. وهذه المنظومة macro system تضم بداخلها مجموعة أنظمة فرعية مصغرة micro system؛ نتيجة ازدياد أهمية التعليم في الوطن العربي، والسعي المستمر لتحقيق جودة المخرجات التعليمية ونوعيتها، ونظرا لأهمية تطوير مدخلات العملية التعليمية التعليمية وعملياتها ومخرجاتها، أصبح من الضرورة القبول بمبدأ التقييم الشامل في جميع عناصر العملية التعليمية، خاصة ما يتعلق بقياس كفاءة المدرسة؛ إذ يساعد هذا الأمر في اتخاذ القرارات التربوية التي تؤثر في مسار العملية التعليمية على ضوء أسس علمية تركز على تشخيص جوانب القوة والضعف في أدائها. إن أغلب الدراسات الموجودة في هذا المجال تركز على كفاءة أدوار مديري المدارس في العملية التعليمية التعليمية، خصوصا في مجال التخطيط والإشراف والإثناء المهني واتخاذ القرارات، إذ أن تلك الدراسات افتقرت إلى التركيز على قياس كفاءة المدرسة؛ باعتبارها تكوينًا فكريًا تربويًا اجتماعيًا يقوم بوظائف وممارسات حيوية بالغة التعقيد، ويبرز أهمية هذا الأنموذج المقترح في حاجة المؤسسات التربوية في الأقطار العربية لنماذج تفيدها في تقييم الكفاءة التربوية للمدرسة، إذ أن الكشف عن درجة الكفاءة قد يسهم في تحسين وظائفها ومهامها، وإمكانية أن تقدم هذه الدراسة إطارًا شاملاً لمفهوم كفاءة المدرسة في المؤسسات التعليمية العامة، دعماً لحدائق هذا الموضوع في أدبيات الإدارة التربوية العربية، وعدم وجود أدوات تقيس الكفاءة في هذه المؤسسات للوقوف على نقاط القوة والضعف في وظائفها، وإمكانية توفير هذه الأداة لقياس كفاءة المدرسة في مؤسسات التعلم الخاص. المناخ التنظيمي، ويتضمن معايير يجب على

A New Mile Stone, at DARIS Research Center (ISO 9001: 2015 Quality Management System)

DARIS Center for Scientific Research and Technology Development received the ISO 9001:2015 Quality Management System Certification from QS Zurich AG, Switzerland, on Wednesday 19 December 2018.

The quality management system of DARIS was audited and approved by the Lead Auditor Mr. G. Jayaganesan from QS Zurich AG, Switzerland. The final certification audit on Quality Management has been successfully completed.

During the audit, it was very constructive on reviewing the administration and its technical compliance on providing analytical services and training programs that corresponds to the academic, research and industrial needs of domestic as well as international.

Dr. Issa Al-Amri, Director of DARIS Research Center, said that the management started the implementation of quality management system to standardize its process in accordance with the international standard requirements. To result the highest level of standardization to lead in the global market has taken almost a year.

DARIS Research Center provide analytical

services, such as examination of tissue and cell, DNA & protein sequencing and cell sorting, microbial identification, residue analysis in water & food, testing of rock, soil, clay and water for minerals & elements, tissue & cell, drug & crude oil analysis, training and research assistance testing rocks, soil, clay, water for metals and elements, drug and crude oil analysis. In addition, the Center provides analytical services, training programs, and research assistance for academics, industries, researchers, and students.

The center equipped with state of the art equipment for the analysis of a wide range of material. The multidisciplinary background of researchers and technical specialists at DARIS Research Center brings a broad prospective to the study of life and material sciences enabling us to work closely with scientists and experts from different fields both at the academic and industrial level.

Facilities of DARIS Center include Electronic Microscopy Unit, Histology and Immunohistochemistry Unit, Mass Spectrometry & Chromatography unit, and the Biotechnology Unit.



POEM: The End of the Nightmare

Paralyzed without hope
My soul was fading
My face was as pale as a lily
The monsters were
frightening
me
The laughter went louder
and
louder I wanted to stand
And scream for them to stop
The journey was long
My fear was bigger
I was trying to catch the

light and the hope
But, every night
I embraced in my bosom the
darkness and the hopelessness
The storm was blowing into
me
My tear stole the brightness
Of my face
The sparrows sang a sorry
song
Mourning for my loss
The blossom faded in the
middle

Of spring.
And the world became
colorless
and
empty of life
The story was approaching
the
end
And everything had
eternally
gone
"The Scream" by Edvard
Munch



by Sara Al Kindi (Translation major)

WHERE IS ENGLAND, ANYWAY?

When I taught in Turkey, one of my students thought that England was in London. Others simply couldn't understand the connection between the terms UK, Britain, Great Britain, and the British Isles, and some thought England was comprised of Scotland, Wales and Northern Ireland. Northern Ireland caused further confusion because it sounded like Northern Island, which could be construed as being any one of the many islands off the northern coasts of mainland Scotland, and which are of course Scottish.

The home of the global lingua franca is a very confusing place. Even its natives are not sure whether it's part of Europe or not. Many have come to believe that they were in Europe, but that a national vote has now expelled them from Europe. So let me explain, as concisely as possible, where England actually is.

Politically, England is part of the United Kingdom (UK) of England, Scotland, Wales and Northern Ireland. (Note the -ire... there's been lots of it.) This means that four countries are united under one sovereign, which could be a king or a queen, and is currently a queen.

Great Britain, geographically, is an island separated from the European mainland by the English Channel and the North Sea. It comprises the countries of England, Scotland and Wales. It's also called just Britain, which gives rise to the term for its natives as British, or Brittons or, informally, Brits. These terms, however, are not always adopted by the Northern Irish, because their country, Northern Ireland, is part of a separate, nearby island (Ireland) to the west. They are, nevertheless, UK citizens.

The British Isles are the geographical group of islands that consist of the islands of Great Britain, Ireland, and over six thousand smaller isles. The main language spoken all over the British Isles is English.

Now, is England in Europe? Yes. Europe is a continent. A continent is a huge tectonic plate, and the British Isles are connected to that plate. Confusion arises when the term 'Europe', alone, is used to mean the European Union. It is the European Union, or EU, that the UK has recently become forced to leave, by the result of a national referendum. So, while the UK is still part of geographical Europe, it is no longer a member of the political European Union.

I trust none of this will deter holidaymakers. England hasn't moved. And by the way, Moscow is in Europe, too.

by John Bull

DARLING BELLE

"Belle, did you meet
him
at the ball?
Eighteen years on.
Tall soldier now and
you
full grown
Belle, did you meet
him
at the ball?"

O do you remember
me?
Thin girl with cold
hands

I framed your half
remembered face
With frail white
embroidery
Calling for you down the
mousy garden

You in your scarlet, and
you knew my name
We stepped to the veranda, under the wisteria
In the mysterious November

Dancing as if with death or fate
To the moon black ballroom
Of the silk-skinned lake
Kissing me, you captured my heart
Under the willow tree

Did I see you march to the train?
Did I cry, was my nose red?

My two-day bride, can you feel me in your memory?
I will be the redness in your iron fire

"We regret to inform you..."
"We regret to inform you..."

Meet me by gaslight in dark night
On Waterloo Bridge, we will walk arm in arm
Hearing the leaves fall with a whisper
Into the foggy dew...
When we are dead

"Now she sits in her brother's widow's house
Her skin like a lizard, her aura like a daffodil
Migrant guest from relative to in-law
She stares into the embers
And remembers"

by Robin Williamson



(Painting by Kalthoum Moosa Al Balushi)

M.Ed. In curriculum and teaching methods in Social Studies (New) ماجستير التربية في مناهج وطرائق التدريس في الدراسات الاجتماعية (جديد)
M.Ed. In curriculum and teaching methods in Arabic language (New) ماجستير التربية في مناهج وطرائق التدريس في اللغة العربية (جديد)
M.Ed. In curriculum and teaching methods in Mathematics (New) ماجستير التربية في مناهج وطرائق التدريس في الرياضيات (جديد)
M.Ed. In curriculum and teaching methods in Sciences (New) ماجستير التربية في مناهج وطرائق التدريس في العلوم (جديد)
M.Sc. in Computer Science: Data Science (New) ماجستير العلوم في علوم الحاسوب: علم البيانات (جديد)
Networks (New) الشبكات (جديد)
Multimedia (New) معالجة الوسائط (جديد)
Software Engineering (New) هندسة البرمجيات (جديد)

كلية الصيدلة والتمريض

College of Pharmacy & Nursing

B.Pharm. in Pharmacy بكالوريوس في الصيدلة
B.Sc. in Nursing بكالوريوس في التمريض

كلية الهندسة والعمارة

College of Engineering & Architecture

B.Arch. in Architecture بكالوريوس في علم العمارة
B.Eng. in Electrical Engineering بكالوريوس في الهندسة الكهربائية
B.Eng. in Computer Engineering بكالوريوس في هندسة الكمبيوتر
B.Eng. in Civil Engineering بكالوريوس في الهندسة المدنية
B.Eng. in Environmental Engineering بكالوريوس في الهندسة البيئية
B.Eng. in Interior Design بكالوريوس في هندسة التصميم الداخلي والديكور
B.Eng. in Chemical and Petrochemical Engineering بكالوريوس في الهندسة الكيميائية والبتروكيمياوية

كلية الاقتصاد والإدارة ونظم المعلومات

College of Economics, Management & Information Systems

B.A. in Business Administration بكالوريوس في إدارة الأعمال
B.A. in Accounting بكالوريوس في المحاسبة
B.A. in Marketing بكالوريوس في التسويق
B.A. in Tourism & Recreational Management بكالوريوس في إدارة المشاريع الترفيهية
B.A. in Information Systems بكالوريوس في نظم المعلومات
B.A. in Intenational Trade and Finance بكالوريوس في التجارة الدولية والمالية
B.A. in Operations Management بكالوريوس في إدارة العمليات
B.A. in Economics and Finance بكالوريوس في الإقتصاد والمالية
B.A. in Web Design and Information Security بكالوريوس في تصميم الويب وأمن المعلومات

Masters Programs

M.Sc. in Economics ماجستير في الاقتصاد
M.Sc. in Information Systems ماجستير في نظم المعلومات
M.A. in Business Administration ماجستير في إدارة الأعمال

كلية العلوم والآداب

College of Arts & Sciences

B.Sc. in Computer Science بكالوريوس في علوم الحاسوب
B.Ed. in Computer Science بكالوريوس تربية في الحاسوب
B.Sc. in Statistics بكالوريوس في الإحصاء
B.Sc. in Mathematics بكالوريوس في الرياضيات
B.Ed. in Mathematics بكالوريوس تربية في الرياضيات
B.Ed. in Physics بكالوريوس تربية في الفيزياء
B.Sc. in Physics بكالوريوس في الفيزياء
B.Sc. in Biotechnology بكالوريوس في التقنية الحيوية
B.Ed. in Biology بكالوريوس تربية في الأحياء
B.Sc. in Chemistry بكالوريوس في الكيمياء
B.Ed. in Chemistry بكالوريوس تربية في الكيمياء
B.A. in Arabic Language بكالوريوس اللغة العربية
B.Ed. in Arabic Language بكالوريوس تربية في اللغة العربية
B.Ed. in English Language بكالوريوس تربية في اللغة الإنجليزية
B.Ed. in Art Education بكالوريوس تربية في التربية الفنية
B.Ed. in Special Education بكالوريوس تربية في التربية الخاصة
B.Ed. in Kindergarten بكالوريوس تربية في رياض الأطفال
B.A. in Foreign Language (English) and Translation بكالوريوس في اللغات الأجنبية (اللغة الإنجليزية والترجمة)
B.A. in Foreign Language (French) and Translation بكالوريوس في اللغات الأجنبية (اللغة الفرنسية والترجمة)
B.A. in Foreign Language (German) and Translation بكالوريوس في اللغات الأجنبية (اللغة الألمانية والترجمة)
B.A. in Fine Arts (New) بكالوريوس في الفنون الجميلة (جديد)

Masters Programs

M.Ed. in Psychological Guidance & Counseling ماجستير تربية في الإرشاد والتوجيه
M.Ed. in Educational Administration ماجستير تربية في الإدارة التعليمية
M.A. in Arabic Language and Literature ماجستير في اللغة العربية وآدابها
M.A. in English Language: اللغة الإنجليزية والترجمة
English Language and Translation اللغة الإنجليزية وآدابها
English Language and Literature اللغة الإنجليزية وتعليمها للناطقين بغيرها
English Language and TESOL ماجستير العلوم في الكيمياء:
M.Sc. in Chemistry: Applied Organic Chemistry الكيمياء العضوية التطبيقية
Instrumental Analytical Chemistry كيمياء الأجهزة التحليلية
M.Ed. in Teaching Arabic to Speakers of other Languages ماجستير تربية في اللغة العربية للناطقين بغيرها
M.Ed. In curriculum and teaching methods: ماجستير التربية في مناهج وطرائق التدريس:
M.Ed. In curriculum and teaching methods in Islamic education (New) ماجستير التربية الإسلامية (جديد)