



وكيل كلية الدراسات العليا للطفولة  
لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة  
جامعة عين شمس

## ندوة التفاعلية بعنوان ( الضغوط النفسية وكيفية التعامل معها ) التي عقدت يوم

الأحد الموافق ٢٠٢١/٧/٤ .

- نظم قطاع شئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة بكلية الدراسات العليا للطفولة ندوة تفاعلية بعنوان " الضغوط النفسية وكيفية التعامل معها "
- حضر بالندوة :- د/ ولاء رجب - مدرس بقسم الدراسات النفسية للأطفال، و خصت الندوة للسادة الإداريين بالكلية .
- وتناولت الندوة الحديث عن تعريف الضغوط النفسية وأثارها النفسية والجسدية متطرقا إلى تعريف الضغوط النفسية حيث تتمثل في ادراك الفرد بأن هناك متطلبات تفوق قدراته وإمكانياته مع ظهور استجابات نفسية وسلوكية وجسمية لا توافقه

