

تصور مقترح لخطة عمل وحدة الدعم النفسي بالكلية

(العام الجامعي ٢٠٢٥/٢٠٢٦ م)

الرؤية:

تحقيق بيئة جامعية داعمة للصحة النفسية، تعزز التوازن الانفعالي والرفاه النفسي للطلاب وأعضاء هيئة التدريس والعاملين، وتساهم في بناء شخصية جامعية متكاملة قادرة على التكيف والإنجاز.

الرسالة:

تقديم خدمات نفسية شاملة تقوم على الدعم، والوقاية، والتوعية، والعلاج المبكر، من خلال برامج إرشادية وتدريبية وتوعوية تساهم في الارتقاء بالصحة النفسية وجودة الحياة الجامعية.

الأهداف العامة:

- تعزيز الوعي بأهمية الصحة النفسية داخل الكلية.
- تقديم خدمات دعم نفسي فردية وجماعية للطلاب وأعضاء هيئة التدريس والعاملين.
- الكشف المبكر عن الاضطرابات والمشكلات النفسية والانفعالية وتقديم التدخل المناسب.
- تدريب الطلاب على مهارات التكيف وإدارة الضغوط النفسية والأكاديمية.
- دعم الفئات الأكثر عرضة للمشكلات النفسية (الطلاب الجدد - ذوو الهمم - الطلاب المغتربون).
- بناء شراكات وتعاون مع الجهات المعنية داخل الكلية وخارجها لدعم العمل النفسي المؤسسي.
- إجراء دراسات ومسوحات نفسية تساهم في تطوير بيئة الكلية.

محاور الخطة:

*محور الدعم والإرشاد النفسي:

- جلسات دعم نفسي فردي وجماعي.
- استقبال الحالات المحولة من الأقسام أو وحدة الإرشاد الأكاديمي بالكلية .
- تقديم استشارات فورية لحالات القلق، الاكتئاب، التوتر، وصعوبات التكيف.

*محور التوعية والوقاية:

- تنظيم ندوات شهرية عن موضوعات الصحة النفسية (إدارة الضغوط، التوازن الدراسي، الثقة بالنفس، العلاقات الصحية.....).
- إصدار نشرات ومطبوعات توعوية.
- تنظيم حملات توعية في المناسبات العالمية مثل اليوم العالمي للصحة النفسية.

*محور التدريب وبناء القدرات:

- إعداد ورش تدريبية حول مهارات الحياة والتعامل مع الضغوط.
- تدريب طلاب قسم علم النفس و الدبلوم المهني شعبة إرشاد نفسي على مهارات الدعم النفسي.
- تنمية مهارات أعضاء هيئة التدريس في دعم الطلاب نفسيًا وتربويًا.

*محور البحث والتقويم:

- تنفيذ بحوث ميدانية داخل الكلية لقياس مستوى الصحة النفسية وجودة الحياة الجامعية.



- إعداد تقارير دورية لاحتياجات الطلاب النفسية.
- تطوير أدوات تقييم ومقاييس نفسية تتناسب مع البيئة الجامعية.

*المحور التعاوني "التنسيق":

- التنسيق مع الوحدات المختلفة داخل الكلية والجامعة لتقديم خدمات الدعم النفسى .
- التعاون مع مؤسسات المجتمع المدني والمراكز المتخصصة في الصحة النفسية.

مؤشرات النجاح:

- ✓ عدد الندوات وورش العمل المنفذة.
- ✓ نسبة مشاركة الطلاب وأعضاء هيئة التدريس.
- ✓ عدد الحالات التي تلقت دعماً من الوحدة.
- ✓ إنتاج مواد إعلامية/بحثية منشورة.

الأنشطة والفعاليات السنوية المقترحة:

الشهر	النشاط	الفئة المستهدفة	الهدف
نوفمبر	ندوة تعريفية بالوحدة وخدماتها	جميع الطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس	نشر الوعي بالخدمات النفسية
نوفمبر	ورشة "كيف أتعامل مع القلق الأكاديمي"	طلاب الفرقة الأولى	مساعدة الطلاب الجدد على التكيف مع البيئة الجامعية
ديسمبر	حملة توعوية بعنوان "صحتك النفسية أولوية" تشمل مجموعة من الندوات	جميع الطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس	تعزيز الوعي النفسى
فبراير	استكمال ندوات وورش عمل الحملة التوعوية	جميع الطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس	تعزيز الوعي النفسى
مارس	ورشة تدريبية لأعضاء هيئة التدريس عن "التعامل النفسى مع الطلاب"	أعضاء هيئة التدريس	رفع كفاءة الدعم النفسى الأكاديمي
ابريل	ندوة مشتركة مع وحدة مناهضة العنف بالجامعة بعنوان "الاضطرابات الناتجة عن العنف النفسى"	جميع الطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس	التكامل بين الوحدات
مايو	ملتقى ختامى لعرض إنجازات الوحدة	المجتمع الأكاديمي	توثيق وتقييم أثر الوحدة

الهيكل التنظيمي والتنفيذي المقترح للوحدة :

- المدير التنفيذي للوحدة ونائبه والسادة الأعضاء.
- فريق الدعم الطلابي المتطوع :مجموعة من طلاب قسم علم النفس ودبلوم مهني إرشاد نفسي .
- اللجنة الاستشارية :تضم ممثلين من الأقسام العلمية ، وشؤون الطلاب ورعاية الشباب والوحدة الطبية بالكلية .

آليات العمل والتنسيق :

- استقبال الحالات من خلال مكتب مخصص داخل الكلية .
- الحفاظ على سرية البيانات والمعلومات النفسية بدقة .
- توثيق الحالات دون كشف الهوية ، وإعداد تقارير شهرية داخلية .
- عقد اجتماع دوري شهري لمراجعة سير العمل ، والتخطيط للأنشطة القادمة .

*شعار مقترح :

اقترح شعار خاص بالوحدة ، يعبر عن طبيعة الخدمة المقدمة بها ، ويكتب بداخل الشعار وحدة الدعم النفسي ، وأسفل الشعار " صحتك النفسية مسؤوليتنا " .