



دليل الارشاد النفسي لأعضاء هيئة التدريس اعداد

د. سحر عبد الرحيم

د. هبة محمد محمد

دكتوراه علم نفس اكلينيكي

دكتوراه علم نفس تعليمي

بالتنسيق مع وحدة التطوير والجودة



الفهرس

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	مقدمة	٣
٢	الرؤية	٤
٣	الرسالة	٤
٤	تعريف الارشاد النفسي	٤
٥	الاهداف	٤
٦	الهيكل التنظيمي للجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟	٥
٧	لماذا وضعت لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟	٥
٨	ما تقدمه لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟	٥
٩	خدمات لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي.	٥
١٠	متى تحول الطالبة الى لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟	٦
١١	كيف يتم الاحالة الى لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟	٧

مقدمة:

بسم الله الرحمن الرحيم ، والحمد لله والصلاة والسلام على نبينا محمد و آله وصحبه أجمعين

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

وحدة الارشاد النفسي جاهزة للمساعدة وتقديم المشورة للطالبات لأي مشكلة قد تواجههن. على الرغم من
كبر أعداد الطالبات ومنسوبي الكلية، نفخر بسياسة الباب المفتوح والنهج الشخصي .

نسأل الله عز وجل العون التوفيق للجميع،

الرؤية:

الارتقاء بجودة العملية التعليمية وانتظامها في ضوء بيئة تعليمية متميزة.

الرسالة:

تسعى الوحدة إلى مساعدة الطالبات على اكتشاف ذاتهم وتطويرها وابتكار طرق جديدة في حل المشكلات. كما تقوم بجلسات بالالتقاء بالطالبات لمناقشة مواضيع معينة في بيئة مريحة وجو تسوده الثقة، والارتقاء بالمهارات الدراسية أو غيرها من القضايا ذات الصلة بتطوير الذات كالتعرف على نمط الشخصية والتخطيط للحياة أو الوظيفة أو قضايا متعلقة بالصحة النفسية العامة كالاكتئاب والقلق وإدارة الضغوط والعلاقات الصحية و التعامل مع الإيذاء.



تعريف الارشاد النفسي:

الارشاد النفسي هو عملية تهدف الى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته، ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ومشكلاته وينمي امكاناته من خلال تعليمه وتدريبه ليصل الى تحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصياً، تربوياً، مهنيًا، وأسرياً.

الاهداف:

- دراسة أسباب التعثر الدراسي عند الطالبات حتى لا يصلن الى الفشل الدراسي بما ينطوي على هذا التعثر من اسباب أسرية، ونفسية.
- دراسة مشكلات الطالبات التي يتعرضن لها ومساعدتهن على مواجهة هذه المشكلات سواء كانت نفسية أو اجتماعية.

- توعية المجتمع بالقضايا النفسية والاجتماعية المتعلقة بالشباب وذلك تفادياً لحدوث أى مشاكل نفسية يتعثرن فيها الطالبات.
- مساعدة الطالبة على تنمية توافقها النفسي من خلال تقديم الاستشارات النفسية وبعض ورش العمل لتدريبها على العادات السليمة لمواجهة بعض السلوكيات السلبية كالقلق، أو لتنمية بعض المهارات كمهارات التفكير الابتكاري.
- تقديم الإعانة المادية للطالبات اللاتي في حاجة لها.

الهيكل التنظيمي للجنة:

رئيسة اللجنة: د. هبة محمد

أعضاء اللجنة: د. منى عبد اللطيف- د. سحر عبد الرحيم

سكرتيرة اللجنة: أ. تغريد الصقر

لماذا وضعت لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟

وضعت لجنة الارشاد النفسي للوقوف على المشكلات التي تعوق الطالبة كالظروف الاجتماعية والنفسية المحيطة بالطالبة والتي تؤدي الى تعثر الطالبة أو رسوبها، أو ترك الدراسة نهائياً.

ما تقدمه لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟

- ١- دراسة حالة الطالبة المحولة لها.
- ٢- مد يد المساعدة للطالبات لتذليل المشكلات وتقليل اثارها على دراسة الطالبات.
- ٣- مساعدة الطالبة على التعرف على امكانياتها وقدراتها وكذلك الموارد البيئية المحيطة بها ومحاولة استغلالها.
- ٤- حل المشكلات النفسية والاجتماعية التي تعوق التحصيل الاكاديمي للطالبة.

خدمات لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي:

❖ الارشاد النفسي الفردي:

- يهدف الى تقديم خدمات ارشادية للتعامل مع الاضطرابات السلوكية والمشكلات الاجتماعية والانفعالية ومشكلات التوافق، ويقوم بـ:
- عمل ملف دراسة الحالة.
 - حل المشكلات النفسية والاجتماعية للطالبات.
 - متابعة الطالبة المتعثرة دراسياً.
 - تحويل الحالات التي تحتاج الى علاج نفسي طبي الى المستشفيات المتخصصة.

❖ الارشاد النفسي الجمعي:

ويقوم بـ:

- الندوات والمحاضرات لتوعية الطالبات الى كيفية مواجهة المشكلات النفسية.
- ورش العمل التي تعمل التي تهدف الى تنمية مهارات الاتصال الجيد وكيفية استغلال القدرات الذاتية والاستفادة منها.
- دورات تدريبية لتنمية القدرات والامكانات البشرية.



متى تحول الطالبة الى لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي؟

☒ في المجال الأكاديمي:

- تراجع ملحوظ في الأداء الأكاديمي.
- انخفاض معدل الحضور والمشاركة.
- طلبات متكررة لتلقي اهتمام خاص أو لفرص إضافية للقيام بالواجبات.
- احتياج غير عادي لاهتمام إضافي.
- صعوبات في التركيز داخل قاعة المحاضرات أو الأداء في الامتحانات.
- رغبة الطالبة في ترك الدراسة أو التحويل.

✘ في السلوك:


- انفجار الغضب أو المبالغة في رد الفعل.
- الصياح و البكاء.
- الميل للانعزال وفقدان الاهتمام بأنشطة كانت تهتم بها بالسابق.
- التحدث أو الكتابة عن الانتحار أو الاعتداء على الآخرين.
- النشاط المفرط.
- محادثات أو كلام ليس له معنى.
- تهديد زملاء الدراسة والغضب والسلوك المزعج.
- الإفراط في القلق.
- التغييرات المؤلمة في حياة الطالبة كموت أحد أفراد الأسرة/ صديقة مقربة، والطلاق والانفصال، والتغيرات في المسؤوليات التي يقدمها للأسرة والصعوبات التي تواجه علاقاته الهامة.

✘ في المظهر:

- تراجع حاد في العناية بالنظافة الشخصية أو المظهر أو الملابس.
- وجود جروح، أو كدمات، أو حروق في الجسم.
- زيادة أو نقص حاد في الوزن.
- عيون منتفخة أو محمرة.
- مزاج مكتئب.

كيف يتم إحالة الطالبة للإرشاد والتعامل مع الطالبات اللاتي يعانين من مشكلات؟

- تحدّثي مع الطالبة على انفراد.
- تحدّثي وعبري عن الاهتمام والقلق دون حكم أو نقد.
- قومي بوصف السلوك الباعث على القلق دون محاولة تشخيصه.
- استمعي جيدا وأعيدي على الطالبة ما أخبرتك به.
- لا تناقشي أو تجادلي من منطلق أخلاقي.
- لا تبدي منصدمة.
- لا تتحدى الطالبة أو تختبري جرأتها.
- اقترحي خيارات للمساعدة، كالأسرة أو الأصدقاء أو الإحالة الى اللجنة الإرشاد النفسي والاجتماعي.
- إذا كانت الطالبة في حاجة فورية للإرشاد، فاعرضي عليها الاتصال بلجنة الإرشاد النفسي، ولا تشعرينها بأن مشكلتها صعبة.
- انتبهي الى قسمات وجهك، والتزمي بالسرية التامة عند تحويلك للطالبة الى لجنة الارشاد النفسي والاجتماعي.
- يمكن لعضو هيئة التدريس والطالب الحضور إلى اللجنة.

- 
- في حالة رفض الطالبة الحضور، على عضو هيئة التدريس الحضور للجنة وشرح ما حدث لتساعد الطالبة مع إعطاء وصف مختصر عن السلوك محل الاهتمام. ثم سيتصرف المرشد النفسي ليصل للطالبة للتحدث معها مباشرة .
 - في حالة رفض الطالبة الإحالة، على المرشد معرفة سبب رفضها وأن يعاملها بطريقة متفهمة وأعطائها الفرصة للتفكير مجددا في الأمر.
 - تمنع متطلبات السرية لجنة الإرشاد من مشاركة معلومات الطالبة مع أية جهة دون إذن كتابي من الطالبة.
 - في حالة اذا كانت مشكلة الطالبة صعبة أو في حالة الطوارئ فلا بد من الاتصال بعيادة الكلية أو الجامعة .

والله ولي التوفيق،