



## الدليل الإرشادي لطلبة برنامج دكتوراه التربية الإسلامية

إرشاد أكاديمي ومهني ونفسي واجتماعي

اعداد:

لجنة الإرشاد الأكاديمي والاجتماعي والنفسي

ولجنة الجودة والاعتماد الأكاديمي

بقسم أصول التربية

معتمد من مجلس قسم أصول تربية

في جلسته رقم 11 بتاريخ 1445/5/12هـ.

1445/44



O

## قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
1	المقدمة
2	نظام الدراسة بقسم أصول التربية
2	بعض الأسئلة الشائعة عن نظام الدراسة
3	الأوضاع الأكاديمية للطالبة/ة
3	التأجيل
3	الحذف
4	الفرصة الاستثنائية
4	طي القيد وإعادته
5	التحويل
6	نظام الاختبارات
7	خطوات تسجيل الموضوع
8	الإنذارات الأكاديمية
8	مناقشة البحث
10	الإرشاد المهني
13	الإرشاد الاجتماعي والنفسي
25	حقوق الطالبة/ة
26	أمور مهمة
27	المراجع

## مقدمة:

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين،

أعزاءنا طلاب وطالبات قسم أصول التربية:

نسأل الله لكم دوام التوفيق والسداد، ويسعدنا أن نقدم لكم هذه الصفحات كدليل مبسط يرشدكم خلال مسيرتكم العلمية في مرحلة الدكتوراه، ويشمل هذا الدليل إرشادا أكاديمياً واجتماعياً ونفسياً...

حيث يحرص قسم أصول التربية ممثلاً ببرنامج دكتوراه التربية الإسلامية بتوفير الإرشاد للطلبة في المجال الأكاديمي والمهني والنفسي والاجتماعي يتم من خلال عدد من القنوات في إدارة البرنامج وكذلك عمادة شؤون الطلاب ووكالة الجامعة لشؤون الطالبات وعمادة الدراسات العليا .

ويسعى قسم أصول التربية بدوره في الإرشاد المهني و النفسي و الاجتماعي من خلال توجيه الطلاب إلى الاستفادة من الدورات و الأنشطة المتاحة في هذا المجال، أيضاً يتم مساعدة الطلاب و معالجة الصعوبات و المشكلات التي تواجههم وتوجيههم إلى الوحدات المتخصصة والتي سيتم عرضها في هذا التقرير.

وكما تقدم عمادة شؤون الطلاب ووكالة الجامعة لشؤون الطالبات وعمادة الدراسات العليا. فعاليات تسهم في إرشاد الطلاب والطالبات في مجال المهنة. كما يتم إرشاد الطلاب نفسياً واجتماعياً، كذلك تنمية القدرات في المجال النفسي و الاجتماعي بشكل عام ، و سيتم في هذا التقرير عرض لوحدة ( عناية ) للإرشاد النفسي والاجتماعي و التي تقوم بواجبها بسرية تامة ومن خلال متخصصين في هذا المجال.

سائلين الله عز وجل أن يحقق الغرض ويفي بالمطلوب...

## أولاً- الإرشاد الأكاديمي

### نظام الدراسة لمرحلة الدكتوراه:

- يسير نظام الدراسة فيها على نظام المستويات وهي بأسلوب المقررات والرسالة حيث تكون المقررات 49 وحده دراسية مع الرسالة العلمية .
- تكون الدراسة على ست مستويات ومدة كل مستوى فصل دراسي كامل وينتقل الطالب/ة من مستوى إلى المستوى الذي يليه إذا اجتاز بنجاح مقررات ذلك المستوى ويلزم الطالب إعادة دراسة مقررات الرسوب دراسة واختباراً.
- يكون المستوى السابع هو الاختبار الشامل ويلزم الطالب اجتياز هذا الاختبار بشقيه التحريري والشفهي ، وتتاح للطلاب فرصة إعادة الاختبار إذا لم يجتازه مرة واحدة فقط.
- يحرم الطالب/ة من دخول الامتحان النهائي في المقرر الذي تزيد نسبة غيابه فيه عن 20% من عدد الوحدات.
- المدة المقررة للحصول على درجة الدكتوراه في قسم أصول التربية خمس سنوات (خمس عشرة فصلاً دراسياً)

### بعض الأسئلة الشائعة عن نظام الدراسة

#### أولاً: المقررات التكميلية :

- يجوز للقسم لقبول الطالب في مرحلة الدكتوراه أن يشترط عدداً من المقررات التكميلية من مرحلة سابقة في مدة لا تزيد على ثلاثة فصول دراسية مع مراعاة مايلي:
- اجتياز المقرر التكميلي في المرة الأولى بتقدير لا يقل عن جيد.
- ألا يقل معدله التراكمي في المقررات التكميلية عن جيد جداً.
- لا تحتسب المدة الزمنية لاجتياز المقررات التكميلية ضمن المدة المحددة للحصول على الدرجة.
- لا تدخل المقررات التكميلية في احتساب المعدل التراكمي لمرحلة الدراسات العليا.

#### ثانياً: المدة النظامية:

يبدأ حساب المدة النظامية من تاريخ بدء الدراسة، وينتهي بتاريخ التقرير الذي يقدمه المشرف/ة يفيد باكتمال البحث المكمل وصلاحيته للمناقشة، وليس بتاريخ تشكيل اللجنة أو تاريخ المناقشة. وبناء على ذلك يتم منح استحقاق مرتبة الشرف الأولى أو الثانية من عدمها (وذلك في مرحلة الدكتوراه). ولا تحتسب الفصول الصيفية ولا فصول الحذف والتأجيل .

#### ثالثاً: تسجيل الموضوع البحثي:

يجوز للطالب/ة تسجيل المشروع بعد إنجاز 50% من المقررات الدراسية.

#### رابعاً: مرتبة الشرف:

- يستحق الطالب/ة مرتبة الشرف في مرحلة الدكتوراه إذا تحققت الشروط التالية:
- الحصول على معدل تراكمي 4.75 فأكثر (لمرتبة الشرف الأولى)، أو معدل 4.25 فأكثر (لمرتبة الشرف الثانية).
- ألا يكون/ تكون قد رسب/ت في أحد المقررات التي دُرست في هذه المرحلة.
- أن ينهي/ تنهي متطلبات الحصول على الدرجة في مدة لا تزيد عن اثنا عشر فصلاً دراسياً.

## الأوضاع الأكاديمية

أولاً: التأجيل:

### 1- تأجيل القبول ويشترط له:

- أن يتقدم الطالب/ة بطلب تأجيل القبول إلى القسم قبل بداية الفصل بأسبوع على الأقل.
- تكون فرصة تأجيل قبول الدراسة مرة واحدة لكل دفعة.
- يجوز تأجيل القبول لمدة فصل دراسي واحد أو فصلين دراسيين على الأكثر.

### 2- تأجيل الدراسة لمرحلة الدكتوراه ويشترط له:

- أن يكون الطالب/ة قد اجتاز فصلاً دراسياً أو أكثر أو أنجز قدرأ مناسباً من الرسالة.
- ألا يتجاوز مجموع مدة التأجيل ست فصول دراسية (سنتين دراستين).
- أن يرفع الطالب/ة طلب التأجيل من خلال نظام عليا قبل بداية الفصل الدراسي بما لا يقل عن أسبوعين. (ينظر في التقويم الجامعي)

### أمور هامة تتعلق بالتأجيل:

- لا يحظى الطالب/ة المؤجل بميزات الطالب المنتظم.
- مجموع فصول التأجيل للطالب/ة ست فصول دراسية فقط، يسمح في كل طلب تأجيل فصل واحد يرفع من خلال نظام عليا.
- لا تحتسب مدة التأجيل ضمن الحد الأقصى لمدة الحصول على الدرجة.
- لا يحتسب من مدة التأجيل الفصل الدراسي الذي لا يتمكن القسم فيه من تدريس مقررات الفصل الدراسي المؤجل على ألا يزيد عن فصلين دراسيين.
- يستمر الإشراف فترة التأجيل.
- يكون نظر القسم العلي في طلب التأجيل مبنياً على تقرير المرشد أو المشرف نموذج رقم (٢٠).

### ثانياً: حذف المقررات:

- يحق للطالب/ة أن يحذف مقرر أو أكثر وفق مايلي:
- أن يرفع الطالب/ة طلب حذف المقررات قبل الاختبار النهائي بما لا يقل عن ثلاثة أسابيع، (يراجع التقويم الجامعي) على ألا يكون مجموع غياب الطالب/ة قد بلغ/ت نسبة الحرمان.
- ألا يكون هذا الفصل الدراسي ضمن الفرص الإضافية.
- يحسب هذا الفصل الدراسي ضمن مدد التأجيل.
- لا يقبل الحذف إذا كان الطالب/ة قد استنفذ فرص التأجيل.
- يجب على الطالب/ة المفرغ إبلاغ جهة عمله بالحذف.

- لا يتمتع الطالب الذي حذف مقرراته بحقوق الطالب الجامعي.

### ما الفرق بين حذف المقررات والتأجيل؟

#### من حيث الوقت:

حذف المقررات لا يكون إلا في مرحلة المقررات أما التأجيل فيكون في مرحلة المقررات ومرحلة البحث لبرنامج الدكتوراه.

#### زمن تقديم الطلب:

حذف المقررات مفتوح عبر نظام عليا إلى قبل بداية الاختبارات بثلاث أسابيع (يراجع التقويم الجامعي) أما التأجيل فيكون قبل بداية الفصل بأسبوعين

#### ثالثاً: الفرص الاستثنائية:

- يجوز منح الطالب/ة فرصة استثنائية واحدة لسنة دراسية بناءً على توصية مجلسي القسم والكلية وموافقة مجلس عمادة الدراسات العليا وموافقة مجلس الجامعة.
- ويجوز للطالب/ة إذا منح فرصة استثنائية، ولم يكن استنفذ مدة التأجيل فله أن يؤجل الفرصة الاستثنائية أو بعضاً منها.

#### يلزم الطالب/ة للحصول على الفرصة الاستثنائية ما يلي:

- أن يتقدم الطالب/ة بطلب الفرصة الاستثنائية إلى القسم المختص قبل نهاية الفصل الأخير من المدة النظامية.
- أن يقدم المشرف لرئيس القسم المختص تقريراً مفصلاً عن السير الدراسي للطالبة نموذج رقم (٢٠) مقترحاً مدة الفرصة الإستثنائية.

#### رابعاً: طي القيد وإعادته:

#### حالات طي القيد :

- إذا انسحبت أو انقطعت الطالب/ة عن الدراسة لمدة فصل دراسي دون عذر مقبول.
- إذا ثبت عدم الجدية في الدراسة أو أخل بأي من الواجبات الدراسية وفقاً لأحكام لائحة الدراسات العليا.
- إذا انخفض المعدل التراكمي عن تقدير جيد جداً في فصلين دراسيين متتاليين.
- إذا تجاوزت فرص التأجيل المحددة.
- إذا أخلت بالأمانة العلمية سواء في مرحلة دراسة المقررات أو إعداد الرسالة، أو قام/ت الطالب/ة بعمل يخل بالأنظمة والتقاليد الجامعية.
- إذا قررت لجنة الحكم على الرسالة عدم صلاحيتها للمناقشة أو عدم قبولها بعد المناقشة.
- إذا لم يحصل/ تحصل الطالب/ة على الدرجة خلال الحد الأقصى لمدتها.

## يعاد القيد بشرط :

- يجوز في حالات الضرورة القصوى إعادة قيد الطالب/ة التي أُلغى قيدها/ا إذا كان الحائل دون مواصلة دراسته/ها ظروف قهرية يقبلها مجلسا القسم والكلية وتكون إعادة القيد بناءً على توصية من مجلس عمادة الدراسات العليا وبقرار من مجلس الجامعة مع مراعاة ما يأتي:
- الطالب/ة التي مضى على إلغاء قيدها أكثر من ستة فصول دراسية يعامل/تعامل معاملة الطالب/ة المستجد/ة بصرف النظر عما قطع/ت سابقا من مرحلة الدراسية.
- الطالب/ة التي مضى على إلغاء قيدها/ا ستة فصول دراسية أو أقل يعيد دراسة بعض المقررات التي يحددها له/ها مجلسا القسم والكلية ويوافق عليها مجلس عمادة الدراسات العليا وتحسب الوحدات التي درسها/درستها ضمن معدله/ها التراكمي بعد استئنافه/ها الدراسة كما تحتسب المدة التي قضاها الطالب/ة في الدراسة قبل إلغاء قيدها/ا ضمن المدة القصوى للحصول على الدرجة.

## خامساً: التحويل:

### أنواع التحويل:

- التحويل من جامعة إلى جامعة
- التحويل من تخصص إلى تخصص
- يقبل تحويل الطالب/ة إلى الجامعة من جامعة أخرى معترف بها أو التحويل من تخصص إلى آخر داخل الجامعة بناءً على توصية مجلسي القسم والكلية وموافقة مجلس عمادة الدراسات العليا مع مراعاة ما يأتي :
- توفر شروط القبول في الطالب/ة المحولة وأي شروط أخرى يراها القسم ضرورية.
- ألا يكون الطالب/ة مفصول/ة من الجامعة المحولة منها لأي سبب من الأسباب أو ملغى قيدها/ا من القسم المحولة منه.
- يجوز احتساب عدد الوحدات الدراسية التي درسها طبقاً للآتي:
  - أ- ألا يكون قد مضى على دراسته/ها للوحدات المعادلة أكثر من ستة فصول دراسية.
  - ب- أن تتفق من حيث الموضوع مع متطلبات البرنامج المحول إليه.
  - ج- ألا تتعدى نسبة هذه الوحدات ثلاثين في المائة من وحدات البرنامج المحول إليه.
  - د- ألا يقل تقديره/ها في الوحدات المعادلة عن (جيد جداً).
  - هـ- لا تدخل الوحدات المعادلة ضمن حساب المعدل التراكمي.



و- تكون المعادلة بتوصية من مجلس القسم الذي يتبعه المقرر وموافقة مجلس الكلية وعمادة الدراسات العليا.

- يكون التحويل من برنامج إلى آخر لمرة واحدة خلال المدة المحددة للحصول على الدرجة.
- تحتسب المدة التي قضاها/قضتها الطالبة/ة في البرنامج المحول منه ضمن المدة القصوى المحددة للحصول على الدرجة.

### آلية التقديم على طلب التحويل:

- أن يكون التحويل في المدة المتاحة للتحويل .
- يعبأ نموذج طلب التحويل (رقم 19):
- <https://units.imamu.edu.sa/colleges/FOE/fileslibrary/Pages/test8.aspx>
- كتابة خطاب موجه لرئيس القسم المحول له يطلب فيه الموافقة على التحويل ويحتوي على المعلومات الأساسية للطالبة/ة.
- إرسال الطلب إلى البريد الإلكتروني المخصص لذلك وهو [osool.trb@imamu.edu.sa](mailto:osool.trb@imamu.edu.sa)

### نظام الاختبارات

- لا يعتبر الطالبة/ة ناجح في المقرر إلا إذا حصل فيه على تقدير "جيد" على الأقل (60 درجة فأكثر).
- يلزم الطالبة/ة بإعادة دراسة مقررات الرسوب إن وجدت دراسة واختباراً.
- يشترط لعقد الاختبار البديل أن يتقدم الطالبة/ة لمجلس القسم بعذر مقبول عن تخلفه من وقت نشوء العذر حتى نهاية الأسبوع الثاني من نهاية الاختبارات.
- يعقد الاختبار البديل خلال أسبوعين من بداية الفصل الدراسي التالي
- يجوز تمكين الطالبة/ة الراسبة/ة من دراسة الفصل التالي، إذا لم تكن مقررات الفصل الذي رُسب فيه متاحة للدراسة، مالم تكن لمقررات الفصل الثاني متطلبات من الفصل الدراسي الأول. على أن يُعاد ما رُسب فيه دراسة واختباراً في أقرب فرصة يتاح فيها دراسة الفصل الذي رُسب فيه.

## خطوات تسجيل الموضوع

- يحدد للطالبة/ة مشرف علمي في بداية المستوى (الثالث)
- يجوز للطالبة/ة رفع الفكرة البحثية بعد تحديد المشرف العلمي لها/ها وقبل انتهاء مرحلة دراسة المقررات
- يلتزم/تلتزم الطالبة/ة بكتابة الفكرة البحثية كما هو مطلوب في النموذج التالي:
- [https://drive.google.com/drive/folders/18idDvsu64EMa3PH\\_5-rpA-SDaP5c3lQ1](https://drive.google.com/drive/folders/18idDvsu64EMa3PH_5-rpA-SDaP5c3lQ1)
- يتولى المشرف العلمي رفع الفكرة للجنة أفكار الدراسات العليا بالقسم.
- بعد موافقة لجنة الأفكار على الموضوع يرفع الموضوع لمجلس القسم للحصول على الموافقة المبدئية على الموضوع.
- يبدأ الطالب/ة بعمل المخطط البحثي مع المرشد العلمي ثم يرفع للجنة السمينار لمناقشته .
- بعد مناقشة الطالب للمخطط واجراء التعديلات المطلوبة يرفع المخطط لمجلس القسم لاعتماد الموضوع واعتماد المشرف العلمي .
- يرفع المخطط بعد القسم العلمي الى مجلس الكلية ثم مجلس الدراسات العليا لتسجيل الموضوع نهائيا واعتماد المشرف .

## شروط اختيار الموضوع:

- التأكد من أن الموضوع لم يبحث سابقا وذلك بالرجوع إلى أوعية المعلومات والبحث فيها كمكتبة الملك فهد الوطنية وأدلة الرسائل العلمية.
- أن يتصف الموضوع بالجدة والأصالة والابتكار وارتباطه بالتخصص العلمي.

## لوازم كتابة البحوث:

- أولا: يجب على الطالبة/ة الالتزام بدليل كتابة الرسائل العلمية الصادر عن كلية التربية والموجود على هذا الرابط <https://units.imamu.edu.sa/colleges/foe/announcements/Pages/rwrite.aspx>
- ثانياً: يجب على الطالبة/ة عند كتابة البحث الالتزام بأخلاقيات البحث العلمي والتي تحظر جميع مظاهر الغش الأكاديمي المتعارف عليها عالمياً وأخصها:
- انتحال الأعمال البحثية للآخرين المنشورة وغير المنشورة.
- نسب أعمال الآخرين أو مجهوداتهم إلى الباحث بشكل مباشر أو غير مباشر، وعدم الاعتراف بجهد من ساعده أو ساهم معه في إتمام بحثه.



بعد انتهاء الطالب/ة من التعديلات بعد المناقشة واعتمادها من المشرف يقوم الطالب/ة بطباعة البحث خمس نسخ مجلدة تجليداً فآخرأ وترتب الأوراق داخل المجلد كما يلي:

- 1-الغلاف الخارجي الأخضر.
  - 2-ورق أبيض مقوى سادة.
  - 3-بيانات رسالة علمية (مختومة وملونة).
  - 4-صفحة الغلاف الداخلية (مذهبة).
  - 5-ورقة اعتماد النتيجة (مختومة وملونة).
  - 6-البسملة.
- مع الالتزام باللون الأخضر للغلاف الخارجي.
- يقوم الطالب/ة بتسليم النسخ الخمسة للقسم مع المستندات التالية:
- 1-صورة من الهوية الوطنية أو سجل العائلة للطالبات.
  - 2-صورة من جواز السفر.
  - 2- السيرة الذاتية وفق النموذج المرفق.
  - 3- يختم القسم نموذج إفادة بتسليم البحث عند تسليمه/ا للنسخ لحاجته/ا له عند إخلاء الطرف.
- بعد اكتمال الأوراق السابقة يتم رصد درجة البحث للطالب/ة واحتساب معدله/ا.
- ويتابع الطالب/ة إصدار وثيقة التخرج مع عمادة الدراسات العليا .

## ثانياً- الإرشاد المهني

يحرص برنامج دكتوراه التربية الإسلامية على توفير الإرشاد المهني للطلاب والطالبات من خلال :

- رسائل إرشادية للطلاب والطالبات في المهنة عبر البريد الإلكتروني الرسمي وعبر منصة إكس.
- تفعيل أسبوع المهنة.
- عقد اتفاقيات في مجال المهنة مع عدد من جهات التوظيف في سوق العمل.
- حث الطلبة على حضور الدورات التأهيلية للطلبة الخريجين.
- [https://x.com/imsiu\\_edu\\_sa/status/1661627619752779778?s=48](https://x.com/imsiu_edu_sa/status/1661627619752779778?s=48)



صورة رقم (1): توضح الرسائل الإرشادية في المهنة الموجهة للطلبة

- 38 الشركات الموظفة  
3 الرعاية المشاركين  
17 دورة تدريبية  
4 أيام المعرض  
7 ملصقاً بحثياً  
8 جلسات استشارية  
+900 فرصة وظيفية

## أسبوع المهنة



مبنى المؤتمرات

الطلاب 22 - 23 / 5 / 2023م

الطالبات 24 - 25 / 5 / 2023م

صورة رقم (2): توضح دعوة الطلبة للاستفادة من فعاليات أسبوع المهنة

تدشين أسبوع المهنة :

<https://x.com/spokespersonimu/status/1526094882317770752?s=48>

ويهدف أسبوع المهنة إلى:

- تقديم فرص وظيفية للطلبة.
- الإرشاد والتدريب الوظيفي لطلبة الجامعة
- تعميق المعرفة بسوق العمل واحتياجاته.
- تفعيل برنامج التدريب التعاوني والصيفي.
- بناء الشكاكات المحلية مع الجهات الحكومية والأهلية.
- تقديم عدد من الدورات التدريبية المهنية.






**أسبوع المهنة طريقك إلى حياتك المهنية**

**الدورات**  ZOOM

اسم المحاضر	موضوع الندوة	مدتها	اليوم	التاريخ	التوقيت
د. أريج المواد	أخلاقيات العمل والسلوك المهني	3 ساعات	الأحد	1443 / 10 / 14 هـ 2022 / 05 / 15 م	9:00 ص - 12:00 م
أ. خالد الفحطاني	التمييز الوظيفي	ساعتان	الأحد	1443 / 10 / 14 هـ 2022 / 05 / 15 م	4:00 م - 06:00 م
أ. نائل الشمري	فن كتابة السيرة الذاتية	ساعتان	الاثنين	1443 / 10 / 15 هـ 2022 / 05 / 16 م	4:00 م - 06:00 م
أ. نائل الشمري	التخطيط التشغيلي	4 ساعات	الثلاثاء	1443 / 10 / 16 هـ 2022 / 05 / 17 م	4:00 م - 08:00 م
هيئة التخصصات الصحية د. أميرة كلشن	الأكاديمية الصحية والأدوار المهنية في القطاع الصحي	ساعة	الخميس	1443 / 10 / 18 هـ 2022 / 05 / 19 م	10:00 ص - 11:00 ص
أهند الشريف	منظومة الابتكار	ساعة	الخميس	1443 / 10 / 18 هـ 2022 / 05 / 19 م	8:00 م - 09:00 م
هيئة الفداء والدواء	انضم لنا وشاركنا التحدي في هيئة الفداء والدواء	طوال أيام البرنامج في معرض مبنى المؤتمرات		1443 / 10 / 18-15 هـ 2022 / 05 / 19-16 م	08:30 ص - 02:30 م




جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - مبنى المؤتمرات

1443 هـ - 2022 م

صورة رقم (3): توضح الدورات التدريبية المقامة في أسبوع المهنة

## ثالثاً- الإرشاد النفسي والاجتماعي

يقدم قسم أصول التربية لطلابه وطالباته إرشادا اجتماعيا ونفسيا من خلال مجموعة من الأعضاء والعضوات المتمكنين في هذا المجال ويستقبل القسم طلب الإرشاد الاجتماعي والنفسي من خلال وسائل التواصل التالية

رقم الهاتف:0112585056

البريد الإلكتروني:

[i.imam.trb@imamu.edu.sa](mailto:i.imam.trb@imamu.edu.sa)

كما يتم تقديم الدعم والإرشاد النفسي في الجامعة من خلال وحدة عناية وفيما يلي تعريف بهذه الوحدة وأهدافها و وسائل التواصل معها و أبرز جهودها المقدمة للطلاب و الطالبات.

### التعريف بوحدة عناية

هدف وحدة عناية إلى تفعيل اسهامات جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية الوقائية والنمائية والعلاجية بما يتماشى مع رؤية المملكة 2030م، وذلك من خلال تقديم الحلول المناسبة لما قد يواجه طلاب وطالبات الجامعة ومنسوبيها من مشكلات نفسية أو اجتماعية، وفق منظور علمي يتوافق مع الثوابت والأطر المرجعية للمجتمع السعودي.

### أهداف الوحدة:

- تهيئة الطلاب والطالبات الملتحقين حديثاً بالجامعة للتكيف مع البيئة الجامعية.
- مساعدة الطلاب والطالبات على تحقيق وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي.
- تحقيق الانضباط الذاتي وتنمية الشعور بالمسؤولية لدى الطلاب والطالبات.
- تقديم الاستشارات النفسية والاجتماعية لطلاب وطالبات الجامعة ومنسوبيها.
- تزويد الطلاب والطالبات بالمعلومات النفسية والاجتماعية لإكسابهم مهارات الحياة الجامعية.
- علاج وإرشاد الطلاب والطالبات الذين يعانون من مشكلات نفسية أو اجتماعية أو صحية ومساعدتهم على مواجهة هذه المشكلات والتغلب عليها.
- الاهتمام بالطلاب والطالبات المتفوقين والموهوبين والعمل على تعزيز قدراتهم ودعم ابداعاتهم.
- بناء برامج علاجية وإرشادية لمعالجة مشكلات تعاطي وإدمان المخدرات.
- إعداد برامج متخصصة وإجراء دراسات وبحوث في مجال العلاج والإرشاد النفسي والاجتماعي.
- إقامة الدورات والبرامج التدريبية في مجال العلاج والإرشاد النفسي والاجتماعي.
- إقامة مؤتمرات وندوات علمية في مجال العلاج والإرشاد النفسي والاجتماعي.



إعداد وتطبيق الوسائل والمقاييس اللازمة لعملية العلاج والإرشاد النفسي والاجتماعي.

#### السرية:

لا تشارك وحدة عناية أي معلومات شخصية أو محتوى جلسات العلاج والإرشاد إلا بعد موافقة العميل. وفي حالة تعرض الفرد لمخاطر إيذاء نفسه / نفسها أو الآخرين فسيتم إخطار الأطراف اللازمة، وسيكون العميل على دراية بجميع الإجراءات المتبعة.

#### فريق العمل:

يعمل في وحدة عناية نخبة من المتخصصين في مجالي علم النفس والخدمة الاجتماعية بدوام مجدول بشكل أسبوعي، وأخصائيين نفسيين واجتماعيين بدوام كامل.

#### الثقافة النفسية والاجتماعية:

توفر وحدة عناية بالتعاون مع المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية كتيبات عبارة عن معلومات حول الصعوبات والمشكلات النفسية والاجتماعية التي يواجهها الطلاب والموظفين بشكل متكرر أو حول الموضوعات التي يرغبون في معرفة المزيد من المعلومات عنها.

#### الموقع الإلكتروني لوحدة عناية

#### استقبال حجز المواعيد عن طريق نظام عناية

ذهابك إلى الأخصائي في وحدة العلاج والإرشاد النفسي والاجتماعي يمكنه من إجراء تغييرات إيجابية في حياتك وتحسينها بشكل عام ، لا تنتظر كثيراً فالتدخل المبكر يحد من تفاقم المشكلة ، كل ما تحتاجه هو التواصل مع شخص مؤهل يُساعدك في تخطي العقبات ، اتخذ الخطوة الأولى وتواصل للحصول على الدعم من خلال منصة وحدة "عناية"

### لحجز موعد

- ✓ يمكنك حجز موعد استشارة نفسية أو اجتماعية
- ✓ سيمكنك الباركود من فتح الموقع لتعبئة البيانات
- ✓ سيتم التواصل معكم في أقرب وقت



صورة رقم (4): توضح طريقة حجز موعد للاستشارة النفسية أو الاجتماعية

إقامة دورات تدريبية في المجال النفسي والاجتماعي:

كما يتم الإعلان عن جداول الدورات على منصة التواصل الاجتماعي الرسمية للوحدة ، ومن نماذج الدورات المقدمة:

# الدورات التدريبية

## للفصل الدراسي الأول



عمادة شؤون الطلاب

مكان انعقاد الدورة	التاريخ	اسم الدورة التدريبية
وحدة عناية	الأحد 1445/3/16	فنيات المقابلة الاكلينيكية
مصرف الإنماء (حضورى)	الأحد 1445/3/16	محاضرة عن التوجيه المهني 1
المعهد الإداري العالي للتدريب	الأحد 1445/3/16	أساسيات الحوسبة السحابية (1)
وحدة عناية	الاثنين 1445/3/17	معايير الاختيار الزوجي
zoom	الاثنين 1445/3/17	كيف تكون رائد أعمال ناجح
المعهد الإداري العالي للتدريب	الثلاثاء 1445/3/18	أساسيات الحوسبة السحابية (2)
zoom	الأربعاء 1445/3/19	الميول المهنية
وحدة عناية	الخميس 1445/3/20	فنيات العلاج المعرفي

## 7 الأسبوع السابع



صورة رقم (5): توضح الدورات التدريبية المقامة في الإرشاد النفسي والاجتماعي

# الدورات التدريبية

## للفصل الدراسي الأول



عمادة شؤون الطلاب

مكان انعقاد الدورة	التاريخ	اسم الدورة التدريبية
وحدة عناية	الأحد 1445/4/7	جودة العلاقات الاجتماعية
zoom	الأحد 1445/4/7	استخدامات الإنفوجرافيك في البحوث العلمية
zoom	الثلاثاء 1445/4/9	التغيير الإيجابي وأثره على تقدير الذات
وحدة عناية	الأربعاء 1445/4/10	المرونة النفسية
متقن	الأربعاء 1445/4/10	أعمل بوعي
وحدة عناية	الخميس 1445/4/11	التفكير الإيجابي

## 10 الأسبوع العاشر



صورة رقم (6): توضح الدورات التدريبية المقامة في الإرشاد النفسي والاجتماعي

كما يتم إرسال رسائل توعوية و تثقيفية للطلبة في المجال النفسي والاجتماعي وفيما يلي نماذج من الرسائل التوعوية و  
التثقيفية في المجال النفسي والاجتماعي على منصات التواصل الرسمية للوحدة:



اليوم العالمي للصحة النفسية  
World Mental Health Day  
October 10th



المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية  
National Center for Mental Health Promotion



عمادة شؤون الطلاب

وحدة رعاية، تهدف لمساعدة الطلاب والطالبات للوصول إلى مرحلة الاستقرار  
والصحة النفسية، ومساعدته على تخطي **الصعوبات الحياتية، الانفعالية، الدراسية**

**المستشارين**



• الأطباء النفسيين  
• الأخصائيين الاجتماعيين  
• الأخصائيين النفسيين

**المستفيدين**



• الطلاب والطالبات  
• أعضاء هيئة التدريس  
• الهيئة الإدارية

**مبادرات وحدة رعاية**



• خط الدعم النفسي والاجتماعي  
• الحملة التوعوية لدعم النفسي والاجتماعي  
• الاستشارات الهاتفية  
• المنصة الاستشارية

**الخدمات**



• الجلسات الإرشادية الفردية والجماعية  
• الدورات التدريبية  
• ورش العمل  
• المحاضرات

**المؤهلات العلمية**



• درجة الماجستير  
• درجة الدكتوراه

**تصنيف الهيئة السعودية للتخصصات الصحية**

[@IMSIU\\_SD](https://www.instagram.com/IMSIU_SD)

[affairs@imamu.edu.sa](mailto:affairs@imamu.edu.sa)

[Dsa.imamu.edu.sa](http://Dsa.imamu.edu.sa)



رؤية  
2030  
VISION  
Saudi Vision 2030  
Saudi Ministry of Health  
Ministry of Health  
Saudi Arabia



@imamucare Eps@imamu.edu.sa



## مفاهيم خاطئة عن الصحة النفسية

**العلاج النفسي يستمر طوال الحياة**  
بعد العلاج النفسي عملية مرحلية لفترة محددة ، وغالب الإصابات لا تستمر بالعلاج لفترات طويلة .



**الاضطراب النفسي يسبب وصمة عار**  
الأمراض والاضطرابات النفسية حالها كحال الأمراض العضوية ، وليس من الضرورة أن يكون المريض إنساناً مدمناً .

**لا يُعد الاكتئاب مرضاً حقيقياً**  
يرتبط الاكتئاب ارتباطاً وثيقاً بتغيرات كيميائية تحدث في الدماغ ، وينجم عنها تأثيرات شديدة في الحياة اليومية .



**تغيير نمط تفكيرك يخلصك من المرض النفسي**  
يختلف الاضطراب النفسي عن الشعور بالحزن ، حيث يرتبط الأمر بتغيرات داخل جسم الإنسان ، مما يُعقد تغيير الأفكار .



@imamucare



Eps@imamu.edu.sa

عناية .. لأجلك وضمننا عناية

## «كيف تتخلص من قلق الاختبارات»

التوتر والقلق في فترة الاختبارات أمر طبيعي ولا بد منه بالنسبة للطلاب والطالبات نتيجة الخوف من الإخفاق أو الفشل، أو حتى النجاح بدرجات أقل من الطموح المرتقب، وهناك بعض الخطط والاستراتيجيات لتجاوز الأزمة ببال مطمئن وذهن صافي .



### أهم النصائح لتلافي قلق الاختبارات



- أخذ قسط كافٍ من النوم .
- الاستمرار في الأنشطة الروتينية اليومية .
- التنفس بعمق من دقيقتين إلى ٥ دقائق .



- مضغ العلكة إذا سمح بذلك .
- البدء بحل الأسئلة السهلة أولاً .
- عدم القلق حول إنهاء الآخرين المبكر للاختبار .



- طرد الأفكار السلبية .
- عدم التفكير في ما سيحدث لاحقاً .
- المحافظة على التركيز .



- الاستعداد دراسياً للاختبار بهدوء .
- تجنب تشتيت ومراجعة المعلومات قبل الاختبار بوقت قصير .
- الوصول المبكر إلى قاعة الاختبار .



- عدم المقارنة مع قدرات أشخاص آخرين .
- التحدث مع أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء .
- طلب المساعدة من مختص حال الحاجة إليها .





## حقائق تهتك عن الصحة النفسية



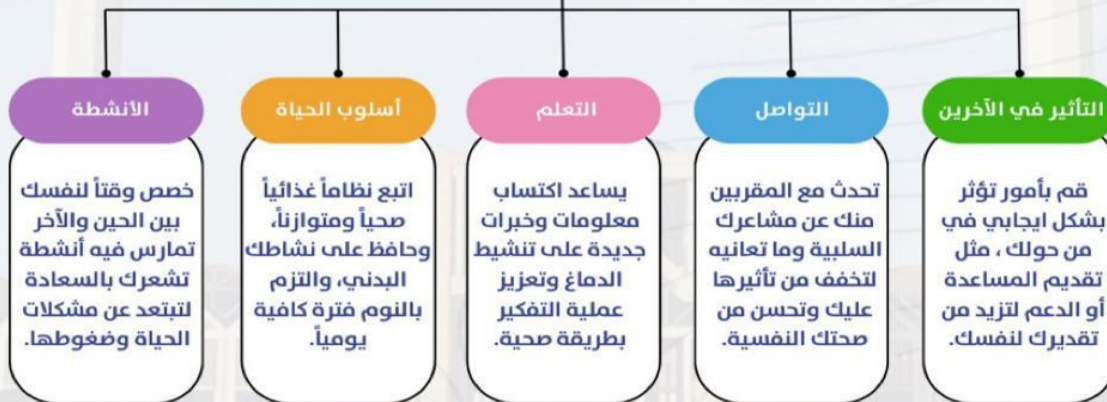
@imamucare

Epps@imamu.edu.sa

عناية .. لأجلك وضعنا عناية



## «سلوكيات تعزز الصحة النفسية»



Epps@imamu.edu.sa

@imamucare

عناية .. لأجلك وضعنا عناية

## «كيف تساعد شخص ما على تخطي ظرف صعب»

تؤثر المواقف الصعبة في الحالة النفسية لدى البعض وقد تحرمهم من ممارسة حياتهم بشكل طبيعي، لكن يمكنك تقديم المساعدة إلى شخص ما من خلال :-

- |   |                                                                                |   |                                                                          |
|---|--------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------|
| ٢ | انتبه إلى علامات قد تشير إلى مخاطر قد تحصل معه مثل الرغبة في الانتحار.         | ١ | الاستماع إليه بعطف والسماح له بأن يعبر عن كل ما يحول في خاطره بكل راحة.  |
| ٤ | تفهم حقيقة أن المرور بأزمة يتضمن مشاعر مختلطة من الغضب والشعور بالخوف والقلق.  | ٣ | قدم الدعم والمساعدة وأشعره بأنك إلى جانبه ومستعد دوماً لتقديم ما يحتاجه. |
| ٦ | أظهر مدى اهتمامك وقلقك حول ما يشعر به ذلك الشخص وأشعره بمدى اهتمام الآخرين به. | ٥ | استمر في تقديم دعمك لذلك الشخص دون توقف حتى بعد مرور وقت على محنته.      |

## نصائح ذهبية لتحسين الصحة النفسية

تحدث مع نفسك بحب وإيجابية  
وتقبل كل ما فيها من عيوب

خصص لنفسك وقت خاص بك  
ولا تقبل التنازل عنه

اكتب ثلاث نعم عظيمة تستحق  
الشكر والتأمل

قم بتلبية احتياجات جسمك من  
الغذاء والماء

قلل من متابعة مواقع التواصل  
الاجتماعي وتحرك وتنفس بعمق





## نصائح تُعزز من نتائج جلسة العلاج النفسي



اسمح لنفسك بمرور المشاعر خلال جلسات العلاج النفسي، فالعلاج النفسي يركز على مشاعرك.



تحدث مع المعالج النفسي بصراحة مطلقة، حيث لا يوجد سبب يمنعك من أن تكون واضحاً معه.



حدد لنفسك جدولاً يتضمن مهام عليك اتباعها في نهاية كل جلسة، حالها كحال الواجبات البيتية للطلاب.



امنح لنفسك الوقت الكافي للحصول على النتائج، ولا تنتظر أن تجد اختلافاً جوهرياً بمجرد مضي الجلسة الأولى.

@imamucare Epss@imamu.edu.sa

### الاكتئاب

**القلق و قلة النوم**

**ضعف الدافع الجنسي**

**فقدان الاهتمام بما اعتاد الإنسان الاستمتاع به**

**ضعف الشهية**

**تعب مستمر و آلام في البدن**

**سرعة اليأس مع الشعور المتواصل بالحزن**

علاج سلوكي معرفي + دوائي

علاج دوائي

جلسات العلاج السلوكي المعرفي

### العلاج

### في حال لم يتم علاج

يسبب الاكتئاب الخفيف شعوراً متواصلاً بالكآبة و الاكتئاب الشديد قد يدفع بالإنسان لإذاء نفسه

## أعراض القلق الاجتماعي



## 18 طريقة لمواجهة قلق الاختبارات

- |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>المراجعة قبل النوم</b><br/>لان الدماغ يعمل على تقوية الذاكرة خلال النوم مما يزيد من تذكر ما راجعته</p> |  <p><b>التمارين والرياضة</b><br/>لمدة نصف ساعة يحسنان من سرعة معالجة الدماغ و المهارات العقلية</p>    |  <p><b>التأمل لمدة 3 دقائق</b><br/>قبل المذاكرة حيث يقلل التأمل من التوتر و يعزز التركيز</p>                   |  <p><b>اكتب قائمة بأهم المفاهيم</b><br/>عندما تراجع ما ذاكرته أو دوتته من ملاحظات</p>                |  <p><b>أغلق الإنترنت في هاتفك</b><br/>وابتعد عن مواقع التواصل الاجتماعي</p>                                  |  <p><b>أعد حل التمارين وأسئلة الواجبات المنزلية</b></p>  |
|  <p><b>دون المعلومات</b><br/>حيث تشير الدراسات إلى أن الكتابة تعزز من قوة المذاكرة</p>                        |  <p><b>أخذ قسط من الراحة</b><br/>أثناء المذاكرة تزيد من إنتاجتك</p>                                   |  <p><b>المذاكرة بصوت عال</b><br/>تساعد على تذكر المعلومات عبر قراءتها و سماعها</p>                             |  <p><b>التخطيط للمذاكرة</b><br/>وتقسيمها إلى أهداف صغيرة , مثل : الانتهاء من فصل أو فصلين كل يوم</p> |  <p><b>تحويل التفاصيل التي تحاول تذكرها إلى قصة</b></p>                                                      |  <p><b>اخبر نفسك</b><br/>تعد من أفضل طرق الاستعداد</p>   |
|  <p><b>كافئ نفسك</b><br/>على كل إنجاز</p>                                                                     |  <p><b>تعرف على طقوسك</b><br/>الخاصة للمذاكرة , سواء بشكل فردي أو جماعي أو في بيئة هادئة أو مزعجة</p> |  <p><b>تغيير مكان المذاكرة</b><br/>حيث وجد الباحثون أن اختلاف أماكن الاستذكار يقوي احتمالية تذكر المعلومات</p> |  <p><b>تجنب المذاكرة ليلة الاختبار</b><br/>وابدأ المذاكرة قبل موعد الاختبار بيوم أو يومين</p>        |  <p><b>تقسيم المعلومات</b><br/>إلى مجموعات أو أجزاء صغيرة و مراجعتها لفترة طويلة عوضاً عن حفظ جزء بأخمله</p> |  <p><b>ناقش أصدقائك للمراجعة</b><br/>وتثبيت المعلومة</p> |

## حقوق الطالب/ة

- يستحق/تستحق الطالب/ة عند قبوله/ا وابتداء الدراسة مكافأة شهرية تصرف له/ا من قبل عمادة شؤون الطلاب بعد أن يقوم/تقوم بتفعيل حسابه/ا في الخدمات الذاتية وعند إصدار البطاقة ووصولها من البنك تقوم إدارة المكافآت بفرزها وتجهيزها للتوزيع وتعلن الأسماء في حساب عمادة شؤون الطلاب على تويتر @imamu\_edu\_sa
- يستحق/تستحق الطالب/ة بدل المصادر والمراجع كل سنة دراسية بمقدار (900) ريال يودع في حسابه/ا مباشرة كل سنة.
- يستحق/تستحق الطالب/ة بعد مناقشة البحث بدل للطباعة من خلال تعبئة نموذج بدل للطباعة الخاص بالطلاب ورفع له لشؤون الطلاب.
- يصرف/تصرف للطالب/ة بطاقة جامعية من عمادة الدراسات العليا لاستخدامها في الأغراض المختلفة مثل : إثبات الهوية في المدينة الجامعية، الاستفادة من المكتبة، الاستفادة من الخدمات الصحية، الاستفادة من الخدمات الطلابية داخل المدينة الجامعية.
- للطالب/ة الاستفادة من خدمات المكتبة سواء الالكترونية أو التقليدية من خلال:

1- نظام الإعارة لطالب الدراسات العليا من حقه استعارة خمس كتب لمدة شهر كامل ويمكنه تجديد الإعارة لمرة واحدة بشرط ألا يكون هناك طلب من قبل مستفيدين آخرين. ويمكن تجديد الإعارة إما عن طريق الحضور شخصياً للمكتبة أو عن طريق الهاتف.

2- خدمة قواعد المعلومات وللإستفادة منها يلزم الطالبة الحصول على اسم مستخدم وكلمة مرور من عمادة تقنية المعلومات من خلال الرابط التالي: <http://ug.imamu.edu.sa/sdl login>

## أمور مهمة

يلزم الطالب/ة الأمور التالية:

- 1- أن يراجع التقويم الجامعي لمعرفة أوقات الحذف والتأجيل ووقت رفع الفرص الإضافية.
- 2- أن يراجع الدليل الإرشادي الصادر من عمادة الدراسات العليا .
- 3- أن يطلع على لائحة تأديب الطلاب.
- 4- أن يطلع على الدليل الإجرائي لقسم أصول التربية .
- 5- متابعة حساب تويتر لقسم أصول التربية .
- 6- تفعيل البريد الإلكتروني الرسمي.
- 7- الانضمام الى قناة أصول التربية على الواتس اب .

ختاماً

نسأل الله لكم التوفيق والسداد، وأن ينفعكم بما علمكم وينفع بكم

## المراجع:

- جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. 1444هـ. اللائحة المنظمة للدراسات العليا في الجامعات وقواعدها التنفيذية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية  
1444هـ- 2022م. نسخة الكترونية .
- جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. 1431هـ. القواعد المنظمة لتسجيل الرسائل العلمية وكتابتها وطباعتها وتقديمها. الرياض. مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .
- جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. دت. قسم أصول التربية. الرياض. مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .
- جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. 1426هـ. دليل الطالب. الرياض. مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.



# B