



الدليل الإرشادي لطلبة برنامج ماجستير التربية الإسلامية

إرشاد أكاديمي ومهني ونفسي واجتماعي

اعداد:

لجنة الإرشاد الأكاديمي والاجتماعي والنفسي

وحدة الجودة والاعتماد الأكاديمي

بقسم أصول التربية

معتمد من مجلس قسم أصول تربية

في جلسته رقم ١١ بتاريخ ١٢/٥/١٤٤٥هـ

١٤٤٥/٤٤



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
١	المقدمة
٢	نظام الدراسة بقسم أصول التربية
٢	بعض الأسئلة الشائعة عن نظام الدراسة
٣	الأوضاع الأكاديمية للطالبة/ة
٣	التأجيل
٣	الحذف
٤	الفرصة الاستثنائية
٤	طي القيد وإعادته
٥	التحويل
٦	نظام الاختبارات
٧	خطوات تسجيل الموضوع
٨	الإنذارات الأكاديمية
٨	مناقشة البحث
٩	الإرشاد المبني
١٣	الإرشاد الاجتماعي والنفسي
٢٥	حقوق الطالبة/ة
٢٦	أمور مهمة
٢٧	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 الماجستير، ويشمل هذا الدليل إرشادا أكاديمياً واجتماعياً ونفسياً...

حيث يحرص قسم أصول التربية ممثلاً ببرنامج ماجستير 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 والنفسي والاجتماعي من خلال توجيه الطلاب إلى الاستفادة من الدورات والأنشطة المتاحة في هذا المجال، أيضاً يتم مساعدة الطلاب ومعالجة الصعوبات والمشكلات 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 والاجتماعي بشكل عام، و سيتم في هذا التقرير عرض لوحدة (عناية) للإرشاد النفسي والاجتماعي والتي 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 الماجستير:

- يسير نظام الدراسة على نظام المستويات وهي بأسلوب المقررات والبحث التكميلي حيث تكون المقررات ٣٦ وحدة دراسية .
- 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.
- يحرم الطالب/ة من دخول الامتحان النهائي في المقرر الذي تزيد نسبة غيابه فيه عن ٢٠٪ من عدد الوحدات.
- المدة المقررة للحصول على درجة الماجستير في قسم أصول التربية أربع سنوات (اثنا عشر فصلاً دراسياً)

بعض الأسئلة الشائعة عن نظام الدراسة

أولاً: المقررات التكميلية :

- يجوز للقسم لقبول الطالب في مرحلة الماجستير 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 للفحص، وليس بتاريخ تشكيل اللجنة أو تاريخ الفحص. ولا تحتسب الفصول الصيفية ولا فصول الحذف والتأجيل .

ثالثاً: تسجيل الموضوع البحثي:

يجوز للطالب/ة تسجيل المشروع بعد إنجاز ٥٠٪ من المقررات الدراسية.

الأوضاع الأكاديمية

أولاً: تأجيل القبول:

- أن يتقدم الطالب/ة بطلب تأجيل القبول إلى القسم قبل بداية الفصل بأسبوع على الأقل.
- تكون فرصة تأجيل قبول الدراسة مرة واحدة.
- يجوز تأجيل القبول لعدد من الفصول بما لا يتجاوز عاما دراسيا واحدا فقط.
- يلغى قبول الطالب في البرنامج اذا تأخر افتتاح البرنامج عن سنتين دراسيتين.

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 يتجاوز عدد مرات الحذف عن ست مرات.
- يجب على الطالب/ة المفرغ إبلاغ جهة عمله بالحذف.
- لا يتمتع الطالب الذي حذف مقرراته بحقوق الطالب الجامعي.

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 فرص الحذف فله أن يحذف فصول 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 الطالبة 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 قامت الطالبة بعمل يخل بالأنظمة والتقاليد الجامعية.
- إذا قررت لجنة الحكم على الرسالة عدم صلاحيتها للمناقشة أو عدم قبولها بعد المناقشة.
- إذا لم يحصل/ تحصل الطالبة على الدرجة خلال الحد الأقصى لمدتها.

يعاد القيد بشرط :

- يجوز في حالات الضرورة القصوى إعادة قيد الطالبة التي ألغى قيدها/ إذا كان الحائل دون مواصلة دراستها/ ظروف قهرية يقبلها مجلس القسم والكلية وتكون إعادة القيد بناءً على توصية من مجلس عمادة الدراسات العليا وبقرار من مجلس الجامعة مع مراعاة ما يأتي:
- الطالبة التي مضى على إلغاء قيدها أكثر من ستة فصول دراسية يعامل/تعامل معاملة الطالبة المستجدة بصرف النظر عما قطعت سابقاً من مرحلة الدراسية.
- الطالبة التي مضى على إلغاء قيدها/ ستة فصول دراسية أو أقل يعيد دراسة بعض المقررات التي يحددها لها/ مجلس القسم والكلية ويوافق عليها مجلس عمادة الدراسات العليا وتحسب الوحدات التي درسها/درسها ضمن معدلها/ التراكمي بعد استئنافها/ الدراسة كما تحتسب المدة التي قضتها الطالبة في الدراسة قبل إلغاء قيدها/ ضمن المدة القصوى للحصول على الدرجة.

خامساً: التحويل:

أنواع التحويل:

- التحويل من جامعة إلى جامعة
- التحويل من تخصص إلى تخصص

يقبل تحويل الطالبة 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 دراستها/ا 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/ا 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 مرة واحدة خلال المدة المحددة للحصول على الدرجة.
- تحتسب المدة التي قضاها/ا قضتها الطالب/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 ١٩):
- <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 للطالب/ة.

إرسال الطلب إلى البريد الإلكتروني المخصص لذلك وهو osool.trb@imamu.edu.sa

نظام الاختبارات

- لا يعتبر الطالب/ة ناجح في المقرر إلا إذا حصل فيه على تقدير "جيد" على الأقل (٦٠ درجة فأكثر).
- يلزم الطالب/ة بإعادة دراسة مقررات الرسوب إن وجدت دراسة واختباراً.
- يشترط لعقد الاختبار البديل أن يتقدم الطالب/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 الطالب/ة الراسب/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 للطالب/ة مشرف علمي في بداية المستوى (الثالث)
- يجوز للطالب/ة رفع الفكرة البحثية بعد تحديد المشرف العلمي له/ها وقبل انتهاء مرحلة دراسة المقررات
- يلتزم/تلتزم الطالب/ة بكتابة الفكرة البحثية كما هو مطلوب في النموذج المحدد من قبل القسم
- يتولى المشرف العلمي رفع الفكرة للجنة أفكار الدراسات العليا بالقسم.
- بعد موافقة لجنة الأفكار على الموضوع يرفع الموضوع لمجلس القسم للحصول على الموافقة النهائية على الموضوع وتسجيل الموضوع باسم الطالب/ة.

شروط اختيار الموضوع:

- التأكد من أن الموضوع لم يبحث سابقاً 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:

أولاً: يجب على الطالب/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 الطالب/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.
- الغش في نتائج البحث وتحليلاته.
- عدم ذكر مصادر المعلومات المذكورة في البحث والمراجع بدقة.

ثالثاً: إذا كان البحث تطبيقي ميداني يحتاج/تحتاج الطالب/ة إلى خطاب تسهيل مهمه لتوزيع الاستبانة أو جمع البيانات ويتم الحصول عليه من خلال رفع الأداة من خلال منصة وافي بعد اعتمادها من المشرف وختم القسم عليها

الإنذارات الأكاديمية

الحالات التي يوجه للطالب/ة إنذارات أكاديمية أثناء البحث:

- إذا لم يراجع الطالب/ة المشرف/ة خلال فصل دراسي دون عذر.
- إذا لم يقدم الطالب/ة عملاً يتناسب مع المدة التي أمضاها وفق تقرير المشرف/ة.
- إذا لم ينفذ الطالب/ة توجيهات المشرف/ة المبلغة له/كتابياً عن طريق القسم المختص.
- إذا قاربت المدة النظامية للطالب/ة على الانتهاء.

فحص البحث

إذا أتم الباحث/ة البحث وأجازه المشرف العلمي يرفع المشرف للقسم العلمي طلب فحص البحث ، وبعد التحديد يلتزم المشرف/ة بتسليم الفاحصين نسخ البحث لفحصه وإبداء الملحوظات وفق النموذج المعد لذلك .

ثانياً- الإرشاد المهني

يحرص برنامج ماجستير 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



عمادة الدراسات العليا

التخطيط للدراسة جزء من التخطيط لمهنة المستقبل

imamu.edu.sa/deanships/GRADUATE Graduate@imamu.edu.sa Graduate_imam

صورة رقم (١): 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 (٢): 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.

التقرير النهائي لأسبوع المهنة

https://x.com/imsiu_sd/status/1532306681614450688?s=48

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	التميز 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 كلثوم	الأكاديمية الصحية والأدوار المهنية في القطاع الصحي	ساعة	الخميس	1443 / 10 / 18 هـ 2022 / 05 / 19 م	10:00 ص - 11:00 ص
أ. هند 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

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: ١١٢٥٨٥٠٥٦ .
البريد الإلكتروني:

osoltrbg@imamu.edu.sa

كما يتم تقديم الدعم والإرشاد النفسي في الجامعة من خلال وحدة عناية وفيما يلي تعريف بهذه الوحدة وأهدافها ووسائل 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 ٢٠٣٠م، 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

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



صورة رقم (٤): 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 (حضور)	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 (٥): 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 (٦): توضح الدورات التدريبية المقامة في الإرشاد النفسي والاجتماعي

كما يتم إرسال رسائل توعوية وثقافية للطلبة في المجال النفسي والاجتماعي وفيما يلي نماذج من الرسائل التوعوية و
الثقافية 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 عناية، 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 عناية**



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

الخدمات



• الجلسات الإرشادية الفردية والجماعية
• الدورات التدريبية
• ورش العمل
• المحاضرات
• المساندة الاجتماعية
• جلسات حوارية
• تطبيق اختبارات نفسية

**المؤهلات
العلمية**



• درجة الماجستير
• درجة الدكتوراه
• تصنيف الهيئة
السعودية للتخصصات
الصحية

 @IMSIU_SD

 affairs@imamu.edu.sa

 Dsa.imamu.edu.sa



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



@imamucare Eps@imamu.edu.sa



اليوم العالمي للصحة النفسية
World Mental Health Day
October 10th



مفاهيم خاطئة عن الصحة النفسية

العلاج النفسي يستمر طوال الحياة
يعد 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 .



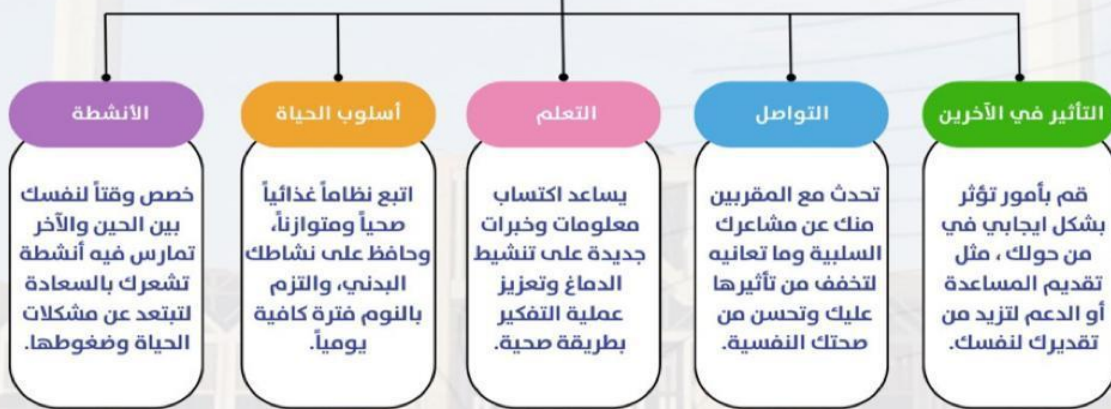
- عدم المقارنة مع قدرات أشخاص آخرين .
- التحدث مع أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء .
- طلب المساعدة من مختص حال الحاجة إليها .



حقائق تهتمك عن الصحة النفسية



«سلوكيات تعزز الصحة النفسية»



«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 :-

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

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 Eps@imamu.edu.sa

VISION 2030
رؤية 2030

الاكتئاب

القلق و قلة النوم

ضعف الدافع الجنسي

فقدان الاهتمام بما اعتاد الإنسان الاستمتاع به

ضعف الشهية

تعب مستمر و آلام في البدن

سرعة البكاء مع الشعور المتواصل بالحزن

العلاج

علاج سلوكي معرفي + دوائي

علاج دوائي

جلسات العلاج السلوكي المعرفي

في حال لم يتم علاج

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

@imamucare

Eps@imamu.edu.sa

أعراض القلق الاجتماعي



@imamucare Epss@imamu.edu.sa



18 طريقة لمواجهة قلق الاختبارات



المراجعة قبل النوم
لان الدماغ يعمل على
تقوية الذاكرة خلال النوم
مما يزيد من تذكر ما راجعته



التمارين والرياضة
لمدة نصف ساعة
يحسنان من سرعة معالجة
الدماغ و المهارات العقلية



التأمل لمدة 3 دقائق
قبل المذاكرة
حيث يقلل التأمل من التوتر
و يعزز التركيز



اكتب قائمة بأهم المفاهيم
عندما تراجع ما ذاكرته
أو دوتته من ملاحظات



أغلق الإنترنت في هاتفك
وابتعد عن مواقع
التواصل الاجتماعي



أعد حل التمارين
وأسئلة الواجبات
المنزلية



دون المعلومات
حيث تشير الدراسات إلى
أن الكتابة تعزز
من قوة المذاكرة



أخذ قسط من الراحة
أثناء المذاكرة
تزيد من إنتاجتك



المذاكرة بصوت عال
تساعد على تذكر
المعلومات عبر
قراءتها و سماعها



التخطيط للمذاكرة
وتقسيمها إلى أهداف
صغيرة , مثل : الانتهاء من
فصل أو فصلين كل يوم



تحويل التفاصيل التي
تحاول تذكرها إلى قصة



اخبر نفسك
تعد من أفضل طرق
الاستعداد



كافئ نفسك
على كل إنجاز



تعرف على طفوسك
الخاصة للمذاكرة , سواء
بشكل فردي أو جماعي أو
في بيئة هادئة أو مزجة



تغيير مكان المذاكرة
حيث وجد الباحثون أن اختلاف
أماكن الاستذكار يقوي
احتمالية تذكر المعلومات



تجنب المذاكرة ليلة الاختبار
وابدا المذاكرة قبل موعد
الاختبار بيوم أو يومين



تقسيم المعلومات
إلى مجموعات أو
أجزاء صغيرة و مراجعتها
لفترة طويلة عوضا عن
حفظ جزء بأكمله



ناقش أصدقائك
للمراجعة وتثبيت
المعلومة

حقوق الطالب/ة

- يستحق/تستحق الطالب/ة عند قبوله/ها وابتداء الدراسة مكافأة شهرية تصرف له/ها من قبل عمادة شؤون الطلاب بعد أن يقوم/تقوم بتفعيل حسابه/ها في الخدمات الذاتية وعند إصدار البطاقة ووصولها من البنك تقوم إدارة المكافآت بفرزها وتجهيزها للتوزيع وتعلن الأسماء في حساب عمادة شؤون الطلاب على منصة أكس imamu_edu_sa@
- يستحق/تستحق الطالب/ة بدل المصادر والمراجع كل سنة دراسية بمقدار (٩٠٠) ريال يودع في حسابه/ها مباشرة كل سنة.
- يستحق/تستحق الطالب/ة بعد مناقشة البحث بدل للطباعة من خلال تعبئة نموذج بدل الطباعة الخاص بالطلاب ورفع له شؤون 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:
 - ١- نظام الإعارة لطالب الدراسات العليا من حقه استعارة خمس كتب لمدة شهر كامل ويمكنه تجديد الإعارة مرة واحدة بشرط ألا يكون هناك طلب من قبل مستفيدين آخرين. ويمكن تجديد الإعارة إما عن طريق الحضور شخصياً للمكتبة أو عن طريق الهاتف.
 - ٢- 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:

- ١- أن يراجع التقويم الجامعي لمعرفة أوقات الحذف والتأجيل ووقت رفع الفرص الإضافية .
- ٢- أن يراجع الدليل الإرشادي الصادر من عمادة الدراسات العليا .
- ٣- أن يطلع على لائحة تأديب الطلاب.
- ٤- أن يطلع على الدليل الإجرائي لقسم أصول التربية .
- ٥- متابعة حساب قسم أصول التربية على منصة أكس .
- ٦- تفعيل البريد الإلكتروني الرسمي.
- ٧- 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. ١٤٤٤هـ. اللائحة المنظمة للدراسات العليا في الجامعات وقواعدها التنفيذية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
١٤٤٤هـ-٢٠٢٢م. نسخة الكترونية .
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. ١٤٣١هـ. 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. ١٤٢٦هـ. دليل الطالب. الرياض. مطابع جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ