



إتاحة خدمات الدعم المتعلق بالصحة النفسية للطلاب

(SDG 3.3.5)



Access to Mental Health Support Services for Students (SDG 3.3.5)



Port Said University Sustainable Development Committee



مقدمة

In line with Port Said University's commitment to supporting the mental health of its students, staff, and faculty members, the University has developed an integrated system of psychological support and counseling services aimed at enhancing personal, social, and academic adjustment within the university community. These efforts are consistent with the Sustainable Development Goals, particularly SDG 3.3.5, which focuses on providing access to mental health support services.

To achieve these goals, the University has established specialized psychological counseling units across several faculties. These units deliver structured and professional services that include individual and group counseling, training programs, awareness seminars, and skill-building workshops. Their mission is to raise awareness about mental health, strengthen adaptive skills, enhance problem-solving and decision-making abilities, and provide guidance on managing common psychological challenges.

1. Psychological Counseling Unit – Faculty of Nursing (Established 2017)

The Psychological Counseling Unit at the Faculty of Nursing is one of the earliest and most active units at Port Said University. Established in 2017, the unit provides professional support services for students, staff members, and faculty. Its objectives include:

- Raising awareness of mental health and promoting personal and social well-being.
- Training students in problem-solving, decision-making, stress management, and self-confidence.
- Enhancing academic and social adjustment.

انطلاقاً من التزام جامعة بورسعيد بدعم الصحة النفسية لجميع طلابها والعاملين وأعضاء هيئة التدريس، عملت الجامعة على تطوير منظومة متكاملة لخدمات الدعم النفسي والإرشاد، بهدف تعزيز التوافق الشخصي والاجتماعي والأكاديمي داخل المجتمع الجامعي. وتأتي هذه الجهود اتساقاً مع أهداف التنمية المستدامة، لا سيما مؤشر SDG 3.3.5 المعني بإتاحة خدمات الدعم المتعلقة بالصحة النفسية.

وقد قامت الجامعة بإنشاء وحدات متخصصة للإرشاد النفسي داخل عدد من الكليات، لتقديم خدمات مهنية منظمة تشمل جلسات الدعم الفردي والجماعي، وبرامج التدريب، والندوات التوعوية، وأنشطة بناء المهارات النفسية والاجتماعية. وتعمل هذه الوحدات على نشر الوعي بالصحة النفسية، دعم التكيف الأكاديمي، وتنمية مهارات حل المشكلات وإدارة الضغوط، إلى جانب تقديم الإرشاد المناسب للتعامل مع الاضطرابات النفسية الشائعة. أولاً: وحدة الإرشاد النفسي – كلية التمريض (تأسست 2017)

تعد وحدة الإرشاد النفسي بكلية التمريض إحدى أقدم الوحدات وأكثرها نشاطاً على مستوى الجامعة، وقد تم تأسيسها عام 2017 لتقديم خدمات الدعم النفسي للطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس. وتعمل الوحدة على تحقيق مجموعة واسعة من الأهداف تشمل:

– نشر الوعي بالصحة النفسية وطرق تعزيز المهارات الشخصية والاجتماعية.



Port Said University Sustainable Development Committee



- Introducing students to common mental health disorders and methods for dealing with them.

The unit has supported more than 260 cases among students, employees, faculty members, and their families, addressing a range of concerns such as anxiety, depression, social phobia, low self-confidence, adaptation difficulties, and family-related problems.

During 2023–2024, the unit expanded its services significantly in response to rising psychological needs. Activities included:

- Regular counseling sessions conducted on-campus and online.
- Training workshops on stress management, emotional regulation, time management, and positive thinking.
- Awareness seminars covering exam-related stress, panic attacks, self-harm prevention, and building healthy relationships.
- Specialized sessions on sexual and reproductive health, including healthy relationships, safe behaviors, and family planning—directly supporting SDG 3.3.4.
- Orientation programs for first-year students to support their integration into university life.
- A comprehensive medical referral system activated in collaboration with the University Hospital for cases requiring specialized care.

2. Psychological Guidance and Counseling Unit – Faculty of Education

The Faculty of Education also provides an extensive range of psychological support services through its Psychological Guidance and Counseling Unit at the Public Service Center. Key services include:

– تدريب الطلاب على مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار وإدارة الضغوط.

– رفع مستوى الثقة بالنفس والتكيف الأكاديمي والاجتماعي.

– التعريف بالاضطرابات النفسية وطرق التعامل معها.

وقد تعاملت الوحدة مع أكثر من 260 حالة من الطلاب والعاملين وأفراد أسرهم، وتنوعت القضايا بين القلق والاكتئاب والرهاب الاجتماعي وضعف الثقة بالنفس وصعوبات التكيف والمشكلات الأسرية.

وخلال عامي 2023–2024 توسّعت الكلية في خدماتها، حيث نظّمت:

– جلسات إرشاد نفسي داخلية وعبر الإنترنت.

– ورش عمل حول إدارة الضغوط، التحكم الانفعالي، إدارة الوقت، والتفكير الإيجابي.

– ندوات توعوية حول ضغوط الامتحانات ونوبات الهلع والوقاية من إيذاء النفس.

– جلسات تثقيف بالصحة الجنسية والإنجابية (إسناد مباشر لـ SDG 3.3.4)

– برامج دعم الطلاب الجدد لضمان اندماجهم في الحياة الجامعية.

– نظام إحالة طبية متكامل بالتعاون مع المستشفى الجامعي.

ثانيًا: وحدة التوجيه والإرشاد النفسي – كلية التربية

تقدم كلية التربية أيضًا خدمات دعم نفسي موسّعة للطلاب من خلال وحدة التوجيه والإرشاد النفسي بمركز الخدمة العامة، والتي تقوم بـ:



Port Said University Sustainable Development Committee



- Professional training courses for future psychological counselors and mental health practitioners.
- Counseling services for students experiencing academic and personal stressors.
- Awareness initiatives on mental well-being and coping strategies.
- Organizing specialized mental health programs, such as the “Integrated Mental Health” training course, delivered by experts and targeting students’ psychosocial skills and emotional balance.
- Receiving and following up on student cases requiring psychological support.

The unit works in coordination with other university counseling units to ensure that mental health services remain accessible to all students across the University.

Collectively, these institutional efforts reflect Port Said University's growing commitment to promoting student well-being, expanding access to psychological support, and integrating mental health education across the campus. This aligns with the Sustainable Development Goals and specifically fulfills the requirements of SDG 3.3.5 on providing access to mental health support services.

–تنظيم دورات إعداد المرشدين النفسيين والمتخصصين.

–تقديم جلسات دعم نفسي لطلاب الكلية.

–نشر الوعي بالصحة النفسية والتعامل مع الضغوط.

–تنظيم فعاليات مرتبطة بالصحة النفسية مثل دورة “الصحة النفسية المتكاملة” التي شارك فيها متخصصون واستهدفت تدريب الطلاب على مهارات التوازن النفسي والاجتماعي.

–استقبال الحالات التي تحتاج إلى متابعة أو دعم مستمر.

وتعمل وحدة كلية التربية بالتكامل مع وحدات الجامعة الأخرى لتوفير خدمات إرشادية متاحة لجميع الطلاب دون استثناء، وهو ما يعزز الدور المجتمعي والأكاديمي للجامعة في دعم الصحة النفسية.

وتعكس هذه الجهود المشتركة الدور المؤسسي المتنامي لجامعة بورسعيد في رفع مستوى الرفاهية النفسية، وتقديم خدمات الإرشاد، وتعزيز المهارات الحياتية للطلاب، بما يتوافق مع معايير أهداف التنمية المستدامة ومؤشر SDG 3.3.5.



Port Said University Sustainable Development Committee



تعلن وحدة التوجيه والإرشاد
النفسي عن
إنطلاق فاعلية دورة
**الصحة النفسية
المتكاملة**

يحاضر فيها

أ. هبة عبد المنعم	أخصائي نفسي إكلينيكي ومؤسس فريق أمان للمحة النفسية وعلاج اضطرابات الأطفال والمراهقين
د. معتز فؤاد	استشاري المحة النفسية والعلاج النفسي
أ. فاطمة عبدالعال	أخصائي إرشاد نفسي وإسري وتعديل السلوك

يبدأ التدريب من يوم ٩/١٢ وحتى ٩/١٤

بقاعة سامح خضير بكلية التربية

من الساعة ٤ وحتى ٦ مساءً



Port Said University Sustainable Development Committee





Port Said University Sustainable Development Committee



٣٠٢٠١٢

وحدة الارشاد النفسي

اللائحة التنفيذية



وحدة الارشاد النفسي
كلية التمريض - جامعة بورسعيد

٢٠١٧

المحتويات	
١	قرار انشاء وحدة الارشاد النفسي بالكلية
٢	رؤية الوحدة
٣	رسالة الوحدة
٤	اهداف الوحدة
٥	تشكيل الهيكل التنظيمي الخاص بالوحدة
٨	إختصاصات ومهام مدير وحدة الارشاد النفسي بالكلية
٩	إختصاصات ومهام نائب مدير وحدة الارشاد النفسي بالكلية
١٠	معايير اختيار المدير لوحدة الارشاد النفسي

اللائحة التنفيذية لوحدة الارشاد النفسي بكلية التمريض

بناءه على قرار السيد الدكتور عميد الكلية ب بتاريخ / ٢٠١٧/ و الخاص بالموافقه على انشاء وحدة الارشاد النفسي بكلية التمريض، قد تم تشكيل الهيكل التنظيمي للوحده ووضع اللائحه الداخليه الخاصه بها لتحقيق الغرض المنشود بما يتوافق مع رؤيه و رساله الكلية من اجل ضمان صحه نفسيه للطلاب والعاملين بالكلية واحتواء الطلاب نفسيا واجتماعيا وتقديم كافة الخدمات والاستشارات النفسيه والاجتماعية التي تساعدهم على الاندماج والتفاعل مع المجتمع بشكل جيد هذا و قد تم تخصيص مكان للوحده بالدور الثالث علوي.

قرار انشاء وحدة الارشاد النفسي بالكلية

يصدر الأستاذ الدكتور عميدا الكلية قرارا بإنشاء وحدة الارشاد النفسي بالكلية، بعد اقتراح قسم التمريض النفسي والصحة العقلية وتعامل كوحدة مستقلة فنيا وإداريا وماليا تتبع عميد الكلية وينطبق عليها نفس اللائحة الداخلية للوحدات ذات الطابع الخاص.



رؤية الوحدة

إتاحة فرص متنوعة لتحقيق جودة الحياة على صعيد التوافق الشخصي والاجتماعي والتربوي من جهة، والرضا النفسي من جهة أخرى لدى الطلاب والعاملين بكلية التمريض جامعة بورسعيد

رسالة الوحدة

توعية الطلاب والعاملين بالكلية بكيفية التعامل مع المشكلات النفسية التي تواجههم لتحقيق أكبر قدر من التوافق النفسي والاجتماعي والاكاديمي.

اهداف الوحدة

1. مساعدة الطلاب والعاملين بالكلية على تحقيق السعادة والتمتع بالصحة النفسية.
2. تدريب الطلاب والعاملين بالكلية على تنمية مهارات حل المشكلات - أسس الاختيار - اتخاذ القرار - الثقة بالنفس - تحقيق الأهداف والتفكير الإيجابي ... إلخ
- 3- تعريف الطلاب والعاملين بالكلية ببعض الاضطرابات النفسية الشائعة مثل (القلق- المخاوف - الاكتئاب- الوسواس القهري ... إلخ). وكيفية التعامل معها

٤- $\text{ÉæÓíÚ äØÇÞ Úãá ÇáæĪĩä ÈŨĪ ÊØÈĩÞáÇ æÇËÈÇÊ àìÇÍåÇ .ÈÇáßáíä áÊĪĩä ßá ãĪÊãÚ ìÇãÚÉ ÈæÑÓÚĩĩ}$

الهيكل التنظيمي لوحدة الارشاد النفسي :

رئيسا للوحده	مدرس التمريض النفسي	١. د. سهير جوده السيد
مساعد	مدرس التمريض النفسي	٢. د. عبير برمه
عضوا	مدرس التمريض النفسي	٣. د. نادية وهبه
عضوا	مدرس التمريض النفسي	٤. د. هدى جابر
عضوا	مدرس التمريض النفسي	٥. د. سومه ابراهيم
عضوا	مدرس مساعد التمريض النفسي	٦. د. بسمر عطيه
سكرتيرا للوحده	معيده بقسم التمريض النفسي	٧- د. ناهد حافظ



اختصاصات الهيكل التنظيمي للوحدة

يتولى الهيكل التنظيمي للوحدة إقرار السياسات والبرامج ونظم العمل التي تحقق أغراض الوحدة في إطار القوانين واللوائح المنظمة وذلك على النحو التالي:

1. وضع نظام داخلي للعمل في الوحدة وتحديد الاختصاصات.
2. رفع التقارير الدورية عن سير العمل بالوحدة لعميد الكلية.
3. نشر ثقافة التوجيه النفسي بين الفئات المستهدفة.
4. إجراء استبيانات استطلاع الرأي للطلاب والعاملين وأعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة في نشاط الوحدة.
5. يجتمع الهيكل التنظيمي للوحدة على الأقل كل شهر بناء على دعوة من رئيس للوحدة، ويكون الاجتماع صحيحاً بحضور أغلبية أعضاء الهيكل التنظيمي (النصف زائد واحد)، ويتم إثبات وقائع كل جلسة بتحرير محضر الجلسة واعتماده من عميد الكلية، والاحتفاظ به في سجل خاص.
6. دراسة خطط العمل التنفيذية المقدمة من رئيس الوحدة للوحدة تمهيداً للموافقة عليها وتوفير الإمكانيات اللازمة للتنفيذ.

اختصاصات ومهام مدير وحدة الارشاد النفسي بالكلية

1. اقتراح وإعداد خطط العمل اللازمة وعرضها على الهيكل التنظيمي للوحدة.
2. الإشراف والمتابعة على نظام العمل داخل الوحدة، والتأكد من مطابقتها لخطة العمل بالوحدة.
3. تقديم تقارير دورية عن تطور العمل بالوحدة لعميد الكلية وفقاً للمهام المنوطة به، والمشاكل التي تواجه قيامه بمهامه.
4. عمل جلسات للطلاب والعاملين الذين في حاجة للارشاد النفسي.

اختصاصات ومهام نائب مدير وحدة الارشاد النفسي بالكلية

1. يساعد المدير في الأعمال التنفيذية للوحدة.
2. يساعد في الإشراف ومتابعة إنجاز الأعمال اليومية، والتأكد من مطابقتها لخطة أعمال الوحدة.
3. يفوض مدير الوحدة نائبه في المهام الموكلة إليه في حالة سفره خارج الكلية.

معايير اختيار المدير والنائب لوحدة الارشاد النفسي