**ينشأ مفهوم الفرد عن ذاته من التفاعل بين مقوماته الفطرية والخبرات التي يكتسبها من تفاعلاته مع البيئة. غير أن الذات الواقعية قلما تكون هي الفيصل في تقدير الفرد لذاته، إذ يتأثر تقدير الذات من الناحية الفعلية بما يدعوه "Karl Rogers " بالذات الاجتماعية ، أي الصورة التي يراها الفرد لنفسه في ضوء تقييم الآخرين له. وهي صورة تبلور رؤية شبه مستقرة للذات يتلازم ظهورها في حال متدنية ومحبطة لدى كثيرين ممن يعانون من مشكلات نفسية . ولذلك فهم بحاجه للتركيز على الوجوه الإيجابية ، التي يمكن أن توجد لديهم أكثر مما نركز على جوانب تقصيرهم ، ومما لا شك فيه أن طلاب الجامعة يمثلون رصيد المجتمع من طاقاته الفاعلة المنتجة وأهم وأغلى ثروات المجتمع البشرية ، فهم يمثلون قيادات المستقبل التي تستطيع تحقيق أهداف المجتمع في جميع المجالات التي تسهم في تقدّمه.ولذلك ينبغي رعاية القدرات المتميزة لدى الطالبات وتشجيعها حتى تتضح القدرات الإبداعية لديهن من أجل ذلك** **يعتبر التوجيه والإرشاد في الجامعة هو حجر الزاوية في العملية التعليمية حيث تعد المؤسسات التربوية باختلاف مستوياتها في العصر الحديث المحك الذي يقاس به تقدم المجتمعات، حيث ينظر اليها على أساس التخطيط الدقيق والمنظم، ولا يمكن تنفيذ التخطيط إلا في ضوء برامج معدة على أسس وأهداف ووسائل متقنة تراعي مجموعة من الامكانيات والمهارات التي يتمتع بها المكون والمتكون وكل عناصر العملية التربوية** **من أجل ذلك تعمل المؤسسات التربوية على الاهتمام بنمو المتعلمين من جميع النواحي هادفة بذلك الى تحقيق مرتبة مشرفة تعكس مستوى المردود التربوي**

**ويعد التوجيه والإرشاد النفسي التربوي من أهم الخطط التي تساعد في بلوغ أهداف التربية والتعليم، وإذا كان التوجيه يهتم بمراعاة القدرات والاستعدادات والميول في تربية اختيارات التخصص الذي يلائم المستوى العقلي للمتعلم، فان الإرشاد النفسي التربوي يعمل على مساعدته في تحقيق متطلبات النمو السليم في جوانبه المختلفة، وهو بذلك يعمل على وقايته، ويعمل أيضا على مساعدته في حالة الوقوع في مختلف المشكلات التي تعرقل ذلك النمو**

**أولا :التعريف بلجنة التوجيه والارشاد النفسي:**

**من منطلق حرص قسم العلوم التربوية على الطالبات وعلى توفير الخدمات الارشادية لهن كانت فكرة انشاء لجنة التوجيه والارشاد النفسي والتربوي بهدف احتواء الطالبات نفسيا واجتماعيا وتقديم كافة الخدمات والاستشارات النفسية والاجتماعية التي تساعد الطالبة على الاندماج والتفاعل مع المجتمع بشكل جيد .وتقدم اللجنة الخدمات التالية :**

**الارشاد النفسي ،الخدمات النفسية والاستشارات والدورات والندوات التي تهدف إلى مساعدة الطالبات على مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تقلل من عملية التعلم وفعاليتها وتهدف ايضا إلى زيادة التوافق والتكيف لدى الطالبات وذلك من خلال تدريبهن على كيفية التعامل مع الاخر ومواجهة الضغوط ومن ثم التمتع بصحة نفسية جيدة ويتم ذلك من خلال مجموعة من الانشطة التثقيفية التوعوية التي تقدم الخدمات النمائية والوقائية وذلك من خلال إقامة وورش العمل واللقاءات والمحاضرات التي تسهم في تنمية المهارات النفسية الحياتية وكل ما يدعم بناء الشخصية لدى الطالبات، وكذلك التحصين النفسي لهن وزيادة الوعي بالمشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية، والسبل المتبعة لعلاجها في حالة التعرض لها والعودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية.**

**الرؤية :**

**نشر الوعى النفسي والاجتماعي والتربوي لدى طالبات كلية التربية بالزلفى لتحقيـق جـودة الحيـاة على صعــيد التوافــق الشخصي والاجتماعي .**

**الرسالة :**

**توفير المناخ والبيئة الملائمة لخلق حياة جامعية أفضل للطالبات ومساعدتهن في تحقيق متطلبات النمو السليم في مختلف جوانبه .**

**الاهداف:**

**1-تحيقق التوافق الأكاديمي وذلك عن طريق مساعدة الطالبة في اجتياز الأزمات والمشكلات الأكاديمية التي قد تتعرض لها ، وكذلك في اختيار انسب التخصصات والمواد الدراسية.**

**2-تحقيق التوافق الاجتماعي ، الأمر الذي يؤدي إلى الالتزام بقيم ومعايير وأخلاقيات المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم مع الآخرين .**

**3-تحقيق الصحة النفسية وهو الهدف العام الشامل للتوجيه والإرشاد ويرتبط بتحقيق التوافق النفسي عن طريق ، الوقوف على أسباب المشكلات وأعراضها وكيفية القضاء على الأسباب وإزالة الأعراض .**

**4- دراسة الظواهر السلوكية والمشكلات السلبية التي قد تظهر في حياة بعض طالبات الكلية ، والعمل على إيجاد الحلول المناسبة لها .**

**5-تهيئة الطلاب المستجدين لمعرفة الحياة الجامعية و تقديم خدمات الإرشاد الوقائي وذلك بطرح الصعوبات التي تواجه الطالبات بالعملية التعليمية والتربوية والتصدي لها والحرص على عدم حدوثها تعزيز التحصيل الأكاديمي ودفع قدرة الطالبة وتذليل العقوبات أثناء التحصيل العلمي للطالبات**

**6- تصميم ومتابعة تنفيذ وتقديم البرامج الإرشادية.**

**7-الحث على التحلي بالأخلاق الفاضلة وحسن التعامل مع الآخرين بما فيهم الزملاء والأساتذة والموظفين ، وتقوية الوازع الديني عند الطالبات .**

**أنواع الارشاد:**

**الارشاد الذى يقدم للطالبات نوعين :**

**1-الارشاد الفردي: تُقدم الخدمة الإرشادية بشكل فردي بما يحفظ خصوصية وسرية المعلومات، ويتيح للطالبة الفرصة للتحدث مع الدكتورة ومناقشة وفهم ومعالجة الصعوبات أو المشكلات التي تواجهها في جميع الجوانب الشخصية والاجتماعية والأسرية والأكاديمية**

**2-- الإرشاد الجمعي: تُقدم الخدمة الإرشادية بشكل جماعي بطريقة ودية وبجو مفتوح من خلال جلسات ولقاءات تديرها الدكتورة لمجموعات صغيرة من الطالبات اللاتي تتشابه مشكلاتهن واضطراباتهن، بشكل يدعم لديهن الثقة بقدراتهن ومهاراتهن ويتيح لهن التعلم وتعديل السلوك من خلال المناقشة العلمية الهادفة لمشكلاتهن، والمشاركة التدعيمية الفعًالة وتقدم نفس الخدمة على نطاق اوسع من خلال المحاضرات.**

**آلية عمل اللجنة:**

**تحرص اللجنة على تقديم خدمات الإرشاد من خلال عدة طرق منها :-**

**1- بناء برامج إرشادية علاجية لمن لديهن مشكلات أكاديمية ، أو نفسية ، أو اجتماعية ، أو سلوكية ،، بغرض التعرف على العوامل الكامنة وراء المشكلات ، ومعرفة أسبابها ودوافعها المختلفة لتحقيق التوافق .**

**2- الإرشاد المشترك من خلال التنسيق بين اللجنة ووحدة التوجيه والارشاد بالكلية**

**مجالات الارشاد:**

**الارشاد النفسي:**

**ويهدف إلى توجيه شخصية الطالبات توجيها سليما وتغيير نظرتها لنفسها إلى الأفضل وإدراك العلاقة بينها وبين الآخرين وتحسينها، كما يهدف إلى تنمية الطاقات والقدرات الموجودة داخل الطالبات للاستفادة منها في تحسين مستواها العلمي وتمكنها من حل مشاكلها بنفسها واتخاذ قراراتها بكفاءة وغير ذلك من الجوانب.**

**الإرشاد الاجتماعي :**

**ويهدف إلى تهيئة الطالبات للتعامل مع المجتمع بما فيه من قيم وسلوكيات وتنوع والتكيف مع ذلك وتعزيز دور الطالبات في المساهمة في خدمة المجتمع وتنميته.**

**الإرشاد التوعوي والوقائي :**

**ويهدف إلى استباق المشاكل قبل وقوعها عن طريق التوعية بالقيم الفاضلة وحل بعض المشاكل التي تمر بالطالبة والناتجة من عدم التوافق بين القيم الإسلامية النبيلة التي يؤمن بها الطالب وبين نوازع نفسه في هذا السن بالإضافة إلى الواقع الذي قد لا يتماشى مع هذه القيم، لذا فإن إعطاء الطالبات جرعات إيمانية بأساليب مناسبة تساهم في حل كثير من المشاكل التي قد تواجههن وتعيق تقدمهن الدراسي بل والنفسي والاجتماعي، حيث تمكنهن هذه الجرعات من إحسان التعامل مع أنفسهن والمحيطين وأداء مهامهن كطالبات بكفاءة، كما تزرع لديهن االقيم والأخلاق الفاضلة كأخلاقيات الطالبة وأخلاقيات العمل والبعد عن المظاهر السيئة كالغش وغير ذلك من سلوكيات رديئة، كما يهدف هذا الإرشاد إلى منع وقو** **ع المشاكل النفسية للطالب وذلك عن طريق تعزيز الجوانب الإيجابية لديهن بتدريبهن على بعض المهارات كالتطوع وخدمة المجتمع وطرق التفكير والابتكار وإيجاد الحلول للمشاكل وذلك ليتمكن من المساهمة في التنمية كعضو فاعل ومؤثر ويحسن من نظرته لأنفسهن ومجتمعهن**