

مركز الإرشاد الجامعي بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل يفعّل اليوم العالمي للصحة النفسية

10 أكتوبر، 2025



تحت رعاية سعادة رئيس جامعة الإمام عبدالرحمن أ.د.فهد بن أحمد
الحربي افتتح (صباح اليوم) نائب رئيس الجامعة للشؤون
الأكاديمية الدكتور عبد الله بن محمد المهيدب اليوم العالمي للصحة
النفسية الذي ينظمه مركز الإرشاد الجامعي بحضور مديرة المركز د
عبير رشيد، و عميد عمادة السنة التحضيرية ناصر الريس وعميد
كلية العمارة والتخطيط د بدران الزنيفير .

و ذكرت الدكتورة عبير إن اهتمام الجامعة بالصحة النفسية يأتي
انطلاقاً من إيمانها العميق بأن الصحة النفسية هي أساس جودة
الحياة، وعنصر محوري لتحقيق مستهدفات رؤية المملكة 2030، مؤكدةً
أن رعاية الطالب نفسياً تسهم في رفع مستواه الأكاديمي وتعزز

رفاهيته وجودة حياته ، و أن فعاليات هذا العام تأتي بشمولية واسعة، حيث يُقام اليوم و يتناول الصحة النفسية من مختلف جوانبها بمشاركة جميع الكليات التي لها علاقة مباشرة وغير مباشرة بهذا المجال، مثل كليات الطب، والصحة العامة، والعلوم الطبية التطبيقية، إضافة إلى كليات أخرى كالتصاميم، وكلية العمارة والتخطيط التي تُسهم بدورها في تعزيز الوعي بالصحة النفسية لدى طلابها .

وبدّنت أن الصحة النفسية ليست يوماً واحداً نحتفي به، بل هي ممارسة يومية مستمرة، وتأتي مثل هذه الفعاليات لتجديد العهد والتأكيد على أن من يتمتع بصحة نفسية جيدة يعيش حياة أكثر توازناً وجمالاً ، كما أشارت إلى أن عدد الكليات المشاركة يبلغ ٨ كليات و ١٦ ركن مضيئةً أن الفعالية تستهدف بشكل خاص طلاب السنة التحضيرية لتعريفهم بخدمات مركز الإرشاد الجامعي في جوانبه النفسية والاجتماعية المجانية، والتأكيد على أن المركز معتمد دولياً من الولايات المتحدة الأمريكية، مما يعكس جودة خدماته ومستوى كفاءته.

وأكدت أن اهتمام الجامعة بالصحة النفسية يأتي انطلاقاً من إيمانها العميق بأن الصحة النفسية ليست مجرد علاج للأمراض، بل هي أساس بناء الحياة وجودتها، وهي ركيزة رئيسية لتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة و أن فعاليات اليوم العالمي للصحة النفسية لهذا العام تسلط الضوء على أهمية تعزيز الوعي بالصحة النفسية في مختلف الظروف، لا سيما في حالات الطوارئ والأزمات، مبيّنةً أن الصحة النفسية لا تقتصر على من يعانون من مشكلات أو اضطرابات، بل تشمل الجميع كجزء من جودة الحياة والوقاية من الضغوط.

وأشارت إلى أن الفعالية تضم أنشطة تفاعلية وأركان توعوية، تشمل تطبيق اختبارات ومقاييس نفسية تساعد الطلبة على تقييم ذواتهم وفهم احتياجاتهم النفسية، بالإضافة إلى تعريفهم بخدمات مركز الإرشاد الجامعي، الذي يقدم خدمات نفسية واجتماعية مجانية ومعتمدة دولياً من الولايات المتحدة الأمريكية، مما يعكس كفاءة وجودة العمل الإرشادي بالجامعة.

ولفتت مديرة مركز الإرشاد الجامعي إن الهدف الرئيس من هذه الفعالية هو أن يتعلم الطالب أن طلب المساعدة النفسية ليس عيباً، بل خطوة وعي وشجاعة نحو حياة متوازنة ، مؤكدة أن المركز يسعى للوصول إلى الطلبة أينما كانوا من خلال مبادرات توعوية وتفاعلية،

مشيرةً إلى أن الأعوام الماضية شهدت أثرًا إيجابيًا في وعي الطلاب ومبادراتهم لدعم أنفسهم وزملائهم ،
مشيرةً إلى أن فعالية الطالبات ستُقام في كلية التصاميم يوم 19 أكتوبر المقبل من الساعة 9:30 صباحًا حتى 2:30 ظهرًا ، بمشاركة مميزة من مختلف الكليات.
واختتمت حديثها بالتأكيد على أن الصحة النفسية هي ممارسة يومية، وليست مناسبة تُحتفى بها ليوم واحد، وأن هذه الفعاليات تأتي لتجديد العهد بأهمية العناية بالنفس، وتحفيز الطلبة على اكتشاف ذواتهم وبناء مستقبلهم بثقة وتوازن.





