**اسم المبادرة**

**نقطة وعـي**

**اسم الطالبـ/ـة الجوهره حبيب مران الشمري**

|  |  |
| --- | --- |
| اسم المبادرة | نقطة وعي |
| فكرة المبادرة | زيادة وعي الاهتمام الصحه النفسيه |
| الأهداف التفصيلية | ١-تصحيح المفاهيم الخاطئه المتنشره حول الصحه النفسيه والاهتمام بها  2-خلق مساحه حواريه مفتوحه امنه داخل المجتمع الجامعي للطلاب حول الصحه النفسيه  3- زيادة الوعي عن أهمية الصحه النفسيه وارتباطها بالصحه الجسديه  4- |
| الفئة المستهدفة | الطلاب، الموظفين |
| مبررات المبادرة | 1-نقص بمفاهيم الصحه النفسيه  2-الوصمة الاجتماعية المرتبطة الصحه النفسيه  3-ارتفاع معدا انتشار الاضطرابات النفسيه  4- |
| مؤشرات النجاح | ١-ردود الفعل من الفئات المستهدفة  2-قياس التغير في الوعي قبل وبعد المبادره ويكون للأفضل  3-مستوى تفاعل الفئه |
| أنشطة المبادرة | ١-ركن تعريفي ثابت في الكليه  2-تجربة تفاعليه (اختر شعورك) لوحه عليه مجموعة مشاعر (قلق-ضغط-حماس) وكل شعور مرتبط بنصحيه او توضيح متى يلزم تراجع مختص  3-بودكاست ويتم عمل قناه لاقتراح المواضيع نسبةً لما يعانون منه او لديهم نقص معرفه |
| مراحل المبادرة | 1-اعداد محتوى تعليمي بالتعاون مع مختص ،التنسيق مع الكليه لحجز المكان  2-تشغيل الأركان التوعوية ، تنظيم ورش ونشر المحتوى التوعوي عبر حسابات الكليه  3-توزيع استبيان تقييم ،تحليل النتائج  ٤-اعداد تقرير ختامي |
| مدة المبادرة | يجرى في اليوم العالمي للصحه النفسيه |
| القيمة المضافة | 1-تعزيز وعي المجتمع الجامعي بالصحه النفسيه والعلاج النفسي مما يساهم في تقليل الوصمة الاجتماعية المرتبطه بطلب المساعدة النفسية  2-تمكين الطلاب ،الموظفين من التحدث عن مشاعرهم من خلال أنشطة تفاعلية بسيطه  3- |
| متطلبات التنفيذ | 1-وجود مختصين ومستشارين  2-فريق  3-الدعم المالي |
| فريق المبادرة | 1-قائد الفريق ينسق مع المختصين والاستشاريين لتكوين المحتوى العلمي  2-المصمم لتصميم الانشطه بطابع لطيف ويجذب الجمهور  3- المتحدث |
| التكلفة التقديرية | بما يقارب 2000 ريال |
| مصادر التمويل | 1. شراكه مع الجامعه او مكان العمل لدى الموظفين   2-  3- |
| أفكار تسويقية | 1-نشر إعلانات تشويقية قبل الفعاليه  2-إنشاء حساب خاص للمبادره  3-استضافة طالب او موظف عن تجربته مع التوتر |
| المخرج النهائي | االهدف من المبادرة زيادة الوعي بالصحة النفسية بين الموظفين والطلاب تقديم الدعم النفسي والعملي للتعامل مع التوتر والضغوط النفسية ‏ ‏  يتم عمل الأنشطة: ‏ركن نقطة واعي ‏بيكون في الكلية أو في مكان العمل للفئة المستهدفه من الموظفين ، ‏أنشطة الترفيهية ، ‏ورش عمل وندوات توعوية  جلسات استشارية نفسية مع المختصين المتعاونين في المبادرة  ‏الترويج للمبادرة عبر حملات الترويجية عبر منصات الكلية الاجتماعية والمنشورات  ‏قياس الأثر عبر استطلاعات الرأي ومتابعة تقدم المشتركين  ‏الشركات والدعم ‏بت تعاقد ‏شراك مع ‏الكلية أو مكان العمل المستهدف |