

آشنایی با مراکز مشاوره دانشگاه

مواجهه با مسائل مختلف زندگی اعم از فردی، خانوادگی، اجتماعی، تحصیلی، شغلی، حقوقی و غیره اغلب چالش برانگیز و همراه با احساس نارضایتی، سردرگمی، اضطراب، استیصال و درماندگی است. همه به تجربه دریافته ایم که به تنهایی قادر به اداره همه مسائل مختلف زندگی نیستیم. گاهی ممکن است به منظور حل مشکلات از راهنمایی خانواده، دوستان و اطرافیان بهره مند شویم، لیکن کمک تخصصی، حل بهتر و سریع تر مشکل را با احتمال خطای کمتر میسر می سازد. ورود به دانشگاه و شروع زندگی دانشجویی، به دلیل تغییرات عمده ای که در عرصه های مختلف زندگی برای فرد به وجود می آورد، استرس زاست و گاهی به دلیل عدم دسترسی به منابع حمایتی مطمئن، موجب ایجاد بحران هایی برای دانشجو می شود مرکز مشاوره دانشگاه با توجه به ضرورت های فوق و به منظور کمک به دانشجویان جهت اداره و مدیریت مسائل عمده دوران زندگی دانشجویی تاسیس گردیده و خدمات متعددی را در زمینه های مختلف ارائه می کند. اهم خدمات را می توان در دو بعد ارائه خدمات درمانی (مشاوره، رواندرمانی، مددکاری) و پیشگیری خلاصه نمود که در ادامه تشریح می شود.

وظایف و فعالیت ها

نحوه ارائه خدمات مشاوره و روان درمانی

تیم تخصصی مرکز مشاوره دانشگاه شامل روانپزشک، روانشناس بالینی، مشاوره خانواده و ازدواج، مشاوره تحصیلی، مددکار، روانسنج و مشاوره مذهبی است. متخصصان این مرکز به شیوه های گوناگونی خدمات درمانی ارائه می کنند که مهمترین آنها عبارتند از: مشاوره حضوری، مشاوره تلفنی، مشاوره آنلاین. این خدمات در تمامی روزهای هفته در هسته مشاوره دانشکده ها و خوابگاه ها ارائه می شود.

مشاوره تلفنی

جهت افزایش دسترسی دانشجویان به خدمات مشاوره ای در مواقع بحرانی و نیز تسهیل ارتباط دانشجویانی که برای مراجعه حضوری معذوریت های خاصی (مثل خجالتی بودن و یا تمایل به ناشناس ماندن) دارند، در تمام اوقات حتی روزهای تعطیل خدمات مشاوره تلفنی به دانشجویان انجام می شود. این خدمات در زمینه های ازدواج، مسائل عاطفی، تحصیلی، روابط بین فردی، خانوادگی و غیره انجام می شود.

۱. تلاش در جهت کمک به دانشجویان در شناخت بهتر استعدادها، رغبت ها، ارزشها، نگرشهای حاکم بر جامعه و به کارگیری این قابلیتها در تعالی فردی و اجتماعی
۲. کمک به سازگاری مؤثر با محیط جدید تحصیلی، آشناسازی دانشجویان با فرصتهای مناسب محیطی و درک تجارب خویش در سازگاری با واقعیتهای موجود
۳. کاهش مشکلات روان شناختی دانشجویان و کمک به سازگاری بهتر از طریق ارائه کمک های روان شناختی در جهت حل مشکلات رفتاری، عاطفی، شناختی، تحصیلی، خانوادگی،....
۴. راهنمایی دانشجویان جهت شناخت صحیح توانایی ها و مشکلات خود
۵. پیشگیری از بروز و شیوع اختلالات روان شناختی، مسائل و مشکلات عاطفی، رفتاری از طریق برگزاری کارگاه های آموزشی، برگزاری جلسات سخنرانی، جلسات پرسش و پاسخ، همایش ها، توزیع بروشور، نشریه، کتاب و ... برای دانشجویان، کارکنان و اساتید به منظور افزایش و بهبود آگاهی ها و مهارت ها با هدف توانمندسازی روانی، اجتماعی و تحصیلی
۶. شناسایی و مداخله در بحران به منظور توسعه بهداشت روان در بین دانشجویان و ارائه خدمات روان پزشکی
۷. کمک به رشد شخصیتی، روانی و اجتماعی دانشجویان و یاری آنها جهت کسب قدرت تصمیم گیری و افزایش سطح سازش با محیط
۸. ارتباط با والدین دانشجویان با هدف جلب مشارکت خانواده ها در جهت پیشگیری از مشکلات دوران دانشجویی
۹. کمک به دانشجو در تصمیم گیری آگاهانه و حسن انتخاب در زمینه های مختلف
۱۰. تحقیق درباره مسائل و مشکلات دانشجویان دانشگاه برای شناخت عوامل آسیب زا