

آشنایی با واحد مشاوره ستاد شاهد دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

همه ما در مواقعی از زندگی خود با مشکلاتی رو به رو می شویم که می تواند ناشی از بحران های درونی یا استرس های محیطی باشند. هنگام مواجهه با این مشکلات، مغز درگیر پردازش هیجانات شدید شده و نمی تواند از تمام ظرفیت های مغز خود برای حل مشکلات استفاده کند. تداوم این مشکلات می تواند در فرایند تحصیل و یادگیری ایجاد اختلال نماید. در این شرایط است که استفاده از خدمات مشاوره اهمیت پیدا می کند.

مشاوران و روانشناسان ابتدا مهارت مدیریت هیجان را به فرد آموزش می دهند، سپس با رویکردهای حل مسئله محور کمک می کنند که مراجع بتواند به ترتیب اولویت با مشکلات خود رو به رو شود و آن ها را حل و فصل کند. اگر این مشکلات بیشتر ناشی از تعارضات درونی و شخصیتی باشد، مشاور یا روانشناس ارزیابی های اولیه را شروع می کند تا به تشخیص درست برسد و از طریق جلسات روان درمانی متعدد به ارتقای سلامت روان فرد کمک کند.

بنابراین هدف مشاوره کمک به فرد برای افزایش توانایی مواجه شدن با مسایل زندگی و مهارت حل مساله می باشد که در این زمینه اصل رازداری نیز رعایت می گردد.

خدمات مشاوره:

❖ **مشاوره فردی:** خدمات مشاوره و روانشناسی برای افرادی که از مشکلات فردی مانند اضطراب، افسردگی، تنهایی، کمرویی، پرخاشگری، عدم سازگاری با شرایط، ناکامی، بحران در زندگی، تجربه استرس شدید، طلاق، سوگ رنج می برند یا می خواهند از مشاوره تحصیلی و شغلی، مشاوره پیش از ازدواج و زناشویی استفاده کنند ارائه می شود.

❖ **خدمات روانپزشکی:** که توسط روانپزشک ارائه می شود برای افرادی است که دچار اختلالات روانی مزمن بوده و نیازمند اقدامات دارویی هستند.

❖ **خدمات مددکاری:** شامل پیگیری وضعیت تحصیلی دانشجویان مشروطی، در معرض خطر افت تحصیلی، کاهش معدل، کمیسیون موارد خاص، حذف درس یا ترم دانشجوی

❖ **ارتباط با خانواده ها:** به منظور سازگاری بهتر دانشجویان با شرایط تحصیل و پیشگیری از آسیب های تحصیلی، روحی روانی و اجتماعی، والدین گرامی می توانند با کارشناس مربوطه در ارتباط باشند و مسائل فرزند خود را مطرح نمایند.

❖ **برگزاری کارگاه های آموزشی به صورت حضوری و وینار:** با توجه به اینکه مهمترین اقدام در پیشگیری اولیه، آموزش شخصی و همگانی می باشد، بر حسب نیاز دانشجویان و اساتید مشاور، کارگاه های توانمندسازی با مضامین تحصیلی، ارتباطی و مشاوره ای تشکیل می گردد.

نحوه مراجعه و استفاده از خدمات واحد مشاوره:

در صورت نیاز به خدمات مشاوره ای ابتدا می توان از طریق شماره تلفن ۳۷۹۲۸۰۶۹ تماس گرفته و گفتگوی اولیه ای انجام شود تا بر اساس نوع مشکل، نوبت مشاوره حضوری یا تلفنی تنظیم یا به متخصص مربوطه ارجاع صورت پذیرد.

آدرس:

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ساختمان معاونت آموزشی، طبقه همکف، اتاق ۱۰۷

ساعات کاری واحد مشاوره:

شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۷/۳۰ الی ۱۴/۳۰