



مدیریت مشاوره

مبتنی بر سبک زندگی اسلامی - ایرانی



برای مشاهده ویدیوهای آموزشی
اسکن کنید



برای دسترسی به بروشورهای مدیریت مشاوره
اسکن کنید



به ما در مورد علایق روان شناختی خود بگویید
اسکن کنید



برای مشاهده سایت مدیریت مشاوره
اسکن کنید



برای پیوستن به کانال به
اسکن کنید

آیا اطلاعاتی که من در اختیار روانشناس قرار می‌دهم، محرمانه باقی می‌ماند؟

شما درباره موضوعات مختلفی با روان شناس گفتگو می‌کنید. اطلاعاتی که شما در اختیار روان شناس قرار می‌دهید محرمانه خواهد بود و برای افشای آن نیاز به اجازه کتبی شما است. برای آگاهی بیشتر به مطلب رازداری در مشاوره مراجعه کنید. برای حفظ استانداردهای اخلاقی و رازداری در روان‌درمانی و مشاوره هرگونه ارتباطی خارج از برنامه مشاوره و روان‌درمانی مورد پذیرش نیست و روان‌شناس و مشاوره شما نمی‌تواند در شبکه‌های اجتماعی با شما ارتباط داشته باشد.

اگر من در زمینه تحصیل و یادگیری درس‌های دانشگاه مشکل دارم یا دچار افت تحصیلی شدم باید به کجا مراجعه کنم؟

اگر شما اولین نگرانی‌تان در حوزه تحصیلی است مانند نمرات و معدل، اضطراب امتحان، مدیریت زمان، روش‌های مطالعه، مهارت‌های مربوط به امتحان دادن، آمادگی برای امتحان جامع یا ارتقاء، بهتر است ابتدا با یک روان‌شناس تربیتی گفتگو کنید؛ اما اگر نگرانی‌های شما شخصی است مانند مشکل در ارتباط، شکست عاطفی، افسردگی، اضطراب، مشکل در تصویر تن، مشکلات ناشی از رویدادهای زندگی مانند مرگ عزیزان، سازگاری فرهنگی با یک روان‌شناس بالینی و در زمینه ازدواج مورد پذیرش نیست و روان‌شناس و مشاوره شما نمی‌تواند در شبکه‌های اجتماعی با شما ارتباط داشته باشد. مشکل در زمینه خودش بررسی شود و گاه یک مشاور تحصیلی برای برنامه‌ریزی درسی و یک روان‌شناس بالینی برای غلبه بر افسردگی به شما کمک خواهند کرد. اگر من یک روان‌شناس را ملاقات کنم و نخواهم والدینم بدانند آیا این موضوع با آن‌ها در میان گذاشته می‌شود؟ خط مشی و استاندارد حرفه‌ای و اخلاقی از رازداری حمایت می‌کند. روان‌شناس شما نمی‌تواند با والدین، استادان، دوستان یا هر فرد دیگری بدون اجازه شما گفتگو کند.

از فرمایشات مقام معظم رهبری:

امیدوار هستیم که مردم ما توجه کنند به این موضوع که مراجعه به متخصص روانشناس و مشاور در امر مسائل روانی به خصوص برای محیط خانواده یک ضرورت است.

مدیریت مشاوره مبتنی بر سبک زندگی اسلامی-ایرانی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی این فرصت را برای دانشجویان فراهم می‌کند تا بتوانند با فشارهای روانی ناشی از زندگی دانشجویی، تحصیلی، مشکلات یادگیری و ارتباط با والدین، خانواده، همکلاسی‌ها، دوستان، مشکلات دوری از خانه، زندگی در خوابگاه و ارتباط با هم اتاقی کنار بیایند. خواسته ما این است که دانشجویان در لحظاتی که در این دانشگاه هستند بتوانند تنها بر مسائل مربوط به تحصیل و یادگیری متمرکز باشند و دوستی‌های خوبی را ایجاد کنند و بتوانند به عنوان یک عضو فعال در ارتقای جامعه دانشگاهی سهیم باشند. اگر شما مشکلاتی در زمینه یادگیری و تحصیل، ارتباط با همکلاسی‌ها و دوستان، نگرانی برای انتخاب در ازدواج، غمگینی، اضطراب و سردرگمی را تجربه می‌کنید به یکی از مشاورین ما در اداره مشاوره و سلامت روان دانشجویان در معاونت دانشجویی و فرهنگی دانشگاه، دانشکده‌ها و خوابگاه‌ها مراجعه کنید.

این مدیریت از ادارات زیرمجموعه تشکیل شده است که در زیر خلاصه‌ای از خدمات قابل ارائه هر اداره ذکر می‌گردد:

خدمات اداره مشاوره و سلامت روان دانشجویان و دانشگاهیان:

- روان درمانی فردی
- روان درمانی گروهی
- مشاوره تحصیلی و مهارت‌های یادگیری
- مشاوره پیش از ازدواج و مهارت‌های همسرمداری
- ارزیابی و مشاوره سوء مصرف مواد
- درمان دارویی اختلالات روانی
- آموزش‌های روانی و حمایت‌های گروهی

خدمات اداره سبک زندگی اسلامی ایرانی:

- تهیه مطالب کاربردی و جدید در حوزه روانشناسی و کاهش آسیب‌های اجتماعی در قالب بروشورها و پمفلت‌های آموزشی



- تهیه فصلنامه علمی، روان‌شناختی و آموزشی جهت پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در دانشجویان
- برگزاری و اجرای کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی برای نودانشجویان، دانشجویان و دستیاران
- برگزاری و اجرای کارگاه‌های آموزشی برای والدین دانشجویان ورودی جدید
- برگزاری همایش‌ها و نشست‌ها با موضوعات روان‌شناختی (اعتیاد، روابط بین فردی و ...)
- برگزاری و اجرای کارگاه‌های آموزشی برای کارمندان ستاد، ناظمه‌های خوابگاه‌ها، همتایاران و اساتید مشاور
- برگزاری برنامه‌های جانبی (برپایی غرفه، تربیون آزاد و ...) با موضوعات روان‌شناختی به منظور ارتقاء سلامت روان دانشجویان
- بخش فیلم و ارائه نقد روانشناختی برای دانشجویان
- آموزش مهارت‌های روانشناسی اسلامی مثبت نگر و سبک زندگی اسلامی ایرانی
- ارائه آموزش و اصلاح سبک زندگی اسلامی ایرانی بر اساس آموزه‌های طب ایرانی

خدمات اداره ارتباط خانواده با دانشگاه:

- برگزاری نشست‌های بدو ورود با خانواده‌های نو دانشجویان
- ارتباط مداوم تلفنی و حضوری با خانواده‌ها جهت حل مشکلات دانشجویان
- آموزش به والدین جهت افزایش میزان آگاهی آنها از قوانین و مقررات

دانشگاه در حوزه‌های مختلف آموزشی، فرهنگی و دانشجویی

- مشارکت در برگزاری همایش‌های مرتبط با خانواده
- برگزاری جلسات خانواده درمانی برای دانشجویان دارای خانواده نامتعادل
- ارائه خدمات مددکاری اجتماعی به گروه‌های (مشکلات جسمی و بیماری‌های سخت درمان، مشکلات روانشناختی، مشکلات ارتباطی، مشکلات انضباطی / قانونی، مشکلات خانوادگی، مشکلات آموزشی، بحران‌های طبیعی و حوادث پیش بینی نشده و سوء مصرف)
- پاسخگویی به خط HOT LINE در جهت اعلام و مداخله روانی - اجتماعی در موارد بحرانی و اورژانسی ۰۹۳۶۹۴۵۲۴۰۸

خدمات اداره پیوند و ازدواج:

- برگزاری دوره‌های آموزشی و توانمندسازی در زمینه‌های ازدواج، خانواده، فرزندآوری و فرزندپروری
- کمک به شناخت متقابل خانواده‌های فرد متقاضی ازدواج
- کمک به یافتن همسر مناسب برای فرد متقاضی ازدواج
- تعیین مهارت‌های همسرمداری و ترغیب به فرزندآوری و فرزندپروری
- تسهیل ازدواج‌های آسان و کمک به خانواده‌ها برای ازدواج فرزندانشان

چه طور باید وقت ملاقات گرفت؟

لطفاً با شماره تلفن‌های ۰۶۲۳۸۷۲۴۰۶ - ۲۳۴۳۹۸۳۷ - ۲۳۴۰۶۶۲۱ از ساعت ۸ تا ۳۰ / ۱۵ روزهای شنبه تا چهارشنبه با اداره سلامت روان تماس بگیرید. چنانچه در خوابگاه زندگی می‌کنید و علاقه‌مند هستید با یک روان‌شناس یا مشاور ملاقات کنید، می‌توانید به مشاوران در خوابگاه با توجه به برنامه حضورشان مراجعه کنید. اگر فکر می‌کنید بهترین مکان برای ملاقات دانشکده است می‌توانید با توجه به برنامه حضور روان‌شناسان در دانشکده وقت ملاقات بگیرید.

آیا برای خدماتی که در اداره مشاوره و سلامت روان دانشجویان

ارائه می‌شود باید هزینه‌های پرداخت کرد؟

خیر! خدمات فردی، گروهی و کارگاه‌ها برای دانشجویان هزینه ندارد و کاملاً برای دانشجویان رایگان است.