

مقدمه:

انسان همواره در مسائل مختلفی که در زندگی با آنها روبروست نیازمند مشورت با دیگران و استفاده از رأی و نظر صاحبان اندیشه و خرد است.

دوران جوانی یکی از حساس ترین دوران زندگی يك انسان محسوب می شود. در شرایطی که تقریباً تمامی دانشجویان این دانشگاه را جوانان تشکیل می دهند ، هدفداری و آینده نگری ایجاب می نماید که توجه بیشتری به جوانان شده تا آنان بتوانند در محیطی آرام با حل مسائل و مشکلات خود بازدهی درسی و آموزشی خود را بالا ببرند.

مشاوره در واقع رابطه دو جانبه بین مشاور و مراجع است که در این رابطه مشاور به عنوان يك متخصص محیط امن و توأم با راز داری را برای مراجع فراهم می آورد تا در سایه این محیط امن مراجع به بیان مشکلات و مسائل خود بپردازد و مشاور هم به مراجع کمک می کند تا راه حلی مناسب برای مشکلاتش بیابد.

پس هدف اصلی از تأسیس مرکز مشاوره، کاهش وحل مشکلات عاطفی دانشجویان وتأمین بهداشت روانی آنهاست در عین حال اهداف جزئی نیز مشمول این مرکز می باشد.

ضرورت وجود مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی به منظور ارائه خدمات مورد نظر به دانشجویان نسبتاً آشکار است و در واقع تأسیس این مراکز را می توان نخستین و مهمترین گام برای پیشگیری ، تشخیص و کاهش اختلالات روانی _ اجتماعی دانشجویان دانست.

در راستای تحقق این مهم پس از تلاش مسئولین و اساتید متخصص این واحد، بخش خدماتی و آموزشی به نام مرکز مشاوره و بهداشت روان زیر نظر معاونت دانشجویی در سال ۱۳۸۰ در محیط دانشگاه تأسیس و راه اندازی شد. لازم به ذکر است که این مرکز در حال حاضر علاوه بر دانشجویان به کارکنان و اساتید و عموم مردم شهرستان نیز خدمات مورد نظر را ارائه می کند که این خدمات از سه دسته خدمات شامل موارد ذیل تشکیل می شود :

الف: خدمات مشاوره ای ودرماتی

دراین بعد هدف مرکز مشاوره کاهش دادن وحل مشکلات عاطفی _ اجتماعی دانشجویان در زمینه های مختلف است خدمات مشاوره های مورد نظر عبارتند از:

۱) مشاوره تحصیلی(آموزش روشهای مطالعه ، یادداشت برداری ، تلخیص، ایجاد انگیزه تحصیلی ، کاهش اضطراب امتحان و ...)

۲) مشاوره شغلی (کمک به دانشجویان جهت انتخاب و اشتغال به شغلی که با تخصص ، شخصیت ، علایق ،

رغبتها ، استعداد وتوانایی ذهنی آنان هماهنگ و سازگار باشد)

۳) مشاوره خانواده و زناشویی(کمک به دانشجویان جهت حل مشکلات خانوادگی نظیر تعارضات زناشویی)

۴) مشاوره فردی (کمک انفرادی به دانشجویان جهت کاهش حل مشکلات عاطفی نظیر افسردگی ، اضطراب و....)

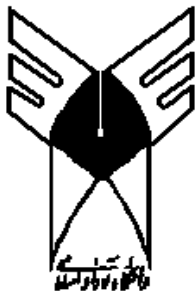
۵) مشاور گروهی (تشکیل گروه های درمان باموضوعات مختلف نظیر: مهارتهای ارتباطی، اعتماد به نفس، کاهش اضطراب، خود شناسی و.....)

۶) مشاوره ازدواج (کمک به دانشجویان جهت آگاهی از ملاک و معیار ازدواج موفق و در نهایت انتخاب همسر مناسب)

۷) مشاوره اعتقادی (کمک به دانشجویان جهت ارتقاء مذهبی و استفاده از باورهای مذهبی آنان برای کاهش وحل مشکلات عاطفی آنان)

۸) سنجش(استفاده از آزمونهای روانی از قبیل آزمونهای سلامت روانی، هوش ، رغبت، شخصیت و.....)

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر

حوزه معاونت دانشجویی

مرکز مشاوره و بهداشت روان

معرفی مرکز مشاوره و بهداشت روان

این مرکز همه روزه از ساعت ۹ تا ۱۸ آماده ارائه خدمات روان شناختی به کلیه دانشجویان و خانواده‌های آنان می‌باشد.

شماره تماس: ۰۲۲۸-۲۳۶۵۷۶۳

آدرس: اسلامشهر - باغ فیض - انتهای کوچه ۶ - پلاک ۶۸ مرکز مشاوره و بهداشت روان

www.iiu.ir/moshaver

بلکه این مرکز برای دانشجویانی که مشکلاتی خاص ندارند ولی خواهان ارتقاء رشد، به تدوین می‌شود و مراکز مشاوره دانشجویی ارتقاء توانمندی‌های روانی - اجتماعی دانشجویان را در سرلوحه فعالیت‌هایشان قرار داده‌اند. به عبارت دیگر برنامه‌های این مرکز فقط برای استفاده دانشجویان که در زمینه‌های مختلف با مشکلات مواجه هستند، تدوین نشده است. بلکه این مرکز برای دانشجویانی که مشکلاتی خاص ندارند ولی خواهان ارتقاء رشد، به حداکثر رساندن توانایی‌ها و بالفعل کردن استعداد‌های خود هستند، برنامه‌های رشد را تدوین کرده است.

مشاوران مرکز:

- سرکار خانم دکتر مهرناز آزاد یکتا
- سرکار خانم دکتر زهره اسماعیل زاده
- جناب آقای محمد کریم جمشیدی
- سرکار خانم دکتر فروغ جعفری
- سرکار خانم دکتر رزینا ذبیحی
- جناب آقای دکتر کیانوش زهراکار
- جناب آقای دکتر مهرداد متین راد
- سرکار خانم ماهرخ موسوی

دانشجویان عزیز برای آگاهی از برنامه‌های مرکز مشاوره و برنامه متخصصان می‌توانید از طریق سایت مرکز مشاوره و یا با شماره تلفن ۲۳۶۶۷۶۳ تماس بگیرید.

برنامه‌های پیشگیرانه در مشاوره، اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. در این بعد، هدف مشاوران مرکز مشاوره، تنظیم و اجرای برنامه‌هایی است که از پیش آمدن مشکلات برای دانشجویان جلوگیری به عمل می‌آورد.

در واقع در این مورد مشاوران این مرکز سعی می‌کنند که با توسل به دو الگوی جدید پیشگیری، خدمات خود را ارائه دهند، این الگوی جدید عبارتند از:

۱) پیشگیری متمرکز بر موقعیت

۲) پیشگیری متمرکز بر شایستگی

هدف پیشگیری متمرکز بر موقعیت، کاهش یا حذف عوامل محیطی رفتار اختلال‌آمیز بوده و سعی می‌کند عوامل فشار آور محیطی را به حداقل برساند ولی هدف پیشگیری متمرکز بر شایستگی افزایش توانایی افراد برای کنار آمدن با شرایط است که ممکن است به رفتار اختلال‌آمیز منجر شود.

ج) خدمات رشدی

امروزه برنامه‌های مراکز مشاوره، نه بر اساس دیدگاه بیماری‌نگر بلکه بر اساس دیدگاه سلامت‌نگر تدوین می‌شود و مراکز مشاوره دانشجویی ارتقاء توانمندی‌های روانی اجتماعی دانشجویان را در سرلوحه فعالیت‌هایشان قرار داده‌اند. به عبارت دیگر برنامه‌های این مرکز فقط برای استفاده دانشجویان که در زمینه‌های مختلف با مشکلات مواجه هستند، تدوین نشده است.