مرکز مشاوره



سامانه سجاد وزارت علوم

ارتقای سطح سلامت روانی جامعه دانشگاهی یکی از با ارزش ترین سرمایه های اجتماعی است، در این راستا و برای ارائه خدمات مشاوره ای و درمانی ، مرکز مشاوره دانشگاه به عنوان متولی سلامت روان دانشجویان مشغول به فعالیت است.

نوع خدمات

مرکز مشاوره دانشگاه در زمینه های زیر به ارائه خدمات می پردازد :

1)ارتقاء سطح دانش و بینش روان شناختی دانشجویان در زمینه مسائل و مشکلات و نیازهای آنان

2)کاهش مشکلات روان شناختی دانشجویان و کمک به سازگاری بهتراز طریق ارائه کمک های روان شناختی در جهت حل مشکلات رفتاری ، عاطفی ، شناختی ، تحصیلی ، خانوادگی و ...

3)راهنمایی دانشجویان جهت شناخت صحیح توانایی ها و مشکلات خود

4)راهنمایی دانشجویان در جهت تصمیم گیری آگاهانه ، عاقلانه و حسن انتخاب

5)شناسایی و مداخله در بحران به منظور توسعه بهداشت روان در بین دانشجویان و ارائه خدمات روان پزشکی

6)کمک به رشد شخصیتی ، روانی و اجتماعی دانشجویان و یاری آنها جهت کسب قدرت تصمیم گیری و افزایش سطح سازش با محیط

7) ارائه خدمات مشاوره به دانشجویان کمیسیون موارد خاص ، بعد از ارسال نامه ی دفتر کمیسیون موارد خاص و معرفی دانشجو جهت انجام مشاوره و بررسی موارد.

روش دسترسی به خدمات

مراجعین محترم از یک هفته قبل به قسمت کارشناسی مرکز مراجعه نمایند و به صورت حضوری نسبت به اخذ نوبت اقدام نمایند ودر موقع مقرر در مرکز حضور یابند.مشاوران و روانشناسان ازروز شنبه الی چهارشنبه از ساعت 8 الی 16 در دانشگاه اماده خدمت رسانی به دانشجویان می باشند.

اهداف مرکز

شرح خدمات

ارتقاء سطح دانش و بینش روان شناختی دانشجویان در زمینه مسائل و مشکلات و نیازهای آنان

کاهش مشکلات روان شناختی دانشجویان و کمک به سازگاری بهتراز طریق ارائه کمک های روان شناختی در جهت حل مشکلات رفتاری ، عاطفی ، شناختی ، تحصیلی ، خانوادگی و ...

راهنمایی دانشجویان جهت شناخت صحیح توانایی ها و مشکلات خود

راهنمایی دانشجویان در جهت تصمیم گیری آگاهانه ، عاقلانه و حسن انتخاب

پیش گیری از بروز وشیوع 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

شناسایی و مداخله در بحران به منظور توسعه بهداشت روان در بین دانشجویان و ارائه خدمات روان پزشکی

کمک به رشد شخصیتی ، روانی و اجتماعی دانشجویان و یاری آنها جهت کسب قدرت تصمیم گیری و افزایش سطح سازش با محیط

ارتباط با والدین دانشجویان با هدف جلب مشارکت خانواده ها در جهت پیشگیری از مشکلات دوران دانشجویی

مرکز مشاوره دانشگاه مراغه با استفاده از توانمندی اعضای هیأت علمی گروه روانشناسی ، کارشناسان و سایر متخصصان مجرب در زمینه های زیر فعالیت می نماید:

الف) خدمات مشاوره ای و روان درمانی در زمینه های:

– تحصیلی

– ازدواج

– شکست عاطفی

– خانواده

درمان اختلالات افسردگی، اضطراب، اختلال شخصیت، اختلال خواب، وسواس، مشکلات جنسی، سوء مصرف مواد مخدر و …

ب) اجرای طر های پیشگیرانه:

-۱ طرح سراسری کارنامه سلامت روان و جسم ویژه دانشجویان ورودی جدید

-۲ طرح سراسری اجتماع محور

چ) خدمات آموزشی:

-۱ برگزاری کارگاه های آموزشی مهارتهای زندگی ،پیشگیری از اعتیاد و آسیبهای اجتماعی برای دانشگاهیان

-۲ تهیه بروشورها در زمینه مسائل روانشناختی

رئیس مرکز مشاوره	تحصیلات	شماره تماس
آقای دکتر احمد اسمعلی	دکتری تخصصی	37286067-داخلی
کارشناس مرکز مشاوره		
خانم متینا سمیعی	کارشناسی ارشد	37286067 داخلی
مدیریت و برنامه کارشناسان		

ساعات حضور مشاوران در مراکز مشاوره دانشگاه و سراهای دانشجویی

روزهای هفته	مشاوران	مدرک تحصیلی
شنبه	**خانم شهین تابان**	**کارشناس ارشد (رو**
یکشنبه	**آقای دکتر علی افشاری**	**دکتری تخصصی رو**
یکشنبه	**آقای سید سادات پاکدل**	**کارشناسی ارشد مش**
دوشنبه	**خانم آرزو حسین دخت**	**کارشناسی ارشد روا**
سه شنبه	**آقای دکتر عیسی حکمتی**	**دکتری تخصصی رو**
چهارشنبه	**آقای سید سادات پاکدل**	**کارشناسی ارشد مش**

آدرس: دانشگاه مراغه،دانشکده کشاورزی،جنب امور د

ساعات حضور مشاوران در خوابگاه فدک و ولی عصر دختران

نام مشاور یا رروانشناس	روزهای حضور	ساعت
خانم دکتر زهره هاشمی	شنبه	19-16
خانم زهرا شاعری	دوشنبه	20-16
خانم لیلا ملکی	**سه شنبه**	**20-17**

آدرس: داخل محوطه دانشگاه ،خوابگاه فدک

ساعت حضور مشاور در خوابگاه شماره 2 دختران

خانم لیلا ملکی	شنبه و سه شنبه	-19:30

آدرس: میدان طلوع فجر ، خیابان کاشانی ،جنب کوچه ملا محمود

جذب، سازماندهی و تربیت دانشجویان برای ارائه خدمات به دانشجویان نیازمند

توسعه مشارکت دانشجویان در تصمیم گیریها و فعالیتهای مربوط به مشاوره

کوشش در جهت تبیین و شناساندن وظایف و هدفهای مرکز مشاوره

مشارکت در برگزاری سمینار، همایش، کارگاه آموزشی و .... در زمینه سالمت روان

ارتقاء سالمت و سرمایه اجتماعی)اعتماد و همدلی(از طریق مشارکت دانشجویان در فعالیتهای اجتماع محور و داوطلبانه

ایجاد وبسایت، خبرنامه و .... جهت ارتباط و آگاهی با مخاطبان دانشجو

ایجاد ارتباط با سازمانها و نهادهای دولتی و غیردولتی معتبر جهت اشتغالزایی پایدار دانشجویان

وظایف همیاران

شرکت در برنامههای آموزشی ترویجی مرکز مشاوره

آموزش و یاری رسانی به دانشجویان در زمینه مسائل تحصیلی و برنامهریزی درسی

آموزش و یاری رسانی در تمام زمینههای مرتبط با مهارتهای زندگی برای کلیه دانشجویان اعم از خوابگاهی و غیرخوابگاهی

مشارکت با مرکز مشاوره در اجرای برنامههای آموزشی پیشگیرانه اجتماع محور



اطلاعیه ها و اخبار

شرکت مشاوران در دوره t.o.t مشاوره پیش از ازدواج در تاریخ 11 و 12 اردیبهشت ماه در دانشگاه تبریز

برگزاری کارگاه مدیریت شکست عاطفی توسط کانون همیاران سلامت روان با همکاری مرکز مشاوره در دانشگاه مراغه

با توجه به اینکه یکی از مسائل اصلی مراجعین به مراکز مشاوره شکست عاطفی می باشد . به همین منظور کارگاه مدیریت شکست عاطفی در تاریخ 98/2/11 در محل آمفی تاتر فجر دانشگاه توسط مرکز مشاوره با همکاری کانون همیاران سلامت روان برگزار گردید و مورد استقبال بی نظیر دانشجویان قرار گرفت . از سرفصلهای مورد بحث ویژگیهای یک رابطه خوب چیست؟ باورهای اشتباه در رابطه عاطفی حدو مرز در روابط و چگونگی مدیریت بعد از شکست عاطفی و... بود و کلیپ و مصاحبه مردمی که به همین منظور توسط کانون همیاران سلامت روان تهیه شده بود به نمایش گذاشته شد و دکتر احمد اسمعلی رئیس مرکز مشاوره و سلامت به نقد و بررسی آن پرداختند و در پایان نیز هدایایی به دانشجویان اهدا گردید.

بازدیدکارشناسان منطقه 3 جناب آقای دکتر ساعی و هیات همراه **از مرکز مشاوره و بهداشت دانشگاه روز دوشنبه مورخ** 98/02/9

ایجاد غرفه نشاط اجتماعی با محوریت نه به دخانیات توسط کانون همیاران سلامت روان در دانشگاه مراغه

از آنجا که یکنواختی زندگی خوابگاهی ودوری از خانواده و عدم سازگاری با محیط جدید ،فشار گروه همسالان ،بروز مشکلات عاطفی ، وافت تحصیلی و... زمینه گرایش دانشجویان را به رفتارهای پرخطر و مواد مخدر فراهم میکند ،مرکز مشاوره بر آن شد تا با ایجاد محیطی شاد و مفرح و ایجاد انگیزه و روحیه برای دانشجویان به ترویج برنامه های اطلاع رسانی و آگاه سازی درخصوص پیامدها و عوارض مصرف مواد بالاخص مواد توهم زا و محرک، آموزش مهارت و سبک زندگی سالم به منظور توانمندی در مواجهه با مشکلات دوران دانشجویی، توسعه خدمات مشاوره ای، موجبات مصون سازی دانشجویان در برابر هجوم انواع مواد را فراهم سازد.و به همین منظور غرفه ای با عنوان نشاط اجتماعی با همکاری کانون همیاران سلامت روان در تاریخ 14 الی 16 اردیبهشت ماه جاری برپا نمود و که مورد استقبال بی نظیر دانشجویان قرار گرفت.

تعیین اتاق نمونه و بهداشتی به مناسبت هفته خوابگاهها و اهدائ جوایز به اتاقهای نمونه و بهداشتی

اتاقهای 109 خوابگاه فدک، 21 خوابگاه ولیعصر، 42 شماره 2 و یک اتاق از خوابگاه شماره 5 به عنوان اتاق نمونه و بهداشتی معرفی و جوایزی اهدا گردید.

حضور پزشک به مدت دو هفته در مرکز مشاوره و سلامت و خوابگاههای دانشجویی

خانم دکتر اسلامی پزشک عمومی به مدت دو هفته حضور یافتند.

شرکت مشاوران در کارگاه **t.o.t** مشاوره پیش از ازدواج در دانشگاه تبریز

برگزاری کارگاههای پیشگیری از اعتیاد و آسیبهای اجتماعی برای دانشجویان و کارکنان

حضور معاونت دانشجویی جناب آقای دکتر دانشفراز و دکتر احمد اسمعلی رئیس مرکز مشاوره و سلامت در نشست صمیمی با خانواده دانشجویان نو ورودی در دانشگاه مراغه

نشست صمیمی خانواده و دانشگاه با حضورمسئولان دانشگاه مراغه و والدین دانشجویان نو ورودی از 1 الی 3 مهرماه در محل آمفی تاتر فجر دانشگاه مراغه برگزار شد.

هدف از برگزاری نشست آشنایی والدین با امکانات موجود دانشگاه و خوابگاه و بخشهای اداری و آموزشی و مقررات آموزشی دانشگاه، ایجاد تغییر در نگرش والدین دانشجویان و افزایش میزان آگاهی در مورد نقش جدید فرزندان، شیوه های برخورد مناسب با مسائل و مشکلات خاص دوران جوانی و دانشجویی و..... بود . دکتر دانشفراز معاونت دانشجویی ضمن تبریک به مناسبت قبولی در دانشگاه مراغه اشاره نمودند که اساسا پذیرش در دانشگاه به عنوان یک تغییر مهم در زندگی است که سبب جدایی از والدین، دوستان و آشنایان می شود و دانشجو بایستی خود را با موقعیت تحصیلی، اجتماعی و جغرافیایی جدید سازگار کند، روابط تازه ای را با همسالان دانشگاهی ایجاد نماید و به طور کلی مسئولیت بیشتری را در زندگی روزمره بپذیرد و توضیحاتی را در مورد امکانات خوابگاههای دانشجویی و سلف سرویس بیان نمودند و دکتر اسمعلی رئیس مرکز مشاوره و سلامت ضمن معرفی مرکز مشاوره و خدمات این مرکز برای دانشجویان اشاره نمودند که برقراری ارتباط با خانواده های دانشجویان و اطلاع رسانی به آنها در ابعاد تحصیلی، اجتماعی، فرهنگی و درمانی می تواند ضمن کاهش فشار روانی به سازگاری بهینه دانشجویان با شرایط جدید کمک کند. و به چالشهای پیش رو دانشجویان همانند شکست عاطفی و مدیریت روابط بین فردی و لزوم یادگیری مهارتهای زندگی برای دانشجویان اشاره نمودند و در پایان به سوالات مطرح شده پاسخ دادند.

برگزاری سلسله کارگاههای پیشگیری از اعتیاد و آموزش مهارتهای زندگی ویژه نو دانشجویان

در مراسم آیین استقبال از نودانشجویان ، سلسله کارگاههای پیشگیری از اعتیاد و آموزش مهارتهای زندگی که با اهتمام معاونت دانشجویی دکتر رسول دانشفراز و همکاری مرکز مشاوره به ریاست دکتر احمد اسمعلی با هدف یادگیری مهارتهای زندگی از جمله ارتباط موثر در محیط های خوابگاهی و دانشگاه ،مدیریت شکست عاطفی ، پیشگیری از آسیب های روانی اجتماعی مانند اعتیاد، خودکشی، ایدز و ... برای نو دانشجویان برگزار گردید . لازم به ذکر است این کارگاهها بصورت دانشکده ای در محل آمفی تاتر فجر دانشکده کشاورزی ، سالن اوحدی ،شبستان مسجد امام صادق و کلاس 109 دانشکده کشاورزی برای تمامی دانشجویان ورودی در تاریخ 15/7/1398 در طی 4 جلسه به مدت 8 ساعت آموزشی برای 900 نفر برگزار گردید . در پایان اعضای کانون همیاران سلامت روان ضمن معرفی خود به تشریح فعالیتهای کانون درجهت ارتقاءسلامت روان در طی این سالها پرداختند و از اعضا جهت همکاری دعوت به همکاری نمودند.

دانلود فایل مرکز مشاوره

کانون همیاران سلامت روان

کانون دانشجویی همیاران سالمت روان، نهادی است غیرسیاسی و غیردولتی که به منظور جلب مشارکت و یاری دانشجویان هر دانشگاه برای سایر دانشجویان و نیز با هدف ارائه خدمات مستمر، فراگیر و اجتماع محور زیر نظر مرکز مشاوره دانشجویی و با هماهنگی معاونتهای فرهنگی _ اجتماعی و دانشجویی دانشگاه فعالیت میکند.

دانشجوی همیار، دانشجویی داوطلب است که با میل و رغبت خود، بدون هیچگونه چشم داشتی خدمات مرتبط با سالمت روان از قبیل آموزش، پیشگیری، شناسایی، ارجاع و .... را انجام میدهد.

اهداف کانون