



## رسالت:

مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی نیشابور با استفاده از نیروی انسانی مجرب و متعهد و رعایت اصول علمی و اخلاقی به ارائه خدمات روانشناسی (غربالگری، سنجش، تشخیص روانشناختی، رواندرمانی و آموزش روانشناختی) و مشاوره (فردی، گروهی و تحصیلی) به دانشجویان پرداخته و با بهبود مستمر کیفیت خدمات، تکیه بر قانون مداری و عدالت محوری در راستای حفظ و ارتقاء سلامت جسمی و روانشناختی دانشجویان و خانواده آن ها گام برمی دارد. این خدمات بدون هیچ گونه تبعیضی بر اساس قومیت، زبان، مذهب و ... ارائه خواهد شد.





## وَسْمُ اَنْدَرَاَز:

ما برآنیم تا به عنوان یکی از مراکز مشاوره نمونه ارائه دهنده خدمات روانشناختی در کشور که همسو با چشم اندازهای سلامت جسم و روان در سیاستهای کلان کشور است گام برداریم.

ما برآنیم تا با متخصصین و نیروی انسانی توانمند، پایبند اخلاق و منعطف در راستای رضایتمندی دانشجویان و بهبود و ارتقاء کیفیت ارائه خدمات به مراجعان گام برداریم.

ما برآنیم تا با ارائه خدمات نوین، یکپارچه و مبتنی بر شواهد در جهت جلب رضایت کامل دانشجویان و مراجعان گام برداریم. ما برآنیم تا نگرش مسئولین، دانشجویان و خانواده آن ها و مراجعان را به مرکز و خدمات پیشرفته و متعالی آن مثبت نموده و به عنوان واحدی پیشرو و اثربخش در راستای ارتقاء سطح سلامت جسمی و روانی در بین سایر مراکز همتراز، نمونه و الگو باشیم.





## اهداف:

پایش آسیب های اجتماعی و افت تحصیلی دانشجویان و برنامه ریزی برای کاهش آن ها برنامه ریزی برای ارتقاء مهارت های زندگی و حل مسئله ما به دنبال این هستیم تا برنامه هایی که در ارتقاء سلامت روان دانشجویان اثر گذار می باشند را مشخص و با بررسی نقاط قوت و ضعف آن ها زمینه را برای رفع ضعف ها و تقویت قوت ها فراهم نماییم. بنابراین در گام اول ارزیابی از وضع موجود صورت می گیرد و سپس برنامه عملیاتی تدوین و اجرا خواهد گردید.





خدمات قابل ارائه در مرکز مشاوره دانشگاه

خدمات سنجشی و تشخیصی و تشکیل پرونده سلامت روان

مرکز مشاوره دانشگاه غربالگری و ارزیابی جامع روانشناختی و تشخیصی

برای دانشجویان در بدو ورود و در دوران تحصیل را به طور مداوم ارائه می دهد.

انجام آزمونهای روانشناختی فردی و مصاحبه تشخیصی برای تعیین مشکلات و

توانایی های هوشی و تحصیلی، عملکرد رفتاری، هیجانی، اجتماعی،

تشخیص مشکلات و اختلالات روانشناختی صورت خواهد گرفت.

سنجش و غربالگری اولیه و مداوم و تشخیص موارد ارجاعی در زمینه های :

اختلالات خلقی و هیجانی ( به عنوان مثال افسردگی، اضطراب، خشم و...)

اختلالات اضطرابی ( وسواس، اضطراب فراگیر و ...)

اختلالات رشدی و مشکلات تحصیلی ( افت تحصیلی، اختلال یادگیری و...)

مشکلات رفتاری ( اختلال سلوک، پرخاشگری و ...)

اختلال شخصیت و سازگاری

اختلالات خوردن

توانایی های هوشی و شخصیت

.....

سیستم آزمون ها روان شناختی آنلاین

جهت غربالگری مداوم و ارجاع دانشجویان به مرکز مشاوره با توجه به

طیف مشکلات دانشجویان آزمون های متعددی در وب سایت مرکز مشاوره

قرار می گیرد و با توجه به تکمیل نمودن آنلاین آن ها توسط دانشجویان در صورت

وجود مشکل از طریق نتایج آزمون فرد به متخصص مربوطه ارجاع داده می شود.

استاندارد جهت عملیاتی کردن



تشخیص و درمان دانشجویان دارای مشکلات تحصیلی، فردی، خانوادگی، اختلال روانی و سوء مصرف مواد که شامل برنامه ریزی، تعیین وظایف و ماموریت های کارکنان مرکز، پیگیری، نظارت و ارزیابی، توزیع و ترکیب نیروی انسانی متناسب و آموزش تمامی مشاوران و کارکنان مرتبط با دانشجویان می باشد.

برای این منظور باید موارد زیر تصریح و تعیین شود :

خط مشی و روش های ارزیابی سلامت روان و تشخیص اختلالات  
خط مشی و روش های ارزیابی سلامت روان و تشخیص سوء مصرف مواد  
خط مشی و روش های ارزیابی سلامت روان و تشخیص کسانی  
که احتمال آسیب زدن به خود دارند.

خط مشی و روش های ارزیابی سلامت روان و

تشخیص کسانی که احتمال آسیب زدن به دیگران دارند.

خط مشی و روش های تشخیص کسانی که

دارای مشکلات و افت تحصیلی می باشند.

نیازهای جهت انجام :

نیروی انسانی آموزش دیده

فضا، امکانات و تجهیزات

حمایت مسئولین

برنامه ها جهت اجرا :

مشاوره و رواندرمانی فردی

مشاوره و رواندرمانی در مرکز مشاوره دانشجویی، دانشکده ها

و خوابگاه ها می تواند یک ابزار مفید در ایجاد و حفظ سلامت روان



و روان درمانی، به بهبود اختلالات و رفع مشکلات دانشجویان کمک گردد.  
گروه درمانی

گروه درمانی می تواند به دانشجویان کمک کند تا به این باور برسند که تنها افرادی که مشکلات تحصیلی و روانشناختی دارند نیستند و مهارت‌های ارتباطی و بین فردی را ارتقاء دهند. تشکیل گروه های درمانی در خوابگاه یا دانشکده در زمینه های مختلف با کمک هم‌تایاران می باشد.

### مشاوره تلفنی

این نوع از مشاوره با هدف افزایش دسترسی به خدمات روانشناختی در مواقع بحرانی و تسهیل گری برای دانشجویانی که به دلایلی امکان مراجعه حضوری ندارند دایر می شود. مشاوره تلفنی چندین جلسه می تواند صورت گیرد و علاوه بر رفع مسائل و مشکلات اورژانسی و سطحی در صورت عمیق بودن مشکل، امکان مفیدی فراهم می کند تا بتوان فرد را به متخصص مربوطه برای درمان و مشاوره حضوری ارجاع داد.  
مشاوره الکترونیکی

این نوع مشاوره در قالب پرسش و پاسخ و از طریق وب سایت مرکز مشاوره دانشگاه صورت می گیرد. در این نوع مشاوره سوال های دانشجویان توسط متخصصین پاسخ داده شده و بصورت آنلاین قابل مشاهده می باشد. در این محیط نیز علاوه بر کمک به حل مشکلات دانشجویان امکان ارجاع فرد برای مشاوره حضوری فراهم است.



## خدمات آموزشی

مرکز مشاوره دانشگاه با برگزاری کارگاه ها، وبینارها و گردهم آیی ها به صورت گروهی در راستای پیشگیری از اختلالات روانشناختی و سبک زندگی سالم در دانشجویان و خانواده های آن ها به آموزش ذینفعان پرداخته و در جهت جلوگیری از بروز مشکلات مطرح شده در نیازسنجی از دانشجویان آموزش های لازم را ارائه می نماید.

خدمات آموزشی شامل :

نیازسنجی از دانشجویان و بررسی پیشینه : در این مرحله نیازهای آموزشی دانشجویان در زمینه سلامت روان تعیین و موارد مورد نظر جهت آموزش مشخص می شود. که این امر با استفاده از نظرسنجی از دانشجویان، مدیران و کارکنان دانشگاه صورت می گیرد. علاوه بر نیازسنجی پیشینه آموزشی در زمینه سلامت روان نیز بررسی شده و موارد مورد نظر با تایید مرکز مشاوره

دانشگاه جزء برنامه های آموزشی لحاظ می شود.

تهیه مواد آموزشی متناسب برای دانشجویان : با توجه به

نتایج بررسی پیشینه عناوین مورد نظر استخراج شده و

اهداف، مواد و محتوای آموزشی تهیه و تدوین می شود.

تعیین منابع آموزشی مورد نیاز : از جمله کامپیوتر، پرینتر،

کتاب، پرینتر، درسنامه، تجهیزات سمعی و بصری و .... تعیین مدرسان و شیوه های آموزش : با توجه به محتوا و



نوع آموزش مورد نیاز افراد و متخصصین مجرب جهت

اجرای برنامه آموزشی تعیین و آموزش از

طریق برگزاری کارگاه اجرا می گردد.

ارزیابی دوره های آموزشی : در پایان هر دوره آموزشی جهت

گرفتن بازخورد به منظور تعیین میزان اثربخشی برنامه از

شرکت کنندگان نظر سنجی به عمل آمده و در پایان

دوره های آموزشی می توان با سنجش میزان رضایت

دانشجویان و مقایسه آن با موارد قبلی به صورت

ضمنی تاثیر آن را بررسی نمود.

عناوین پیشنهادی جهت آموزش

ارتباط موثر

پیشگیری از اعتیاد

ازدواج پایدار

افسردگی هیجان ها

مهارت مقابله ای

حل مسئله

خشم و مدیریت آن

مهارت کنترل خلق منفی

مهارت ارتباط بین فردی

مهارت کنترل استرس

مهارت برنامه ریزی و مدیریت زمان مهارت تصمیم گیری و حل تعارض پیشگیری از اعتیاد و

سوء مصرف مواد



مهارت رفتار جراتمندانه

مهارت همدلی و خودآگاهی

مهارت تفکر انتقادی

تدوین خودآموز در زمینه های ذیل

الکل و سوء مصرف مواد

اختلال خوردن

خودمراقبتی

بهداشت خواب

پیشگیری از رفتارهای پرخطر

اضطراب اجتماعی

ازدواج

اعتیاد فضای مجازی