

نیازهای زندگی امروز، تغییرات سریع اجتماعی، فرهنگی، تغییر ساختار خانواده، شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی و تنوع، گستردگی و هجوم منابع اطلاعاتی انسان ها را با چالش ها، استرس ها و فشارهای متعددی روبرو کرده است که مقابله مؤثر با آنها نیازمند توانمندی های روانی اجتماعی است تا بتواند با مشکلات زندگی به شیوه کارآمد مقابله کرده، مشکلات خود را حل نمایند و خود را با تغییرات زندگی سازگار کنند. مشاوره یک فرایند رشدی است که از طریق آن به اشخاص کمک می شود: اهداف خود را مشخص کنند، تصمیم گیری مناسب داشته باشند و مسائل فردی، اجتماعی، تحصیلی و شغلی خود را حل کنند. مشاوره با استفاده از ارتباط انسانی و تکنیک ها و روش های خاصی که از علم روانشناسی بر گرفته شده است، به فرد کمک می کنند تا بتواند بر مشکلات خود فائق آید، با بحران ها و مسائل خاص زندگی به طور سالم و مسئولانه ای مقابله کند و سلامت روانی خود را حفظ نماید.

ذکر این نکته ضروری است که رازداری اولین اصل حرفه ای مشاوره و روانشناسی است و کلیه موضوعاتی که در جلسه مشاوره مطرح می شود محرمانه مانده و بدون اطلاع و رضایت مراجع هیچگونه اطلاعاتی به هیچ فرد یا مقامی داده نمی شود. اصل دیگر در مشاوره پذیرفتن بدون قید و شرط مراجع است. بدین معنا که مشاور فردی بدون پیش داوری است که در مورد مراجع با هرگونه اعتقاد، نگرش، رفتار و یا خصوصیات شخصیتی که باشد قضاوتی نمی کند و مراجع را تا پایان مشاوره بدون هیچ گونه داوری می پذیرد. در واقع مشاوره فضای امنی است که در آن درباره مسائل و مشکلات مراجع صحبت شده تا به سوی راه حل های مفید و مناسب رهنمون گردد. آخرین نکته اینکه اقدام برای مشاوره و ادامه آن امری کاملاً اختیاری است. مراجع در شروع، ادامه یا قطع مشاوره و یا انتخاب مشاور اختیار کامل دارد.

اهداف مرکز مشاوره دانشجویی

اهداف مرکز مشاوره دانشجویی بطور کلی تلاش در راستای ارتقای سطح سلامت روانی، اخلاقی، معنوی و تربیتی دانشجویان و پیشگیری از آسیب های روانی- اجتماعی می باشد. در این راستا اهداف اختصاصی عبارتند از:

۱- ارتقاء سطح دانش و بینش روان شناختی دانشجویان در زمینه مسائل، مشکلات و نیازهای جامعه دانشگاهی

۲- راهنمایی دانشجویان در جهت شناخت صحیح توانائی‌ها و مشکلات خود

۳- راهنمایی دانشجویان در تصمیم‌گیری آگاهانه، عاقلانه و حسن انتخاب

۴- راهنمایی دانشجویان در حل مشکلات رفتاری، عاطفی، شناختی، تحصیلی، خانوادگی و مسائل مربوط به ازدواج

۵- افزایش سازگاری مؤثر دانشجویان با محیط تحصیل و زندگی، توسعه روابط اجتماعی و پیشرفت تحصیلی

۶- پیشگیری از بروز و شیوع مسائل و مشکلات عاطفی- رفتاری و توسعه بهداشت روانی

۷- ایجاد زمینه‌های لازم برای ارتقاء روابط میان فردی سالم

خدمات مرکز مشاوره دانشجویی

این مرکز به منظور توانمند سازی روانی اجتماعی دانشجویان و کارکنان در راستای ارتقاء بهداشت روانی و بهزیستی روانشناختی جامعه دانشگاهی خدمات زیر را ارائه می‌کند:

مشاوره فردی

مشاوره خانواده

مشاوره تحصیلی

مشاوره شغلی

مشاوره ازدواج

مهارت آموزی

مشاوره گروهی

برگزاری کارگاه آموزشی

طراحی بروشورهای آموزشی

اجرای تستهای روانشناختی