

تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۳۰.....

شماره : ۵/۸/۴۷۹۴.....

پیوست : ۵.....

بسم الله الرحمن الرحيم



دانشکده پزشکی

سرکار خانم دکتر مقیم

معاون محترم دانشجویی فرهنگی دانشکده پزشکی

جناب آقای دکتر حشمت قهدریجانی

معاون محترم آموزش پزشکی عمومی دانشکده پزشکی

با سلام و احترام

بدینوسیله بند سی و سوم مصوبات هشتمین شورای معاونین دانشکده پزشکی که در تاریخ ۱۴۰۱/۳/۱۶ در تالار دکتر

ادیب دانشکده تشکیل گردید، جهت اقدام لازم حضورتان ارسال می گردد:

بند سی و سه: برنامه دانشکده با موضوع "نظام مناسب ارائه خدمات مشاوره ای تحصیلی و روانی به دانشجویان" توسط

معاون محترم آموزش پزشکی عمومی و معاون محترم دانشجویی و فرهنگی دانشکده مطرح شد و مورد تصویب قرار

گرفت و مقرر گردید مراتب جهت اجرا به معاونین محترم آموزش پزشکی عمومی و دانشجویی و فرهنگی دانشکده

منعکس گردد.

دکتر بیژن ابرج
رئیس دانشکده پزشکی



نظام مناسب ارائه خدمات مشاوره ای تحصیلی و روانی به دانشجویان

ارائه خدمات مشاوره ای تحصیلی و روانی به دانشجویان در ۳ سطح صورت می گیرد.

- **خدمات سطح اول:** خدمات پیشگیری فراگیر شامل: (برگزاری جلسات توجیهی، بروشورها، جلسات آموزشی و سخنرانی ها، آثار تصویری و نمایشی)
- **خدمات سطح دو:** خدمات پیشگیری انتخابی شامل: (غربالگری دانشجویان، ارائه خدمات روان درمانی و مشاوره ای)
- **خدمات سطح سه:** خدمات توانبخشی شامل: (خدمات روانپزشکی و بستری)

خدمات سطح اول: خدمات پیشگیری فراگیر شامل: (برگزاری جلسات توجیهی، بروشورها، جلسات آموزشی و سخنرانی ها، آثار تصویری و نمایشی)

مقدمه:

تامین بهداشت روانی و فراهم سازی مقدمات رشد، تحول، تکامل شناختی، عاطفی و رفتاری وظیفه ای است که نیازمند تلاش، برنامه ریزی، هدایت، حسن اجرا، ارزیابی و نظارت مداوم است. در این راستا می توان اقدام به پیشگیری نموده و در مواردی که مشکل رفتاری بروز کرده است، با استفاده از روش های علمی و آگاهی از خصوصیات روانشناختی افراد به درمان مساله اقدام نمود.

نخستین سطح از سطوح سه گانه پیشگیری در برگیرنده آن دسته از فعالیت هایی است که تاکید اصلی خود را بر ارائه اطلاعات برای تاثیر اولیه در حیطه های شناختی و رفتاری مخاطب قرار می دهد. خدمات اغلب به شکل گروهی می باشد و ارائه اطلاعات اغلب یک طرفه است به این معنی که فرد یا افرادی آگاه در زمینه خاصی اطلاعات خود را در اختیار جمع کثیری قرار می دهند. اطلاعات ارائه شده در این سطح غالباً به توصیف وضعیت سالم و یا شرایط مختل پرداخته و راه حل هایی همراه با آگاهی در مورد تعدیل این شرایط می دهد. تلاش برای تطبیق اطلاعات و نحوه ارائه آن با نیازهای خاص تک تک مخاطبین در مقایسه با روش های بالینی بسیار کم است.

جلسات آموزشی، کلاس های آموزشی، سخنرانی ها، بروشورهای پیام رسانی، جزوه ها و آثار تصویری و نمایشی جزو خدمات این سطح است.

عنوان برنامه: جلسه توجیهی دانشجویان جدیدالورود

گروه هدف: دانشجویان دانشکده پزشکی

شیوه ی اطلاع رسانی: (معاونت دانشجویی فرهنگی دانشکده پزشکی)

هدف کلی: دانشجویان جدیدالورود از خدمات دفتر مشاوره دانشکده آگاه شوند.

اهداف اختصاصی:

در پایان دوره انتظار می رود فراگیران بتوانند:

- ۱- از نحوه غربالگری دانشجویان جدیدالورود آگاه گردند.
- ۲- با کلیه خدمات دفتر مشاوره اعم از (ارائه خدمات مشاوره ای، خدمات روانپزشکی، خدمات روان سنجی و کلاس ها و کارگاههای آموزشی) مطلع گردند.
- ۳- با مسئول اداره مشاوره و مشاورین دانشکده آشنا شوند.

عنوان برنامه: برگزاری کارگاهها و وبینارهای آموزشی

مقدمه:

مدرس	هدف مورد انتظار	امکانات مورد نیاز	مراحل اجرا	زمانبندی
جناب آقای دکتر عقدک	دانشجویان جدیدالورود دانشکده پزشکی و پیرا پزشکی	امور دانشجویی دانشکده	شروع	روز اول سال تحصیلی
			هماهنگی با معاونت دانشجویی فرهنگی و آموزش دانشکده	مهر
			هماهنگی با رئیس اداره مشاوره و سلامت روان جهت معرفی خدمات مشاوره	شهریور
			توزیع بروشور معرفی اداره مشاوره و سلامت روان به دانشجویان	روز مقرر

دانشجویانی که به تازگی وارد دانشگاه می شوند تفاوت بین تحصیل در دانشگاه و دبیرستان را در می یابند. به همین دلیل ضروری است، دانشجو در بدو ورود به دانشگاه مهارت های خاصی را برای مطالعه، تحصیل و مهارت های زندگی در دانشگاه بیاموزند.

گروه هدف: دانشجویان دانشکده پزشکی

هدف کلی: بهبود عملکرد تحصیلی و روانشناختی دانشجویان

اهداف اختصاصی:

- ۱- روش های ناکارآمد مطالعه خود را شناسایی و بیان نمایند(دانش).
- ۲- با اصول مطالعه صحیح آشنا شده و آن را بیان نمایند(دانش).
- ۳- مهارت افزایش تمرکز هنگام مطالعه را در جلسه به کار گیرد(عملکرد).
- ۴- با مهارت های زندگی (مدیریت خشم، استرس، تفکر نقاد، و ...) در دوره دانشجویی آشنا شوند(دانش)

روش اجرا:

با توجه به نظرسنجی به عمل آمده تصمیم به برگزاری کارگاهها اتخاذ می گردد. لازم به ذکر است برگزاری این کارگاه باعث ارتقاء سطح دانش، نگرش و عملکرد دانشجویان در سطح ۱ خدمات مشاوره ای می گردد.

نیازسنجی ها از طریق:

۱. تماس های تلفنی با دانشجویان
۲. به صورت مجازی از طریق کانال تلگرام
۳. مشاوره های حضوری
۴. همتایاران سلامت روان

امکانات مورد نیاز	مراحل اجرا	زمانبندی
لینک فضای مجازی	شروع
	هماهنگی با مدرس	۲ روز
	تعیین عنوان کارگاه	۱ روز
	هماهنگی با مسئولین مربوطه (اداره مشاوره، معاون آموزشی، معاون دانشجویی و آموزش دانشکده)	۱ روز
	هماهنگی با مسئولین مربوطه جهت تعیین زمان مناسب و لینک ورود به کارگاه	۱ روز
	تهیه و تنظیم تراکت	۱ روز
	اطلاع رسانی به دانشجویان (از طریق نمایندگان، پیامک، شبکه های اجتماعی،)	۲ ساعت
	برگزاری ویناردر موعده مقرر	۲ ساعت
	ارزشیابی از کارگاه	۳۰ دقیقه
	پایان	

عنوان برنامه: ارائه خدمات از طریق شبکه های مجازی کانال تلگرام

مقدمه

کانال تلگرامی اداره مشاوره و سلامت روان دانشجویان با هدف افزایش دانش، نگرش و عملکرد دانشجویان از طریق ارائه مطالب روانشناختی در زمینه های بالینی، عاطفی، ازدواج، خانوادگی، تحصیلی، مهارت های زندگی و... به وسیله فیلم کوتاه، متن، اسلاید در جهت تامین، حفظ و ارتقاء سلامت روان دانشجویان می باشد.

هدف کلی: ارائه خدمات روان شناختی به دانشجویان

محتوای کانال تلگرام:

ارائه فایل های آموزشی

کلیپ و پادکست روانشناختی

اطلاع رسانی در رابطه با برگزاری وبینارها

نظرسنجی در مورد وبینارها

آدرس کانال تلگرام @mentallhealth_counseling

آدرس گروه در تلگرام @mentallhealth_counseling_g

اینستاگرام isf_university_mental_health

در کل دانشجویان هر زمان نیاز به انجام مشاوره حتی یک مشوره ساده با کارشناسان مرکز داشته باشند می توانند حضوری و یا تلفنی با این کارشناسان در دفتر مشاوره دانشکده در ارتباط باشند.

عنوان برنامه: استفاده از همیاری خدمات همتایاران سلامت روان

مقدمه

همتایاران سلامت روان دانشجویان با توجه به این که دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاههای علوم پزشکی متولیان اصلی حوزه سلامت آینده کشور هستند، بنابراین حفظ ارتقاء سطح سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آنان از دغدغه های اساسی اداره مشاوره و سلامت روان و معاونت دانشجویی دانشگاهها است با توجه به نیازمندی های دانشجویان به کمک های همدیگر و از طرفی نیاز مبرم ادارات مشاوره و سلامت روان دانشجویان به همراهی و مساعدت دانشجویان به عنوان بازوی توانمند اجرای آنان در جهت شناخت مشکلات دانشجویان، شناسایی و معرفی دانشجویان در معرض آسیب و آسیب دیده یا دانشجویان نیازمند به اخذ خدمات مشاوره، روان درمانی و مددکاری اجتماعی مرتفع گردد. و این امر نقش بسزایی در کاهش میزان بروز و شیوع آسیبهای روانی- اجتماعی دانشجویان خواهد داشت. در این راستا خدمات داوطلبانه و نیمه حرفه ای دانشجویان به همدیگر در سطوح پیشگیری به ویژه سطح مقدماتی و اول پیشگیری سازمان یافته گردد و دانشجویان داوطلب همتایار سلامت روان منسجم، هدفمند و اصولی اقدام به ارائه خدمات نیمه حرفه ای مشاوره به دانشجویان همجنس خود نمایند .

اهداف کلی : پیشگیری از شیوع آسیب های روانی - اجتماعی

کمک به ارتقای سلامت روانی اجتماعی دانشجویان اهداف اختصاصی

فعال سازی رفتاری دانشجویان و تقویت برنامه های مشارکتی برای رفع یا کاهش آسیب های اجتماعی -

تقویت روحیه مدد رسانی و تعاون به منظور ارتقاء و بهبود کیفیت زندگی دانشجویی و ترویج سالم زیستی -

تالش برای ایجاد احساس مسئولیت جمعی

تعاریف همتیاری: همتیاری در این طرح شامل گستره ای از خدمات یاورانه بین فردی از سوی افراد غیرحرفه ای است که در مقام یاور برای سایر دانشجویان نیازمند/علاقمند عمل می کنند .

همتیار: دانشجویی است که از بین دانشجویان دانشگاه انتخاب و زیر نظر اداره مشاوره دانشجویی دانشگاه بر اساس شرح وظایف به ارائه خدمات نیمه حرفه ای به هم دانشگاهیان خود می پردازد

خدمات یاورانه: به خدمات غیر پزشکی بهداشت روانی اطلاق می شود که در ۴ حوزه روانشناسی بالینی، مشاوره، خانواده درمانی و مددکاراجتماعی قابل تبیین می باشد

خدمات نیمه حرفه ای: خدماتی هستند که سطح ابتدایی و اول پیشگیری مشاوره را در بر می گیرد .

شرایط عضویت :

دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در رشته های پزشکی،

نداشتن حکم انضباطی -

نداشتن اختلال روانشناختی شناخته شده به تایید اداره مشاوره

- تکمیل فرم عضویت و تعهد نامه رعایت ضوابط اخلاقی حیطه فعالیت -

عضویت و انصراف همتیاران به صورت داوطلبانه و با تایید اداره مشاوره دانشجویی است -

دوره عضویت جهت فعالیت در گروه همتیاری در صورت رضایت رئیس اداره حداکثر به مدت ۲ سال تعیین می شود.

خدمات سطح دو: خدمات پیشگیری انتخابی شامل: (غربالگری دانشجویان، ارائه خدمات روان درمانی و مشاوره ای حضوری و تلفنی به دانشجویان دارای افت تحصیلی)

خدمات سطح دو پیشگیری، شامل مجموعه خدماتی است که با هدف شناسایی، تشخیص، تعدیل و رفع زودرس نارسائی‌ها، ناهنجاری‌ها و یا اختلالات احتمالی موجود در حیطه‌های شناختی، عاطفی و یا رفتاری در فرد ارائه می‌گردد.

عنوان برنامه: غربالگری دانشجویان جدیدالورود

مقدمه: جهت بررسی حیطه سلامت روانی دانشجویان لازم است دانشجویانی که مستعد به آسیب‌های روانی هستند در مراحل اولیه عدم تطابق یا بروز بیماری شناسایی شوند. به این منظور لازم است دانشجویان به صورت مرتب و منظم پایش شوند و دانشجویانی که به عنوان افراد در معرض خطر تلقی شده جهت خدمات درمانی و اقدامات لازم در مورد آنان صورت گیرد.

هدف کلی: پیشگیری و ارتقاء سطح سلامت دانشجویان جدیدالورود

اهداف اختصاصی:

- ۱) شناسایی و تشخیص ناهنجاری‌ها و اختلالات احتمالی دانشجویان
- ۲) تعدیل و رفع به موقع مشکلات تحصیلی، بالینی، و انضباطی
- ۳) برقراری ارتباط اولیه با دانشجویان جدیدالورود
- ۴) آشنایی با خدمات دفتر مشاوره

روش اجرا:

۱. در اول هر ترم از طریق اطلاع رسانی به دانشجویان در فضای مجازی (کانال تلگرام، مفدا و تماس با نمایندگان کلاس‌ها) و ارسال لینک شرکت در آزمون روانشناختی
۲. بررسی نتایج آزمون
۳. تفکیک دانشجویان در معرض خطر شناسایی شده
۴. برقراری تماس تلفنی با آنها
۵. مصاحبه اولیه روانشناختی
۶. در صورت نیاز به راهنمایی به صورت تلفنی خدمات ارائه می‌گردد و در صورت نیاز به خدمات مشاوره ای دعوت حضوری از دانشجویان ساکن اصفهان

۷. در صورتی که دانشجو ساکن شهر دیگری می باشد ارجاع به دانشگاه محل سکونت خود جهت دریافت خدمات مشاوره حضوری
۸. تنظیم جدول ارائه خدمات و اقدامات لازم در خصوص این دانشجویان و ارائه گزارش به اداره مشاوره و سلامت روان و معاونت دانشجویی دانشکده پزشکی
۹. برقراری تماس تلفنی با دانشجویان جهت پیگیری وضعیت دانشجویان و اثربخشی اقدامات انجام شده.

عنوان برنامه: خدمات مشاوره ای به دانشجویان دارای افت تحصیلی

مقدمه

دانشجویان بعنوان یکی از اجزای سیستم آموزش عالی، دارای ویژگی های روانشناختی خاصی هستند. این ویژگیها را می توان بعنوان یکی از مهمترین متغیرهای مداخله گر در رفتار تحصیلی دانشجویان در نظر گرفت. پیشگیری از شکست تحصیلی و بروز آسیبهای روانشناختی متعاقب آن و در نتیجه بهبود کیفیت آموزش و بازده تحصیلی در گرو توجه نمودن به این ویژگیها و دیگر عوامل موثر در فرایند یادگیری و عملکرد تحصیلی دانشجویان خواهد بود. افت تحصیلی دانشجویان یک مساله بسیار مهم در آموزش است که در صورت عدم کنترل موجب پایین آمدن سطح علمی آنها در سال های آینده خواهد شد. عدم کنترل افت تحصیلی دانشجویان، به پایین آمدن سطح علمی و کارآمدی آنان منجر می گردد

افت تحصیلی در دانشگاهها به صورت یک مشکل اساسی مطرح شده است و به تدریج تشدید می شود، هر ساله بخشی از منابع و استعداد های بالقوه انسانی و اقتصادی جامعه در دانشگاهها با عناوین ترک تحصیل، اخراج، انصراف، مشروط و ... ضایع می گردد و پیامدهای ناگواری در زندگی فردی و اجتماعی بر جای می گذارد.

افت تحصیلی یک مسئله یا مشکل فردی نیست. بلکه مشکلی است که به گروهی بزرگ تعلق دارد زیرا هنگامی که دانشجو افت می کند، دانشگاه، خانواده، آموزش عالی و جامعه نیز افت می کند. پس برای کاهش آن باید مسائل گوناگونی چون هوش و توانایی یادگیری فرد، انگیزه، هدف، روشهای مطالعه، توجه و تمرکز، عوامل جسمانی و روان شناختی، روابط استاد و دانشجو، مهارت استادان، امکانات دانشگاه، کتابهای درسی، شرایط عاطفی و امنیتی خانواده، شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی خانواده و.... را مورد توجه قرار داد تمامی این عوامل را می توان در سه دسته کلی، فردی، آموزشی - اجتماعی و خانوادگی تقسیم نمود این عوامل چنان در هم تنیده اند که تعیین سهم و نقش هر کدام مشکل است باید تک تک آنها را در رابطه با افت هر دانشجو بررسی نمود و علت را شناخت سپس برای رفع آن راه حل ارائه داد.

افت تحصیلی چیست؟

منظور از افت تحصیلی کاهش عملکرد تحصیلی و درسی دانشجو از سطح رضایت بخش به سطحی نامطلوب است. مقایسه و سنجش سطح عملکرد تحصیلی قبلی و فعلی دانشجو در این تعریف بهترین سنجش افت تحصیلی است. بنابراین اگر بین توان بالقوه و بالفعل دانشجو در جهت منفی فاصله ایجاد شود به آن افت تحصیلی گویند. پس افت تنها به مردودی محدود نمی‌شود بلکه هرگاه میزان پیشرفت تحصیلی کمتر از حد انتظار و توان باشد می‌شود گفت که افت تحصیلی اتفاق افتاده است.

علل افت تحصیلی

بطور کلی عوامل افت تحصیلی را می‌توان به سه دسته عمده تقسیم کرد:

- ۱- عوامل فردی: بی‌انگیزگی، افسردگی، استرس، عدم علاقه به رشته تحصیلی، مشکلات جسمانی، تنبلی و ...
- ۲- عوامل خانوادگی و اجتماعی: مشکلات خانوادگی، دوری از محل سکونت، تأهل، مشغله‌های کاری و ...
- ۳- عوامل آموزشی: عدم آشنایی با رشته تحصیلی، عدم رابطه مطلوب بین اساتید و دانشجویان، کمبود فضاها و امکانات آموزشی مناسب، نداشتن شناخت کافی دانشجویان با قوانین و مقررات آموزشی و ...

در هر فردی ممکن است یک یا تعدادی از این عوامل باعث افت تحصیلی وی گردند بعضی اوقات این عوامل بسیار واضح و روشن هستند و خود فرد با آگاهی از آنها درصد رفع آن بر آمده و از افت بیشتر خود جلوگیری می‌کند و یا از دیگران برای گرفتن کمک استفاده می‌کند ولی در بیشتر مواقع دانشجو متوجه نمی‌شود که چه عامل یا عواملی باعث کم شدن نمراتشان شده است در اینجا یک مشاور کارآمد می‌تواند با گذاشتن یک یا چند جلسه مشاوره و گفتگویی دوستانه به مشکل وی پی برده و با دادن دستورالعمل مناسب و راهنمایی‌های درست در رفع مشکل به او کمک نماید.

در اینجا برای کمک به دانشجویان دارای افت تحصیلی و سهولت در کار مشاورین لازم است تا اول این دانشجویان شناسایی شوند و سپس به کارشناسان مشاوره ارجاع داده شوند. برای شناسایی این دانشجویان طرحی تنظیم و در حال اجرا می‌باشد.

هدف:

شناسایی دانشجویان دارای افت تحصیلی و ارائه خدمات روانشناختی مورد نیاز جهت پیشگیری از افت مجدد

بازده زمانی: مستمر در طول هر ترم

شرح طرح

دسته بندی افراد دارای افت تحصیلی

- ۱- کسانی که معدل هر ترمشان (هر نیمسال تحصیلی) کمتر از ۱۱/۹۹ می شود و در واقع مشروط شده اند .
- ۲- کسانی که معدل ترمشان از ترم قبل ۱ یا ۲ نمره کمتر شده است .

روش اجرا:

- ۱- جمع آوری اسامی دانشجویان مشروطی و افت تحصیلی دانشکده بصورت جداگانه از طریق سیستم سما.
- ۲- مطابقت دادن این لیست با اسامی دانشجویان مشروطی و افت تحصیلی دانشکده از طریق آموزش دانشکده مربوطه.
- ۳- دعوت از دانشجویان مشروطی برای مراجعه به مشاورین در دفتر مشاوره دانشکده از طریق آموزش یا امور دانشجویی دانشکده ها. (در حال حاضر با توجه به شرایط فعلی با تک تک دانشجویان مشروطی و افت تحصیلی از طریق دفتر مشاوره دانشکده پزشکی تماس گرفته می شود).
- ۴- پس از تماس با دانشجویان در صورت لزوم و صلاح دید کارشناسان مربوطه برای آنها جلسات مشاوره گذاشته می شود.
- ۵- پی گیری روند کار مشاورین بعد از مراجعه یا برقراری تماس تلفنی با دانشجویان و در صورت امکان اقدامات لازم برای حل مشکل آنها.
- ۶- تنظیم گزارش اقدامات انجام شده در جدول مربوطه
- ۷- ارائه نتایج و بازخورد در مورد وضعیت دانشجویان مشروطی در هسته پیشرفت تحصیلی دانشکده پزشکی
- ۸- پیگیری وضعیت دانشجویان توسط مشاور دانشکده جهت اثربخشی خدمات ارائه شده به دانشجویان

عنوان برنامه: خدمات روان درمانی و مشاوره‌ای (حضور و تلفنی)

خدمات این سطح با استفاده از یک فضای ارتباطی که امکان برون ریزی احساسات و جاری شده عواطف نهفته موجود در فرد را فراهم می آورد، ارائه می گردد.

تغییرات شناختی و رفتاری نیز غالباً با هدف نهایی پالایش عواطف صورت می پذیرد و خدمات مشاوره و درمان انفرادی با استفاده از نظریه‌های و فنون مختلف جزو این دسته از خدمات است.

هدف کلی: تشخیص و درمان اختلالات روانشناختی دانشجویان (خود ارجاع و دیگر ارجاع) « از طریق آموزش دانشکده، هم‌تایاران سلامت روان، اساتید مشاور، هم‌کلاسی ها و خودارجاع)

اهداف اختصاصی:

1. انجام مشاوره فردی و بررسی وضعیت روحی روانی دانشجویان
2. ارائه خدمات درمانی و مشاوره‌ای به دانشجویان نیازمند این گونه خدمات
3. ارجاع به سطوح بالاتر درمانی

شاخص تحقق هدف: انجام مشاوره فردی، ارجاع به روانپزشک و مددکار

دفتر مشاوره و سلامت روان هر روز از ساعت ۷:۳۰ الی ۱۵ آماده ارائه خدمات به دانشجویانی می باشد که یا از طریق آموزش دانشکده، اساتید مشاور، دانشجویان همتایار، دوستان دانشجویان و یا به صورت خودارجاع به دفتر مشاوره مراجعه نموده اند.

جدول مراحل انجام خدمات مشاوره ای

موضوع	ردیف
تعیین وقت مشاوره حضوری و تلفنی	۱
انجام مشاوره فردی	۲
استخراج شماره دانشجویی از سیستم سماء در صورت لزوم	۳
کد گذاری فرم های مشاوره حضوری	۳
وارد کردن فرم ها در سیستم فرابرس	۴
بایگانی فرم های بالینی	۵

خدمات سطح سه: خدمات توانبخشی شامل: (خدمات روانپزشکی و بستری)

چنانچه دانشجویی نیازمند به خدمات سطح ۳ باشد به اداره مشاوره سلامت روان دانشگاه ارجاع داده می شود و اقدامات لازم جهت انجام خدمات سطح ۳ برای آنها ارائه می گردد.