

دوران دانشجویی از جمله مراحل پر اضطراب زندگی هر جوان می باشد. تفاوت محیط دبیرستان با دانشگاه، افزایش حجم درس ها و تغییر نظام آموزشی، تاثیرات مطلوب و نامطلوب خود را بر دانشجو خواهد گذاشت بخصوص برای دانشجویان شهرستانی که برای اولین بار از خانواده خود جدا شده اند. بنابر این خلاء عاطفی از یکطرف و کنار آمدن با شرایط موجود، نیاز به رسیدگی و توجه خاص دارد چراکه امروزه از نقطه نظر روانشناسی، راهنمایی و مشاوره این توجه یک ضرورت حیاتی است و به موازات گسترش و پیچیدگی اجتماع مشکلاتی بروز می کند که ضرورت خدمات فنی این حرفه را حیاتی می سازد. در سال های اخیر در کشور ما همانند سایر کشورها توجه خاصی به این امر نشان داده شده است لذا وزارت علوم، تحقیقات و فناوری نیز با تلاش در ایجاد مراکز مشاوره در دانشگاه های کشور در تامین بهداشت روانی و رفع مشکلات دانشجویان گام موثری برداشته است. مرکز مشاوره دانشگاه گیلان از سال ۱۳۷۰ فعالیت خود را آغاز نموده و هم اکنون علاوه برستاد مرکزی با ایجاد هفت شعبه در دانشکده ها و خوابگاهها آماده ارائه خدمات فوق بصورت مستمر در دو شیفت صبح و عصر ارائه می گردد. مرکز مشاوره دانشگاه غیر از ارائه خدمات به مراجعین در راستای تحقق هدف اصلی خود یعنی ارتقاء بهداشت روان و پیشگیری از آسیب های روانی اجتماعی اقدام به اجرای برنامه های مختلف نظیر برگزاری کارگاههای آموزشی، تهیه و توزیع بروشورهای آموزشی، همایش، می نماید.

◀ خدمات روان درمانی

درمان اختلالات و ناراحتی های مختلف روانشناختی از قبیل اضطراب، افسردگی، وسواس، مشکلات شخصیت و ..

◀ خدمات مشاوره و راهنمایی

مشاوره و راهنمایی تحصیلی، ازدواج، آموزشی، خانوادگی و ..

◀ خدمات روانپزشکی

درمان دارویی اختلالات روانی و شخصیتی و ...

◀ خدمات مددکاری

پیگیری و حل و فصل مسائل و مشکلات رفاهی، تحصیلی، آموزشی و

اگر احساس غمگینی و ناامیدی زیادی می کنید .
اگر خود را خیلی ملامت و سرزنش می کنید .
اگر تصمیم گیری برایتان دشوار شده است .
اگر اخیراً احساس تشویش، نگرانی میکنید و دلیل آن برایتان معلوم نیست.
اگر احساس ضعف، بی حالی، خستگی مداوم دارید .
اگر اخیراً خواب شما مختل شده مثلاً "روزها می خوابید و شب ها بیدار می ماندید .
اگر حرف زدن در جمع، سخنرانی، سوال و جواب کردن در کلاس درس برای شما به حدی دشوار است که انجام دادن آنها را به تعویق می اندازید یا صرفنظر می کنید .
اگر اخیراً عملکرد تحصیلی شما کاهش یافته است و ترس از آن دارید که مبادا دچار افت تحصیلی شوید .
اگر اخیراً دقت و توجه و تمرکز شما در کارها کاهش یافته است .
اگر درباره ازدواج، تحصیل، پرسش ها و ابهام هایی در پیش روی خود می بینید.
..... و

به مرکز مشاوره دانشگاه مراجعه فرمائید .

دانشجویان جهت استفاده از خدمات مرکز مشاوره می توانند از طریق تماس تلفنی (۳۳۶۹۰۴۶۵) و یا حضورا به مرکز مراجعه و پس از مصاحبه اولیه به یکی از روانشناسان/مشاوران ارجاع داده شوند.