



# گزارش فعالیت های کانون همیاران سلامت روان دانشگاه شیراز

تابستان ۱۳۹۹

## معرفی کانون همیاران سلامت روان

کانون همیاران سلامت روان دانشگاه شیراز از سال ۱۳۹۲ و به عنوان گروه همیاران سلامت روان، فعالیت‌های داوطلبانه‌ی خود را تحت نظارت مرکز مشاوره و روان‌درمانی دانشگاه شیراز آغاز کرد و از سال ۱۳۹۵ طبق دستورالعمل وزارت علوم و تحت نظارت دفتر مشاوره و سلامت آن وزارت، به عنوان یک **کانون دانشجویی** زیر مجموعه‌ی مرکز مشاوره و روان‌درمانی دانشگاه شیراز، فعالیت‌های خود را پیش برد و جزء کانون‌های برتر کشوری قرار گرفت. فعالیت‌های این کانون در زمینه‌ی مسائل روانشناختی دانشجویان از جمله حوزه‌های سلامت روان، شناسایی و معرفی دانشجویان دارای نیاز به خدمات روانشناختی به مرکز مشاوره، مداخله در بحران و پیشگیری از خودکشی، پیشگیری از سوء مصرف مواد مخدر و دخانیات، پیشگیری از ایدز و اچ آی وی بوده است.

## عضوگیری کانون همیاران سلامت روان

هر ساله طبق زمان‌بندی اعلام‌شده توسط دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، انتخاباتی جهت تعیین اعضای شورای مرکزی کانون در سطح دانشگاه برگزار می‌گردد. پس از آن با شروع دوره‌ی جدید فعالیت کانون، عضوگیری به صورت حضوری (در خلال برنامه‌های مختلف) و آنلاین (فرم عضویت مجازی) صورت می‌گیرد. لازم به ذکر است که دانشجویان از تمامی رشته‌ها و مقاطع تحصیلی می‌توانند عضو کانون شوند و به عنوان همیار آموزش‌های لازم را فراگرفته و شروع به فعالیت نمایند.

## کمیته‌های کانون همیاران سلامت روان دانشگاه شیراز

در کانون همیاران دانشگاه شیراز کمیته‌های مداخله در بحران و پیشگیری از خودکشی، کمیته‌ی سلامت روان، کمیته‌ی پیشگیری از اعتیاد و سوء مصرف مواد، کمیته‌ی آسیب‌های اجتماعی از جمله مقابله با خشونت علیه زنان و پیشگیری از اچ آی وی و ایدز و ... وجود دارد. در هر کمیته یک یا دو تسهیلگر و تعدادی عضو فعال و علاقه‌مند به آن حوزه فعالیت می‌کنند و آموزش‌های مرتبط را فرامی‌گیرند.

## فعالیت‌های کانون از ابتدای فعالیت تاکنون

### ۱- برگزاری همایش‌های منطقه‌ای و کشوری

- دانشگاه شیراز در سال ۹۶ میزبان دومین همایش کشوری کانون‌های همیاران سلامت روان کشور بود که این همایش با حضور مسئولان کشوری و ۴۰۰ تن از همیاران دانشگاه‌های مختلف سطح کشور برگزار شد.
- همایش‌های منطقه‌ای و دانشگاهی نیز در حوزه‌های مختلف همچون پیشگیری از مصرف دخانیات، شکست عاطفی و ... توسط مرکز مشاوره و روان‌درمانی و کانون همیاران سلامت روان دانشگاه شیراز برگزار شده است.

### ۲- برگزاری کارگاه‌های آموزشی در سطح دانشگاهی و منطقه‌ای

- این کارگاه‌ها در زمینه‌های بسیار متنوعی همچون: نشانه‌شناسی، مداخله در بحران، پیشگیری از خودکشی، تسهیلگری و تیم‌سازی، شکست عاطفی، مهارت‌های زندگی، پیشگیری از اعتیاد و سوءمصرف مواد، پیشگیری از اچ آی وی و ایدز، نشاط اجتماعی، خودمراقبتی عاطفی و هیجانی و ... توسط اساتید دانشگاه و همچنین دانشجویان همیار در مقطع کارشناسی ارشد برگزار شده است.

### ۳- برگزاری نمایشگاه نشاط اجتماعی در سطح منطقه

در سال ۹۷ دانشگاه شیراز میزبان دانشگاه‌های منطقه‌ی ۷ کشور برای برپایی نمایشگاه نشاط اجتماعی بود. و در سال ۹۸ دبیرخانه منطقه ۷ مراکز مشاوره دانشگاه‌های کشور (مرکز مشاوره و روان‌درمانی دانشگاه شیراز) این نمایشگاه را در دانشگاه خلیج فارس بوشهر برگزار نمود. این نمایشگاه‌ها با استقبال بسیار خوب دانشگاهیان رو به رو شد و شرکت‌کنندگان خواستار برپایی مجدد این نمایشگاه شدند.

### ۴- برگزاری برنامه‌هایی با هدف افزایش نشاط اجتماعی

- برگزاری بازی‌های فکری و گروهی در خوابگاه‌های دانشجویی
- پخش فیلم و انیمیشن به همراه نقد روانشناختی

## ۵- برپایی برنامه‌های مناسبی

- برپایی غرفه به مناسب هفته‌ی خوابگاه‌ها
- اجرای برنامه‌های آموزشی به مناسبت روز جهانی ایدز و اچ آی وی
- اجرای برنامه‌هایی به مناسبت روز مبارزه با خشونت علیه زنان
- اجرای برنامه‌هایی به مناسبت هفته سلامت روان

## ۶- همکاری و مشارکت در اجرای "طرح پیام"

این طرح در راستای پیشگیری از اعتیاد و سوءمصرف مواد می باشد و کانون همیاران سلامت روان دانشگاه شیراز با تولید کلیپ‌های آموزشی و فعالیت‌های تبلیغاتی در این طرح مشارکت دارد.

## ۷- مشارکت در طرح "خدا قوت دانشجو"

این طرح ویژه ایام امتحانات و افزایش انگیزه دانشجویان می باشد. کانون همیاران با توزیع بروشورهایی با محتوای تحصیلی، حضور در دانشکده‌ها و تولید و انتشار محتوای تحصیلی در فضای مجازی در این طرح مشارکت دارد.

## ۸- مشارکت در اجرای طرح "کارنامه‌ی سلامت روان"

این طرح با هدف ارزیابی سلامت روان دانشجویان ورودی جدید و شناسایی دانشجویان در معرض خطر برگزار می گردد. در این طرح دانشجویان همیار سلامت روان در معرفی خدمات مرکز مشاوره و کانون همیاران به دانشجویان، ورود داده های کارنامه ها و نیز انجام مصاحبه بالینی با مرکز مشاوره دانشگاه همکاری دارند.

## ۹- برگزاری مسابقه‌های دانشجویی

مسابقه‌های متنوعی از جمله مسابقات برداشت آزاد، کتابخوانی، ارسال عکس و فیلم موضوعی و ... تاکنون توسط کانون همیاران برگزار شده است.