

برگزاری جلسه مشاوره گروهی در خوابگاه سرو دانشگاه بناب توسط دکتر توحید مرادی

مروری بر جلسه در فضایی صمیمی، دانشجویان ورودی دانشگاه بناب گرد هم آمدند تا به چالش‌های زندگی دانشجویی و خوابگاهی پرداخته و با خدمات مرکز مشاوره آشنا شوند. هدف این نشست، پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و ارتقای مهارت‌های زندگی بود. محورهای کلیدی آشنایی با خدمات مرکز مشاوره چالش‌های زندگی خوابگاهی و راهکارهای سازگاری پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و مصرف مواد مخدر مدیریت استرس، مهارت‌های ارتباطی و خودشناسی بازتاب دانشجویان دانشجویان با استقبال گرم و پرسش‌های کلیدی در این جلسه شرکت کردند: چگونه استرس درسی را مدیریت کنیم؟ چگونه با هم‌اتاقی‌ها ارتباط مؤثر برقرار کنیم؟ راهکارهای مقابله با احساس تنهایی چیست؟ چگونه از مصرف مواد مخدر پیشگیری کنیم؟ چشم‌انداز آینده این جلسه نقطه آغاز تعاملات بیشتر با دانشجویان بود. مرکز مشاوره دانشگاه متعهد به حمایت از سلامت روان دانشجویان است و جلسات مشابهی را در آینده برگزار خواهد کرد.



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره، سلامت و سبک زندگی
دانشگاه بناب



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
سازمان امور دانشجویان
دفتر مشاوره، سلامت و سبک زندگی

مشاوره گروهی در خوابگاه سرو دانشگاه بناب



۱۴۰۳/۱۲/۰۴

مرکز مشاوره، سلامت و سبک زندگی دانشگاه بناب