

## بسمه تعالی

در روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۸ کارگاه پیشگیری و مداخله در بحران (طرح بتا) در مرکز نوآوری و شکوفایی دانشگاه الزهراء(س) و به همت مرکز مشاوره و سبک زندگی توسط سرکار خانم مژگان آذرخش برگزار شد.

بحران، تجربه یک رویداد یا یک وضعیت است که به عنوان موضوع غیرقابل کنترل و غیرقابل تحمل در نظر گرفته می شود و فشار و استرسی که فرد ادراک می کند غالباً بیشتر از توان روانی و مکانیسم های مقابله ای فرد است. بحران روانی نیز یکی از انواع بحران است.

خودکشی و به ویژه خودکشی دانشجویان همواره از مسائل پیچیده و بحران زای جامعه بوده است. در کارگاه مورد نظر که با تسهیل گری دانشجوی همیار سلامت دانشگاه الزهراء(س)، خانم پگاه موحد اجرا شد. به موضوعات زیر پرداخته شد:

- آشنایی با تعریف های مرتبط با بحران و طرح بتا
- آشنایی با راهکارهای ارجاع
- معرفی روش های ارتباط با هم سالان

هدف از اجرای این کلاس:

ارتقای سطح سلامت روان و بهزیستی دانشجویان و مشارکت هر چه بهتر دانشجویان همیار سلامت دانشگاه الزهراء(س) با مرکز مشاوره دانشجویی