



دانشگاه شیراز

معاونت دانشجویی و فرهنگی

مرکز مشاوره و روان‌درمانی

## راهنمای شرکت در طرح کارنامه سلامت روان

### ویژه دانشجویان

#### دانشجوی گرامی

با آرزوی صحت و سلامتی برای شما، به اطلاع می‌رساند در سال تحصیلی جدید کلیه دانشجویان دانشگاه هنر شیراز، اعم از دانشجویان ورودی جدید و دانشجویان ورودی‌های قبل موظف به شرکت در "طرح کشوری کارنامه سلامت روان" می‌باشند، بدین منظور خواهشمند است برای تکمیل فرم کارنامه سلامت روان خود، به نکات زیر توجه نمایید:

نکات مربوط به طرح کشوری کارنامه سلامت روان ویژه کلیه دانشجویان دانشگاه

## نکته ۱

لازم است کلیه دانشجویان دانشگاه هنر شیراز در طرح کارنامه سلامت روان شرکت نمایند. براساس دستورالعمل سازمان امور دانشجویان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، **ثبت نام شما در نیمسال دوم سال تحصیلی، منوط به تشکیل کارنامه سلامت روان و تأیید مرکز مشاوره و روان درمانی دانشگاه است.**

## نکته ۲

تکمیل کارنامه سلامت روان صرفاً **مختص دانشجویان ورودی جدید نیست**، بنابراین چنانچه از دانشجویان ورودی سال های ۱۳۹۹ و قبل تر هستید و در زمان ثبت نام در دانشگاه فرم کارنامه سلامت روان خود را تکمیل نموده اید، الزام است مجدداً نسبت به تکمیل آن اقدام نمایید.

## نکته ۳

با توجه به محرمانه بودن اطلاعات شما، شخصاً اقدام به تکمیل فرم کارنامه سلامت روان نمایید و از تکمیل نمودن فرم مربوطه توسط **اعضاء خانواده و یا مسئول کافی نت**، اکیداً خودداری نمایید.

## نکته ۴

به منظور تکمیل فرم الکترونیک کارنامه سلامت روان خود از تاریخ ۱۵ شهریورماه وارد لینک زیر شده و کارنامه خود را تکمیل نمایید.

لینک آدرس سامانه کارنامه سلامت روان دانشجویان:

<http://portal.saorg.ir/mentalhealth>

## نکته ۵

هنگام ورود به سامانه سجاد، چنانچه قبلاً در این سامانه ثبت کرده اید با نام کاربری و رمز عبور قبلی خود وارد شوید و اگر قبلاً ثبت نام نکرده اید، ابتدا ثبت نام کنید و سپس پرسشنامه خود را تکمیل نمایید.

## نکته ۶

چنانچه رمز عبور قبلی خود را فراموش کرده اید، از طریق گزینه "**رمز عبور را گم کرده اید.**" رمز عبور جدید خود را ثبت نمایید.

## نکته ۷

در صورت برخورد با هر گونه مشکلی در روند دریافت رمز جدید و یا تکمیل کارنامه سلامت روان خود، از طریق منوی **ارتباط با پشتیبانی سامانه سجاد**، مشکل خود را اعلام نمایید.

## نکته ۸

پس از تکمیل کارنامه سلامت روان در سامانه سجاد، یک کد پیگیری به شما نشان داده خواهد شد، **حتماً کد پیگیری خود را یادداشت نمایید و نزد خود نگه دارید.** چنانچه فراموش کردید کد پیگیری خود را یادداشت نمایید، مجدداً وارد لینک کارنامه سلامت روان شوید و از طریق منوی **کارتابل**، کد پیگیری خود را به دست آورید.

## نکته ۹

پس از تکمیل کارنامه سلامت روان، نیازی به پرینت خروجی کارنامه سلامت روان و مراجعه به مرکز مشاوره دانشگاه نیست. بنابراین از مراجعه حضوری به مرکز مشاوره جهت تحویل خروجی کارنامه سلامت روان خود، اکیداً خودداری نمایید. در صورت نیاز، کارشناسان مرکز مشاوره با شما تماس می‌گیرند.

## نکته ۱۰

طرح کارنامه سلامت روان، طرحی متفاوت از طرح کارنامه سلامت جسم و تندرستی است، بنابراین مراحل هر طرح می بایست طبق فرمت اعلام شده به صورت کاملاً مجزا انجام گردد.

## نکته ۱۱

در صورت هرگونه سؤال می توانید در روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۹ تا ۱۳ با مرکز مشاوره و روان درمانی دانشگاه هنر شیراز با شماره ۰۷۱۳۲۲۹۸۱۸۹ تماس بگیرید و یا به همین شماره از طریق واتساپ پیام ارسال نمایید.

با سپاس و آرزوی موفقیت و سربلندی

مرکز مشاوره و روان درمانی دانشگاه هنر شیراز