



دانشگاه علوم پزشکی
خدمات بهداشتی و درمانی شهر

سادیخ

شماره پنجم

فصلنامه علمی - آموزشی

معاونت دانشجویی - فرهنگی

دانشکده علوم پزشکی نیشابور

اداره مشاوره و راهنمایی دانشجویی

بهار ۹۳

آشنایی قبل از ازدواج

به جای خواندن مداوم درس ها به فکر تقویت تمرکز باشید

مصاحبه با زوج دانشجو

آشنایی قبل از ازدواج

آشنایی، پذیرش حضور دیگری و ارتباط با او به منظور تبادل اطلاعات و عواطف در فرآیند تصمیم گیری برای ازدواج می باشد. معمولاً اولین عنصر محرک برای آشنایی با یک نفر جذابیت اوست. جذابیت در آغاز و گسترش آشنایی زن و مرد تأثیر به سزایی دارد. جذابیت ظاهری بیشترین تأثیر «غیرمنطقی» را بر اکثریت افراد دارد. و البته از مهم ترین شاخصه هایی است که می تواند در تعداد افراد خواستگار فرد، تأثیر گذارد. در نگاه اول جذاب ترین افراد به احتمال زیاد افرادی گرم، حساس، مهربان، به روز و با کفایت هستند. جذابیت ظاهری می تواند فرد را درگیر فرآیند آشنایی کند، اما لزوماً ارتباط طولانی مدت و شادی را به همراه نخواهد داشت. علی رغم همه آن چه که گفته شد، به طور واقعی همسری را انتخاب می کنیم که به لحاظ جذابیت همانند خودمان باشد. در تحقیقی همه ی افرادی که به پرسش نامه های تحقیق پاسخ داده بودند، چه مرد و چه زن، ویژگی های شخصیتی «فهمیم، مهربان و باهوش» بودن را بر قدرت کسب و کار یا جذابیت



ظاهری ترجیح داده بودند. بطور تقریبی می توان گفت جذابیت ظاهری در فرآیند آشنایی برای مردان از اهمیت بیشتری برخوردار است و کیفیت های شخصیتی برای زنان مهم تر است. تا این جا به دو عامل «جذابیت ظاهری و جذابیت شخصیتی» اشاره شد. سومین عامل در جذابیت «موقعیت اجتماعی» فرد است. موقعیت اجتماعی شامل طبقه ی اجتماعی، موقعیت اقتصادی، منزلت اجتماعی، شهرت، اعتبار، اصالت خانوادگی، تحصیلات، شغل، قومیت، مذهب، زبان و فرهنگ است. همچنین طبقه اجتماعی بالا برای دیگر طبقات اجتماعی، جذاب است. بنابراین امکان این که فردی از طبقه اجتماعی پایین جذب فردی از طبقه بالاتر شود هست. موقعیت اقتصادی نیز ایجاد جذابیت می کند، افراد تحت تأثیر میزان درآمد و سرمایه فرد قرار می گیرند. بنابراین موقعیت اقتصادی نیز نقش مهمی در تعیین جایگاه اجتماعی فرد دارد. جایگاه فرد در اجتماع محلی و همین طور شهرت و اعتبار خود او و خانواده اش، به راحتی دیگران را تحت تأثیر قرار می دهد. اصالت خانوادگی که در واقع از

اعتبار خانواده، جایگاه خانواده و آبروی خانوادگی ترکیب شده است در نظر خانواده های ایرانی اهمیت فراوانی دارد و شدیداً ایجاد جذابیت می کند. تحصیلات فرد از دو جهت مهم است. یکی به دلیل این که تحصیلات بالاتر، شغل بهتر و وضعیت اقتصادی بهتر را نوید می دهد و در عین حال از توانمندی، هوش و فهم فرد نیز خبر می دهد. بسیاری از ما به راحتی تحت تأثیر تحصیلات فرد قرار می گیریم. شغل فرد از چند جهت اهمیت دارد. یکی شأن و منزلت اجتماعی فرد را می رساند و دیگری میزان درآمد و توانمندی اقتصادی فرد را بیان می کند. برخی از موقعیت ها، زبانها و فرهنگ ها از جذابیت و اعتبار بیشتری برخوردار هستند.

یکی دیگر از منابع جذابیت در «شباهت ها» است که با هم داریم. تحقیقات بسیاری نشان داده اند که دانشجویان به شباهت های شخصیتی و نگرشی توجه می کنند. به ویژه زمانی که چندان درگیر عشق نیستند. هر چه شباهت ها بین دو نفر بیشتر باشد جذابیت بیشتری به وجود می آید. «شباهت ها» بیشتر در مورد اندیشه ها، باورها، و نگرش ها است. دو نفر که اندیشه، باور و نگرش نزدیک به هم دارند، جذابیت بیشتری را بین خود احساس می کنند.

یکی دیگر از منابع، جذابیت در «تضادها و تفاوت های» است که با هم داریم. تضادها و تفاوت ها به صفات و شرایطی اشاره دارد که ما تجربه نکرده ایم یا فاقد آن هستیم، اما آن را جذاب می دانیم و می خواهیم که صاحب آن صفت یا دارای آن شرایط شویم.

فواید آشنایی:

چهار فایده عمده آشنایی به ترتیب عبارتند از:

۱- مشاهده متفاوت بودن افراد با یکدیگر و آشنا شدن با افراد مختلف به ما کمک می کند تا «گستره تفاوت ها» در افراد جامعه خود را مشاهده کنیم. همه ما به واقع منحصر به فرد هستیم و علی رغم شباهت های فراوانی که داریم تفاوت های خاص خودمان را نیز داریم. آشنایی با گستره ای از این افراد، به ما کمک می کند که این تفاوتها را از نزدیک ببینیم.

۲- تعامل با افراد دیگر به ما کمک می کند تا «خود را بهتر بشناسیم».

۳- در فرآیند آشنایی می فهمیم که از چه اموری خوشمان می آید و از چه چیزهایی بدمان می آید.

۴- فرآیند آشنایی به ما در «یادگیری مهارت های ارتباطی» کمک می کند.



محدودیت های آشنایی:

به طور واضح آشنایی می تواند تجربه با ارزشی باشد اما محدودیت ها و معایب خاص خودش را هم دارد آنها را در چهار مورد زیر خلاصه می کنیم.

۱- در فرآیند آشنایی هر دو نفر تلاش می کنند تا فقط « جنبه های مثبت خود » را بیان کنند.

۲- دور شدن از دوستان و فعالیت های معمول روزمره، یکی دیگر از محدودیت های آشنایی است.

۳- کوتاهی و قصور در مواجهه با موضوعات و مسائل مهم مشترک در زمان آشنایی.

۴- آشنایی دو نفر هر چند جهات مثبت بسیاری دارد، اما در صورتی که بدون حد و مرز باشد، آمادگی هر دو نفر برای ازدواج را تضعیف می کند.

ده اشتباه در فرآیند آشنایی:

در فرآیند آشنایی ممکن است چند اشتباه بزرگ از طرف ما رخ دهد این اشتباهات به ترتیب عبارتند از:

۱- سوالات کافی نمی پرسیم. بسیاری از ما قبل از شروع یک ارتباط، حتی به اندازه زمانی که می خواهیم یک گوشی تلفن همراه بخریم، سؤال نمی پرسیم.

۲- نشانه های هشداردهنده و «مشکلات بالقوه» را نادیده می گیریم.

۳- عجولانه و زودهنگام، سازش می کنیم.

۴- تسلیم «نیاز جنسی» می شویم.

۵- تسلیم زرق و برق های مادی و ظاهری می شویم.

۶- تعهد را مقدم بر تفاهم می دانیم.

۷- تردیدهای خود را نادیده می گیریم.

۸- «تفاهم» را بر «علاقه و محبت» مقدم می دانیم.

۹- باور به اینکه او را تغییر خواهیم داد.

۱۰- باور این که پس از ازدواج مشکلات کم می شود.

در شماره بعد در مورد خواستگاری و دوران نامزدی صحبت خواهیم کرد.

به جای خواندن مداوم درس ها به فکر

تقویت تمرکز باشید

بیشتر ما آزمایش سوزاندن کاغذ به کمک ذره بین را انجام داده ایم. در این آزمایش اشعه های خورشید پس از عبور از ذره بین متمرکز می شوند و پس از مدت کوتاهی با ایجاد گرما کاغذ را می سوزانند.



این قدرت را می توان در قالب تمرکز نیز تعریف کرد. قدرت تمرکز به توجه در فکر یا شیء خاصی، به طوری که تمامی حواس بدان جلب شده و هر چیز دیگری نادیده گرفته شود اطلاق می شود.

هنگامی که فکر و ذهن تمرکز پیدا

می کند، انرژی ما برای انجام دادن کارها یا افکار دیگر پراکنده نمی شود، این مهارت (تمرکز) برای کسب انواع موفقیت ها از جمله در امتحانات ضروری است. تمرکز، کاربردها و فواید بسیاری دارد که از جمله آنها مهارت در مطالعه و درک سریع تر، بهبود حافظه، تمرکز بر انجام هر کار اعم از شغل، فعالیت های مختلف یا یک هدف موثر و

مفید است. همچنین تمرکز برای گسترش قدرت های روحی و ذهنی بسیار مفید است و ابزار قدرتمندی برای استفاده موثر از تجسم خلاق محسوب می شود. اگر این توانایی توسعه پیدا کند، ذهن بسیار آسان تر از ما پیروی و اطاعت می کند و دیگر با افکار منفی و نگرانی های پوچ و بیهوده درگیر نمی شود. در چنین شرایطی بر ذهن خود مسلط می شویم و آرامش ذهن حقیقی را تجربه می کنیم. ناگفته پیداست که برای ایجاد این توانایی باید ذهن خود را آموزش دهیم.

تمرکز، تکنیک می خواهد:



اغلب افراد فکر می کنند تمرکز، فعالیت شایسته و خسته کننده است که نیازمند صرف انرژی و فشار و تقلای زیاد است. این باور در واقع از همان سال های اولیه کودکی شروع می شود. والدین و معلمان از

کودکان و دانش آموزان انتظار دارند درس بخوانند، تکالیف خود را انجام دهند و نمرات عالی بگیرند، این انتظار نوعی حس ناگزیر و مجبور شدن به انجام کار را ایجاد می کند. از طرف دیگر وقتی به کودک گفته می شود خوب دقت نمی کند یا تمرکزش کم است، نوعی تنفر و بیزاری نسبت به این مفاهیم پیدا می کند که این اتفاق اغلب در مورد درس خواندن هم به وجود می آید.

در واقع وقتی کاری با زور، اجبار و فقدان آزادی همراه باشد، عدم تمرکز و دقت کافی در فرد را به همراه می آورد. زمانی که حقیقتا و از روی اشتیاق می خواهید در مطالعات خود پیشرفت کنید، امتحان مهمی را با موفقیت پشت سر گذاشته یا مسأله ای را حل کنید، قدرت تمرکز در شما پدیدار می شود. در چنین مواقعی وجود نیاز یا میل عامل ظهور تمرکز محسوب می شود. اما ایجاد این قدرت به صورت سیستماتیک و به شکلی که تحت کنترلان باشد، موضوع مهمی است که تنها با تمرین و آموزش به دست می آید.

تمرین هایی برای افزایش تمرکز:

بالا بردن قدرت تمرکز نیازمند انجام تمرین های روزانه است.

البته برای کسب نتیجه دلخواه می بایست ابتدا ۱۰ دقیقه وقت بگذارید. پس از یک هفته این زمان را به ۱۵ دقیقه افزایش دهید. تمام حواس خود را به تمرین ها جلب کنید و به هیچ چیز دیگری فکر نکنید. هر وقت احساس کردید به موضوع دیگری فکر می کنید، تمرین را متوقف کرده یا از اول شروع کنید؛ پس از مدتی زمان تمرین را افزایش دهید و در



صورت امکان، جلسه تمرین دیگری را مثلا در بعدازظهر همان روز تعیین کنید. سعی نکنید در ابتدای کار بیش از توانتان کار کنید و تمام تمرین ها را یکباره انجام دهید. بهتر است آرام پیش

روید و بدون انجام کارهای اضافی، تمرین های موردنظر را انجام دهید و ناامید نشوید.

فراموش نکنید که اصلا مهم نیست در ابتدا تمرکزتان کم باشد؛ چراکه امکان تقویت و قوی ساختن تمرکز مانند هر توانایی دیگری وجود دارد.

در نهایت برای گرفتن بهترین نتیجه ممکن، توصیه می‌شود هر تمرین را چند هفته انجام دهید تا مطمئن شوید آن را درست و با تمرکز کامل انجام می‌دهید.

تمرین اول: کتابی بردارید و کلمات یک پاراگراف آن را بشمارید. برای اطمینان از شمارش درست، باز هم این کار را انجام دهید. با یک پاراگراف شروع کنید و وقتی کار برایتان آسان‌تر شد، کلمات کل صفحه را بشمارید. شمارش را به صورت ذهنی و تنها با چشم انجام دهید، بدون این که با انگشت به کلمات اشاره کنید.

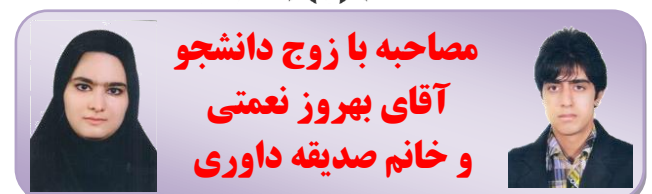
تمرکز، ابزار قدرتمندی برای استفاده موثر از تجسم خلاق است. اگر این توانایی توسعه پیدا کند، ذهن بسیار آسان‌تر از ما اطاعت می‌کند و با افکار منفی و نگرانی‌های پوچ و بیهوده درگیر نمی‌شود

تمرین دوم: در ذهنتان معکوس (یعنی مثلاً از ۱۰۰ تا یک) بشمارید. **تمرین سوم:** در ذهنتان از یک تا ۱۰۰، سه تا سه تا بشمارید.

تمرین چهارم: یک کلمه که احساس خوبی نسبت به آن دارید یا حتی یک صدا را انتخاب کنید و به مدت ۵ دقیقه در ذهنتان تکرار کنید. وقتی ذهنتان توانست آن را راحت‌تر تمرکز کند، مدت این کار را به ۱۰ دقیقه افزایش دهید.

تمرین پنجم: میوه‌ای را بردارید و از تمام زوایا به آن نگاه کنید. نگذارید افکارتان به موضوعات دیگر پراکنده شود. میوه را با دقت ببینید، بو کرده و لمس کنید.

فراموش نکنید رمز موفقیت در تمرکز تمرین مداوم است. هر چقدر زمان بیشتری را به تمرین اختصاص دهید، زودتر به موفقیت خواهید رسید.



مصاحبه با زوج دانشجو آقای بهروز نعمتی و خانم صدیقه داوری

با توجه به اهمیت ازدواج و ضرورت مشاوره قبل از ازدواج، در این شماره به مناسبت هفته جوان با زوج دانشجویی مصاحبه انجام داده‌ایم تا هم به این زوج و زوج‌های دانشجوی دیگر تبریک گفته باشیم و هم فرصتی برای یادآوری و فرهنگ سازی ازدواج دانشجویی را یادآوری کرده باشیم. امید است با مطالعه دقیق این مصاحبه با ازدواج و دلایل درست و نادرست ازدواج بیشتر آشنا شویم.

«سلام، خیلی خوش آمدید، تبریک عرض می‌کنم. از اینکه وقت گذاشتید و با نشریه شادیاخ همکاری کردید تشکر می‌کنم. با این سوال شروع می‌کنیم.»

چطور شد که با هم آشنا شدید؟

آقای نعمتی: ماهمسایه بودیم و قبل از ورود به دانشگاه باهم آشنا شدیم. **خانم داوری:** خوب من واسه کنکور بعضی روزها می‌رفتم کتابخونه و آقای نعمتی هم اونجا می‌آمدند. من متانت، آرام بودنشان و شخصیتشان را پسندیدم.

چقدر جذابیت ظاهری می‌تواند برای آشنایی و ازدواج ملاک باشد؟
آقای نعمتی: جذابیت ظاهری خیلی مهم بود. برای من ظاهر فرد یعنی حجاب و چادری بودنش و ایمانش ملاک بود. اگه ایمان و

حجاب طرف مقابلم نداشت من دیگه ادامه نمی‌دادم. البته ملاک‌های خانوادگی و شخصیتی و اخلاقی هم مهم هستند که من هم در نظر گرفته بودم.

خانم داوری: برای من ایمان و شخصیت و اخلاق فرد مهم است. آقای نعمتی فردی با متانت و با اعتقاد و اینکه اهل مسجد رفتن هستند و بر خورد خوبی با دیگران داشتند که باعث شد از شون خوشم بیاد.

خانواده در مسیر آشنایی دو طرف چه نقش‌های حمایتی را در حوزه‌های اقتصادی، فکری، عاطفی و تجربه ای می‌توانند ایفا کنند؟

آقای نعمتی: همکاری لازم را انجام دادند و وقتی با خانواده ام موضوع رو در میان گذاشتم که من از فلان دختر خوشم آمده و دوست دارم باهاش ازدواج کنم خانواده نگفتن زوده یا بدردت نمی‌خوره. باهام حرف زدن و رفتیم خواستگاری. حمایت‌های عاطفی و مالی از طرف خانواده خانومم و خانواده خودم خیلی خوب بود. من نه سربازی رفته بودم نه شغلی که درآمد داشته باشم البته کار دانشجویی بود که کفاف خودم رو می‌داد تازه ۲ سال از درس هم مونده بود. واقعاً دستشون درد نکنه خیلی حمایت و کمک کردند.

خانم داوری: مادرم اولش قبول نمی‌کردند؛ می‌گفت هنوز کم سن هستید. بعد از مدتی قبول کرد و ما حدوداً ۵ ماه با نظارت خانواده‌ها نامزد بودیم بعد از این مدت عقد کردیم. تو این مدت خانواده‌ها شرایطی رو فراهم کردن که ما بتونیم بهتر همو بشناسیم و راحت‌تر از لحاظ مالی و عاطفی زندگی کنیم.

چطور با اختلاف نظرهای (سلیقه‌های) شخصی، اعتقادی و باورهای طرف مقابل خود برخورد می‌کنید؟

آقای نعمتی: چون خانواده‌ها اختلاف زیادی نداشتن و با هم راحت کنار می‌آمدند ما هم در مورد مشکلات و اختلاف نظرهای حرف می‌زدیم تا به نتیجه‌ی واحدی برسیم. مثلاً اگه خانمم کاری انجام می‌داد که من خوشم نمی‌آمد بعداً تو یک فرصت مناسب بهش می‌گفتم که اگه اینطور رفتار می‌کردی بهتر بود.

خانم داوری: آره با هم حرف می‌زنیم چون شناخت زیادی از هم نداریم تا بیشتر همو بشناسیم و رفتار مناسب تری رو با هم داشته باشیم.

از نظر شما نقش شباهت‌ها و تفاوت‌ها در ازدواج چیست؟

آقای نعمتی: خوب شباهت‌ها آدم‌ها رو بهم نزدیک‌تر می‌کنه. هماهنگی و پذیرش بیشتری ایجاد می‌کنه و تفاوت‌ها هم یه نوع تنوع ایجاد می‌کنه و باعث دوام زندگی میشه.

آشنایی دانشجویی چه مزایا و محدودیت‌های می‌تواند برای ازدواج ایجاد کند؟

آقای نعمتی: انتخاب همسر در محیط دانشگاه اگه تحت نظر خانواده‌ها باشه خیلی خوب می‌شه. وقتی فردی در دانشگاه از کسی خوشش آمد باید با خانوادش در میان بدازه تا خانواده‌ها در جریان آشنایی و شناخت قرار بگیرند تا بتونند حمایت‌ها و راهنمایی‌های لازم را انجام بدهند و آسیب نبینند و اینکه افراد درگیر یک رابطه عاطفی و دوستی صرف نشوند که تنها یک خاطره ناراحت‌کننده از این دوران داشته باشند و از لحاظ روحی و عاطفی مخصوصاً دختر خانم‌ها آسیب نبینند.

خانم داوری: منم با نظر همسر موافقم.

داشتن چه شرایطی یا حمایت های می تواند منجر به ازدواج دانشجویی شود؟

آقای نعمتی: شرایط رو بسنجند مثلاً من سربازی نرفتم از لحاظ مالی تقریباً وابسته به خانواده هستم با طرف مقابل در باره این مسائل صحبت کنند و شرایط خودشون رو واضح و دقیق توضیح بدن وقتی من شرایط و وضعیتمو برای خانمم توضیح دادم با صحبت هایش بهم قوت قلب داد گفت: حاضره باهام باشه و حمایتم کنه این باعث دلگرمیم شد.

به عبارت دیگه شما می فرمایید ما باید کاملاً صادقانه عمل کنیم.

آقای نعمتی: بله دقیقاً.

آیا دانشگاه در ازدواج شما نقش مثبتی ایفا کرده است؟

آقای نعمتی: خوب دانشگاه میتونه خیلی کمک کنه و بحث مالی و دادن وام های ازدواج دانشجویی مناسب می تونه به زوجین کمک زیادی بکنه. چون هر دوی ما دانشجوی این دانشگاهیم، کمک دانشگاه تاثیر بسزایی روی تصمیم سایر دوستان که قصد ازدواج دارند و شرایط کلی یشان مناسب است داشته باشد. من دوستان زیادی رو می شناسم که بدلیل همین مشکلات مالی اقدامی برای ازدواج نمی کنند.

خانم داوری: برای شروع زندگی اگه خونه و وسایل زندگی در اختیار زوج های دانشجو بگذارند دانشجویان با انگیزه بیشتری هم درس میخوانند و هم بهتر به ازدواج فکر می کنند و به اصطلاح پا جلو میگذارند واسه ازدواج.

به نظر شما مشاوره قبل از ازدواج چقدر می تواند در انتخاب درست به افراد کمک کند؟

آقای نعمتی: من پیش مشاوره نرفتم ولی خانمم رفته. علتشم اینه من در زمینه ازدواج کتاب زیاد خوندم و همچنین از چند نفر بزرگتر که تجربه زیادی داشتن کمک گرفتم، مثلاً یکی شون گفته بود همسری انتخاب کن که قانع باشه، با ایمان باشه و تو رو واقعاً از صمیم قلب دوست داشته باشه. این راهنمایی ها خیلی به من کمک کرد تا بتونم درست انتخاب کنم.

خانم داوری: خوب من از خواهرم که از من خیلی بزرگتره و روانشناس هم هست و ازدواجم کرده کمک گرفتم و اونم ازم سوالاتی پرسید و راهنمایی های تو این زمینه بهم داد. یه مشاور خانوادگی داریم که تو زمینه های تحصیلی، خانواده و ازدواج کار می کنه که من هم پیشش رفتم. و باهش صحبت کردم و اونم منو خیلی کمک کرد. حتی به نظر من کارگاه هایی در زمینه ازدواج می تواند به دانشجویان کمک زیادی کند، من چند تا از این کارگاه ها را رفتم.

پیشنهاد شما در مورد دانشجویانی که تمایل دارند در دوران

دانشجویی، ازدواج کنند چیست؟ چه شرایطی را فراهم کنند؟

آقای نعمتی: خوب اگه دوستانی هستند که از لحاظ اخلاق و خانوادگی همدیگر رو پیدا کردن و علاقمند هستند بهم، از لحاظ مالی نترسند. به من ثابت شده به خدا توکل کنند، خدا خودش گفته رزق و روزی شما رو من می دهم.

و کلام آخر

آقای نعمتی: تشکر می کنم از شما، از اینکه زمینه این مصاحبه را برای ما فراهم کردید. از خانواده خودم و خانمم خیلی تشکر می کنم خیلی حمایتمون کردن واقعا لطف کردن. به دوستانم می گم نقش خانواده ها در آشنایی دو طرف خیلی مهمه. خانواده ها به هر دو طرف کمک می کنه تا شرایط شناخت بهتر فراهم شود و حمایت های لازم رو داشته باشند و از یک دوستی گذرا و رابطه بی هدف به رابطه هدفمند و بهتری سوق داده شوند.

خانم داوری: خوشحالم از این که با همسر ایده آلم ازدواج کردم و خدا رو شکر می کنم که زندگی خوبی دارم.

مصاحبه گر: محمد رضا برزنونی

در نهایت یادآور می شویم طبق نظر کارشناسان روانشناسی، ملاک های ذیل در انتخاب همسر اهمیت زیادی دارند:

- ۱- چهره و ظاهر؛ ۲- خانواده؛ ۳- هماهنگی در اعتقادات و باورها؛ ۴- همخوانی در سطح تحصیلات؛ ۵- اشتغال؛ ۶- سلامت بدنی و فکری؛ ۷- همخوانی در ساختار شخصیت؛ ۸- بلوغ روانی، عاطفی، اجتماعی، جسمی و اقتصادی.

صاحب امتیاز: معاونت دانشجویی - فرهنگی دانشکده علوم پزشکی نیشابور

مدیر مسئول: مهندس محمدباقر دلخوش

سردبیر: احمد شریف نژاد

همکاران شماره: محمدرضا برزنونی، فائقه غنمی، اسماء لطفی

تیراژ: ۱۵۰ نسخه

نشانی: نیشابور، امام خمینی ۲۷، معاونت دانشجویی و فرهنگی، اداره مشاوره دانشجویی

تلفن: ۳۳۳۳۴۹۱

وب سایت مرکز مشاوره دانشکده علوم پزشکی نیشابور

<http://www.num.s.ac.ir>

وب سایت دفتر مرکزی مشاوره وزارت بهداشت

<http://farhangi.behdasht.gov.ir>

جشن دانش آموختگان ورودی های سال ۸۹

به این دانشجویان تبریک می گویم و برای این عزیزان آرزوی موفقیت داریم.

