



PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM
UNIVERSITY OF PÉCS

PTE Student Counselling

-

Hallgatói pszichológiai tanácsadás



Novák Sára
PTE Nemzetközi Igazgatóság
novak.sara@pte.hu





Student Counselling
PSYCHOLOGICAL SUPPORT
FOR EVERYDAY LIFE
counselling.pte.hu



PSYCHOLOGY COUNSELLING
Service for the Welfare of Students
pszikon.aok.pte.hu

Pszikon:

A PTE ÁOK hallgatóinak és munkatársainak nyújt segítséget angol, német és magyar nyelven, 2007 óta, térítésmentesen

Student Counselling:

A PTE összes nemzetközi hallgatójának nyújt segítséget angol nyelven, 2017 óta, térítésmentesen

Counselling/tanácsadás: partneri viszony, párbeszéd, konzultáció

Célközönség: hallgatók

- Bekerülési állapot: a hallgatók képesek mindennapi életük irányítására, de átmeneti nehézségekkel szembesülnek
 - tanulmányok alatti szokásos életvezetésük akadályokba ütközik (honvág, kultúrsokk, környezetváltozás, beilleszkedés, politraumatizáció: háborús környezet)
 - a tanulmányokkal együtt járó problémák, nehézségek (stressz, kiégés, motivátlanság)
- Kimeneti cél:
 - a problémát okozó akadályok tisztázása, elhárítása
 - hozzáadott érték: az egyén felismeri saját lehetőségeit önmaga boldogulásában, életének alakításában, felnőtt életének felelősséggel történő irányításában

Elérhetőségek: leaflet, fb, web: [Student Counselling \(pte.hu\)](http://StudentCounselling.pte.hu)



Kapcsolatfelvétel - hallgató:

Email: counselling@pte.hu

Weboldal: [Contact – Student Counselling \(pte.hu\)](http://Contact-StudentCounselling.pte.hu)



Beérkező megkeresések: 2 napon belül választ kapnak az érdeklődők

1. KÉRDŐÍV kiküldése: a **Tanácsadás Szakmai Alapprotokollja** alapján meghatározott problémakörök:

döntéshozatal (tanulmányok-karrier); kapcsolati nehézségek (családi, párkapcsolati, baráti, munkahelyi); tanulási-, készségdeficitek; stresszkezelés/megküzdés negatív életeseményekkel; testi fogyatékoság, betegség, sérülésekhez történő alkalmazkodás; személyes/társas alkalmazkodási nehézség; szervezeti problémák; egyéb

2. TÁJÉKOZTATÓ, SZERZŐDÉS kiküldése: a tanácsadási folyamat feltételeit, körülményeit tartalmazza (konzulens vállalásai, kliens vállalásai, technikai feltételek részletei)

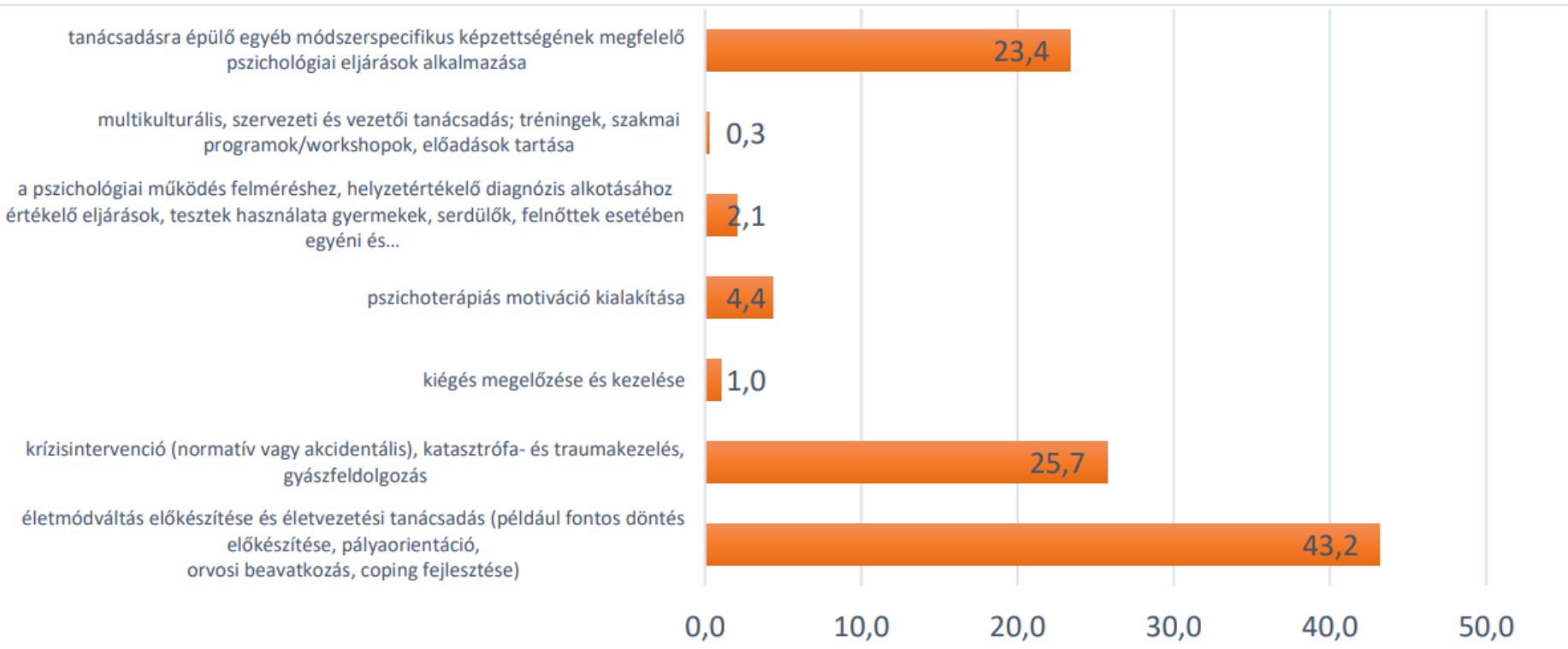


Kapcsolatfelvétel - konzulens: 2 héten belül

Időpontegyeztetés: egy hónapon belül

- **Egyéni konzultáció:**
 - 50 perc, max. 6 ülés/félév – következő félévben folytatható, ha nem elegendő
 - 24 órával korábban lemondható, 2 alkalom kihagyható, de ezután az adott félévben nem kap több lehetőséget a hallgató
 - *Személyes konz.:* jelenléti kapcsolat
 - PTE ÁOK Magatartástudományi Intézet, 2 konzultációs szoba
 - Konzulensek a saját munkahelyükön, „külső helyszín” (Idegsebészeti Intézet, saját rendelő)
 - *Online konz.:*
 - nyugodt, zavartalan körülmények, egyedül
 - 2020 óta (pandémia)

- Beavatkozások:



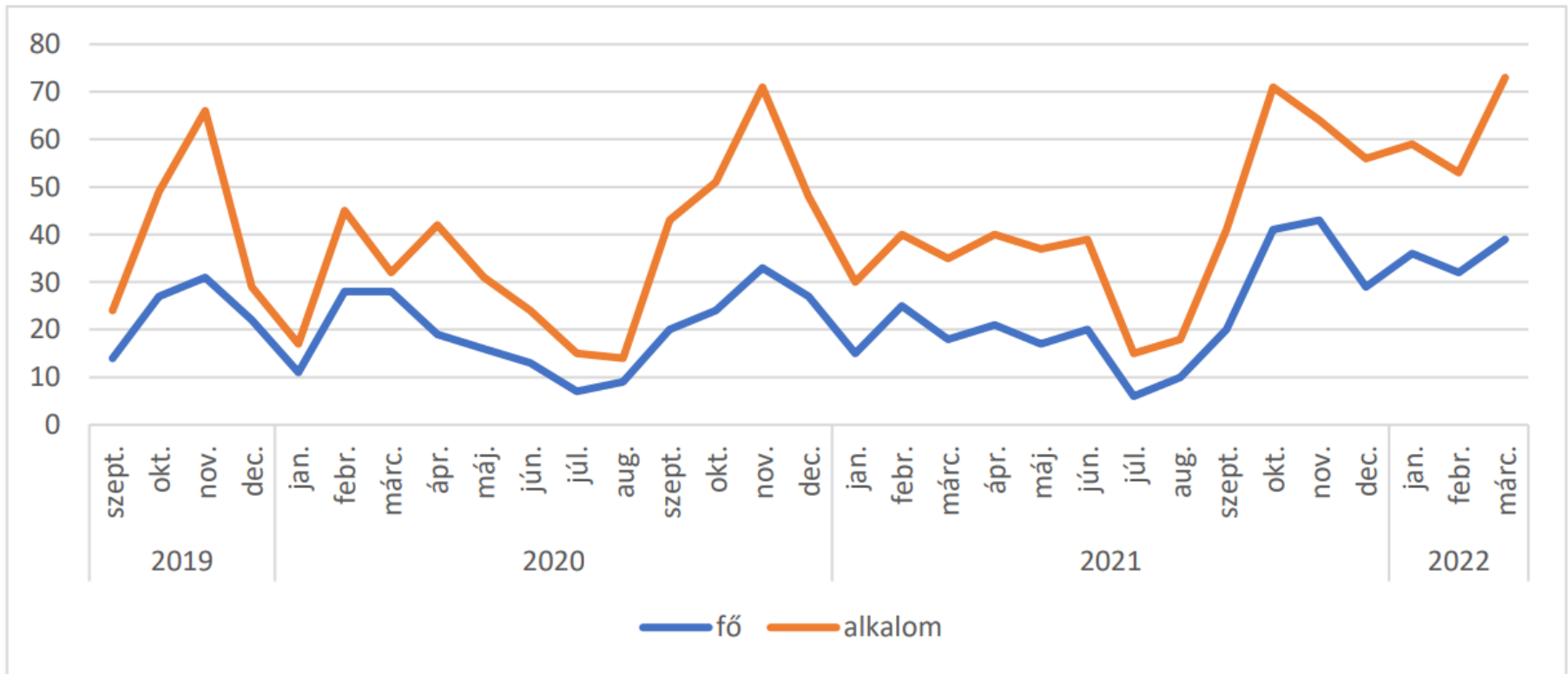
- **Továbbirányítás: problémafüggő**
 - Ψ magánrendelők: ha a 6 ülés/félév nem elegendő
 - Pszichiátriai ambulancia
 - Pszichiátriai Klinika: kijelölt kolléga
- **Csoportos foglalkozások:** külföldi hallgatók esetében nehezebb feladat a megvalósítás
 - ÁOK-n: önismereti workshop, stresszkezelő tréning, relaxációs tréning, mindfulness, tanulástámogatás és tanulásmódszertan tréningek

- PTE ÁOK Magatartástudományi Intézet
- Létszám: kb. 20 fő
- szakképzett tanácsadók, klinikai pszichológusok, pszichoterapeuták
- évtizedes szakmai múlt és tapasztalat, hatékony működés
- szupervízió: 2 havonta stábmegbeszélés, esetmegbeszélések, aktualitások. Szupervizor külön rendelkezésre áll
- Vizsgálatok, összegzések:
 - Pandémia
 - Kiegészítés
 - Problémás szerhasználat
 - Érzelemszabályozás szerepe az alkalmazkodásban
- Szolgáltatás kezdeményezése:
 - PTE Nemzetközi Igazgatóság
 - a nemzetközi hallgatók létszámának nagymértékű növekedése miatt megjelent az igény arra, hogy a szolgáltatás az összes nemzetközi hallgató számára elérhető legyen
 - Szolgáltatás intézményi finanszírozása: SH szervezési átalány egy részének ráfordításával



Bejelentkezések

Student Counselling - egyéni tanácsadásra történő bejelentkezések alakulása 2019 szeptember és 2022. március között:



Ψ tanácsadó szolgálatok jelentősége a PTE-n

- jelentős szakmai tapasztalat, amely a nemzetközi hallgatók mentális jóllétét segíti
- a nemzetközi hallgatók miatt különösen fontos, de a hazai demográfiai trendek ismeretében is piacnövelő szolgáltatás
- a gondoskodó, törődő egyetem képét erősíti több más szolgáltatás mellett
- a lemorzsolódás elleni stratégiában komoly szerepe van (oki és nem pusztán tüneti szinten kezeli a háttérproblémákat)
- a hallgatók mentális jólléte érdekében az egyéni és csoportos pszichológiai tanácsadás mellett kiemelt szerep:
 - kisebb, megtartó közösségek építése
 - élményszerű tanításnak és tanulásnak (új, korszerű pedagógiai módszereknek),
 - bizalomra építő partneri kapcsolatoknak oktatók és hallgatók között