



## Pertsonen osasuna zaintzen

SAP/APZ unibertsitate komunitateari arreta psikologikoa eskaintzen dion **doako** zerbitzua da, Ikasleen eta Enplegarritasunaren arloko Errektoreordearen menpekoa.



SAP/APZ zuzendari batek eta bi psikologa klinikok eratzen dute

Zer egiten dugu?

- Osasuna sustatu
- Bizi-kalitatea hobetu
- Arazo psikologikoak aurreikusi eta gutxiagotu:



Antsietatea



Harreman arazoak



Gaitasun sozio-emozionalak



Estresa



Gatazken maneiu eta ebazpena



Egokitzapen arazoak

<https://www.ehu.eus/eu/web/servicio-atencion-psicologica>

Zer eskaintzen dugu?

- Banakako asistentzia psikologikoa
- Lehen mailako prebentzio programak (Tailerrak)
- Bigarren mailako prebentzio programak (Tailerrak)

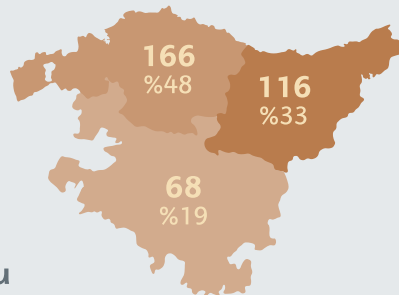
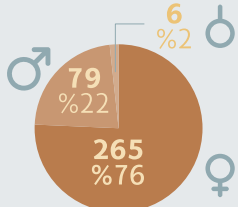
1

## 350 kontsulta berri

2019/2020 ikasturtean baino %0,9 gehiago

Genero arabera:

Campus arabera:



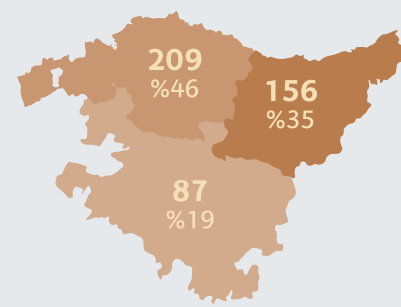
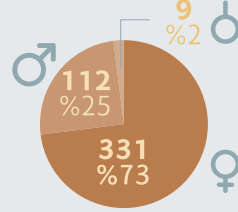
Eskaerari **erantzuna: AZKARRA < 48 ordu**

## 452 pertsoneri eman zaie arreta

2019/2020 ikasturtean baino %10 gehiago

Genero arabera:

Campus arabera:



Unibertsitate elkartea:

- %81,9 Gradua
- %15,2 Graduondoa
- %2,9 IIP
- %0 AZP

Poztasun maila: **ALTUA** 😊

3,1 puntukoa 4-ko eskalan

59 inkesta jasota (%30,7)

\*Eskaeren gorakadaren eta giza baliabideen mugaketaren ondorioz, gure arreta ikasleei bideratu dugu (gradua eta graduondoa).

## Pertsonen egoera

2020/2021 ikasturtean zerbitzua emana

1194 saio guztira:

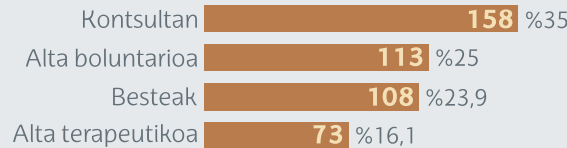


776 saio presentzial



418 saio bideokonferentzia bidez

7,3 saio mediaz alta terapeutikoa jaso duten pertsonako



Hasierako diagnostikoa:

**%43,2** (165) Buru-desorekarekin bateragarria den sintomatologia (estresarekiko erantzun larria, moldatze arloan desorekak, antsietatea, etab.)

**%56,8** (217) Osasunean eragiten duten faktoreak (lehenengo laguntza taldearekin arazoak, bizitzari aurre egiteko arazoak, etab.)

## Erakunde-mailako kontsultak

UPV/EHU-ko zentro edota karguak

**24** esku-hartze. Ikasleei, irakasleei edo AZP-ei eragiten dizkieten arazo-egoerak, Zentruetatik laguntza eskatzen dutenak.

2

## Lehen mailako prebentzio programak

Online tailer 1:

Desira, erotismoa eta tratu onak.....3 edizio

Lehen hiru hilekoan euskaraz eta gaztelaniaz eman zen, eta gaztelaniaz bakarrik bigarren hiru hilekoan.

Gaztelaniaz

Euskaraz

♀ %77,5  
♂ %19,6  
%2,9  
102 bertaraturako guztira

♀ %87,5  
♂ %12,5  
%0  
16 bertaraturako guztira

Poztasun maila:

**ALTUA** 😊

5 (0 - 6 eskalan)

Poztasun maila:

**ALTUA** 😊

4,9 (0 - 6 eskalan)



Plataforma: Blackboard Collaborate (BBC)

3

## Bigarren mailako prebentzio programak

3 online tailer:

- Mindfulness* estresaren kudeaketarako.....2 edz.
- Estresaren kudeaketa aktiboa.....2 edz.
- Estresaren kudeaketa aktiboa AZP-entzat.....1 edz.

♀ %86,5  
♂ %12,6  
%0,9  
326 bertaraturako guztira

Poztasun maila:

**ALTUA** 😊

4,8 (0 - 6 eskalan)

Streaming bidezko saioak:

- Ongizate emozionala.....2 edz.
- Substantzia psikoaktiboaren kontsumoa.....1 edz.



Plataforma: Blackboard Collaborate (BBC)

\*Tailer guztiak eta baita **streaming** bidezko saio guztiak ere online izan direnez, modu sinkronikoan UPV/EHUko 3 Campusetako ikasleak aldi berean batu ahal izan dira.



**Eskari altua:** eskaerak plaza mugatuak gainditu dituzte



**XVII ESPPU:** Psikologia eta Psikopedagogia arloko Unibertsitate Zerbitzuen topaketa.

2021eko apirilaren 15 eta 16an. Online.

Lehenengo hiru hilekoan egindako 'Estresaren kudeaketa aktiboa' tailerren emaitzen aurkezpena.