




## Pertsonen osasuna zaintzen

SAP/APZ unibertsitate komunitateari arreta psikologikoa eskaintzen dion **doako** zerbitzua da, ikasleena 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:

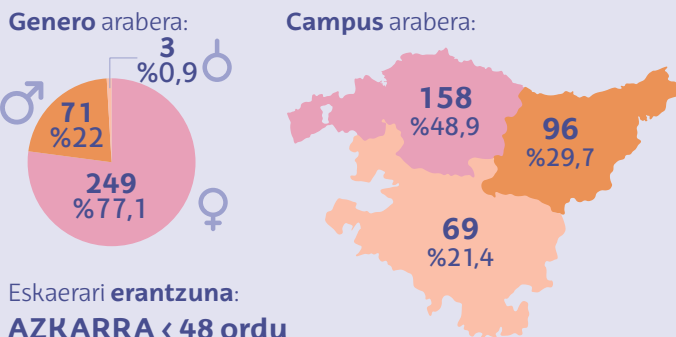


<https://www.ehu.eus/eu/web/servicio-atencion-psicologica>

Zer eskaintzen dugu?

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

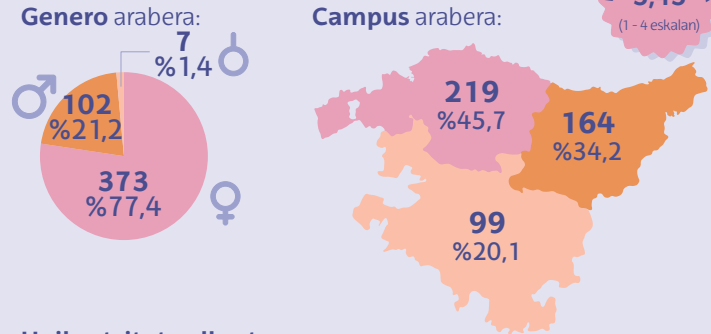
## 1 323 kontsulta berri



Eskaerari **erantzuna:**  
**AZKARRA < 48 ordu**

## 482 pertsoneri eman zaie arreta

2020/2021 ikasturtean baino **%6,2 gehiago**

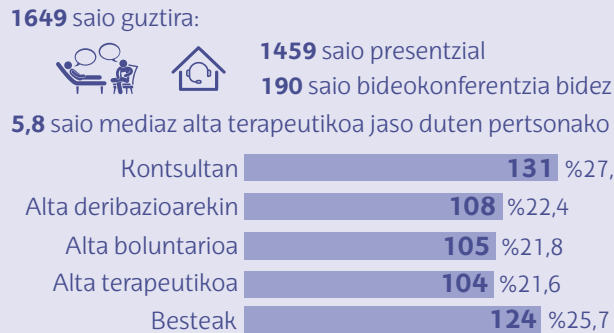


**Unibertsitate elkarteak:**



## Pertsonen egoera

2021/2022 ikasturtean zerbitzua emana



**Hasierako diagnostikoa:**

- %41,5** (200) Buru-desorekarekin bateragarria den sintomatologia (egokitze-arazoak, antsietate-arazoak, depresio-gertaerak, etab.)
- %39,6** (191) Osasunean eragiten duten faktoreak (lehenengo laguntza taldearekin arazoak, bizitzari aurre egiteko arazoak, etab.)
- %18,9** (91) Diagnostikoa jasotzeko zain dauden pertsonak.

## Erakunde-mailako kontsultak

UPV/EHU-ko zentro edota karguak

**17 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.....**2** edizio
- Gaztelaniaz eman zen (ikasleei zein hizkuntzatan nahi zuten galdetu ondoren).



 Plataforma: Webex

## 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.



**Streaming bidezko saioak:**

- Ongizate emozionala.....**2** edz.
- Estresa murrizteko teknikak.....**1** edz.

 Plataforma: Webex

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.

## Suizidioa ekiditeko Gatekeeper trebetasunak unibertsitateko testuinguruan

- IIP-entzat eskaintako tailerra (Bizkaiako Casmpusa)\*...**1** eds.

\*Hurrengo ikasturtean Araba eta Gipuzkoan egingo dela aurreikusten da.



**XVIII ESPPU:** Psikologia eta Psikopedagogia arloko Unibertsitate Zerbitzuen topaketa.  
2022ko ekainaren 16tik 17ra. Malagako unibertsitatea.