EHU

Arreta Psikologikorako Zerbitzua / Servicio de Atención Psicológica (APZ/SAP) 2024/2025

Gure ikasleak zaintzen

SAP/APZ ikasleei arreta psikologikoa eskaintzen dion **doako zerbitzua** da, Ikasleen eta Konpromiso Sozialerako Errektoreordearen menpekoa, eta **funtsezko hiru zutabetan** oinarritzen da:

1. Osasuna sustatu.
2. Bizi-kalitatea hobetu.
3. Arazo psikologikoak aurreikusi eta gutxiagotu:



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

Hauek osatzen dute SAP/APZ:

- Zuzendari 1 · osasun-psikologa orokorra
- Psikologa kliniko 1 eta 2 osasun-psikologa orokor

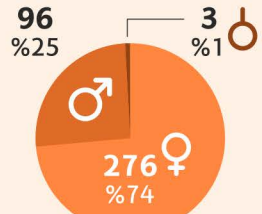
Eskaintza honetan oinarritzen da:

1. **Banakako asistentzia psikologikoa** (8-10 banakako saio).
2. **Lehen mailako prebentzio programak** (Tailerrak).
3. **Bigarren mailako sustapen programak** (Tailerrak).

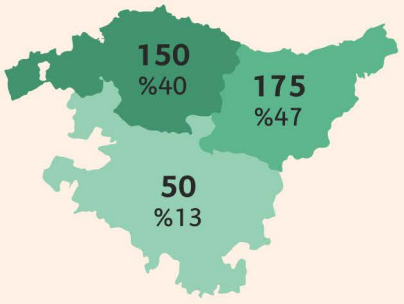
1 375 kontsulta berri

2023/2024 ikasturtean baino %16,5 gehiago

Generoaren arabera:



Campusaren arabera:



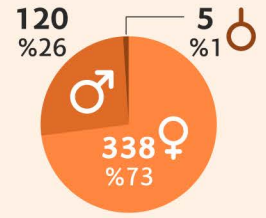
Eskaerari **erantzuna**:

AZKARRA < 48 ordu

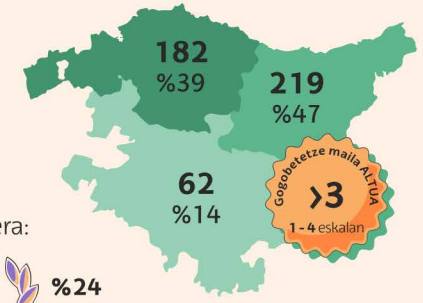
463 pertsonei eman zaie arreta

2023/2024 ikasturtean baino %2,4 gehiago

Generoaren arabera:



Campusaren arabera:



Ikasketa mailaren arabera:



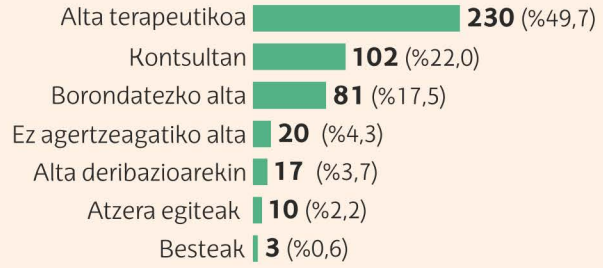
Ikasleen egoera

2024/2025 ikasturtean

2773 saio guztira:



Batazbesteko **6,1** saio alta terapeutikoa jaso duten pertsonako.



Hasierako diagnostikoa

- **%40,1** (164) **Nahasmendu mentalak, portaerarenak edo neurogarapenarenak** (egokitze-arazoak, antsietate-arazoak, etab.)
- **%59,9** (245) **Osasunean eragiten duten faktoreak** (lehen mailako laguntza taldearekin arazoak, bizitzari aurre egiteko arazoak, etab.)

Biltzarrak



XXI ESPPU: Psikologia eta Psikopedagogia arloko Unibertsitate Zerbitzuen topaketa.
Maiatzak 22-23. Salamancako Unibertsitate Pontifizioa.

2 Lehen mailako prebentzio programak

Helburua: arazo psikologikoak saihesteko eta bizi-ohitura osasungarriak sustatzeko programak eskaintzea.

- Garatu zure adimen emozionala: ongizate pertsonal eta akademiko/profesionalerako estrategiak

Gogobetetze maila ALTUA 5,9 (1-6 eskalan) · 32 parte hartzaileak guztira · ♀ 26 · ♂ 6 · Araba eta Bizkaiako campusak

- Desira, erotismoa eta tratu onak

Gogobetetze maila ALTUA 5,3 (1-6 eskalan) · 8 parte-hartzaile guztira · ♀ 7 · ♂ 1 · Gipuzkoako campusa

- Hitzaldi-zikloa: osasun mentala indartuz

Gogobetetze maila ALTUA 8,4 (1-10 eskalan) · 244 parte-hartzaile guztira · ♀ 227 · ♂ 12 · ⚲ 5 · Araba, Bizkaia eta Gipuzkoako campusak

3 Bigarren mailako prebentzio programak

Helburua: nahasmendu edo ondoez baten fase goiztiarretan esku hartzea, larriagotu edo kronifikatu ez daitezen.

- *Mindfulness* estresaren kudeaketarako

Gogobetetze maila ALTUA 5,4 (1-6 eskalan) · 21 parte-hartzaile guztira · ♀ 18 · ♂ 3 · Gipuzkoako campusa

- Estresetik konponbideak aurkitzeko gaitasunera

Gogobetetze maila ALTUA 5,6 (1-6 eskalan) · 268 parte-hartzaile guztira · ♀ 221 · ♂ 47 · Online

- Suizidioa ekiditeko Gatekeeper trebetasunak unibertsiateko testuinguruan TEKAZEL-entzat

Gogobetetze maila ALTUA 8,9 (escala 1-10) · 81 parte-hartzaile guztira · ♀ 59 · ♂ 20 · ⚲ 2 · Araba, Bizkaia eta Gipuzkoako campusak