EHU

Arreta Psikologikorako Zerbitzua / Servicio de Atención Psicológica (APZ/SAP) 2025/2026

Gure ikasleak zaintzen

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

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


Antsietatea


Harreman zailtasunak


Gaitasun sozio-emozionalak


Estresa


Gatazken kudeaketa eta ebazpena


Egokitzapen zailtasunak

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

Hauek osatzen dute SAP/APZ:

- Zuzendari 1: osasun-psikologa orokorra
- Psikologa kliniko 1 eta 3 osasun-psikologa orokor



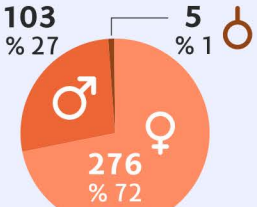
Eskaintza honetan oinarritzen da:

1. Banakako asistentzia psikologikoa
2. Taldeko esku-hartzea doktoregaientzat
3. Lehen mailako prebentzio programak
4. Bigarren mailako prebentzio programak

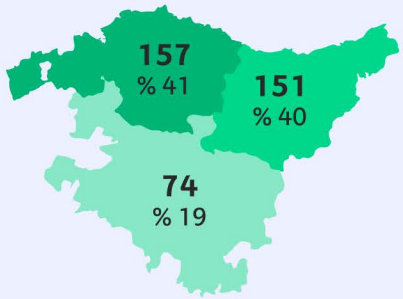
1 382 kontsulta berri

2024/2025 ikasturtean baino % 1,9 gehiago

Generoaren arabera:



Campusaren arabera:

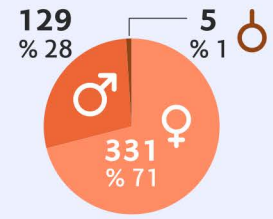


Eskaerari **erantzuna**:

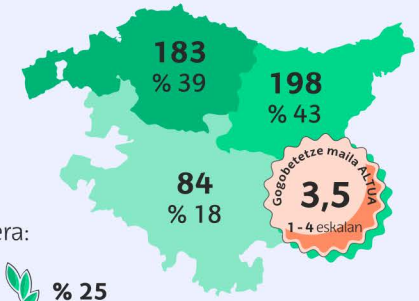
AZKARRA < 48 ordu

465 pertsonari eman zaie arreta

Generoaren arabera:



Campusaren arabera:



Ikasketa mailaren arabera:


% 75 Gradua


% 25 Graduondoa

Ikasleen egoera

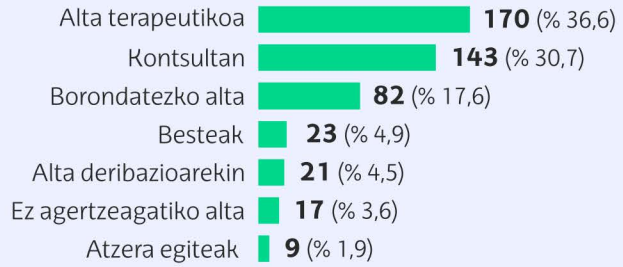
2025/2026 ikasturtean

2903 saio guztira:


aurrez-aurreko **2751** saio


152 saio bideo-konferentzia bidez

Batazbesteko **6,4** saio alta terapeutikoa jaso duten pertsonako.



Hasierako diagnostikoa

- **% 46** (192) **Nahasmendu mentalak, portaerarenak edo neurogarapenarenak** (Egokitzapen-nahasmenduak, antsietate-nahasmenduak, etab.)
- **% 54** (225) **Osasunean eragiten duten faktoreak** (lehen mailako laguntza taldearekin arazoak, bizitzari aurre egiteko arazoak, etab.)

Biltzarrak



XXII AESPPU: Psikologia eta Psikopedagogia arloko Unibertsitate Zerbitzuen topaketa.
Apirilak 22 - 23. Mondragon Unibertsitatea (Bilbo).

2 Taldeko esku-hartzea doktoregaientzat

Helburua: EHUko doktoretza aurreko ikertzaileen ongizate emozionala hobetzea.

Gogobetetze maila ALTUA 5,5 (1 - 6 eskalan) · 28 parte hartzaile guztira · ♀ 21 · ♂ 7

Araba,Bizkaia eta Gipuzkoako Campusak

3 Lehen mailako prebentzio programak

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

- Desira, erotismoa eta tratu onak

Gogobetetze maila ALTUA 5,8 (1 - 6 eskalan) · 10 parte hartzaile guztira · ♀ 10 · ♂ 0

Gipuzkoako Campusa

- Osasun mentala: ikasteko dugun ikasgaia

Gogobetetze maila ALTUA 8,8 (1 - 10 eskalan) · 240 parte hartzaile guztira · ♀ 182 · ♂ 50 · ⚲ 5 · * 3

Araba,Bizkaia eta Gipuzkoako Campusak

*Nahiago du generoa ez zehaztea

4 Bigarren mailako prebentzio programak

Helburua: tratamenduak nahasmendu edo ondoez baten fase goiztiarretan aplikatzea, larriagotu edo kronifikatu ez daitezen.

- Arnasa hartu, sentitu, egon: *mindfulness* tailerra

Satisfacción ALTA 5,3 (escala 1 - 6) · 47 parte hartzaileak guztira · ♀ 40 · ♂ 6 · ⚲ 1

Araba,Bizkaia eta Gipuzkoako Campusak

- Estresetik konponbideak aurkitzeko gaitasunera

Gogobetetze maila ALTUA 5,5 (1 - 6 eskalan) · 43 parte hartzaileak guztira · ♀ 37 · ♂ 6

Online

- Unibertsitatearen testuinguruan suizidioa prebenitzeko Gatekeeper trebetasunak IIPrentzako, TEKAZELrentzako eta ikasleentzako ikastaroa

Gogobetetze maila ALTUA 8 escala 1 - 10 · **88** Parte hartzaileak guztira

Araba,Bizkaia eta Gipuzkoako Campusak