

Pécs, 2017. augusztus 31.

Kedves Kolléganők, Kollégák!

A PTE vezetése az Egyetemünkön tanuló nemzetközi hallgatók számára angol nyelvű pszichológiai tanácsadó szolgáltatás megszervezését kezdeményezte. Örömmel értesítünk minden egyetemi munkatársat, hogy az Oktatási Igazgatóság és a Külügyi Igazgatóság közreműködésével a Student Counselling szolgálat megalakult és az őszi félévvel megkezdte munkáját. Egyetemünk ezzel jelentősen emelte a hallgatói jólléti szolgáltatások színvonalát, hasonlóan a nemzetközi hallgatók számára pszichológiai tanácsadó szolgálatot fenntartó nyugati egyetemekhez.

Kérjük Önöket, segítsék elő, hogy a Student Counselling ismertté váljon a külföldi hallgatók körében, bátorítsák őket, hogy amennyiben – a tanácsadó ellátási körébe tartozó – nehézségekkel találkoznak mindennapi életükben, bátran vegyék igénybe a segítséget.

A szolgáltatást az egyetemen már korábban működő modell alapján szervezték meg az ÁOK Magatartástudományi Intézetének és a BTK Pszichológiai Intézetének munkatársai.

A szolgáltatás bemutatása

- Elnevezése: Student Counselling (magyar nyelvű anyagokban: Hallgatói Tanácsadó)
- A Student Counselling a PTE összegytememi szolgáltatása a külföldi hallgatók számára
- A tevékenység jellege: pszichológiai tanácsadás angol nyelven
- Honlapja: www.counselling.pte.hu
- E-mail címe: counselling@pte.hu
- Facebook: [Student Well-Being Service UP](https://www.facebook.com/Student-Well-Being-Service-UP)
- Intézményi felügyelete: PTE Külügyi Igazgatóság, PTE Oktatási Igazgatóság

Milyen problémákkal foglalkozik a Student Counselling?

A szolgáltatás a hallgatók életében előforduló pszichológiai jellegű problémák megoldásában nyújt segítséget, általában véve a stresszkezelés és az alkalmazkodás területén. A hallgatók tipikusan a következő stresszorokkal találkoznak:

- Tanulmányi és tanulási nehézségek, időbeosztás, vizsgastressz, az egyetemi élethez, szabályokhoz való alkalmazkodás, az egyetemi közösségekbe illeszkedés nehézségei.
- Életszakaszukból fakadó nehézségek: leválás a családról, önállóvá válás, barátságok, párkapcsolatok konfliktusai, magányosság, identitás bizonytalanságai.
- Külföldi hallgatók esetén a szociokulturális alkalmazkodás nehézségei: távollét a családtól, beilleszkedés a befogadó kultúrába, országba; szabályok, szokások, helyi viszonyok elfogadása.

Kik a Student Counselling munkatársai?

- A szolgáltatás munkatársai képzett és gyakorlott pszichológusok és pszichoterapeuták, akik rendszeres szakmai továbbképzésen és szupervízióon vesznek részt.

Milyen hallgatók jelentkezését várja a Student Counselling?

- A Student Counselling tevékenysége együttműködő, konzultatív jellegű kapcsolaton alapul. A segítséget kérő hallgatótól elvárható, hogy mindennapi életét kézben tartsa, felelősséget érezzen saját magáért, és a kapott segítséggel élve képes legyen aktívan részt venni nehézségei megoldásában, azaz motivált legyen.

Milyen problémákban nem tud segíteni a Student Counselling?

- A Student Counselling tanácsadó jellegű egészségpszichológiai szolgáltatás. Gyógyító beavatkozást igénylő mentális zavarok ambuláns ellátására (szakorvosi vizsgálat, gyógyszerrendelés) illetve sürgősségi ellátásra nincs jogosultsága és ennek feltételeivel sem rendelkezik. Ennek megfelelően készenléti szolgálatot sem tart.
- Akut vagy orvosi beavatkozást igénylő esetben kérjük, hogy a hallgató az egyetemi egészségügyi ellátó intézményeket keresse fel (lásd: honlap).
- A tanácsadó szolgáltatás szakembereinek azonban kötelessége a veszélyes pszichopatológiai állapotok (pl. lélektani krízis, depresszió) felismerése, a veszélyeztető állapot enyhítése és a hallgató megfelelő ellátásba irányítása.

Hogyan lehet jelentkezni a tanácsadásra?

- Egyéni tanácsadásra a Student Counselling e-mail címén vagy a honlap „Contact” űrlapján lehet jelentkezni. A hallgató az első találkozásig megőrizheti anonimitását, de célszerű ha megírja, hogy milyen jellegű problémában kér segítséget.
- A tanácsadó e-mailben veszi fel a kapcsolatot a hallgatóval és időpontot egyeztetnek, lehetőség szerint figyelembe véve a hallgató tanulmányi elfoglaltságát is. A személyes találkozásra rendszerint néhány napon belül sor kerül. A Student Counsellingnek telefonos elérhetősége nincsen. A konzultációra az ÁOK Magatartástudományi Intézete és a BTK Pszichológiai Intézete biztosít megfelelő helyiséget és környezetet.
- Igény esetén hasonló problémákkal (pl. tanulmányi nehézségekkel) küzdő hallgatókkal kis csoportban (3-5 fő) is konzultálunk, illetve rövid tematikus csoportfoglalkozásokat is tartunk (stresszkezelés, tanulási technikák stb.).

Bővebb tájékoztatást a Student Counselling honlapján olvashatnak. Kérjük, ajánlják a honlapot hallgatóik figyelmébe. Bízunk benne, hogy a tanácsadó szolgáltatás hozzájárul, hogy az Egyetemünkön tanuló külföldi hallgatók örömteli és eredményes éveket tölthessenek városunkban.

Szívesen fogadunk minden visszajelzést, javaslatot, kérdést a counselling@pte.hu e-mail címen.

Támogatásukat megköszönve,

Dr. Varga József
a Student Counselling vezetője és munkatársai