Sveučilišni savjetovališni centar (SSC)

Sveučilište u Rijeci

Silvija Šikić, mag. psych., voditeljica Psihološkog savjetovališta

prof. dr.sc. Sanja Smojver-Ažić, koordinatorica Psihološkog savjetovališta

How to support student mental health in higher education?
Zagreb, 16.4.2025.

Sveučilišni Savjetovališni Centar

Tko smo i što radimo?

SSC je sastavnica Sveučilišta u Rijeci koja pruža besplatnu pomoć i podršku studentima/cama i djelatnicima/cama Sveučilišta.

Sveučilišni Savjetovališni Centar

Sveučilišni savjetovališni centar (SSC)

Savjetovalište za akademsku prilagodbu

Psihološko savjetovalište

Savjetovalište za profesionalno usmjeravanje i razvoj karijere

uniri

UNIVERSITAS STUDIORUM FLUMINENSIS · SVEUČILIŠTE U RIJECI ·

Misija

Mi pomažemo studentima_icama i djelatnicima_ama Sveučilišta u Rijeci u ostvarivanju akademskih, životnih i poslovnih ciljeva kroz usluge savjetovanja, prevencije, edukacije i istraživanja te pružanjem neposredne podrške.

U svom radu vrednujemo znanstvenu utemeljenost, stručnost, učinkovitost, rast i razvoj, humanost, toleranciju na različitost, povjerljivost, etičnost, otvorenost i dostupnost.

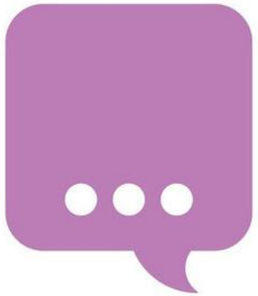
Sveučilišni Savjetovališni Centar

uniri

UNIVERSITAS STUDIORUM FLUMINENSIS · SVEUČILIŠTE U RIJECI ·

Sveučilišni savjetovališni centar (SSC)

SAVJETODAVNE AKTIVNOSTI



EDUKATIVNE AKTIVNOSTI

INFORMATIVNE AKTIVNOSTI

ISTRAŽIVAČKE AKTIVNOSTI

...

ADMINISTRATIVNE AKTIVNOSTI

uniri

UNIVERSITAS STUDIORUM FLUMINENSIS · SVEUČILIŠTE U RIJECI ·

Psihološko savjetovalište

Usluge pružamo studentima_cama koji_e imaju:

- probleme akademske prirode
- probleme osobne prirode (anksioznost, depresivnost, nisko samopoštovanje, problemi u odnosima s drugima...)

Što nudimo?

- individualne i grupne psihološke tretmane
- psihoedukativne radionice i predavanja
- materijale za samopomoć

Savjetovalište za akademsku prilagodbu

Usluge pružamo studentima_cama:

- koje zanimaju načini ostvarivanja prava na osnovu invaliditeta, ali i drugih stanja ili teškoća koje mogu utjecati na tijek studiranja
- kojima su potrebne prilagodbe nastavnog procesa, provjera znanja ili literature

Što nudimo?

- različite druge oblike podrške i pomoći, sukladno individualnim potrebama studenata/ica
- informiranje, savjetovanje i edukativne aktivnosti

Savjetovalište za profesionalno usmjeravanje i razvoj karijere

Usluge pružamo studentima_cama i alumnima koji:

- imaju dvojbe oko odabira smjera studija
- kojima nedostaje informacija o mogućnostima stjecanja radnog iskustva
- koje zanima kako kvalitetno napisati molbu i životopis te se poslodavcu predstaviti u najboljem svjetlu

Što nudimo?

- individualna savjetovanja
- edukativne radionice i predavanja, tribine namijenjene informiranju i razvoju kompetencija potrebnih za suočavanje s izazovima na tržištu rada

Sveučilišni Savjetovališni Centar

2023
U BROJKAMA

7 djelatnica
3 koordinatora

SAVJETOVANJE

588 korisnika/ica individualnog savjetovanja

+3700 ukupni broj sati

66 korisnika/ica grupnog savjetovanja

VRŠNJAČKA POTPORA

21 studenata/ica asistenata/ica
2 692 sati rada

16 studenata/ica edukatora/ica
56 sati rada

INFORMIRANJE I EDUKACIJA

56 održanih aktivnosti

1661 sudionika/ica

8 projekata

SPECIJALIZIRANI PRIJEVOZ

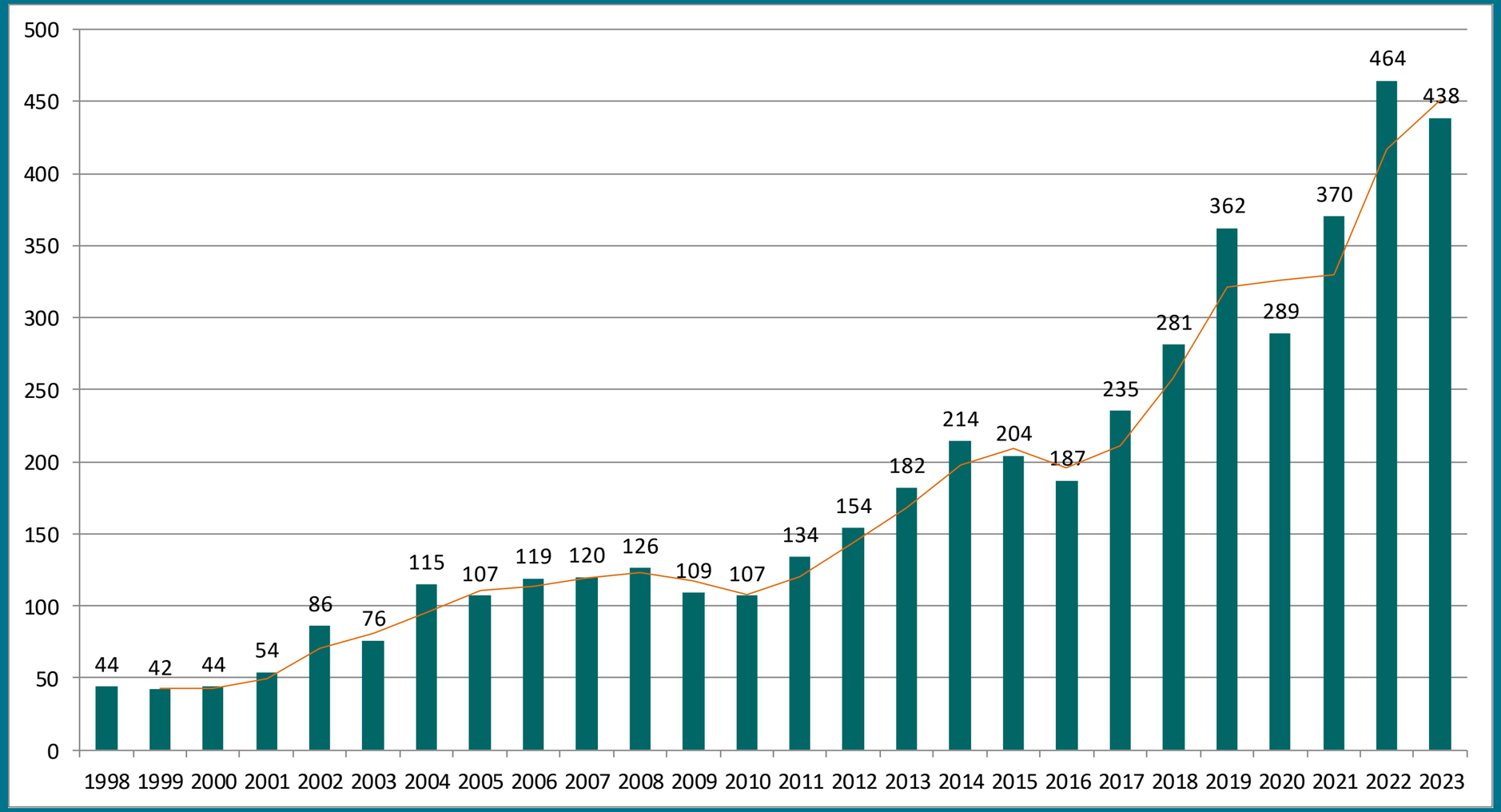
16 Broj korisnika/ica

907 broj vožnji

Sveučilišni Savjetovališni Centar

Psihološko savjetovalište

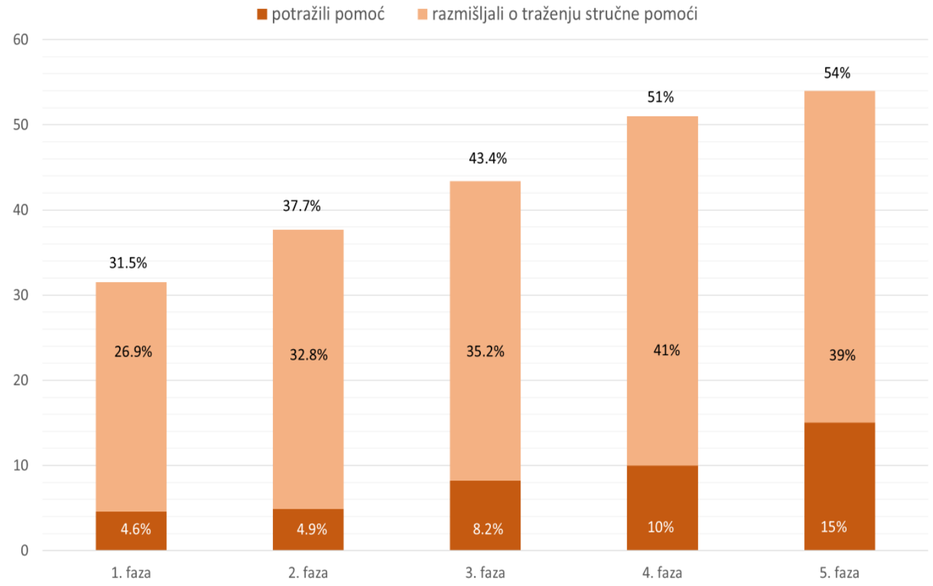
Broj korisnika uključenih u individualne i grupne psihološke tretmane tijekom 25 godina rada SSC-a



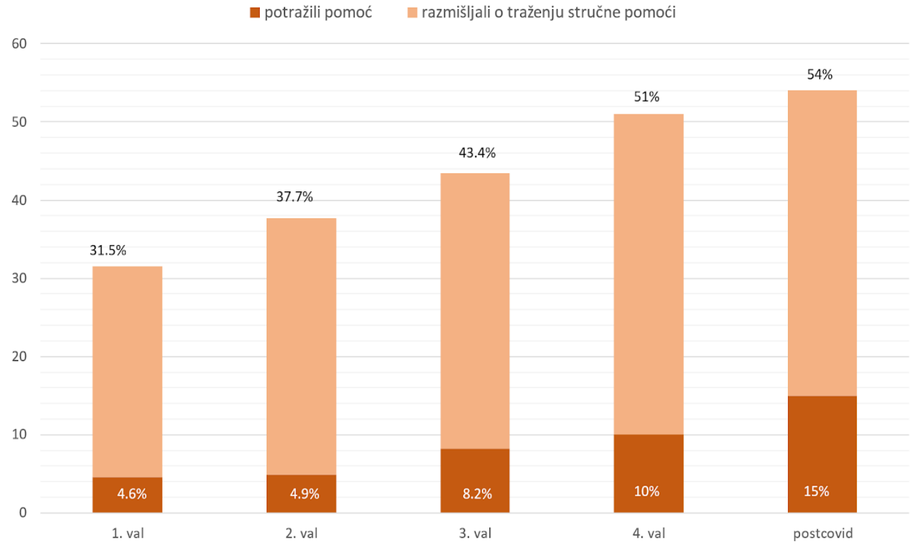
Sveučilišni Savjetovališni Centar

Psihološko savjetovalište

Izraženost potrebe za psihološkom pomoći tijekom i nakon pandemije



Traženje psihološke pomoći tijekom i nakon pandemije



Ž>M

Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, Martinac Dorčić, 2024.

U tijeku je provedba sveučilišnog projekta

uniri *brine.*

Projekt je usmjeren na <u>razvoj sustava stručne i vršnjačke podrške</u> namijenjen osnaživanju osobnog razvoja, očuvanju mentalnog zdravlja i osiguravanja dobrobiti studenata_ica, posebno tijekom prijelaznih razdoblja, na početku i na kraju studiranja.

<u>Ciljevi:</u>

1) osnaživanje studenata_ica tijekom osobnog i profesionalnog razvoja
2) podizanje svijesti o važnosti uključivosti i poštivanja različitosti
3) razvoj prenosivih vještina studenata_ica
4) stjecanje praktičnog iskustva studenata_ica
5) umrežavanje_međusobno povezivanje.

TEAM BUILDING

PRIPREMNE RADIONICE

40 RADIONICA

START AJ OSNAŽENO

393 SUDIONIKA_ICA

10 RADIONICA

NAUČI KAKO UČITI

130 SUDIONIKA_ICA

UNIRI brine.

166 SUDIONIKA_CA

PRIPREMI SE ZA TRŽIŠTE RADA

6 PREDAVANJA
4 TRIBINE

UNIRI brine.

8 TRENINGA

BUDI AKTIVAN_NA

UNIRI brine.

FIZIČKA AKTIVNOST +
MINDFULNESS

BUDI AKTIVAN_NA

UNIRI brine.

Psihološko savjetovalište – izazovi iz prakse

Psihološko savjetovalište

- Kontinuirano veće potrebe studenata od mogućnosti Centra
- Potreba za podrškom osoblju – uvjeti rada
- Potreba za suradnjom s drugim stručnjacima mentalnog zdravlja

- Nestabilnost, neizvjesnost, brzina promjena
- Najčešće teme studenata: pažnja i koncentracija, anksioznost, depresivnost, odnosi s drugima, usamljenost, egzistencijalne teme

Potražiti pomoć znak je zrelosti, a ne slabosti!

Sveučilišni
Savjetovališni
Centar

Za dodatne informacije posjetite:

www.ssc.uniri.hr

https://www.facebook.com/ssc.uniri

ssc_uniri