

# PERTSONEN OSASUNA ZAITZEN



2018/2019 memoria. SAP/APZ

Servicio de Atención Psicológica / Arreta Psikologikorako Zerbitzua (SAP/APZ) unibertsitate komunitate osoari eskaintzen zaion doako zerbitzua da, Ikasleen eta Enplegarritasunaren arloko Errektoreordearen menpekoa.

SAP/APZ zuzendari batek eta 2 psikologo klinikok eratzen dute

SAP/APZ-ren eginkizun nagusiak:

- Osasuna sustatzea
- Bizi-kalitatea hobetzea
- Arazo psikologikoak aurreikusi eta gutxiagotzea

Estresa	Gatazken maneiu eta ebazpena	Antsietatea
Harreman arazoak	Gaitasun sozio-emozionalak	Egokitzapen arazoak

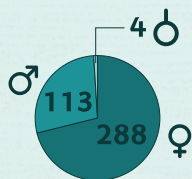
[www.ehu.es/eu/web/servicio-atencion-psicologica](http://www.ehu.es/eu/web/servicio-atencion-psicologica)

SAP/APZ-ak zera eskaintzen du:

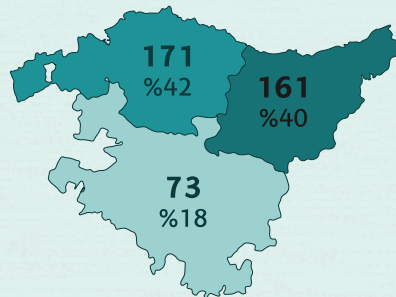
1. Asistentzia psikologikoa
2. Lehen mailako prebentzio programak
3. Bigarren mailako prebentzio programak

## 405 pertsoneri eman zaie arreta 2017/2018 ikasturtean baino %11 gehiago

Genero arabera:



Campus arabera:



Unibertsitate elkarteak:

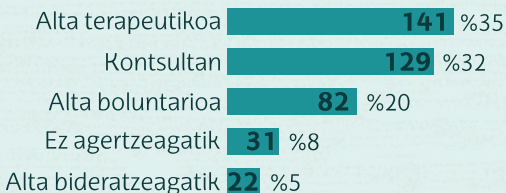
- 78% Gradua
- 9% Graduondoa
- 9% IIP
- 4% AZP

Poztasun maila **ALTUA** 😊  
3,5 puntukoa 4-ko eskalan  
165 inkesta jasota (%67)

## Pertsonen egoera

2018/2019 ikasturte amaieran

1866 saio guztira  
405 pertsoneri eman zaie arreta  
5 saio mediaz pertsonako



Hasierako diagnostikoa:

- %49** (199) Buru-desorekarekin bateragarria den sintomatologia (estresarekiko erantzun larria, moldatze arloan desorekak, antsietatea)
- %51** (206) Osasunean eragiten duten faktoreak (lehenengo laguntza taldearekin arazoak, bizitzari aurre egiteko arazoak)

## Erakunde-mailako kontsultak UPV/EHU-ko zentro edota karguak

**30** esku-hartze. Ikasleei, irakasleei edo AZP-ei eragiten dizkien arazo-egoerak, Zentruetatik laguntza eskatzen dutenak.

## 2 Lehen mailako prebentzio programak

2 Tailer:

- Emozioak eta komunikazioa\* ..... 3 tailer
- Desira, erotismoa eta tratu onak\* ..... 2 tailer

♀:78 ♂:12 ♀:2      Poztasun maila  
92 bertaratutako guztira      **ALTUA** 😊

## 3 Bigarren mailako prebentzio programak

4 Tailer:

- Azterketekiko antsietatearen eta estresaren kudeaketa\* ..... 3 tailer
- *Mindfulness* estresaren kudeaketarako\* ..... 3 tailer
- *Mindfulness*erako hastapena II\* AZP eta IIP-entzat ..... 3 tailer
- *Mindfulness* eguneroko bizitzan\* AZP eta IIP-entzat ..... 3 tailer

♀:168 ♂:37 ♀:2      Poztasun maila  
207 bertaratutako guztira      **ALTUA** 😊

\*Eskari altua: eskaerek plaza mugatuak gainditu dituzte

**EHU**saludable

REUS-ekin kolaborazioan



Unibertsitate Osasuntsuen Espainiar Sarea



#Reto5000 odol emarientzako eta #RetoDeLaFruta Unibertsitate Osasuntsuen Eguna



Jardunaldia: Ba al dakizu zer eskaintzen digun jarduera fisikoak? Kirol Fakultateak antolatuta. UPV/EHU



Osasuna Sustatzen duten Unibertsitateen I Kongresu internazionala



HIESaren aurkako borrokaren Nazioarteko Eguna



Jarduketa giden eraketan parte-hartzea: vending produktuak, festa unibertsitarioak, etab..



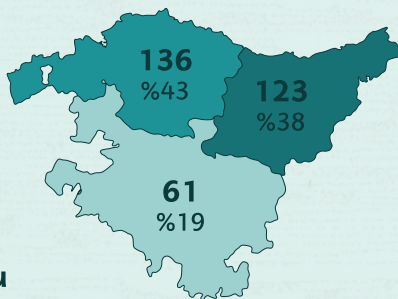
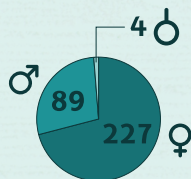
Psikologia eta Psikopedagogia arloko Unibertsitate Zerbitzuen Topaketan parte-hartzea (U. Complutense)

## 1 320 kontsulta berri

2017/2018 ikasturtean baino %14 gehiago

Genero arabera:

Campus arabera:



Eskaerari erantzuna: **AZKARRA < 48 ordu**