

**ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ**

Αγαπητοί φοιτητές/τριες

Κατά το ακαδημαϊκό έτος 2019-2020, στο Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, στο χώρο του πρώην ΤΕΙ στην Καλαμάτα θα πραγματοποιείται **συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη** φοιτητών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου ***(συμπεριλαμβάνονται όλα τα ακαδημαϊκά τμήματα στην πόλη της Καλαμάτας)*** από δυο συμβασιούχους εξωτερικές συνεργάτισσες.

Οι φοιτητές θα έχουν τη δυνατότητα μέσα σε ένα ασφαλές και εχέμυθο περιβάλλον να συζητήσουν ελεύθερα, θέματα που τους απασχολούν σχετικά με τη διαχείριση δύσκολων καταστάσεων ψυχοσυναισθηματικών-κοινωνικών *(μειωμένη επίδοση, άγχος εξετάσεων, αδυναμία συγκέντρωσης, προβλήματα διαπροσωπικών σχέσεων,* *χαμηλή αυτοεκτίμηση, φοβίες, κρίσεις πανικού, διαταραχές στη διατροφή),* προσωπικών προβληματισμών, (*ειδικές μαθησιακές δυσκολίες* ), εξαρτήσεων *(αλκοόλ, ουσίες, διαδίκτυο)* κ.α. προκειμένου να αποκτήσουν τη βέλτιστη δυνατή εμπειρία και δεξιότητα διαχείρισης τους, ώστε να ολοκληρώσουν τις σπουδές τους με επιτυχία.

Οι υπηρεσίες υποστήριξης παρέχονται **δωρεάν** σε **ατομικό επίπεδο** με βραχείας διάρκειας ατομικές συναντήσεις 10 ώρες την εβδομάδα: Δευτέρα: 14:00-19:00, Τρίτη και Πέμπτη: 14:30-17:00 στο **Κέντρο Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης αιθ:89** με προγραμματισμένα ραντεβού **στο Τμήμα Περίθαλψης και Κοινωνικής Μέριμνας στην αιθ 90, (τηλ 2721045190 και e-mail: iatreio@teikal.gr).**

Δύναται να παρέχονται υπηρεσίες και σε **ομαδικό επίπεδο,** με τη μορφή **βιωματικών εργαστηρίων** ή **προγραμμάτων πρόληψης** και να υλοποιηθούν διάφορες **ανοιχτές ενημερωτικές συναντήσεις,** με θεματολογία που θα προκύψει μέσα από τις ανάγκες των φοιτητών και σε συνεργασία πιθανόν με άλλους φορείς (π.χ. συμβουλευτική επαγγελματικής σταδιοδρομίας).

***«Τα πράγματα και τα γεγονότα δεν είναι μονοσήμαντα, αλλά αποκτούν τη βαρύτητα και την σημασία που εμείς τους αποδίδουμε».***

**Τμήμα Περίθαλψης και Κοινωνικής Μέριμνας**

**Πανεπιστημίου Πελοποννήσου (Καλαμάτα)**