

Psihosocialna pomoč za študente in zaposlene

12. 4. 2021, ob 12.30, v [Novice](#) objavil/-a [NTF](#)

V času koronavirusa se mnogi ljudje znajdejo v duševni stiski, saj živimo v razmerah, ki jih nismo vajeni in od nas zahtevajo prilagoditve, ki niso v skladu s človeško naravo. Človek je po naravi družbeno bitje, zdaj pa smo vse bolj potisnjeni v izolacijo. Študentom in sodelavcem Univerze v Ljubljani je na voljo Psihosocialna svetovalnica, pomoč pa lahko poiščete tudi zunaj Univerze.

[Psihosocialna svetovalnica](#) je trenutno na voljo prek spleta ali telefona (Skype, Viber ...). Na njihovi spletni strani boste našli podatke o svetovalcih in njihove kontakte. Na voljo so študentom in sodelavcem Univerze v Ljubljani ne glede na to, ali potrebujete le spodbuden ali pa poglobljen pogovor.

Nasvete študentov psihologije lahko spremljate na Facebook profilu [@psiho.dezinfekcija](#) ali Instagram profilu [@psihodezinfekcija](#). Naročite se lahko tudi na brezplačno svetovanje prek posebnega [obrazca](#).

V Kariernih centrih Univerze v Ljubljani so zbrali spletna predavanja na temo duševnega zdravja, ki so vam na voljo [tukaj](#) pod naslovom Spletna izobraževanja.

Pomoč lahko poiščete tudi zunaj Univerze v Ljubljani. Na spletni strani [Nacionalnega inštituta za javno zdravje](#) najdete številne kontakte, kamor se lahko obrnete po brezplačno psihosocialno pomoč.

Če potrebujete pomoč, jo poiščite; s tem boste pomagali sebi in drugim.

Vir: [Univerza v Ljubljani](#)