



## ΠΑΝΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

### ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Η Υπηρεσία Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης του Παντείου Πανεπιστημίου απευθύνεται σε φοιτητές που ανήκουν σε ευάλωτες κοινωνικά ομάδες και σε φοιτητές με αναπηρία.

Λειτουργεί από Δευτέρα έως Παρασκευή στον αίθριο χώρο του Νέου Κτιρίου (ισόγειο – πρώην ιατρείο).

Τηλ. επικοινωνίας 210 9201045 (10.00 – 18.00)

Παρέχει υπηρεσίες ατομικής και ομαδικής συμβουλευτικής, όπως:

- Αντιμετώπιση δυσκολιών προσαρμογής στο νέο περιβάλλον
- Ψυχική ενδυνάμωση και υποστήριξη
- Ανάπτυξη διεκδικητικότητας
- Διαχείριση άγχους, αρνητικών συναισθημάτων
- Διαχείριση προβλημάτων διαπροσωπικής επικοινωνίας
- Ενδυνάμωση της διαδικασίας λήψης αποφάσεων, διαχείρισης χρόνου
- Προσωπική ανάπτυξη και αυτοεκτίμηση
- Διαχείριση αρνητικών συμβάντων ζωής

Επιστημονικά Υπεύθυνη Έργου,

Καθηγήτρια Δέσποινα Παπαδοπούλου.

Η Υπηρεσία λειτουργεί στο πλαίσιο του Υποέργου (1) «Υποστήριξη παρεμβάσεων κοινωνικής μέριμνας φοιτητών του Παντείου Πανεπιστημίου» της Πράξης «Υποστήριξη παρεμβάσεων κοινωνικής μέριμνας φοιτητών του Παντείου Πανεπιστημίου» με κωδικό ΟΠΣ (MIS) 5011017 του Ε.Π. «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (ΕΚΤ)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη