

# TRIVSEL PÅ AAU

OVERSIGT OVER TILBUD FOR DIG SOM STUDERENDE HER PÅ AAU

## Studenterrådgivningen

Har du behov for hjælp tilbyder Studenterrådgivningen rådgivning og korttidsterapi ved psykologer og terapeutisk uddannede socialrådgivere. Til de individuelle samtaler har du mulighed for at tale om det, der udfordrer dit studieliv. Studenterrådgivningen tilbyder desuden gruppeforløb og workshops, hvor du sammen med en rådgiver og andre studerende tager emner op om fx stress, frygten for at fejle, eksamensmestring eller ensomhed.

**Studenterrådgivningen og AAU Studie- og trivselsvejledning** tilbyder både online og fysiske samtaler og har således rådgivere siddende på AAU i Aalborg øst på Frederik Bajers Vej 1.

For at booke en tid, besøg [www.srg.dk](http://www.srg.dk)

## Studererstudievejledere

Hvis dine problemer er mere centreret om dit specifikke studie på AAU har du altid mulighed for at kontakte din studiespecifikke studenterstudievejledere, der er vejleder om din uddannelse. De kender til din uddannelses struktur, studiemiljøet og hvilke muligheder du har. Du kan finde din studenterstudievejleder på din uddannelses hjemmeside.

## Specialpædagogisk støtte (SPS)

Hvis du har en funktionsnedsættelse i form af et fysisk handicap, en psykisk lidelse eller er ordblind, kan du søge om forskellige hjælpemidler eller en støtteperson. Støtten er individuelt målrettet og der tavshedspligt omkring SPS. Du kan søge om SPS på [www.studerende.aau.dk/studieliv/sps](http://www.studerende.aau.dk/studieliv/sps)

## AAU Studie- og trivselsvejledning

Her kan du få hjælp og vejledning inden for bl.a. studieteknikker, studietvivl, trivsel, motivation, studieskift, gruppesamarbejde og regler om bl.a. orlov, barsel, sygemelding og studieophør. I AAU Studie- og trivselsvejledning gør trivselsvejlederne en dyd ud af at være din professionelle sparringspartner og hjælper dig med at se tingene fra flere sider. På den måde kan vejlederen hjælpe dig med at se, hvilke forskellige handlemuligheder du har i din situation. AAU Studie- og trivselsvejledning træffer ikke beslutninger for dig, men hjælper dig med inspiration til, hvordan du selv kan komme videre og dermed hjælpe dig selv.

Alle studie- og trivselsvejledere har tavshedspligt, og du kan altid henvende dig anonymt.

For at booke tid til en samtale, besøg [www.studerende.aau.dk/vejledning](http://www.studerende.aau.dk/vejledning)  
Du kan også skrive til [studievej@adm.aau.dk](mailto:studievej@adm.aau.dk) eller ringe på **9940 9440**.

## Studererpræsterne

Her tilbydes gratis samtaler og rådgivning. Studenterpræsterne har fuld tavshedspligt og fører ingen journaler.

Gennem personlige samtaler tilbydes hjælp til personlige, sociale, studiemæssige eller eksistentielle/religiøse problemer. Det kan være alt fra sorg, ensomhed, manglende selvværd eller identitetskrise, til studieforhold, udbrændthed, tro/tvivl eller noget helt andet. Studenterpræsterne står til rådighed for alle trosretninger - også hvis man ikke har én.

Der er normalt ingen, eller meget kort, ventetid.

Du kan besøge dem fysisk på Kroghstræde 3 ved campus i Aalborg Øst og i Studenterhuset på Gammeltorv i Aalborg C eller skrive til dem på [prasten@adm.aau.dk](mailto:prasten@adm.aau.dk)

Læs mere på [www.praesten.aau.dk](http://www.praesten.aau.dk)

