

Opiskelijan henkinen hyvinvointi ja tukipalvelut

Diakin tutkinto-opiskelijana sinulla on mahdollisuus hyödyntää erilaisia hyvinvointipalveluita ja oppimisen tukipalveluita.

Tutustu palveluihin lisää alasivuilla, joille on koottu kunkin kampuksen tukipajat, tapahtumat ja muut palvelut!

Tukea ja neuvoa kuraattorilta

Henkilökohtaiset asiat saattavat vaikuttaa opiskelussa etenemiseen ja motivaatioon. Opiskelijaa voivat askarruttaa esimerkiksi ihmissuhteisiin, opiskelutilanteisiin tai toimeentuloon liittyvät huolet.

Kuraattorit tarjoavat ammatillista, luottamuksellista keskusteluapua sekä ohjaavat ja tukevat sinua erilaisissa elämäntilanteissa.

Kuraattorin kanssa keskustelu voi auttaa sinua ymmärtämään omaa tilannettasi, tunteitasi ja asiaan vaikuttavia taustatekijöitä. Kuraattori auttaa sinua löytämään sopivia ratkaisuja tilanteesta eteenpäin pääsemiseksi.

Katso kuraattorien yhteystiedot kampuskohtaisilta alasivuilta. Tutustu myös [usein kysytyihin kysymyksiin!](#)

Keskusteluapua oppilaitospastorilta ja -diakonilta

Oppilaitospastorin tai oppilaitosdiakoniatyöntekijän kanssa voit keskustella luottamuksellisesti. Voit keskustella esimerkiksi henkilökohtaisista mieltäsi askarruttavista kysymyksistä, jaksamisesta, opiskeluun liittyvistä asioista tai uskonnollisista ja hengellisistä asioista.

Kampusten opiskeluhyvinvointiryhmä

Diakin jokaisella kampuksella toimii opiskeluhyvinvointiryhmä. Opiskeluhyvinvointiryhmät seuraavat ja kehittävät opiskeluhyvinvointiin liittyviä

yhteisöllisiä ja rakenteellisia toimintamalleja kampuksilla. Opiskeluhyvinvointiryhmät suunnittelevat oppimisen tukea kampuskohtaisesti ja Diakin yhteisiin tavoitteisiin linkittyen. Opiskeluhyvinvointiryhmät kokoontuvat noin kaksi kertaa lukukaudessa.

Opiskeluhyvinvointiryhmät ovat moniammatillisia ja niihin kuuluu opiskelijajäsen. Kunkin opiskeluhyvinvointiryhmän jäseniä ovat kyseisellä kampuksella toimivat:

- Kuraattorit
- Opinto-ohjaajat
- Opettajajäsen
- Opiskeluterveydenhuollon edustajat
- Oppilaitosdiakonit ja -pastorit
- Opiskelijajäsen
- Tilannekohtaisesti muut opiskelun tukipalveluiden edustajat

Osallistu tukipajoihin

Tukipajat auttavat sinua edistymään opinnoissasi. Niissä on tarjolla tukea esim. lääkelaskuihin, tiedonhakuun tai kielten opiskeluun. Katso alasivuilta millaisia tukipajoja kampuksellasi on tarjolla.

Tule hyvinvointiryhmiin

Diak tarjoaa opiskelijoille erilaisia hyvinvointiryhmiä, joiden toiminta perustuu keskusteluun ja vuorovaikutukseen. Ohjauksen kautta pureudutaan niin stressin hallintaan kuin takkuilevien opintojen selättämiseen. Katso alasivuilta, millaisia ryhmiä kampuksellasi on tarjolla!

Opiskeluhyvinvointiryhmä auttaa moniammatillisesti

Diakin kampuksilla toimii moniammatillisia opiskeluhyvinvointiryhmiä, jotka tukevat ja auttavat sinua muuttuvissa elämäntilanteissa.

Opiskeluhyvinvointiryhmän toimintaan kuuluvat yleiset ja ennaltaehkäisevät

Diak

tukitoimet, opiskelijan tukipalveluihin liittyvien asioiden valmistelu ja päättäminen sekä valmius erityisiin tukitoimiin akuuttitilanteissa.

Olennaista toiminnassa on opiskelijälähtöisyys: opiskelija, jonka asioita käsitellään, on aina itse läsnä ohjauskeskusteluissa, joissa päätetään hänen opintojaan koskevista asioista.

Opiskeluhyvinvointiryhmään kuuluvat opinto-ohjaaja ja terveydenhoitaja sekä joillakin kampuksilla kuraattori ja opiskelijapastori tai -diakoni, jotka tarjoavat palveluita paitsi ryhmässä myös itsenäisesti.

Jos haluat hyödyntää opiskeluhyvinvointiryhmän palveluita, ota yhteyttä keneen tahansa sen jäseneseen omalla kampuksellasi.