**Činnost poradenského centra v roce 2023**

Náplní Poradenského centra HF JAMU je podpora zdravého sociálního klimatu na fakultě a nabídka pomoci v oblasti péče o duševní zdraví. V roce 2023 proběhlo celkem 71 konzultací (viz tabulka).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Období (2023)** | **Počet konzultací** |
|  | Leden | 8 |
|  | Únor | 8 |
|  | Březen | 8 |
|  | Duben | 10 |
|  | Květen | 10 |
|  | Červen | 8 |
|  | Říjen | 5 |
|  | Listopad | 8 |
|  | Prosinec | 6 |
| **CELKEM** | **71** | |

Konzultaci využilo v 2023 celkem 16 studujících (11 studentek a 5 studentů) a 6 zaměstnankyň a zaměstnanců HF JAMU. Jak studenti, tak zaměstnanci mohou využít 1 až 5 konzultací, ve výjimečných případech bylo využito po společné dohodě konzultací víc (např. náročné životní období nebo potřeba delší spolupráce v rámci mediace).

**Mezi** **studenty** převažovaly v roce 2023 **témata** týkající se zvládání úzkosti, stresu, trémy a dysfunkčního perfekcionismu nebo potíže v oblasti vztahů s vrstevníky. Vyskytly se ale i závažnější potíže s potřebou další odborné péče (např. syndrom vyhoření, deprese). Vždy je velmi cenné, když je potíže možné zachytit a léčit včas.

Pravidelně (v každém semestru) se také objevují zakázky týkající se potřeby zlepšit způsob komunikace s vyučujícím, výjimečně se vyskytla i nespokojenost s pedagogickým přístupem vyučujícího a potřeba změny pedagoga. Ze stran studujících však tyto podněty nebyly definovány jako překračující etický rámec, a byly proto řešeny pouze v rámci poradenství, tzn. bez potřeby k předání dalším subjektům. Studenti jsou ale před ukončením poradenství vždy informováni o možnosti neprodleně mě kontaktovat, pokud by komunikační či vztahové potíže s vyučujícím přetrvávaly nebo se zhoršovaly.

**Mezi** **zaměstnanci** se jednalo o **témata** týkající se sociálního klimatu na konkrétní katedře, syndromu vyhoření a opakovaně se vyskytovalo téma chyb v komunikaci na pracovišti. Syndrom vyhoření se týkal nezdravého objemu práce a personálního podhodnocení daného sektoru.