

Psychosociale begeleiding

Tijdens je studies kun je geconfronteerd worden met stress, persoonlijkheids- en relatieproblemen, een conflict met je ouders, ...

Voor een luisterend oor, advies, ondersteuning en psychologische hulp bij allerlei problemen kun je terecht bij de maatschappelijk assistent.

Indien nodig wordt informatie over gespecialiseerde diensten verschaft. UHasselt werkt onder meer samen met het Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW) Sonar.

Info

Studentenvoorzieningen
Nele Craeghs – maatschappelijk assistent
nele.craeghs@uhasselt.be
Tel.: 011 26 80 51

Huisarts

Je kunt in de loop van de week ook terecht bij een huisarts voor medische problemen:

dr. Bas Van den Berg - Patersplein 3 te Diepenbeek.
Tel.: 011 23 50 01



Studiebegeleiding

Aan de UHasselt helpen we je om het beste van jezelf te geven. We zorgen voor studieadvies en studiebegeleiding, organiseren trainingen, voorzien psychologische hulp bij allerlei problemen en bieden ondersteuning aan studenten in bijzondere omstandigheden.

universiteit
▶▶ hasselt
UNIVERSITEIT VAN DE TOEKOMST

Universiteit Hasselt • Campus Diepenbeek
Agoralaan • Gebouw D • 3590 Diepenbeek
011 26 80 51 • www.uhasselt.be/studiebegeleiding

universiteit
▶▶ hasselt
UNIVERSITEIT VAN DE TOEKOMST

Studiebegeleiding

www.uhasselt.be/studiebegeleiding

Studeren doe je door problemen met een toenemende moeilijkheidsgraad te leren oplossen. We laten je daarbij niet aan je lot over. Zo kun je tijdens responsiecolleges, begeleidde oefeningensessies en practica vragen stellen aan het onderwijsteam. Met vragen over de leerstof kun je ook individueel terecht bij docenten en assistenten. Het initiatief is hier wel aan jou.

De onderwijskundigen staan open voor je vragen over je studiemethode en -planning, je examenstrategie, de samenstelling van je studieprogramma en je studievoortgang, en ze helpen je bij het maken van studiekeuzes. Verder kun je bij de ombuds terecht voor problemen en betwistingen in verband met onderwijs en examens. Tevens lopen er in bepaalde opleidingen meter/peter projecten en tutorprojecten, kaderend binnen het diversiteitsbeleid.

Trainingen

Tijdens het academiejaar word je geïnformeerd over onderstaande trainingen. Als je denkt voor een training in aanmerking te komen, kun je de maatschappelijk assistent contacteren.

• Faalangstraining

De overgang naar het eerste jaar van het hoger onderwijs brengt vaak heel wat onzekerheid en spanning teweeg. Soms gaat dit de overhand nemen op het studeren. Wanneer dat het geval is, spreken we van overmatige studiestress of faalangst. Aan de UHasselt bestaat de mogelijkheid om deel te nemen aan een faalangstraining. In deze training leer je meer beheerst studeren en examens afleggen. In kleine groep wordt o.a. gewerkt rond examenangst (via ontspanningstechnieken) en leer je irrationele gedachten wegwerken.

• Assertiviteitstraining

Assertief zijn, hoe doe je dat? Wil je leren om je gedachten, gevoelens en overtuigingen op een directe en juiste manier uit te drukken? Wil je leren om voor jezelf op te komen? Dan is de assertiviteitstraining iets voor jou. In kleine groep wordt actief gewerkt rond 'assertiviteit' en het verruimen van sociale vaardigheden.



Faciliteiten voor studenten in bijzondere omstandigheden

www.uhasselt.be/SpecialeFaciliteiten

Onder 'studenten in bijzondere omstandigheden' verstaan we o.m.: *topsporters, werkende studenten en studenten met een lichamelijke of psychische functiebeperking.*

Opdat de omstandigheden waarin je je bevindt geen aanleiding zouden geven tot studieovertraging, kun je 'redelijke faciliteiten' aanvragen. Belangrijk hierbij is de haalbaarheid en de mate van aanvaardbaarheid van de faciliteiten.

Via je studentendossier kun je een aanvraagformulier invullen. Dit bezorg je aan de maatschappelijk assistent, die controleert of je voldoet aan het statuut en of je beschikt over de vereiste attesten. Zodra de aanvraag in orde is, word je doorverwezen naar een onderwijskundige om de mogelijke faciliteiten te bespreken. Tenslotte beslist de examencommissie van je opleiding over het toekennen van de faciliteiten.

• Topsporters

Om het statuut van topsportstudent te verkrijgen dien je minstens aan één van de volgende criteria te voldoen:

- op basis van een attest erkend zijn als topsporter of als beloftevolle jongere door één van de volgende instanties: BOIC, BLOSO, Vlaams Bureau voor topsport, de betreffende nationale of Vlaamse sportfederatie, de nationale trainer van de betrokken sporttak;
- een attest hebben van de betreffende Vlaamse of nationale sportfederatie waaruit blijkt dat je voldoet aan de normen vereist voor één van de volgende kampioenschappen: Europese- of wereldkampioenschappen, Olympische spelen, Universiade, Universitaire wereldkampioenschappen;
- een attest hebben van de betreffende Vlaamse of nationale sportfederatie waaruit blijkt dat je geselecteerd bent voor een nationale juniore of seniores ploeg;
- behoren tot de A- of B-kern van een ploeg die in de hoogste afdeling van een sporttak speelt; voor voetbal volstaat de tweede afdeling, evenals de UEFA-juniore; een attest van de club is vereist.

• Werkende student

Om het statuut van werkende student te verkrijgen, dien je in principe aan één van de volgende criteria te voldoen:

- in het bezit zijn van een bewijs van tewerkstelling in dienstverband met een omvang van ten minste 80 uren per maand;
- in het bezit zijn van een bewijs van uitkeringsgerechtigde werkzoekende, waarvoor de opleiding kadert binnen het door een gewestelijke dienst voor arbeidsbemiddeling vooropgestelde traject naar werk.

Bovendien mag je nog geen tweede cyclus- of masterdiploma hebben.

• Lichamelijke of psychische functiebeperking

Studenten met een lichamelijke of psychische functiebeperking kunnen een aanvraag voor faciliteiten indienen, bijvoorbeeld in geval van:

- motorische, psychische, auditieve of visuele functiebeperking
- chronische ziekte
- leerstoornissen
- concentratiestoornissen.