**Információ** A sikeres felvételit követő eufórikus hangulat először akkor fordul át bizonytalansággá, amikor rájöttök milyen sok új információ vár rátok a Főiskolán. Ijesztően sok információ. Az tanultátok valamikor, hogy az információnak egy adott jelenséggel vagy folyamattal kapcsolatos bizonytalanságot kell megszüntetnie. Most mégis bizonytalannak érzitek magatokat… Aztán rájöttök, hogy ezzel *nem vagytok egyedül*. Hallgatótársaitok ugyanígy éreznek, és ez enyhíti a rossz érzést, a belső nyugtalanságot. Végül a sok ismeretlen kifejezésből és elnevezésből kiválik egy, aminek a nevével és mozaikszavával olyan gyakran találkoztok, hogy azt érzitek, mindennel kapcsolatban ide kell fordulnotok. Ez a **Hallgatói Szolgáltató Központ** vagy **HSZK**. A nyugalmatok máris visszatérhet, mert van egy biztos pont, amit a főiskola összetett, sokszor bonyolultnak és átláthatatlannak tűnő rendszerében megcélozhattok.



**Tanácsadás** Az elbizonytalanodás érzése, a váratlan krízishelyzetek elkerülhetetlen részét jelentik az emberi életnek. Ez alól a felsőoktatás „idillinek” tűnő világa sem kivétel. Hallgatóként kerülhettek olyan helyzetbe, amikor szükségetek van a segítségre, a támogatásra, a megértésre. A HSZK tanácsadó tevékenysége kiterjed a titeket érintő legjellemzőbb területekre. Tanulási nehézségekkel, pályaorientációs-, és karrierindítási bizonytalanságokkal, mentálhigiénés (lelki) és életvezetési problémákkal is kereshettek minket. A tanácsadásról érdemes tudni, hogy nem egyszerűen valamilyen információ cseréje, inkább az ***Önismereti tudás*** áll a középpontjában. A segítő (tanácsadó) nem formál véleményt a segítséget kérő által közöltekről, és nem ítélkezik; olyan kapcsolati tevékenység, amely mélyebb átgondolást és egy helyzet, egy probléma új, más szempontú meglátását teszi lehetővé.

**Elérhetőségek, adatok**

**Név:**

Operatív és Szervezési Igazgatóság

Hallgatói Szolgáltató Központ

**Címek:**

1. Almagyardombi Kollégium Fsz. 3300 Eger, Leányka u. 6.

2. B épület 3300 Eger, Egészségház u. 4.

**Email:**

[centrum@ektf.hu](mailto:centrum@ektf.hu)

**Web:**

<http://uni-eger.hu/hu/operativ-es-szrvig/hallgatoi-szolgaltato-kozpont>