

Univerza v Ljubljani
Universitas Labacensis



Tutorski priročnik

Univerze v Ljubljani

Druga, prenovljena in dopolnjena izdaja

Spoštovani tutorji!

Univerza v Ljubljani ima več kot 90-letno tradicijo in je danes uveljavljena v družbi 500 najboljših univerz sveta na različnih svetovnih lestvicah akademske odličnosti. Dejstvo je, da kakovost izobraževalnega sistema temelji na dobrih pedagogih, izvrstnih raziskovalcih ter sposobnih in nadarjenih študentih. Univerza v Ljubljani združuje vse troje, zavedamo pa se, da lahko kakovost še izboljšamo, in to nameravamo tudi storiti.

Univerza namenja posebno pozornost tutorskemu sistemu; če novincem pri premostitvi težav pomagajo starejši študijski kolegi, se izboljšuje kakovost študija, med mladimi pa se spletajo pomembna prijateljstva. Univerza v Ljubljani se je leta 2006 obvezala, da bo na svojih članicah oblikovala usklajen tutorski pristop. Ker so potrebe študentov in njihovi izbrani študiji različni, smo uvedli več oblik študentskega in učiteljskega tutorstva: uvajalno tutorstvo, predmetno tutorstvo, tutorstvo za študente s posebnimi potrebami in tutorstvo za tuje študente. Poleg osnovnih nastajajo še nove oblike tutorstva, na primer raziskovalno tutorstvo.

Tutorstvo danes predstavlja nepogrešljiv del izobraževalnega procesa. Vsako leto v ta namen organiziramo izobraževanje in usposabljanje za koordinatorje tutorjev, enkrat letno pa posvet.

Dragi tutorji, vaša vloga je bistvenega pomena za uspešnost študentov na univerzi. Ta priročnik naj bi vam pomagal pri opravljanju vašega poslanstva. Zajema koristne informacije, nasvete in bogate izkušnje vaših predhodnikov, poleg tega pa so v njem zapisane rešitve najpogostejših zadreg, s katerimi se tutorji srečujejo pri svojem delu. Vsebinska zasnova in izdaja tega dela ni bila lahka naloga, zato se zahvaljujem vsem, ki so sodelovali pri njegovi pripravi.

Ponosen sem, da si mladi med seboj pomagata in se podpirata v študijskem procesu. Delo v organiziranih skupinah in tovarištvo v najboljšem pomenu besede sta vrednoti, ki ju današnji čas še posebej potrebuje, na vas, mladih, pa je, da ju negujete in širite med sovrstniki. V slogi je moč. Pa srečno, naši upi prihodnosti!

Prof. dr. Radovan Stanislav Pejovnik,
rektor UL

Tutorski priročnik *Univerze v Ljubljani*

splošni del



1. UPORABA PRIROČNIKA

Priročnik je namenjen tutorjem študentom, njihovim koordinatorjem in vsem, ki tako ali drugače sodelujejo v tutorskem sistemu. V njem so zajete informativne vsebine, s katerimi vam želimo olajšati delo in prispevati k čim boljši kakovosti izvajanja tutorstva na Univerzi v Ljubljani (v nadaljevanju UL). Pred kratkim se je pojavila potreba po posodobitvi tutorskega priročnika, in sicer zaradi večjega števila tutorjev, bolj utečenega dela in različnih sprememb. Nekatere informacije so v času od prve izdaje že zastarele, poleg tega pa v novi izdaji najdete nove izkušnje, ki jih z nami delijo določene članice. Tutorjem tako nudimo praktičen in zanesljiv priročnik, ki ga lahko uporabijo, preden pri svojem delu naletijo na težavo.

Priročnik je vsebinsko razdeljen na dva sklopa:

- *Splošni del* opisuje delovanje tutorskega sistema UL in pojasni različne modele študentskega tutorstva ter vloge tutorjev v vsakem od njih,
- v *Informativnem delu* pa so **uporabni napotki** za vzpostavitev dobrega odnosa med tutorjem študentom in študentom ter pomembne informacije za pomoč, usmerjanje in svetovanje študentom. Predstavljene so najpogostejše težave, zaradi katerih se študenti obrnejo na tutorje, in koristni napotki, s pomočjo katerih jim lahko slednji svetujejo oziroma pomagajo v konkretnih situacijah. V tem delu najdete tudi sistematičen pregled svetovalnih služb za študente UL na njenih članicah ter kratek opis njihovih storitev.

Vsebina priročnika je usklajena s predpisi, veljavnimi v času njegove priprave. Tutorjem svetujemo, da spremljajo spremembe na tem področju, predvsem spremembe Statuta UL, ki je dostopen na spletni strani

http://www.uni-lj.si/o_univerzi_v_ljubljani/predpisi_statut_ul_in_pravilniki/pravne_in_splosne_zadeve.aspx.

Priročnik je v elektronski obliki dostopen na naslednji spletni strani:

www.uni-lj.si/studij_na_univerzi/tutorstvo.aspx

Stari tutorski priročnik lahko najdete na naslednji spletni strani:

<http://www.uni-lj.si/files/ULJ/userfiles/ulj/Tutorski%20prirocnik.pdf>

2. TUTORSKI SISTEM UNIVERZE V LJUBLJANI

Tutorstvo pomeni sistematično vodenje študentov skozi študij, pri čemer se ne osredotoča strogo na njihov akademski razvoj ali na težave pri študiju, temveč tudi na njihov osebnostni razvoj. Namen tutorstva je študentom nuditi ustrezno podporo pri študiju. Tutorji študenti in učitelji pomagajo pri premagovanju ovir, ki se lahko pri študentu pojavijo med študijem in s tem ogrozijo njegovo študijsko uspešnost. Tutorstvo je pomembna aktivnost, ki obogati tako tutorje študente in tutorje učitelje kot tudi njihovo skupino študentov. Tutorja opremi z novimi izkušnjami in znanji, med tutorjem in študenti pa se ponavadi stkejo vezi zaupanja, ki pripomorejo k pozitivnejšemu pristopu k študiju, večji medsebojni povezanosti študentov in učiteljev ter boljšim študijskim rezultatom. Na Univerzi v Ljubljani se članice spodbuja k oblikovanju raznolikih pristopov pri uvedbi tutorstva, in sicer predvsem glede na potrebe njihovih študentov.

V Strategiji Univerze v Ljubljani 2006–2009 se je univerza obvezala oblikovati usklajen tutorski sistem, s katerim bi se novinci lažje vključevali v študij ter univerzitetno življenje in ki bi jim med študijem pomagal pri razreševanju študijskih in življenjskih težav. V študijskem letu 2010 se je študentsko tutor-

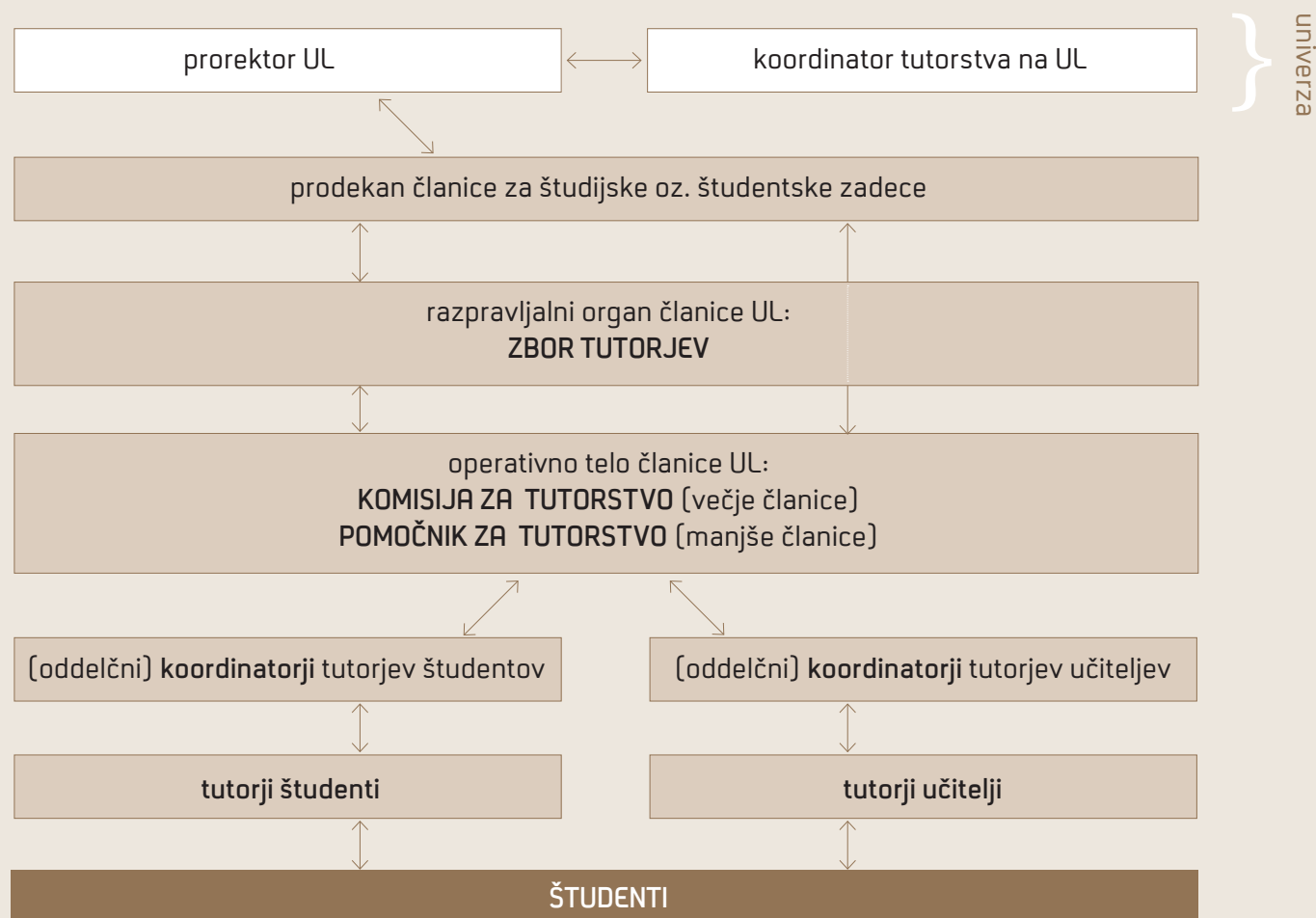
stvo uveljavilo na 23 članicah UL. Tako je postalo nepogrešljiv element pri reševanju različnih težav, npr. pri spodbujanju in svetovanju za uspešnejše opravljanje izpitov, pri vprašanjih za vzporedni študij, spremembi študijskega programa, napredovanjih v višji letnik idr.

Senat Univerze v Ljubljani je dne 24. 4. 2007 potrdil strukturo tutorskega sistema UL, s katero so pojasnjeni osnovni okvirji in principi pri vzpostavitvi različnih tutorskih modelov. Pri oblikovanju tutorskega sistema UL so bili upoštevani trije temeljni vidiki:

- kdo lahko opravlja vlogo tutorja,
- področje dela tutorjev,
- ciljne skupine tutorjev.

Analiza tutorskih praks na članicah UL je pokazala veliko raznolikost v njihovem izvajanju. Univerzitetni okvirji tutorstva so zato oblikovani tako, da članicam dopuščajo precejšno prožnost pri vzpostavitvi le-tega. Članice naj torej pri sami vzpostavitvi tutorstva upoštevajo svoje dosedanje izkušnje in oblikujejo tak tutorski model, ki najbolj ustreza potrebam njihovih študentov.

2.3. Organizacijska shema študentskega tutorstva na UL



3. ŠTUDENTSKO TUTORSTVO IN TUTORSKI MODELI

3.1. Namen študentskega tutorstva

Namen študentskega tutorstva je študentom nuditi ustrezno podporo pri študiju, in to tako v obliki pomoči pri usvajanju študijske snovi kot tudi pri ostalih težavah, ki se lahko pojavijo med študijem in s tem ogrozijo njihovo študijsko uspešnost. Kakovostna izvedba študentskega tutorstva pripomore k višanju prehodnosti v višji letnik in zaključevanju študija, prejemnikom tutorske pomoči pa znatno poveča kakovost študija in študentskega življenja.

Študentsko tutorstvo je odgovorno delo, saj zahteva potrpežljivost in pozitivno naravnost, tutorja študenta pa obogati z novimi izkušnjami in znanji. Med tutorjem študentom in študenti se ponavadi stkejo vezi zaupanja, s skupnimi močmi pa vsi pripomorejo k pozitivnejšemu pristopu k študiju, večji medsebojni povezanosti študentov in boljšim študijskim rezultatom.

3.2. Oblike študentskega tutorstva

Na Univerzi v Ljubljani članice spodbujamo k oblikovanju raznolikih pristopov pri uvedbi študentskega tutorstva, pri čemer naj se le-te opirajo predvsem na izražene potrebe svojih študentov. V dokumentu »Tutorski sistem UL« je predvidena pomoč vsem študentom novincem, in sicer v obliki uvajalnega študentskega tutorstva. Članice lahko po potrebi pristopijo tudi k izvajanju predmetnega tutorstva, tutorstva za študente s posebnimi potrebami in tutorstva za tuje študente. Od začetkov v letu 2006 pa do danes izvaja tutorstvo že 23 članic.

Leta 2006 je bilo tutorstvo formalizirano le na štirih članicah, v letih od 2007 do 2010 pa so ga formalizirale skoraj vse (natančneje 23 članic). Tutorskega sistema se ne izvaja samo na akademijah, saj je njihov pristop k študentom že sicer individualiziran, kar pomeni, da je tutorski pristop kot tak že integriran

v njihov študij. Na članicah je pristop tutorjev različen predvsem zaradi različnih potreb študentov, menjavanja generacij tutorjev in značilnosti članice. Tudi intenzivnost dela in zanimanje za posamezno obliko tutorstva se iz leta v leto spreminja. Naštete oblike študentskega tutorstva se med seboj razlikujejo glede na način dela, ciljno populacijo študentov, ki so deležni tutorske pomoči, in glede na kriterije izbora samih tutorjev. V nadaljevanju so prikazani osnovni elementi posamezne oblike študentskega tutorstva.

3.2.1. Uvajalno študentsko tutorstvo

Uvajalno študentsko tutorstvo je namenjeno študentom prvega letnika, ki se znajdejo v novem življenjskem in izobraževalnem okolju. V tem obdobju je namreč veliko sprememb in novosti, ki jih mora študent bruc usvojiti za uspešen začetek študija. Tutorji študenti novincem pomagajo predvsem s posredovanjem zanje pomembnih informacij in svetovanjem, kako ukrepati v primerih, ko naletijo na težavo. V primeru, da je študentova težava zelo zahtevna in je potrebna strokovna pomoč, poskuša tutor študent študenta usmeriti po ustrezno obliko le-te.

Uvajalni tutor študent je lahko vsak študent drugega ali višjega letnika prve ali druge stopnje in vsak absolvent katere koli smeri študija, ki ima status rednega ali izrednega študenta na Univerzi v Ljubljani. Vsako leto na članicah UL potekajo razpisi za prosta mesta uvajalnih tutorjev študentov. Kriterije za izbor med kandidati oblikuje komisija/pomočnik za tutorstvo posamezne članice, pri izboru pa praviloma ocenjujejo, kako dobro študent pozna:

- delovanje članice, njene študijske programe, pravila in oblike pomoči, ki jih članica nudi,
- širšo študentsko problematiko,
- osnove svetovanja, komunikacijske tehnike in osnove reševanja težav.

Izbrani študent se mora pred začetkom dela oziroma študijskega leta udeležiti usposabljanja za tutorje študente, ki ga organizirata Univerza v Ljubljani in njena članica.

Pomembna osebnostna lastnost uvajalnega tutorja študenta je, da ima pozitiven odnos do tutorskega dela. Znati mora sprejemati in upoštevati mnenja drugih ljudi, se vživeti v njihove težave ter jim nuditi pomoč. Hkrati mora pri tutorskem delu s svojo skupino študentov znati jasno postaviti meje v komunikaciji, v primeru težav pa se pravočasno obrniti na odgovorno osebo za tutorstvo na članici UL.

Temeljne naloge uvajalnega tutorja študenta:

- Usposablja se po programu za izobraževanje tutorjev študentov.
- Študentu individualno svetuje in pomaga v skladu s tutorskim programom članice.
- Študenta seznanja z vsemi viri informacij in ga spodbuja, da jih tudi sam poišče.
- Študentu pojasnjuje vsebino različnih smeri študija in ga spodbuja pri iskanju zanj najustrežnejše smeri.
- Študenta opozarja na različne načine učenja: kaj je bolj in kaj manj pomembno, na kaj mora biti pozoren pri posameznih predmetih, kate-

ra literatura je najprimernejša za posamezen predmet ipd.

- Svetuje in pomaga pri reševanju težav, ki so nastale v odnosu med študentom in učiteljem.
- Študenta spodbuja, da se vključuje v dodatne dejavnosti na fakulteti, s čimer spodbuja razvoj njegovih talentov.
- Redno se udeležuje srečanj uvajalnih tutorjev pod vodstvom koordinatorskega tutorja.
- Po potrebi pomaga pri administraciji spletnih strani za tutorje.
- Po potrebi sodeluje pri vpisu študentov novincev na članico UL in na informativnih dnevih le-te.
- Vodi evidenco dela s študenti, na podlagi katere sestavi letno poročilo o svojem delu.

Uvajalni tutor študent je študentom na razpolago na **tutorskih urah**, ki lahko potekajo individualno ali skupinsko. Že ob prvem srečanju jim mora razložiti, kdaj in na kakšen način jim je na razpolago oziroma kako lahko z njim komunicirajo. Seznanja naj jih z urnikom tutorskih ur in svojimi kontaktnimi podatki (elektronskim naslovom in po želji tudi s telefonsko številko). Od uvajalnega tutorja študenta se pričakuje, da na elektronsko pošto odgovarja čim bolj ažurno.

Izkušnja uvajalnega tutorja študenta na Filozofski fakulteti v študijskem letu 2009/2010¹

Če se študent znajde v situaciji, ko mu tutor ne zna pomagati, ga slednji pospremi do ustrezne službe, ki mu lahko ponudi odgovore na njegova vprašanja. Pogosto se zgodi, da študenta napotimo do referata za študentske zadeve – če gre za povsem organizacijske stvari. Pri reševanju vprašanj, ki se nanašajo na vsebino in način študija, se tutor skupaj s študentom odpravi do predstojnika oddelka in oddelčne tajnice. V redkih primerih se poslužujemo tudi drugih strokovnih služb.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- prisotnost pri predavanjih,
- prijava/odjava od izpitov,
- sprememba smeri študija,
- možnost izmenjav,
- organizacija urnika,
- zapiski in gradiva,
- kako se pripraviti na izpit.

Ovire za tutorje:

- prehod na bolonjski sistem,
- neodzivnost študentov.

¹ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

3.2.2. Predmetno študentsko tutorstvo

Predmetno tutorstvo je študentom namenjeno kot dodatna pomoč pri razumevanju in usvajanju študijske snovi posameznih predmetov študijskega programa. Ponavadi je organizirano pri posameznih predmetih z zahtevnejšo in obsežnejšo študijsko snovjo. Na ta način članice UL nudijo svojim študentom dodatno pomoč pri usvajanju pomembnih znanj, posledično pa se bistveno izboljšajo rezultati študentov na izpitih. Pri uri predmetnega tutorstva lahko študent povpraša po dodatni razlagi snovi, ki je ni razumel med predavanji. Pogosto jim predmetni tutorji študenti tudi svetujejo o najprimernejših študijskih metodah in strategijah učenja pri posameznem predmetu ter jih seznanijo s pomembnimi informacijami in literaturo za posamezen predmet.

Predmetni tutor študent je lahko študent višjega letnika, ki ima status študenta na članici in nadpovprečno oceno pri predmetu, za katerega kandidira na razpisu. Potrebo po študentskem predmetnem tutorstvu navadno izrazijo profesorji posameznega predmeta, razpis za prosta mesta predmetnih tutorjev študentov pa organizira odgovorna oseba za tutorstvo na članici. Nosilec predmeta z izbranimi kandidati opravi intervju, na podlagi katerega naredi izbor. Na nekaterih članicah tutorja izbere študentski svet. Primer s Pravne fakultete: tutor je predvsem zaupanja vredna oseba, ki je pripravljena nameniti nekaj prostega časa za pomoč mlajšim kolegom. Predmet, h kateremu se prijavi, ga iskreno veseli (ocena izbranega predmeta ni pogoj). Nosilci predmetov se vključijo naknadno, ko so tutorji že izbrani. Slednji se takrat nosilcu predmeta predstavijo, ga prosijo za mnenje in usmeritve glede snovi, tako da tutorstvo ostaja v rokah študentov.

Poleg pozitivnega odnosa do dela je za predmetnega tutorja študenta nujno, da ima ustrezno znanje pri študijskem predmetu, pri katerem pomaga študentom. Zelo pomembno je tudi, da zna uporabljati ustrezne didaktične pristope in da pozna različne

učne strategije, saj imamo posamezniki zelo različne načine usvajanja znanja. Pomembno je tudi, da ima sposobnost komuniciranja, da je vesten, zanesljiv, odgovoren in da v primeru, če sam ne pozna odgovora,

Temeljne naloge predmetnega tutorja študenta:

- Študenta seznanja z vsemi potrebnimi viri informacij in literaturo za tutorirani predmet.
- Študentu priporoča in razloži primerne metode in strategije učenja za tutorirani predmet.
- Svetuje in pomaga pri reševanju težav, ki so nastale v odnosu med študentom in učiteljem.
- Nudi pomoč pri usvajanju zahtevnejših vsebin tutoriranega predmeta.
- Priporočljivo je, da administrira spletno stran, na kateri povzema pogosta vprašanja študentov glede študijske snovi, po presoji nosilca predmeta pa lahko pripraviti tudi odgovore na najpogostejša izmed njih.
- Vodi evidenco dela s študenti, na podlagi katere sestavi polletno in zaključno poročilo o svojem delu.
- Študentom je dostopen pri reševanju vseh težav v zvezi s tutoriranim predmetom.
- Redno se udeležuje srečanj s koordinatorjem.
- Usposablja se po programu za izobraževanje tutorjev študentov.

Predmetni tutor študent je študentom na razpolago na tutorskih urah, ki lahko potekajo individualno ali skupinsko. Že ob prvem srečanju jim mora razložiti, kdaj in na kakšen način bo dostopen oziroma kako lahko komunicirajo z njim. Seznanani naj jih z urnikom tutorskih ur in svojimi kontaktnimi podatki (elektronskim naslovom in po želji tudi s telefonsko številko). Od tutorja študenta se pričakuje, da na elektronsko pošto odgovarja čim bolj ažurno.

Izkušnja predmetnega tutorja študenta na Pravni fakulteti v študijskem letu 2009/2010²

Težave vedno rešujemo sproti, z veliko mero potrpežljivosti in ob zavedanju nujnosti kompromisov (včasih se žal zgodi, da je termin tutorstva tudi v času, ko ima določena skupina študentov vaje, a je to še vedno bolje, kot da bi bil takrat, ko imajo predavanja tri skupine).

Študentom na tutorskih srečanjih z opisom lastnih izkušenj pomagamo pri organizaciji njihovega študijskega načrta, pri čemer jih vedno opozarjamo, da je le-ta odvisen od njihovih osebnih lastnosti in da morajo pravo kombinacijo zase vedno odkriti sami. Študentom pomagamo tudi tako, da poskušamo nanje prenesti pozitiven odnos do predmeta in s tem pomiriti strahove, ki so gotovo njihov največji sovražnik.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- strah pred izpiti (predmetom),
- neizkušenosť pri organizaciji velike količine študijske snovi,
- odlašanje z začetkom študija,
- uporaba skripte namesto knjige.

Ovire za tutorje:

- najti termin za tutorska srečanja, ki se ne prekriva z vajami ali predavanji nobene skupine določenega letnika,
- najti primeren prostor (ob primernem terminu) za pripravo tutorskih srečanj.

² Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

3.2.3. Študentsko tutorstvo za študente s posebnimi potrebami

Tutorstvo za študente s posebnimi potrebami je zelo raznoliko in odvisno od vsakega primera posebej, saj so tudi ovire, s katerimi se študenti s posebnimi potrebami srečujejo, zelo različne in individualno pogojene. Tutor študent usmerja študenta s posebnimi potrebami v razvoj tistih zmožnosti, ki mu omogočajo prilagajanje in uspešno vključevanje v študijsko delo ter študentsko življenje. Poleg tega mu nudi pomoč pri tistih študijskih dejavnostih, ki jih sam ne more opraviti. Za razliko od uvalnega tutorstva je tutorstvo za študente s posebnimi potrebami namenjeno študentom katerega koli letni-

ka in lahko traja ves čas njihovega študija. Med študente s posebnimi potrebami sodijo: ³

- študenti z delno ali popolno izgubo vida (slabovidni in slepi študenti),
- študenti z delno ali popolno izgubo sluha (naglušni in gluhi študenti),
- študenti z govorno-jezikovnimi motnjami in motnjami komunikacije,
- študenti z gibalno oviranostjo,
- študenti z dolgotrajno ali kronično boleznijo,

³ Predlog Pravilnika o študentih s posebnimi potrebami UL.

- študenti s primanjkljaji na posameznih področjih učenja,
- študenti s težavami na področju duševnega zdravja,
- študenti s težavami v socialni integraciji,
- študenti z motnjo avtističnega spektra.

Tutor študent za študente s posebnimi potrebami je lahko vsak študent najmanj 2. letnika, ki izrazi pripravljenost za tovrstno delo, se prijavi na razpis in opravi selekcijski intervju. Kriteriji in način izbora tutorjev študentov za študente s posebnimi potrebami so postavljeni s strani posamezne članice UL. Tutor se mora udeležiti usposabljanja, kjer se seznanj z različnimi vrstami posebnih potreb in ovirami, s katerimi se ti študenti srečujejo, saj jim lahko le tako tudi ustrezno svetuje.

Pri izboru tutorja študenta za študente s posebnimi potrebami je zelo pomembno, da ima le-ta pozitiven odnos do različnosti. Sposoben mora biti sprejemati, razumeti in upoštevati mnjenja drugih ter znati prisluhniti težavam, s katerimi se le-ti zaradi svojih ovir soočajo. Poznati mora tudi komunikacijske tehnike, osnove svetovanja in reševanja težav, pri tem pa imeti korekten, pristen in empatičen odnos brez pomilovanja.

Temeljne naloge tutorja študenta za študente s posebnimi potrebami:

- Študentu s posebnimi potrebami individualno svetuje in pomaga.
- Opozarja na različne načine učenja, kaj je bolj in kaj manj pomembno, na kaj mora biti študent pozoren pri posameznih predmetih oziroma učiteljih, katera literatura je najprimernejša ipd.
- Skupaj s študentom s posebnimi potrebami poskuša najti načine študija in sprejemanja informacij, ki so zanj najustreznejši.
- Študenta seznanja z vsemi mediji za pridobivanje informacij in ga spodbuja, da jih poišče sam (tutor išče informacije zanj le v primeru, ko študentu zaradi njegovih posebnih potreb informacijski medij ni dostopen).

- Študentu pojasnjuje vsebino različnih smeri študija in ga spodbuja pri iskanju zanj najustreznejše smeri. Na enak način lahko svetuje pri izbiri strokovne prakse – v sodelovanju s tutorji učitelji ali kariernimi svetovalci.
- Svetuje in pomaga pri reševanju težav, ki so nastale v odnosu med študentom in učiteljem ali pa zaradi njegove posebne potrebe.
- Študenta usmerja v druge oblike pomoči, ki jih nudi fakulteta, po potrebi pa tudi v druge oblike pomoči v družbi (na primer pri socialnih in ekonomskih težavah).
- Študenta spodbuja, da se vključuje v druge dejavnosti na članici. Na ta način tudi spodbuja razvoj njegovih talentov.
- Redno se udeležuje srečanj tutorjev pod vodstvom koordinatorja.
- Sproti spremlja izvajanje dogovorov in napredovanje študenta.
- Vodi evidenco dela s študenti, na podlagi katere sestavi letno poročilo o svojem delu.

Način dela tutorja študenta za študente s posebnimi potrebami je najprimerneje določiti v individualnem razgovoru s koordinatorjem in študentom s posebnimi potrebami. Če se tutor študent pri izvajanju tutorske pomoči počuti preobremenjenega (v praksi se namreč lahko zgodi, da študent s posebnimi potrebami študenta tutorja preobremeni tudi z drugimi potrebami ali željami), se oba študenta povabi na skupen sestanek s koordinatorjem. Na sestanku se praviloma ponovno opredelijo cilji in naloge tutorja študenta ter postavijo meje v medosebnem odnosu tako, da sta oba študenta v procesu sodelovanja zadovoljna. V primeru, da dogovora ni mogoče doseči, se lahko tutorski odnos tudi prekinе in študentu s posebnimi potrebami dodeli drugega tutorja. Obstaja tudi možnost, da se pomoč študentu s posebnimi potrebami porazdeli med več tutorjev študentov, vendar morajo biti v tem primeru jasno razvidne in dogovorjene naloge oziroma način dela posameznega tutorja študenta, pri čemer je pomembno tudi strinjanje študenta s posebnimi potrebami s to rešitvijo.

Izkušnja tutorja študenta za študente s posebnimi potrebami na Filozofski fakulteti v študijskem letu 2009/2010⁴

Vzrok vseh težav in nesporazumov so ponavadi pomanjkljiva komunikacija in napačna pričakovanja. Večkrat se domneva, da študentom s posebnimi potrebami zaradi njihovih težav/okvar ni treba opraviti enake količine obveznosti kot ostalim študentom. Takšno pojmovanje je napačno, saj posebna potreba ni ovira sama po sebi, odnos, ki takšno pojmovanje povzroči, pa je. Zato je potrebna ozaveščenost profesorjev, tutorjev in študentov s posebnimi potrebami o pomenu statusa študenta s posebnimi potrebami ter možnih prilagoditvah pri študiju. V ta namen smo na Filozofski fakulteti organizirali več projektov in delavnic na temo ozaveščanja profesorjev in študentov o posebnih potrebah ter prilagoditvah pri študiju.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- pridobitev in pomen statusa študenta s posebnimi potrebami,
- informacije o možnostih prilagoditev pri študiju,
- informacije o prilagojeni literaturi,
- načini komuniciranja s profesorji o posebnih potrebah,
- priprava na izpite ter razporeditev obveznosti.

Ovire za tutorje:

- neustrezno poznavanje možnih prilagoditev pri študiju,
- pomanjkanje časa za posameznega študenta,
- neodzivnost študentov in profesorjev.

⁴ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

Praktične nasvete za prilagoditev študija glede na različne posebne potrebe lahko najdete v Priročniku za prijaznejši študij za študente invalide na univer-

zi – priporočila za prilagoditev študijskega procesa na spletni strani <http://www.dsis-drustvo.si/studis/prirocnik.html>.

Koristne informacije:

- Visokošolska prijavno-informacijska služba UL,
»VPIS«
Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana
E-naslov: vpis@uni-lj.si

- Pravila za dodelitev statusa kandidata s posebnimi potrebami za vpis v prvi letnik dodiplomskega študija
Spletna stran: www.vpis.uni-lj.si/komisija/pravila%20za%20status%20pp.pdf

- Društvo študentov invalidov Slovenije (DŠIS)
Kardeljeva ploščad 5,
1000 Ljubljana
Spletna stran: www.dsis-drustvo.si
Pisarna v Mariboru:
Koroška cesta 53 d,
2000 Maribor

3.2.4. Študentsko tutorstvo za tuje študente

Tutorstvo za tuje študente je dejavnost, pri kateri študenti pomagajo tujim študentom ob prihodu v Slovenijo tako, da jim nudijo pomoč pri premagovanju kulturnega šoka in privajanju na novo okolje. Tuji študenti, ki pridejo v Slovenijo na izmenjavo, potrebujejo pomoč pri urejanju dokumentacije za bivanje (nekateri dobijo sobo v študentskem domu, ostali pa namestitev iščejo pri zasebnikih), pa tudi pri pridobitvi študentske izkaznice, mesečne avtobusne vozovnice itd. Ob tem se srečajo še s kulturnimi razlikami, ki tako ali drugače vplivajo na njihovo bivanje v Sloveniji in ne nazadnje na njihovo uspešnost pri študiju.

Glavni namen tutorstva tujim študentom je pomoč pri njihovi integraciji v slovensko okolje, pri pregledovanju domotožja in urejanju določenih administrativnih zadev.

Tutor študent za tuje študente je lahko vsak študent drugega ali višjega letnika prvostopenjskega študija in vsak absolvent katere koli smeri študija, ki ima status rednega ali izrednega študenta na Univerzi v Ljubljani ter aktivno govori vsaj en tuji jezik. Na posameznih članicah UL lahko vsako leto potekajo razpisi za prosta mesta tutorjev študentov za tuje študente. Kriterije za izbor oblikuje članica, praviloma pa se ocenjuje, kako dobro študent pozna delovanje članice, njene študijske programe in pravila, oblike pomoči, ki jih članica nudi, širšo študentsko problematiko in osnove svetovanja.

Razpis pripravlja tudi Resor za mednarodno sodelovanje ŠOU v Ljubljani in je namenjen vsem študentom tistih članic UL, kjer tutorski sistem za tuje študente še ni razvit oziroma se šele razvija, in zato postopek za izbor kandidatov tam še ne poteka.

Pri izboru tutorja študenta za tuje študente je zelo pomembno, da ima le-ta pozitiven odnos do tutorskega dela in tujih kultur. Komunikacija s posamezniki iz drugih kulturnih krogov zahteva sposobnost razumevanja in sprejemanja drugačnih navad

in vrednot. Tutor se mora znati vživeti v težave drugih, znati postaviti meje v komunikaciji pri tutorskem delu ter znati komunicirati v tujem jeziku.

Temeljne naloge tutorja študenta za tuje študente:

Naloge tutorja študenta so najbolj pomembne in obsežne prve dni po prihodu tujih študentov v Slovenijo, pozneje pa ima obveznosti manj oz. se le-te specifično spreminjajo glede na potrebe in težave tujih študentov.

- Na uvodnem sestanku koordinator tutorjem študentom dodeli tuje študente in jim posreduje njihove elektronske naslove ter druge osnovne podatke. Tutor študent vzpostavi stik s svojim varovancem po elektronski pošti, še preden le-ta pride v Slovenijo.
- Tutor študent tujega študenta pričaka na letališču/železniški ali avtobusni postaji in ga pospremi do njegove nastanitve (do Pisarne za študentske domove oziroma mu pomaga pri iskanju nastanitve pri zasebniku).
- V prvih dneh bivanja mu pomaga pri administrativnih zadevah (pridobitev študentske izkaznice, nakup vozovnice LPP in študentskih bonov, prijava njegovega začasnega bivališča na mestni upravi, pridobitev davčne številke, osebnega bančnega računa za študente ipd.).
- Tutor tujemu študentu pomaga pri orientaciji na članici UL.
- Tutor tujemu študentu svetuje tudi med študijem, če le-ta izrazi željo po pomoči.
- Tutor tujega študenta seznanja s pestrim in raznolikim obštudijskim dogajanjem v Ljubljani. Obvešča ga o vseh aktivnostih in dogodkih, ki jih za tuje študente organizirajo članice UL, Mednarodna pisarna ŠOU v Ljubljani in druge organizacije.
- Tutor se s tujim študentom družijo tudi sicer in mu tako pomaga pri integraciji v slovensko okolje.
- Tutor mora biti tujemu študentu na razpolago po elektronski pošti ali telefonu.

Izkušnja tutorja študenta za tuje študente na Pravni fakulteti v študijskem letu 2009/2010⁵

Na začetku se tutor svojemu študentu samo na kratko predstavi in mu napiše, da mu je na voljo za vsa vprašanja, ki jih bo imel. Ponavadi se le-ta nanašajo na to, kako priti v določen kraj oziroma kraj študija, kakšne so najboljše povezave, cene, mogoče želi kakšno priporočilo glede namestitve, če nima zagotovljenega bivanja. Kar zadeva formalnosti glede vpisa, to ponavadi uredijo kar na fakulteti in pri tem tutor ni potreben.

Študentka nam je povedala, kakšne zahteve ima glede stanovanja, kako oddaljeno je lahko in kakšna cena se ji zdi primerna. Iskanje je bilo kar zahtevno, saj je hotela svojo sobo, kuhinjo in kopalnico, stanovanja ni bila pripravljena deliti z nikomer, poleg tega pa je želela prebivati v bližini fakultete, v središču Ljubljane. Pomagali smo ji z navezovanjem stikov s stanodajalci, saj so le-ti po izkušnjah precej nezaupljivi do tujcev in v manjši meri pripravljeni oddati stanovanje za krajši čas (npr. pol leta). Največ dela imamo s prevajanjem, saj najemodajalci pogosto ne govorijo angleško, tuji študenti pa ne slovensko. Tako mora biti tutor za tuje študente prisoten pri vseh glavnih točkah najema, prav tako pa tudi pri prevajanju najemne pogodbe. Tujim študentom pomagajo zanje namenjeni tutorji, ki imajo na začetni stopnji njihove preselitve največ dela prav s prevajanjem določenih zadev in prepričevanjem najemodajalcev. Menimo, da bi bilo delo tutorja zelo olajšano, če bi imele spletne strani (študentska prehrana, stran ŠOU-a LJ, posredovalnica sob ...) možnost ogleda v angleškem jeziku.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- prevoz,
- študentska prehrana,
- namestitev,
- učenje slovenskega jezika,
- vremenske razmere v Sloveniji.

Ovire za tutorje:

- Študentske spletne strani niso v angleškem jeziku.
- Večina stanodajalcev ni naklonjena oddaji stanovanj tujcem.

⁵ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

Izkušnja tutorja študenta za tuje študente na Ekonomski fakulteti v študijskem letu 2009/2010⁶

Tutorji naletijo na težave predvsem pri iskanju nastanitev za tuje študente. Težave se pojavijo, ker najemodajalci ne želijo oddati stanovanja samo za pol leta. V veliki meri je to odvisno od države, iz katere prihajajo. Študenti iz Kitajske in Južne Koreje potrebujejo veliko več pomoči, saj ob prihodu doživijo velik kulturni šok, študenti iz Evrope pa so po navadi veliko samostojnejši.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- Nastanitev je še vedno glavni vzrok večine težav, ki jih imajo tuji študenti. Težava je predvsem v pomanjkanju študentskih domov, poleg tega pa so težave tudi z iskanjem nastanitve pri najemodajalcih.
- Pogodbe z najemodajalci in študentskimi domovi so v slovenščini.
- Internetni priključek: v študentskem domu ni kabla.
- Informacije o poceni prevozu od letališča do stanovanja, kartici Urbana, prehrani (sistem bonov), kje je zdravnik, kateri mobilni operater je najcenejši ipd.

Ovire za tutorje:

- iskanje nastanitev za tuje študente.

⁶ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

Koristne informacije:

- Univerzitetna služba za mednarodno sodelovanje, Univerza v Ljubljani
Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana

Bibi Ovaska Presetnik
Telefon: 01 241 85 94
Telefaks: 01 241 85 93
E-naslov: student.office@uni-lj.si

Helena Deršek Štuhec
Telefon: 01 241 85 92
Telefaks: 01 241 85 93
E-naslov: intern.office@uni-lj.si

- Študijska praksa Erasmus
Urška Ravnik
Telefon: 01 241 85 72
Telefaks: 01 241 85 93
E-naslov: urska.ravnik@uni-lj.si

- Razpis študijske izmenjave in študijske prakse Erasmus
Katja Cerjak
Telefon: 01 241 85 90
E-naslov: katja.cerjak@uni-lj.si
Uradne ure: od ponedeljka do petka med 8.30 in 11.30

- Seznam kontaktnih oseb na članicah UL za mednarodno izmenjavo:
www.uni-lj.si/mednarodne_izmenjave/kontakti.aspx

- Mednarodna pisarna ŠOU v Ljubljani
Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
<http://www.sou-lj.si/io>
<http://www.sou-lj.si/tutor>

3.2.5. Druge oblike tutorstva

UL članice spodbuja k razvijanju vedno novih in drugačnih oblik tutorstva. Nekatere članice tako izvajajo posebne oblike glede na potrebe svojih študentov. Ker le-te zaenkrat sistemsko še niso ustaljene oziroma jih izvajajo le nekatere članice, bomo v nadaljevanju predstavili le praktične izkušnje tistih

članic, ki so o drugih oblikah poročale v svojem letnem poročilu.

Več informacij o drugih oblikah tutorstva najdete na posamezni spletni strani članice, ki to obliko izvaja.

*Izkušnja tutorja študenta za obvezno prakso na Fakulteti za upravo v letu 2010*⁷

Tutorji nudijo pomoč študentom prek elektronske pošte ali osebno na tutorskih urah, odvisno od same težave. Poleg tega nudijo tudi možnost pregleda problemske naloge in svetovanje. Tutorju študentu lahko pomoč in mentorstvo pri tem nudi tudi tutor učitelj za to področje.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- iskanje organizacije, kjer bodo opravljali študijsko prakso,
- opredelitev trajanja prakse,
- težave pri določanju teme problemske naloge,
- kako zbrati empirične podatke, ki jih bodo predstavili v problemski nalogi, statistična obdelava podatkov ter analiza in interpretacija dobljenih podatkov.

⁷ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

*Izkušnja tutorja študenta za znanstvenoraziskovalno tutorstvo na Fakulteti za upravo v letu 2010*⁸

Poleg tutorja študenta, koordinatorja za znanstvenoraziskovalno tutorstvo in mentorjev učiteljev, ki predlagajo raziskovalne teme, sodelujejo tudi asistenti – kot tutorji učitelji. Slednji pripravijo načrt dela za posamezno objavljeno temo ter vodijo študente skozi raziskovalni proces vse do končne izdelave raziskovalnega poročila.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- Pogosto jih zanimajo roki za oddajo prijave za posamezno raziskovalno temo.
- Ali je mogoče s sodelovanjem pri znanstvenoraziskovalnem tutorstvu opraviti določeno obveznost?
- Potrebujemo pomoč glede izbire teme, pa tudi pri anketiranju za pridobivanje podatkov pri določeni raziskovalni temi.
- Potrebujemo pomoč oziroma nasvete pri iskanju literature in izdelavi raziskovalne naloge.

Ovire za tutorje:

- omejene možnosti vključenosti v raziskovalno delo pri vseh razpisanih in izvajanih raziskovalnih temah zaradi specifičnosti posameznih tem.

⁸ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

Izkušnja tutorja študenta za tutorstvo za informacijske vire na Fakulteti za družbene vede v letu 2010⁹

V Osrednji družboslovni knjižnici Jožeta Goričarja je približno 41.000 enot tiskanega gradiva v prostem pristopu, kar pomeni, da si morajo študenti že na začetku študija znati sami poiskati gradivo v prostem pristopu – s pomočjo elektronskega kataloga COBISS/OPAC – ter ga naročiti iz skladišč. Zato ima knjižnica že prvi dan za vse študente prvih letnikov enourno predstavitev knjižnice, kjer se poda najnujnejše informacije glede storitev knjižnice, pravil in možnosti dostopov do elektronskih virov. Ker je informacij zelo veliko, nekateri študenti pridejo do tutorja s potrebo po podrobnejših informacijah o knjižnici in njenih informacijskih virih.

Študentom odgovorimo na vprašanja in jih za več informacij napotimo še na organizirane tečaje knjižnice. Nekajkrat se je zgodilo tudi, da so študenti med pogovorom o virih izrazili svoj dvom in stisko o pravi odločitvi za smer študija – pogosto potrebujejo le poslušalca, napotimo pa jih tudi na ogled učbenikov za posamezne izbrane predmete.

V pogovoru s študenti je treba biti spoštljiv in potrpežljiv (ne sme se pokazati nestrpnosti do njihovega neznanja). Dobro je, da imajo študenti čim več različnih možnosti ali »naslovov« za vprašanja. Pri nas se je izkazalo, da se na tutorja za informacijske vire zelo radi obračajo predvsem podiplomski študenti, ker se jim zdi to bolj osebno kot splošen knjižnični elektronski naslov za informacije ali obrazec »vprašaj knjižničarja«.

Poleg omenjenega je pomembno tudi sodelovanje z drugimi tutorji ter ostalimi zaposlenimi na fakulteti, saj le tako lahko sledimo težavam, ki se pojavljajo pri študentih.

Najpogostejša vprašanja študentov:

- Kako se od doma prijaviti v DiKUL?
- Ali so na voljo vse revije oziroma članki v polnem besedilu?
- Za seminarsko nalogo je treba uporabiti relevantne znanstvene članke. Kako ugotoviti, ali je članek ustrezen?
- Študenti imajo težave z iskanjem po sistemu DiKUL.
- Študenti imajo težave s citiranjem.
- Študenti želijo informacije o programu End Note Web.

Ovire za tutorje:

- Vprašanja študentov so pogosto neizoblikovana.
- Tutor mora večkrat s predhodnim pogovorom na ustrezen način priti do informacije o študentovem predznanju na področju informacijskih virov, da lahko ustrezno odgovori.

⁹ Članice so z nami delile nekatere izkušnje s tutorskim delom, s čimer nismo želeli pridobiti le informacij o poteku samega tutorskega dela, ampak tudi informacije o načinu reševanja težav, s katerimi se tako študenti kot tutorji najpogosteje srečujejo.

Tutorski priročnik *Univerze v Ljubljani*

informativni del



4. NAPOTKI TUTORJEM ZA POMOČ, USMERJANJE IN SVETOVANJE ŠTUDENTOM

4.1. Prvo srečanje s študentom ali kako vzpostaviti dober odnos med tutorjem študentom in študentom

Vsak tutor študent ima svojo predstavo in pričakovanja o načinu sodelovanja s študenti. Zelo pomembno je, kakšen odnos boste z njimi vzpostavili, saj je le-ta ključnega pomena za kakovostno in učinkovito izvajanje tutorskih nalog.

Spodaj je navedenih nekaj nasvetov, ki so lahko v pomoč pri vzpostavitvi odnosa s študentom:

- Na prvem srečanju študentom jasno razložite svojo tutorsko vlogo in se z njimi pogovorite o tem, kaj lahko od vas pričakujejo.
- Imeti morate jasno zastavljen način medsebojnega sodelovanja s študenti. Jasno morate imeti tudi načrtano, v kolikšnem obsegu jim lahko pomagate. Vloga tutorja sicer predvideva, da ste študentom na razpolago takrat, ko potrebujejo nasvet, informacije in usmeritev, nikakor pa niste vi tisti, ki bi morali reševati vse njihove težave. Študentu razložite, da mu lahko ponudite pomoč v času uradnih ur po elektronski pošti in telefonu (če to želite).
- Poudarite, da vam lahko zaupajo težave, ki jih imajo pri/ob študiju.
- V primeru večjih težav, ki jih sami niste zmožni rešiti, lahko študentu ponudite, da gresta po pomoč k vašemu koordinatorju ali drugi strokovni osebi.

V primeru, da vi in vaš študent nista zadovoljna z medsebojnim načinom sodelovanja, se lahko skupaj obrneta na vašega koordinatorja. V dialogu z njim poskušajte najti primerno rešitev za nastalo težavo. Če ugotovite, da nadaljnje sodelovanje med vami in študentom ni mogoče, se le-to lahko tudi prekine, vendar študenta pri tem opozorite, da lahko svojega tutorja zamenja le enkrat v študijskem letu.

Koristni viri o metodah za vzpostavitev dobrega odnosa:

- Jerome, P. J. (1995). *Coaching through effective feedback: a practical guide to successful communication*. London: Kogan Page.
- Koželj Horvat, S. (2010). *Priročnik za sporazumevanje*. Šmarješke Toplice: Stella.
- Kristančič, A. (1995). *Svetovanje in komunikacija*. Ljubljana: AA Inserco.
- Pečjak, S., Košir, K., Zabukovec, V. (2005). *Šolsko psihološko svetovanje*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Tušak, M., Cecić Erpič, S. (2001). *Komunikacija*. Ljubljana: Educy.
- Žagar, F., Skalar, M., Majdič, V., Blažič, M. (1990). *Komunikacija in jezikovna kultura v šoli*. Ljubljana: Pedagoška akademija.

4.2. Zaupanje med tutorjem študentom in študentom

Zaupanje je eden najpomembnejših temeljev za vzpostavitev dobrega odnosa, saj se lahko študent na vas obrne z različnimi težavami in občutljivimi informacijami (zdravstveno stanje, težave pri učenju, osebna stiska).

Sami pri sebi razmislite o tem, kako si boste beležili podatke o študentu, katere zaupane podatke boste »zadržali v glavi« in na kakšen način boste zagotovili njihovo tajnost. Upoštevajte, da gre za osebne podatke in v skladu s tem tudi ravnajte.¹⁰

V primeru, da niste kos študentovi težavi, še toliko bolj premislite, za kakšno težavo gre, preden sami ukrepate. Če je le-ta zelo osebne narave, vam svetujemo, da od študenta dobite privolitev, da jo lahko posredujete naprej. O nastali situaciji se posvetujte s svojim koordinatorjem, ki vam bo znal svetovati, na katero strokovno službo napotiti študenta.

Zaupano informacijo oziroma težavo študenta lahko posredujete koordinatorju brez privoljenja študenta le v primeru, če je slednji storil kaznivo dejanje.

4.3. Nasveti za uspešno komuniciranje s študentom

Veščina komuniciranja je izrednega pomena tako v vsakdanjem življenju kot tudi pri tutorskem delu. Dobra komunikacija omogoča usklajevanje mnenj, doseganje ciljev ter vzpostavitev in vzdrževanje medosebnih odnosov.

Da bo sporazumevanje med vami in študentom potekalo učinkovito, si preberite naslednje smernice in jih poskušajte upoštevati pri svojem tutorskem delu.

a) Splošne smernice za uspešno komuniciranje med tutorjem študentom in študentom

- Komunikacija med vami in študentom mora biti jasna in odkrita.
- Študenta morate aktivno poslušati. S tem mu pokažete, da ste se mu popolnoma posvetili in ste mu pripravljeni pomagati.
- Pri komunikaciji je pomemben tudi neverbalni del vašega sporočanja. Raziskave kažejo, da se kar 70 % našega sporočila razkriva z našo telesno držo in obrazno mimiko, zato bodite pri svojem tutorskem delu pozorni na svojo in študentovo telesno govorico. Vzpostavite očesni stik in ustrezno mimiko obraza.
- Študentu ni treba takoj predlagati rešitve, čeprav je to pogosto najlažje storiti. Raje ga s postavljanjem dodatnih vprašanj poskušajte napeljati k samostojnemu razmisleku, da bo sam prišel do zanj najustreznejše rešitve.
- Na koncu povzemite, kar vam je študent sporočil oziroma zaupal. Tako boste preverili, če ste pravilno razumeli njegovo prošnjo, vprašanje ali težavo. To lahko storite na več načinov:
 - *Če sem te pravilno razumel/-a, praviš/želiš ...*
 - *Zdi se mi, kot da ...*

b) Osnovne spretnosti spraševanja

Pri tutorskem delu boste pogosto vi tisti, ki boste s študentom vzpostavili stik, zato je dobro, da obvladate nekaj osnovnih spretnosti spraševanja. Le-te so:

- **Usmerjenost v vsebino**
Ko želite pridobiti informacijo, se morate usmeriti v tisto, kar želite izvedeti.
Primer: *Za katere izbirne predmete si se odločil?*
- **Strukturiranje vprašanja**
Vprašanje mora imeti jasno strukturo in biti miselno urejeno.

Primer: Ali si se odločil, da boš obiskoval jutranje ali popoldanske vaje?

- Preverjanje razumevanja vprašanja

Včasih je treba preveriti, če je študent razumel, kaj ga pravzaprav sprašujete.

- Postavljanje odprtih/zaprtyh vprašanj

Če želite pridobiti širšo informacijo, npr. osebno mnenje ali stališče študenta do določenega dogodka, je najbolje postaviti odprto vprašanje.

Primer: Kako se počutiš v prvih dneh študija?

Če vas zanima bolj specifična informacija in želite krajši odgovor, je bolje postaviti zaprto vprašanje.

Primer: Ali imaš težave pri kakšnem določenem predmetu?

c) Osnovne spretnosti poslušanja

Poleg spretnosti postavljanja vprašanj so pri tutor-skem delu zelo pomembne tudi spretnosti poslušanja, ki se kažejo v naslednjih značilnostih:

- Pozornost pri poslušanju

Le s pozornim in aktivnim poslušanjem boste lahko slišali, kar vam študent želi povedati.

- Preverjanje razumevanja sporočila

Med pogovorom postavljajte študentu dodatna vprašanja, s pomočjo katerih lahko preverjate, če res razumete, kaj vam pripoveduje.

- Empatičen odnos

V pogovoru s študentom se poskušajte postaviti v njegov položaj, saj boste le tako razumeli njegovo osebno situacijo, potrebe in zahteve. Vseeno pa ohranjajte razdaljo, ki vam bo omogočala trezen razmislek in vas usmerila k iskanju rešitve.

- Iskanje odgovora na zastavljeno vprašanje

Sogovornika pozorno poslušajte, da boste lahko izluščili bistvo in tako lažje našli odgovor na zastavljeno vprašanje. Skupaj s študentom poskusite raziskati čim več različnih možnosti in mu podajte dodatna vprašanja.

Osnovna pravila, ki spodbudijo poslušanje v komunikaciji:

- V pogovoru se morate usmeriti na težavo, ki je študentu pomembna.

- Komunikacija med vami in študentom naj bo dvosmerna in enakovredna – svojemu mnenju ne smete dajati večjega pomena kot mnenju sogovornika.

- Postavljajte odprta vprašanja, ki nudijo možnost več različnih odgovorov.

- Ne podajajte svojega mnenja ali kritik o študentu, temveč le opisujte nek dogodek ali vedenje študenta.

- Poskušajte se vživeti v situacijo sogovornika.

- V pogovoru ne smete sogovornikov nadzirati oziroma preverjati.

č) Reševanje morebitnih konfliktov v komunikaciji

V odnosu tutor študent – študent se lahko pojavijo tudi konflikti. Na le-te morate biti pripravljeni, da se lahko ustrezno odzovete in jih uspešno rešite.

Pozorno si preberite naslednje vzroke, ki lahko vas in študenta pripeljejo do konflikta:

- napačno interpretirano sprejeto sporočilo,

- nerazumevanje besednih pomenov; sogovornik uporablja nepoznano terminologijo, nejasen besednjak, zahtevne strukture,

- različna pričakovanja, ki vodijo v različne razlage istih informacij, dogodkov,

- prikrita borba za moč: pojavi se takrat, ko želite vi prevladovati nad študentom ali obratno,
- različna pričakovanja v odnosu tutor študent – študent glede tutorskih dolžnosti in nalog.

Pri razreševanju konfliktov je pomembno, da najprej sami pri sebi razmislite, zakaj je do njih prišlo, in se nato s študentom o njih pogovorite ter poskušate najti skupno rešitev.

Pri konfliktih je najpomembnejše, da prevzamete odgovornost za svoje odzive in čustva ter razmislite, kaj lahko sami naredite za rešitev. Pri tem morate biti konstruktivni. Osredotočiti se morate na težavo, zaradi katere je konflikt nastal, nikakor pa ne smete le-tega širiti na osebno raven.

Koristni viri o dobrih komunikacijskih veščinah:

- Barker, A. (2000). *Improve Your Communication Skills*. London: Kogan Page, The Sunday Times.
- Brajša, P. (1993). *Pedagoška komunikologija*. Ljubljana: Glotta Nova.
- Erhartič, B., Štih, A. (2007). *Z besedo na dan: poslušamo, govorimo, beremo, pišemo*. Maribor: Obzorja.
- Giblin, L. (2000). *Kako se spretno sporazumevati*. Ljubljana: Amalietti & Amalietti.
- Hargie, O. (2006). *The Handbook of Communication Skills. 3rd edition*. New York, London: Routledge.
- Jerome, P. J. (1995). *Coaching through effective feedback: a practical guide to successful communication*. London: Kogan Page.

4.4. Kdaj napotiti študenta po strokovno pomoč

Pri svojem delu boste spoznali, kako zelo širok je spekter težav, s katerimi se študenti med študijem srečujejo. Nekatere težave so lahko precej kompleksne, zato ne precenjujte svojih sposobnosti in pomagajte le v primerih, ko se počutite dovolj kompetentni. V primeru zahtevnih težav študentu najbolje pomagajte tako, da mu pokažete razumevanje in podporo ter ga po potrebi napotite po strokovno pomoč. Ob tem koraku se je treba zavedati, da bo študent sprejel strokovno pomoč le v primeru, ko bo sam začutil potrebo po njej. V sprejem le-te ga ne morete prisiliti (tudi če bi bilo to dejansko najbolje zanj), saj ga lahko tak pristop odvrne od vas. Če ne veste, kam ga napotiti po strokovno pomoč, se lahko ob njegovem predhodnem soglasju obrnete na svojega koordinatorja.

Naslednje poglavje je oblikovano tako, da povzema najznačilnejše težave in vprašanja študentov ter možnosti, kje lahko študent prejme strokovno pomoč. Poleg najznačilnejših težav so v poglavju opisani tudi napotki, informacije in naslovi strokovnih služb, ki lahko študentu pomagajo pri reševanju/premagovanju zahtevnejših težav.

5. ŠTUDENTI IN ŠTUDIJSKI PROCES

Težave, s katerimi se študenti srečujejo med študijem, so zelo raznolike, zato bi bilo nemogoče pričakovati, da boste za vsako poznali najboljšo rešitev. V tem poglavju so zajete najpogostejše ovire in predlagani napotki, ki vam bodo v pomoč pri vašem tutorskem delu.

Vprašanja in težave, s katerimi se študenti srečujejo, lahko razdelimo na tri sklope:

1. V prvem delu so zajeti primeri najpogostejših vprašanj in težav, ki se navezujejo na **študij in študijski proces**: prehodnost in napredovanje v višji letnik, študent želi spremeniti študijski program ali prenehati s študijem, na katerega je vpisan, in nadaljevati v višjem letniku novega študijskega programa; študent želi vzporedno študirati, lahko se na izpitih srečuje z neuspehi, ima težave pri učenju, želi študirati v tujini ali pa se znajde v disciplinskem postopku.
2. V drugem delu so primeri vprašanj in težav, ki so vezani na **socialno-ekonomski status** študentov: bivanjska problematika, študentska prehrana, avtobusni prevoz, finančne težave, fizično in mentalno zdravje študenta ter študentsko starševstvo.
3. V zadnjem sklopu so opisani primeri vprašanj in težav študentov, ki so vezani na njihovo **karierno pot, delo ob študiju in obštudijske dejavnosti**.

5.1. Bolonjski proces

Kako se je začelo in kako proces poteka

Junija 1999 so v Bologni ministri, pristojni za visoko šolstvo, iz 29 evropskih držav, med njimi tudi iz Slovenije, podpisali t. i. Bolonjsko deklaracijo, s

katero so začrtali smeri razvoja evropskega visokega šolstva do leta 2010. Z deklaracijo so si države podpisnice zastavile skupen cilj – ob hkratnem polnem upoštevanju in spoštovanju različnosti nacionalnih sistemov izobraževanja in univerzitetne avtonomije – do leta 2010 z medsebojnim sodelovanjem zgraditi odprt in konkurenčen evropski visokošolski prostor, ki bo evropskim študentom in diplomantom omogočal prosto gibanje in zaposljivost, obenem pa bo privlačen tudi za neevropske študente.

Do leta 2010 je bil oblikovan skupen evropski visokošolski prostor (European Higher education area), s katerim so bili zastavljeni spodaj napisani cilji: Do leta 2010 je bil oblikovan skupen evropski visokošolski prostor (European Higher education area), s katerim so bili zastavljeni spodaj napisani cilji:

1. zagotavljanje **kakovosti** visokega šolstva,
2. sprejetje dvo- oziroma tristopenjskega sistema študija,
3. pospeševanje **mobilitnosti** študentov, akademskega in administrativnega osebja,
4. vzpostavitev **kreditnega sistema** (ECTS) za vrednotenje študijskih obveznosti,
5. **priznavanje stopenj**: sprejem sistema lahko prepoznavnih in primerljivih stopenj,
6. **aktivna udeležba** visokošolskih zavodov, učiteljev in študentov v bolonjskem procesu in sodelovanje študentov pri upravljanju visokega šolstva,
7. pospeševanje **evropske dimenzije** v visokem šolstvu,
8. pospeševanje **privlačnosti** evropskega visokošolskega prostora,
9. **vseživljenjsko učenje**,
10. evropski visokošolski in raziskovalni prostor – **dva stebra na znanju temelječe družbe**.

Pristojni ministri držav podpisnic so se po podpisu Bolonjske deklaracije sestajali vsaki dve leti, da so ocenili dosežen napredek v posameznih državah ter se dogovorili o smereh nadaljnega razvoja procesa in potrebnih ukrepih za uresničitev ciljev **Bolonjske deklaracije**.

Poročila rednih srečanj so zbrana v komunikacijah, dosegljivih na strani

http://www.mvzt.gov.si/si/delovna_podrocja/visoko_solstvo/bolonjski_proces/vsebina/#c488.

Več o tem, katere države in organizacije sodelujejo pri skupnem razvoju ter kako, je dostopno na http://www.mvzt.gov.si/si/delovna_podrocja/visoko_solstvo/bolonjski_proces/povezave/.

V študijskem letu 2010/2011 je Univerza v Ljubljani za prve letnike vseh stopenj razpisala le prenovljene bolonjske programe, in sicer:

1. stopnja:

- visokošolski študijski programi,
- univerzitetni študijski programi,
- http://www.uni-lj.si/files/ULJ/userfiles/ulj/bolonjski_proces/1_stopnja_akreditirani_programi_splet_10.pdf,

2. stopnja:

- enoviti magistrski študijski programi,
- magistrski študijski programi,
- http://www.uni-lj.si/files/ULJ/userfiles/ulj/bolonjski_proces/2_stopnja_akreditirani_programi_splet_10.pdf,

3. stopnja:

- doktorski študijski programi,
- http://www.uni-lj.si/files/ULJ/userfiles/ulj/bolonjski_proces/Studijski_programi_3_stopnje_marec2010.pdf

Akreditirani študijski programi so v obliki predstavitvenih zbornikov predstavljeni tudi na naslednjih spletnih straneh članic UL:

http://www.uni-lj.si/akademije_fakultete_in_visoke_sole/akademije.aspx

http://www.uni-lj.si/akademije_fakultete_in_visoke_sole/fakultete.aspx

Zborniki ponujajo celovito informacijo o posameznem študijskem programu in njegovih značilnostih (stopnji, trajanju, vpisnih pogojih, predmetniku, merilih za napredovanje v višji letnik, pravilih o priznavanju predhodno pridobljenih znanj ...).

5.2. Prehodnost in napredovanje v višji letnik

Študenti se na svoje tutorje najpogosteje obračajo z vprašanji v zvezi s potrebnimi pogoji za napredovanje v višji letnik.

Članice UL v predstavitvenih zbornikih na spletnih straneh predstavljajo akreditirane študijske programe. V njih so navedeni predmeti, njihova vsebina, način opravljanja izpitov in pogoji za napredovanje v višje letnike. V primeru, da študent ne izpolni pogojev, lahko ponavlja, »pavzira« oziroma prekine študij ali se izjemoma vpiše v višji letnik v skladu z Zakonom o visokem šolstvu¹¹, Statutom UL¹² in akreditiranim študijskim programom članice UL.

5.2.1. Ponavljanje

Študent lahko enkrat v času študija ponavlja letnik oziroma spremeni študijski program ali smer zaradi neizpolnitve obveznosti v prejšnji smeri ali študijskem programu. Za ponovni vpis v letnik mora torej izpolnjevati naslednja pogoja: da v času štu-

¹¹ Zakon o visokem šolstvu je dostopen na spletni strani <http://www.uradni-list.si/0/search?smode=&cmd=search&q=zakon+o+visokem+%CS%A1olstvu>

¹² Statut Univerze v Ljubljani (Ur. l. RS, št. 8/2005, 118/2005, 72/2006 (76/2006, popr.), 59/2007 (82/2007, popr.), 81/2007, 5/2008, 42/2008, 62/2008, 14/2009, 38/2009, 48/2009, 55/2009, 3/2010, 47/2010, 18/2011).

dija še ni ponavljal oziroma spremenil študijskega programa ali smeri zaradi neizpolnitve obveznosti v prejšnji smeri ali študijskem programu ter da izpolnjuje pogoje za ponavljanje letnika, ki so določeni v akreditiranem študijskem programu (npr. opravljene določeni izpiti, doseženo določeno število točk ECTS).

Študent v študijskem letu, ko ponavlja letnik, ohrani vse pravice, ki izhajajo iz statusa študenta. Ne glede na to, ali je k posameznim izpitom tega letnika že pristopil, se šteje, da k njim pristopa prvič, izpitni roki za posamezne izpite tega letnika pa se pričnejo šteti znova.

5.2.2. Prekinitev študija

Število prekinitev študija ni omejeno. V času prekinitev (oziroma pavziranja) posameznik nima pravic, ki izhajajo iz statusa študenta (ni upravičen do študentskih bonov, dela preko študentskega servisa, bivanja v študentskem domu idr.). Če študent prekine študij za več kot dve leti, mora na svoji članici zaprositi za nadaljevanje študija po prekinitvi. V primeru, da se je v tem času spremenil študijski program, mu lahko komisija naloži dodatne študijske obveznosti.

5.2.3. Izjeme pri napredovanju v višji letnik

Študent se lahko izjemoma vpiše v višji letnik, tudi če ni opravil vseh obveznosti, določenih s študijskim programom, kadar ima za to upravičene razloge (npr. materinstvo, daljša bolezen, izjemne družinske in socialne okoliščine, priznan status osebe s posebnimi potrebami, aktivno sodelovanje na vrhunskih strokovnih, kulturnih in športnih prireditvah, aktivno sodelovanje v organih univerze).

O izjemnem vpisu na prošnjo študenta odloča Komisija za študijske zadeve članice ali drug organ, določen s pravili članice.

Dodatne informacije lahko študent pridobi v Statutu UL ali referatu članice.

5.4. Prehajanje med študijskimi programi

Če se študent odloči za študij po merilih za prehode, pri katerem se mu priznajo vse ali le del opravljenih obveznosti, mora vedeti naslednje:

- Na tisto članico UL, na kateri želi študirati, mora v ustreznem roku (točni datumi so dostopni na www.vpis.uni-lj.si) poslati obrazec »Prijava za vpis na visokošolski zavod v študijskem letu 20xx/20xx za vzporedni študij, za diplomante oziroma za nadaljevanje študija po merilih za prehode«. Pri tem naj izpolni obrazec DZS 1,71/4, ki ga lahko kupi v večjih papirnicah in knjigarnah.
- Če prejema štipendijo, je dolžan štipenditorja obvestiti, da je zamenjal študijski program, in od nje ga pridobiti soglasje.
- S prehodom v drugi študijski program ne bo izkoristil pravice do spremembe le-tega.

Za več informacij se študent lahko obrne na naslednje službe:

- referat članice
- Visokošolska prijavno-informacijska služba Univerze v Ljubljani

Kongresni trg 12
 Telefon: 01 241 85 02, 01 241 85 55
 E-naslov: vpis@uni-lj.si
 Spletna stran: www.vpis.uni-lj.si

5.5. Vzporedni študij

Vzporedni študij je študij po ločenih programih UL. Študent, ki uspešno opravi obveznosti po vseh študijskih programih, dobi ločene diplome za vsakega od vzporednih študijskih programov.

Študent se lahko po uspešno opravljenem prvem letniku študija vzporedno vpiše v drug študijski program, če izpolnjuje pogoje za vpis.

Postopek prijave za vzporedni študij je razložen v naslednjih odstavkih.

Študent na članico UL, na kateri želi vzporedno študirati, pošlje obrazec »Prijava za vpis na visokošolski zavod v študijskem letu 20xx/20xx za vzporedni študij, za diplomante oziroma za nadaljevanje študija po merilih za prehode« (obrazec DZS 1,71/4) v roku, ki je določen v vsakokratnem razpisu za vpis na spletni strani www.vpis.uni-lj.si.

- Če se vpisuje na tak študijski program, kjer se preverja nadarjenost ali psihofizične sposobnosti, se mora prijaviti do 8. marca.
- K prijavi za vzporedni študij mora priložiti soglasje matične članice; potrdilo o opravljenih obveznostih za vpis v višji letnik fakultete, kjer je že vpisan, pa mora priložiti najpozneje do vpisa.

Študent v zadnjem letniku študija se ne more vpisati na vzporedni študij, ker k prijavi ne bo mogel priložiti potrdila o vpisu v višji letnik.

Za več informacij se študent lahko obrne na naslednje službe:

- referat članice
- Visokošolska prijavno-informacijska služba Univerze v Ljubljani

5.6. Študij diplomantov

Kot diplomant rednega dodiplomskega študija se posameznik lahko prijavi na redni dodiplomski študij na vpisna mesta za študij diplomantov, in sicer v skladu z razpisom za vpis v prvi letnik v študijskem letu 20xx/xx. Razpis je objavljen na spletni strani Visokošolske prijavno-informacijske službe, tj. na <http://www.vpis.uni-lj.si/>.

- Diplomant se lahko vpiše na študij diplomantov ne glede na to, ali je ponavljal, se prepisal, zamenjal smer/program študija po merilih za prehode ali v času prvega dodiplomskega študija kdaj koli »pavziral«.
- Diplomanti se lahko na redni študij prijavijo samo na mesta za diplomante, medtem ko se na izredni študij lahko prijavijo tako na mesta za diplomante kot tudi na mesta za novince s srednješolskimi spričevali.

Diplomant visokošolskega študijskega programa po prejšnjih predpisih ter diplomanti univerzitetnega in visokošolskega strokovnega študijskega programa pošljejo izpolnjen obrazec »Prijava za vpis v študijskem letu 20xx/20xx za vzporedni študij, za diplomante oziroma za nadaljevanje študija po merilih za prehode« (obrazec DZS 1,71/4) fakulteti, akademiji ali visoki strokovni šoli.

Če se diplomant želi vpisati v študijski program, pri katerem se preverja nadarjenost ali psihofizična sposobnost, mora poslati prijavo v prvem prijavnem roku. Diplomano in potrdilo o opravljenih izpitih pošlje najpozneje do roka, navedenega v razpisu za vpis.

5.6. Študij v tujini

Študent lahko del študijskega programa opravi tudi v tujini, če se s tem strinja članica UL, na kateri študira. Če izmenjava poteka v okviru evropskih programov, je časovno omejena: traja lahko najmanj

3 in največ 12 mesecev. Študij v tujini je mogoč le, če imata matična in partnerska ustanova podpisan bilateralni sporazum. Informacije o sporazumih najdete pri koordinatorjih na članicah, preveriti pa jih je mogoče tudi na spletni strani www.uni-lj.si/mednarodne_izmenjave/pregled_sporazumov.aspx.

5.6.1. Priprava na študij v tujini

Pred odhodom na študij v tujino naj se študent dobro pripravi in zbere čim več informacij o:

- univerzah in njihovih študijskih programih, ki ga najbolj zanimajo,
- postopku in rokih prijave. Na večino univerz se je treba prijaviti kar nekaj mesecev prej, zato naj študent poskrbi, da bo do takrat imel zbrano vso potrebno dokumentacijo: izpolnjeno prošnjo, dogovor o študijskih obveznostih, prepis ocen, prevedena in overjena potrdila o dosedanjem šolanju, potrdilo o znanju jezika (če je potrebno), priporočila profesorjev ipd.,
- možnostih financiranja študija, domačih in tujih štipendijah, posojilih, možnostih študentskega dela ipd. (glej poglavje Finančne težave študenta). Študenti lahko zaprosijo za štipendijo, a vsi do nje niso avtomatično upravičeni. Mesečni znesek štipendije za posamezno državo preko programa Erasmus je za vse študente enak in se iz leta v leto spreminja,
- življenju v državi, kamor odhaja – kjer bo živel (študentski domovi ali najeto stanovanje), življenjskih stroškov, zavarovanju, vizumu ipd.



5.6.2. Možnost štipendij za študij v tujini

Spletne strani, kjer se lahko študent pozanima za štipendije:

- Slovenska znanstvena fundacija
www.szf.si
- Javni sklad RS za razvoj kadrov in štipendije
www.ad-futura.si
- Zavod Študentska svetovalnica
www.svetovalnica.com

Dodatne informacije o študiju v tujini:

- Univerza v Ljubljani, Služba za mednarodno sodelovanje
Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana
www.uni-lj.si/mednarodno_sodelovanje_in_izmenjave.aspx

- Mednarodno sodelovanje in študijske izmenjave

Bibi Ovaska Presetnik
telefon: 01 241 85 94,
e-naslov: student.office@uni-lj.si

Helena Deršek Štuhec
telefon: 01 241 85 92
e-naslov: intern.office@uni-lj.si

- Študijska praksa Erasmus

Urška Ravnik
telefon: 01 241 85 72
e-naslov: urska.ravnik@uni-lj.si

Kontaktne podatke za študij v tujini po članicah UL so dostopni na spletni strani *UL* www.uni-lj.si/mednarodne_izmenjave/kontakti.aspx.

- Svetovanje za študij v tujini, ŠOU LJ

Telefon: 01 438 02 53
E-naslov: info@svetovalnica.com



5.7. Težave pri učenju

Učenje med študijem je zahtevnejše, kot je bil posameznik vajen v srednji šoli. Študent mora usvojiti nove učne pristope – predvsem zaradi večjega obsega in poglobljenosti učne snovi. Velikemu številu študentov ta prehod povzroči precejšnje skrbi. Študent naj si za usvojitev novih strategij učenja prebere katero od knjig z nasveti o tehnikah učenja in razmisli, v kolikšni meri upošteva spodaj navedena priporočila za učinkovito učenje.

1. Učenju je treba nameniti dovolj časa.
2. Za kakovostno učenje je pomembna duševna priprava. Treba se je znati sprostiti in motivirati.
3. Študent mora biti pri učenju umirjen in zbran.
4. Za kakovostno učenje mora študent predmet doživeti kot pomemben. V učenje mora biti pripravljen vložiti določeno mero napora.
5. Učenje mora biti aktivno. Pomembno je razumevanje snovi. Pri večji količini snovi je treba znati izluščiti bistvo.
6. Zapiski morajo biti urejeni. Študent mora imeti pregled nad učno snovjo, zato je dobro, da si pred začetkom učenja naredi kratek pregled nad njo, potem pa jo razčleni na manjša poglavja.
7. Pomemben del učenja je redno ponavljanje, za katerega si je treba vzeti dovolj časa. Po učenju si mora študent zastaviti vprašanje, kako se je učil, in preveriti usvojeno znanje.
8. Če je mogoče, naj študent poskuša organizirati svojo študijsko skupino, znotraj katere si člani med seboj pomagajo, nudijo oporo in se motivirajo.

V primeru, da študent kljub upoštevanju zgoraj navedenih smernic in dobri informiranosti o učinkovitih učnih metodah njegovih predhodnikov ne dosega pozitivnih rezultatov ali ima preveliko tremo, potrebuje strokovno pomoč. Če članica UL

omogoča predmetno tutorstvo pri posameznih predmetih, se študenta napoti k tutorjem ali ustreznemu strokovnjaku s področja težav pri učenju. S študentom razmisli tudi o obisku kariernega svetovalca, da (ponovno) ocenita, ali je izbrani študij pravi zanj.

V primeru, da se študent znajde v taki situaciji in mu ne znate sami svetovati, ga lahko napotite v:

- Psihološko svetovalnico ŠOU

Kersnikova 4, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 438 02 53

E-naslov: psiholoska.svetovalnica@sou-lj.si

www.svetovalnica.com

Koristne informacije o odpravljanju težav pri študiju:

- Bambeck, J. J. (1995). *Moč možganov: kako izboljšamo svoje umske zmožnosti*. Žalec: Sledi
- Bergant, K. (2002). *Šolska neuspešnost med otroki in mladostniki: vzroki, posledice, preprečevanje*. Ljubljana: Inštitut za psihologijo osebnosti.
- Keller, G., Binder, A., Thiel, R. (2000). *Boljša motivacija – uspešnejše učenje. Training učnih navad*. Ljubljana: Center za psihodiagnostična sredstva, d. o. o.
- Manz, C. C. (2008). *Moč neuspeha: 27 načinov, kako spremeniti neuspeh v uspeh: recepti za ustvarjalno, uspešno in mirno življenje*. Ljubljana: Tuma.
- Marentič Požarnik, B. (2000). *Psihologija pouka in učenja*. Ljubljana: DZS.
- Pečjak, S., Košir, K. (2002). *Samoregulacijske spretnosti in učinkovito učenje. V: Poglavlja iz pedagoške psihologije*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Pečjak, V. (2001). *Učenje, spomin, mišljenje*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

5.8. Načini spodbujanja in svetovanja za uspešnejše opravljanje izpitov

Še tako motiviranemu študentu se po večjih študijskih neuspehih motivacija zmanjša. Ob tem lahko začne dvomiti o svoji primernosti in sposobnosti za izbrani študij ali celo o smiselnosti nadaljevanja le-tega.

V primeru, da pri študentu opazite izgubo motivacije za študij, skupaj izdelajta strategijo za dvig le-te. Študent mora pri tem aktivno sodelovati.

V nadaljevanju je opisanih nekaj možnih pristopov, kako pomagati in svetovati študentu z nizko motivacijo za nadaljevanje študija.

Analiza neuspeha: študenta poskušajte usmeriti k analizi njegovega neuspeha. Zakaj meni, da je bil na izpitu neuspešen? Ali ga predmet premalo zanima? Ali ni hodil na predavanja? Ali so mu druge obveznosti pomembnejše od študija? Ali je imel zdravstvene težave?

Prevzemanje odgovornosti: preverite, kako študent prevzema odgovornost za neuspeh. Ali za svoj neuspeh vedno znova krivi zunanje okoliščine in se ne osredotoča na prave razloge zanj? Pomembno je, da v pravi meri prevzame odgovornost za svoj neuspeh. Če ugotovite, da za to pretirano krivi samega sebe in teži k perfekcionizmu, ga poskušajte pomiriti ter mu predlagajte sprostitvene tehnike.

Iskanje nasvetov in pridobivanje informacij: študenta poskušajte spodbuditi, naj nasvete išče tudi drugje. Pogovor s profesorjem glede težav, ki jih je imel pri izpitu, ne more škoditi. Prav tako lahko o svojih akademskih šibkih točkah vpraša druge profesorje in tako konstruktivno pristopi k težavi.

Pogovor s starejšimi študenti: študentu svetujte, naj se pogovori s starejšimi študenti. Le-ti radi delijo svoje izkušnje o tem, kako so se pripravljali na

izpit. Zelo dobro razumejo situacijo, saj so morali tudi sami skozi podoben proces učenja in priprav. Za pomoč se s študentom obrnita na predmetne tutorje, ki se ukvarjajo s predmetom, ki študentu povzroča težave. Poleg tega mu lahko razkrijete tudi svojo osebno izkušnjo, če je bila podobna njegovi in mu je lahko v pomoč.

Časovni načrt in pravočasen začetek: študentu pomagajte ugotoviti, kakšen način dela mu bolj odgovarja. Večini pomaga jasno načrtan časovni načrt učenja, pri katerem pa je pomembno, da ima študent redne odmore in da se za svoj trud primerno nagradi (npr. da gre po napornem dnevu učenja v kino). Zelo različno deluje na koncentracijo za študij tudi stres. Nekateri študenti se zaradi le-tega ne morejo več produktivno učiti tik pred izpitom, medtem ko so drugi fzdajnji dan zelo motivirani in produktivni.

Postavljanje prioritete: preverite, kako si študent postavlja prioritete. Postavljanje le-teh mu lahko pomaga pri zviševanju akademske motivacije. Pomagajte mu razmisliti, kako se bo lotil študija za več izpitov v krajšem časovnem obdobju in kakšne ima siceršnje obveznosti v izpitnem obdobju.

Težave pri učenju: poskušajte prepoznati študentove učne težave. Pomembno je prepoznati tiste, ki jih ima pri učenju, in se pozanimati, kako si lahko pomaga. Več informacij o tej temi dobite v poglavju Težave pri učenju.

Motivacija – notranja, zunanja, kratkoročna in dolgoročna

Študenta spodbudite, naj se po študiju motivira z majhnimi nagradami (npr. večerja s prijatelji, kino, športne aktivnosti). Poleg tega se mora motivirati tudi z dolgoročnimi cilji in mislimi, kje bi želel biti čez nekaj let. Zagotovo si noben študent po vloženem trudu v študij ne želi ostati brez opravljene diplome. Pomembno je, da si jasno začrta realno izvedljive kratkoročne in dolgoročne cilje, vsake toliko časa pa lahko skupaj preverita, ali se njegovi načrti odvijajo v zeleno smer.

Izboljšanje samopodobe in pozitivno mišljenje

Poslabšanje samopodobe je zelo pogosta posledica študijskega neuspeha, zato je za študenta pomembno, da se osredotoča na svoje uspehe (tudi neakademске) in ne le na neuspehe. Občasni neuspehi so sestavni del življenja, zato je pomembno, da študent razume, da se mnogo študentov srečuje s podobnimi težavami kot on (npr. večkratno opravljanje istega izpita). Če je bil študent sposoben opraviti že toliko izpitov, je z malce več truda zagotovo sposoben opraviti tudi tega.

Podpora v okolici

Pomembno je tudi, da študent najde podporo v svoji bližnji okolici. Študenti, ki imajo široko socialno mrežo (ljubečo družino, veliko prijateljev in so priljubljeni med sošolci), imajo praviloma veliko podpore v svoji okolici. Pri študentih, ki imajo manjšo socialno mrežo in podporo, pa je še toliko pomembnejše, da jim tutorji pomagata in nudita potrebno podporo. Pogosto jih lahko že s pogovorom

in nekaj predlogi razbremenite psihične napetosti, ki pogosto spremlja študijsko neuspešnost.

V primeru, da opazite, da ni prišlo do izboljšanja, lahko študenta napotite v:

- Psihološko svetovalnico ŠOU

Kersnikova 4, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 438 02 53

E-naslov: psiholoska.svetovalnica@sou-lj.si

www.svetovalnica.com

Koristne informacije o motiviranju:

- Keller, G., Binder, A., Thiel, R. (2000). *Boljša motivacija – uspešnejše učenje. Trening učnih navad*. Ljubljana: Center za psihodiagnostična sredstva, d. o. o.



6. VPRAŠANJA IN TEŽAVE V ZVEZI S SOCIALNO-EKONOMSKIM STATUSOM ŠTUDENTA

6.1 Študentska svetovalnica

Med študijem ima pri svetovanju študentom veliko vlogo Zavod Študentska svetovalnica, ki nudi svetovanje na različnih področjih, ki zadevajo študentsko življenje: študij in status, bivanje, štipendiranje, zdravstveno varstvo, socialna varnost študentov, študentsko delo, študentske družine, študij v tujini, študij tujih študentov v Sloveniji ...

Na Študentsko svetovalnico se študentke in študenti lahko obrnejo, če potrebujejo pravno in socialno svetovanje, svetovanje za študentske družine, psihološko svetovanje in svetovanje za študij v tujini.

Uradne ure in kontakti

www.svetovalnica.com

info@svetovalnica.com

brezplačen študentski telefon: 080 98 67

Socialno in drugo svetovanje

studentska.svetovalnica@sou-lj.si

(01 438 02 53)

ponedeljek, torek in četrtek: 10.00–15.00

sreda: 12.00–17.00

Pravno svetovanje

pravna.pomoc@sou-lj.si

(01 438 02 23)

ponedeljek, torek in četrtek: 10.00–15.00

sreda: 12.00–17.00

Psihološko svetovanje

psiholoska.svetovalnica@sou-lj.si

(01 438 02 53)

ponedeljek: 16.30–18.30

Svetovanje za študij v tujini

srce.info@sou-lj.si

(01 438 02 53)

torek: 16.00–19.00

sreda: 9.00–12.00

petek: 9.00–13.00

ŠOU INFO točka in

Brezplačna posredovalnica sob m2

Trubarjeva 7

sobe@sou-lj.si

(051 373 999, 01 433 10 76)

ponedeljek–četrtek: 9.00–18.00

petek: 9.00–15.00

Svetovanje za študentske družine

Študentsko naselje, Rožna dolina, blok 4

studentske.druzine@sou-lj.si

sreda: 9.00–14.00 (osebno svetovanje)

ponedeljek in sreda: 9.00–14.00

torek in četrtek: 12.00–17.00,

dosegljivi na mobitel 031 290 897

Pravno in socialno svetovanje

Študentsko naselje, Rožna dolina, blok 4

pravna.pomoc@sou-lj.si

studentska.svetovalnica@sou-lj.si

(031 290 897)

ponedeljek in sreda: 9.00–14.00

torek in četrtek: 12.00–17.00

6.2. Bivanjska problematika

V času študija je več možnosti bivanja, a študenti so najpogosteje nastanjeni v študentskih domovih ali sobah pri zasebnikih. Z iskanjem sobe naj študent ne odlašaja, saj so cene najema v jesenskih mesecih najvišje, iskalcev pa je takrat ogromno.

Pri zasebnikih so cene precej višje kot v študentskih domovih, saj gre za tržne najemnine. V Ljubljani se cene le-teh za posteljo v dvoposteljni sobi gibljejo od 130 pa do 180 EUR, enoposteljne sobe pa so še dražje in je zanje treba odšteti od 190 do 250 EUR. Posebej se plačujejo še redni obratovalni stroški, kot so elektrika, voda, internet itd.¹³

6.2.1. Bivanje v študentskem domu

Večina študentov si želi dobiti sobo v študentskem domu, saj je najemnina poceni, dom je pogosto blizu fakultet, v njem biva veliko zanimivih ljudi, poleg tega pa je organiziranih veliko dobrih zabav. Največja težava, povezana s študentskimi domovi, je vsekakor premajhno število postelj, zato je najbolje, da se študent pred oddajo vloge pozanima, ali izpolnjuje pogoje za sprejem v dom in (približno) koliko točk lahko zanj dobi. Na ta način se bo lažje odločil, ali bo oddal prošnjo za sprejem v študentski dom ali za subvencionirano bivanje pri zasebniku.

¹³ Ocena Brezplačne posredovalnice sob m2, ki deluje v okviru Zavoda Študentska svetovalnica.

¹⁴ Vir: zavod Študentskih domov v Ljubljani, spletna stran: <http://www.stud-dom-lj.si/> (11. 4. 2011).

Pogoji za pridobitev pravice do subvencioniranega bivanja:¹⁴

- državljanstvo Republike Slovenije,
- status študenta,
- materialni cenzus (za leto 2010: 2.158,44 EUR mesečno bruto na družinskega člana v letu 2009),
- oddaljenost stalnega prebivališča od Ljubljane: več kot 25 km,
- predhodna neizključenost iz študentskega doma,
- izredni študent: vpis na program, ki se izvaja najmanj tri dni v tednu,
- študent ni zaposlen ali iskalec zaposlitve.

Točkuje se:

- oddaljenost stalnega prebivališča od Ljubljane,
- materialni položaj študentove družine in študentov uspeh v predhodnem izobraževanju.

Dodatne točke lahko študent pridobi:

- za izjemen uspeh in obštudijske dejavnosti,
- za posebne socialne in zdravstvene razmere ter druge izjemne okoliščine,
- če priloži ustrezna dokazila.

Koristne informacije o načinu točkovanja:

- Pravilnik o subvencioniranju bivanja študentov (www.stud-dom-lj.si/si/razpisi/pravilnik)

Pomoč pri izračunu točk:

- Študentska svetovalnica ŠOU
Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 438 02 53
E-naslov: studentska.svetovalnica@sou-lj.si

- Zavod za študentske domove v Ljubljani
www.stud-dom-lj.si

6.2.2. Subvencionirano bivanje pri zasebnikih

Če študent izpolnjuje pogoje za sprejem v študentski dom, a bi raje s prijatelji ali sam bival pri zasebniku, lahko prav tako (priporočeno) pošlje prošnjo za sprejem študentov v študentski dom skupaj z dokazili, vendar se namesto za študentski dom opredeli za bivanje pri zasebniku.

Razpis za sprejem in podaljšanje bivanja študentov
Študent naj bo pozoren na rok za oddajo prošnje za sprejem ali podaljšanje subvencioniranega bivanja.

Vse potrebne informacije:

- **Zavod za študentske domove v Ljubljani**
www.stud-dom-lj.si

6.2.3. Sobe na prostem trgu

Če študent ne izpolnjuje pogojev za bivanje v študentskem domu ali pri subvencioniranem zasebniku, mora poiskati sobo na prostem trgu.

Na kaj naj bo študent ob sklepanju pogodbe z najemodajalcem pozoren:

- **Sklene naj pisno najemno pogodbo.**
Pogoj za veljavnost je pisna oblika pogodbe. Najemne pogodbe ni treba overiti pri notarju.
- **Študent najemnik mora v roku treh dni od nastanitve prijaviti začasno bivališče.**
To stori na upravni enoti, na območju katere se nahaja stanovanje, v katerem bo v prihodnje (vsaj 60 dni) živel.

Okvirne cene najemnin v Ljubljani v študijskem letu 2010/2011

Univerza v Ljubljani je na svoji spletni strani http://www.uni-lj.si/studij_na_univerzi/bivanje.aspx objavila okvirne cene najemnin v študijskem letu 2010/11 z namenom, da študente seznanijo z opti-

malnimi cenami, saj je na trgu precej ponudnikov, ki se z nevednostjo in velikim povpraševanjem študentov še kako okoriščajo. Študent naj se »orientira« po spodaj navedenih zneskih:

- soba s souporabo kopalnice in kuhinje: od 150 do 250 EUR mesečno (dodatno še stroški),
- garsonjera ali enosobno stanovanje: od 250 do 350 EUR mesečno (dodatno še stroški),
- stroški za vodo, elektriko in ogrevanje so pri najemu sobe včasih vštet v najemnino ali pa se delijo po številu uporabnikov stanovanja. Pri garsonjerah in manjših stanovanjih je treba najemnini prišteti še najmanj 80 EUR za stroške mesečno,
- pogosto je treba plačati tudi varščino ali predplačilo za nekaj mesecev.

Priporočamo uporabo spletnih oglasnikov, kot sta <http://www.nepremicnine.net/> in <http://www.svetovalnica.com/sobe/>.

Slovenci brez slovenskega državljanstva lahko zaprosijo za dodelitev sobe v študentskem domu, vendar lahko to storijo le tisti, ki pridobijo štipendijo Ministrstva za visoko šolstvo, znanost in tehnologijo (MVZT). Tuji državljani ne morejo zaprositi za dodelitev sobe v študentskem domu. Izjema so tuji študenti na mednarodni izmenjavi, saj jim javni študentski domovi lahko namenijo do 10 odstotkov svojih zmogljivosti.¹⁵

Študent se lahko po pomoč pri najemu stanovanja/sobe obrne na:

- **Borzo študentskih sob in stanovanj**
www.uni-info.si
- **ŠOU INFO točko in Brezplačno posredovalnico sob m²**
Trubarjeva 7, Ljubljana
Telefon: 01 438 03 20, 051 373 999,
01 433 10 76,
brezplačna tel. št. 080 98 67
E-naslov: sobe@sou-lj.si

¹⁵ Pravilnik o solninah in bivanju v študentskih domovih za Slovence brez slovenskega državljanstva in tuje v Republiki Sloveniji. V Uradnem listu RS (2008), št. 70, str. 9775.

Precej oglasov o oddaji stanovanj/sob lahko študent poišče tudi na spletnih straneh:

- www.nepremicnine.net
- www.salomon.si
- www.bolha.com

6.2.4. Študentska prehrana

S 1. avgustom 2010 je področje, ki ga pokriva Študentska organizacija Univerze v Ljubljani (ŠOU v Ljubljani), prešlo na nov, elektroniciran sistem koriščenja subvencij za študentsko prehrano. S tem so se ukinili dosedanji papirnati boni.

Nov sistem koriščenja pravice do subvencionirane študentske prehrane ima kar nekaj prednosti:

1. Odpravlja geografske omejitve koriščenja subvencij, kar pomeni, da lahko študent koristi subvencijo pri katerem koli ponudniku študentske prehrane v Sloveniji.
2. Prav tako se študent lahko v nov sistem subvencionirane študentske prehrane vpiše na kateri koli točki subvencionirane študentske prehrane v Sloveniji – to pomeni, da se lahko npr. študent iz Kopra, ki študira v Ljubljani, vpiše tudi v Kopru.
3. Nov sistem elektronicirane študentske prehrane odpravlja tudi vnaprejšnje plačilo in izbiro ponudnikov študentske prehrane – to pomeni, da študentu ni treba dajati denarja vnaprej, hkrati pa se mu tudi ni treba vnaprej odločiti, pri katerem gostincu bo jedel.
4. Nov sistem onemogoča nekatere dosedanje možnosti zlorabe, predvsem preprodajo študentskih bonov.

Ob prvi prijavi v sistem subvencionirane študentske prehrane mora vsak študent na spletni strani www.studentska-prehrana.si opraviti predprijavo in šele nato lahko aktivira svoj račun na točkah subvencionirane študentske prehrane (SŠP). Študent se

mora na eni od točk SŠP osebno zglasiti tudi za podaljšanje upravičenosti do subvencij za študentsko prehrano, s seboj pa potrebuje osebni dokument in dokument, s katerim dokazuje status študenta. Od decembra 2010 naprej v Ljubljani deluje samo še točka SŠP na Kersnikovi 6 (Metropol), točki v Rožni dolini in za Bežigradom pa sta se zaprli.

Po uspešno opravljeni prijavi lahko študent na spletni strani www.studentska-prehrana.si dostopa do svojega spletnega računa, kjer lahko preverja porabljene subvencije in stroške.

Študent subvencijo po novem uveljavlja s pomočjo mobilnega telefona ali kartice, s katerima prek terminala dokazuje upravičenost do le-te. Preostanek zneska do polne cene študentskega obroka doplača neposredno gostincu. Trenutna vrednost subvencije je 2,62 EUR, študent pa lahko na dan v 4-urnem razmiku koristi dve subvenciji. Število neporabljenih mesečnih subvencij za prehrano se prenese naprej za dva meseca od meseca upravičenosti subvencije. Do koriščenja subvencionirane študentske prehrane so upravičeni vsi redni in izredni študenti, ki se izobražujejo na višjih strokovnih šolah in visokošolskih zavodih v Republiki Sloveniji (RS) in ki niso zaposleni oziroma vpisani v evidenco brezposelnih oseb pri Zavodu RS za zaposlovanje. Upravičenci do subvencionirane študentske prehrane so tudi študenti tujih univerz, ki v okviru mednarodnih izmenjalnih programov v RS opravljajo študijske obveznosti ob pogoju recipročnosti.

Gostinec mora ob koriščenju subvencije za študentsko prehrano prek terminala natisniti potrdilo. Z njega morajo biti razvidni celotna vrednost kosila, vrednost subvencije, potrebno doplačilo in število še neporabljenih subvencij. Če transakcija ni možna oziroma je subvencija zavrnjena, mora gostinec vseeno izstaviti potrdilo, na njem pa mora biti naveden razlog za zavrnitev. Če gostinec študentu zavrne koriščenje subvencije, le-ta dobi status »zadržana«. To pomeni, da ni bila izkoriščena in je začasno odvzeta. Če študent meni, da mu je bila neupraviče-

no zavrnjena oziroma odvzeta, naj se v roku 15 dni zgloži pri vodji študentske prehrane katere koli študentske organizacije, kjer bodo poskušali ugotoviti vzrok za njeno zadržanje.

ŠOU v Ljubljani na elektronskem naslovu *prehrana@sou-lj.si* zbira izkušnje vseh uporabnikov sistema subvencionirane študentske prehrane, odgovarja na vprašanja ter beleži pripombe, pritožbe in predloge v zvezi z delovanjem sistema.

Študenti lahko svoj račun aktivirajo na dveh točkah:

METROPOL,

Kersnikova 6

ponedeljek–četrtek: 8.00–19.00

petek: 8.00–15.00

ŠOU v LJUBLJANI,

Kersnikova 4

ponedeljek–četrtek: 8.00–19.00

petek: 8.00–15.00



6.3. Ljubljanski potniški promet

Najcenejši prevoz po Ljubljani je vožnja z mestnimi avtobusi. Prevoz (s prestopanjem znotraj 90 minut) z uporabo kartice Urbana je 0,80 EUR, prav toliko pa znaša tudi enkratna vožnja z uporabo mobilnega

telefona (uporaba sistema Moneta). Cena študentske mesečne vozovnice (z uporabo terminske kartice Urbana) je trenutno 17 EUR.

Kartice so na voljo na naslednjih mestih:

MESTO	PRODAJA	POLNJENJE
urbanomati	vrednostne	vrednostne in terminske
LPP – Celovška cesta 160	vrednostne in terminske	vrednostne in terminske
LPP – Slovenska cesta 56	vrednostne in terminske	vrednostne in terminske
trafike Tobačna 3dva	vrednostne	vrednostne in terminske
trafike Delo Prodaja	vrednostne	vrednostne in terminske
turistično-informacijski centri	vrednostne	vrednostne in terminske
Mercator – izbrane prodajalne	vrednostne	vrednostne in terminske
skupna blagajna JHL	vrednostne	vrednostne in terminske
Avtobusna postaja Ljubljana	vrednostne in terminske	vrednostne in terminske

Vrednostna kartica Urbana – rumene barve, nadomešča žetone in gotovino. Je brez imena uporabnika in prenosna. Nanjo je mogoče naložiti do 50 EUR. Najmanjša vrednost polnitve na urbanomatih je 1 EUR, na drugih prodajnih mestih pa omejitve najnižje vrednosti polnitve ni.

Terminska kartica Urbana – zelene barve, nadomešča vse vrste mesečnih vozovnic. Izdana je na ime in ni prenosljiva. Omogoča neomejeno število voženj na vseh linijah mestnih avtobusov. Študentsko (šolsko) mesečno kartico dobi študent tako, da izpolni obrazec za izdajo le-te za prevoz v Ljubljanskem potniškem prometu. Izpolnjen obrazec nato nese v referat svoje fakultete, kjer dobi žig in podpis. S tem obrazcem se zgleda na Celovski 160 (Ljubljana Šiška), kjer je glavni potniški center in mu izdelajo

mesečno kartico. Polnjenje terminske kartice je mogoče na urbanomatih in vseh drugih prodajnih mestih, kjer se veljavnost kartice za izbrani mesec podaljša s plačilom izbrane mesečne vozovnice. Poleg ali namesto mesečne vozovnice lahko na terminsko kartico naložite tudi izbrano vrednost (do 50 EUR) in jo uporabite, kot bi sicer uporabili žetone ali gotovino oziroma za plačilo drugih storitev, ki bodo vključene v sistem enotne mestne kartice. Če imate na terminski kartici naloženo veljavno mesečno vozovnico, sistem to upošteva in ne trga sredstev, če pa bo sistem zaznal, da na kartici ni naložene veljavne mesečne vozovnice, bo s kartice samodejno odštel vrednost vožnje.

Več informacij lahko najdete na spletnih straneh LPP-ja <http://www.jb-lj.si/lpp>.

6.4. Finančne težave študenta

Študent ima lahko v času študija resnejše finančne težave. V primeru, da ga starši ne morejo finančno podpirati, mu lahko s štipendijo pomaga država, občina, podjetje ali pa si pri kateri od bank najame študentski kredit. Pomoč v socialni stiski nudi tudi fundacija Študentske organizacije v Ljubljani, imenovana Študentski tolar. Za nekaj denarja pa lahko poskrbi tudi študent sam z delom preko študentskega servisa.

6.4.1. Državna štipendija

Ta štipendija je namenjena predvsem tistim študentom, ki prihajajo iz družin z nižjimi dohodki. Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve vsako leto JUNIJA objavi razpis na svoji spletni strani http://www.mdds.gov.si/si/delovna_podrocja/trg_dela_in_zaposlovanje/stipendije/.

Obrazec »Vloga za uveljavitev pravice do državnih štipendij« (obrazec CSD-DŠ) se lahko vloži na KATERI KOLI center za socialno delo, vendar pa bo o vlogi za državno štipendijo odločil tisti center za socialno delo, na območju katerega ima kandidat svoje stalno prebivališče. To pomeni, da se zaradi hitrejšega odločanja o državni štipendiji kandidatu splača vložiti vlogo na tistem centru za socialno delo, na območju katerega ima svoje stalno prebivališče. Vloga za PRIDOBITEV državne štipendije se lahko vloži KADAR KOLI med letom! V primeru, da se vloži sredi leta, se začne štipendija izplačevati s prvim naslednjim mesecem po odločitvi o popolni vlogi za pretekli mesec. Če torej študent vloži vlogo januarja, se mu bo štipendija začela izplačevati februarja, in sicer za nazaj (za mesec januar).

Državne štipendije ureja Zakon o štipendiranju. Najdete ga na zgoraj omenjeni povezavi.

6.4.2. Zoisova štipendija

Zoisova štipendija je namenjena nadarjenim študentom. Tudi te štipendije ureja Zakon o štipendiranju. Če je študent prejemnik Zoisove štipendije že od srednje šole, bo po pošti dobil »Vlogo za podaljšanje pravice do štipendije«. Le-to naj skrbno prebere in je ne pozabi pravočasno oddati, saj je to štipendijo lažje obdržati, kot pa ponovno pridobiti. Razpis se objavi vsako letu JUNIJA na spletni strani Javnega sklada RS za razvoj kadrov in štipendij (Ad futura) <http://www.sklad-kadri.si/>.

6.4.3. Kadrovske in druge štipendije

Skupen razpis kadrovskih štipendij je ponavadi objavljen v AVGUSTU in SEPTEMBRU. Roki za vložitev prošnje so različni, objavljeni pa so na spletnih straneh Ad future <http://www.sklad-kadri.si/>.

V primeru, da ima študent kadrovsko štipendijo še iz srednje šole, naj se poskusi s svojim štipenditorjem dogovoriti, da mu jo podaljša še za čas študija. Če po končanem študiju ne želi delati v organizaciji, ki ga je štipendirala, mora denar vrniti.

Študent mora pred sklenitvijo pogodbe o štipendiranju le-to pozorno prebrati, še zlasti droben tisk. Običajno velja pravilo, da mora toliko časa, kolikor prejema štipendijo, po končanem študiju delati pri štipenditorju, sicer mora štipendijo vrniti, vendar se lahko v pogodbi o štipendiranju dogovori tudi drugače.

Študent lahko v svojem regijskem centru preveri, ali so morda razpisane kakšne štipendije. Vedno obstajajo tudi možnosti štipendiranja štipendijskih skladov in raznih ustanov, ki štipendirajo v manjšem obsegu, glede na trenutne finančne vire.

Virov štipendij je več. V nadaljevanju so navedeni naslovi ustanov, kamor se lahko študent obrne v želji po pridobitvi štipendije.

- **Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve**
Kotnikova 5, Ljubljana
<http://www.mddsz.gov.si/si/>
- **Javni sklad RS za razvoj kadrov in štipendije**
Kotnikova 34, Ljubljana
<http://www.sklad-kadri.si/si/>
- **Regionalna razvojna agencija Gorenjske**
Štipendijske sheme za Gorenjsko, ki ponujajo štipendije za redno šolanje na srednji šoli, dodiplomskem in podiplomskem študiju ter šolnine za izredni dodiplomski in podiplomski študij doma in v tujini.
<http://www.bsc-kranj.si/>
- **Regionalna razvojna agencija za Koroško**
Koroška štipendijska shema ponuja možnost dodelitve štipendije v primeru, da se študent po uspešno končanem študiju zaposli na območju občine v koroški regiji.
<http://www.rra-koroska.si/>
- **Podjetniški center Novo mesto**
Štipendijska shema za Dolenjsko, ki zagotavlja štipendije ali šolnine dijakom, dodiplomskim in podiplomskim študentom za študij doma in v tujini. Sredstva se delijo glede na potrebe delodajalcev.
<http://www.rc-nm.si/>
- **Regionalna razvojna agencija Notranjsko-kraške regije**
Štipendijska shema Notranjsko-kraške regije je namenjena dijakom z najmanj dobrim uspehom in študentom s povprečjem najmanj 7,5, ki imajo naslov stalnega prebivališča v občinah Postojna, Pivka, Bloke, Cerknica, Logatec in Loška dolina.
<http://www.rra-nkr.si/>
- **Regionalna razvojna agencija Posavje**
Posavska štipendijska shema, ki deluje na območju občin Brežice, Krško in Sevnica.
<http://www.rra-posavje.si/>
- **Regionalni center za razvoj Zasavje**
Zasavska štipendijska shema deluje na območju občin Hrastnik, Laško, Litija, Radeče, Trbovlje in Zagorje ob Savi.
<http://www.rcr-zasavje.si/>
- **Posoški regijski center**
Regijska štipendijska shema goriške statistične regije je namenjena mladim, ki bodo pridobili najmanj VII. stopnjo izobrazbe in se nameravajo zaposliti v Zgornjem Posočju.
<http://www.prc.si/>

6.4.4. Univerzitetni štipendijski sklad za mednarodno izmenjavo študentov

Štipendije štipendijskega sklada UL so namenjene štipendiranju krajših izmenjav študentov iz visokošolskih ustanov drugih držav in se podeljujejo študentom, ki imajo status študenta na tuji univerzi, ki ima sklenjeno pogodbo o izmenjavi študentov z Univerzo v Ljubljani, in študentom Univerze v Ljubljani. Štipendije ni mogoče podeliti študentu za prvi letnik študija.

Informacije o univerzah, s katerimi ima Univerza v Ljubljani sklenjeno bilateralno pogodbo o študijski izmenjavi, lahko študenti dobijo na spletni strani

Univerze v Ljubljani www.uni-lj.si/mednarodne_izmenjave/pregled_sporazumov.aspx.

Vse informacije o poteku postopka izbire štipendistov:

- **Univerzitetna služba za mednarodno sodelovanje, Univerza v Ljubljani**

Katja Cerjak

Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 241 85 90, telefaks: 01 241 85 93;

e-naslov: katja.cerjak@uni-lj.si

6.4.5. Fundacija Študentski tolar

Študentska organizacija Univerze v Ljubljani s fundacijo Študentski tolar že od leta 2004 nudi pomoč študentom v stiski z dodeljevanjem denarne in materialne pomoči (nahaja se na www.studentski-tolar.si).

Študent se lahko za več informacij obrne na:

- **Svetovalnico ŠOU**

Kersnikova 4, Ljubljana

Telefon: 01 438 02 23

E-naslov: studentska.svetovalnica@sou-lj.si

6.5. Študentsko starševstvo

Študentske družine predstavljajo tisti študenti, ki imajo v času študija otroke oziroma družino. Ob izpolnjevanju določenih kriterijev so te družine lahko upravičene do v nadaljevanju naštetih ugodnosti (<http://www.studentskedruzine.com/zlozenka.pdf> ; www.studentskedruzine.com/index.php?akcija=pravice).

a) Preživnina staršev

Študent starš lahko s svojimi starši sklene preživnino zase in za svojega otroka pri notarju, kjer se skupaj odločijo za znesek. V primeru, da nastane spor glede višine le-tega, lahko na okrožnem sodišču sproži tožbo za preživnino.

b) Dodatno študijsko leto

Študentki materi lahko status v času porodniškega dopusta miruje. Poleg tega ima študentka pravico do podaljšanja študentskega statusa za eno leto za vsakega otroka.

c) Republiška štipendija

V primeru, da starši študentu z otrokom ne morejo zagotoviti dovolj sredstev za preživljanje, je študent upravičen do pomoči s strani države. Študent starš mora svojo vlogo za pridobitev republiške štipendi-

je vložiti v roku 30 dni od otrokovega rojstva, saj z le-tem večina staršev kandidatov izpolnjuje materialni pogoj za pridobitev štipendije.

č) Pomoč ob rojstvu otroka

Je enkratni denarni prejemek, namenjen nakupu opreme za novorojenca. Namesto denarja je mogoče v enaki vrednosti izbrati opremo za novorojenca v obliki darilnega paketa. Pravico uveljavlja mati ali oče pri centru za socialno delo, ki je krajevno pristojen glede na materino stalno prebivališče. Za pridobitev pomoči je potrebno potrdilo ginekologa o predvidenem datumu poroda, fotokopija osebne izkaznice oziroma potnega lista, davčna številka, številka bančnega računa in EMŠO. Pravico lahko uveljavlja eden od staršev najpozneje 60 dni po rojstvu otroka. Po tem roku pravice ni več mogoče uveljaviti.

d) Starševski dodatek

Je nekakšno nadomestilo porodniške za vse nezaposlene matere, torej tudi študentke. Izplačevanje se začne, ko se na pristojen Center za socialno delo pošlje otrokov rojstni list. Pravica v polnem obsegu traja 365 dni od rojstva otroka, če se uveljavlja 30 dni pred predvidenim datumom poroda oziroma najpozneje 30 dni po rojstvu otroka. Če se pravico uveljavlja pozneje kot v navedenih rokih, je le-ta sorazmerno krajša in se prizna od prvega dne naslednjega meseca, ko je vloga vložena, ter traja, dokler otrok ne dopolni 365 dni starosti.

e) Otroški dodatek

Študent starš naj zanj zaprosi na centru za socialno delo v občini otrokovega stalnega bivališča, in sicer z izpolnjenim obrazcem za otroški dodatek, ki je na voljo v vsaki papirnici. Z vlogo zahtevka naj se ne odlašaja – če ga vložijo, preden otrok dopolni tri mesece, mu dodatek pripada od otrokovega rojstva, če ga vložijo pozneje, pa od prvega dne naslednjega meseca, v katerem je bil zahtev vložen. Če otrok ni v vrtcu, lahko uveljavlja pravico do povišanega otroškega dodatka. Znesek otroškega dodatka se poveča za 20 %. Omenjeno pravico naj starš uveljavi na pristojnem centru za socialno delo, s podano izjavo,

da otrok ni v vrtcu. Pravico do povišanega otroškega dodatka se lahko uveljavi tudi, kadar otrok živi v družini s samo enim staršem.

f) Denarna socialna pomoč

Študenti starši morajo urediti preživnino od svojih staršev, za kar je pristojen center za socialno delo v občini stalnega prebivališča. Pomembno je vedeti, da se višina preživnine določi glede na potrebe samih študentov staršev, ne pa tudi njihovih otrok.

Študent naj izpolnjen obrazec za dodelitev denarne socialne pomoči skupaj s potrebnimi dokazili odnese na center za socialno delo do 20. dne v mesecu. Denarna socialna pomoč se izplačuje enkrat mesečno, prvič pa se dodeli največ za tri mesece. Po izteku te dobe je treba zanj ponovno zaprositi, če se okoliščine niso spremenile. Denarno socialno pomoč se lahko ponovno dodeli za največ šest mesecev.

g) Subvencioniran vrtec

Starši, ki prejemajo denarni dodatek po predpisih o socialnem varstvu, so plačila vrtca oproščeni.

h) Bivanje v študentskem domu

Študent/-ka z otrokom ima določene ugodnosti pri sprejemu in bivanju v študentskem domu (ŠD):

- pri obravnavi prošnje za sprejem v ŠD se ne upošteva materialnega položaja staršev prosilca/-ke,
- pri sprejemu v ŠD se študentki materi ali študentu očetu, ki bo imel/-a med študijem otroka pri sebi, k skupnemu številu točk prišteje še 100 točk,
- ne glede na rok za oddajo prošenj za sprejem v ŠD (10. avgust) lahko študentska družina zaprosi za sprejem vanj, če je bil otrok rojen po tem roku (prav tako lahko zaprosi tudi zaradi drugih dejavnikov, ki vplivajo na socialni položaj družine in so se zgodili po tem roku),
- študentske družine so nastanjene v apartmajih, katerih število je omejeno,¹⁶

- v skladu z dodatnim študijskim letom ima študentka mati pravico do podaljšanja bivanja v ŠD zaradi materinstva (eno leto ne glede na število otrok).

i) Dodatni boni za prehrano:

Vsaka študentska družina je upravičena do 5, če pa ima dva otroke, pa do 10 dodatnih bonov mesečno.

- Študent z otrokom se lahko obrne tudi na naslednje službe:

Klub študentskih družin Slovenije

Kersnikova 4, 1000 Ljubljana

V primeru, da študent/-ka otroka pričakuje oziroma ga že ima in ne pozna pravic, ki izhajajo iz študentskega starševstva, lahko dobi podrobnejše informacije v Klubu študentskih družin Slovenije oziroma na njihovi spletni strani. S pomočjo sponzorjev in donatorjev v okviru kluba organizirajo izlete, likovne delavnice, pustne in novoletne prireditve, sankanje, subvencionirano letovanje ...

Telefon: 040 757 104 (Tjaša)

040 472 766 (Nataša)

E-naslov: studentske.druzine@gmail.com

Spletna stran: www.studentskedruzine.com

Slovenska Karitas

Kristanova 1, 1000 Ljubljana

Študentkam materam nudijo oblačila in mesečno pomoč pri hrani (vsak mesec lahko dobijo bon za paket hrane, oblačila (za otroka, zase in za partnerja), plenice, igrače za otroka...). Na razpolago so jim za pogovor in svetovanje, v primeru, da je študentka mati izgubila stanovanje, pa ji uredijo začasno bivanje.

Telefon: 01 300 59 60

¹⁶ Vir: <http://www.studentskedruzine.com> (11. 4. 2011).08), št. 70, str. 9775.

6.6. Fizično in mentalno zdravje študenta

Če ima študent zdravstvene težave, obišče zdravnika. Veliko študentov, ki so prišli študirat v Ljubljano, pa tu še ni uredilo izbora osebnega zdravnika, zobozdravnika, ginekologa ... Nekateri posamezniki v času študija zaradi prekinitve le-tega in s tem posledično izgube statusa študenta izgubijo dodatno zdravstveno zavarovanje, zato se splača prebrati naslednje napotke.

6.6.1. Zdravstveni dom za študente v Ljubljani

V primeru, da študent nima izbranega osebnega zdravnika v Zdravstvenem domu za študente (ZDŠ), mu lahko tam nudijo zgolj urgentno zdravljenje, tj. v primerih visoke vročine, hudih bolečin in svežih poškodb, ne morejo pa mu napisati napotnice, ga poslati na nadaljnje zdravljenje, mu predpisati zdravil na recept ali pomagati pri lažjih bolezenskih stanjih. Prav tako mu ne morejo napisati zdravniškega opravičila.

Za študenta je smiselno izbrati osebnega zdravnika v ZDŠ, če je vsaj štiri dni v tednu v Ljubljani, saj je njegov osebni zdravnik v kraju stalnega bivališča med koncem tedna nedosegljiv (razen med dežurstvom). Poleg tega nekatere članice UL sprejmejo le zdravniška opravičila, ki jih izda ZDŠ. Študent, ki bi si rad izbral osebnega zdravnika v Zdravstvenem domu za študente, mora imeti v zdravstveni izkaznici vpisan status študenta.

Menjava osebnega zdravnika, zobozdravnika ALI ginekologa

Menjava je preprosta. Študent se zgleda pri enem od zdravnikov v Zdravstvenem domu za študente in tam izpolni obrazec »Izjava o izbiri osebnega zdravnika«. Razloga za zamenjavo mu ni treba navesti. Odjavo pri prejšnjem zdravniku in prenos zdravstvenega kartona skupaj s kritjem materialnih stroškov opravi zavarovalnica.

Enote Zdravstvenega doma za študente Univerze v Ljubljani:

- Aškerčeva 4

<http://www.zdstudenti.si/>

- splošno zdravstveno varstvo
- zobozdravstvo
- dispanzer za žene
- psihomentalna posvetovalnica
- diagnostični laboratorij

- Študentsko naselje v Rožni dolini, Cesta 27. aprila 31, blok 8

- splošno zdravstveno varstvo
- zobozdravstvo

6.6.2. Zdravstveno zavarovanje

Osebe, ki imajo status študenta, so ponavadi obvezno in dodatno zavarovane prek svojih staršev in niso dolžne plačevati posebnih premij. V skladu z Zakonom o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju so otroci v celoti zdravstveno zavarovani do dopolnjenega 18. leta starosti, če niso sami zavarovanci, po tej starosti pa so zavarovani, če se šolajo, in sicer do konca rednega šolanja, vendar največ do dopolnjenega 26. leta starosti. Izjemoma je otrok zdravstveno zavarovan kot družinski član tudi po dopolnjenem 26. letu, če njegovo redno šolanje na visoki stopnji traja pet ali šest let. Obvezno zdravstveno zavarovanje preneha tudi, ko se študenti prijavijo na Zavod RS za zaposlovanje ali sklenejo pogodbo o zaposlitvi. Kot družinski člani so lahko zavarovani tudi izredni študenti, in to pod enakimi pogoji kot redni.

Če študent izgubi status, si mora sam urediti obvezno in dopolnilno zdravstveno zavarovanje.

Obvezno zdravstveno zavarovanje ureja Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, ki ima območne enote v vseh slovenskih regijah. Posameznik, ki je izgubil status študenta, si lahko obvezno zdravstveno zavarovanje zagotovi na dva načina:

- kot občan (obvezno zdravstveno zavarovanje mu plačuje upravna enota),
- kot samostojni zavezanec (obvezno zdravstveno zavarovanje si plačuje sam).

Premija za obvezno zdravstveno zavarovanje znaša 14,17 EUR. Ker ne krije vseh stroškov zdravljenja, lahko študent sklene tudi dopolnilno zavarovanje, kar lahko uredi na eni izmed zavarovalnic, ki to storitev ponujajo (npr. Triglav, Adriatic, Vzajemna).

Več informacij dobite na:

- **Zavodu za zdravstveno zavarovanje Slovenije,**

Območna enota Ljubljana
Miklošičeva cesta 24, Ljubljana
Telefon: 01 307 72 00, 01 307 72 88

www.zzzs.si

6.6.3. Duševna stiska, zdravje študenta

V zahodnem svetu se skoraj vsak tretji človek sreča z duševno motnjo. Psihološka svetovalnica ŠOU opozarja, da se vedno več študentov sooča s težavami, kot so depresija, anksioznost, stres, motnje hranjenja, zloraba drog, alkoholizem. Psihična bolezen lahko močno vpliva na posameznikovo vedenje, razpoloženje, socialne odnose in študijske uspehe, zato tovrstne težave zahtevajo posebno strokovno obravnavo.

Najpogostejši rizični dejavniki za razvoj duševne motnje v obdobju odraščanja so osebnostne in temperamentne lastnosti, načini spoprijemanja s stresom ter stopnja razvitosti socialnih spretnosti posameznika. Poleg tega vplivajo tudi socialno-ekonomski dejavniki – veliko težav nastane zaradi socialne stiske, ko se morajo mladi sami preživljati. Za nekatere posameznike je včasih zelo obremenjujoče tudi pomanjkanje osebnega pristopa na fakultetah.

Mnogi študenti zelo neradi spregovorijo o svoji stiski. Nekateri si niti ne priznajo, da imajo težave (motnje hranjenja, zloraba drog ali alkohola). Od vas, tutorjev, ne pričakujemo poznavanja vseh oblik duševnih bolezni ali postavljanja diagnoz. Študentu lahko pomagate že tako, da se z njim pogovorite o težavah, mu pokažete razumevanje, nudite podporo in ga znate usmeriti po ustrezno pomoč.

Najpogostejši vzroki, da študenti sami ne poiščejo pomoči:

- ne prepoznajo simptomov,
- ne poznajo oblik pomoči, ki so na voljo (zdravljenje, svetovanje),
- bojijo se stigme, ki bi jo priznanje prineslo,
- težavam ne prepisujejo velikega pomena.

Če pri študentu v svoji tutorski skupini opazite spremembe v vedenju, poslabšanje študijske učinkovitosti, pomanjkljivo higieno in zanemarjenost ali pa so vas o njegovih težavah opozorili njegovi sošolci ali

profesorji, mu morate v primernem okolju in na nesiljiv način razložiti svoja opazanja. Če se z njimi ne strinja, se mu ne pozabite opravičiti. Tudi če ste prepričani, da ima težave in jih on vztrajno zanika, se morate zavedati, da mu ne morete pomagati, če si tega ne želi, zato ne drezajte vanj.

V primeru, da študent potrdi vaše domneve, mu pokažite razumevanje in podporo. Tudi ko imate predsodke glede katere od težav (npr. zloraba drog, alkoholizem), ga ne obsojajte in ne moralizirajte. Takšnega vedenja si tutorji študenti ne smete privoščiti, saj lahko s tem še upočasnite ali celo ustavite proces iskanja pomoči, ki ga je vaš študent začel. Ko odkrijete ali sumite na katero od težav, poskušajte študenta napotiti na ustrežno službo in mu pomagati premagati strah pred obiskom strokovnjaka.

Da boste lažje prepoznali težavo študenta, so spodaj opisane najpogostejše težave, s katerimi se študenti srečujejo. Razdelili smo jih v štiri sklope, na koncu vsakega pa so navedeni literatura in kontakti za napotitev po strokovno pomoč. Ti sklopi so:

- a) depresija in anksioznost
- b) motnje hranjenja
- c) zloraba drog
- č) zloraba alkohola

a) Depresija in anksioznost

Depresija

Depresija je ena izmed vse pogostejših duševnih bolezni in je prisotna tudi med študenti. Pojavi se lahko samo enkrat v določenem obdobju in ob ustreznem zdravljenju izzveni, včasih pa lahko preide v kronično motnjo, ki se ponavlja. V času bolezni študenta spremljajo občutki potrtosti, brezvoljnosti, obupa, zaskrbljenosti in tesnobe. Spremeni se njegovo doživljanje sveta, njegova samopodoba, zato se umakne v osamo in začne opuščati aktivnosti, ki so bile pred boleznijo zanj pomembne oziroma jih je z veseljem počel. Tovrstni umik, sprememba vedenja, zato močno vpliva na njegovo družabno življenje in študijsko uspešnost, kar samo poslabša situacijo.

Na portalu <http://www.zdravniki-nasveti.net> Jasna Kordič, dr. med., navaja znake, ki se lahko odražajo pri bolniku z depresijo:

- spremenjeno razpoloženje in čustvovanje (žalost, občutek praznine, apatičnost, tesnoba, razdražljivost, jeza, zmanjšana zmožnost veselja),
- prizadetost področja mišljenja in spominskih funkcij (motnje koncentracije, neodločnost, zmanjšano samospoštovanje, nerazumni očitki samemu sebi, občutki krivde in nemoči, pesimizem, razmišljanje o smrti in samomoru),
- spremenjena psihomotorična aktivnost (upočasnitev),
- motnje fizioloških funkcij (motnje spanja, spremembe teka (povečan ali zmanjšan), zmanjšano spolno poželenje, utrujenost že po običajnem naporu),
- telesni znaki (bolečine v mišicah in sklepkih, tiščanje v prsni, ki vodi do bolečine, glavobol, vrtoglavica, bolečine v želodcu in zaprtje, panični napadi).

Anksioznost

Vojko Rebolj, dr. med., na portalu eZdravje (<http://www.ezdravje.com/si/>) navaja, da so anksiozne motnje najpogostejše psihične motnje, zaradi katerih trpi več kot 10 % ljudi po vsem svetu. Pojavljajo se v vseh starostih, tako pri otrocih kot tudi pri starejših, odražajo pa se v stanju živčne napetosti. Prizadenejo oba spola, čeprav so pri ženskah pogostejše. Anksiozna motnja za študenta ni le neprijetna, ampak pomembno vpliva na številna področja njegovega življenja –predvsem na medosebne odnose, izogibanje aktivnostim, ki naj bi bile prijetne, in na študijski uspeh. Številni oboleli si na različne neustrezne načine poskušajo pomagati sami, najpogosteje kar z alkoholom. Poleg tega je anksioznost pogosto povezana tudi z depresijo, kar v najhujših primerih vodi celo v samomor.

Znaki anksioznosti so:

- psihični znaki: psihična napetost, razdražljivost in motena koncentracija,

- telesni znaki: razbijanje srca, težko dihanje, vrtočglavica, bolečine v trebuhu, glavobol, slabost in še številni drugi znaki.

Ti znaki lahko posnemajo različne telesne bolezni, zaradi česar je študent še dodatno prestrašen (bolečina v prsih pogosto spominja na bolezen srca ipd.).

Anksioznih motenj je več in se med seboj razlikujejo po trajanju in izrazitosti simptomov ter vzroku, ki jih sproži. Najpogostejše med njimi so:

- **generalizirana anksioznost:** občutek stalne tesnobe, zaskrbljenosti in napetosti. Posameznik z generalizirano anksioznostjo je vedno v pretiranem strahu pred nesrečo ali premočno zaskrbljen zaradi zdravja, družine ali službe. Ne more se sprostiti niti ponoči, zato ima težave s spanjem, skrbi pa navadno spremljajo tudi številne telesne težave, kot so glavobol, potenje, drgetanje ali težko dihanje,
- **panična motnja:** nenadno pojavljanje napadov brez opozorila. Sprožijo jih lahko različne situacije. Za panične napade je značilen zelo izrazit strah, pogosto pa imajo bolniki občutek, da so na pragu smrti. Izraziti so tudi telesni simptomi,
- **socialna fobija:** pretiran bolezenski strah pred drugimi ljudmi, še posebej, ko je bolnik v središču pozornosti.¹⁷

Tako depresija kot anksioznost potrebuje strokovno obravnavo. Študentu boste najbolj pomagali, če ga boste napotili na katero od spodaj navedenih služb. Ne pozabite, da ga v to ne smete siliti in da mu lahko pomagate samo, če bo sam želel.

¹⁷ Vir: www.ezdruje.com (11. 4. 2011).

- Osebni zdravnik

(Da napotnico za psihiatra, psihoterapevta.)

- DAM – Društvo za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami

Nudijo zelo veliko informacij o anksioznosti in depresiji, pomoč in podporo osebam, ki trpijo ali so trpele za katero koli obliko teh bolezni, ter njihovim sorodnikom in podpornim osebam. Stavili so obsežen seznam ustanov in terapevtov, s katerimi imajo zelo dobre izkušnje.

www.nebojse.si

damdrustvo@yahoo.com

- Psihomenalna posvetovalnica

Zdravstveni dom, Aškerčeva 4, 1000 Ljubljana

Imajo specialista, ki je psihiater in psihoterapevt.

Na razgovor se je treba naročiti, čakalna doba pa je 2 meseca.

Telefon: 01 200 74 11

- Psihološka svetovalnica ŠOU

Kersnikova 4, Ljubljana

Nudijo pomoč, svetovanje in informacije pri osebnih stiskah, vprašanjih in težavah na osebnem, študijskem in socialnem področju..

Telefon: 01 438 02 53

- Svetovalni telefon Psihiatrične klinike Ljubljana

Svetovalci so zdravniki, psihologi, socialni delavci, ki človeka razbremenijo, poskušajo omiliti njegovo stisko in mu pomagajo reševati težave.

Dosegljivi so vsako noč od 19.00 do 7.00.

Telefon: 01 520 99 00

- Urgentna psihiatrična ambulanta, v Ljubljani na CIP-u

Njegoševa ulica 4, 1000 Ljubljana

Vsak delovnik od 8.00 do 15.00

(ni čakalne dobe)

Telefon: 01 587 21 00

- POSVET, Center za psihološko svetovanje

Mestni trg 8, 1000 Ljubljana

Študent se lahko brez napotnice oglasi vsak delovni dan med 12.00 in 19.00. Plačati mora le simboličen prispevek, ki znaša 5 EUR.

- Zaupni telefon Samaritan

Svetovalci so usposobljeni prostovoljci. Dosegljivi so 24 ur na dan, vse dni v letu.

Telefon: 080 1111

Več informacij o depresiji in anksioznosti lahko dobite na spletnih straneh:

www.zdravniški-nasveti.net

www.ezdravje.com

www.psihiater-leser.com

www.nebojse.si

Zdravstudent.si

ali v literaturi:

- Dernovšek, M. Z. (2007). *Ko te stresa stres: kako prepoznati in zdraviti stresne, anksiozne in depresivne motnje*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije.
- Friebel, V. (2000). *Depresije: prepoznavanje, preprečevanje, zdravljenje*. Ljubljana: Slovenska knjiga.
- Gartner, K. (1998). *Na koncu predora je luč: zdravila za dušo: poti iz življenjskega strahu*. Ljubljana: Mohorjeva založba.
- Hauck, P. (1986). *Depresija*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Kabza, H., Meyendorf, R. (1998). *Depresije in strah: zdravljenje, zdravila, samopomoč*. Logatec: Kele & Kele.
- McKenzie, K. (2005). *Kako razumeti depresijo*. Ljubljana: Pisanica.
- *Prepoznavajmo in premagajmo depresijo: priročnik za osebe z depresijo in njihove svojce* (2005). Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS. Ljubljana.
- Weekes, C. (1991). *Kako obranimo zdrave živce*. Ljubljana: Ganeš.

b) Motnje hranjenja

Veliko mladih ima težave s telesno samopodobo, kar se v času študija še stopnjuje. Predvsem dekleta so nezadovoljna s svojim videzom in postavijo ter mislijo, da so predebela, in to ne glede na indeks telesne mase. Tako se razvije nizka samopodoba, ki vpliva tudi na druga področja, saj študent posveča preveč svoje miselne energije, časa in denarja le mislim o prehranjevanju in videzu. Strokovnjaki menijo, da se motnje hranjenja pojavljajo pri osebah, ki imajo zelo malo nadzora nad dogodki v svojem zunanem okolju. Telo jim tako predstavlja edino točko, nad katero imajo lahko nadzor.

Na spletni strani društva Ženska svetovalnica motnje hranjenja opisujejo kot težavo zasvojenosti s hrano. Posamezniki, ki zaradi njih trpijo, ne zmorejo obvladovati svojega hranjenja – pogosto jedo veliko preveč ali premalo, pri tem pa nekateri še bruhamo ali jemljejo odvajala. Nekateri posamezniki kljub težavam zavidljivo dobro delujejo v družbi – so odlični študenti, vestni delavci in starši, poleg tega pa so v pomoč prijateljem v stiski ... Drugi imajo lahko zaradi zasvojenosti s hrano resne zdravstvene, pa tudi psihične in socialne težave – težko se koncentrirajo, učijo, spijo, zapirajo se vase in o svojih stiskah nočejo spregovoriti z nikomer. Tudi če se obrnejo po pomoč, včasih naletijo na nerazumevanje ali poenostavljene rešitve v smislu »Spravi se v red in ne kompliciraj!«.

Termin motnje hranjenja (klasifikacija se uporablja v psihiatrični diagnostiki, vendar pa se pogosto te vrste med sabo prepletajo¹⁸) pokriva širok spekter motenj v vedenju glede hrane, a se da zožiti na:

- **anoreksijo** (*anorexia nervosa*) – označuje pretirano zavračanje hrane,
- **bulimijo** (*bulimia nervosa*) – prenajedanje s hrano, ki mu sledi bruhanje ali jemanje odvajal,
- **pretirano oziroma kompulzivno prenajedanje** (*compulsive overeating*),

- **ortoreksijo** – pretirano ukvarjanje z zdravo prehrano in pravili prehranjevanja,
- **bigoreksijo ali moško anoreksijo** – obsedenost z razvitostjo mišic ter pretirana telesna vadba.

V primeru, da ima študent katero izmed motenj hranjenja, mu svetujte, naj se obrne na katero od spodaj navedenih služb.

- Osební zdravnik

(Da napotnico za psihiatra, psihoterapevta.)

- Psihomenalna posvetovalnica

Zdravstveni dom, Aškerčeva 4, Ljubljana

Imajo specialista, ki je psihiater in psihoterapevt. Na razgovor se je treba naročiti, čakalna doba pa je 2 meseca.

Telefon: 01 200 74 11

- Društvo Ženska svetovalnica

Langusova 21, 1000 Ljubljana

Svetujejo predvsem ženskam z motnjami hranjenja in ženskam, ki doživljajo nasilje. Nudijo jim pomoč in podporo pri ustvarjanju novega življenja brez nasilja in motenj hranjenja, pri prepoznavanju nasilja in motenj hranjenja, krepitevi zavesti, skrbi zase, povečanju moči in nadzora nad lastnim življenjem, povečanju samozavesti in samospoštovanja.

Način dela je svetovanje, ki lahko poteka individualno ali preko e-pošte.

Telefon: 01 251 16 02

E-naslov: info@svetovalnica.org

zenska.svetovalnica@guest.arnes.si

www.drustvo-zenska-svetovalnica.si

¹⁸ Vir: Ženska svetovalnica, spletna stran: www.drustvo-zenska-svetovalnica.si/motnje_1.php (november 2010).

- Svetovalnica za motnje hranjenja MUZA

Kongresni trg 1, 1000 Ljubljana
Nudi in razvija psihosocialno pomoč pri motnjah hranjenja. Glavni poudarek je na strokovni terapevtski pomoči osebam z motnjami hranjenja v obliki terapevtskih skupin, individualnih terapij ter vseh spremljajočih dejavnosti.

Telefon: 01 425 03 38

E-naslov: svetovalnica.muza@volja.net

<http://users.volja.net/muza1/>

- OVEREATERS ANONYMOUS, OA – Slovenska skupnost

Resljeva 11 in Podmilščakova 14, Ljubljana
OA je skupnost posameznikov, ki z izmenjavanjem izkušenj, moči in upanja okrevajo od kompulzivnega prenajedanja in si pomagajo pri premagovanju obsedenosti s hrano. Srečanja so odprta za nove člane, svojce, prijatelje, zainteresirane, strokovnjake ...

Telefon: 051 755 291

E-naslov: oa_ljubljana@yahoo.com

<http://oa-slovenija.com/>

- SVETOVALNICA PU

Ulica stare pravde 2, 1000 Ljubljana
Delujejo na področju socialnega varstva in se posvečajo duševnemu zdravju v skupnosti. Izvajajo

PU-jeve programe za urejanje in preprečevanje motenj hranjenja in preventivne programe za preprečevanje drugih zasvojenosti in omam.

Telefon: 031 772 929

E-naslov: svetovalnicaPU@siol.net

<http://www.svetovalnica-pu.org/>

- Psihološka svetovalnica ŠOU

Kersnikova 4, 1000 Ljubljana

Nudijo pomoč, svetovanje in informacije pri osebnih stiskah, vprašanjih in težavah na osebnem, študijskem in socialnem področju..

Telefon: 01 438 02 53

- Svetovalni telefon Psihiatrične klinike Ljubljana

Svetovalci so zdravniki, psihologi in socialni delavci, ki človeka razbremenijo, poskušajo omiliti njegovo stisko in mu pomagajo reševati težave.

Dosegljivi so vsako noč od 19.00 do 7.00.

Telefon: 01 520 99 00

- Zaupni telefon Samarijan

Svetovalci so usposobljeni prostovoljci. Dosegljivi so 24 ur na dan, vse dni v letu.

Telefon: 080 1111

Literatura, kjer dobite informacije o motnjah hranjenja:

- Colclough, B. (1998). *Ne kaj ješ – kaj te žene, da ješ!: umetnost vojskovanja s prehransko motenostjo*. Ljubljana: Debora.
- Eivors, A. (2007). *Lačni razumevanja: priročnik, ki naj mladim pomaga razumeti in premagati anoreksijo nervozo*. Maribor: Obzorja.
- Reljič - Prinčič, A. (2001). *Motnje hranjenja*. Ljubljana: Rdeči križ Slovenije.
- Round, E. (1990). *Dying to be thin*. Oxford, Batavia, Sydney: Lion publishing.
- Sternad, D. M., Zaviršek, D. (2001). *Motnje hranjenja: od besed, ki ranijo, k besedam, ki celijo*. Ljubljana: Samozaložba.
- Švab, A., Šolar, V., Zihertl, A., Ibic, L., Čufer, B., Trivič, A. (1998). *Ko hrana ni več »hrana«: predstavitev vizije skupin za (samo)pomoč pri motnjah hranjenja*. Ljubljana: Študentska organizacija Univerze v Ljubljani.

c) Zloraba drog

Uporaba drog med mladimi se v našem prostoru povečuje in postaja vedno bolj sprejemljivo socialno dejstvo, če ne celo (v nekaterih krogih) vedenjska norma in del vsakdanjika (Dekleva, Drogart). Trenutno ekstazi nadomeščajo nove sintetične droge, ki so žal slabo raziskane, zato se njihovega negativnega delovanja ne da v celoti opisati. V porastu je tudi uporaba kokaina.

Po medicinski klasifikaciji se na seznam drog uvrščajo alkohol, opiodi (heroin, metadon), kanabinoidi (izdelki iz indijske konoplje), pomirjevala in uspavala (tudi v obliki zdravila), kokain, stimulansi (vključno s kofeinom), halucinogene snovi, tobak in hlapljiva topila. V zadnjem času so popularne tudi t. i. plesne droge (ekstazi).

Vzrokov za zlorabo (uporabo) drog je več. Najdemo jih tako v uporabnikih samih kot v družini, ekonomskih ali drugih družbenih razmerah. Najpogostejši vzroki zlorab drog pri mladih so radovednost, želja pozabiti na težave (želja po pobegu), težnja po zadovoljitvi potreb brez navora, pritisk vrstnikov, nedejavno preživljanje prostega časa, učne težave, družinske razmere (starši so ločeni oziroma preza-posleni), vpliv medijev. Ali bodo mladi posegli po drogah, je odvisno predvsem od njihove osebnosti – za uporabnike drog je značilna nizka stopnja samospoštovanja, povečevanje vrednosti drugih in njihovih težav, zavrta agresivnost do samega sebe (občutek ničvrednosti).

Kako prepoznati študenta, ki ima težave z uživanjem drog? Znaki zasvojenosti se kažejo v:

- spremembah v učnem uspehu,
- fizičnih spremembah (rdeče oči, sledi vbodov, zanemarjenost in neurejenost, resne težave s spominom in koncentracijo),
- spremembah v prehranjevalnih in spalnih navadah (nespečnost, dremanje in spanje ob nenavadnih urah, izgubljanje telesne teže, nenadno povečanje ali zmanjšanje teka),
- spremembah v vedenju (slaba volja, potrnost, preganjavica, sovražnost, izredna občutljivost, izguba zanimanja za prejšnje hobije in dejavnosti, poznavanje kulture nedovoljenih drog in zbirališč uživancev, laganje),
- močni želji (hrepenenju) po uživanju določene droge,
- spremenjeni toleranci (človek se na drogo nekako navadi, postane manj občutljiv za njene učinke, zato je vzame več kot prej),
- zmanjšanem nadzoru nad količino zaužite droge,
- znakih abstinence krize,
- nadaljevanju uživanja droge kljub zavedanju o škodljivih posledicah.

Strokovne službe, kamor lahko napotite študenta, ki je odvisen od drog:

- Svetovalnica

Kunaverjeva ulica 2, Ljubljana

Nudijo pomoč mladim, staršem in učiteljem, kadar se soočajo s težavami uporabe drog.

Telefon: 01 510 16 70 ali 01 510 16 75

(vsak dan med 8.00 in 19.00, v petek do 17.00)

E-naslov: info@misss.org

- Center za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog

Zaloška cesta 29, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 587 49 70

(vsak delavnik od 8.00 do 15.00)

E-naslov: tanja.culafic@psih-klinika.si

www.psih-klinika.si

- Projekt Človek

Malenškova ulica 11, 1000 Ljubljana

Program za samopomoč, terapijo in socialno rehabilitacijo za zasvojene učivalce in njihove

svojce ter popoldansko-večerni program – program za tiste, ki (le) občasno jemljejo droge in potrebujejo pomoč pri vzdrževanju abstinence, šolanju in zaposlitvi.

Telefoni:

- naročanje na pogovore: 01 425 14 96 (med 9.00 in 15.00)
- sekcija staršev: 01 425 14 96
- sprejemni center: 01 540 31 74
- dnevni center: 01 540 47 89
- terapevtska skupnost: 04 512 07 53
- center za integracijo: 01 425 12 14

- Društvo anonimnih alkoholikov Slovenije

Avtomatski odzivnik: 01 433 82 25
 Naslov za zaupne informacije: AA, p. p. 3512, 1001 Ljubljana
 E-naslov: aa.slo@amis.net

- Inštitut Antona Trstenjaka

Resljeva cesta 11, Ljubljana
 Telefon: 01 433 93 01

- Osebni zdravnik

(Da napotnico za psihiatra, psihoterapevta.)

- Psihomenalna posvetovalnica

Zdravstveni dom, Aškerčeva 4
 Imajo specialista, ki je psihiater in psihoterapevt.
 Na razgovor se je treba naročiti, čakalna doba pa je 2 meseca.

- Psihološka svetovalnica ŠOU

Kersnikova 4, Ljubljana
 Nudijo pomoč, svetovanje in informacije pri osebnih stiskah, vprašanjih in težavah na osebnem, študijskem in socialnem področju.
 Telefon: 01 438 02 53

- Svetovalni telefon Psihiatrične klinike Ljubljana

Svetovalci so zdravniki, psihologi in socialni delavci, ki človeka razbremenijo, poskušajo omiliti njegovo stisko in mu pomagajo reševati težave. Dosegljivi so vsako noč od 19.00 do 7.00.
 Telefon: 01 520 99 00

- Društvo Stigma

Društvo za zmanjševanje škode pri uporabnikih nedovoljenih drog
www.drustvo-stigma.si

- Društvo UP

Društvo za pomoč zasvojenecem in njihovim svojcem www.drustvo-up.si

- TOM

Telefon otrok in mladostnikov
 Tel. št.: 080 1234, vsak dan od 12.00 do 20.00

- Zaupni telefon Samarijan

Svetovalci so usposobljeni prostovoljci. Dosegljivi so 24 ur na dan, vse dni v letu.
 Telefon: 080 1111

Za več informacij o zlorabi drog priporočamo naslednje spletne naslove:

- **DrogArt**
www.drogart.org/index.php?menu=1
- **Osveščen, ne zadet**
(Društvo študentov medicine Slovenije)
E-naslov: osvescen@slomsic.org

in literaturo:

- Auer, V., Horvat - Žnidaršič, Z., Felc, J., Kastelic, A. (2001). *Droge in odvisnost: priročnik za zdravstvene, socialne in pedagoške delavce*, Ormož: Samozaložba.
- Bevc - Stankovič, M. (2003). *Preprečimo odvisnosti od kajenja, alkohola, drog, hranjenja, dela, iger na srečo: živimo zdravo!*. Ljubljana: Za srce, Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.
- Dekleva, B. (1998). *Metodologija kvalitativnega raziskovanja škodljivih posledic uporabe drog med mladimi, Zaključno poročilo raziskovalne naloge*. Ljubljana: Društvo za razvijanje preventivnega in prostovoljnega dela.
- Dekleva, B. *Rekreativna uporaba drog*. Pridobljeno 15. 12. 2010 s spletne strani: www.drogart.org/index.php?menu=18&content=264.
- Hočevnar, A. (2005). *Preprečevanje rabe in zlorabe drog: starši med stroko in ideologijo*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta; Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Täschner, K. (2001). *Trde droge – mehke droge?: vse pomembnejše snovi, ki povzročajo odvisnost, in njihov učinek: kako prepoznati znake odvisnosti: koristni napotki za starše, prijatelje in učitelje*. Ptuj: In obs medicus, cop.
- Ule, M. (1998). *Prosti čas mladih v Ljubljani*. Ljubljana: Center za socialno psihologijo; Fakulteta za družbene vede.

č) Zloraba alkohola

Alkohol je pri nas legalna in posledično tudi najpogostejše zlorabljen droga, ki povzroča največ zdravstvenih in socialnih težav. Zaradi kulture v Sloveniji je pretirano uživanje alkohola žal tudi družbeno sprejemljivo. Zaradi alkoholizma je prizadeta vsaka četrta slovenska družina, vsako tretjo prometno nesrečo s smrtnim izidom pa povzroči pijan voznik.

Alkohol zavira centralni živčni sistem, zato večje količine vodijo do spremenjenega zaznavanja okolice, odzivanja nanjo ter spremembe počutja.

Psihološki učinki: izguba zadržkov, euforia, sproščenost, čustveni izbruhi ...

Fiziološki učinki: razširitev žil, omotica, otežen govor, nestabilna hoja, upočasnjeni odzivi, zmanjšana koncentracija, zamegljen vid, slabost in bruhanje ...

Tveganja ob zaužitju: izguba toplote in podhladitev, upočasnjeno dihanje ali prenehanje le-tega. Kronično uživanje povzroči močno fizično in psihično odvisnost ter ob prenehanju uživanja abstinenčni oz. odtegnitveni sindrom, ki je urgentno in smrtno nevarno stanje. Znaki so halucinacije, učni krči, epileptični napadi, alkoholni delirij in celo smrt. Dolgotrajno uživanje lahko povzroči cirozo in odpoved jeter, gastritis ter več vrst raka. Psihične posledice so motnje koncentracije, brezvoljnost, motnje spomina, izguba moralnih norm, alkoholna demenca.

Prva pomoč pri alkoholni zastrupitvi

Če je oseba pri zavesti, ji damo piti obilico vode, potem pa ji dražimo grlo in s tem izzovemo bruhanje. Če je oseba močno zaspana ali brez zavesti, zgoraj opisanega ne smemo početi, temveč jo namestimo v bočni položaj ter pokličemo zdravstveno pomoč na 112.

7. NAČRTOVANJE KARIERE IN DELO OB ŠTUDIJU

7.1. Načrtovanje kariere

Zelo pogosto študenti prepozno načrtujejo svojo karierno pot. Posledice tega se odražajo v preslabem poznavanju zaposlitvenih možnosti po zaključku študija, zato so le-te zares slabše, kar po diplomi pri nekaterih povzroči celo nezadovoljstvo z izbiro študija.

Mnogi študenti se slej kot prej znajdejo pred odločitvijo, kaj bodo počeli v svojem življenju. Njihove predstave o poklicih, ki bi jih želeli opravljati, so nemalokrat nejasne. Pogosto tudi ne uvidijo potrebe, da bi si morali že dovolj zgodaj izdelati konkretnije predstave o tem. Pri gradnji kariere je zelo pomembno, da študent pozna samega sebe. Dejstvo je, da so ljudje, ki vedo, kaj hočejo tako v zasebnem kot poslovnem življenju, precej uspešnejši. Razmisliti je treba o svojih osebnih in poklicnih ciljih, idealen čas za to pa je prav študijsko obdobje. Osebnih ciljev je izrednega pomena, saj brez njih ni osebnega, brez poklicnih ciljev pa ne poklicnega uspeha.

Študent lahko že med študijem naredi veliko za večjo konkurenčnost na trgu dela in svojo kariero, če:

- v času študija mreži oziroma navezuje koristne stike z osebami in institucijami, na katere se bo lahko obrnil pozneje, ko bo iskal zaposlitev (profesorji, delodajalci preko študentskega dela ipd.),
- gre na mednarodno študijsko izmenjavo/prakso v tujino,
- se udeležuje raznih obštudijskih dejavnosti, ki jih nudijo članice UL in univerza sama ter druge študentske organizacije (tutorstvo, članstva v društvih svetih ipd.),
- ustvarja osnove za svojo kariero (se udeležuje raznih delavnic in tečajev za pridobitev zaposlitvenih veščin, delavnic in tečajev za pridobitev/poglobitev računalniških ali jezikoslovnih znanj),

- že med študijem poskusi priti v stik s potencialnim delodajalcem (npr. v obliki opravljanja študijske/strokovne prakse ali projektne dela, pisanja seminarske, diplomske naloge na konkretnem problemu organizacije, pa tudi v obliki prijav na razpise in natečaje, ki jih razpišejo organizacije itd.).

Nemalokrat se lahko zgodi, da ne boste imeli zadostnih informacij o karieri in zaposlovanju študentov določenega študijskega programa. V tem primeru lahko študente napotite na karierne točke, ki so vzpostavljene na članicah Univerze v Ljubljani. Karierni center predstavlja stično točko med članico in trgov delovne sile. Vloga kariernih centrov Univerze v Ljubljani je ozaveščanje študentov o pomenu pravočasnega načrtovanja karierne poti, zato študentom nudijo:

- informacije o študijskih programih in zaposlitvenih možnostih diplomantov po zaključku študija,
- individualno in skupinsko karierno svetovanje, ki zajema svetovanje za pripravo kariernega načrta za uspešen prehod v prvo zaposlitev, svetovanje o izbiri študija, poklicno svetovanje,
- informacije o prostih delovnih mestih,
- informacije o izzivih v tujini,
- brezplačne delavnice in druga dodatna izobraževanja za študente za pridobivanje zaposlitvenih in drugih veščin ter znanj, ki jih študenti in diplomanti potrebujejo za uspešen vstop na trg delovne sile,
- predstavitve delodajalcev in zaposlitvenih možnosti v njihovih organizacijah,
- študijske obiske v organizacijah, kjer bodo študenti spoznali realno delovno okolje.

Za informacije o aktivnostih kariernih centrov se lahko obrnete na karierne svetovalce, ki delujejo na posameznih članicah: ¹⁹

KARIERNI CENTRI UNIVERZE V LJUBLJANI	
<i>Karierni svetovalci po članicah</i>	<i>Skupina članic</i>
Maja Dizdarevič , koordinatorica 01 244 37 32 maja.dizdarevic@uni-lj.si	Rektorat
Jana Gruden 01 241 86 98 jana.gruden@uni-lj.si	PF in drugo
Vesna Zupan 01 244 37 32 vesna.zupan@uni-lj.si	PeF in drugo
Iva Matjašič 01 280 92 78 iva.matjasic@uni-lj.si	FSD, ZF, FU
Barbara Spreizer 01 580 53 59 barbara.spreizer@uni-lj.si	FDV, FŠ, FA, ALUO, AGRFT
Tanja Potočnik 01 320 30 41 tanja.potocnik@uni-lj.si	MF, VF ,BF, FFA
Nataša Zalaznik Kuntarič 01 477 11 74 natasa.zalaznik-kuntaric@uni-lj.si	NTE, FKKT, FRI, FS, FGG, FMF, FE
Urška Gruden 01 244 20 33 urska.gruden@uni-lj.si	FF, TeoF
Andreja Turman 01 589 24 21 andreja.turman@ef.uni-lj.si http://www.ef.uni-lj.si/enote/cers/studenti/pomocSvetovanje.asp	EF, CERŠ

¹⁹ Operacijo delno financira Evropska unija, in sicer iz Evropskega socialnega sklada. Program se izvaja v okviru operativnega programa razvoja človeških virov 2007–2013, razvojna prioriteta 3, »Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja«, prednostna usmeritev 3.3, »Kakovost, konkurenčnost in odzivnost visokega šolstva«.

7.2. Delo ob študiju

Preko študentskega servisa lahko delajo samo osebe s statusom rednega ali izrednega študenta. Vsako šolsko/študijsko leto je treba članstvo z dokazilom o statusu študenta podaljšati. Preden študent z delom prične, je dobro, da zbere čim več informacij o delodajalcu (študentski servis vodi evidenco/lestvico rednih plačnikov), saj se dogaja, da študenti včasih ostanejo brez plačila.

Študent se lahko zavaruje tudi s t. i. pisnim dogovorom o delu. V tem dogovoru se uredijo vrsta in obdobje dela, urna postavka, način plačila, odmori, medsebojne pravice in obveznosti obeh strank (štu-

denta in delodajalca) ter druge specifične razmerja. Pisni dogovor in naročilo četrte napotnice sta v primeru neplačila neprecenljiv dokaz o dogovorjenem delu.

S 1. 1. 2007 je bila študentom, ki so prekinili študij (oz. »pavzirajo«), ukinjena možnost dela preko napotnice pooblaščen organizacije. Ta dela lahko opravljajo le dijaki, ki so že dopolnili 15 let, študenti in udeleženci izobraževanja odraslih, ki so mlajši od 26 let in se izobražujejo po javno veljavnih programih osnovnega, poklicnega, srednjega in strokovnega izobraževanja.



8. OBŠTUDIJSKE DEJAVNOSTI ŠTUDENTA

Tutorji spodbujajte študente k aktivnostim pri raznih obštudijskih dejavnostih, saj le-te lahko pozitivno vplivajo na njihovo študijsko obdobje na več načinov:

- Študent, ki pride študirat v Ljubljano, lahko na ta način spozna novo družbo in se tako počuti manj osamljenega.
- Sošolci se lahko bolje spoznajo med sabo in si med študijem pomagajo.
- Redne športne aktivnosti so izrednega pomena, saj vplivajo na študentovo psihofizično zdravje.
- Kulturne dejavnosti in ustvarjanje prispevajo k osebni rasti.
- V času študija lahko študent pridobiva dodatna znanja in veščine z obiskovanjem različnih izobraževanj (jezikovnih, računalniških ...), zaradi katerih ima lahko pozneje večje zaposlitvene možnosti.
- Študent pridobi veliko kompetenc in izkušenj z aktivnim članstvom v različnih društvih, svetih in organizacijah ali pa pri zastopanju interesov študentov v študentskih organizacijah.

8.1. Članstvo v študentskih društvih

Skoraj na vsaki članici UL obstaja vsaj eno študentsko društvo, ki povezuje študente posameznih študijskih programov in deluje za njihove skupne interese. Namen večine študentskih društev je vzpostaviti večjo povezanost med študenti in jim tako nuditi različne priložnosti za druženje (zabave, izlete, strokovno-zabavne ekskurzije). V društvih se pogosto organizira pomoč študentom ob študiju, različne delavnice, izobraževanja, usposabljanja, nekatera aktivnejša društva pa se povezujejo z deloda-

jalci in tako omogočajo, da si študent pridobi nekaj praktičnih izkušenj že v času študija.

8.2. Članstvo v študentskih svetih

Študentski svet (ŠS) je najvišji predstavniški organ vseh študentov na članici UL in je namenjen komunikaciji med študenti in vodstvom članice. Znotraj njega delujejo različne komisije in delovne skupine, ki se podrobneje ukvarjajo s študentsko problematiko na članici (izdajajo mnenja o napredovanju profesorjev, izvajajo študentske ankete, imajo predstavništvo v upravnem odboru in senatu članice, disciplinski komisiji in komisiji za dodiplomski študij ipd.). Vsak letnik vseh študijskih programov (tudi absolventi in podiplomskimi študenti) voli svojega predstavnika v ŠS članice, za kar lahko kandidira vsak študent posamezne članice. Na konstitutivni seji se izmed članov in članic izvoli predsednika, podpredsednika in tajnika. Volitve potekajo vsako leto v jeseni.

8.3. Članstvo v študentskih organizacijah

Vsak študent Univerze v Ljubljani postane tudi član Študentske organizacije Univerze v Ljubljani (ŠOU v Ljubljani, www.sou-lj.si). ŠOU v Ljubljani vsako leto izvede, soorganizira, sofinancira ali finančno podpira okoli 2000 različnih projektov in dejavnosti za študente, pri čemer so mnogi izmed njih tudi širšega civilno-družbenega pomena. Študenti lahko ŠOU v Ljubljani obišejo na www.sou-lj.si ali pa na Kersnikovi 4, v Rožni dolini, za Bežigradom in na ŠOU INFO točki na Trubarjevi 7 v Ljubljani. ŠOU v Ljubljani je ena bolj reprezentativnih univerzitetnih študentskih organizacij v Evropi. Študenti svoje predstavnike, ki delujejo v najvišjem predstavniskem telesu študentskega zbora, volijo vsaki dve

leti na študentskih volitvah. Strategije delovanja omenjene organizacije uresničuje predsedstvo, ki ga sestavlja predsednik ŠOU-a v Ljubljani in pet študentskih ministrov. Le-ti vodijo ključne resorje ŠOU-a v Ljubljani:

- Resor za študijsko problematiko
(studijska@sou-lj.si),
- Resor za socialo in zdravstvo
(sociala@sou-lj.si, zdravstvo@sou-lj.si),
- Resor za mednarodno sodelovanje
(mednarodna@sou-lj.si, io@sou-lj.si),
- Resor za obštudijske dejavnosti
(obstudijska@sou-lj.si),
- Resor za študentske organizacije visokošolskih zavodov (ŠOVZ; sovz@sou-lj.si).

Pod okriljem ŠOU-a v Ljubljani delujejo stalne dejavnosti:

- Dijaška skupnost Ljubljana
www.dsl-lj.si,
- študentska prehrana
www.sou-lj.si/zavihbek/prehrana,
- KISS – Komunikacijsko-informacijski servis ŠOU v Ljubljani
www.sou-lj.si,
- časnik Tribuna
www.tribuna.si,
- ŠOUVIZIJA, spletna televizija ŠOU v Ljubljani
www.souvizija.si,
- Civilno-družbena iniciativa – CDI
www.sou-lj.si,
- Društveno stičišče STIKS
www.sou-lj.si,
ki infrastrukturno, prek razpisov pa tudi finančno, podpira številna študentska društva.

ŠOU v Ljubljani je ustanovitelj sedmih zavodov, ki delujejo v okviru t. i. družine ŠOU. Vsi zavodi s svojimi programi pomembno sooblikujejo slovenski

kulturni prostor in so pomembni akterji v slovenski civilni družbi:

- **Zavod K6/4** (www.k6-4.org) je najpomembnejši promotor intermedijske umetnosti v Sloveniji,
- **Radio Študent** (www.radiostudent.si) je najstarejši evropski študentski radio,
- **Zavod ŠOU šport** (www.sousport.si) ponuja najcenejšo rekreacijo za študente,
- **Študentska založba** (www.studentskazalozba.si) slovenskim bralcem zagotavlja vrhunsko domače in prevodno leposlovje, humanistiko in znanstveno misel,
- **Zavod ŠOLT** (www.zavod-solt.si) študentom ponuja vse vrste izobraževalnih tečajev po študentom prijaznih cenah,
- **Hostel Celica** (www.souhostel.com) je eden najbolj znanih mladinskih hotelov na svetu,
- **Študentska svetovalnica** (www.svetovalnica.com) študentom ponuja brezplačno pravno, socialno, psihološko svetovanje, svetovanje za študij v tujini in svetovanje študentskim družinam. V okviru Študentske svetovalnice delujeta Brezplačna posredovalnica sob m2 in brezplačni študentski telefon (080 98 67).

8. 4. Izobraževanja, rekreacija

Večina organiziranih izobraževanj in aktivnosti je cenovno zelo ugodnih, nekatere pa so celo brezplačne. V nadaljevanju predstavljamo ponudbo za študijsko leto 2010/2011.

a) Jezikovna izobraževanja

- Zavod ŠOLT

Spletna stran: www.zavod-solt.si (12. 11. 2010)

Tečaji: angleščina, angleščina – akademska, angleščina – osvežitveni tečaji, angleščina – poslovna, angleščina – priprava za TOEFL iBT, angleška konverzacija, arabščina, finščina, francoščina, francoščina – pravno-ekonomska, francoska konverzacija, hindujščina, hrvaščina, italijanščina, italijanščina –

poslovna, italijanska konverzacija, japonsščina, kitajščina, latinščina, madžarščina, nemščina, nemščina – osvežitveni tečaji, nemška konverzacija, nizozemščina, norveščina, poljščina, portugalščina, ruščina, ruščina – poslovna, slovenščina, španščina, španska konverzacija, španščina – osvežitveni tečaji, srbsščina, srbsščina – poslovna, švedščina, ukrajinščina, češčina, EILC – ERASMUS INTENZIVE LANGUAGE COURSE, grščina, romunščina, hebrejščina, črnogorščina.

b) Druga izobraževanja

- Zavod ŠOLT

www.zavod-solt.si

Tečaji: ABC financ, barvanje z naravnimi barvili, načrtovanje poklicne kariere, fotografija, gojenje bonsajev, higiena živil, indijska kuhinja, izdelava vitraža, izdelovanje voščilnic, ustvarjalno pisanje, krojenje in šivanje, retorika, poslikava tekstilij, strojepisje, šola lepote, šola risanja, ustvarjalne delavnice, razni računalniški tečaji ...

c) Rekreativna

- Center za univerzitetni šport (CUŠ)

Kongresni trg 12, Ljubljana
E-naslov: cus@uni-lj.si
Telefon: 01 241 86 34
Spletne stran: www.uni-lj.si

Center organizira športne programe, ki so namenjeni vsem študentom z veljavnim statusom za tekoče študijsko leto. Nekateri programi se izvajajo čez celo leto, drugi pa samo za določeno obdobje. Veliko jih je brezplačnih. Prijava nanje je mogoča preko spletne prijavnice na www.uni-lj.si.

Celoletni programi: plavanje, vodna košarka, aerobika, latinoaerobika, vodna aerobika, košarka, odbojka, fitnes, joga, pilates, oblikovanje telesa in power stretch, flamenko, orientalski ples, salsa.

Sezonska rekreacija: alpsko smučanje, badminton, kajak, karate, lokostrelstvo, namizni tenis, norveška hoja, oblikovanje telesa, odbojka na mivki,

osnove potapljanja na vdih, plavalni tečaj, plezanje, pohodništvo, potapljanje, raztezanje in sproščanje, rolanje, strelstvo, tek na smučeh, turno smučanje.

- ŠOU šport

Tečaji: aerobika, pilates, jazzbalet, klasični balet, hip hop, joga, taj čičuan, plavanje, plezanje, boks, kikkoks, savate, fitnes, standardni in latinsko-ameriški plesi, trebušni ples, swing, salsa, tango, capoeira, masaža, potapljanje, karate, samoobramba, sabljanje, veščine mečevanja, športno plezanje, jahanje, rolanje, tenis, lokostrelstvo, drsanje, golf, sproščanje, turna smuka, tek na smučeh, smučanje, ledeno plezanje, jadranje in padalstvo.

Usposabljanja: vaditelj plavanja, učitelj smučanja, učitelj deskanja, vaditelj aerobike, učitelj rolanja, vaditelj čolna.

Adrenalinski športi: poleti z balonom, adrenalinski park, bungee jumping (skok z elastiko), raftanje, canyoning (soteskanje), vožnja s kajakom in hydro-speed.

www.sousport.si



8. 5. Prostovoljno delo

Društev ter javnih in zasebnih zavodov, ki bi potrebovali prostovoljce, je vedno več, s tem pa je prostovoljstvo vedno bolj priznано in spoštovano. Študent si lahko na ta način pridobi nove, nekoliko drugačne izkušnje, znanja, večšine in poznanstva z ljudmi vseh generacij, različnih poklicev ter življenjskih zgodb. Deluje lahko na lokalni, državni ali meddržavni ravni, se odloči za mednarodno prostovoljno izmenjavo ali za delo tutorja na svoji članici. S prostovoljnim delom si lahko pridobi neprecenljive delovne izkušnje, pogosto pa si bolje izoblikuje tudi svoje karijerne cilje.

Študent, ki želi postati prostovoljec, ima na izbiro veliko organizacij. Za vsakega se najde delovno področje, ki ga zanima:

- človekove pravice,
 - delo s socialno ogroženimi,
 - socialna politika,
 - pomoč žrtvam nasilja,
 - delo s starejšimi,
 - delo z gibalno in drugače oviranimi,
 - delo z otroki in mladimi,
 - delo za skupnost,
 - razvojno sodelovanje,
 - zdravje,
 - duševno zdravje,
 - osebna in duhovna rast,
 - odvisnosti,
 - preventiva,
 - ekologija, okolje,
 - živali,
 - kultura in umetnost,
 - mednarodno prostovoljno delo,
 - migracije,
 - naravne katastrofe, civilna zaščita,
 - materialna pomoč,
 - šport,
 - vzgoja in izobraževanje,
 - neformalna vzgoja in izobraževanje,
 - obveščanje.
- Na spletni strani www.prostovoljstvo.org so dostopne informacije o prostovoljnem delu ter seznam organizacij po področjih in njihovi kontakti.

8. 6. Kultura

Gledališče:

Študentski abonma za gledališke predstave lahko študent kupi za:

- **Mestno gledališče ljubljansko**

<http://www.mgl.si>

- **Slovensko narodno gledališče Drama Ljubljana**

<http://www.drama.si/>



Pevski zbori:

Nekatere članice UL imajo svoje pevske zборе, na sami UL pa deluje tudi odličen in mednarodno uspešen Akademski pevski zbor Tone Tomšič Univerze v Ljubljani.

ZBOR	
Akademski pevski zbor Alojzij Mav	Jurčičev trg 2, 1000 Ljubljana http://apzmav.blogspot.com/
Akademski pevski zbor Tone Tomšič Univerze v Ljubljani	Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana 031 314 287, www.apz-tt.si
Društvo glasbenih umetnikov Slovenije	Stari trg 34, 1000 Ljubljana
Glasbena mladina ljubljanska	Slovenska 11, 1000 Ljubljana www.gml-drustvo.si
Koralni zbor Akademije za glasbo	Stari trg 3, 1000 Ljubljana http://www.ag.uni-lj.si/index.php?page=predstave&action=detail&page_id=2&sub_id=17
Kulturno društvo Folk Slovenija	Kersnikova 4, p. p. 1578, 1000 Ljubljana quickmouse.net/folkslo
MPZ RTV Slovenija	Kolodvorska 2, 1550 Ljubljana
Pevski zbor študentov Medicinske fakultete COR	http://pzmf-cor.blogspot.com/
Primorski akademski pevski zbor Vinko Vodopivec	Krekov trg 2, 1000 Ljubljana www.vinkovodopivec.org
Zveza glasbene mladine Slovenije	Kersnikova 4, p. p. 1578, www.fu.uni-lj.si/pevskizbor http://www.glasbenamladina.si
Študentski pevski zbor Fakultete za upravo	Gosarjeva ulica 5, 1000 Ljubljana www.fu.uni-lj.si/pevskizbor
Študentski pevski zbor Pedagoške fakultete	



9. SVETOVALNE SLUŽBE ZA ŠTUDENTE UL

9.1. Služba za vpis UL

Več članic UL med srednješolci izvaja akcije za obveščanje in pridobivanje kandidatov za študij. Posebna informativna in svetovalna služba deluje tudi na univerzitetni ravni (VPIS) in sprejema prijave za vpis, usklajuje vpisne postopke ter obvešča prijavitelje.

- **Visokošolska prijavno-informacijska služba**
Kongresni trg 12, p. p. 524, 1000 Ljubljana
Uradne ure: 10.00–12.00 in 14.00–15.00
Telefon: 01 241 85 02, 01 241 85 18
E-naslov: vpis@uni-lj.si
www.vpis.uni-lj.si

9.2. Referati članic UL

Ukvarjajo se predvsem z naslednjimi področji:

- informativni dnevi,
- vpisni postopki,
- svetovanje študentom,
- urniki,
- izpitni roki,
- rezultati izpitov,
- prošnje v zvezi s študijem,
- predmetniki,
- zagovori diplomskih del,
- podelitve diplom,
- priloge k diplomam,
- Prešernove nagrade.



REFERATI ČLANIC UL

Akademija za glasbo	Vesna Obradovič vesna.obradovic@ag.uni-lj.si; T: 01 242 73 12
Akademija za gledališče, radio, film in televizijo	Breda Rues Erbežnik referat@agrft.uni-lj.si; T: 01 251 04 12
Akademija za likovno umetnost in oblikovanje	Barbara Kalan barbara.kalan@aluo.uni-lj.si, dekanat@alu.uni-lj.si T: 01 251 27 26, 01 251 81 32, 01 425 74 32
Biotehniška fakulteta	Darko Klobučar darko.klobucar@bf.uni-lj.si; T: 01 320 30 11
Ekonomska fakulteta	
<i>Enota za redni študij</i>	Sašo Novak saso.novak@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 11
<i>Program Ekonomija in UPEŠ</i>	Vesna Smolnikar vesna.smolnikar@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 13
<i>Program Visoka poslovna šola</i>	Špela Imperl spela.imperl@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 12
	Tilen Balon tilen.balon@ef.uni-lj.si; T: 01 589 26 44
	Nadja Kemperle nadja.kemperle@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 20
<i>Enota za izredni študij in študij na daljavo</i>	Mateja Škulj mateja.skulj@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 18
	Zdenka Weiss zdenka.weiss@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 17
	Nataša Šerjak natasa.serjak@ef.uni-lj.si; T: 01 589 24 22
Fakulteta za arhitekturo	Danijela Šinkovec danijela.sinkovec@fa.uni-lj.si; T: 01 200 07 10
	Danijela Knez danijela.knez@fa.uni-lj.si; T: 01 200 07 11
	Mateja Kapun Zajec mateja.kapun(at)fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 21
	Andreja Krnjajic andreja.krnjajic@fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 26
	Renata Mukavec Čuka renata.mukavec-cuka@fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 28
Fakulteta za družbene vede	Marjan Ožbolt marjan.ozbolt@fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 23
	Judita Panič judita.panic@fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 24
	Barbara Spreizer barbara.spreizer(at)fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 29
	Mateja Zorko Stopar mateja.zorko-stopar@fdv.uni-lj.si; T: 01 580 51 25

REFERATI ČLANIC UL

Fakulteta za elektrotehniko	<p>Marjanca Rebernik marjanca.rebernik@fe.uni-lj.si; T: 01 476 84 28</p> <p>Tatjana Lušina tatjana.lušina@fe.uni-lj.si; T: 01 476 82 13</p> <p>Romana Škrabanja romana.skrabanja@fe.uni-lj.si; T: 01 476 82 49</p> <p>Zdenka Velikonja zdenka.velikonja@fe.uni-lj.si; T: 01 476 82 13</p>
Fakulteta za farmacijo	referat@ffa.uni-lj.si; T: 01 476 95 00
Fakulteta za gradbeništvo in geodezijo	<p>Ksenija Južnič referat@fgg.uni-lj.si, ksenija.juznic@fgg.uni-lj.si T: 01 476 85 33</p>
<i>Redni in izredni študij gradbeništva</i>	<p>Janja Ribič janja.ribic@fgg.uni-lj.si; T: 01 476 85 35</p>
<i>Redni in izredni študij geodezije</i>	<p>Tanja Jesih tanja.jesih@fgg.uni-lj.si; T: 01 476 86 44</p>
<i>Študij vodarstva in komunalnega inženirstva</i>	<p>Lidija Živanovič lidija.zivanovic@fgg.uni-lj.si ; T: 01 426 42 88</p>
Fakulteta za kemijo in kemijsko tehnologijo	<p>Olga Skopec olga.skopec@fkkt.uni-lj.si,; T: 01 241 93 06</p> <p>Zdenka Modic zdenka.modic@fkkt.uni-lj.si; T: 01 241 93 04</p>
<i>Oddelek za kemijo in biokemijo ter Oddelek za kemijsko tehnologijo</i>	
<i>Oddelek za tehniško varnost</i>	<p>Slavka Lobnik slavka.lobnik@fkkt.uni-lj.si ; T: 01 500 76 00</p>
Fakulteta za matematiko in fiziko	referat@fmf.uni-lj.si; T: 01 476 65 15 , 01 476 65 17
Fakulteta za pomorstvo in promet	<p>Pavla Tomažič podiplomski.referat@fpp.uni-lj.si, redni.referat@fpp.uni-lj.si T: 05 676 72 53</p> <p>Alica Vrunč Krejačič redni.referat@fpp.uni-lj.si ; T: 05 676 71 50</p> <p>Tea Firm; T: 05 676 72 54</p>
Fakulteta za računalništvo in informatiko	<p>Dragica Furlan dragica.furlan@fri.uni-lj.si ; T: 01 476 82 28</p> <p>Metka Runovc metka.runovc@fri.uni-lj.si; T: 01 476 84 95</p> <p>Helena Marija Zupan dekanat@fri.uni-lj.si; T: 01 476 81 80</p>

REFERATI ČLANIC UL

Fakulteta za strojništvo	Vida Furlan vida.ferlan@fs.uni-lj.si; T: 01 477 11 46 Marija Kocijan marija.kocijan@fs.uni-lj.si; T: 01 477 11 45 Polona Majcen polona.majcen@fs.uni-lj.si; T: 01 477 11 46 Renata Piščanec renata.piscanec@fs.uni-lj.si; T: 01 477 11 46 Vida Susman; T: 01 477 11 46 Vanja Vidmar vanja.vidmar@fs.uni-lj.si; T: 01 477 11 69
Fakulteta za šport	referat@fsp.uni-lj.si; T: 01 520 77 72
Fakulteta za upravo	Stanka Primc stanka.primc@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 00 Nataša Ferderber nataša.ferderber@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 01 Marija Sušnik marija.susnik@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 04 Mateja Setnikar marija.susnik@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 04 Petra Kisovec petra.kisovec@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 01 Metka Pivk metka.pivk@fu.uni-lj.si; T: 01 580 55 01
Filozofska fakulteta	Janja Sešek Marija Šuštar Tabaković Alenka Bidovec Nevenka Valjavec Cirila Žumer studentski.referat@ff.uni-lj.si; T: 01 241 10 40, 01 425 70 28
Medicinska fakulteta	T: 01 543 77 20
Naravoslovnotehniška fakulteta	
<i>Oddelek za tekstilstvo</i>	Marko Eržen info@ntf.uni-lj.si; T:01 200 32 10 Barbara Lavrinc barbara.lavrinc@ntf.uni-lj.si; T:01 200 32 10
<i>Oddelek za geologijo, Oddelek za geotehnologijo in rudarstvo ter Oddelek za materiale in metalurgijo</i>	Urška G. Gliha urska.gliha@ntf.uni-lj.si; T:01 470 46 07
Pedagoška fakulteta	
Študijske zadeve	Mateja Matjašič T: 01 589 22 63
Redni študij	referat@pef.uni-lj.si; T:01 589 22 37, 01 589 22 01
Izredni študij	referat@pef.uni-lj.si; T:01 589 22 14
Center za nadaljnje izobraževanje in usposabljanje	permanentno@pef.uni-lj.si; T:01 589 22 29

REFERATI ČLANIC UL

Pravna fakulteta	
Za študente I. letnika	Branko Perhaj branko.perhaj@pf.uni-lj.si; T:01 420 32 26
Za študente II. in III. letnika	Milena Kastelic milena.kastelic@pf.uni-lj.si; T:01 420 32 25
Za študente IV. letnika in absolvente	Saša Seliškar Rojc sasa.rojc@pf.uni-lj.si; T:01 420 32 28
Teološka fakulteta	
Petra Prašnicki petra.prasnicki@uni-lj.si	
Veterinarska fakulteta	
Tatjana Penšek Slivar dekanat@vf.uni-lj.si; T:01 477 91 00	
Fakulteta za socialno delo	
Redni študij	Zmaga Predan zmaga.predan@fsd.uni-lj.si; T:01 280 92 59 Lidija Radojević lidija.radojevic@fsd.uni-lj.si; T:01 280 92 59
Izredni študij	Dejan Aubrecht dejan.aubrecht@fsd.uni-lj.si; T:01 280 92 59
Visoka šola za zdravstvo	Marija Hvale marija.hvale@vsz.uni-lj.si; T:01 300 11 24

9.3. Mednarodna služba UL in pisarne na članicah

Več članic UL je vzpostavilo študentske mednarodne pisarne, ki spodbujajo meduniverzitetno izmenjavo študentov. Mednarodna pisarna obvešča o študijskih programih, sprejema in usmerja tuje študente, ki prihajajo k nam, pošilja domače študente na tuje univerze in pomaga študentom reševati težave pri nastanitvi, priznavanju študija ipd. Mednarodna študentska pisarna deluje tudi na univerzitetni ravni. Usklajuje izmenjavo študentov članic UL, spodbuja in vzpostavlja stike z drugimi univerzami, vključno z izmenjavo učiteljev, skrbi za finančno podporo študentom, ki odhajajo na študij drugam, ter za nastanitev in druga vprašanja študentov, ki prihajajo na članice UL, ki nimajo svojih mednarodnih pisarn.

Kontaktne podatke za študij v tujini po članicah UL so dostopni na spletni strani UL www.uni-lj.si/mednarodne_izmenjave/kontakti.aspx.

9.4. Pooblaščenca za študente s posebnimi potrebami UL

Na UL nudimo ustrezno pomoč tudi študentom s posebnimi potrebami, zato je na vsaki članici UL imenovana pooblaščenca oseba. Kontaktne podatke za študente s posebnimi potrebami po članicah so dostopni na spletni strani UL www.uni-lj.si/studij_na_univerzi/studenti_s_osebimi_potrebami.aspx.

9.5 Karierni center UL, CERŠ

- **KARIERNI CENTER UL**
Kongresni trg 12, Ljubljana

Delovati je začel v okviru UL, in sicer z začetkom študijskega leta 2007/2008. Študentom nudi svetovanje pri izbiri študija, organizira delavnice, kjer se lahko učijo veščin iskanja zaposlitve, posreduje pri

študentskih praksah, organizira študijske obiske pri potencialnih delodajalcih in nudi ažurne informacije o zaposlitvenih možnostih diplomantov posamezne študijske smeri.

E-naslov: kc@uni-lj.si

Spletna stran: www.kc.uni-lj.si

Za študente Ekonomske fakultete v okviru tega deluje tudi:

- CERŠ

Center za svetovanje in razvoj študentov

Kardeljeva ploščad 17, Ljubljana

<http://www2.ef.uni-lj.si/enote/cers/studenti/home.asp>

9.6. Knjižnični sistem UL

V okviru knjižničnega sistema UL deluje 38 knjižnic fakultet, akademij in oddelkov ter 2 univerzitetni knjižnici: Centralna tehniška knjižnica Univerze v Ljubljani (CTK) ter Narodna in univerzitetna knjižnica (NUK). Knjižnični sistem odlikuje največja visokošolska zbirka tiskanih in elektronskih informacijskih virov v Sloveniji. Redni, izredni in podiplomski študenti si lahko s študentsko izkaznico ali

indeksom izposojajo gradivo v vseh knjižnicah UL, CTK-ju in NUK-u. Članarino plačajo na matični fakulteti oz. akademiji ob vpisu v prvi in višji letnik. Posamezna knjižnica UL študenta le evidentira v svoji zbirki članov. Študenti brez statusa poravnajo članarino v knjižnici matične fakultete oz. akademije in si nato s potrdilom o plačilu izposojajo gradivo tudi v drugih knjižnicah UL, razen v CTK-ju in NUK-u.

Preko portala Digitalne knjižnice UL je uporabnikom knjižnic UL na voljo približno 50.000 e-revij, e-knjig in podatkovnih zbirk najpomembnejših svetovnih založnikov. Do elektronskih virov UL lahko študenti dostopajo z računalnikov fakultet, akademij, CTK-ja in NUK-a ali prek oddaljenega dostopa (s poljubne lokacije ob katerem koli času). Za oddaljen dostop potrebuje študent številko študentske izkaznice oz. indeksa in geslo, ki ga pridobi v knjižnici matične fakultete oz. akademije.

Kontaktne podatke knjižnic UL:

www.uni-lj.si/knjiznice/knjiznice_univerze.aspx

Digitalna knjižnica UL (DiKUL):

http://www.uni-lj.si/knjiznice/digitalna_knjiznica_dikul.aspx



9.7. Oblike študentskega organiziranja v Sloveniji

- Študentski svet Univerze v Ljubljani
Kongresni trg 12, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 241 85 00
E-naslov: studentski.svet@uni-lj.si
Spletna stran: www.student-info.net
- Študentska organizacija Univerze v Ljubljani (ŠOU v Ljubljani)
Kersnikova ulica 4, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 438 02 00
E-naslov: info@sou-lj.si
Spletna stran: www.sou-lj.si
- Študentska organizacija Slovenije
Dunajska 51, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 280 80 00
E-naslov: info@studentska-org.si
Spletna stran: www.studentska.org
- Študentska organizacija Univerze v Mariboru (ŠOUM)
Kersnikova ulica 4, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 438 02 00
E-naslov: soum@soum.si
Spletna stran: www.soum.si
- Študentska organizacija Univerze na Primorskem (ŠOUP)
Pristaniška ulica 3, 6000 Koper
Telefon: 05 662 62 20
E-naslov: info@soup.si
Spletna stran: <http://soup.si/>
- Zveza študentskih klubov Slovenije oz. ŠKIS
Kersnikova ulica 4, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 438 02 00
E-naslov: info@skis-zveza.si
Spletna stran: <http://www.skis-zveza.si/>



9.7.1. Študentska društva, ki delujejo v okviru UL

ŠTUDENSKA DRUŠTVA
AKADEMIJA ZA GLASBO
Ni študentskih društev.
AKADEMIJA ZA GLEDALIŠČE, RADIO, FILM IN TELEVIZIJO
Ni študentskih društev.
AKADEMIJA ZA LIKOVNO UMETNOST
Društvo študentov Akademije za likovno umetnost Erjavčeva 23, 1000 Ljubljana
BIOTEHNIŠKA FAKULTETA
Društvo študentov agronomije (DŠA) Jamnikarjeva 101, 1000 Ljubljana, www.bf.uni-lj.si/dsa
Biotehnoško študentsko društvo (BŠD) Jamnikarjeva 101, 1000 Ljubljana, www.biotehnologi.si info@biotehnologi.si , Marko - 040 258 484
Društvo študentov lesarstva (DŠL) Cesta VIII/34, 1000 Ljubljana, drustvo.studentov.lesarstva@gmail.com
Društvo študentov biologije (DŠB) Večna pot 111, 1000 Ljubljana, 1000 Ljubljana dsb@biologija.org
Društvo študentov mikrobiologije Slovenije (DŠMBS) Jamnikarjeva ulica 101, dsb@biologija.org www.mikrobiologija.net
Društvo študentov zootehnikarstva (DŠZ) Groblje 3, Rodica, 1230 Domžale, 1230 Domžale klubzoo@bfro.uni-lj.si
Društvo študentov gozdarstva (DŠG) Večna pot 83, 1000 Ljubljana
Društvo študentov krajinske arhitekture (DŠKA) Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
Društvo študentov živilske tehnologije (DŠŽT) Jamnikarjeva 101, 1000 Ljubljana
Študentsko društvo za promocijo biotehniških ved (ŠDPBV) Večna pot 111, 1000 Ljubljana
Športno društvo BF Jamnikarjeva 101, 1000 Ljubljana

ŠTUDENSKA DRUŠTVA
EKONOMSKA FAKULTETA
Management Group Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, www.management-group.si , info.mgroup@gmail.com
SIFE (Students In Free Enterprise) Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, www.sife-slovenija.org , sife@novaekonomija.org
AIESEC Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, www.si.aiesec.org/ljubljana , info.lj@si.aiesec.org
ŠPIK (Center za študentsko podjetništvo, inovativnost in kreativnost) Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, miha.ef.uni-lj.si/spik , rok.stritar@ef.uni-lj.si
Študentska sekcija Društva za odnose z javnostmi (ŠS PRSS) Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, www.mojpiar.net , info@mojpiar.net
Društvo Student Project Group (SPG) Kardeljeva ploščad 17 1000 Ljubljana, www.studentproject.org , petra_kalan@yahoo.com
Mladi projektni managerji (MPM) Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana, www.mpm.si , lj@mpm.si
Športno društvo Ekonomske fakultete Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana miha.ef.uni-lj.si/sportno-drustvo/novice.html sdef@slobasket.com
TOPEF Kardeljeva ploščad 17, 1000 Ljubljana www.topef.si , info@topef.si
FAKULTETA ZA ARHITEKTURO
EASA (European Architecture Students Assembly) Zoisova 12, 1000 Ljubljana, www.easa.tk Easa_si@yahoo.com Barbara Škraba, 041 684 735

ŠTUDENTSKA DRUŠTVA

FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Društvo družboslovnih informatikov (DID)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.drustvo-did.si, info@drustvo-did.si

Društvo študentov kadrovskega menedžmenta (DŠKM)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.dskm.si, Dskm@dskm.si

Društvo študentov obramboslovja Slovenije (DŠOS)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.dsos.org, info@dsos.org

Društvo študentov novinarstva (FEJS)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.fejs.si, slovenia@fejs.org

Društvo za tržno komuniciranje (KALIDEJ)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.kalidej.net, info@kalidej.net

Društvo kulturologov (KULT.CO)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.kultco.org, info@kultco.org

Študentsko politološko društvo (POLITUSS)
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana
www.polituss.org, info@polituss.org

Športno društvo FDV
www.zsdul.si

FAKULTETA ZA ELEKTROTEHNIKO

Združenje študentov elektrotehnike in računalništva (EESTEC)
Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
www.eestec-lj.org, info@eestec-lj.org, 01 438 02 42

Društvo študentov tehnike in naravoslovja (BEST)
Tržaška 25, 1000 Ljubljana
www.bestljubljana.si, ljubljana@best.eu.org

Društvo mladih raziskovalcev Slovenije (DRMS)
Jamova 29, 1000 Ljubljana
www.drustvo-dmrs.si, dmrs@drustvo-dmrs.si

Športno društvo FE
sport.fe.uni-lj.si, iztok.mihevc@fe.uni-lj.si

FAKULTETA ZA FARMACIJO

Športno društvo študentov farmacije (ŠDŠF)
Aškerčeva 7, 1000 Ljubljana
www.farma-drustvo.si

Društvo študentov farmacije Slovenije (DŠFS)
Aškerčeva 7, 1000 Ljubljana
www.farma-drustvo.si

ŠTUDENTSKA DRUŠTVA

FAKULTETA ZA GRADBENIŠTVO IN GEODEZIJO

ŠD FGG e-STUDENT
Jamova 2, 1001 Ljubljana
www.student-info.net/fgg/sis.php?id=2&drustvo=fgg-e-student
fgg-e-student@fgg.uni-lj.si

ŠD Pika
Jamova 2, 1001 Ljubljana
sis.fgg.uni-lj.si/sis.php?id=2&drustvo=pika

Športno društvo Fakultete za gradbeništvo in geodezijo (ŠD FGG)
Jamova 2, 1001 Ljubljana
sis.fgg.uni-lj.si/sis.php?id=2&drustvo=sd

International Association of Civil Engineering Students (IASEC)
Kersnikova 4, 1000 Ljubljana, www.d-iaces.si
iaceslcljubljana@hotmail.com, 01 433 72 19

Društvo študentov geodezije Slovenije (DSGS)
Jamova 2, 1000 Ljubljana
www.drustvo-dsgs.si

Društvo študentov gradbeništva (ŠDG)
Jamova 2, 1000 Ljubljana
www.student-info.net/fgg/sis.php?id=2&drustvo=dg

FAKULTETA ZA KEMIJO IN KEMIJSKO TEHNOLOGIJO

Športno društvo FKKT
Aškerčeva 5, 1000 Ljubljana
www.student-info.net/fkkt/sis.php?id=2&drustvo=sd-fkkt

FAKULTETA ZA MATEMATIKO IN FIZIKO

Mass Vega klub
Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
www.mass-intl.org, mass-vegaclub@guest.arnes.si

Board of European Students of Technology (BEST)
Tržaška 25, 1000 Ljubljana
www.bestljubljana.si, ljubljana@best.eu.org

Kvarkadabra – Društvo za tolmačenje znanosti
Slovenska cesta 15, 1000 Ljubljana
www.kvarkadabra.net

Društvo mladih raziskovalcev Slovenije (DRMS)
Jamova 29, 1000 Ljubljana
www.drustvo-dmrs.si, dmrs@drustvo-dmrs.si

FAKULTETA ZA POMORSTVO IN PROMET

Športno društvo FPP
Pot pomorščakov 4, 6320 Portorož
www.zsdul.si/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1

ŠTUDENTSKA DRUŠTVA

FAKULTETA ZA RAČUNALNIŠTVO IN
INFORMATIKO

Športno društvo FRI
sport.fe.uni-lj.si, iztok.mihevc@fe.uni-lj.si

FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Društvo Gibanje
Topniška 31, 1000 Ljubljana
www.student-info.net/fsd/sis.php?id=2&društvo=gibanje
&file=predstavitev.htm
podkristina@email.si
Kristina Podbevšek, 031 737 851

Društvo študentov socialnega dela (DS)
Topniška 31, 1000 Ljubljana

FAKULTETA ZA STROJNIŠTVO

Športno društvo FS
Aškerčeva 6, 1000 Ljubljana, campus.fs.uni-lj.si/sdfs

FAKULTETA ZA ŠPORT

Ni študentskih društev.

FAKULTETA ZA UPRAVO

Ženska košarkaška ekipa
www.student-info.net/fu/sis.php?id=2&društvo=kosarka

Ženska nogometna ekipa
www.student-info.net/fu/sis.php?id=2&društvo=nogomet

Navijačice
www.student-info.net/fu/sis.
php?id=2&društvo=navijacice

Odbojka
www.student-info.net/fu/sis.php?id=2&društvo=odbojka

FILOZOFSKA FAKULTETA

Klub študentov anglistike in germanistike (KŠAG)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
www.anglistika.info, www.germanistika.net
sanda.skoro@gmail.com

Študentsko arheološko društvo (ŠAD)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
strgalka@strgalka.si

Sekcija študentov bibliotekarstva pri
Zvezi bibliotekarskih društev Slovenije (SŠB pri ZBDS)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
tanja.mercun@gmail.com

Študentsko etnološko gibanje ŠEG
Sekcija Slovenskega etnološkega društva (SED)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
segavec@yahoo.com

ŠTUDENTSKA DRUŠTVA

FILOZOFSKA FAKULTETA

Študentsko filozofsko društvo
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
matejahergan@gmail.com

Društvo mladih geografov Slovenije (DMGS)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
egea.ljubljana@gmail.com

Študentska sekcija
Društva za antične in humanistične študije (DAHŠ)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
www.ff.uni-lj.si/oddelki/Klasfilol/studenti.html

Študentska sekcija Slovenskega muzikološkega društva
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
nejc_sukljan@hotmail.com

Društvo študentov primerjalne književnosti in literarne
teorije – Društvo mladih ustvarjalcev
(IZMUZ)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
izmuzs@yahoo.com

Društvo študentov psihologije Slovenije (DŠPS)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
www.društvo-dsps.si/10/index.htm, info.dsps@gmail.com

Društvo študentske misli (ODPILK)
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
zupa.si@gmail.com

Društvo študentov umetnostne zgodovine – Kunsthistorik
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
www.kunsthistorik.net, kunsthistorik@gmail.com

Društvo študentov zgodovine
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana
društvo.zgodovinarjev@yahoo.com

MEDICINSKA FAKULTETA

Društvo študentov Medicinske fakultete
www.dsms.net

Medicinsko športno društvo

NARAVOSLOVNOTEHNIŠKA FAKULTETA

Ni študentskih društev.

PEDAGOŠKA FAKULTETA

Ni študentskih društev.

ŠTUDENTSKA DRUŠTVA

PRAVNA FAKULTETA

Evropsko združenje študentov prava – ELSA
Poljanski nasip 2, 1000 Ljubljana
www.elsa-ljubljana.org, elsa.ljubljana@uni-lj.si

Akademsko društvo Pravnik
www.pravna.org

Športno društvo Pravne fakultete
www.student-info.net/pf/sis.php?id=2

Ženevski klub pravnikov
www.student-info.net/pf/sis.php?id=2&drustvo=zkp

Društvo študentov prava Ljubljana (DŠPL)
Poljanski nasip 2, 1000 Ljubljana
<http://www.dspl.si/p/info.html>, info@dspl.si
Rok Hodej - 040 293 905

TEOLOŠKA FAKULTETA

Ni študentskih društev.

VETERINARSKA FAKULTETA

Mednarodno združenje študentov veterine (International Veterinary Students Association – IVSA)
Več informacij o društvu dobite v študentski sobi na Veterinarski fakulteti.
www.ivsa.org

Športno društvo Veterinar
www.zsdul.si/index.php?option=com_content&task=view&id=30&Itemid=32

VISOKA ŠOLA ZA ZDRAVSTVO

Študentsko društvo radiotehnologov
www.student-info.net/vsz/sis.php?id=2&drustvo=rtg

Sekcija študentov zdravstvene in babiške nege
Poljanska cesta 26 a, 1000 Ljubljana
szbn.zdravstvena.info, nasasekcija@gmail.com

DRUGO

Zveza športnih društev Univerze v Ljubljani
Cesta 27. aprila 31, 1000 Ljubljana
www.zsdul.si/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1

Univerzitetno potapljaško društvo Pozejdon
Cesta 27. aprila 31, 1000 Ljubljana
slavko.potocnik@mf.uni-lj.si
Slavko Potočnik - 041 341 711



9.8. Socialne zadeve

9.8.1. Zdravstvene službe

Zdravstveni dom za študente Univerze v Ljubljani

a) SPLOŠNA AMBULANTA

V okviru Zdravstvenega doma za študente Univerze v Ljubljani so študentom na voljo naslednji splošni osebni zdravniki:

Na Aškerčevi 4

Imajo sedem splošnih zdravnikov, ki delajo v dveh izmenah:²⁰

od 7.00 do 13.00 in od 13.00 do 19.00, ob sobotah pa od 8.00 do 12.00.

Telefon: 01 200 74 27, 01 200 74 29, 01 200 74 26

V študentskem naselju v Rožni dolini (blok VIII)

Splošni zdravnik paciente sprejema vsak dan od 7.00 do 13.00, razen ob ponedeljkih in četrtnih, ko dela od 13.00 do 19.00.²¹

Pred vsakim obiskom v ambulanti se je treba za termin dogovoriti po telefonu v času delovnih ur izbranega zdravnika.

Telefon: 01 241 65 43

b) SPECIALISTIČNE AMBULANTE

V zdravstvenem domu za študente sta le-tem na voljo tudi psihiater in ginekolog.

Psihiater

Na Aškerčevi 4 imajo specialista psihiatra in psihoterapevta, ki je dosegljiv vsak dan od 7.00 do 14.00, razen ob ponedeljkih in sredah, ko dela od 13.00 do 19.00. Na razgovor se je treba naročiti. Čakalna doba je 2 meseca.²²

Telefon: 01 200 74 11

Ginekolog (dispanzer za ženske)

Na Aškerčevi 4 sta dva ginekologa, ki izvajata tudi ultrazvočno diagnostiko.

Mogoča sta naročanje pacientk v ginekološko ambulanto ter izdaja receptov.²³

Telefon: 01 200 74 13

c) ZOBOZDRAVNIKI

Na Aškerčevi 4

Imajo 7 zobozdravnikov, ki delajo v dveh izmenah. Sprejem pacientov je enak kot pri splošnem zdravniku.²⁴

Telefon: 01 200 74 40, 01 200 74 41, 01 200 74 42, 01 200 74 43

V študentskem naselju v Rožni dolini (blok VIII)

Imajo dva zobozdravnika, ki delata v izmeni dopoldne od 7.00 do 13.00 oziroma popoldne od 13.00 do 19.00.

Telefon: 01 241 65 40

č) DEŽURNE AMBULANTE

Ambulanta splošne nujne medicinske pomoči v Ljubljani za odrasle deluje 24 ur na dan v Urgentnem bloku Kliničnega centra (vhod z Bohoričeve).

Splošna nujna medicinska pomoč

Telefon: 01 232 30 60, 01 522 84 08, 01 522 84 09

Zobozdravstvena nujna pomoč

Ob delavnikih med 7.00 in 19.00 nudi zobozdravstveno prvo pomoč študentu njegov izbrani zobozdravnik.

Telefon: 01 472 37 00, 01 472 37 18

Nočna nujna zobozdravstvena pomoč

Protibolečinska ambulanta Zdravstvenega doma Ljubljana deluje v kletni etaži ZD Ljubljana Center,

²⁰ Vir: <http://www.zdstudenti.si/dejavnosti/splosne-ambulante-askerceva/zdravniki-in-urniki> (11. 4. 2011).

²¹ Vir: <http://www.zdstudenti.si/dejavnosti/splosne-ambulante-rozna/zdravniki-in-urniki> (11. 4. 2011).

²² Vir: <http://www.zdstudenti.si/dejavnosti/psihiatricne-ambulante/zdravniki-in-urniki> (11. 4. 2011).

²³ Vir: <http://www.zdstudenti.si/dejavnosti/ginekoloske-ambulante/zdravniki-in-urniki> (11. 4. 2011).

²⁴ Vir: <http://www.zdstudenti.si/dejavnosti/zobozdravstvene-ambulante/zdravniki-in-urniki> (11. 4. 2011).

Metelkova 9, in sicer od 21.00 do 4.00, poleg tega pa deluje tudi ob nedeljah in praznikih, in sicer med 8.00 in 16.00.

Ambulanta ob nedeljah in praznikih nudi pomoč v skladu s pravili obveznega zdravstvenega zavarovanja, obisk nočne dežurne službe pa je mogoč z doplačilom (nadstandardna storitev).

Telefon: 01 472 37 18

d) DEŽURNE LEKARNE

Lekarna Ljubljana skrbi za izvajanje dežurne službe, to je neprekinjene 24-urne javne lekarniške službe. V nočnem času preko dežurnega okenca izdajajo zdravila na recept, ki so bila predpisana istega dne, in nujna zdravila.

9.8.2. Namestitvev in prehrana

a) ŠTUDENTSKI DOMOVI

- Zavod za študentske domove v Ljubljani

Cesta 27. aprila 31, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 242 10 00

E-naslov: studentski.domovi@siol.net

Spletna stran: www.stud-dom-lj.si

- Pisarna za študentske domove (sprejem, podaljšanje bivanja)

Kardeljeva ploščad 12, 1000 Ljubljana

Telefon: 01 530 60 27, 01 530 60 28

- Sprejemna pisarna

Telefon: 01 242 10 19, 01 242 10 21

ŠTUDENTSKI DOMOVI	
Rožna dolina h. c.	01 242 10 00
Blok A	Kardeljeva ploščad 15 01 534 07 51
Blok B	Kardeljeva ploščad 13 01 568 35 80
Blok C	Kardeljeva ploščad 14 01 534 00 49
Blok D	Kardeljeva ploščad 12 01 568 35 78
Topniška	Topniška 33 01 437 72 07
AK	Vilharjeva 13 01 232 21 74
Ilirska	Ilirska 2 01 231 45 42
VŠZ	Poljanska 26/b 01 231 71 94
Dom ŠD/3	Cesta v Mestni log 70 01 280 57 70
Dom ŠD/4	Cesta v Mestni log 72 01 280 57 72
Gerbičeva 59 – Stara	01 283 28 17
Dom FDV	Kardeljeva ploščad 5 01 530 60 00
Dom na Poljanski cesti	Poljanska cesta 59 01 280 57 00
Dom na Litostrojski cesti	Litostrojska cesta 55 01 513 63 51



b) BORZA ŠTUDENTSKIH SOB IN STANOVANJ, DRUŠTVO UNI-INFO

Kersnikova 17, 2000 Maribor
Telefon: 02 251 44 39, 031 290 425
E-naslov: mail@uni-info.si
Spletna stran: www.uni-info.si

c) REGISTRACIJA ZA ŠTUDENTSKO PREHRANO JE NA NASLEDNJIH MESTIH:

- METROPOL

Kersnikova 6
ponedeljek–četrtek: 8.00–19.00
petek: 8.00–15.00

- ŠOU v LJUBLJANI

Kersnikova 4
ponedeljek–četrtek: 8.00–19.00
petek: 8.00–15.00



10. ŠTUDENT V DISCIPLINSKEM POSTOPKU

V primeru, da se je študent znašel v disciplinskem postopku:

- Prebere naj si **Pravilnik o disciplinski odgovornosti študentov Univerze v Ljubljani**, kjer se bo natančno seznanil z disciplinskim postopkom.
- Odgovarja lahko samo za tiste kršitve študijskih dolžnosti in obveznosti, ki so bile pred kršitvijo oziroma v času le-te določene v zakonu, statutu, pravilih članice, pravilniku ali drugih splošnih aktih in za katere je bil predviden disciplinski ukrep.
- Na obravnavi ima pravico do pravnega zastopnika.

Na Univerzi v Ljubljani so za vodenje postopkov in izrekanje ukrepov zaradi kršitev dolžnosti in neizpolnjevanja obveznosti študentov pristojne disciplinske komisije I. stopnje na članicah in disciplinska komisija II. stopnje na ravni univerze.

Kršitve dolžnosti in neizpolnjevanje obveznosti so lahko lažji ali hujši.

Lažje kršitve so:

1. neprimerno vedenje, ki škodi ugledu Univerze v Ljubljani,
2. neprimeren odnos do študentov, učiteljev, mentorjev in drugih delavcev Univerze v Ljubljani,
3. dejanja, s katerimi se krši ugled študenta,
4. oviranje drugih študentov v pedagoškem ali raziskovalnem procesu.

Hujše kršitve so:

1. neizpolnjevanje dolžnosti, ki so opredeljene s Statutom Univerze v Ljubljani,
2. dejanja, ki imajo znake kaznivih dejanj in se preganjajo po uradni dolžnosti,
3. hujše kršitve javnega reda in miru v prostorih Univerze v Ljubljani in prostorih ali na kraju, kjer se izvaja pedagoški proces,
4. dajanje lažnih podatkov z namenom, da bi neupravičeno okoristili sebe ali koga drugega,
5. hujša kršitev reda in discipline na predavanjih, seminarjih, vajah ali v knjižnici,
6. poškodovanje premoženja Univerze v Ljubljani ali njene članice, povzročeno naklepno ali iz velike malomarnosti,
7. ponarejanje uradnih listin,
8. vsako dejanje ali opustitev le-tega, ki bi lahko povzročila nevarnost za življenje ali zdravje študentov, učiteljev in drugih delavcev Univerze v Ljubljani,
9. večkratna ponovitev lažjih kršitev dolžnosti,
10. prihajanje na Univerzo v Ljubljani pod vplivom mamil oziroma alkohola, uživanje mamil ali kajenje v prostorih Univerze v Ljubljani ali na kraju, kjer se izvaja pedagoški proces,
11. prevara pri preverjanju znanja.

Za kršitve dolžnosti in neizpolnjevanje obveznosti se študentu lahko izreče eden od naslednjih disciplinskih ukrepov:

1. opomin,
2. ukor,
3. začasna izključitev z Univerze v Ljubljani.

Dodatne informacije:

- Pravilnik o disciplinski odgovornosti študentov Univerze v Ljubljani je dostopen na spletni strani

www.uni-lj.si/o_univerzi_v_ljubljani/statut_in_pravilniki/pravilnik_o_disciplinski_odgovornosti.aspx

V primeru, da se študent znajde v taki situaciji in mu ne znate svetovati, ga lahko napotite v katero izmed spodaj navedenih strokovnih služb:

- **Pravno-informacijski center**

Pravno-informacijski center nevladnih organizacij – PIC
Metelkova 6 (nasproti Hostla Celica)
1000 Ljubljana
Telefon: 01 521 18 88
Spletna stran: *www.pic.si*

- **Pravno svetovanje ŠOU**

Kersnikova 4, 1000 Ljubljana
Telefon: 01 438 02 23
E-naslov: pravna.pomoc@sou-lj.si

- **Zavod PIP (pravo–informacije–pomoč)**

Maribor, Gosposvetska cesta 83,
telefon: 02 234 21 46,
e-naslov: pip@zavodpip.si

Murska Sobota, Zvezna ulica 10,
telefon: 02 535 27 60,
e-naslov: info@zavodpip.si



11. VAROVANJE OSEBNIH PODATKOV

Tutor mora pri svojem delu upoštevati tudi varovanje osebnih podatkov. Podatki, s katerimi se pri svojem delu srečuje, so namreč osebne narave in so kot taki deležni posebnega varstva. To podrobno ureja Zakon o varovanju osebnih podatkov.²⁵

Zakon v svojem 6. členu navaja pomen izrazov, katerih razumevanje je pomembno pri samem varovanju.

Za tutorja je pomembno, da ve, kaj je osebni podatek, kakšna obdelava osebnih podatkov je dovoljena ter kdo in kako lahko upravlja z njimi.

Osebni podatek je kateri koli podatek, ki se nanaša na posameznika, ne glede na obliko, v kateri je izražen.

Posameznik je določena ali določljiva fizična oseba, na katero se nanaša osebni podatek; fizična oseba je določljiva, če se jo lahko neposredno ali posredno identificira, predvsem s sklicevanjem na identifikacijsko številko ali na enega oziroma več dejavnikov, ki so značilni za njeno fizično, fiziološko, duševno, ekonomsko, kulturno ali družbeno identiteto, pri čemer način identifikacije ne povzroča velikih stroškov in nesorazmerno velikega napora oziroma ne zahteva veliko časa.

Obdelava osebnih podatkov pomeni kakršno koli delovanje ali niz delovanj, ki se izvaja v zvezi z osebnimi podatki, ki so avtomatizirano obdelani oziroma so pri ročni obdelavi del zbirke osebnih podatkov ali pa so namenjeni vključitvi v zbirko osebnih podatkov; to je zlasti zbiranje, pridobivanje, vpis, urejanje, shranjevanje, prilagajanje ali spreminjanje, priklic, vpogled, uporaba, razkritje s prenosom, sporočanje, širjenje ali drugo dajanje na razpolago, razvrstitev ali povezovanje, blokiranje, anonimiziranje, izbris ali uničenje. Obdelava je lahko ročna ali avtomatizirana (sredstva obdelave).

Zbirka osebnih podatkov je vsak strukturiran niz podatkov, ki vsebuje vsaj en osebni podatek, ki je dostopen na podlagi meril, ki omogočajo uporabo ali združevanje podatkov, ne glede na to, ali je niz centraliziran, decentraliziran oziroma razpršen na funkcionalni ali geografski podlagi. Za strukturiran niz podatkov je značilno, da je organiziran na takšen način, da določi ali omogoči določljivost posameznika.

Upravljevec osebnih podatkov je fizična, pravna ali druga oseba javnega ali zasebnega sektorja, ki sama ali skupaj z drugimi določa namene in sredstva obdelave osebnih podatkov, oziroma oseba, določena z zakonom, ki določa tudi namene in sredstva obdelave.

Uporabnik osebnih podatkov je fizična, pravna ali druga oseba javnega ali zasebnega sektorja, ki se ji posredujejo ali razkrijejo osebni podatki.

Posredovanje osebnih podatkov je posredovanje ali razkritje le-teh.

Osebna privolitev posameznika je prostovoljna izjava volje posameznika, da se lahko njegovi osebni podatki obdelujejo za določen namen. Dana je na podlagi informacij, ki mu jih mora po tem zakonu zagotoviti upravljevec; osebna privolitev posameznika je lahko pisna, ustna ali druge ustrezne oblike.

Pisna privolitev posameznika je podpisana privolitev posameznika, ki ima obliko listine, določila v pogodbi ali naročilu, priloge k vlogi ali drugo obliko v skladu z zakonom; kot podpis velja tudi na podlagi zakona s podpisom izenačena oblika, podana s telekomunikacijskim sredstvom, ter na podlagi zakona s podpisom izenačena oblika, ki jo poda posameznik, ki ne zna ali ne more pisati.

²⁵ Vir: <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=200794&stevilka=4690> (11. 4. 2011).

Ustna ali druga ustrezna privolitev posameznika je ustno ali s telekomunikacijskim oziroma drugim ustreznim sredstvom ali na drug ustrezen način dana privolitev, iz katere je mogoče nedvomno sklepati na posameznikovo privolitev.

Anonimiziranje je takšna sprememba oblike osebnih podatkov, da jih ni več mogoče povezati s posameznikom ali pa je to mogoče le z nesorazmerno velikimi napori, stroški ali porabo časa.

Občutljivi osebni podatki so podatki o rasnem, narodnem ali narodnostnem poreklu, političnem, verskem ali filozofskem prepričanju, članstvu v sindikatu, zdravstvenem stanju, spolnem življenju, vpisu v kazensko evidenco ali evidence (in izbrisu iz njih), ki se vodijo na podlagi zakona, ki ureja prekrške (v nadaljnjem besedilu: prekrškovne evidence); občutljivi osebni podatki so tudi biometrične značilnosti, če je z njihovo uporabo mogoče določiti posameznika v zvezi s katero od prej navedenih okoliščin.



12. SLOVAR

12.1. Terminologija v tutorskem sistemu

Tutorski sistem UL soustvarja veliko posameznikov: študenti vseh članic UL, pedagoško osebje in strokovno osebje na članicah in v Upravi UL. Za lažje razumevanje in enopomensko pojmovanje posameznih terminov so v dokumentu »Tutorski sistem UL« podane naslednje opredelitve:

Študent

je študent UL, ki je v tutorskem sistemu prejemnik pomoči in svetovanja tutorja učitelja ali tutorja študenta. Lahko je vsak redni in izredni študent članic UL na prvi ali drugi stopnji študija.

Tutor učitelj

je osebni svetovalec, ki študente usmerja skozi študij. To je lahko vsak visokošolski učitelj ali asistent.

Tutor študent

je osebni svetovalec, ki študente usmerja skozi študij. To je lahko redni ali izredni študent UL, ki je vpisan najmanj v drugi letnik prvostopenjskega študija in se prijavi na razpis za tutorstvo.

Koordinator tutorjev učiteljev

je lahko vsak visokošolski učitelj ali visokošolski sodelavec na članici UL, ki ga vodstvo članice pooblasti za koordinacijo tutorskega dela.

Koordinator tutorjev študentov

je lahko vsak visokošolski učitelj, zaposlena oseba na članici UL oziroma njen redni ali izredni študent, ki ga vodstvo članice pooblasti za koordinacijo dela tutorjev študentov.

Zbor tutorjev

je organ članice UL, katerega temeljna naloga je spremljanje tutorskega dela na članici, sprejem letnega načrta dela tutorjev in zaključnega poročila o tutorskem delu na članici. Sestavljajo ga: prodekan za študijske/študentske zadeve, koordinatorji tutorjev učiteljev in tutorjev študentov ter posamezni tutorji učitelji oziroma tutorji študenti.

Učiteljsko tutorstvo

je oblika dela tutorja visokošolskega učitelja ali sodelavca, ki praviloma individualno svetuje dodeljenim študentom glede njihovega študija, izbire študijske poti in drugih vprašanj, povezanih s študijem.

Študentsko tutorstvo

je oblika dela tutorja študenta, ki kolegom študentom svetuje glede njihovih študijskih in življenjskih vprašanj na univerzi.

12.2. Vloge v tutorskem sistemu UL

Tutorski sistem UL soustvarja veliko posameznikov: študenti ter pedagoško in strokovno osebje članic UL. Naloge posameznih subjektov v tutorskem siste-

mu UL se razlikujejo glede na vlogo, ki jo imajo v sistemu, in glede na tutorski model, v katerem delujejo. Tutorski sistem UL predvideva naslednje temeljne naloge posameznih akterjev:

Tutor študent:

- Izvaja tutorske ure po objavljenem razporedu.
- Komunicira s svojimi študenti tudi prek telefona in/ali elektronske pošte.
- Vodi evidenco dela s študenti, na podlagi katere sestavi polletno in letno poročilo o svojem delu.
- Usposablja se po programu za izobraževanje tutorjev študentov.

Tutor učitelj:

- Izvaja tutorske ure po objavljenem razporedu.
- Komunicira s svojimi študenti tudi prek telefona in/ali elektronske pošte.
- Vodi evidenco dela s študenti, na podlagi katere sestavi polletno in letno poročilo o svojem delu.
- Usposablja se po programu za izobraževanje tutorjev učiteljev.

Koordinator tutorjev študentov:

- Vodi sestanke tutorjev študentov.
- Tutorjem študentom nudi pomoč pri njihovem delu.
- Tutorjem študentom posreduje študijske in obštedijske informacije.
- Ureja spletni forum tutorjev študentov na članici.
- Skrbi za izvajanje letnega delovnega načrta študentskega tutorstva na članici.
- Spremlja delovanje tutorjev študentov in zbere vsa njihova letna poročila.
- V sodelovanju s pomočnikom/komisijo za tutorstvo sestavi skupno letno poročilo o študentskem tutorstvu članice.

Koordinator tutorjev učiteljev:

- Vodi sestanke tutorjev učiteljev.
- Tutorjem učiteljem svetuje pri njihovem delu.
- Tutorjem učiteljem nudi študijske in obštedijske informacije.
- Spremlja delovanje tutorjev učiteljev.
- Ureja spletni forum tutorjev učiteljev na članici.
- Skrbi za izvajanje letnega delovnega načrta učiteljskega tutorstva na članici.
- V sodelovanju s pomočnikom/komisijo za tutorstvo sestavi skupno letno poročilo o učiteljskem tutorstvu članice.

Zbor tutorjev članice:

- Razpravlja o problematiki tutorskega dela.
- Sprejme letni načrt tutorskega dela.
- Sprejme sistem evalviranja tutorskega dela.
- Sprejme letno poročilo o tutorskem delu glede na poročila posameznih tutorjev.

Pomočnik ali komisija za tutorstvo na članici:

- Pripravi letni načrt dela za tutorje študente in tutorje učitelje in ga posreduje v sprejem zboru tutorjev članice.
- Pripravi letno poročilo o delu tutorjev študentov in tutorjev učiteljev (izsledki letnih poročil študentskega in učiteljskega tutorstva).
- Vsako leto pripravi razpis za izbor tutorjev študentov za študentsko tutorstvo, obravnava vloge za tutorje študente in slednje nato izbere.
- Zagotavlja stalno evalvacijo dela tutorjev študentov in tutorjev učiteljev.
- Organizira usposabljanja za tutorje študente in tutorje učitelje članice.

Prodekan za študijske/študentske zadeve na članici:

- Zagotavlja polno podporo in omogoča nemoteno delovanje tutorstva na članici.
- Zagotavlja prostorske pogoje za izvajanje tutorstva.
- Predseduje zboru tutorjev članice.
- Vodstvu članice in UL poroča o izsledkih letnih poročil o tutorstvu.

Koordinator tutorstva na UL:

- Sprejema letna poročila zbora tutorjev članic in oblikuje enotno tutorsko poročilo za UL.
- Organizira usposabljanje za tutorje, ki se lahko odvija enotno za vse tutorje študente in tutorje učitelje UL.
- Organizira letna srečanja tutorjev in prireja posvete za prenos dobrih praks.
- Administrira tutorski forum na ravni UL.
- Razvija program tutorstva in pripomočke zanj.

Prorektor UL, zadolžen za študentsko tutorsko področje:

- Zagotavlja polno podporo in omogoča nemoteno delovanje tutorstva na UL.
- Pripravi kreditno ovrednoten program tutorskega dela študentov.
- Upošteva izsledke letnih poročil o tutorstvu pri vodenju politike in odločanju o študijskih in življenjskih težavah študentov.

Glavna in odgovorna urednica: Andreja Kert

Urednica: Vanja Perovšek

Avtorji besedil: Vanja Vučetić Dimitrovski, Adrijana Biba Starman, Vanja Perovšek, Teja Velkavrh, Maja Dizdarevič, Sabina Resnik, Vlasta Zabukovec, Anja Vidmar, Vesna Zupan, Urša Romavh, Enrika Črnivec, Katja Cerjak, Mojca Kotar, Polonca Miklavc Valenčič, Marjana Slobodnik, Študentska organizacija UL

Slovenski jezikovni pregled: Alkemist, prevajalske storitve, d. o. o.

Leto izdaje: 2011

Izdala: Univerza v Ljubljani

Oblikovanje in računalniški prelom: BONS

Posebna zahvala: Alenki Bera, Poloni Car, Almi Elezović, Nataši Godec, Tanji Jolič, Sanji Leban, Luki Planincu, Ani Schmidt, Tini Sever, Alji Vute, Mojci Zadavec, Maji Zupan, Društvu študentov medicine Slovenije in Zavodu Študentska svetovalnica

Foto: Žejko Stevanić, IFP d.o.o.

www.uni-lj.si