

# מרכז ייעוץ ותמיכה בסטודנטים

- סיוע במצבים של משבר אישי, משפחתי או תחושת מצוקה
  - קביעת סדרי עדיפויות ותכנון זמן יומי ושבועי
  - ייעוץ, ליווי ותמיכה בבעיות פיזיות, רפואיות, לקויות למידה והפרעת קשב וריכוז
  - סיוע בבניית מערכת לימודים מותאמת אישית
  - ייעוץ לגבי בחירת פקולטה במידה וקיימת התלבטות מקצועית
  - מתן שיעורי עזר פרטניים על ידי סטודנטים מצטיינים
  - ייעוץ לאסטרטגיות היבחנות יעילות
  - התמודדות עם מצבי לחץ בלימודים ובבחינות
  - ביופידבק- טיפול בכאב, לחץ וחרדה דרך שליטה בנשימות במדדי גוף נוספים
  - חדר כושר מנטלי- אפשרות לקבל אישור כניסה לחדר אימון מנטלי שנועד ללימוד טכניקות הרגעה, שיפור ביצועים לימודיים
  - משירות מילואים ללמידה סדירה
  - תיווך מול גורמים שונים בטכניון ומחוצה לו
- \*הפגישות יכולות להתקיים גם בזום

לקביעת פגישה עם יועצי המרכז יש  
לפנות למזכירות המרכז  
מייל: [counsel@technion.ac.il](mailto:counsel@technion.ac.il)  
טל': 04-8294112/4905

דלת פתוחה  
להקשבה וייעוץ

מרכז ייעוץ ותמיכה  
בסטודנטים  
לשבת דיקן הסטודנטים

