



## ISHOD 3

Višejezični priručnik: razumevanje načina zaštite i podrške studentima kada je u pitanju mentalno zdravlje i blagostanje (Priručnik 1)

Partners on Embrace HE project



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ  
UNIVERSITY OF CRETE



## Contents

Naslov priručnika 1: Prepoznavanje potreba studenata na visokoškolskim ustanovama za mentalnim zdravljem i blagostanjem kroz stvaranje studentske zajednice u okviru studentskog kampusa .....	4
Zaključak: .....	7
Bibliografija.....	8

## Rezime

Ovaj dokument je deo rezultata projekta EMBRACE HE koji je finansirala agencija ERASMUS+ UK i koji je realizovan u periodu između 2019. i 2022. (broj projekta: KA203-5B5EC153).

Partneri na projektu su:

- Univerzitet Birmingham Siti, Ujedinjenog Kraljevstvo;
- Univerzitet u Navari, Španija;
- Zapadnobalkanski institut, Srbija;
- Univerzitet na Kritu, Grčka;
- Univerzitet u Vilniusu, Litvanija

Izveštaj daje kratak prikaz višejezičnog priručnika koji je fokusiran na razumevanje problema mentalnog zdravlja studenata visokog obrazovanja, kao i na koji način najbolje podržati potrebe studenata u visokom obrazovanju.

## Naslov priručnika 1: Prepoznavanje potreba studenata na visokoškolskim ustanovama za mentalnim zdravljem i blagostanjem kroz stvaranje studentske zajednice u okviru studentskog kampusa

Izazovi mentalnog zdravlja i prilagođavanja sa kojima se suočavaju studenti visokog obrazovanja nazivaju se „krizom mentalnog zdravlja“ (Chen et al., 2019), „krizom u visokom obrazovanju“ (Hubble & Bolton, 2020) i „ krizom u raju“ (Blum, 2016). Zauzvrat, visokoškolske ustanove suočavaju se sa neviđenom potražnjom za uslugama savetovanja i pritiskom da se naprave promene u oblasti nastave i učenja u akademskom životu. Ove krize pokrenule su debate unutar ustanova visokog obrazovanja, ali i društva u celini.

Studenti visokog obrazovanja suočavaju se sa izazovima mentalnog zdravlja, te sa izazovima u učenju i finansijskim izazovima koji negativno utiču na njihovo blagostanje. Studenti prijavljuju poteškoće sa anksioznošću, depresijom i teškoće u akademskom životu u tolikoj meri da je to nazvano „krizom mentalnog zdravlja“ na univerzitetskim kampusima. Ove poteškoće dodatno pogoršavaju mnoge prepreke sa kojima se studenti suočavaju u pristupu nezi koja im je potrebna. Savetodavne službe su preopterećene zbog nedostatka osoblja. Ostale prepreke podrazumevaju stigmatu i nedostatak znanja o mentalnom zdravlju i dostupnim uslugama. U ovom priručniku identifikovali smo inovativne intervencije koje mogu da sprovedu službenici u visokom obrazovanju, te savetodavni centri i osoblje. Čini se da holistički pristupi „zajednice u okviru kampusa“ odgovaraju potrebama studenata jer su sveobuhvatni, fleksibilni i efikasni (Barr & McNamara, 2022).

Pandemija COVID-19 poremetila je univerzitete širom sveta, primoravajući ih na prelazak na učenje na daljinu i postavljajući pitanja o budućnosti visokog obrazovanja i života u kampusu kakav poznajemo. Pružanje usluga mentalnog zdravlja na kampusima koji su okrenuti naglavce izazovnije je nego ikad. Visokoškolske ustanove se bave digitalnim mentalnim zdravljem. Projekat EMBRACE i priručnik pružaju onlajn alatke (video snimke, podcastove, prezentacije sa pripovedanjem) koje osoblje visokog obrazovanja, instruktori i studenti mogu da iskoriste dok se kreću kroz promenljivi pejzaž.

Ciljevi i zadaci EMBRACE priručnika 1 su sledeći:

- Da predstavi rezime izazova kada je u pitanju mentalno zdravlje i blagostanje sa kojima se suočavaju studenti u visokom obrazovanju, fakulteti, službe i kreatori politike širom sveta
- Da preispita probleme mentalnog zdravlja i blagostanja
- Da pruži pregled postojećeg znanja i aktuelnih diskusija u vezi sa mentalnim zdravljem i blagostanjem učenika

- Da identifikuje i promovise zajedničko razumevanje najboljih praksi za unapređenje mentalnog zdravlja i blagostanja u kampusima širom Evrope
- Da promovise holistički pristup zdravstvenoj zaštiti i blagostanju koji je fleksibilan, prilagodljiv i odgovara potrebama učenika
- Da identifikujete inovativne prakse koje mogu funkcionisati kao resursi za kreatore politike, stručnjake za studentska pitanja, univerzitetske službe, savetovaništa i druge zainteresovane strane
- Da unapredi kapacitete univerziteta i koledža širom Evrope da pruže podršku mentalnom zdravlju i blagostanju studenata na kampusima

Priručnik se fokusira na sledeća pitanja: mentalno zdravlje i blagostanje studenata u visokom obrazovanju; prihvatanje potreba za očuvanjem mentalnog zdravlja u visokom obrazovanju; holistički pristupi u zaštiti mentalnog zdravlja na ustanovama visokog obrazovanja; jačanje odnosa i povezanosti u zajednici; prakse prevencije i intervencije. Napredak zajednice u okviru kampusa je prioritet. Sa tim ciljem partneri koji su saradivali u okviru EMBRACE projekta proizveli su sledeće onlajn alate koji su dostupni na veb-stranici projekta EMBRACE.

1. Izazovi i debate u okviru podkasta sumiraju izazove i debate u zadovoljavanju potreba za mentalnim zdravljem i blagostanjem studenata u visokom obrazovanju. Rezime je nastao kao rezultat pregleda empirijske literature koja se fokusira na potrebe studenata u visokom obrazovanju i kako im se može izaći u susret. (Univerzitet na Kritu, Grčka)
2. PowerPoint prezentacija: „Praksa i programiranje primenjeni u procesu izlaženja u susret potrebama studenata u visokom obrazovanju za mentalnim zdravljem“ daje odgovor na pitanje: Kako da upravljamo „krizom mentalnog zdravlja“ na kampusima u tako zahtevnim okolnostima? (Univerzitet na Kritu, Grčka)
3. PowerPoint prezentacija: „Senzibilizacija osoblja i fakulteta u vezi sa svešću o mentalnom zdravlju“ pruža smernice osoblju visokog obrazovanja i nastavnom osoblju kako da studentima pruže podršku koja im je potrebna. Opisan je holistički pristup zajednici u kampusu, a prezentacija odgovara na pitanje: Kako se postiže bolja saradnja u različitim sektorima i službama koje visokoškolske institucije imaju tako da politike i programi mogu bolje da zadovolje potrebe studenata za blagostanjem? (Univerzitet na Kritu, Grčka)
4. Video „Obuka vratara u visokom obrazovanju“ nudi smernice o tome kako unaprediti perspektivu zajednice u kampusu negovanjem pismenosti o mentalnom zdravlju širom te iste zajednice. Video odgovara na pitanje: „Kako se postiže bolja saradnja u različitim sektorima i službama koje visokoškolske institucije imaju tako da politike i programi mogu bolje da zadovolje potrebe studenata za blagostanjem?“ (Univerzitet u Vilnius, Litvanija)

5. Video "Vršnjaci kao podrška" opisuje program vršnjačke podrške i kako takvi programi odjekuju širom visokoškolskih kampusa pomažući studentima da se povežu, umreže i podržavaju jedni druge. (Univerzitet u Navari, Španija)
6. Odeljak „Jačanje povezanosti i odnosa u zajednici“ fokusira se na promovisanje povezanosti učenika: njihov osećaj pripadnosti, integracije i zadovoljstva životom u visokom obrazovanju. Govori se i o unapređenju i produbljivanju angažovanja i uključivanja studenata. U okviru vebinar prezentacije diskutovalo se o uslugama i građanskom angažmanu, a predstavljen je i promovisan „Okvir za učenje u visokom obrazovanju“. Video „Realizatori projekta EMBRACE HE o blagostanju učenika“ odgovara na sledeća pitanja: Koje su prednosti razmišljanja o nastavnoj praksi? Kako da se podrže studenti i osoblje u postizanju ravnoteže između posla i privatnog života? (Video uradio BCU tim) (Univerzitet na Kritu, Grčka)
7. Odeljak „Blagostanje: prakse prevencije i intervencije“ u priručniku pruža studentima resurse za samopomoć. Oni obuhvataju video snimke koji se fokusiraju na: terapiju prihvatanja i posvećenosti; praksu prevencije i intervencije i blagostanje; suočavanje sa gubitkom; prevazilaženje odlaganja; priručnik za podizanje svesti i video o svesti na grčkom jeziku i na kraju „Sprečavanje nasilja na romantičnim sastancima“. Ove prezentacije i vežbe usmerene su na veštine i mogu da osnaže učenike, unaprede njihove životne veštine kao i akademske, društvene i emocionalne veštine. (Univerzitet na Kritu, Grčka)

### Zaključak:

Sa promenama koje nastaju na globalnom nivou obrazovne institucije moraju da preuzmu ulogu hrabrih lidera. Sve strane koje investiraju u visoko obrazovanje trebalo bi da imaju glas u ovim razgovorima: studenti koji zahtevaju relevantnije obrazovanje; roditelji koji emocionalno i materijalno ulažu u svoju decu; članovi nastavnog osoblja koji štite akademsku slobodu, podstiču i unapređuju učenje i doprinose dobrobiti studenata i šire zajednice. Svi moramo da učimo i da se povezujemo jedni sa drugima u procesima od kojih zavise obrazovanje i napredak (Gill & Gergen, 2020).

U svetu koji mora da se ujedini u suočavanju sa višestrukim zdravstvenim, socijalnim, ekološkim i ekonomskim krizama, visokoškolske ustanove moraju da nastave da dopiru do društva i sveta punog izazova, delujući kao glas osnaživanja, podrške, zaštite i relevantnog obrazovanog iskustva.

## Bibliografija

Barr, M. L., & McNamara, J. (2022). Community-Based Participatory Research: Partnering with College Students to Develop a Tailored, Wellness-Focused Intervention for University Campuses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16331. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph192316331>

Blum, S. (2016). "I love learning: I hate school": an anthropology of college. Cornell University Press. *ProQuest Ebook Central*, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/uocgr/detail.action?docID=4676709>.

Chen, J.A., Stevens, C., Wong, S., & Liu, C.H. (2019). Psychiatric Symptoms and Diagnoses Among U.S. College Students: A Comparison by Race and Ethnicity. *Psychiatric Services (Washington, D.C.)*, 70(6), 442–449. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201800388>

Gill, S. & Gergen, K. J. (2020). "Educational Evaluation: A Relational Perspective". *The Sage Handbook of Social Constructionist Practice*. <https://works.swarthmore.edu/fac-psychology/1139>

Hubble, S., & Bolton, P. (2020). *Support for students with mental health issues in higher education in England*. House of Commons Library. House of Commons Library. Briefing Paper number 8593, 2 March 2020. Commonslibrary.parliament.UK.