



## METODINĖ PRIEMONĖ

Gerosios patirties, kaip užtikrinti studentų gerovę, įtraukimas į institucinius procesus, mokymą ir mokymąsi

Partners on Embrace HE project



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ  
UNIVERSITY OF CRETE



## Santrauka

Šis dokumentas yra EMBRACE HE projekto, kurį finansavo ERASMUS+ agentūra Jungtinėje Karalystėje ir kuris vykdomas 2019-2022 m., rezultatų dalis. Projekto numeris KA203-5B5EC153.

Galite laisvai naudotis visais projekto metodiniais leidiniais ir kita medžiaga, tačiau, laikydamiesi intelektinės nuosavybės principų, prašome, kad, jei ką nors cituosite publikacijose ir pan., paminėtumėte projektą ir ES.

Projekto partneriai: Birmingemo miesto universitetas, Jungtinė Karalystė; Navaros viešasis universitetas, Ispanija; Vakarų Balkanų institutas, Serbija; Kretos universitetas, Graikija; Vilniaus universitetas, Lietuva. Šios metodinės priemonė parengimui vadovavo kolegos iš Vilniaus universiteto, prisidedant ir kitiems projekto partneriams.

Šis priemonių rinkinys buvo sukurtas siekiant sutelkti dėmesį į geros studentų gerovės praktikos įtvirtinimą aukštųjų mokyklų procesuose, mokyme ir mokymesi. Juo siekiama, kad geroji praktika, kaip užtikrinti studentų gerovę, būtų vertinama kaip institucinis holistinis darbo principų rinkinys, atsižvelgiant į tai, kaip aukštojo mokslo strateginiai, administraciniai ir mokymo aspektai gali veikti kartu, kad būtų sukurta geresnė aplinka studentų psichikos sveikatai ir gerovei. Jos turinys atspindi toliau aprašytos gerovės sąvokos svarbą holistiniams instituciniams metodams, pagrindinį dėmesį skiriant įvairiems šios sąvokos aspektams ir skatinant geriausios praktikos kūrimą atsižvelgiant į studentą ir jo poreikius.

Kas yra gerovė? Tai svarbus klausimas. Pasaulio sveikatos organizacija (2001) teigia, kad psichikos sveikata - tai ne tik psichikos ligos nebuvimas, bet ir gerovės jausmas. Tačiau gerovės idėja ir ypač jos ryšys su platesne sveikata ir psichikos sveikata yra sudėtingas ir daugiasluoksnis (Galderisi ir kt., 2015). Gerovė gali būti suprantama kaip pagrindinis psichikos sveikatos rodiklis (Keyes, 2014; PSO,

2004). Iš kitos pusės, ji neapsiriboja vien psichikos sveikata ir apima suvokimą, kad gyvenimas klostosi gerai ir kad asmuo gerai jaučiasi "savyje" (Ruggeri et al, 2020). Gerovė yra susijusi su sėkme profesiniu, asmeniniu ir tarpasmeniniu lygmenimis, o gerai besijaučiantys asmenys pasižymi didesniu produktyvumu, veiksmingesniu mokymusi, kūrybiškumu, prosocialesniu elgesiu ir pozityviais santykiais (Huppert ir So, 2013).

Šios metodinės priemonės struktūra yra pagrįsta GuildHE ataskaitos (2018) rezultatais, kurioje išskirtos dešimt pagrindinių studentų gerovės sričių: pilietinis dalyvavimas; gerovės strategijos / politika; asmeninis saugumas; materialinė parama; informacijos suteikimas ir nukreipimas; studijų / darbo / gyvenimo pusiausvyra; akademinė parama; gyvenimas studentų miestelyje; visų studentų įtraukimas (žr. schemą pagrindiniame priemonių rinkinio puslapyje interneto svetainėje <https://embracehe.org/toolkit-05/>). Ši priemonė remiasi GuildHE (2018) ataskaitos išvadomis, taip pat Soutter, O'Steen ir Gilmore (2014) darbu, kuriame teigiant, kad gerovė yra daugiamatė, yra išskiriamos septynios gerovės sritys:

- **Turėjimas**, susijęs su ištekliais, priemonėmis, išorinėmis ir/ar studento pastangomis, mainų proceso metu įgytomis galimybėmis.
- **Buvimas** apibrėžiamas per savęs suvokimą.
- **Priklausymas** reiškia priklausymo aukštosios mokyklos fiziniam ir sociokultūriniam kontekstui jausmą. Šioje gerovės srityje pabrėžiama, kad visi studentai turėtų turėti vienodas galimybes naudotis erdvėmis, informacija ir veikla.
- **Jausmai ir mąstymas** yra dvi viena kitą stiprinančios sritys, kurios gali būti puoselėjamos atkreipiant dėmesį į studentų emocinę išraišką ir sprendimų priėmimą, įtraukiant ir afektinius bei kognityvinius vertinimus.
- **Funkcionavimas ir orientacija į pasiekimus** - tai sritys, atspindinčios aktyvų ir tikslingą įsitraukimą į veiklas, naudojimąsi reikiama ištekliais ir galimybėmis ar jų siekimą.

Septynios sritys atspindi konkrečius studentų gerovės aspektus (Soutter et al., 2014), kurių visuma gali pasitarnauti kaip jų gerovės siekimo praktikos gairės,

todėl jos naudojamos šiame priemonių rinkinyje, siekiant padėti jums suprasti pagrindinius principus ir jų taikymo praktikoje būdus.

Rengiant šį priemonių rinkinį taip pat pasitelktas ir pozityviosios psichologijos požiūris į studentų gerovę aukštosiose mokyklose (GuildHE, 2018), kuris suteikiama specifinį pagrindą jos kūrimui ir palaikymui. Pozityviosios psichologijos požiūryje daugiausia dėmesio skiriama tam, kad kiekvienas studentas / student galėtų tobulėti, akcentuojant jo/jos asmenines stiprybes (Williams, Horrell, Edmiston ir Brady, 2018; Seldon ir Martin, 2018). Pagrindiniai pozityviojo ugdymo principai, įtraukti į priemonių rinkinį, yra proaktyvumas, o ne reaktyvumas, visų studentų įtraukimas, studentės aktyvaus įsitraukimo ir kontrolės skatinimas bei jų pasitikėjimo savimi ir gebėjimų ugdymas (Seldon ir Martin, 2018).

Tikimės, kad šis priemonių rinkinys leis jums išnagrinėti, apmąstyti ir plėtoti student psichikos sveikatos ir gerovės užtikrinimo savo aukštojoje mokykloje praktiką.

## Literatūra:

Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 14(2), 231–233. doi: 10.1002/wps.20231

GuildHE (2018). Well-being in Higher Education. A Research Report. Retrieved from: <https://www.guildhe.ac.uk/wp-content/uploads/2018/10/GuildHE-Wellbeing-in-Higher-Education-WEB.pdf>

Huppert, F.A., & So, T.T. (2013). Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Social indicators research*, 110(3), 837–861. doi: 10.1007/s11205-011-9966-7

Keyes C.L.M. (2014). Mental health as a complete state: how the salutogenic perspective completes the picture. In: G.F. Bauer & O. Hämmig (Eds). *Bridging occupational, organizational and public health*. Dordrecht: Springer, pp. 179–92.

Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á., Matz, S., & Huppert, F.A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(192).doi: 10.1186/s12955-020-01423-y

Soutter, A.K., O’Steen, B., & Gilmore, A. (2014) The student well-being model: a conceptual framework for the development of student well-being indicators. *International Journal of Adolescence and Youth*, 19(4), 496-520. doi: 10.1080/02673843.2012.754362

Williams, N., Horrell, L., Edmiston, D., and Brady, M. (2018) The Impact of Positive Psychology on Higher Education,” *The William & Mary Educational Review*: Vol. 5 : Iss. 1 , Article 12. Retrieved from: <https://scholarworks.wm.edu/wmer/vol5/iss1/12>

World Health Organization. *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice (Summary Report)* Geneva: World Health Organization; 2004

World Health Organization. (2001) *The world health report 2001: mental health, new understanding, new hope*. Geneva: World Health Organization