



METODINIS LEIDINYS NR. 3

Daugiakalbis priemonių rinkinys:
Studentų (-čių) gerovės ir psichikos
sveikatos problemų supratimas. Apsauga
ir parama. (1 priemonių rinkinys)

Partners on Embrace HE project



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
UNIVERSITY OF CRETE



Contents

| | |
|--|---|
| Santrauka | 3 |
| 1 priemonių rinkinio pavadinimas: Aukštųjų mokyklų studentų (-čių) psichikos sveikatos ir gerovės poreikių tenkinimas kuriant universiteto bendruomenę | 4 |
| Apibendrinant: | 7 |
| Nuorodos | 8 |

Santrauka

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

Projekto partneriai: Birmingemo miesto universitetas, Jungtinė Karalystė; Navaros viešasis universitetas, Ispanija; Vakarų Balkanų institutas, Serbija; Kretos universitetas, Graikija; Vilniaus universitetas, Lietuva.

Šioje ataskaitoje aprašomas daugiakalbis priemonių rinkinys, kuriame daugiausia dėmesio skiriama aukštojo mokslo studentų (-čių) (AMS) gerovės ir psichikos sveikatos problemoms suprasti bei tam, kaip geriausiai patenkinti AMS poreikius.

1 priemonių rinkinio pavadinimas: Aukštųjų mokyklų studentų (-čių) psichikos sveikatos ir gerovės poreikių tenkinimas kuriant universiteto bendruomenę

Psichikos sveikatos ir prisitaikymo sunkumai, su kuriais susiduria aukštųjų mokyklų studentai (-ės), vadinami „psichikos sveikatos krize“ (Chen et al., 2019), „krize aukštajame moksle“ (Hubble & Bolton, 2020) ir „krize rojuje“ (Blum, 2016). Savo ruožtu aukštojo mokslo institucijos (AMI) susiduria su precedento neturinčia konsultavimo paslaugų paklausa ir skatinimu mokymo ir mokymosi pokyčiams akademinėje srityje. Šios krizės sukėlė diskusijas aukštosiose mokyklose (AM) ir visuomenėje.

AMS susiduria su psichikos sveikatos, mokymosi ir finansiniais sunkumais, kurie neigiamai veikia jų gerovę. Studentai praneša apie nerimo, depresijos ir akademinės veiklos sunkumus tokiu mastu, kad universitetų miesteliuose tai buvo pavadinta „psichikos sveikatos krize“. Šiuos sunkumus apsunkina daugybė kliūčių, su kuriomis susiduria studentai, norėdami gauti jiems reikalingą pagalbą. Konsultavimo centrai yra per daug apkrauti dėl nepakankamo darbuotojų skaičiaus. Kitos kliūtys, trukdančios gauti pagalbą, yra stigma ir žinių apie psichikos sveikatą bei teikiamas paslaugas trūkumas. Šiame priemonių rinkinyje nurodėme inovatyvias intervencines priemones, kurias gali įgyvendinti AM administratoriai, konsultavimo centrai ir darbuotojai. Atrodo, kad holistiniai „miestelio bendruomenės“ metodai atitinka studentų poreikius, nes yra visapusiški, lankstūs ir veiksmingi (Barr & McNamara, 2022).

COVID-19 pandemija sutrikdė universitetų veiklą visame pasaulyje, priversdama pereiti prie nuotolinio mokymosi ir keldama klausimus apie aukštojo mokslo ir universitetų miestelių ateitį. Teikti psichikos sveikatos paslaugas universitetų miesteliuose, kuriuose įprastas gyvenimas buvo paveiktas pandemijos, yra kaip niekada sudėtinga. AMI gilina siūlomus skaitmeninius psichikos sveikatos paslaugų teikimo būdus. EMBRACE projekte ir šiame priemonių rinkinyje pateikiamos internetinės priemonės (vaizdo įrašai, tinklalaidės, „PowerPoint“ prezentacijos), kurios gali būti naudingos aukštųjų mokyklų darbuotojams (-oms), dėstytojams (-oms) ir studentams (-ėms) orientuojantis besikeičiančioje aplinkoje.

1-ojo EMBRACE priemonių rinkinio tikslai ir uždaviniai:

- Apibendrinti psichikos sveikatos ir gerovės iššūkius, su kuriais susiduria aukštųjų mokyklų studentai (-ės), dėstytojai (-os), administratoriai (-ės) ir politikos formuotojai (-os) visame pasaulyje.
- Išnagrinėti psichikos sveikatos ir gerovės klausimus.
- Apžvelgti esamas žinias ir diskusijas apie studentų psichikos sveikatą ir gerovę.
- Nustatyti ir skatinti bendrą supratimą apie geriausias praktikas, padedančias stiprinti psichikos sveikatą ir gerovę universitetų miesteliuose visoje Europoje.

- Skatinti holistinį požiūrį į sveikatos priežiūrą ir gerovę, kuris būtų lankstus, lengvai pritaikomas ir atitiktų studentų (-čių) poreikius.
- Nustatyti inovatyvias intervencines praktikas, kurios gali būti naudingos politikos formuotojams (-oms), studentų (-čių) reikalų specialistams (-ėms), universitetų administratoriams (-ėms), konsultavimo centrams ir kitoms suinteresuotosioms šalims.
- Stiprinti Europos universitetų ir kolegijų gebėjimus remti AMS psichikos sveikatą ir gerovę universitetų miesteliuose.

Priemonių rinkinyje daugiausia dėmesio skiriama šiems klausimams: Psichikos sveikata ir gerovė AM; Psichikos sveikatos priežiūros poreikių tenkinimas AM; Holistinis požiūris į psichikos sveikatos priežiūrą AM miesteliuose; Bendruomenės santykių ir ryšių stiprinimas; Prevencija ir intervencijos, siekiant gerovės. Prioritetas teikiamas miestelio bendruomenės pažangai. Šiais tikslais EMBRACE projekto partneriai parengė šias internetines priemones, kurios paskelbtos EMBRACE projekto interneto svetainėje.

1. Tinklaidėje „Iššūkiai ir diskusijos“ apibendrinami iššūkiai ir diskusijos, susijusios su AMS psichikos sveikatos ir gerovės poreikių tenkinimu. Apibendrinimas parengtas remiantis empirinės literatūros apžvalga, kurioje daugiausia dėmesio skiriama AMS poreikiams ir jų tenkinimui. (Kretos universitetas, Graikija)
2. „PowerPoint“ prezentacija su pasakojimu: „Praktika ir programos, taikomos tenkinant AMS psichikos sveikatos poreikius“ pateikia atsakymą į klausimą: Kaip tokiomis sudėtingomis aplinkybėmis suvaldyti „psichikos sveikatos krizę“ universitetų miesteliuose? (Kretos universitetas, Graikija)
3. „PowerPoint“ pristatymas: „Personalo ir dėstytojų sąmoningumo ugdymas psichikos sveikatos klausimais“ pateikiamos rekomendacijos AM darbuotojams (-oms) ir dėstytojams (-oms), kaip suteikti paramą studentams (-ėms), kuriems (-oms) jos reikia. Aprašomas holistinis miestelio bendruomenės požiūris ir pristatyme atsakoma į klausimą: Kaip būtų galima geriau bendradarbiauti ir kooperotis tarp skirtingų sektorių ir paslaugų, kurias teikia AMI, kad vykdomos priemonės geriau atitiktų studentų (-čių) gerovės poreikius? (Kretos universitetas, Graikija)
4. Vaizdo įrašė „Vartininkų mokymas aukštosiose mokyklose“ pateikiamos gairės, kaip tobulinti miestelio bendruomenės perspektyvą skatinant psichikos sveikatos raštingumą visoje miestelio bendruomenėje. Atsako į klausimą: „Kaip būtų galima geriau bendradarbiauti ir kooperotis tarp skirtingų sektorių ir paslaugų, kurias teikia AMI, kad vykdomos priemonės geriau atitiktų studentų (-čių) gerovės poreikius?“ (Vilniaus universitetas, Lietuva)

5. Vaizdo įrašė „Bičiulių programa“ aprašoma bendraamžių paramos programa ir tai, kaip tokios programos AM miesteliuose padeda studentams (-ėms) bendrauti, užmegzti ryšius ir gauti tarpusavio palaikymą. (Navaros viešasis universitetas, Ispanija)
6. Priemonių rinkinio skyriuje „Bendruomenės santykių ir ryšių stiprinimas“ daugiausia dėmesio skiriama studentų ryšių skatinimui: jų priklausymo, integracijos ir pasitenkinimo gyvenimu aukštojoje mokykloje jausmui. Studentų (-čių) įsitraukimo ir dalyvavimo skatinimas ir gilinimas taip pat aptariamas internetinio seminaro pristatyme, kuriame aptariamas ir skatinamas paslaugų mokymasis, pilietinis įsitraukimas ir „Aukštojo mokslo mokymosi sistema“. Vaizdo įrašė „EMBRACE AM darbuotojai apie studentų (-čių) gerovę“ atsakoma į šiuos klausimus: Kokia mokymo praktikos apmąstymo nauda? Kaip galima padėti studentams (-ėms) ir darbuotojams (-oms) rasti darbo ir asmeninio gyvenimo pusiausvyrą? (BCU komandos vaizdo įrašas) (Kretos universitetas, Graikija)
7. Priemonių rinkinio skyriuje „Gerovė: Prevencijos ir intervencijos praktika“ studentams (-ėms) pateikiami savitarpio pagalbos išteklių. Vaizdo įrašuose daugiausia dėmesio skiriama šioms temoms: Priėmimo ir įsipareigojimo terapija; Prevencijos ir intervencijos praktika ir gerovė; Susidorojimas su netektimi; Atidėliojimo įveikimas; Sąmoningumo priemonių rinkinys ir sąmoningumo vaizdo įrašas graikų kalba ir galiausiai „Smurto per pasimatymus prevencija“. Šie į įgūdžius orientuoti pristatymai ir užduotys gali suteikti studentams (-ėms) daugiau galimybių, pagerinti jų gyvenimo įgūdžius ir akademinis, socialinius bei emocinius gebėjimus. (Kretos universitetas, Graikija)

Apibendrinant:

Keičiantis pasauliui, švietimo įstaigos turi imtis lyderystės. Visos šalys, investuojančios į aukštąjį mokslą, turėtų dalyvauti šiose diskusijose: studentai (-ės), reikalaujantys (-čios) aktualesnio išsilavinimo; tėvai, kurie emociškai ir materialiai investuoja į savo vaikus; dėstytojai (-os), kurie (-os) saugo akademinę laisvę, skatina ir gerina mokymąsi bei prisideda prie studentų (-čių) ir platesnės bendruomenės gerovės. Visi turime mokytis vieni iš kitų ir bendrauti vieni su kitais - nuo šių procesų priklauso išsilavinimas ir klestėjimas (Gill & Gergen, 2020).

Pasaulyje, kuris turi susivienyti susidūręs su daugybe sveikatos, socialinių, aplinkosauginių ir ekonominių krizių, AMI turi ir toliau kryptis į iššūkių patiriančią visuomenę ir pasaulį, veikdamos kaip įgalinimo, paramos, apsaugos ir tinkamos edukacinės patirties skleidėjos.

Nuorodos

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.