

MINISTERSTWO EDUKACJI I NAUKI
DEPARTAMENT SZKOLNICTWA WYŻSZEGO

Raport
dotyczący pomocy psychologicznej w uczelniach

Warszawa, kwiecień 2021

1. WPROWADZENIE

Od ponad roku cała społeczność akademicka boryka się z trudnościami zapewnienia bezpiecznej pracy i kształcenia w uczelniach, które są spowodowane utrzymującym się stanem epidemii koronawirusa. W obecnie trwającym, drugim semestrze roku akademickiego 2020/2021, uczelnie nadal prowadzą zajęcia na studiach głównie wykorzystując metody i techniki kształcenia na odległość.

Jednocześnie w sytuacji stanu epidemii w Polsce Minister Edukacji i Nauki podejmuje - w odniesieniu do uczelni - wszelkie możliwe działania mające na celu zapewnienie ciągłości funkcjonowania podmiotów wchodzących w skład systemu szkolnictwa wyższego i nauki.

Skutkiem tych działań było wydanie rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 25 lutego 2021 r. w sprawie czasowego ograniczenia funkcjonowania niektórych podmiotów systemu szkolnictwa wyższego i nauki w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19 (Dz. U. poz. 363), zgodnie z którym – w okresie od dnia 27 lutego 2021 r. do dnia 30 września 2021 r. – m.in. zajęcia na studiach są prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość niezależnie od tego, czy zostało to przewidziane w programie danego kształcenia. Możliwe jest także prowadzenie w siedzibie uczelni lub w jej filii tych zajęć, które ze względu na swoją specyfikę nie mogą być realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość (najczęściej zajęć kształtujących umiejętności praktyczne). Uczelnie mogą w siedzibie prowadzić także zajęcia przewidziane w programie studiów do realizacji na ostatnim roku studiów.

Ponadto, zgodnie z art. 76a ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. – *Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce* (Dz. U. z 2021 r. poz. 478 i 619), weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się (kolokwia, egzaminy, zaliczenia) również może odbywać się poza siedzibą uczelni przy użyciu środków komunikacji elektronicznej.

Zgodnie z powyższym, należy zakładać, że nauka zdalna w uczelniach może trwać do końca roku akademickiego 2020/2021.

Z uwagi na epidemię koronawirusa i wprowadzony również na studiach reżim sanitarny studenci mają ograniczony kontakt z kadrami nauczycielską, nie mogą także spotykać się w swoim gronie. Życie studenckie jest prowadzone głównie on-line, co – jak podkreślają lekarze i specjaliści – ma niebagatelny wpływ na kondycję psychiczną studentów. Dokonania oceny zdrowia psychicznego na polskich uczelniach podjął się Rzecznik Praw Pacjenta i na podstawie ankiet zebranych w uczelniach wydał w 2020 r. raport „*Zdrowie psychiczne na polskich uczelniach*” (Warszawa, 2020).

Działania Ministra Edukacji i Nauki w zakresie zapewnienia pomocy psychologicznej studentom dotychczas polegały na zleceniu i finansowaniu w 2020 i 2021 r. prowadzenia przez Parlament Studentów Rzeczypospolitej Polskiej projektu „Strefa Komfortu PSRP”, polegającego na zorganizowaniu dla studentów z całej Polski wsparcia psychologicznego. Parlament Studentów RP opracował także w ramach projektu interaktywną mapę, na której zaznaczone zostały punkty pomocy psychologicznej oraz inne formy wsparcia oferowane w całym kraju.

Z kolei Niezależne Zrzeszenie Studentów uruchomiło projekt #StudenciDlaZdrowia dotyczący zdrowia psychicznego i fizycznego wśród studentów. W ramach bezpłatnych porad specjalistycznych studenci mogą brać udział w szkoleniach i rozmowach on-line ze specjalistami z różnych dziedzin, w tym z psychologami.

Funkcjonujące w uczelniach samorządy studentów, mając na względzie swoją misję, również przyczyniają się do zapewnienia studentom pomocy prawnej oraz wsparcia psychologicznego. Organizowane są koleżeńskie grupy wsparcia dla tych studentów, którzy niechętnie zgłaszają się po pomoc fachową. Studenci, którzy sami przeszli kryzys psychiczny, dzielą się swoimi doświadczeniami i pomagają innym w znalezieniu specjalistycznej pomocy. W uczelniach prowadzących studia na kierunku psychologia do pomocy włączają się również studenci ostatnich lat tych studiów.

2. BADANIE POZIOMU WSPARCIA UDZIELANEGO PRZEZ UCZELNIE

Z myślą o studentach Minister Edukacji i Nauki przeprowadził na przełomie marca i kwietnia 2021 r. badanie poziomu udzielanego przez uczelnie wsparcia dla swoich studentów. W tym celu do rektorów nadzorowanych uczelni publicznych oraz wybranych uczelni niepublicznych skierowane zostało pismo, w którym podkreślono wagę poruszonego zagadnienia, prosząc jednocześnie o przekazanie informacji na temat oferowanych studentom form wsparcia w czasie epidemii koronawirusa.

Pismo zostało wysłane do 92 uczelni publicznych oraz Katolickiego Uniwersytetu Jana Pawła II w Lublinie (razem 93). Treść pisma została także przekazana do 18 akademickich uczelni niepublicznych oraz do ministrów nadzorujących inne uczelnie.

Z ww. uczelni publicznych (93) odpowiedzi udzieliło 90 uczelni.

Spośród uczelni które udzieliły odpowiedzi, 85 uczelni (94%) widzi potrzebę udzielania wsparcia swoim studentom.

Z powyższego wynika, że uczelnie dostrzegają problem pogarszającego się zdrowia psychicznego wśród studentów i podejmują – w różnym stopniu i różnych formach – działania mające na celu poprawę zdrowia psychicznego studentów.

Nieliczne uczelnie (5) wskazały, że nie widzą konieczności organizacji pomocy psychologicznej dla studentów – są to 3 uczelnie o profilu wychowania fizycznego oraz 2 uczelnie zawodowe. Prawdopodobnym powodem braku problemów może być pozytywny wpływ aktywności fizycznej na stan zdrowia psychicznego studentów oraz brak sygnałów ze strony studentów.

Poniższe podsumowanie zakresu i form wsparcia studentów wynika z udzielonych przez uczelnie odpowiedzi.

3. FORMY WSPARCIA

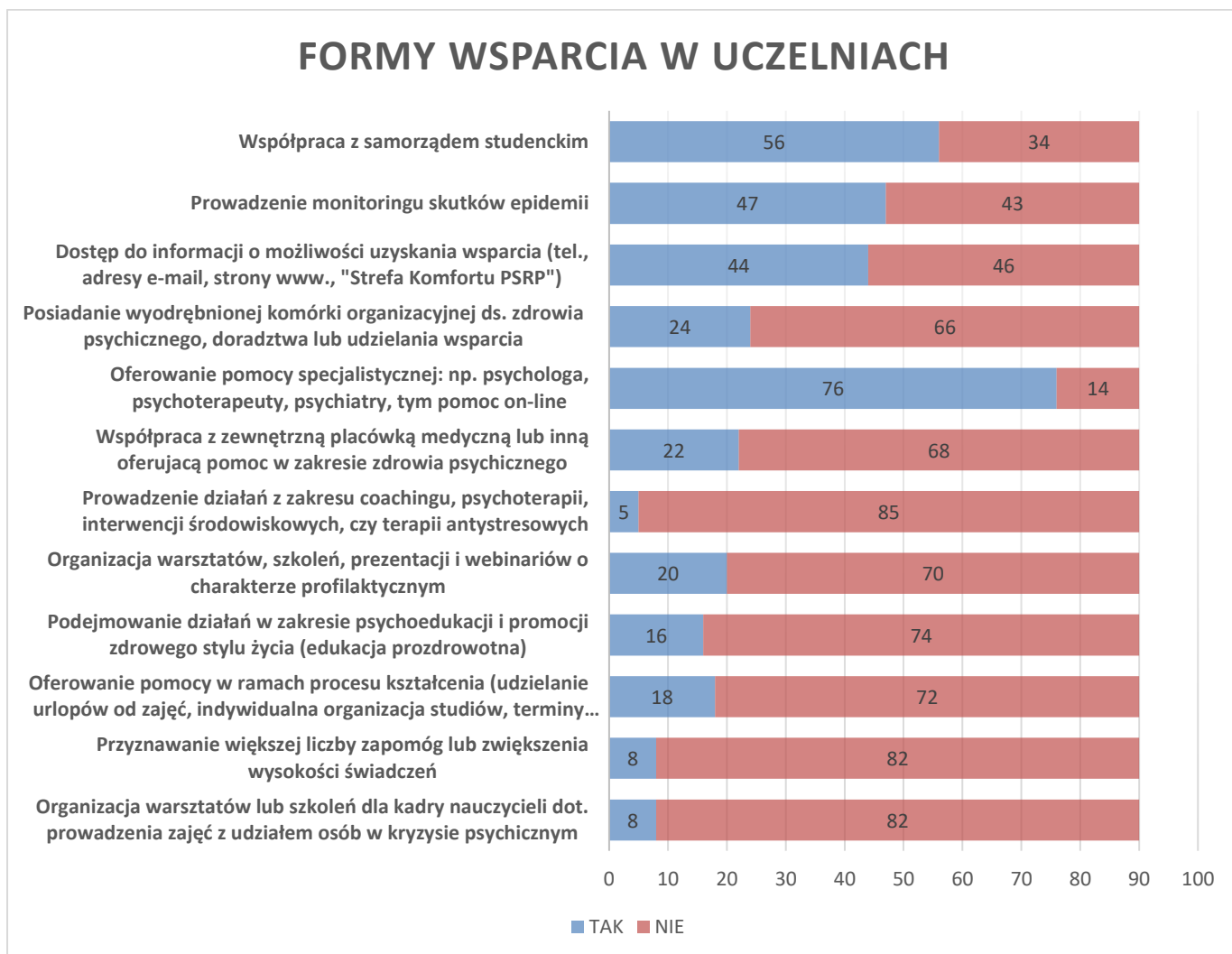


Tabela – opracowana na podstawie odpowiedzi z uczelni publicznych.

Z analizy nadesłanych odpowiedzi wynika, że uczelnie dostrzegają wartość i potrzebę zachowania zdrowia psychicznego członków społeczności akademickiej oraz zapewniają realną pomoc w sytuacjach kryzysu (psychologiczną, materialną).

Uczelnie starają się zapewniać kompleksowe wsparcie psychologiczne, często wzbogacone o współpracę z placówkami medycznymi, organizacjami pozarządowymi czy też stowarzyszeniami, które zajmują się specjalistyczną pomocą psychologiczną. Organizowane są warsztaty, szkolenia, wykłady o charakterze profilaktycznym. Uczelnie prowadzą działania z zakresu coachingu, psychoterapii, interwencji środowiskowych, czy terapii antystresowych. Projektowane są metody aktywizacji studentów z niepełnosprawnościami. Niezwykle ważne są działania związane z psychoedukacją i promocją zdrowego stylu życia, edukacją prozdrowotną, a także działania profilaktyczne.

W trakcie studiów studenci mogą liczyć na pomoc materialną materialna finansowaną ze środków budżetu państwa (stypendia, zapomogi), a także mogą uzyskać zgodę na ułatwienia w odbywaniu studiów – indywidualną organizację studiów albo urlop od zajęć z możliwością składania egzaminów, na warunkach określonych w uczelnianym regulaminie studiów.

Wśród najczęstszych wskazanych form działania uczelni należy wymienić:

1. Monitoring – współpraca z samorządem studentów funkcjonującym w uczelni; ankiety wśród studentów i wykładowców; powołanie zespołu bądź pełnomocnika rektora ds. monitorowania funkcjonowania uczelni w czasie epidemii; utworzenie formularza do anonimowych zgłoszeń mailowych przypadków izolacji i kwarantanny; comiesięczne raporty z pracy zatrudnionego psychologa przekazywane do biura spraw studenckich, analiza statystyk dot. specjalistycznych porad udzielanych studentom.
2. Kontakt – wiodąca rola konsultacji na odległość: telefonicznych, przez Skype/Teams i mail kontaktowy, dzięki którym studenci i wykładowcy mogą zgłaszać swoje potrzeby lub uzyskiwać wsparcie; stworzenie strony internetowej dotyczącej informacji o działalności uczelni w czasie epidemii; stworzenie strony internetowej dot. wsparcia psychicznego w czasie COVID-19, zawierającej m.in. adresy/kontakty do placówek udzielających specjalistycznego wsparcia (w tym inicjatywa „Strefa Komfortu PSRP”).
3. Prezentacje i materiały szkoleniowe – przeprowadzanie webinarów nt. problemów zgłaszanych przez studentów; upowszechnianie prezentacji opracowanych przez psychologa; akcje informacyjne w sprawie wsparcia psychologicznego; otwarte wykłady on-line prowadzone przez psychologów (także z innych uczelni); przekazywanie wiadomości w mediach społecznościowych; wysyłanie listów otwartych do studentów uczelni; szkolenie on-line dla uczelnianej rady samorządu studenckiego z zakresu wsparcia psychologicznego.
4. Pomoc psychologa i tworzenie jednostek w ramach uczelni bądź współpraca z podmiotem zewnętrznym – pośredniczenie uczelni w możliwości umówienia się na spotkanie z psychologiem; bezpłatne konsultacje psychiatryczne realizowane przez podmiot zewnętrzny; zatrudnienie psychologa; funkcjonowanie w uczelniach: studenckiego ośrodka wsparcia i adaptacji, Akademickiego Centrum Karier (w nim konsultacje on-line z doradcą zawodowym lub psychologiem), Akademickiego Centrum Wsparcia (konsultacje), Akademickiego Centrum Zaufania, Psychologicznego Punktu Rozwoju Osobistego, Psychologicznego Punktu Konsultacyjnego (porady w formie wideowizyt, także w języku angielskim), Punktu Pomocy Psychologicznej, Akademickiego Centrum Wsparcia i Doradztwa; sporadycznie – działanie przychodni obsługującej studentów; zaangażowanie do pomocy nauczycieli akademickich mogących zaoferować wsparcie psychologiczne (pracownicy zakładu pedagogiki lub instytutu psychologii); utworzenie stanowiska uczelnianego koordynatora ds. zdrowia psychicznego; powołanie komisji ds. integracji studentów (z inicjatywą samorządu studenckiego).

5. Inne formy pomocy – przychylne rozpatrywanie wniosków studentów o studiowanie w trybie indywidualnej organizacji studiów; udzielanie urlopów od zajęć; przedłużanie terminów składania egzaminów/zaliczeń; rozkładanie na raty płatności za studia; przyznawanie większej liczby zapomóg i zwiększenie wysokości stypendium przyznawanego studentom; zmiana od roku akademickiego 2021/2022 regulaminu studiów – dodanie do zadań opiekunów dydaktycznych obowiązku informowania studentów o możliwości wsparcia psychologicznego udzielanego przez psychologa; wypożyczanie sprzętu komputerowego do zajęć prowadzonych zdalnie; publikacja na stronie internetowej uczelni oraz w mediach społecznościowych filmów w zakresie rehabilitacji, w tym treści wspomagające rehabilitację po przebytej chorobie wywołanej wirusem COVID-19; szkolenia dla kadry nauczycieli w zakresie prowadzenia zajęć z udziałem osób w kryzysie psychicznym, a także szkolenia e-learningowe w zakresie wspierania osób z niepełnosprawnościami, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi; warsztaty dla pracowników uczelni nt. umiejętności psychospołecznych.

4. PAKIET PSYCHOLOGICZNY, ZALECENIA DLA UCZELNI

Na podstawie informacji przekazanych przez uczelnie, Ministerstwo Edukacji i Nauki opracowało poniższe zalecenia dla uczelni w zakresie zwiększenia pomocy psychologicznej dla studentów.

Każdy student powinien mieć możliwość otrzymania w swojej uczelni pomocy w poniższym zakresie.

- **Informacja prozdrowotna** – uczelnia powinna opracować i udostępnić studentom schemat i opis oferowanej pomocy psychologicznej, w tym kontakt do instytucji/osób udzielających pomocy (np. aktualna lista instytucji miejskich).
- **Informacja o toku studiów** – uczelnia powinna opracować i udostępnić studentom sposoby ubiegania się o „niestandardowe” rozliczanie z poszczególnych etapów toku studiów, np. schemat ubiegania się o indywidualną organizację studiów, warunki otrzymania urlopu od zajęć, zwiększony limit absencji na zajęciach, zmiana terminu i formy egzaminu, wydłużenie okresu zaliczeniowego.
- **Informacja o pomocy z budżetu państwa** – przedstawianie studentom aktualnych informacji o zapomogach, stypendiach i kredytach studenckich.
- **Jednostka organizacyjna** (np. centrum pomocy psychologicznej) lub zespół osób zajmujących się doradztwem i pomocą studentom – jednostka taka (lub zespół) mogłaby wskazywać studentom

możliwe sposoby zażegnania kryzysów natury psychicznej bądź emocjonalnej. Rolę tę – w rozszerzonym zakresie – może pełnić funkcjonujące w uczelni biuro do spraw osób niepełnosprawnych.

- **Konsultacje psychologiczne** – uczelnia powinna zapewnić studentom możliwość indywidualnego spotkania z psychologiem, ewentualnie konsultacji on-line. W przypadku braku możliwości nawiązania bezpośredniej współpracy z odpowiednim specjalistą, uczelnia powinna nawiązać współpracę z ośrodkiem (firmą), który oferuje pomoc psychologiczną/psychiatryczną. Uczelnia powinna zadbać, żeby pomoc została udzielona bez ponoszenia przez studenta kosztów konsultacji.
- **Współpraca z samorządem studenckim** – działania w zakresie wsparcia psychologicznego dla studentów powinny być podejmowane w ścisłej współpracy z funkcjonującym w uczelni samorządem studenckim (grupy wsparcia dla studentów). Promowanie akceptacji wobec osób ubiegających się o wsparcie (sprzyjanie destygmatyzacji).
- **Warsztaty i szkolenia** – zwiększenia liczby prowadzonych szkoleń w zakresie profilaktyki w obszarze zdrowia psychicznego, a także warsztatów i treningów w zakresie kompetencji miękkich, np. z radzenia sobie ze stresem i w sytuacjach konfliktowych, o problemie prokrastynacji, utrzymaniu dobrostanu fizycznego i psychicznego, wpływu epidemii koronawirusa na funkcjonowanie w społeczeństwie (relacje z otoczeniem).

5. WSPARCIE PRACOWNIKÓW UCZELNI

Uczelnie powinny zapewnić wsparcie swoim pracownikom (administracja i nauczyciele akademicy), aby mogli oni w sposób adekwatny do potrzeb reagować na dostrzegane problemy osobiste, emocjonalne i psychiczne studentów. W ramach takiego wsparcia każdy z pracowników powinien mieć możliwość wzięcia udziału w szkoleniach zwiększających kompetencje w zakresie radzenia sobie z problemami występującymi w środowisku uczelni.

Pracownicy powinni wiedzieć w jaki sposób postępować w przypadku, gdy student doświadcza sytuacji kryzysowych. Wykładowcy powinni umieć reagować w sytuacjach, gdy studenci mają silne problemy psychiczne, także w skrajnych przypadkach, gdy zachowują się w sposób zagrażający innym osobom.

W odniesieniu do nauczycieli akademickich uczelnie powinny wypracować wzorzec postępowania w sytuacjach konfliktowych, ustalić efektywne formy komunikacji, procedury bezpieczeństwa w sytuacjach zagrożenia oraz rozwiązania, które przyczynią się do budowania systemowego wsparcia wszystkich członków społeczności akademickiej.

6. ZAKOŃCZENIE

Objęcie wsparciem psychologicznym zarówno studentów, jak i pracowników uczelni, jest obecnie jednym z istotniejszych działań jakie należy podjąć w celu uniknięcia pogłębiania się problemów natury psychologicznej jakie dotyczą społeczność akademicką w dobie epidemii.

Ministerstwo Edukacji i Nauki monitoruje sytuację w uczelniach w omawianym zakresie i jest otwarte na wszelkie propozycje rozwiązań w skali kraju, które mogą przyczynić się do zwiększenia bezpieczeństwa zdrowotnego w środowisku akademickim.

Jednocześnie Ministerstwo będzie inicjować lub popierać rozwiązania ograniczające negatywne skutki epidemii koronawirusa. Przykładem takich działań jest wspierana przez Ministra Edukacji i Nauki „Strefa Komfortu PSRP” – efektywnie realizowana od ponad roku przez Parlament Studentów Rzeczypospolitej Polskiej.