



Zwiększanie świadomości lękowej
w szkolnictwie wyższym podczas
(po) pandemii Covid-19



Przedstawiamy projekt **AWARE**

O projekcie

AWARE to projekt Erasmus +, którego celem jest wyposażenie pracowników instytucji szkolnictwa wyższego w niezbędne narzędzia, zasoby i wiedzę do rozpoznawania, i zarządzania lękiem, a także wspierania studentów zmagających się różnymi wyzwaniami zdrowia psychicznego. Nasza misja obejmuje również rozwijanie i doskonalenie umiejętności radzenia sobie z lękiem wśród studentów, poszerzanie kompetencji emocjonalnych i pozytywnych postaw oraz otwartości na uczniów zmagających się z lękiem w instytucjach szkolnictwa wyższego poprzez zwiększanie świadomości i umiejętności wśród ich otoczenia.

Spotkanie inauguracyjne

3 lutego 2023 r. odbyło się spotkanie inauguracyjne online, co oznaczało początek wspólnych wysiłków na rzecz zwiększenia świadomości lękowej oraz zdrowia psychicznego wśród pracowników i studentów instytucji szkolnictwa wyższego. Przedstawiciele partnerów projektu z Polski, Grecji, Cypru, Irlandii i Hiszpanii spotkali się online, aby omówić realizację projektu i stworzyć podstawy dla przyszłych działań.

Co zostało zrealizowane dotychczas

Na tym etapie projektu finalizujemy WP2 - **Działania Budowania Potencjału**. Celem tego pakietu roboczego było stworzenie wytycznych dotyczących dobrych praktyk w zakresie promowania dobrostanu psychicznego w europejskich instytucjach szkolnictwa wyższego. Dzięki badaniu źródeł wtórnych i identyfikowaniu dobrych praktyk w zakresie dobrostanu psychicznego opracowaliśmy wytyczne dostosowane do wdrożenia w krajach, w których takie praktyki nie istnieją, a także zidentyfikowaliśmy luki w wiedzy i umiejętnościach. Nasze podejście ma na celu włączenie holistycznego podejścia do zdrowia psychicznego do głównego nurtu edukacji i informowanie o takiej polityce poprzez otwarte zasoby edukacyjne. Pakiet obejmuje badania źródeł wtórnych, wytyczne dotyczące polityki, badania na małą skalę oraz finalizację wytycznych dotyczących dobrych praktyk.

Nasze kolejne kroki

Następnym krokiem jest opracowanie WP3 - **Podręcznika podnoszenia świadomości**. Praca ta obejmuje ocenę aktualnych programów zapewnienia dobrostanu psychicznego w instytucjach szkolnictwa wyższego poprzez badania źródeł wtórnych: recenzowanych artykułów, raportów i stron internetowych. Dodatkowo zorganizujemy spotkania i konsultacje z interesariuszami, w tym pracownikami szkolnictwa wyższego, decydentami i studentami. Podręcznik, składający się z czterech modułów, zostanie następnie poddany pilotażowi w wielu instytucjach szkolnictwa wyższego, a my weźmiemy pod uwagę opinie beneficjentów w celu udoskonalenia opracowania. Ostateczna wersja będzie rozpowszechniana online i za pośrednictwem mediów społecznościowych w celu uzyskania szerszego zasięgu.

Bądź na bieżąco!

W miarę postępów projektu AWARE będziemy Cię informować o naszych osiągnięciach, kamieniach milowych i przyszłych działaniach. Razem możemy przyczynić się do wspierania dobrego samopoczucia psychicznego studentów w szkolnictwie wyższym!