

## INFORMACJA PRASOWA

Sierpień 2023

### Projekt AWARE publikuje Wytyczne dotyczące dobrych praktyk w celu zwiększenia świadomości zdrowia psychicznego w instytucjach szkolnictwa wyższego

Projekt AWARE, inicjatywa realizowana w ramach programu Erasmus+, jest poświęcony **promowaniu świadomości na temat lęku i zdrowia psychicznego wśród pracowników i studentów instytucji szkolnictwa wyższego**. Konsorcjum projektu ma przyjemność ogłosić publikację kompleksowych **wytycznych dotyczących dobrych praktyk**. Wytyczne te są wynikiem szeroko zakrojonych badań i wspólnych wysiłków mających na celu wyposażenie pracowników uniwersyteckich i studentów w niezbędne narzędzia i wiedzę do rozpoznawania i zarządzania lękiem, a także i wspierania osób zmagających się z różnymi wyzwaniami zdrowia psychicznego.

Głównym celem projektu AWARE jest rozwijanie wspierającego i empatycznego środowiska w europejskich instytucjach szkolnictwa wyższego, zapewniającego, że dobrostan psychiczny pozostaje najwyższym priorytetem zarówno dla studentów, jak i pracowników. Dzięki wieloaspektowemu podejściu projekt dąży do poprawy umiejętności radzenia sobie z lękiem wśród uczniów, jednocześnie poszerzając kompetencje emocjonalne i pozytywne postawy. Ponadto projekt AWARE ma na celu promowanie inkluzywności poprzez przyjmowanie studentów zmagających się z lękiem oraz zwiększanie wiedzy i umiejętności w całej społeczności akademickiej.

Na tym kluczowym etapie projektu zespół AWARE pracował nad zakończeniem działań w zakresie budowania potencjału, ze szczególnym naciskiem na stworzenie wytycznych dotyczących dobrych praktyk w zakresie promowania dobrostanu psychicznego w europejskich instytucjach szkolnictwa wyższego. Aby stworzyć podstawy tych wytycznych, zespół przeprowadził dokładne badania źródeł wtórnych w pięciu krajach europejskich: na Cyprze, w Grecji, Polsce, Irlandii i Hiszpanii.

Ponadto przeprowadzono wywiady z 25 ekspertami na szczeblu europejskim, w tym pracownikami akademickimi, przedstawicielami ośrodków szkolnictwa wyższego i zainteresowanymi stronami, w ramach inicjatywy badawczej na małą skalę. Kulminacją tych wysiłków było określenie 50 najlepszych praktyk w zakresie promowania zdrowia psychicznego w instytucjach szkolnictwa wyższego w Europie.

Wyniki badań, opracowaniu których przewodniczył Uniwersytet Kraju Basków z Hiszpanii, zostały zebrane w anglojęzyczny dokument, który zostanie również przetłumaczony na języki członków konsorcjum. Niniejszy przewodnik będzie służył jako punkt odniesienia do wdrażania skutecznych praktyk w celu poprawy zdrowia psychicznego osób doświadczających lęku, depresji lub innych chorób psychicznych w szkolnictwie wyższym.

Wytyczne dotyczące dobrych praktyk są dostępne w języku angielskim [TUTAJ](#).

## O projekcie AWARE

Projekt AWARE jest realizowany przez pięć europejskich organizacji: SPOŁECZNA AKADEMIA NAUK, KMOP - EDUCATION AND INNOVATION HUB, CARDET, SPECTRUM RESEARCH CENTRE oraz UNIVERSIDAD DEL PAIS VASCO/ EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEA. Aby uzyskać więcej informacji na temat projektu i jego celów, odwiedź oficjalną stronę internetową <https://www.awareformentalhealth.eu/>. Strona internetowa zawiera wiele zasobów, aktualizacji i wglądu w bieżące wysiłki na rzecz podniesienia świadomości w zakresie zdrowia psychicznego i wspierania środowiska wspierającego w szkolnictwie wyższym.

### DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

[www.awareformentalhealth.eu](https://www.awareformentalhealth.eu)

[www.facebook.com/aware.project2022/](https://www.facebook.com/aware.project2022/)

[www.linkedin.com/company/awareerasmus\\_projekt/](https://www.linkedin.com/company/awareerasmus_projekt/)

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.. Numer projektu: 2022-1-PL01-KA220-HED-000087038