



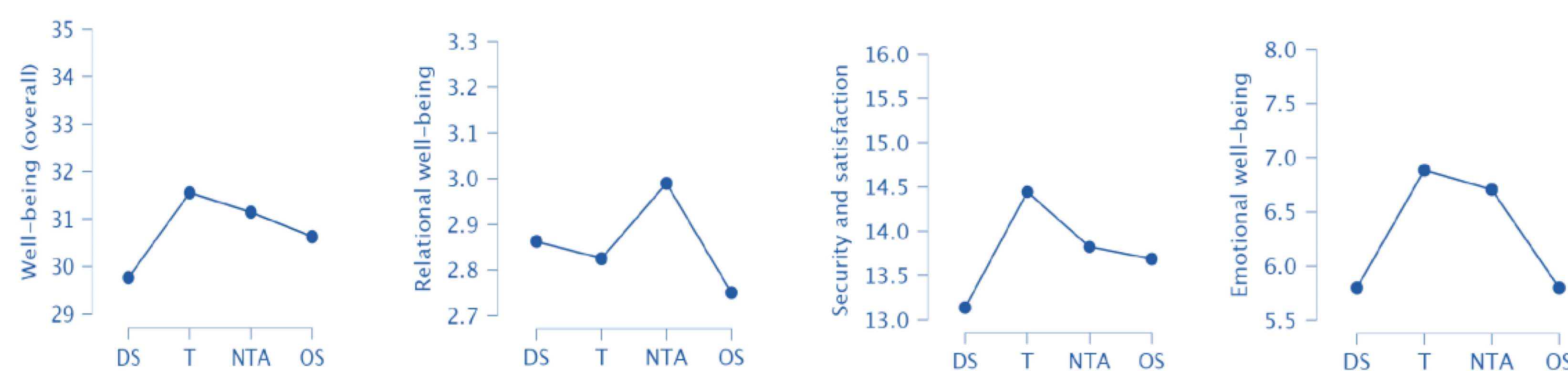
Zdrowie psychiczne studentów UMK: diagnoza, profilaktyka, wyzwania

Dr hab. Hanna Solarczyk-Szwec, prof. UMK

Diagnoza

I. Dobrostan społeczności UMK - badania

Próbka badawcza: analizie statystycznej poddano wyniki 1887 osób - 80 doktorantów (DS), 1021 studentów (OS), 394 nauczycieli akademickich (T) i 392 pracowników akademickich nie będących nauczycielami (NTA) w czterech wymiarach DOBROSTANU: 1) ogólnego; 2) relacyjnego, 3) zdrowia, poczucia bezpieczeństwa i satysfakcji, 4) emocjonalnego.



Źródło: Przyborowska, Błajet, Fopka-Kowalczyk (2022, s. 303-328).

Wniosek: Studenci mają najniższe poczucie dobrostanu w każdym badanym wymiarze.

II. Statystyki w zakresie zdrowia psychicznego studentów i doktorantów

1. Liczba studentów i doktorantów z orzeczeniem o stopniu niepełnosprawności z powodu chorób i zaburzeń psychicznych: 71 osób (w roku akad. 2023/2024)
2. Średnia roczna liczba studentów i doktorantów korzystających z diagnozy, konsultacji psychologicznych oraz leczenia w obszarze zdrowia psychicznego w UMK – **550, tj. ok. 3,5% studentów.**
3. Liczba godzin wsparcia w obszarze zdrowia psychicznego w UMK w latach 2019-2023

	2019	2020	2021	2022	2023
konsultacje psychologiczne	48	217	1039	1016	940
diagnozy psychologiczne	0	0	0	443	462
konsultacje psychiatryczne	0	0	202	360	359

Źródło: Dane statystyczne UOWiRO

4. Miesięcznie zgłasza się średnio 45 nowych studentów/doktorantów na diagnozę i konsultacje psychologiczne a 40 je kontynuuje. Na konsultacje psychiatryczne zgłasza się miesięcznie średnio 20 nowych studentów/doktorantów.
5. Problemy: całe spektrum zaburzeń osobowościowych; zaburzenia rozwojowe: ADHD, ADD, ASD; trudności społeczne, stres, uzależnienia...

Profilaktyka

1. Kampania informacyjna – od X 2024 na każdym wydziale UMK.
2. Promocja samopomocy w zakresie profilaktyki zdrowia psychicznego.
3. Szkolenia/warsztaty rozwijające kompetencje do radzenia sobie z problemami zdrowia psychicznego dla studentów i kadry.
4. Recepta na zdrowie – współpraca z Uniwersyteckim Centrum Sportowym (skierowania wystawiane przez psychologów).

Wyzwania

1. Pokolenie Z/iGen: problemy z komunikacją, niedojrzałość, niesamodzielność, nadwrażliwość, nieodporność na kryzysy, wysokolękowość, tendencje do wycofywania się.
2. Niedoszacowanie liczby studentów wymagających wsparcia psychologiczno-psychiatrycznego.
3. Zewnętrzsterowność i bierność studentów – nieumiejętność udzielania sobie samopomocy.
4. Programowanie bezradności (np. przez nagłaśnianie w mediach) - nadmiarowe pomaganie – wyuczona bezradność.
5. Ograniczenie zjawiska drop-outu z powodu problemów psychicznych.
6. Adekwatna profilaktyka, m.in. zróżnicowane, zindywidualizowane, atrakcyjne formy wsparcia + zabezpieczenie finansowe tych działań.
7. Systemowe wsparcie studentów z problemami psychicznymi poza uczelnią.



Konferencja - Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży – ujęcie interdyscyplinarne –
Uniwersytet Warszawski – Wydział Stosowanych Nauk Społecznych i Resocjalizacji –
03.06.2024 r.



Bibliografia

Przyborowska B., Błajet P., Fopka-Kowalczyk M. (2022), The Well-Being of the Academic Community During the COVID-19 Pandemic, w: Przegląd Badań Edukacyjnych, 2, s. 303-328.
Uniwersytet Dolnośląski DSW. Pogarsza się kondycja psychiczna studentów – 1-3 studentów przechodzi kryzys (badania): <https://centrumpraso-we.dsw.edu.pl/263578-pogarsza-sie-kondycja-psychiczna-studentow-1-na-3-studentow-przechodzi-kryzys-badania> [dostęp: 26.05.2024]
Rzecznik Praw Pacjenta, Zdrowie psychiczne na polskich uczelniach, Warszawa 2020.
Zdrowie psychiczne studentów. Raport Centrum Analiz NZS i PSSIAP, Warszawa 2021.

<https://wsparcie.umk.pl>