



HEAL

Ανώτατη εκπαίδευση για όλους: Μαθησιακά περιβάλλοντα βασισμένα στη διδασκαλία και την επικοινωνία με γνώμονα το τραύμα

2023-1-R001-KA220-HED-000167223



University  
of  
Ioannina



University of Novo mesto  
Faculty of Health Sciences



Trinity College Dublin  
Coláiste na Tríonóid, Baile Átha Cliath  
The University of Dublin



Co-funded by  
the European Union



## Παραδοτέο 2.4

# Ανάπτυξη σχεδίου αξιολόγησης κενών για την καθοδήγηση του προγράμματος κατάρτισης HEAL

Έργο: HEAL

Πλήρης τίτλος: Ανώτατη εκπαίδευση για όλους: Μαθησιακά περιβάλλοντα βασισμένα

στη διδασκαλία και την επικοινωνία με γνώμονα το τραύμα

Αριθμός έργου: 2023-1-RO01-KA220-HED-000167223

Πακέτο εργασίας: Από τις ιδέες στην πράξη: Ανάπτυξη προγράμματος αξιολόγησης κενών και εκπαίδευσης για TTC)

Τύπος παραδοτέου: Έκθεση

Ηγετική οργάνωση: Εθνικό Πανεπιστήμιο Επιστήμης και Τεχνολογίας POLITECHNICA Βουκουρεστίου

### Αποποίηση ευθύνης:

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανακλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της *Agentia Nationala pentru Programe Comunitare in Domeniul Educatiei si Formarii Profesionale (ANPCDEFP)*. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η αρχή που χορηγεί τη χρηματοδότηση μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για αυτές.

## Περιεχόμενα

|   |    |
|---|----|
| Συνοπτική παρουσίαση .....              | 2  |
| 1. Εισαγωγή.....                        | 4  |
| 2. Μεθοδολογία .....                    | 5  |
| 2.1 Συλλογή δεδομένων .....             | 6  |
| 2.2. Περιορισμοί της μεθοδολογίας ..... | 7  |
| 3. Βασικά ευρήματα .....                | 9  |
| 3.1. Λεπτομερής ανάλυση.....            | 10 |
| 4. Συστάσεις.....                       | 19 |
| 5. Συμπέρασμα .....                     | 20 |
| Αναφορές .....                          | 24 |

## Συνοπτική παρουσίαση

Η έκθεσή μας συνθέτει λεπτομερείς πληροφορίες από τις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης που πραγματοποιήθηκαν στα ιδρύματα των εταίρων του HEAL και από τις διαδικτυακές έρευνες που διεξήχθησαν σε Ρουμανία, Ελλάδα, Ιρλανδία και Σλοβενία στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus HEAL. Οι εταίροι συναντήθηκαν σε μια διαδικτυακή συνάντηση για να καθορίσουν το περιεχόμενο κάθε έρευνας. Τα ερωτηματολόγια μεταφράστηκαν σε όλες τις μητρικές γλώσσες των εταίρων. Εστίασαμε στον κύριο στόχο του προγράμματος, που είναι η ενσωμάτωση πρακτικών διδασκαλίας και επικοινωνίας που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα σε περιβάλλοντα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, με σκοπό την υποστήριξη φοιτητών που έχουν βιώσει διάφορα είδη τραυμάτων. Μέσω της συνεργασίας τόσο με φοιτητές όσο και με επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED), η έκθεση HEAL παρουσιάζει τις βασικές προκλήσεις για κάθε χώρα, συγκεκριμένα κενά και συστάσεις για τη δημιουργία ενός πιο υποστηρικτικού, συγκεκριμένου και χωρίς αποκλεισμούς ακαδημαϊκού περιβάλλοντος.

Τα βασικά ευρήματα υποδηλώνουν μια ευρεία ανάγκη για αυξημένη ευαισθητοποίηση σχετικά με τα τραύματα μεταξύ των ιδρυμάτων τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, καλύτερους πόρους ψυχικής υγείας και ευέλικτες ακαδημαϊκές πολιτικές. Συγκεκριμένες προκλήσεις περιλαμβάνουν το στίγμα που περιβάλλει τα ζητήματα ψυχικής υγείας, την ανεπαρκή πρόσβαση σε υπηρεσίες συμβουλευτικής και την έλλειψη κατάρτισης του προσωπικού των ιδρυμάτων τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Με βάση τα ευρήματά μας, προτείνουμε σαφείς συστάσεις για την ενίσχυση των πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα και την προώθηση ενός υποστηρικτικού μαθησιακού περιβάλλοντος για όλους τους φοιτητές, οι οποίες αντιπροσωπεύουν τις επόμενες δραστηριότητες του προγράμματος HEAL.

### **Βασικές συστάσεις του HEAL:**

- Εφαρμογή **υποχρεωτικής τακτικής κατάρτισης με γνώμονα το τραύμα** για εκπαιδευτικούς, συμβούλους και προσωπικό πανεπιστημίων, προκειμένου να τους βοηθήσει να αναγνωρίζουν, να κατανοούν και να ανταποκρίνονται αποτελεσματικά στο τραύμα.
- Ανάπτυξη **τακτικών εκστρατειών ευαισθητοποίησης** για τη μείωση του στίγματος γύρω από την ψυχική υγεία και την ενθάρρυνση ανοιχτών συζητήσεων σχετικά με το τραύμα εντός της ακαδημαϊκής κοινότητας.
- Βελτίωση **της προσβασιμότητας στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας** μέσω διαδικτυακών πλατφορμών, ευέλικτων συστημάτων ραντεβού και εκτεταμένων ωρών λειτουργίας για την εξυπηρέτηση των προγραμμάτων των φοιτητών.

- Αναπτύξτε **σαφείς στρατηγικές επικοινωνίας** για να διασφαλίσετε ότι όλοι οι φοιτητές είναι καλά ενημερωμένοι σχετικά με τους διαθέσιμους πόρους ψυχικής υγείας και τον τρόπο πρόσβασης σε αυτούς.
- Δημιουργήστε ένα **υποστηρικτικό ακαδημαϊκό πλαίσιο** που επιτρέπει στους φοιτητές να λαμβάνουν προσωρινή άδεια απουσίας ή να μειώνουν το φόρτο των μαθημάτων τους χωρίς ακαδημαϊκές κυρώσεις, εάν αντιμετωπίζουν τραυματικές εμπειρίες.
- Δημιουργήστε **ομάδες καθοδήγησης και υποστήριξης από ομοτίμους**, όπου οι μαθητές μπορούν να μοιράζονται τις εμπειρίες τους και να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλον, μειώνοντας τα συναισθήματα απομόνωσης και καλλιεργώντας το αίσθημα της κοινότητας.
- Εκπαίδευση των εκπαιδευτικών/μέντορων ώστε να αναγνωρίζουν τα σημάδια τραύματος και να κατευθύνουν τους συμμαθητές τους σε επαγγελματικές υπηρεσίες υποστήριξης όταν χρειάζεται.
- Να ενθαρρύνουν **τη διοίκηση του πανεπιστημίου** να δώσει προτεραιότητα στην ψυχική υγεία και στις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα στο στρατηγικό σχεδιασμό και την ανάπτυξη πολιτικών.
- Να διατεθούν **ειδικά κονδύλια και πόροι** για την εφαρμογή και τη διατήρηση πρωτοβουλιών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα σε όλα τα τμήματα.
- Ανάπτυξη **σαφών πρωτοκόλλων και κατευθυντήριων γραμμών** που πρέπει να ακολουθούν τα πανεπιστήμια/σχολές και το προσωπικό κατά την αντιμετώπιση του τραύματος των φοιτητών, εξασφαλίζοντας συνεπή υποστήριξη σε όλο το πανεπιστήμιο/ίδρυμα.
- Συνεργασία με **ΜΚΟ, οργανισμούς ψυχικής υγείας και εξωτερικούς εμπειρογνώμονες** για την παροχή πρόσθετων υπηρεσιών υποστήριξης, πόρων και κατάρτισης για το προσωπικό και τους φοιτητές.
- Συμμετοχή **των υπευθύνων χάραξης πολιτικής** στην προώθηση πρωτοβουλιών για την εκπαίδευση και την ψυχική υγεία με γνώμονα τα τραύματα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση.

## 1. Εισαγωγή

**Επισκόπηση του προγράμματος HEAL:** Το πρόγραμμα HEAL στοχεύει στην προώθηση της ενσωμάτωσης πρακτικών διδασκαλίας που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα σε όλα τα ευρωπαϊκά πανεπιστήμια, ιδίως στην Ελλάδα, τη Σλοβενία, την Ιρλανδία και τη Ρουμανία. Αντιμετωπίζει τις ακαδημαϊκές και συναισθηματικές ανάγκες των φοιτητών που έχουν βιώσει τραύματα και επιδιώκει να προωθήσει ένα εκπαιδευτικό περιβάλλον που είναι ταυτόχρονα συμπεριληπτικό και υποστηρικτικό. Τα τραύματα μπορούν να έχουν σημαντικές επιπτώσεις στις ακαδημαϊκές επιδόσεις, την ψυχική υγεία και τις μελλοντικές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις των φοιτητών. Στόχος του προγράμματος HEAL είναι να εξοπλίσει τους εκπαιδευτικούς και τα ιδρύματα με τα απαραίτητα εργαλεία για να αναγνωρίζουν και να ανταποκρίνονται στους φοιτητές που έχουν υποστεί τραύμα.

**Σκοπός της έκθεσης HEAL:** Η τελική μας έκθεση συνδυάζει τις γνώσεις που αποκτήθηκαν από τις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και τις διαδικτυακές έρευνες που διεξήχθησαν σε ιδρύματα των εταίρων του HEAL από την Ελλάδα, την Ιρλανδία, τη Σλοβενία και τη Ρουμανία. Ενσωματώνοντας τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά δεδομένα, η έκθεση παρέχει μια ολοκληρωμένη εικόνα της τρέχουσας κατάστασης των πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση και περιγράφει τις προτάσεις μας για βελτίωση.

**Πεδίο εφαρμογής:** Στις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και στις διαδικτυακές έρευνες συμμετείχαν φοιτητές και εκπαιδευτικοί από τέσσερις χώρες: Ρουμανία, Ελλάδα, Ιρλανδία και Σλοβενία. Συμμετείχε ένα ευρύ φάσμα συμμετεχόντων από διαφορετικά ακαδημαϊκά υπόβαθρα, συμπεριλαμβανομένων προπτυχιακών και μεταπτυχιακών φοιτητών, καθηγητών και επαγγελματιών ψυχικής υγείας.

## 2. Μεθοδολογία

### Συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης

**Συμμετέχοντες στο HEAL:** Οι συμμετέχοντες στις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης επιλέχθηκαν με βάση την εμπειρογνωμοσύνη τους και τη συνάφειά τους με το έργο. Μεταξύ αυτών ήταν φοιτητές, καθηγητές, σύμβουλοι και ειδικοί στον τομέα της ψυχικής υγείας. Το υπόβαθρό τους κάλυπτε διάφορους κλάδους, εξασφαλίζοντας ποικιλομορφία απόψεων. Λάβαμε υπόψη τον Γενικό Κανονισμό για την Προστασία Δεδομένων για κάθε ίδρυμα και άλλους εσωτερικούς κανονισμούς που ισχύουν.

**Μορφή:** Όλες οι συζητήσεις ακολούθησαν τη μορφή του συντονισμένου πάνελ HEAL, με ερωτήσεις σχετικά με το τραύμα, τις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα και τα συστήματα θεσμικής υποστήριξης. Κάθε συνεδρία ενθάρρυνε τον ανοιχτό διάλογο και επέτρεψε σε όλους τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις προτάσεις τους.

**Διευκόλυνση:** Οι έμπειροι συντονιστές μας διευκόλυναν τις συζητήσεις, χρησιμοποιώντας καθοδηγητικές ερωτήσεις για να επικεντρωθούν σε βασικά θέματα/απαντήσεις, όπως ο ορισμός του τραύματος, προηγούμενες προσωπικές εμπειρίες με πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα, προκλήσεις στην εφαρμογή και ιδέες για τη βελτίωση της υποστήριξης της πρακτικής.

### Ηλεκτρονική έρευνα

**Σχεδιασμός:** Οι ηλεκτρονικές έρευνες HEAL τόσο για φοιτητές όσο και για επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σχεδιάστηκαν με σκοπό τη συλλογή ποσοτικών και ποιοτικών δεδομένων. Οι έρευνες περιλάμβαναν ένα συνδυασμό ερωτήσεων κλίμακας Likert, ερωτήσεων πολλαπλής επιλογής και ερωτήσεων ανοιχτού τύπου που επέτρεπαν στους συμμετέχοντες να παρέχουν λεπτομερή σχόλια.

**Διανομή:** Οι έρευνες HEAL διανεμήθηκαν ηλεκτρονικά σε φοιτητές και προσωπικό των συμμετεχόντων πανεπιστημίων στην Ελλάδα, τη Σλοβενία, την Ιρλανδία και τη Ρουμανία. Οι προσκλήσεις για συμμετοχή στην έρευνα HEAL είχαν προηγουμένως σταλεί μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου από όλους τους εταίρους, με υπενθυμίσεις για την ενθάρρυνση της συμμετοχής.

Όλες οι απαντήσεις ήταν ανώνυμες για να διασφαλιστεί η εμπιστευτικότητα. Τα δεδομένα συλλέχθηκαν μέσω ασφαλών πλατφορμών και αναλύθηκαν από όλους τους εταίρους πρώτα εντός κάθε οργανισμού για να εντοπιστούν βασικές τάσεις, θέματα και συστάσεις.

## 2.1 Συλλογή δεδομένων

Η έρευνα πεδίου διεξήχθη με μια ποικιλόμορφη ομάδα συμμετεχόντων που αντιπροσώπευαν δύο κύριες κατηγορίες: φοιτητές και επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED) από τα ιδρύματα-εταίρους. Η συμπερίληψη και των δύο ομάδων επέτρεψε τη συλλογή συμπληρωματικών απόψεων σχετικά με το θέμα που ερευνήθηκε.

**Φοιτητές:** Οι φοιτητές που συμμετείχαν ήταν ηλικίας 18 έως 35 ετών, με την πλειονότητα να ανήκει στην ηλικιακή ομάδα 18-24 ετών. Αυτή η κατανομή αντικατοπτρίζει ένα τυπικό δημογραφικό προφίλ φοιτητών πανεπιστημίου, συνδυάζοντας τόσο νεότερους προπτυχιακούς φοιτητές όσο και πιο ώριμους μεταπτυχιακούς φοιτητές. Όσον αφορά το φύλο, περίπου το 70% των φοιτητών που συμμετείχαν ήταν γυναίκες και το 30% άνδρες, γεγονός που δείχνει υψηλότερο ποσοστό συμμετοχής των γυναικών φοιτητών στο δείγμα. Όσον αφορά το ακαδημαϊκό επίπεδο, οι περισσότεροι φοιτητές ήταν εγγεγραμμένοι σε προπτυχιακά προγράμματα, ενώ ένα σημαντικό ποσοστό ήταν μεταπτυχιακοί φοιτητές, οι οποίοι συνέβαλαν με τις γνώσεις τους από ένα πιο προχωρημένο στάδιο της ακαδημαϊκής τους εμπειρίας. Οι συμμετέχοντες εκπροσώπησαν ένα ευρύ φάσμα ακαδημαϊκών πεδίων, συμπεριλαμβανομένων των ανθρωπιστικών επιστημών, των κοινωνικών επιστημών, των φυσικών επιστημών, της μηχανικής και των επιστημών υγείας. Αυτή η ποικιλομορφία των επιστημονικών πεδίων παρείχε μια ολοκληρωμένη εικόνα των εμπειριών των φοιτητών σε διαφορετικούς τομείς σπουδών.

**Επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED):** Η ομάδα των επαγγελματιών της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED) περιελάμβανε καθηγητές, ακαδημαϊκούς συμβούλους και διοικητικό προσωπικό από διάφορα τμήματα των συνεργαζόμενων ιδρυμάτων. Αυτό το εύρος ρόλων εξασφάλισε ότι τόσο η ακαδημαϊκή όσο και η διοικητική προοπτική καταγράφηκαν στη μελέτη. Τα έτη επαγγελματικής εμπειρίας των συμμετεχόντων HED κυμαίνονταν από 5 έως 30 έτη, υποδηλώνοντας ένα μείγμα επαγγελματιών σε μέση καριέρα και ανώτερων στελεχών με σημαντική εμπειρία στον τομέα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης. Οι επαγγελματίες προέρχονταν από διάφορους ακαδημαϊκούς κλάδους, όπως ψυχολογία, εκπαίδευση, κοινωνιολογία, μηχανική και τέχνες, αντανακλώντας τον πολυεπιστημονικό χαρακτήρα των ιδρυμάτων που συμμετείχαν στην έρευνα.

## 2.2. Περιορισμοί της μεθοδολογίας

Αν και οι διαδικτυακές έρευνες του HEAL παρείχαν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα στην Ελλάδα, τη Σλοβενία, την Ιρλανδία και τη Ρουμανία, υπάρχουν αρκετοί περιορισμοί που πρέπει να ληφθούν υπόψη κατά την ερμηνεία των αποτελεσμάτων της έρευνας. Αυτοί οι περιορισμοί ενδέχεται να έχουν επηρεάσει τα ευρήματά μας και πρέπει να ληφθούν υπόψη:

**Εθελοντική συμμετοχή:** Δεδομένου ότι η συμμετοχή στις έρευνες ήταν εθελοντική, τα άτομα που επέλεξαν να συμμετάσχουν ενδέχεται να είχαν μεγαλύτερη κίνητρα να μοιραστούν τις εμπειρίες τους, είτε επειδή είχαν ισχυρές απόψεις σχετικά με το τραύμα είτε επειδή είχαν αντιμετωπίσει προσωπικά προκλήσεις που σχετίζονται με το τραύμα. Αυτό σημαίνει ότι οι απαντήσεις στην έρευνα ενδέχεται να μην αντιπροσωπεύουν πλήρως τις απόψεις όλων των φοιτητών ή των επαγγελματιών της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED) σε όλα τα ιδρύματα.

**Διαφορετική συμμετοχή μεταξύ των χωρών:** Τα ποσοστά ανταπόκρισης διέφεραν μεταξύ των χωρών και των ιδρυμάτων, γεγονός που ενδέχεται να επηρεάζει τη **συγκρισιμότητα των δεδομένων**. Για παράδειγμα, η υψηλότερη συμμετοχή της Ρουμανίας και της Ελλάδας (επειδή υπάρχουν 2 ρουμανικοί και 2 ελληνικοί οργανισμοί) ενδέχεται να οδηγήσει σε υπερεκπροσώπηση των εμπειριών αυτών των χωρών, καθιστώντας δύσκολη την εξαγωγή γενικών συμπερασμάτων που να ισχύουν εξίσου για όλες τις συμμετέχουσες περιοχές.

Παρά τις υπενθυμίσεις, εξακολουθούσαν να υπάρχουν προκλήσεις στην επίτευξη υψηλών ποσοστών ανταπόκρισης στην Ιρλανδία. Η περιορισμένη συμμετοχή μπορεί να αποδοθεί στην Επιτροπή Δεοντολογίας του Πανεπιστημίου, η οποία συστάθηκε σύμφωνα με τους εσωτερικούς κανονισμούς του Πανεπιστημίου και επικεντρώθηκε στο κύριο θέμα του έργου HEAL. Αυτό θα μπορούσε να σημαίνει ότι ορισμένες βασικές πληροφορίες χάθηκαν λόγω της χαμηλότερης από την αναμενόμενη συμμετοχής.

Η ερμηνεία του τραύματος και της ψυχικής υγείας μπορεί να διαφέρει σημαντικά μεταξύ των διαφορετικών πολιτισμών, γεγονός που θα μπορούσε να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο οι συμμετέχοντες απάντησαν στις ερωτήσεις της έρευνας. Για παράδειγμα, αυτό που θεωρείται τραυματική εμπειρία σε έναν πολιτισμό μπορεί να γίνεται αντιληπτό διαφορετικά σε έναν άλλο, οδηγώντας σε **ποικιλία απαντήσεων**. Αυτή η πολιτισμική απόκλιση καθιστά δύσκολη την τυποποίηση των αποτελεσμάτων και την εφαρμογή ομοιόμορφων λύσεων σε όλες τις χώρες.

Σε ορισμένα πολιτισμικά πλαίσια, η ανοιχτή συζήτηση για το τραύμα και την ψυχική υγεία μπορεί να είναι πιο στιγματισμένη, γεγονός που ενδέχεται να αποθάρρυνε τους συμμετέχοντες από το να αποκαλύψουν πλήρως τις εμπειρίες ή τις ανησυχίες τους. Ως εκ τούτου, τα δεδομένα ενδέχεται να μην αποτυπώνουν πλήρως την επικράτηση

ή την ένταση των ζητημάτων που σχετίζονται με το τραύμα σε ορισμένες χώρες, με αποτέλεσμα **την υποεκτίμηση**

ευαίσθητων θεμάτων.

Οι έρευνες βασίστηκαν σε αυτοαναφερόμενα δεδομένα, τα οποία είναι εγγενώς υποκειμενικά. Οι αντιλήψεις των συμμετεχόντων σχετικά με το τραύμα, τη θεσμική υποστήριξη και τους πόρους ψυχικής υγείας ενδέχεται να διαφέρουν ανάλογα με τις προσωπικές τους εμπειρίες, την συναισθηματική τους κατάσταση και την κατανόηση των ερωτήσεων της έρευνας. Αυτή η υποκειμενικότητα θα μπορούσε να οδηγήσει σε **διαφορές στην ερμηνεία** των ίδιων ερωτήσεων, καθιστώντας δύσκολη τη συγκέντρωση δεδομένων από όλες τις χώρες-εταίρους.

Υπάρχει η πιθανότητα οι ερωτηθέντες να έδωσαν απαντήσεις που θεωρούσαν κοινωνικά αποδεκτές ή σύμφωνες με αυτό που πίστευαν ότι ήθελαν να ακούσουν οι ερευνητές, αντί για τις πραγματικές τους εμπειρίες. Αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει σε υπερεκτίμηση ή υποεκτίμηση ορισμένων ζητημάτων, όπως η αποτελεσματικότητα των πόρων ψυχικής υγείας ή η επικράτηση του τραύματος.

Αν και οι έρευνες ήταν ανώνυμες, ορισμένοι συμμετέχοντες ενδέχεται να δίστασαν να μοιραστούν λεπτομερείς ή ευαίσθητες πληροφορίες σχετικά με τις τραυματικές τους εμπειρίες από φόβο μήπως αναγνωριστούν. Αυτή η ανησυχία μπορεί να οδηγήσει σε **ελλιπή δεδομένα** ή ασαφείς απαντήσεις, γεγονός που μπορεί να περιορίσει το βάθος των πληροφοριών που συλλέγονται από τις ανοιχτές ερωτήσεις. Η υποβολή ανοιχτών ερωτήσεων σχετικά με το τραύμα μπορεί να είναι δύσκολη για ορισμένους ερωτηθέντες, ειδικά αν τους φέρνει στη μνήμη οδυνηρές εμπειρίες. Αυτό μπορεί να επηρεάσει τη συνολική ποιότητα και τον πλούτο των ποιοτικών δεδομένων.

Δεδομένου ότι η ανάλυση των δεδομένων πραγματοποιήθηκε ξεχωριστά από τους εταίρους εντός κάθε οργανισμού-εταίρου, ενδέχεται να υπάρχουν **διαφορές στην ερμηνεία** και την έμφαση σε ορισμένα θέματα. Παρόλο που καταβλήθηκαν προσπάθειες για την τυποποίηση της διαδικασίας ανάλυσης, οι μοναδικές προοπτικές και τα πολιτισμικά πλαίσια κάθε οργανισμού-εταίρου ενδέχεται να έχουν επηρεάσει τον τρόπο κατηγοριοποίησης και αναφοράς των δεδομένων.

Οι έρευνες διανεμήθηκαν σε πολλές γλώσσες για να εξασφαλιστεί η προσβασιμότητα, αλλά ζητήματα μετάφρασης και διερμηνείας ενδέχεται να επηρέασαν τον τρόπο με τον οποίο κατανοήθηκαν οι ερωτήσεις και αναλύθηκαν οι απαντήσεις. Οι λεπτές αποχρώσεις στη γλώσσα μπορούν να οδηγήσουν σε **παρερμηνείες** ή αλλαγές στο νόημα, επηρεάζοντας τη συνέπεια των δεδομένων σε διαφορετικές περιοχές.

### 3. Κύρια ευρήματα

#### Κοινά θέματα

**Διδασκαλία με γνώμονα το τραύμα:** Ένα επαναλαμβανόμενο θέμα ήταν η σημασία της δημιουργίας ενός περιβάλλοντος ομάδας/τάξης που να χαρακτηρίζεται από ενσυναίσθηση και κατανόηση. Οι εκπαιδευτικοί τόνισαν την ανάγκη για εκπαίδευση που θα τους βοηθήσει να αναγνωρίζουν και να υποστηρίζουν τους μαθητές που βιώνουν διαφορετικά είδη τραύματος. Οι ευέλικτες ακαδημαϊκές πολιτικές, όπως η παράταση των προθεσμιών και οι εξατομικευμένες αξιολογήσεις, αναγνωρίστηκαν ως απαραίτητες για την κάλυψη των αναγκών των μαθητών.

**Μαθησιακά περιβάλλοντα:** Τόσο οι μαθητές όσο και οι εκπαιδευτικοί αναγνώρισαν ότι οι μικρότερες ομάδες/τάξεις και οι διαδραστικές μέθοδοι διδασκαλίας είναι πιο ευνοϊκές για την υποστήριξη των μαθητών που έχουν υποστεί τραύμα. Οι διαδικτυακές πλατφόρμες και τα υβριδικά μοντέλα μάθησης θεωρήθηκαν επίσης ευεργετικά για τους μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο παραδοσιακό περιβάλλον της ομάδας/τάξης.

#### Αποκάλυψεις από τους μαθητές

**Προκλήσεις:** Οι φοιτητές αναγνώρισαν το στίγμα, την έλλειψη ευαισθητοποίησης και τους ανεπαρκείς πόρους ψυχικής υγείας ως βασικά εμπόδια για τη λήψη υποστήριξης. Πολλοί φοιτητές ένιωθαν ότι το τραύμα τους δεν γινόταν καλά κατανοητό από το πανεπιστήμιο/τη σχολή και συχνά δίσταζαν να ζητήσουν βοήθεια.

**Ανάγκες υποστήριξης:** Οι φοιτητές υποστήριξαν τη δημιουργία δικτύων αλληλοϋποστήριξης, την αύξηση της πρόσβασης σε υπηρεσίες συμβουλευτικής και την εκπαίδευση των μελών του πανεπιστημίου/της σχολής σε θέματα τραυματικών εμπειριών. Τόνισαν επίσης την ανάγκη για εκστρατείες ευαισθητοποίησης με στόχο τη μείωση του στίγματος που περιβάλλει τα ζητήματα ψυχικής υγείας.

#### Πληροφορίες από επαγγελματίες της HED

**Εμπόδια:** Οι επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης ανέφεραν την έλλειψη εκπαίδευσης και πόρων ως σημαντικές προκλήσεις για την εφαρμογή πρακτικών με γνώμονα το τραύμα στο πανεπιστήμιο/στη σχολή. Τόνισαν επίσης τη δυσκολία εξισορρόπησης της ακαδημαϊκής αυστηρότητας με την ανάγκη ευελιξίας για την υποστήριξη των φοιτητών που έχουν υποστεί τραύμα.

**Βέλτιστες πρακτικές:** Ορισμένοι επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης ανέφεραν επιτυχία στην ενσωμάτωση πρακτικών με γνώμονα το τραύμα μέσω εργαστηρίων επαγγελματικής ανάπτυξης, δημιουργίας μικρότερων ομάδων/τάξεων και στενής συνεργασίας με υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

### 3.1. Λεπτομερής ανάλυση

**Συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης:** Οι συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης που πραγματοποιήθηκαν στις χώρες-εταίρους — Ελλάδα, Σλοβενία, Ιρλανδία και Ρουμανία — προσέφεραν μια σε βάθος ποιοτική ματιά στις προσωπικές εμπειρίες, τις προκλήσεις και τις απόψεις τόσο των φοιτητών όσο και των επαγγελματιών της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED) σχετικά με το τραύμα και τις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα. Μέσω μιας θεματικής ανάλυσης αυτών των συζητήσεων, προέκυψαν διάφορα κρίσιμα θέματα, τα οποία υπογράμμισαν τόσο τις κοινές όσο και τις μοναδικές εμπειρίες στις διάφορες χώρες.

Κάθε εταίρος παρουσίασε μοναδικές προκλήσεις και ευκαιρίες που υπογραμμίζουν τη σημασία των προσεγγίσεων που είναι ειδικά προσαρμοσμένες στην κάθε περιοχή:

#### Ελλάδα:

**Προκλήσεις:** Στην Ελλάδα, οι συζητήσεις αποκάλυψαν ένα μέτριο επίπεδο ευαισθητοποίησης σχετικά με το τραύμα μεταξύ των εκπαιδευτικών, αλλά και ένα σημαντικό κενό στην οργανωμένη κατάρτιση. Οι φοιτητές ανέφεραν συχνά τις πολιτικές συγκρούσεις, ιδίως κατά τη διάρκεια των φοιτητικών συνελεύσεων, ως πηγή τραύματος, υπογραμμίζοντας ένα πολιτισμικό και κοινωνικοπολιτικό πλαίσιο μοναδικό για τα ελληνικά πανεπιστήμια. Επιπλέον, υπήρχε μια γενική αναγνώριση του στίγματος που περιβάλλει την ψυχική υγεία, το οποίο εμποδίζει τις ανοιχτές συζητήσεις σχετικά με το τραύμα.

**Ευκαιρίες:** Υπάρχει ανάγκη να αντιμετωπιστούν οι πολιτισμικές αποχρώσεις του τραύματος και η ειδική κατάρτιση που περιλαμβάνει ευαισθησία σε αυτά τα τοπικά ζητήματα θα μπορούσε να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να υποστηρίξουν τους φοιτητές πιο αποτελεσματικά.

#### Σλοβενία:

**Προκλήσεις:** Οι Σλοβένοι συμμετέχοντες έδειξαν αυξανόμενη ευαισθητοποίηση σχετικά με το τραύμα, αλλά πολλοί εκπαιδευτικοί αισθάνθηκαν απροετοίμαστοι να το αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά. Οι φοιτητές συχνά ανέφεραν τις ακαδημαϊκές πιέσεις ως σημαντικό παράγοντα άγχους, με το τραύμα να εντείνεται από τις υψηλές προσδοκίες του εκπαιδευτικού συστήματος. Η έλλειψη ευελιξίας στις ακαδημαϊκές πολιτικές ήταν ένα επαναλαμβανόμενο ζήτημα, που δυσχέραινε την αντιμετώπιση προσωπικών κρίσεων από τους φοιτητές.

**Ευκαιρίες:** Δεδομένης της ακαδημαϊκής κουλτούρας στη Σλοβενία, υπάρχει σαφής ανάγκη για πολιτικές που προσφέρουν μεγαλύτερη ευελιξία στα μαθήματα και τις αξιολογήσεις.

Επιπλέον, η δημιουργία εκστρατειών ευαισθητοποίησης για την ομαλοποίηση των συζητήσεων γύρω από την ψυχική υγεία μπορεί να συμβάλει στη μείωση του στίγματος και να ενθαρρύνει τους μαθητές να ζητήσουν βοήθεια.

#### **Ιρλανδία:**

**Προκλήσεις:** Οι μαθητές ανέφεραν θετικές εμπειρίες όταν οι εκπαιδευτικοί ήταν συμπονετικοί και ευέλικτοι. Ωστόσο, αυτές οι περιπτώσεις δεν ήταν ο κανόνας. Ένα αξιοσημείωτο ζήτημα ήταν η έλλειψη επικοινωνίας σχετικά με τις υπάρχουσες υπηρεσίες ψυχικής υγείας, με αποτέλεσμα πολλοί μαθητές να μην γνωρίζουν τις διαθέσιμες υπηρεσίες υποστήριξης.

**Ευκαιρίες:** Η Ιρλανδία διαθέτει ισχυρά θεμέλια όσον αφορά την ευαισθητοποίηση για την ψυχική υγεία, αλλά πρέπει να επικεντρωθεί στην συνεπή εφαρμογή σε άλλα ιδρύματα. Βελτιωμένες στρατηγικές επικοινωνίας και συστηματική κατάρτιση των εκπαιδευτικών μπορούν να διασφαλίσουν ότι περισσότεροι μαθητές θα επωφεληθούν από πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα.

#### **Ρουμανία:**

**Προκλήσεις:** Οι συμμετέχοντες στη Ρουμανία υπογράμμισαν τη σημαντική έλλειψη ευαισθητοποίησης και κατάρτισης σχετικά με το τραύμα τόσο στους μαθητές όσο και στους εκπαιδευτικούς. Το στίγμα γύρω από την ψυχική υγεία ήταν ιδιαίτερα έντονο, με αποτέλεσμα την απροθυμία αναζήτησης υποστήριξης. Επιπλέον, η θεσμική υποστήριξη ήταν συχνά ανεπαρκής, με μεγάλους χρόνους αναμονής για υπηρεσίες συμβουλευτικής και ανεπαρκείς πόρους.

**Ευκαιρίες:** Υπάρχει έντονη ανάγκη για θεμελιώδη εργασία στη Ρουμανία, ξεκινώντας από την ευαισθητοποίηση σχετικά με το τραύμα και την ψυχική υγεία. Η εισαγωγή υποχρεωτικής κατάρτισης για τους εκπαιδευτικούς και η αύξηση του αριθμού των επαγγελματιών ψυχικής υγείας στα πανεπιστήμια θα ήταν τα πρώτα κρίσιμα βήματα. Η συνεργασία με ΜΚΟ θα μπορούσε επίσης να ενισχύσει το δίκτυο υποστήριξης που είναι διαθέσιμο στους φοιτητές.

Η συγκριτική ανάλυση των συζητήσεων της στρογγυλής τραπέζης υπογραμμίζει τη σημασία της κατανόησης των διαφορών μεταξύ των χωρών κατά την εφαρμογή πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα. Κάθε χώρα αντιμετωπίζει μοναδικές προκλήσεις που επηρεάζονται από πολιτισμικούς, θεσμικούς και κοινωνικούς παράγοντες. Αν και υπάρχουν κοινές ανάγκες, όπως η καλύτερη κατάρτιση των εκπαιδευτικών και η βελτίωση της επικοινωνίας σχετικά με τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας, είναι απαραίτητες συστάσεις ειδικά για κάθε περιοχή, προκειμένου να αντιμετωπιστούν οι διαφορετικές συνθήκες που επικρατούν στην Ελλάδα, τη Σλοβενία, την Ιρλανδία και τη Ρουμανία.

Προσαρμόζοντας τις προσεγγίσεις στις συγκεκριμένες ανάγκες κάθε χώρας, το πρόγραμμα HEAL μπορεί να προωθήσει πιο αποτελεσματικές και βιώσιμες πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα, εξασφαλίζοντας ότι όλοι οι φοιτητές λαμβάνουν την υποστήριξη που χρειάζονται για να επιτύχουν ακαδημαϊκά και συναισθηματικά.

### **Η θεματική ανάλυση των συζητήσεων της στρογγυλής τραπέζης αποκάλυψε διάφορα κρίσιμα θέματα:**

**Κατανόηση του τραύματος:** Τόσο οι μαθητές όσο και οι εκπαιδευτικοί αναγνώρισαν τον ευρύ αντίκτυπο του τραύματος, από τις ακαδημαϊκές πιέσεις έως τις προσωπικές απώλειες. Ωστόσο, πολλοί αισθάνθηκαν απροετοίμαστοι να διαχειριστούν αποτελεσματικά το τραύμα στο ακαδημαϊκό περιβάλλον. Ένα από τα πιο σημαντικά θέματα που προέκυψαν από τις συζητήσεις της στρογγυλής τραπέζης ήταν η **κατανόηση του τραύματος** — πώς εκδηλώνεται, πώς γίνεται αντιληπτό και πώς επηρεάζει τόσο τους μαθητές όσο και τους εκπαιδευτικούς σε ένα ακαδημαϊκό πλαίσιο. Τόσο οι μαθητές όσο και οι εκπαιδευτικοί εξέφρασαν ευρεία αναγνώριση του αντίκτυπου του τραύματος, ιδίως σε σχέση με την συναισθηματική δυσφορία που προκαλείται από προσωπικές απώλειες, οικογενειακά προβλήματα, ακαδημαϊκές πιέσεις, προβλήματα ψυχικής υγείας και ακόμη και κοινωνικοπολιτικές συγκρούσεις σε ορισμένες περιοχές.

**Η οπτική των φοιτητών:** Οι φοιτητές σε όλες τις χώρες μίλησαν ανοιχτά για το πώς το τραύμα μπορεί να είναι εξουθενωτικό, οδηγώντας σε σημαντικές συναισθηματικές και ψυχολογικές προκλήσεις που επηρεάζουν την ακαδημαϊκή τους απόδοση. Πολλοί ανέφεραν την αίσθηση ότι νιώθουν συγκλονισμένοι από τις πιέσεις της πανεπιστημιακής ζωής, ιδιαίτερα όταν αυτές οι πιέσεις συμπίπτουν με προσωπικές κρίσεις. Ενώ οι φοιτητές είχαν πλήρη συνείδηση του πόνου που προκαλεί το τραύμα, πολλοί εξέφρασαν την απογοήτευσή τους για το γεγονός ότι το τραύμα τους δεν αντιμετωπιζόταν πάντα με σοβαρότητα στο ακαδημαϊκό περιβάλλον. Αυτό το συναίσθημα εκφράστηκε από πολλούς φοιτητές, όπου η πίεση να τηρήσουν τις προθεσμίες και να διατηρήσουν την ακαδημαϊκή τους θέση συχνά επιδεινώνει το υπάρχον τραύμα, αφήνοντας τους φοιτητές με την αίσθηση ότι δεν έχουν υποστήριξη.

**Η προοπτική των εκπαιδευτικών:** Από την άλλη πλευρά, οι εκπαιδευτικοί μιλούσαν συχνά για την **αδυναμία τους να αναγνωρίσουν ή να ανταποκριθούν αποτελεσματικά** στο τραύμα των φοιτητών τους. Αν και πολλοί καθηγητές αναγνώριζαν ότι το τραύμα ήταν διαδεδομένο στον φοιτητικό πληθυσμό, παραδέχονταν ότι αισθάνονταν «ανεπαρκώς εξοπλισμένοι» για να το διαχειριστούν. Μια κοινή παρατήρηση ήταν ότι το τραύμα δεν ήταν κάτι για το οποίο είχαν εκπαιδευτεί να αντιμετωπίζουν. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι εκπαιδευτικοί εξέφρασαν την αμηχανία τους για την ιδέα της εμπλοκής με τους φοιτητές.

τραύμα, φοβούμενοι ότι μπορεί να πουν κάτι λάθος ή να υπερβούν τα επαγγελματικά όρια. Αυτή η αβεβαιότητα υπογραμμίζει την κρίσιμη ανάγκη για δομημένη εκπαίδευση των εκπαιδευτικών με γνώμονα το τραύμα, ένα θέμα που συζητήθηκε λεπτομερέστερα στο πλαίσιο της θεσμικής υποστήριξης.

**Θεσμική υποστήριξη:** Οι συμμετέχοντες από όλες τις περιοχές τόνισαν την ανάγκη βελτίωσης της επικοινωνίας σχετικά με τις διαθέσιμες υπηρεσίες ψυχικής υγείας και την αύξηση των πόρων που διατίθενται για την αντιμετώπιση του τραύματος. Το δεύτερο σημαντικό θέμα που προέκυψε από τις συζητήσεις της στρογγυλής τραπέζης ήταν η **έλλειψη θεσμικής υποστήριξης** για τους φοιτητές και τα πανεπιστήμια/σχολές που έχουν πληγεί από τραύματα. Και στις τέσσερις χώρες, οι συμμετέχοντες επεσήμαναν κενά στην επικοινωνία, την κατανομή των πόρων και την παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Ενώ ορισμένα ιδρύματα έχουν σημειώσει πρόοδο στην παροχή συμβουλευτικών υπηρεσιών, αυτές οι υπηρεσίες συχνά θεωρούνταν ανεπαρκείς όσον αφορά την προσβασιμότητα, την ικανότητα και την ευαισθητοποίηση.

**Κενά στην επικοινωνία:** Σε σχεδόν όλες τις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης, οι συμμετέχοντες αναγνώρισαν την **κακή επικοινωνία** ως σημαντικό εμπόδιο στην πρόσβαση σε φροντίδα που λαμβάνει υπόψη το τραύμα. Οι φοιτητές ανέφεραν συχνά ότι δεν γνώριζαν τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας που ήταν διαθέσιμες σε αυτούς, είτε επειδή αυτές οι υπηρεσίες δεν ήταν προσβάσιμες/καλά διαφημισμένες είτε επειδή τους παρουσιάστηκαν πολύ αργά κατά τη διάρκεια των ακαδημαϊκών τους χρόνων. Αυτό το κενό στην επικοινωνία αντικατοπτρίστηκε επίσης στις εμπειρίες των εκπαιδευτικών, οι οποίοι συχνά αισθάνονταν ότι δεν ήταν ενημερωμένοι σχετικά με τον τρόπο να κατευθύνουν τους φοιτητές προς την υποστήριξη που χρειάζονταν. Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα μέλη του πανεπιστημίου/της σχολής γνώριζαν την ύπαρξη των υπηρεσιών, αλλά δεν ήξεραν πώς να παραπέμπουν τους φοιτητές ή πώς λειτουργούσε το σύστημα παροχής συμβουλευτικής. Αυτή η έλλειψη σαφούς επικοινωνίας σχετικά με τους πόρους ψυχικής υγείας κάνει τόσο τους φοιτητές όσο και το πανεπιστήμιο/τη σχολή να αισθάνονται ότι δεν έχουν υποστήριξη. Σε 3 χώρες, οι συμμετέχοντες συνέστησαν στα ιδρύματα να υιοθετήσουν πιο προληπτικές προσεγγίσεις για τη δημοσιοποίηση των διαθέσιμων υπηρεσιών. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει εργαστήρια, ενημερωτικές συνεδρίες στην αρχή του ακαδημαϊκού έτους και συνεπείς υπενθυμίσεις καθ' όλη τη διάρκεια του έτους.

**Κατανομή πόρων:** Ένα άλλο σημαντικό ζήτημα που έθεσαν οι συμμετέχοντες ήταν η **έλλειψη επαρκών πόρων** για την παροχή φροντίδας με γνώμονα το τραύμα. Σε όλες τις χώρες, τόσο οι φοιτητές όσο και οι εκπαιδευτικοί σχολίασαν την ανεπαρκή χρηματοδότηση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας στα πανεπιστήμια. Πολλοί φοιτητές σημείωσαν ότι, ενώ οι υπηρεσίες συμβουλευτικής ήταν

τεχνικά διαθέσιμες, η ζήτηση ήταν μεγαλύτερη από την προσφορά, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται μεγάλες περιόδους αναμονής που μείωναν την αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών. Στη Ρουμανία, για παράδειγμα, ένας φοιτητής ανέφερε ότι έπρεπε να περιμένει πάνω από ένα μήνα για να κλείσει ραντεβού με έναν σύμβουλο, ενώ η ανάγκη του για υποστήριξη είχε ήδη καταστεί επείγουσα. Οι εκπαιδευτικοί σχολίασαν επίσης τους περιορισμούς των πόρων, τονίζοντας ότι οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας δεν έχουν την προτεραιότητα που τους αξίζει στον προϋπολογισμό του πανεπιστημίου. Αυτό το κενό πόρων δημιουργεί επιπλέον πίεση στους εκπαιδευτικούς, οι οποίοι αισθάνονται ότι η ευθύνη της υποστήριξης των φοιτητών που έχουν υποστεί τραύμα συχνά βαρύνει τους ίδιους, παρά την έλλειψη κατάρτισης ή υποστήριξης.

**Ανάγκη για δομημένα προγράμματα/εκπαίδευση με γνώμονα το τραύμα:** Ένα άλλο βασικό σημείο που έθεσαν οι συμμετέχοντες ήταν η **έλλειψη δομημένων προγραμμάτων με γνώμονα το τραύμα** στα πανεπιστήμια και σε άλλα ιδρύματα. Πολλά ιδρύματα δεν διαθέτουν μια ολοκληρωμένη στρατηγική για την αντιμετώπιση του τραύματος, με αποτέλεσμα οι φοιτητές και οι εκπαιδευτικοί να πρέπει να αντιμετωπίζουν αυτές τις προκλήσεις μόνοι τους. Ενώ ορισμένα πανεπιστήμια έχουν σημειώσει πρόοδο στην ενσωμάτωση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας στα ακαδημαϊκά τους προγράμματα, άλλα εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν την ψυχική υγεία ως ξεχωριστό ζήτημα, άσχετο με το ακαδημαϊκό περιβάλλον. Τόσο οι φοιτητές όσο και οι εκπαιδευτικοί συνέστησαν τη δημιουργία **ολοκληρωμένων συστημάτων υποστήριξης με γνώμονα το τραύμα**, τα οποία όχι μόνο θα παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, αλλά και **θα ενσωματώνουν την ευαισθησία στο τραύμα στην ακαδημαϊκή κουλτούρα**. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την εκπαίδευση των μελών του πανεπιστημίου/της σχολής στην αναγνώριση των σημείων τραύματος, την προσφορά ευέλικτων ακαδημαϊκών πολιτικών (όπως παράταση προθεσμιών και εναλλακτικές μέθοδοι αξιολόγησης) και την ανάπτυξη σαφών πρωτοκόλλων για την παραπομπή των φοιτητών στις κατάλληλες υπηρεσίες. Για παράδειγμα, ορισμένοι συμμετέχοντες πρότειναν τη δημιουργία **δικτύων αλληλοϋποστήριξης** ως μέρος της στρατηγικής ψυχικής υγείας του πανεπιστημίου, επιτρέποντας στους φοιτητές να ζητούν βοήθεια από συμφοιτητές τους που έχουν βιώσει παρόμοιες εμπειρίες, αλλά σύμφωνα με τους Οδηγούς Συμμόρφωσης με τον Γενικό Κανονισμό για την Προστασία Δεδομένων (GDPR) της ΕΕ σε όλες τις χώρες-εταίρους. Αυτό θα μπορούσε να συμβάλει στη μείωση του στίγματος που συνδέεται με το τραύμα και να κάνει τους φοιτητές να αισθάνονται πιο άνετα να ζητούν υποστήριξη.

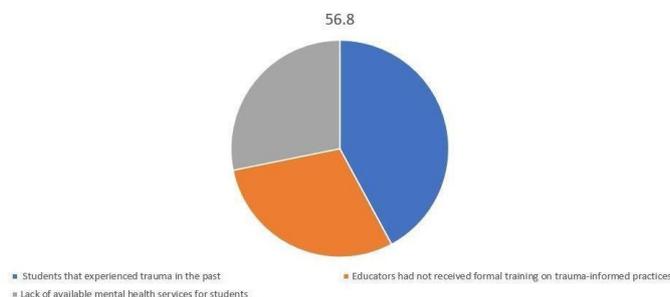
Συνοψίζοντας, οι συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης σε Ελλάδα, Σλοβενία, Ιρλανδία και Ρουμανία αποκάλυψαν δύο κεντρικά θέματα: **την κατανόηση του τραύματος και τη θεσμική υποστήριξη**. Τόσο οι φοιτητές όσο και οι εκπαιδευτικοί αναγνώρισαν τον ευρύ αντίκτυπο του τραύματος, αλλά θεώρησαν ότι υπήρχε έλλειψη πόρων για την αποτελεσματική αντιμετώπισή του στο

ακαδημαϊκό περιβάλλον. Τα κενά στην επικοινωνία, οι ανεπαρκείς πόροι και η ανάγκη για δομημένα προγράμματα που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα αναγνωρίστηκαν ως κρίσιμα ζητήματα που πρέπει να αντιμετωπιστούν από τα πανεπιστήμια και άλλα ιδρύματα, προκειμένου να δημιουργηθεί ένα πραγματικά υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς μαθησιακό περιβάλλον. Μέσω μιας συντονισμένης προσπάθειας για την παροχή καλύτερης κατάρτισης στους εκπαιδευτικούς, τη βελτίωση της επικοινωνίας σχετικά με τους διαθέσιμους πόρους και την επένδυση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, τα πανεπιστήμια μπορούν να αρχίσουν να γεφυρώνουν το χάσμα μεταξύ της αναγνώρισης των τραυμάτων και της αποτελεσματικής υποστήριξης των ατόμων που έχουν υποστεί τραύματα.

**Ποσοτικά δεδομένα:** Τα ποσοτικά δεδομένα από τις έρευνες αποκάλυψαν ότι:

- Το **56,8%** των φοιτητών είχε βιώσει τραύμα στο παρελθόν.
- Το **40%** των εκπαιδευτικών δεν είχε λάβει επίσημη εκπαίδευση σχετικά με πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα.
- Το **38%** των φοιτητών θεωρούσε ότι το πανεπιστήμιό τους δεν επικοινωνούσε επαρκώς τις διαθέσιμες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

HEAL Online Survey Results



**Ποιοτικά δεδομένα:** Στο πλαίσιο των πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, τα ποιοτικά δεδομένα που συλλέχθηκαν από έρευνες στην Ελλάδα, την Ιρλανδία, τη Σλοβενία και τη Ρουμανία παρέχουν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τις προσωπικές εμπειρίες, τις θεσμικές προκλήσεις και τις πρακτικές συστάσεις από φοιτητές, εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (HED). Αυτά τα δεδομένα καταγράφουν τα συναισθήματα, τις προοπτικές και τις μοναδικές

προκλήσεις που τα ποσοτικά δεδομένα συχνά δεν μπορούν να αποτυπώσουν, ρίχνοντας φως στις βιωμένες εμπειρίες των ατόμων που έχουν υποστεί τραύμα σε ακαδημαϊκά περιβάλλοντα. Η Ελλάδα, η Ιρλανδία, η Σλοβενία και η Ρουμανία παρέχουν μια πλούσια και λεπτομερή κατανόηση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Ενώ οι συγκεκριμένες προκλήσεις ποικίλλουν ανά χώρα, ζητήματα όπως το στίγμα, η έλλειψη κατάρτισης των εκπαιδευτικών και οι ανεπαρκείς πόροι ψυχικής υγείας είναι κοινά σε όλες τις χώρες. Τόσο οι φοιτητές όσο και οι εκπαιδευτικοί ζητούν πιο ολοκληρωμένα συστήματα υποστήριξης, σαφέστερη επικοινωνία και εκπαίδευση με γνώμονα το τραύμα, προκειμένου να αντιμετωπιστούν καλύτερα οι ανάγκες ψυχικής υγείας των φοιτητών που έχουν υποστεί τραύμα.

#### **Ελλάδα:**

Στην Ελλάδα, οι ποιοτικές απαντήσεις αποκάλυψαν σημαντικές πληροφορίες σχετικά με τις εμπειρίες τόσο των φοιτητών όσο και των εκπαιδευτικών κατά την αντιμετώπιση τραυματικών εμπειριών και προκλήσεων ψυχικής υγείας σε περιβάλλοντα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.

#### **Εμπειρίες των φοιτητών**

- **Απομόνωση και έλλειψη κατανόησης:** Πολλοί φοιτητές ανέφεραν ότι αισθάνονταν απομονωμένοι όταν αντιμετώπιζαν τραύματα, σημειώνοντας ότι ένιωθαν ότι υπήρχε έλλειψη κατανόησης από τα μέλη του διδακτικού προσωπικού.
- **Τραύμα από πολιτικές συγκρούσεις:** Αρκετοί φοιτητές τόνισαν τον τρόπο με τον οποίο οι πολιτικές συγκρούσεις στις φοιτητικές συνελεύσεις συνέβαλαν στο τραύμα.
- **Αίτημα για ενσυναίσθηση από το διδακτικό προσωπικό:** Οι φοιτητές ζήτησαν τα μέλη του διδακτικού προσωπικού να λάβουν εκπαίδευση σχετικά με τα τραύματα, προκειμένου να βελτιώσουν την ενσυναίσθηση και την κατανόησή τους. Ένα κοινό θέμα ήταν ότι οι φοιτητές συχνά αντιμετώπιζαν αδιάφορες ή ανενθέρμες απαντήσεις.

#### **Προκλήσεις για τους εκπαιδευτικούς**

- **Έλλειψη εκπαίδευσης και υποστήριξης:** Οι εκπαιδευτικοί τόνισαν την έλλειψη επίσημης εκπαίδευσης σε θέματα διδασκαλίας με γνώμονα το τραύμα.
- **Ισορροπία μεταξύ αυστηρότητας και ευελιξίας:** Πολλοί εκπαιδευτικοί εξέφρασαν την ανησυχία τους σχετικά με την ισορροπία μεταξύ της ακαδημαϊκής αυστηρότητας και της ευελιξίας που απαιτείται για την αντιμετώπιση των τραυματικών εμπειριών.

### **Ιρλανδία:**

Οι ποιοτικές απαντήσεις των φοιτητών και του προσωπικού του Trinity College Dublin αντικατοπτρίζουν μια αυξανόμενη ευαισθητοποίηση σχετικά με το τραύμα, αλλά και σημαντικά κενά στις δομές υποστήριξης και επικοινωνίας.

#### **Εμπειρίες των φοιτητών**

- **Αγωνιζόμενοι στη σιωπή:** Ένα επαναλαμβανόμενο θέμα στην ιρλανδική έρευνα ήταν ότι οι φοιτητές συχνά αγωνίζονταν με το τραύμα στη σιωπή, είτε λόγω του στίγματος είτε λόγω της έλλειψης προσβάσιμων πόρων.
- **Θετικές εμπειρίες με ευέλικτες πολιτικές:** Ορισμένοι φοιτητές που είχαν συναντήσει ευέλικτες ακαδημαϊκές πολιτικές ανέφεραν θετικές εμπειρίες.

#### **Προκλήσεις για τους εκπαιδευτικούς**

- **Ανάγκη για θεσμική υποστήριξη:** Πολλοί εκπαιδευτικοί εξέφρασαν την άποψη ότι δεν είχαν τη θεσμική υποστήριξη που απαιτείται για την εφαρμογή πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα.
- **Ενημέρωση για τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας:** Το διδακτικό προσωπικό εξέφρασε επίσης ανησυχίες ότι οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας δεν επικοινωνούν αποτελεσματικά στο προσωπικό.

### **Σλοβενία:**

Το σλοβενικό πανεπιστήμιο έδειξε διαφορετικά επίπεδα ευαισθητοποίησης σχετικά με τις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα, με τους φοιτητές και το προσωπικό να ζητούν πιο δομημένα συστήματα υποστήριξης.

#### **Εμπειρίες των φοιτητών**

- **Ακαδημαϊκή πίεση και τραύμα:** Οι φοιτητές τόνισαν ότι η ακαδημαϊκή πίεση επιδείνωσε το τραύμα τους.
- **Μεγάλοι χρόνοι αναμονής για υποστήριξη:** Πολλοί φοιτητές ανέφεραν μεγάλους χρόνους αναμονής για υπηρεσίες συμβουλευτικής, γεγονός που τους έκανε να αισθάνονται ότι δεν είχαν υποστήριξη.

#### **Προκλήσεις για τους εκπαιδευτικούς**

- **Αντίσταση στις προσεγγίσεις που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα:** Οι εκπαιδευτικοί ανέφεραν ότι υπήρχε θεσμική αντίσταση στην υιοθέτηση στρατηγικών διδασκαλίας που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα.
- **Υπερφορτωμένες υπηρεσίες συμβουλευτικής:** Οι εκπαιδευτικοί εξέφρασαν επίσης την απογοήτευσή τους για την περιορισμένη διαθεσιμότητα επαγγελματιών ψυχικής υγείας στο πανεπιστήμιο.

### **Ρουμανία:**

Στη Ρουμανία, φοιτητές και εκπαιδευτικοί περιέγραψαν λεπτομερώς τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν όταν ασχολούνται με τραύματα στο πανεπιστημιακό περιβάλλον. Οι απαντήσεις υπογράμμισαν σημαντικά κενά στην αντιμετώπιση των τραυμάτων και στη θεσμική υποστήριξη.

### **Εμπειρίες φοιτητών**

- **Στίγμα γύρω από την ψυχική υγεία:** Οι Ρουμάνοι φοιτητές ανέφεραν επανειλημμένα το στίγμα που περιβάλλει την ψυχική υγεία και την αναζήτηση υποστήριξης.
- **Μη προσβάσιμες υπηρεσίες:** Πολλοί φοιτητές θεώρησαν ότι οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας, αν και διαθέσιμες, δεν ήταν προσβάσιμες σε όλους.
- **Αίτημα για υποστήριξη από ομοτίμους:** Αρκετοί φοιτητές ζήτησαν τη δημιουργία ομάδων υποστήριξης από ομοτίμους.

### **Προκλήσεις για τους εκπαιδευτικούς**

- **Έλλειψη κατάρτισης:** Πολλοί εκπαιδευτικοί στη Ρουμανία ανέφεραν ότι δεν είχαν λάβει επαρκή κατάρτιση για την αντιμετώπιση τραυματικών εμπειριών.
- **Φόβος υπέρβασης των ορίων:** Οι εκπαιδευτικοί εξέφρασαν ανησυχίες σχετικά με την υπέρβαση των επαγγελματικών τους ορίων κατά την αντιμετώπιση τραυματικών εμπειριών.

**Κοινά θέματα σε όλες τις χώρες: Στίγμα και σιωπή:** Οι φοιτητές και στις τέσσερις χώρες ανέφεραν το στίγμα που περιβάλλει το τραύμα και την ψυχική υγεία. Συχνά ανέφεραν ότι αυτό το στίγμα τους εμπόδιζε να ζητήσουν βοήθεια και, όταν το έκαναν, συχνά αντιμετώπιζαν μεγάλες περιόδους αναμονής ή ανεπαρκή υποστήριξη. **Ανάγκη για εκπαίδευση του διδακτικού προσωπικού:** Ένα βασικό θέμα στις απαντήσεις των εκπαιδευτικών σε όλες τις χώρες ήταν η έλλειψη εκπαίδευσης. Πολλοί αισθάνθηκαν απροετοίμαστοι να αντιμετωπίσουν το τραύμα, ειδικά όταν δεν υπήρχαν σαφείς θεσμικές κατευθυντήριες γραμμές ή διαθέσιμοι πόροι. **Ανάγκη για συστήματα υποστήριξης από ομοτίμους:** Οι φοιτητές σε όλες τις περιοχές εξέφρασαν την έντονη επιθυμία τους για δίκτυα υποστήριξης από ομοτίμους. Πολλοί θεώρησαν ότι η συζήτηση με ομοτίμους που είχαν παρόμοιες εμπειρίες θα τους διευκόλυνε να ανοιχτούν και να ζητήσουν βοήθεια. **Ασύμμετρη πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας:** Η πρόσβαση σε υπηρεσίες συμβουλευτικής ήταν ένα άλλο κοινό πρόβλημα. Πολλοί φοιτητές ανέφεραν μεγάλες περιόδους αναμονής ή έλλειψη διαθέσιμων πόρων, γεγονός που τους δυσκόλεψε να λάβουν έγκαιρη υποστήριξη όταν βίωναν τραύμα.

## 4. Συστάσεις

### Για τους εκπαιδευτικούς

1. Εφαρμογή υποχρεωτικών προγραμμάτων κατάρτισης με γνώμονα το τραύμα.
2. Υιοθετήστε ευέλικτες ακαδημαϊκές πολιτικές που να εξυπηρετούν τους φοιτητές που αντιμετωπίζουν προκλήσεις σχετικές με τραυματικές εμπειρίες.
3. Προωθήστε την ανοιχτή επικοινωνία και δημιουργήστε ασφαλείς χώρους όπου οι φοιτητές μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες τους.

### Για τους διοικητικούς υπαλλήλους

1. Αύξηση της χρηματοδότησης για πόρους ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβανομένης της πρόσληψης επιπλέον συμβούλων και επαγγελματιών ψυχικής υγείας.
2. Βελτιώστε την επικοινωνία σχετικά με τις διαθέσιμες υπηρεσίες υποστήριξης και διασφαλίστε ότι όλοι οι φοιτητές και το προσωπικό γνωρίζουν αυτούς τους πόρους.
3. Ανάπτυξη πολιτικές που δίνουν προτεραιότητα πρακτικές πρακτικές και εξασφαλίζουν συνεπή εφαρμογή σε όλα τα τμήματα.

### Για τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής

1. Ανάπτυξη εθνικών κατευθυντήριων γραμμών για πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα στην τριτοβάθμια εκπαίδευση.
2. Διαθέστε πόρους για την υποστήριξη της εφαρμογής αυτών των πρακτικών στα πανεπιστήμια.
3. Ξεκινήστε εκστρατείες ευαισθητοποίησης για τη μείωση του στίγματος που συνδέεται με την ψυχική υγεία και το τραύμα.

## 5. Συμπέρασμα

Το πρόγραμμα HEAL εστιάζει στην επείγουσα ανάγκη ενσωμάτωσης πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα σε όλα τα ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης στην Ευρώπη. Τα ευρήματα από τις συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και τις διαδικτυακές έρευνες αποκαλύπτουν ότι τα τραύματα εξακολουθούν να αποτελούν ένα γενικό πρόβλημα που επηρεάζει σημαντικά την ακαδημαϊκή απόδοση, την ευημερία και τη συνολική εμπειρία των φοιτητών στο πανεπιστήμιο. Αντιμετωπίζοντας τις προκλήσεις που εντοπίστηκαν μέσω της έρευνάς μας και εφαρμόζοντας τις προτεινόμενες συστάσεις, τα πανεπιστήμια και άλλοι ενδιαφερόμενοι φορείς μπορούν να προωθήσουν ένα πιο συμπεριληπτικό και υποστηρικτικό ακαδημαϊκό περιβάλλον που ανταποκρίνεται επαρκώς στις διαφορετικές ανάγκες των φοιτητών που έχουν υποστεί τραύματα.

**A. Αντιμετώπιση των εντοπισμένων προκλήσεων.** Οι προκλήσεις που επισημάνθηκαν, όπως το στίγμα που περιβάλλει την ψυχική υγεία, η ανεπαρκής κατάρτιση των εκπαιδευτικών και η έλλειψη προσβάσιμων υπηρεσιών υποστήριξης, δεν είναι μοναδικές σε κάποιο συγκεκριμένο ίδρυμα ή χώρα. Αυτές οι προκλήσεις είναι γενικές σε όλο το ακαδημαϊκό τοπίο και απαιτούν μια ενοποιημένη, συστημική προσέγγιση για να ξεπεραστούν. Ένα από τα πιο επείγοντα ζητήματα που εντοπίστηκαν είναι το **στίγμα που συνδέεται με το τραύμα και την ψυχική υγεία**. Φοιτητές από όλη την Ελλάδα, την Ιρλανδία, τη Σλοβενία και τη Ρουμανία ανέφεραν συχνά ότι αισθάνονται απομονωμένοι, χωρίς υποστήριξη ή παρεξηγημένοι από τους συμμαθητές και τους καθηγητές τους. Αυτό το στίγμα εμποδίζει πολλούς φοιτητές να αναζητήσουν τη βοήθεια που χρειάζονται, με αποτέλεσμα την περαιτέρω συναισθηματική δυσφορία και την πτώση των ακαδημαϊκών τους επιδόσεων. Για να αντιμετωπιστεί αυτό το πρόβλημα, τα πανεπιστήμια πρέπει όχι μόνο να ευαισθητοποιήσουν το κοινό σχετικά με τις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα, αλλά και να εργαστούν ενεργά για **την ομαλοποίηση των συζητήσεων γύρω από την ψυχική υγεία**. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω εκστρατειών ευαισθητοποίησης, πρωτοβουλιών αλληλοϋποστήριξης και προγραμμάτων κατάρτισης σε κάθε ίδρυμα, που αποστιγματίζουν τα τραύματα και τις προκλήσεις ψυχικής υγείας.

Μια άλλη σημαντική πρόκληση είναι η **έλλειψη επίσημης κατάρτισης για τους εκπαιδευτικούς**. Πολλοί πανεπιστημιακοί/καθηγητές εξέφρασαν την απογοήτευσή τους για την αδυναμία τους να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τους φοιτητές που έχουν υποστεί τραύμα, λόγω έλλειψης κατάρτισης. Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να διαθέτουν τα εργαλεία και τις γνώσεις για να αναγνωρίζουν τα συμπτώματα του τραύματος, να ανταποκρίνονται με ενσυναίσθηση και να εφαρμόζουν ευέλικτες μεθόδους διδασκαλίας που να ανταποκρίνονται στις ατομικές ανάγκες των φοιτητών. Τα ιδρύματα πρέπει να παρέχουν **ολοκληρωμένη, συνεχή κατάρτιση** σε πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα

πρακτικές για όλο το ακαδημαϊκό προσωπικό, ώστε να διασφαλιστεί ότι είναι επαρκώς προετοιμασμένοι να βοηθήσουν τους φοιτητές που αντιμετωπίζουν τραύμα.

Η **δυσκολία πρόσβασης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας** είναι ένα άλλο κρίσιμο ζήτημα. Οι μακροχρόνιες αναμονές, το ανεπαρκές συμβουλευτικό προσωπικό και η κακή επικοινωνία σχετικά με τους διαθέσιμους πόρους έχουν αφήσει πολλούς φοιτητές χωρίς την υποστήριξη που χρειάζονται. Για να αντιμετωπιστεί αυτό το πρόβλημα, τα πανεπιστήμια πρέπει να επενδύσουν στην επέκταση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας και να διασφαλίσουν ότι αυτές οι υπηρεσίες είναι ευρέως γνωστές και εύκολα προσβάσιμες σε όλους τους φοιτητές. Αυτό περιλαμβάνει όχι μόνο την αύξηση του αριθμού των επαγγελματιών ψυχικής υγείας στο πανεπιστήμιο, αλλά και την ενσωμάτωση εναλλακτικών μηχανισμών υποστήριξης, όπως **διαδικτυακές πλατφόρμες συμβουλευτικής** και **δίκτυα υποστήριξης από ομοτίμους**, ώστε να προσεγγιστούν φοιτητές που μπορεί να είναι απρόθυμοι να ζητήσουν βοήθεια μέσω των παραδοσιακών καναλιών.

**Β. Δημιουργία ενός ακαδημαϊκού περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς και με υποστήριξη.** Με την εφαρμογή των συστάσεων που περιγράφονται στην έκθεσή μας, τα πανεπιστήμια έχουν τη δυνατότητα να μετατρέψουν το ακαδημαϊκό τους περιβάλλον σε χώρους που είναι πιο **χωρίς αποκλεισμούς, υποστηρικτικοί και ανταποκρίνονται** στις ανάγκες όλων των φοιτητών, ιδίως εκείνων που έχουν υποστεί τραύμα.

Στο επίκεντρο αυτών των αλλαγών βρίσκεται η ανάγκη υιοθέτησης μιας **ολιστικής, ενημερωμένης για τα τραύματα προσέγγισης** στην εκπαίδευση. Αυτή η προσέγγιση περιλαμβάνει όχι μόνο την εκπαίδευση των εκπαιδευτικών και την επέκταση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, αλλά και **την αναδιάρθρωση των θεσμικών πολιτικών**, ώστε να ανταποκρίνονται καλύτερα στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι φοιτητές που έχουν υποστεί τραύματα. Για παράδειγμα, η εφαρμογή **ευέλικτων ακαδημαϊκών πολιτικών** — όπως παράταση προθεσμιών, εναλλακτικές μέθοδοι αξιολόγησης και εξατομικευμένα προγράμματα μάθησης — μπορεί να συμβάλει στο να διασφαλιστεί ότι οι φοιτητές που έχουν υποστεί τραύματα δεν θα τιμωρούνται άδικα ή θα βρίσκονται σε μειονεκτική θέση από ακαδημαϊκή άποψη.

Επιπλέον, η προώθηση **της ανοιχτής επικοινωνίας** μεταξύ φοιτητών και διδακτικού προσωπικού είναι απαραίτητη για την οικοδόμηση εμπιστοσύνης και την ενθάρρυνση των φοιτητών να ζητούν βοήθεια όταν χρειάζεται. Τα πανεπιστήμια πρέπει να δημιουργήσουν ασφαλείς χώρους όπου οι φοιτητές θα αισθάνονται άνετα να συζητούν τις εμπειρίες τους χωρίς το φόβο της κριτικής ή των επιπτώσεων. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω τακτικών συναντήσεων με ακαδημαϊκούς συμβούλους, **προγραμμάτων καθοδήγησης** και της ανάπτυξης πρωτοβουλιών για την ψυχική υγεία που θα αναλαμβάνουν οι ίδιοι οι φοιτητές.

**С. Μελλοντικά βήματα και θεσμική δέσμευση.** Η ενσωμάτωση πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα δεν είναι μια εφάπαξ πρωτοβουλία, αλλά μια συνεχής διαδικασία που απαιτεί **συνεχή αξιολόγηση και βελτίωση**. Τα πανεπιστήμια πρέπει να θεσπίσουν μηχανισμούς για **την τακτική αξιολόγηση** της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων και των υπηρεσιών τους που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα, χρησιμοποιώντας τα σχόλια των φοιτητών και του διδακτικού προσωπικού για να εντοπίσουν τους τομείς που χρειάζονται βελτίωση. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει **ανώνυμες έρευνες**, ομάδες εστίασης και συνεδρίες ανατροφοδότησης που παρέχουν πληροφορίες σχετικά με το πόσο καλά το ίδρυμα ανταποκρίνεται στις ανάγκες των φοιτητών του.

Επιπλέον, **η θεσμική δέσμευση** για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας είναι ζωτικής σημασίας. Αυτή η δέσμευση πρέπει να προέρχεται από τα ανώτατα επίπεδα της ηγεσίας των πανεπιστημίων και να αντικατοπτρίζεται τόσο στην πολιτική όσο και στην πράξη. Δίνοντας προτεραιότητα στην ψυχική υγεία και στις πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα στο στρατηγικό τους σχεδιασμό, τα πανεπιστήμια μπορούν να διαθέσουν τους απαραίτητους πόρους και χρηματοδότηση για να διασφαλίσουν τη βιωσιμότητα αυτών των πρωτοβουλιών. Αυτό περιλαμβάνει την πρόσληψη περισσότερων επαγγελματιών ψυχικής υγείας, την παροχή ολοκληρωμένης κατάρτισης του προσωπικού και τη δημιουργία ειδικών χώρων στον πανεπιστημιακό χώρο όπου οι φοιτητές μπορούν να χαλαρώσουν, να αποβάλλουν το άγχος και να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες υποστήριξης.

Επιπλέον, **η συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, υπευθύνων χάραξης πολιτικής και επαγγελματιών ψυχικής υγείας** θα είναι απαραίτητη για τη δημιουργία μιας συστημικής μετατόπισης προς την εκπαίδευση με γνώμονα το τραύμα. Οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής πρέπει να παρέχουν την απαραίτητη χρηματοδότηση και νομοθετική υποστήριξη για να διασφαλίσουν ότι οι πρακτικές με γνώμονα το τραύμα ενσωματώνονται στα εθνικά εκπαιδευτικά πλαίσια. Με τη σειρά τους, τα πανεπιστήμια πρέπει να συνεργάζονται στενά με εμπειρογνώμονες ψυχικής υγείας για την ανάπτυξη και την εφαρμογή βέλτιστων πρακτικών που βασίζονται στις τελευταίες έρευνες και είναι προσαρμοσμένες στις συγκεκριμένες ανάγκες του φοιτητικού πληθυσμού τους.

Το πρόγραμμα HEAL έθεσε τις βάσεις για μια πολύ αναγκαία μεταμόρφωση στον τρόπο με τον οποίο τα ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης αντιμετωπίζουν το τραύμα. Ωστόσο, η πορεία προς τα εμπρός απαιτεί **συλλογική δράση** από όλους τους ενδιαφερόμενους φορείς — φοιτητές, εκπαιδευτικούς, διοικητικούς υπαλλήλους, υπεύθυνους χάραξης πολιτικής και επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Με τη συνεργασία τους, αυτοί οι ενδιαφερόμενοι φορείς μπορούν να δημιουργήσουν ένα σύστημα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης που όχι μόνο αναγνωρίζει τον βαθύ αντίκτυπο του τραύματος στη μάθηση, αλλά και υποστηρίζει ενεργά τους φοιτητές στην υπέρβαση αυτών των προκλήσεων.

Συμπερασματικά, η εφαρμογή πρακτικών που λαμβάνουν υπόψη τα τραύματα θα συμβάλει στη γενική **ευημερία, την ακαδημαϊκή επιτυχία και την προσωπική ανάπτυξη** των φοιτητών, επιτρέποντάς τους να ευδοκιμήσουν σε ένα υποστηρικτικό και συμπονετικό μαθησιακό περιβάλλον. Μέσω της συνεχούς επένδυσης σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, εκπαίδευση εκπαιδευτικών και θεσμικές μεταρρυθμίσεις, τα πανεπιστήμια μπορούν να συμβάλουν στο να διασφαλίσουν ότι όλοι οι φοιτητές — ανεξάρτητα από τα τραύματα που έχουν υποστεί στο παρελθόν — έχουν την ευκαιρία να επιτύχουν.

## Αναφορές:

### Ρουμανία

Ενδιαφέρουσες πληροφορίες από Στρογγυλή Τράπεζα Συζητήσεις και  
διαδικτυακή Έρευνα Έκθεση. (2024). POLITEHNICA  
Βουκουρέστι Chestionar και ASEL Ρουμανία

### Ελλάδα

Πληροφορίες από συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και έκθεση διαδικτυακής έρευνας. (2024).  
Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων και Ευρωπαϊκό Κέντρο Κοινωνικών Επιστημών, Πολιτισμού και Αθλητισμού.

### Ιρλανδία

Πληροφορίες από συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και έκθεση διαδικτυακής έρευνας. (2024). Trinity  
College Dublin, Σχολή Γλωσσών, Λογοτεχνίας και Πολιτισμικών Σπουδών.

### Σλοβενία

Πληροφορίες από συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης και έκθεση ηλεκτρονικής έρευνας. (2024).  
Πανεπιστήμιο του Νόβο Μέστο, Σχολή Επιστημών Υγείας.

### Πρόγραμμα Erasmus

Έργα κινητικότητας στην τριτοβάθμια εκπαίδευση Erasmus+. Ευρωπαϊκή Επιτροπή. (χ.χ.).  
Ανακτήθηκε από <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/opportunities/opportunities-for-organisations/learning-mobility/higher-education>.

### Αναφορές σχετικά με πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα:

Dima, G., & Ciorbea, I. (2019). Ο αντίκτυπος του τραύματος στις ακαδημαϊκές επιδόσεις των φοιτητών: Μελέτες περιπτώσεων σε ρουμανικά πανεπιστήμια. Ρουμανικό Περιοδικό Εκπαίδευσης και Ψυχολογίας, 12(3), 67-78.

Hatos, A., & Pusztaí, G. (2020). Προκλήσεις για την ευημερία των φοιτητών στα ρουμανικά ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης: Μια κοινωνιολογική προοπτική. Περιοδικό Μελετών για τη Νεολαία, 23(6), 756-770.

Jennings, P. A. (2019). Η τάξη ευαίσθητη στο τραύμα: Οικοδομώντας ανθεκτικότητα με συμπνετική διδασκαλία. W. W. Norton & Company.

Kalliris, E., & Georgoroulou, V. (2021). Ενσωμάτωση της διδασκαλίας με γνώμονα το τραύμα στην ελληνική τριτοβάθμια εκπαίδευση: Προκλήσεις και ευκαιρίες. Ελληνικό Περιοδικό Μελετών Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης, 14(2), 89-101.

Κυριακίδης, Π., & Νικολακόπουλος, Δ. (2019). Μεταρρύθμιση του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος για την υποστήριξη μαθητών που έχουν υποστεί τραύμα. Ελληνικό Περιοδικό Εκπαίδευσης, 22(4), 119-134.

Luca, C., & Petrescu, D. (2021). Εκπαιδευτικές πρακτικές με γνώμονα το τραύμα στη Ρουμανία: Μια εθνική επισκόπηση των προκλήσεων και των βέλτιστων πρακτικών. *Περιοδικό Ρουμανικών Σπουδών στην Εκπαίδευση*, 18(2), 35-52.

Novak, J., & Kos, M. (2021). Ψυχολογική υποστήριξη για φοιτητές που έχουν υποστεί τραύμα σε σλοβενικά πανεπιστήμια: Αξιολόγηση των τρεχουσών πρακτικών. *Σλοβενικό Περιοδικό Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης*, 29(4), 123-137.

Pantelidis, P., & Markopoulos, A. (2020). Υπηρεσίες ψυχικής υγείας στα ελληνικά πανεπιστήμια: Αντιμέτωπη του τραύματος στο ακαδημαϊκό περιβάλλον. *Ελληνικό Περιοδικό Ψυχιατρικής και Εκπαίδευσης*, 26(1), 45-57.

Pavlina, T., & Horvat, A. (2020). Ψυχολογικό τραύμα και ανθεκτικότητα σε φοιτητές σλοβενικών πανεπιστημίων: Μια διαχρονική μελέτη. *Περιοδικό Ψυχολογίας και Εκπαιδευτικής Έρευνας*, 5(3), 45-61.

Păunescu, C., Preoteasa, A. M., & Bălașa, A. (2017). Υπηρεσίες ψυχικής υγείας στη Ρουμανία: προκλήσεις και ευκαιρίες. *Περιοδικό Mental Health Review*, 22(1), 23-34.

Păunescu, C. (2018). Εκπαιδευτικές πρακτικές με γνώμονα το τραύμα στη Ρουμανία: διερεύνηση του ρόλου των πανεπιστημίων στις παρεμβάσεις ψυχικής υγείας. *Ρουμανικό Περιοδικό Επιστημών της Εκπαίδευσης*, 10(3), 45-60.

Perry, B. D., & Szalavitz, M. (2017). Το αγόρι που μεγάλωσε ως σκύλος: και άλλες ιστορίες από το σημειωματάριο ενός παιδικού ψυχιάτρου — Τι μπορούν να μας διδάξουν τα τραυματισμένα παιδιά για την απώλεια, την αγάπη και τη θεραπεία. Basic Books.

Pivec, R., & Jerman, B. (2020). Ευημερία των φοιτητών και τραύμα στην σλοβενική τριτοβάθμια εκπαίδευση: Μια εθνική προοπτική.

Preda, D. (2019). Ευαισθητοποίηση και αντίδραση στο τραύμα στην ρουμανική τριτοβάθμια εκπαίδευση: Η ανάγκη για συστημική αλλαγή. Στα *Πρακτικά του Διεθνούς Συνεδρίου για την Εκπαίδευση και τις Νέες Τεχνολογίες Μάθησης* (σ. 234-240).

Rutar, S. (2020). Ανάπτυξη εκπαιδευτικών συστημάτων ευαίσθητων στο τραύμα στη Σλοβενία: Ένα πλαίσιο για εκπαιδευτικούς και ιδρύματα. *Σλοβενικό Περιοδικό Παιδαγωγικών Επιστημών*, 25(1), 78-93.

Tzifakis, N., & Paratheodorou, C. (2020). Υποστήριξη προσφύγων φοιτητών στην Ελλάδα: Τραύμα και εκπαιδευτική προσαρμογή. *Περιοδικό Μετανάστευσης και Εκπαίδευσης*, 11(2), 95-112.

Zervas, T., & Ioannidis, A. (2021). Ψυχική υγεία των φοιτητών και ευαισθητοποίηση σχετικά με το τραύμα στην ελληνική τριτοβάθμια εκπαίδευση: Μια εθνική έρευνα. *Περιοδικό Ελληνικών Φοιτητικών Υποθέσεων*, 13(3), 29-42.



HEAL

Ανώτατη εκπαίδευση για όλους: Μαθησιακά περιβάλλοντα βασισμένα στη διδασκαλία και την επικοινωνία με γνώμονα το τραύμα

2023-1-R001-KA220-HED-000167223



University  
of  
Ioannina



University of Novo mesto  
Faculty of Health Sciences



Trinity College Dublin  
Coláiste na Tríonóide, Baile Átha Cliath  
The University of Dublin



Co-funded by  
the European Union