



HEAL

Higher Education for All: Learning Environments built on Trauma-Informed Teaching and Communication

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



Livrabil 2.4

Elaborarea unui plan de evaluare a decalajelor pentru a ghida programul de instruire HEAL

Proiect: HEAL

Titlu complet: Higher Education for All: Learning Environments built on Trauma-Informed Teaching and Communication

Număr proiect: 2023-1-RO01-KA220-HED-000167223

Pachet de lucru: De la perspective la acțiune: Dezvoltarea unei evaluări a lacunelor și a unui curriculum de formare pentru predarea și comunicarea informate despre traume

Tip de livrabil: Raport

Coordonator: Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICA București

Declinare de responsabilitate:

Finanțat de Uniunea Europeană. Părerile și opiniile exprimate aparțin exclusiv autorului/autorilor și nu reflectă neapărat opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programul Comunitar în Domeniul Educației și Formației Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană, nici autoritatea care a acordat finanțarea nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.

Cuprins

Rezumat	2
1. Introducere	4
2. Metodologie	5
2.1 Colectarea datelor	6
2.2. Limitări ale metodologiei.....	7
3. Rezultate	9
3.1. Analiza completă.....	10
4. Recomandări.....	19
5. Concluzie.....	20
Bibliografie.....	24

Rezumat

Raportul nostru sintetizează informații detaliate din discuțiile de la masa rotundă desfășurate în cadrul instituțiilor partenerilor HEAL și din sondajele online realizate în România, Grecia, Irlanda și Slovenia, ca parte a proiectului Erasmus HEAL. Partenerii s-au întâlnit online pentru a stabili conținutul fiecărui sondaj. Chestionarele au fost traduse în toate limbile materne ale partenerilor. Ne-am concentrat asupra obiectivului principal al proiectului, care își propune să integreze practicile de predare și comunicare bazate pe traume în mediile de învățământ superior, pentru a sprijini studenții care au experimentat diferite tipuri de traume. Prin implicarea atât a studenților, cât și a profesioniștilor din învățământul superior (HED), raportul HEAL prezintă principalele provocări pentru fiecare țară, lacune concrete și recomandări pentru crearea unui mediu academic mai suportiv, mai concret și mai incluziv.

Principalele constatări sugerează o nevoie larg răspândită de creștere a conștientizării traumelor în cadrul instituțiilor de învățământ superior (HED), de resurse mai bune pentru sănătate mintală și de politici academice flexibile. Printre provocările specifice se numără stigmatizarea din jurul problemelor de sănătate mintală, accesul insuficient la servicii de consiliere și lipsa formării personalului HED. Pe baza constatărilor noastre, propunem recomandări clare pentru a îmbunătăți practicile informate despre traume și a promova un mediu de învățare suportiv pentru toți studenții, reprezentând următoarele activități ale proiectului HEAL.

Recomandări:

- Implementarea **unor instruiți informate despre traume** obligatorii, pentru educatori, consilieri și personalul universitar, pentru a-i ajuta să recunoască, să înțeleagă și să răspundă eficient la traume;
- Dezvoltarea unor **campanii regulate de conștientizare** pentru a reduce stigmatizarea legată de sănătatea mintală și pentru a încuraja conversații deschise despre traume în cadrul comunității academice;
- Îmbunătățirea accesibilității la serviciile de sănătate mintală prin intermediul platformelor online, al sistemelor flexibile de programare și al unui program prelungit pentru a se adapta programului studenților;

- Dezvoltarea unor **strategii clare de comunicare** pentru a asigura că toți studenții sunt bine informați despre resursele de sănătate mintală disponibile și despre cum să le acceseze;
- Crearea unui **cadru academic de susținere** care să le permită studenților să lipsească temporar sau să își reducă volumul de muncă fără penalizări academice dacă se confruntă cu traume;
- Crearea de **grupuri de mentorat și sprijin între colegi**, unde studenții își pot împărtăși experiențele și se pot sprijini reciproc, reducând sentimentele de izolare și promovând un sentiment de comunitate;
- Instruirea educatorilor/mentorilor pentru a recunoaște semnele de traumă și a-și îndruma colegii către servicii de sprijin profesional atunci când este nevoie;
- Încurajarea **conducerii universității** să acorde prioritate practicilor de sănătate mintală și celor informate despre traume în planificarea strategică și dezvoltarea politicilor;
- Alocarea de **fonduri și resurse dedicate** pentru implementarea și susținerea inițiativelor informate despre traume în toate departamentele;
- Dezvoltarea de **protocoale și linii directoare** clare pe care universitatea/facultatea și personalul să le urmeze atunci când abordează traumele studenților, asigurând un sprijin consecvent în întreaga universitate/instituție;
- Colaborarea cu **ONG-uri, organizații de sănătate mintală și experți externi** pentru a oferi servicii suplimentare de sprijin, resurse și instruire pentru personal și studenți;
- Implicarea **factorilor de decizie politică** pentru a promova educația bazată pe traume și inițiativele de sănătate mintală în învățământul superior.

1. Introducere

Prezentare generală a proiectului HEAL: Proiectul HEAL își propune să promoveze integrarea practicilor didactice bazate pe traume în universitățile europene, în special în Grecia, Slovenia, Irlanda și România. Acesta abordează nevoile academice și emoționale ale studenților care au suferit traume și urmărește să promoveze un mediu educațional incluziv și suportiv. Trauma poate avea un impact semnificativ asupra performanței academice, sănătății mintale și interacțiunilor sociale viitoare ale studenților. Obiectivul proiectului HEAL este de a dota educatorii și instituțiile cu instrumentele necesare pentru a recunoaște și a răspunde studenților afectați de traume.

Scopul raportului HEAL: Raportul nostru final combină informațiile obținute din discuțiile la mese rotunde și sondajele online realizate în cadrul instituțiilor partenere HEAL din Grecia, Irlanda, Slovenia și România. Prin integrarea datelor calitative și cantitative, raportul oferă o înțelegere cuprinzătoare a stării actuale a practicilor bazate pe traume în învățământul superior și prezintă recomandările noastre pentru îmbunătățire.

Domeniu de aplicare: Discuțiile la masa rotundă și chestionarele online au implicat studenți și educatori din patru țări: România, Grecia, Irlanda și Slovenia. A contribuit o gamă diversă de participanți din diferite medii academice, inclusiv studenți de licență și masterat, profesori și profesioniști din domeniul sănătății mintale.

2. Metodologie

Discuții la masa rotundă

Participanți HEAL: Participanții la discuțiile la masa rotundă au fost selectați în funcție de expertiza și relevanța lor pentru proiect. Printre aceștia s-au numărat studenți, profesori, consilieri și experți în sănătate mintală. Experiența lor a variat în diverse discipline, asigurând o diversitate de perspective. Am luat în considerare Regulamentul general privind protecția datelor pentru fiecare instituție și alte reglementări instituționale interne în vigoare.

Format: Toate discuțiile au urmat un format de panel HEAL moderat, cu întrebări despre traume, practici informate de traume și sisteme de sprijin instituțional. Fiecare sesiune a încurajat dialogul deschis și a permis tuturor participanților să își împărtășească experiențele și sugestiile.

Facilitare: Moderatorii noștri experimentați au facilitat discuțiile, folosind întrebări de orientare pentru a se concentra pe teme/răspunsuri cheie, cum ar fi definiția traumei, experiențele personale anterioare cu practici informate de traume, provocările în implementare și idei pentru îmbunătățirea sprijinului pentru practică.

Sondajul online

Designul sondajului: Sondajele online HEAL, atât pentru studenți, cât și pentru profesioniștii în domeniul dezvoltării educaționale, au fost concepute pentru a colecta date cantitative și calitative. Sondajele au inclus o combinație de întrebări pe scara Likert, întrebări cu variante multiple de răspuns și întrebări deschise care le-au permis participanților să ofere feedback detaliat.

Distribuire: Sondajele HEAL au fost distribuite electronic studenților și personalului din universitățile participante din Grecia, Slovenia, Irlanda și România. Invitațiile la sondajul HEAL au fost trimise anterior prin e-mail de către toți partenerii, cu mementouri pentru a încuraja participarea.

Toate răspunsurile au fost anonimizate pentru a asigura confidențialitatea. Datele au fost colectate prin intermediul unor platforme securizate și analizate de toți partenerii mai întâi în cadrul fiecărei organizații pentru a identifica tendințe cheie, teme și recomandări.

2.1 Colectarea datelor

Cercetarea a fost realizată cu un grup divers de participanți, reprezentând două categorii principale: studenți și profesioniști din învățământul superior (HED) din instituțiile partenere. Includerea ambelor grupuri a permis colectarea unor perspective complementare asupra subiectului investigat.

Studenți: Studenții participanți aveau vârste cuprinse între 18 și 35 de ani, majoritatea încadrându-se în grupa de vârstă 18-24 de ani. Această distribuție reflectă o categorie demografică tipică a studenților universitari, combinând atât studenți mai tineri, cât și studenți mai maturi, absolvenți de masterat. În ceea ce privește sexul, aproximativ 70% dintre studenții participanți au fost femei, iar 30% bărbați, indicând o rată de participare mai mare în rândul studentelor din eșantion. În ceea ce privește nivelul academic, majoritatea studenților erau înscriși în programe de licență, în timp ce o proporție semnificativă erau studenți absolvenți de masterat, contribuind cu perspective dintr-un stadiu mai avansat al experienței academice. Participanții au reprezentat o gamă largă de domenii academice, inclusiv științe umaniste, științe sociale, științe naturale, inginerie și științe ale sănătății. Această diversitate disciplinară a oferit o perspectivă completă asupra experiențelor studenților în diferite domenii de studiu.

Profesioniști din învățământul superior: Grupul de profesioniști din învățământul superior a inclus profesori, consilieri academici și personal administrativ din diverse departamente din cadrul instituțiilor partenere. Această gamă de roluri a asigurat că atât perspectivele academice, cât și cele administrative au fost surprinse în studiu. Anii de experiență profesională în rândul participanților au variat între 5 și 30 de ani, indicând un amestec de profesioniști la mijlocul carierei și seniori, cu o experiență substanțială în sectorul învățământului superior. Profesioniștii erau afiliați la diverse discipline academice, cum ar fi psihologia, educația, sociologia, ingineria și artele, reflectând natura multidisciplinară a instituțiilor implicate în cercetare.

2.2. Limitări ale metodologiei

Deși sondajele online HEAL au oferit informații valoroase despre practicile informate despre traume din Grecia, Slovenia, Irlanda și România, există mai multe limitări de luat în considerare la interpretarea rezultatelor sondajului. Aceste limitări ar fi putut influența constatările noastre și ar trebui luate în considerare:

Participarea voluntară: Întrucât participarea la sondaje a fost voluntară, persoanele care au ales să participe ar fi putut fi mai motivate să își împărtășească experiențele, fie pentru că aveau opinii puternice despre traume, fie pentru că s-au confruntat personal cu provocări legate de traume. Aceasta înseamnă că răspunsurile la sondaj ar putea să nu reprezinte pe deplin opiniile tuturor studenților sau profesioniștilor din învățământul superior din toate instituțiile.

Participare variată între țări: Ratele de răspuns au variat între țări și instituții, afectând potențial comparabilitatea datelor. De exemplu, o participare mai mare din partea României și Greciei (deoarece există 2 organizații românești și 2 organizații grecești) ar putea duce la o suprareprezentare a experiențelor acestor țări, ceea ce face dificilă tragerea unor concluzii generale care să se aplice în mod egal în toate regiunile participante.

Au existat și provocări în atingerea unor rate de răspuns ridicate în Irlanda. Implicarea limitată ar putea fi atribuită Comitetului de Etică al Universității, înființat în conformitate cu regulamentul intern al Universității și axat pe tema principală a proiectului HEAL. Aceasta ar putea însemna că anumite perspective cheie au fost omise din cauza unei participări mai mici decât cele așteptate.

Interpretarea traumei și a sănătății mintale poate varia semnificativ între diferite culturi, ceea ce ar putea afecta modul în care participanții au răspuns la întrebările sondajului. De exemplu, ceea ce este considerat o experiență traumatică într-o cultură ar putea fi perceput diferit în alta, ceea ce duce la **variabilitate a răspunsurilor**. Această divergență culturală face dificilă standardizarea rezultatelor și aplicarea unor soluții uniforme în toate țările.

În unele contexte culturale, discutarea deschisă despre traume și sănătate mintală poate fi mai stigmatizată, ceea ce ar fi putut descuraja participanții să își dezvăluie pe deplin experiențele sau preocupările. Prin urmare, datele ar putea să nu surprindă pe deplin prevalența sau intensitatea problemelor legate de traume în

anumite țări, ceea ce duce la **subraportarea** subiectelor sensibile.

Sondajele s-au bazat pe date auto-raportate, ceea ce este inerent subiectiv. Percepțiile participanților asupra traumei, sprijinului instituțional și resurselor de sănătate mintală ar putea diferi în funcție de experiențele lor personale, starea emoțională și înțelegerea întrebărilor sondajului. Această subiectivitate ar putea duce la **variații în interpretarea aceluiași întrebări**, ceea ce face dificilă agregarea datelor în țările partenere.

Există posibilitatea ca respondenții să fi oferit răspunsuri pe care le considerau acceptabile din punct de vedere social sau aliniate cu ceea ce cercetătorii doreau să audă, mai degrabă decât experiențele lor reale. Acest lucru ar putea duce la supraestimarea sau subestimarea anumitor aspecte, cum ar fi eficacitatea resurselor de sănătate mintală sau prevalența traumelor.

Deși sondajele au fost anonimizate, unii participanți ar fi putut ezita totuși să împărtășească informații detaliate sau sensibile despre experiențele lor traumatice de teama de a fi identificați. Această preocupare poate duce la date incomplete sau răspunsuri vagi, ceea ce poate limita profunzimea informațiilor culese din întrebările deschise. Adresarea de întrebări deschise despre traume poate fi dificilă pentru unii respondenți, mai ales dacă acestea evocă amintiri ale unor experiențe dureroase. Acest lucru ar putea afecta calitatea și bogăția generală a datelor calitative.

Întrucât analiza datelor a fost efectuată separat de către partenerii din cadrul fiecărei organizații partenere, ar putea exista diferențe de interpretare și de accentuare a anumitor teme. Deși s-au depus eforturi pentru standardizarea procesului de analiză, perspectivele unice și contextele culturale ale fiecărei organizații partenere ar fi putut influența modul în care datele au fost clasificate și raportate.

Chestionarele au fost distribuite în mai multe limbi pentru a asigura accesibilitatea, însă problemele de traducere și interpretare ar fi putut influența modul în care întrebările au fost înțelese și modul în care au fost analizate răspunsurile. Nuanțele subtile ale limbajului pot duce la interpretări greșite sau schimbări de sens, afectând consecvența datelor în diferite regiuni.

3. Rezultate

Teme comune

Predarea informată despre traume: O temă recurentă a fost importanța creării unui mediu de grup/clasă empatic și înțelegător. Educatorii au subliniat nevoia de instruire care să îi ajute să identifice și să sprijine studenții care se confruntă cu diferite tipuri de traume. Politicile academice flexibile, cum ar fi prelungirea termenelor limită și evaluările personalizate, au fost identificate ca fiind esențiale pentru a satisface nevoile studenților.

Medii de învățare: Atât studenții, cât și educatorii au identificat grupurile/clasele mai mici și metodele de predare interactive ca fiind mai propice pentru a sprijini elevii cu traume. Platformele online și modelele de învățare hibride au fost, de asemenea, considerate benefice pentru studenții care se confruntă cu mediile tradiționale de grup/clasă.

Opinii de la studenți

Provocări: Studenții au identificat stigmatizarea, lipsa de conștientizare și resursele insuficiente pentru sănătate mintală drept bariere cheie în calea primirii de sprijin. Mulți studenți au simțit că trauma lor nu a fost bine înțeleasă de universitate/facultate și adesea au ezitat să ceară ajutor.

Nevoi de sprijin: Studenții au pledat pentru rețele de sprijin reciproc, acces sporit la servicii de consiliere și instruire informată despre traume pentru membrii universității/facultății. De asemenea, au subliniat necesitatea unor campanii de conștientizare pentru a reduce stigmatizarea din jurul problemelor de sănătate mintală.

Perspective de la personalul de specialitate în domeniul dezvoltării profesionale

Bariere: Personalul de specialitate a menționat lipsa de instruire și resurse ca fiind provocări semnificative în implementarea practicilor informate despre traume în cadrul universității/facultății. De asemenea, au subliniat dificultatea de a echilibra rigoarea academică cu nevoia de flexibilitate pentru a sprijini studenții traumatizați.

Cele mai bune practici: Personalul de specialitate a raportat succesul în integrarea practicilor informate despre traume prin ateliere de dezvoltare profesională, crearea de medii de grup/clasă mai mici și colaborarea strânsă cu serviciile de sănătate

3.1. Analiza completă

Discuții la masa rotundă: Discuțiile la masa rotundă desfășurate în țările partenere - Grecia, Slovenia, Irlanda și România - au oferit o analiză calitativă aprofundată a experiențelor personale, provocărilor și perspectivelor atât ale studenților, cât și ale profesioniștilor din învățământul superior cu privire la traume și practicile bazate pe traume. Printr-o analiză tematică a acestor discuții, au apărut mai multe teme critice, evidențiind atât experiențe comune, cât și unice în diferitele țări.

Fiecare partener a prezentat provocări și oportunități unice care subliniază importanța abordărilor specifice regiunii:

Grecia:

Provocări: În Grecia, discuțiile au relevat un nivel moderat de conștientizare a traumei în rândul educatorilor, dar o lacună semnificativă în formarea structurată. Studenții au menționat frecvent conflictele politice, în special în timpul adunărilor studentești, ca sursă de traume, evidențiind un context cultural și socio-politic specific universităților grecești. În plus, a existat o recunoaștere generală a stigmatului care înconjoară sănătatea mintală, ceea ce a împiedicat discuțiile deschise despre traume.

Oportunități: Este nevoie să se abordeze nuanțele culturale ale traumei, iar o formare specifică care include sensibilitate la aceste probleme locale ar putea ajuta educatorii să sprijine studenții mai eficient.

Slovenia:

Provocări: Participanții sloveni au demonstrat o conștientizare crescândă a traumei, dar mulți educatori s-au simțit nepregătiți să o abordeze eficient. Studenții au menționat adesea presiunile academice ca fiind un stres major, trauma fiind intensificată de așteptările ridicate din cadrul sistemului educațional. Lipsa de flexibilitate în politicile academice a fost o problemă recurentă, ceea ce a îngreunat pentru studenți gestionarea crizelor personale.

Oportunități: Având în vedere cultura academică din Slovenia, există o nevoie clară de politici care să ofere o mai mare flexibilitate în ceea ce privește cursurile și evaluările.

În plus, crearea de campanii de conștientizare pentru a normaliza discuțiile despre sănătatea mintală poate ajuta la reducerea stigmatizării și la încurajarea studenților să solicite ajutor.

Irlanda:

Provocări: Studenții au raportat experiențe pozitive atunci când educatorii au fost empatici și flexibili; cu toate acestea, aceste cazuri nu au fost norma. O problemă notabilă a fost lipsa de comunicare cu privire la serviciile de sănătate mintală existente, ceea ce a lăsat mulți studenți conștienți de sprijinul disponibil.

Oportunități: Irlanda are o bază solidă în conștientizarea sănătății mintale, dar trebuie să se concentreze pe implementarea consecventă în alte instituții. Strategiile îmbunătățite de comunicare și instruirea sistematică a educatorilor pot asigura că mai mulți studenți beneficiază de practici informate despre traume.

România:

Provocări: Participanții din România au evidențiat o lipsă semnificativă de conștientizare și instruire cu privire la traume atât în rândul studenților, cât și al educatorilor. Stigmatizarea în jurul sănătății mintale a fost deosebit de pronunțată, ducând la reticență în solicitarea de sprijin. În plus, sprijinul instituțional a fost adesea inadecvat, cu timpi lungi de așteptare pentru serviciile de consiliere și resurse insuficiente.

Oportunități: Există o nevoie puternică de muncă fundamentală în România, începând cu creșterea gradului de conștientizare cu privire la traume și sănătatea mintală. Introducerea unei formări obligatorii pentru educatori și creșterea numărului de profesioniști în sănătate mintală în cadrul universităților ar fi primii pași critici. Colaborările cu ONG-uri ar putea, de asemenea, să îmbunătățească rețeaua de sprijin disponibilă studenților.

Analiza comparativă a discuțiilor la masa rotundă evidențiază importanța înțelegerii diferențelor dintre țări atunci când se implementează practici informate despre traume. Fiecare țară se confruntă cu provocări unice, influențate de factori culturali, instituționali și sociali. Deși există nevoi comune - cum ar fi o mai bună formare a

educatorilor și o comunicare îmbunătățită cu privire la serviciile de sănătate mintală - sunt necesare recomandări specifice fiecărei regiuni pentru a aborda contextele distincte ale Greciei, Sloveniei, Irlandei și României.

Prin adaptarea abordărilor la nevoile specifice fiecărei țări, proiectul HEAL poate promova practici mai eficiente și sustenabile, bazate pe traume, asigurându-se că toți studenții primesc sprijinul de care au nevoie pentru a reuși din punct de vedere academic și emoțional.

Analiza tematică a discuțiilor de la masa rotundă a relevat câteva teme critice:

Înțelegerea traumei: Atât studenții, cât și educatorii au recunoscut impactul amplu al traumei, de la presiunile academice la pierderile personale. Cu toate acestea, mulți s-au simțit nepregătiți să gestioneze eficient trauma în mediul academic. Una dintre cele mai importante teme ale discuțiilor de la masa rotundă a fost înțelegerea traumei - cum se manifestă, cum este percepută și cum afectează atât studenții, cât și educatorii într-un context academic. Atât studenții, cât și educatorii au exprimat o recunoaștere largă a impactului traumei, în special în ceea ce privește suferința emoțională cauzată de pierderi personale, probleme familiale, presiuni academice, probleme de sănătate mintală și chiar conflicte socio-politice în unele regiuni.

Perspectiva studenților: Studenții din toate țările au vorbit deschis despre modul în care trauma poate fi devitalizantă, ducând la provocări emoționale și psihologice semnificative care le afectează performanța academică. Mulți au menționat sentimentul de a fi copleșiți de presiunile vieții universitare, în special atunci când aceste presiuni coincid cu crize personale. Deși studenții erau foarte conștienți de suferința pe care o provoacă o trauma, mulți și-au exprimat frustrarea față de faptul că trauma lor nu era întotdeauna luată în serios în mediul academic. Acest sentiment a fost împărtășit de mulți studenți, unde presiunea de a respecta termenele limită și de a menține statutul academic a agravat adesea trauma existentă, lăsându-i pe studenți să se simtă nesprrijiniți.

Perspectiva educatorilor: Pe de altă parte, educatorii au vorbit adesea despre incapacitatea lor de a recunoaște sau de a răspunde eficient la trauma în rândul studenților lor. Deși mulți profesori au recunoscut că trauma era predominantă în rândul populației studențești, aceștia au recunoscut că se simțeau „nepregătiți” pentru a o gestiona. Un refren comun era că trauma nu era ceva cu care fuseseră instruiți să se ocupe. În unele cazuri, educatorii și-au exprimat disconfortul față de

ideea de a se implica în trauma studenților, temându-se că ar putea spune ceva greșit sau ar putea depăși limitele profesionale. Această incertitudine evidențiază nevoia critică de formare structurată, informată despre traume, pentru educatori, o temă care a fost discutată mai detaliat în cadrul secțiunii de sprijin instituțional.

Sprijin instituțional: Participanții din toate regiunile au subliniat necesitatea unei îmbunătățiri a comunicării cu privire la serviciile de sănătate mintală disponibile și a mai multor resurse dedicate îngrijirii informate despre traume. A doua temă majoră care a ieșit la iveală în urma discuțiilor de la masa rotundă a fost lipsa sprijinului instituțional pentru studenții și cadrele universitare/facultate afectate de traume. În toate cele patru țări, participanții au subliniat lacunele în comunicare, alocarea resurselor și furnizarea de servicii de sănătate mintală. Deși unele instituții au făcut progrese în furnizarea de servicii de consiliere, aceste servicii au fost adesea considerate insuficiente în ceea ce privește accesibilitatea, capacitatea și conștientizarea.

Lacune în comunicare: În aproape fiecare discuție de la masa rotundă, participanții au identificat comunicarea deficitară ca o barieră semnificativă în calea accesării îngrijirii informate despre traume. Studenții au raportat adesea că nu sunt conștienți de serviciile de sănătate mintală disponibile, fie pentru că aceste servicii nu erau accesibile/bine mediatizate, fie pentru că au fost introduse prea târziu în anii lor academici. Această lacună în comunicare s-a reflectat și în experiențele educatorilor, care adesea se simțeau neinformați cu privire la modul de a îndruma studenții către sprijinul de care aveau nevoie. În unele cazuri, membrii universității/facultății știau că există servicii, dar nu știau cum să trimită studenții sau cum funcționează sistemul de consiliere. Această lipsă de comunicare clară cu privire la resursele de sănătate mintală îi lasă atât pe studenți, cât și pe cadrele didactice/universitare să se simtă nesprijiniți. În 3 țări, participanții au recomandat ca instituțiile să adopte abordări mai proactive în ceea ce privește publicarea serviciilor disponibile. Acestea ar putea include ateliere, sesiuni de informare la începutul anului universitar și mementouri constante pe tot parcursul anului.

Alocarea Resurselor: O altă problemă semnificativă ridicată de participanți a fost lipsa resurselor suficiente dedicate îngrijirii informate despre traume. În toate țările, studenții și educatorii deopotrivă au comentat subfinanțarea serviciilor de sănătate mintală din cadrul universităților. Mulți studenți au remarcat că, deși serviciile de

consiliere erau disponibile din punct de vedere tehnic, cererea lor era mai mare decât oferta, ceea ce a dus la perioade lungi de așteptare care au făcut ca serviciile să fie mai puțin eficiente. În România, de exemplu, un student a menționat că a trebuit să aștepte peste o lună pentru o programare cu un consilier, moment în care nevoia sa de sprijin devenise deja urgentă. Educatorii au comentat, de asemenea, constrângerile de resurse, subliniind că serviciilor de sănătate mintală nu li se acordă prioritatea pe care o merită în cadrul bugetului universității. Acest deficit de resurse pune o tensiune suplimentară asupra educatorilor, care consideră că responsabilitatea de a sprijini studenții afectați de traume le revine adesea, în ciuda lipsei de instruire sau sprijin.

Nevoia de programe/instruire structurate informate despre traume: Un alt punct cheie ridicat de participanți a fost lipsa programelor structurate informate despre traume în cadrul universităților și al altor instituții. Multe instituții nu au o strategie cuprinzătoare pentru a gestiona traumele, lăsând studenții și educatorii să navigheze singuri aceste provocări. Deși unele universități au făcut progrese în integrarea serviciilor de sănătate mintală în programele lor academice, altele încă tratau sănătatea mintală ca pe o problemă separată, fără legătură cu mediul academic. Atât studenții, cât și educatorii au recomandat crearea unor sisteme de sprijin integrate, informate despre traume, care nu numai că ar oferi servicii de sănătate mintală, ci ar integra și sensibilitatea la traume în cultura academică. Aceasta ar putea include instruirea membrilor universității/facultății pentru a recunoaște semnele traumei, oferirea de politici academice flexibile (cum ar fi prelungirea termenelor limită și metode alternative de evaluare) și dezvoltarea de protocoale clare pentru îndrumarea studenților către serviciile adecvate. De exemplu, unii participanți au sugerat ca rețelele de sprijin reciproc să fie înființate ca parte a strategiei de sănătate mintală a universității, permițând studenților să solicite ajutor de la colegii lor care au trecut prin experiențe similare, dar în conformitate cu Ghidurile de conformitate GDPR ale UE în toate țările partenere. Acest lucru ar putea ajuta la reducerea stigmatului asociat cu traumele și ar putea face studenții să se simtă mai confortabil căutând sprijin.

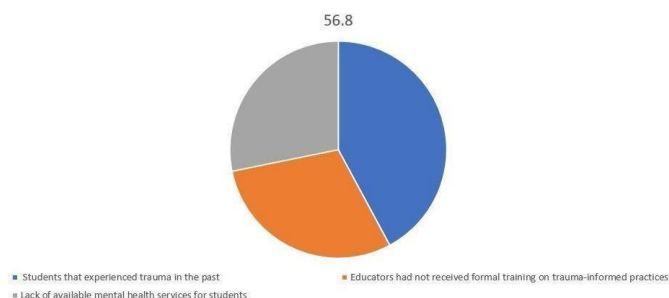
În concluzie, discuțiile de la masa rotundă din Grecia, Slovenia, Irlanda și România au relevat două teme centrale: înțelegerea traumei și sprijinul instituțional. Atât studenții, cât și educatorii au recunoscut impactul amplu al traumei, dar au

considerat că există o lipsă de resurse pentru a o aborda eficient în mediul academic. Lacunele de comunicare, resursele insuficiente și nevoia de programe structurate, informate despre traume, au fost identificate ca probleme critice care trebuie abordate pentru ca universitățile și alte instituții să creeze un mediu de învățare cu adevărat suportiv și incluziv. Printr-un efort concertat de a oferi o mai bună instruire educatorilor, de a îmbunătăți comunicarea cu privire la resursele disponibile și de a investi în servicii de sănătate mintală, universitățile pot începe să reducă decalajul dintre recunoașterea traumei și sprijinirea eficientă a celor afectați de aceasta.

Date cantitative: Datele cantitative din sondaje au arătat că:

- **56,8%** dintre studenți au experimentat traume în trecut.
- **40%** dintre educatori nu au primit instruire formală privind practicile informate despre traume.
- **38%** dintre studenți au considerat că universitatea lor nu a comunicat în mod adecvat despre serviciile de sănătate mintală disponibile.

HEAL Online Survey Results



Date calitative: În contextul practicilor informate despre traume în învățământul superior, datele calitative colectate din sondajele din Grecia, Irlanda, Slovenia și România oferă perspective neprețuite asupra experiențelor personale, provocărilor instituționale și recomandări practice din partea studenților, educatorilor și profesioniștilor din învățământul superior (HED). Aceste date surprind emoțiile, perspectivele și provocările unice pe care datele cantitative adesea nu le pot surprinde, aruncând lumină asupra experiențelor trăite de persoanele afectate de traume în mediile academice. Grecia, Irlanda, Slovenia și România oferă o înțelegere bogată și nuanțată a provocărilor cu care se confruntă practicile informate despre

traume în învățământul superior. Deși provocările specifice variază în funcție de țară, probleme precum stigmatizarea, lipsa de formare a educatorilor și resursele inadecvate de sănătate mintală sunt comune în toate țările. Studenții și educatorii deopotrivă solicită sisteme de sprijin mai cuprinzătoare, o comunicare mai clară și o formare informată despre traume pentru a aborda mai bine nevoile de sănătate mintală ale studenților afectați de traume.

Grecia:

În Grecia, răspunsurile calitative au relevat perspective semnificative asupra experiențelor atât ale studenților, cât și ale educatorilor atunci când se confruntă cu traume și provocări de sănătate mintală în mediile de învățământ superior.

Experiențe ale studenților

- Izolare și lipsă de înțelegere: Mulți studenți au raportat că se simt izolați atunci când se confruntă cu traume, menționând că au simțit că există o lipsă de înțelegere din partea membrilor facultății.
- Traume cauzate de conflictul politic: Mai mulți studenți au subliniat modul în care conflictele politice din adunările studentești au contribuit la traume.
- Apel la empatie din partea cadrelor didactice: Studenții au solicitat ca membrii facultății să primească o instruire informată despre traume pentru a-și îmbunătăți empatia și înțelegerea. O temă comună a fost că studenții au întâlnit adesea răspunsuri indifferente sau neinformate.

Provocări pentru educatori

- Lipsa de instruire și sprijin: Educatorii au subliniat lipsa lor de instruire formală în predarea informată despre traume.
- Echilibrarea rigorii cu flexibilitatea: Mulți educatori și-au exprimat îngrijorarea cu privire la echilibrarea rigorii academice cu flexibilitatea informată despre traume.

Irlanda:

Răspunsurile calitative din partea studenților și a personalului de la Trinity College Dublin reflectă o conștientizare tot mai mare a traumei, dar și lacune semnificative în structurile de sprijin și comunicare.

Experiențele studenților

- Dificultăți în tăcere: O temă recurentă în sondajul irlandez a fost aceea că studenții s-au confruntat adesea cu traume în tăcere, fie din cauza stigmatizării, fie din cauza

- Experiențe pozitive cu politici flexibile: Unii studenți care s-au confruntat cu politici academice flexibile au raportat experiențe pozitive.

Provocări pentru educatori

- Nevoia de sprijin instituțional: Mulți educatori au reiterat sentimentul că le lipsea sprijinul instituțional necesar pentru a implementa practici informate despre traume.
- Conștientizarea serviciilor de sănătate mintală: Facultatea și-a exprimat, de asemenea, îngrijorarea cu privire la faptul că serviciile de sănătate mintală nu au fost comunicate eficient personalului.

Slovenia:

Universitatea slovenă a demonstrat niveluri variate de conștientizare cu privire la practicile informate despre traume, atât studenții, cât și personalul solicitând sisteme de sprijin mai structurate.

Experiențe studentești

- Presiune academică și traume: Studenții au subliniat modul în care presiunea academică le-a agravat trauma.
- Timpuri lungi de așteptare pentru sprijin: Mulți studenți au raportat timpuri lungi de așteptare pentru serviciile de consiliere, ceea ce i-a făcut să se simtă nesuprijiniți.

Provocări din partea cadrelor didactice

- Rezistență la abordările informate despre traume: Profesorii au raportat că a existat o rezistență instituțională la adoptarea strategiilor de predare informate despre traume.
- Servicii de consiliere suprasolicitate: Profesorii și-au exprimat, de asemenea, frustrarea față de disponibilitatea limitată a profesioniștilor în sănătate mintală în campus.

România:

În România, studenții și cadrele didactice au oferit relatări detaliate despre provocările cu care se confruntă atunci când abordează traumele în cadrul universitar. Răspunsurile au evidențiat lacune semnificative în îngrijirea informată despre traume și sprijinul instituțional.

Experiențe studentești

- Stigmatizarea din jurul sănătății mintale: Studenții români au menționat în repetate rânduri stigmatul din jurul sănătății mintale și al căutării de sprijin.
- Servicii inaccesibile: Mulți studenți au considerat că serviciile de sănătate mintală, deși disponibile, nu erau accesibile tuturor.
- Apel pentru sprijin reciproc: Mai mulți studenți au solicitat grupuri de sprijin reciproc.

Provocări pentru educatori

- Lipsa de instruire: Mulți educatori din România au indicat că nu au primit o instruire adecvată pentru a gestiona traumele.
- Teama de depășirea limitelor: Educatorii și-au exprimat îngrijorarea cu privire la depășirea limitelor lor profesionale atunci când se confruntă cu traume.

Teme comune în toate țările: Stigmatizarea și tăcerea: Studenții din toate cele patru țări au menționat stigmatul din jurul traumelor și sănătății mintale. Aceștia au indicat frecvent că acest stigmat i-a împiedicat adesea să solicite ajutor și, atunci când au făcut-o, s-au confruntat adesea cu perioade lungi de așteptare sau cu un sprijin insuficient.

Nevoia de formare a cadrelor didactice: O temă cheie în răspunsurile primite de la educatorii din toate țările a fost lipsa de formare. Mulți s-au simțit nepregătiți să facă față traumelor, mai ales atunci când nu existau linii directoare instituționale clare sau resurse disponibile.

Apel pentru sisteme de sprijin între egali: Studenții din toate regiunile au indicat o dorință puternică de a avea rețele de sprijin între egali. Mulți au considerat că discuțiile cu colegii care au împărtășit experiențe le-ar ușura deschiderea și solicitarea de ajutor.

Accesul inconsistent la servicii de sănătate mintală: Accesul la servicii de consiliere a fost o altă problemă comună. Mulți studenți au raportat timpi lungi de așteptare sau o lipsă de resurse disponibile, ceea ce a îngreunat obținerea de sprijin în timp util atunci când se confruntau cu traume.

4. Recomandări

Pentru Educatori

1. Implementați programe obligatorii de formare informate despre traume.
2. Adoptați politici academice flexibile care să se adapteze studenților care se confruntă cu provocări legate de traume.
3. Promovați comunicarea deschisă și creați spații sigure pentru ca studenții să își împărtășească experiențele.

Pentru Administratori

1. Creșteți finanțarea pentru resursele de sănătate mintală, inclusiv angajarea de consilieri și profesioniști în sănătate mintală suplimentari.
2. Îmbunătățiți comunicarea cu privire la serviciile de sprijin disponibile și asigurați-vă că toți studenții și personalul sunt conștienți de aceste resurse.
3. Dezvoltați politici care să prioritizeze practicile informate despre traume și să asigure aplicarea consecventă în toate departamentele.

Pentru Factorii de decizie politică

1. Elaborați ghiduri naționale pentru practicile informate despre traume în învățământul superior.
2. Alocați resurse pentru a sprijini implementarea acestor practici în universități.
3. Lansați campanii de conștientizare pentru a reduce stigmatul asociat cu sănătatea mintală și traumele.

5. Concluzie

Proiectul HEAL se concentrează pe nevoia urgentă de integrare a practicilor informate despre traume în cadrul instituțiilor de învățământ superior din Europa. Rezultatele discuțiilor de la masa rotundă și ale sondajelor online arată că trauma continuă să fie o problemă generală care are un impact semnificativ asupra performanței academice, bunăstării și experienței universitare generale a studenților. Prin abordarea provocărilor identificate prin intermediul cercetării noastre și implementarea recomandărilor propuse, universitățile și alte părți interesate pot promova un mediu academic mai incluziv și mai suportiv, care să răspundă în mod adecvat nevoilor diverse ale studenților afectați de traume.

A. Abordarea provocărilor identificate. Provocările evidențiate - cum ar fi stigmatizarea din jurul sănătății mintale, instruirea insuficientă a educatorilor și lipsa serviciilor de sprijin accesibile - nu sunt unice pentru nicio instituție sau țară. Aceste provocări sunt generale în peisajul academic și necesită o abordare sistemică unificată pentru a fi depășite. Una dintre cele mai presante probleme identificate este stigmatizarea asociată cu trauma și sănătatea mintală. Studenții din Grecia, Irlanda, Slovenia și România au raportat adesea că se simt izolați, nesprijiți sau neînțeleși de colegii și de facultatea lor. Această stigmatizare împiedică mulți studenți să solicite ajutorul de care au nevoie, ceea ce duce la suferințe emoționale suplimentare și declin academic. Pentru a aborda această problemă, universitățile trebuie nu doar să crească gradul de conștientizare cu privire la practicile bazate pe traume, ci și să lucreze activ pentru a normaliza conversațiile despre sănătatea mintală. Acest lucru se poate realiza prin campanii de conștientizare, inițiative de sprijin reciproc și programe de formare în cadrul fiecărei instituții care să destigmatizeze traumele și provocările legate de sănătatea mintală.

O altă provocare cheie este lipsa unei formări formale pentru educatori. Mulți membri ai universității/facultății și-au exprimat frustrarea față de incapacitatea lor de a sprijini eficient studenții afectați de traume din cauza lipsei de instruire. Educatorii trebuie să fie echipați cu instrumentele și cunoștințele necesare pentru a identifica simptomele traumelor, a răspunde empatic și a implementa metode de predare flexibile care să

se adapteze nevoilor individuale ale studenților. Instituțiile trebuie să ofere o instruire cuprinzătoare și continuă privind practicile informate despre traume pentru tot personalul academic, pentru a se asigura că este pregătit în mod adecvat să asiste studenții care se confruntă cu traume.

Inaccesibilitatea serviciilor de asistență pentru sănătatea mintală este o altă preocupare critică. Timpii lungi de așteptare, personalul de consiliere insuficient și comunicarea deficitară cu privire la resursele disponibile au lăsat mulți studenți fără sprijinul de care au nevoie. Pentru a aborda această problemă, universitățile trebuie să investească în extinderea serviciilor lor de sănătate mintală și să se asigure că aceste servicii sunt bine mediatizate și ușor accesibile tuturor studenților. Aceasta include nu numai creșterea numărului de profesioniști în sănătate mintală din campus, ci și integrarea unor mecanisme alternative de sprijin, cum ar fi platformele de consiliere online și rețelele de sprijin între egali, pentru a ajunge la studenții care pot fi reticenți în a solicita ajutor prin canalele tradiționale.

B. Crearea unui mediu academic incluziv și de susținere. Prin implementarea recomandărilor prezentate în raportul nostru, universitățile au potențialul de a-și transforma mediile academice în spații mai incluzive, de susținere și mai receptive la nevoile tuturor studenților, în special ale celor afectați de traume.

În centrul acestor schimbări se află necesitatea de a adopta o abordare holistică a educației, informată despre traume. Această abordare implică nu numai instruirea educatorilor și extinderea serviciilor de sănătate mintală, ci și restructurarea politicilor instituționale pentru a se adapta mai bine provocărilor cu care se confruntă studenții afectați de traume. De exemplu, implementarea unor politici academice flexibile - cum ar fi termenele limită prelungite, metodele alternative de evaluare și planurile individualizate de învățare - poate ajuta la asigurarea faptului că studenții care se confruntă cu traume nu sunt penalizați pe nedrept sau dezavantajați din punct de vedere academic.

Mai mult, promovarea comunicării deschise între studenți și facultate este esențială pentru construirea încrederii și încurajarea studenților să solicite ajutor atunci când este nevoie. Universitățile trebuie să creeze spații sigure în care studenții să se simtă confortabil discutând experiențele lor fără teama de judecată sau repercusiuni. Acest lucru poate fi realizat prin controale regulate cu consilierii academici, programe de mentorat și dezvoltarea de inițiative de sănătate mintală conduse de studenți.

C. Pași viitori și angajamentul instituțional. Integrarea practicilor informate despre traume nu este o inițiativă singulară, ci un proces continuu care necesită evaluare și perfecționare continuă. Universitățile trebuie să stabilească mecanisme pentru evaluarea regulată a eficacității programelor și serviciilor lor informate despre traume, utilizând feedback-ul studenților și al cadrelor didactice pentru a identifica domeniile de îmbunătățire. Aceasta poate include sondaje anonime, grupuri de focus și sesiuni de feedback care oferă o perspectivă asupra modului în care instituția răspunde nevoilor studenților săi.

Mai mult, angajamentul instituțional față de sprijinul pentru sănătatea mintală este crucial. Acest angajament trebuie să vină de la cele mai înalte niveluri ale conducerii universității și ar trebui să se reflecte atât în politici, cât și în practică. Prin prioritizarea practicilor de sănătate mintală și informate despre traume în planificarea lor strategică, universitățile pot alocă resursele și finanțarea necesare pentru a se asigura că aceste inițiative sunt sustenabile. Aceasta include angajarea mai multor profesioniști în sănătate mintală, oferirea de instruire cuprinzătoare a personalului și crearea de spații dedicate în campus pentru ca studenții să se relaxeze, să se destreseze și să acceseze servicii de sprijin.

În plus, colaborarea dintre instituțiile de învățământ, factorii de decizie și profesioniștii în sănătate mintală va fi esențială pentru crearea unei schimbări sistemice către o educație informată despre traume. Factorii de decizie politică trebuie să ofere finanțarea și sprijinul legislativ necesare pentru a se asigura că practicile bazate pe traume sunt integrate în cadrele naționale de educație. La rândul lor, universitățile ar trebui să colaboreze îndeaproape cu experții în sănătate mintală pentru a dezvolta și implementa cele mai bune practici care sunt informate de cele mai recente cercetări și adaptate nevoilor specifice ale populațiilor lor studențești.

Proiectul HEAL a pus bazele unei transformări mult necesare în modul în care instituțiile de învățământ superior abordează traumele. Cu toate acestea, calea de urmat necesită acțiune colectivă din partea tuturor părților interesate - studenți, educatori, administratori, factori de decizie politică și profesioniști din domeniul sănătății mintale. Lucrând împreună, aceste părți interesate pot crea un sistem de învățământ superior care nu numai că recunoaște impactul profund al traumelor

asupra învățării, dar și sprijină activ studenții în depășirea acestor provocări.

În concluzie, implementarea unor practici bazate pe traume va contribui la bunăstarea generală, la succesul academic și la dezvoltarea personală a studenților, permițându-le să se dezvolte într-un mediu de învățare suportiv și plin de compasiune. Prin investiții continue în serviciile de sănătate mintală, în formarea educatorilor și în reforma instituțională, universitățile pot contribui la asigurarea faptului că toți studenții - indiferent de traumele lor anterioare - au oportunitatea de a reuși.

Bibliografie:

România

Insights from Roundtable Discussions and Online Survey Report. (2024). POLITEHNICA Bucharest Chestionar and ASEL Romania

Grecia

Insights from Roundtable Discussions and Online Survey Report. (2024). University of Ioannina and European Center for Social Science, Culture and Sport.

Irlanda

Insights from Roundtable Discussions and Online Survey Report. (2024). Trinity College Dublin, School of Languages, Literatures and Cultural Studies.

Slovenia

Insights from Roundtable Discussions and Online Survey Report. (2024). University of Novo Mesto, Faculty of Health Sciences.

Erasmus+ Program

Erasmus+ Higher Education Mobility Projects. European Commission. (n.d.). Retrieved from <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/opportunities/opportunities-for-organisations/learning-mobility/higher-education>.

Bibliografie despre practicile informatice despre traume:

Dima, G., & Ciorbea, I. (2019). The Impact of Trauma on Students' Academic Performance: Case Studies in Romanian Universities. *Romanian Journal of Education and Psychology*, 12(3), 67-78.

Hatos, A., & Pusztai, G. (2020). Challenges of Student Well-being in Romanian Higher Education Institutions: A Sociological Perspective. *Journal of Youth Studies*, 23(6), 756-770.

Jennings, P. A. (2019). *The Trauma-Sensitive Classroom: Building Resilience with Compassionate Teaching*. W. W. Norton & Company.

Kalliris, E., & Georgopoulou, V. (2021). Integrating Trauma-Informed Teaching in Greek Higher Education: Challenges and Opportunities. *Hellenic Journal of Higher Education Studies*, 14(2), 89-101.

Kyriakides, P., & Nikolakopoulos, D. (2019). Reforming the Greek Educational System to Support Trauma-Affected Students. *Hellenic Education Journal*, 22(4), 119-134.

Luca, C., & Petrescu, D. (2021). Trauma-Informed Educational Practices in Romania: A National Overview of Challenges and Best Practices. *Journal of Romanian Studies in Education*, 18(2), 35-52.

Novak, J., & Kos, M. (2021). Mental Health Support for Trauma-Affected Students in Slovenian Universities: An Evaluation of Current Practices. *Slovenian Journal of Higher Education*, 29(4), 123-137.

Pantelidis, P., & Markopoulos, A. (2020). Mental Health Services in Greek Universities: Addressing Trauma in the Academic Environment. *Greek Journal of Psychiatry and Education*, 26(1), 45-57.

Pavlina, T., & Horvat, A. (2020). Psychological Trauma and Resilience in Slovenian University Students: A Longitudinal Study. *Journal of Psychology and Education Research*, 5(3), 45-61.

Păunescu, C., Preoteasa, A. M., & Bălașa, A. (2017). Mental Health Services in Romania: Challenges and Opportunities. *Mental Health Review Journal*, 22(1), 23-34.

Păunescu, C. (2018). Trauma-Informed Educational Practices in Romania: Exploring the Role of Universities in Mental Health Interventions. *Romanian Journal of Education Sciences*, 10(3), 45-60.

Perry, B. D., & Szalavitz, M. (2017). *The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook—What Traumatized Children Can Teach Us About Loss, Love, and Healing*. Basic Books.

Pivec, R., & Jerman, B. (2020). Student Well-Being and Trauma in Slovenian Higher Education: A National Perspective.

Preda, D. (2019). Trauma Awareness and Response in Romanian Higher Education: The Need for Systemic Change. In *Proceedings of the International Conference on Education and New Learning Technologies* (pp. 234-240).

Rutar, S. (2020). Developing Trauma-Sensitive Education Systems in Slovenia: A Framework for Educators and Institutions. *Slovenian Journal of Pedagogical Sciences*, 25(1), 78-93.

Tzifakis, N., & Papatheodorou, C. (2020). Supporting Refugee Students in Greece: Trauma and Educational Adaptation. *Journal of Migration and Education*, 11(2), 95-112.

Zervas, T., & Ioannidis, A. (2021). Student Mental Health and Trauma Awareness in Greek Higher Education: A Nationwide Survey. *Journal of Greek Student Affairs*, 13(3), 29-42.



HEAL

Higher Education for All: Learning Environments built on Trauma-Informed Teaching and Communication

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