

CARE + CONNECT

Παροχή υπηρεσιών υποστήριξης ψυχικής υγείας σε
Ιδρύματα Ανώτατης Εκπαίδευσης σε ολόκληρη την Ευρώπη



CARE + CONNECT

Αριθμός έργου: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

Το Πρόγραμμα Αλληλοϋποστήριξης CONNECT: Από φοιτητή σε φοιτητή και από επαγγελματία σε επαγγελματία

Το Πρόγραμμα CONNECT στοχεύει στη δημιουργία δικτύων αλληλοϋποστήριξης μεταξύ φοιτητών, στη δημιουργία κοινοτήτων αλληλομάθησης μεταξύ επαγγελματιών για το προσωπικό των ιδρυμάτων ανώτατης εκπαίδευσης (HEI) και στη διευκόλυνση «Καφέ Συνομιλίας» και χώρων συζήτησης υπό την καθοδήγηση ομοτίμων. Στόχος είναι η παροχή εκπαίδευσης στην ενεργητική ακρόαση, την καθοδήγηση και την άμεση ψυχολογική υποστήριξη πρώτης γραμμής.

Στόχος του Προγράμματος Αλληλοϋποστήριξης

Η προσέγγιση CONNECT ενισχύει την ψυχική ευεξία στην ανώτατη εκπαίδευση, δημιουργώντας οργανωμένα δίκτυα αλληλοϋποστήριξης και ασφαλείς χώρους συζήτησης μέσα στα ιδρύματα ανώτατης εκπαίδευσης. Ενδυναμώνοντας φοιτητές και προσωπικό να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλον και ενθαρρύνοντας τον ανοιχτό διάλογο χωρίς στιγματισμό γύρω από την ψυχική υγεία, το CONNECT καλλιεργεί το αίσθημα του ανήκειν, ενθαρρύνει την έγκαιρη αναζήτηση βοήθειας και εδραιώνει μια κουλτούρα κοινής ευθύνης για την ευεξία σε ολόκληρη την πανεπιστημιακή κοινότητα.

Όσον αφορά τους φοιτητές, αυτή η γενική πρόταση αξίας μπορεί να διατυπωθεί πιο συγκεκριμένα ως εξής:

Το πρόγραμμα CONNECT δημιουργεί ασφαλείς χώρους όπου οι φοιτητές μπορούν να μιλούν ανοιχτά, να αισθάνονται ότι τους ακούν και να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλον. Μέσω των δικτύων αλληλοϋποστήριξης και των καθοδηγούμενων συζητήσεων, το CONNECT συμβάλλει στη μείωση της απομόνωσης των φοιτητών, στην ομαλοποίηση των συζητήσεων για την ψυχική υγεία και στην ενίσχυση του αισθήματος του ανήκειν στην πανεπιστημιακή κοινότητα.

Όσον αφορά τα ιδρύματα ανώτατης εκπαίδευσης, το CONNECT καλλιεργεί μια κουλτούρα φροντίδας, ενσωματώνοντας την αλληλοϋποστήριξη και τον ανοιχτό διάλογο στην καθημερινή ζωή της πανεπιστημιούπολης. Δίνοντας τη δυνατότητα σε φοιτητές και προσωπικό των ιδρυμάτων ανώτατης εκπαίδευσης να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλον, η προσέγγιση CONNECT προωθεί την έγκαιρη παρέμβαση, μειώνει το στίγμα, ενισχύει τη συνοχή της κοινότητας και συμπληρώνει τις επίσημες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

Μπορεί επίσης να ληφθεί υπόψη η προτεραιότητα των χρηματοδοτών. Στο πλαίσιο αυτό, το πρόγραμμα CONNECT προσφέρει βιώσιμο, κοινοτικά προσανατολισμένο αντίκτυπο στον τομέα της ψυχικής υγείας μέσα στην ανώτατη εκπαίδευση.



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/συγγραφείς και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ιδρύματος για την Ανάπτυξη του Εκπαιδευτικού Συστήματος (FRSE). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και το FRSE δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

CARE + CONNECT

Παροχή υπηρεσιών υποστήριξης ψυχικής υγείας σε
Ιδρύματα Ανώτατης Εκπαίδευσης σε ολόκληρη την Ευρώπη



CARE + CONNECT

Αριθμός έργου: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

Η Υλοποίηση του Προγράμματος Εκπαίδευσης CONNECT

Για να διασφαλιστεί η επιτυχής υλοποίησή του, το Πρόγραμμα Αλληλοϋποστήριξης CONNECT βασίζεται στις δύο υλοποιήσεις:

- του Προγράμματος Αλληλοϋποστήριξης από επαγγελματία σε επαγγελματία
- του Προγράμματος Αλληλοϋποστήριξης από φοιτητή σε φοιτητή

Το Πρόγραμμα Αλληλοϋποστήριξης από επαγγελματία σε επαγγελματία

Το Πρόγραμμα Αλληλοϋποστήριξης CONNECT από επαγγελματία σε επαγγελματία θα διευκολύνει την ανταλλαγή γνώσεων και τη διάδοση καλών πρακτικών για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας των φοιτητών, θα ενισχύσει την επικοινωνία μεταξύ διαφορετικών κλάδων με στόχο τη βελτίωση των στρατηγικών θεσμικής ευεξίας, θα ενδυναμώσει την ανθεκτικότητα και τη συναισθηματική νοημοσύνη του πανεπιστημιακού προσωπικού μέσω εργαστηρίων και εκπαιδεύσεων υπό την καθοδήγηση ομοτίμων και θα καθιερώσει σαφείς διαδρομές παραπομπής και κλιμάκωσης, ώστε να καθίσταται δυνατή η έγκαιρη παρέμβαση για φοιτητές που χρειάζονται επαγγελματική υποστήριξη.

Το Πρόγραμμα Αλληλοϋποστήριξης από φοιτητή σε φοιτητή

Το Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Αλληλοϋποστήριξης CONNECT από φοιτητή σε φοιτητή θα περιλαμβάνει πρωτοβουλίες καθοδήγησης από ομοτίμους, στις οποίες εκπαιδευμένοι φοιτητές θα παρέχουν καθοδήγηση και συναισθηματική υποστήριξη σε συμφοιτητές τους, εμπιστευτικά και προσβάσιμα δίκτυα υποστήριξης που θα επιτρέπουν στους φοιτητές να αναζητούν βοήθεια χωρίς φόβο στιγματισμού, καθώς και ανάπτυξη δεξιοτήτων στην ενεργητική ακρόαση και την ενσυναίσθηση, ώστε οι υποστηρικτές ομοτίμων να μπορούν να αναγνωρίζουν τα πρώιμα σημάδια ψυχικής δυσφορίας.

Αυτή η προσέγγιση CONNECT, με πρωτοβουλία των φοιτητών και υποστήριξη του προσωπικού, καλλιεργεί ένα ισχυρό αίσθημα του ανήκειν και αμοιβαίας φροντίδας, προωθεί την έγκαιρη παρέμβαση και συμβάλλει στη μείωση της απομόνωσης των φοιτητών που αντιμετωπίζουν προκλήσεις ψυχικής υγείας.

Τα «Καφέ Συνομιλίας» δημιουργούν ασφαλείς και συμπεριληπτικούς χώρους για ανοιχτές συζητήσεις σχετικά με την ψυχική υγεία, ενισχύοντας την υποστήριξη υπό την καθοδήγηση ομοτίμων και προάγοντας το αίσθημα του ανήκειν. Ένας συνοδευτικός οδηγός υλοποίησης υποστηρίζει τη βιωσιμότητα, παρέχοντας στους εκπαιδευμένους μέντορες ομοτίμων πρακτικά εργαλεία για τη διευκόλυνση και τη διατήρηση συνεχών συζητήσεων.



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/συγγραφείς και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ιδρύματος για την Ανάπτυξη του Εκπαιδευτικού Συστήματος (FRSE). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και το FRSE δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.