

UCZELNIA WOBEC STUDENTÓW CHORUJĄCYCH PSYCHICZNIE

„Gdy jesteśmy chorzy na ciele, idziemy do lekarza, gdy chora jest nasza dusza, cierpimy w samotności, bo przecież iść do psychiatry to ciągle dla wielu wstyd!”

W roku akademickim 2011/12 na Uniwersytecie Ekonomicznym w Krakowie odbyły się kolejne seminaria z cyklu szkoleń dla pracowników UEK „Uczelnia wobec studentów chorujących psychicznie”. Szkolenia te organizowane są przez Biuro ds. ON UEK i Międzyuczelniane Centrum Wsparcia Psychologicznego. Po pierwszym szkoleniu, wprowadzającym w problematykę chorób i zaburzeń psychicznych, zrodziła się inicjatywa dalszych spotkań, stanowiących „odsłony” kolejnych jednostek chorobowych. W ubiegłym roku akademickim odbyły się cztery spotkania dotyczące schizofrenii, psychopatii, depresji oraz nerwicy i lęku.

SEMINARIUM NT. DEPRESJI

W lutym br. na UEK miało miejsce seminarium dotyczące problematyki depresji. W szkoleniu prowadzonym przez dra Huberta Kaszyńskiego oraz studentkę UPJPII udział wzięło 35 osób, zarówno pracowników dydaktycznych, jak i administracyjnych. Uczestnicy szkolenia mieli możliwość spotkania się z osobą chorującą na depresję, która opowiadała o swoim doświadczeniu kryzysu i zdrowienia, również w kontekście podjęcia studiów na uczelni wyższej. To doświadczenie przybliżyło słuchaczom najważniejsze kwestie dotyczące depresji – jakie są jej pierwsze zwiastuny i główne objawy, dlaczego tak trudno podjąć leczenie i jak otoczenie może pomóc osobie chorującej. To ostatnie pytanie wydaje się szczególnie ważne, także w warunkach środowiska akademickiego.

SEMINARIA NT. NERWICY I LĘKU

Na przełomie maja i czerwca odbyły się seminaria dotyczące tematyki nerwicy i lęku. Wzięły w nim udział w sumie 22 osoby. Z kolei to spotkanie było współprowadzone przez studentkę UJ, która dzieliła się z pracownikami uczelni swoim

kilkunastoletnim doświadczeniem chorowania. Program tego spotkania zawierał rzetelną i ciekawą prezentację zagadnienia lęku oraz innych objawów nerwicznych, która stanowiła nie tylko teoretyczne wyjaśnienie najważniejszych kwestii dotyczących omawianej problematyki, ale również wyjątkową, autorską próbę przybliżenia ich poprzez stosunkowo proste ćwiczenia wywołujące cielesne, namacalne odczucie. Jakkolwiek zagadkowo to brzmi, bardzo ciekawym okazało się dla uczestników mini-doświadczenie w jaki sposób mogą być odczuwalne np. ataki paniki (wyłącznie poprzez uciśnięcie odpowiedniej części ciała), czy też „myśli natrętne”. Prowadząca szkolenie przekazała także pracownikom wiele praktycznych wskazówek co do tego jakie zachowania wykładowców mogą być pomocne studentom z zaburzeniami psychicznymi, a jakie mogą im utrudniać odnalezienie się w sytuacji zajęć bądź egzaminów. Seminarium dotyczące nerwicy i lęku było ostatnim spotkaniem w ramach tego cyklu szkoleń. Idea współprowadzenia szkoleń przez studentów chorujących, bądź cierpiących na zaburzenia psychiczne, jest oceniana pozytywnie przez uczestników spotkań. „Czują oni bowiem, że mają kontakt z „ekspertami”, którzy dobrze wiedzą o czym mówią. Okazuje się również pomocna samym studentom, którzy w swoich trudnych doświadczeniach starają się odnaleźć sens i znaczenie.

Najbardziej wymowna na temat tych szkoleń wydaje się opinia jednej z uczestniczek:

Uczestniczę w nich od samego początku tj. od zeszłego roku i z niecierpliwością oczekuję następnych. Sam ten fakt jest bardzo wymowny, (...), świadczy dobitnie o ich wysokim poziomie, doskonałym przygotowaniu prowadzących, ich profesjonalizmie i zaangażowaniu. Nie bez znaczenia pozostaje poruszany problem - zaburzenia psychiczne wśród studentów i nasza – nauczycieli – rola polegająca na wskazaniu możliwości udzielenia pomocy przez odpowiednie osoby. Nie wszyscy potrzebujący wiedzą dokąd się mogą udać po pomoc i nie wszyscy nauczyciele akademicki oraz pozostali pracownicy UEKu wiedzą jak mają się zachować w kontaktach



z osobami potrzebującymi pomocy psychologa lub psychiatry. I tu właśnie pojawia się pomoc ze strony BONu, ich warsztatów i szkoleń. (...)

W ramach spotkań mamy możliwość wysłuchania osób chorujących np. na depresję, cierpiących na urojenia oraz zadawania im pytań. Pomaga to potem być bardziej wrażliwym na problemy innych. Pragnę jeszcze dodać, że prowadzący zajęcia dr Hubert Kaszyński stwarza atmosferę wzajemnego zaufania i szacunku, jest osobą otwartą i konkretną. Uważam, że każda minuta jest odpowiednio wykorzystana.(...)

Musimy pamiętać, że w Polsce psychiatra nie znaczy to samo co w USA i kojarzy się negatywnie. Gdy jesteśmy chorzy na ciele, idziemy do lekarza, gdy chora jest nasza dusza, cierpimy w samotności, bo przecież iść do psychiatry to ciągle dla wielu wstyd!

Aleksandra Szul
Studium Języków Obcych UEK

Z uwagi na duże zainteresowanie oraz pozytywne opinie pracowników, BON UEK wraz z MCWP postanowili rozpocząć drugą edycję szkolenia skierowaną do nowej grupy osób. Pierwsze spotkanie odbyło się w dniu 12 czerwca i wzięło w nim udział kolejnych 32 pracowników UEK. Kontynuacja szkolenia i kolejne seminaria będą się odbywać w roku akademickim 2012/13. Planowany jest także podobny cykl szkoleń skierowanych do studentów.

Cieszy fakt, iż pracownicy uczelni czują potrzebę poszerzania swej wiedzy na tematy związane z niepełnosprawnością. Są coraz bardziej otwarci na problemy niepełnosprawnych studentów i chcą wiedzieć więcej o tym, jak właściwie postępować w relacjach z nimi. ■

Maria Augustyniak (UEK)
Marek Świerad (UEK)