



Akademicka Pomoc
Psychologiczna i Edukacyjna

Znaczenie pomocy psychologicznej dla studentów i nauczycieli w czasie pandemii



Akademicka Pomoc
Psychologiczna i Edukacyjna

Marzena Samardakiewicz

Kacper Michta

Zespół APPIE

UMLUB

Rozwój **P**omocy **P**sychologicznej

2016

PP

2020

UPP

2021

APPiE

Zespół APPiE

- **Czerwiec 2021** – powołanie zespołu APPiE
 - Koordynator
 - Trzech psychologów i psychiatra
 - Przedstawiciele CEM
 - Przedstawiciel Samorządu Studentów
 - Przedstawiciel CW
 - Prodziekan WL
- **Rozszerzenie działań UPP o szeroko pojętą pomoc edukacyjną**

Organizacja APPiE w UMLUB

I. Zgłaszanie po pomoc psychologiczną

- Informacje na stronie <https://zdalne.umlub.pl>
– **Nowa zakładka w budowie**
- formularz zgłoszeniowy (w j. polskim i angielskim)
- lub telefonicznie/SMS/mail bezpośrednio do pracowników UPP



Akademicka Pomoc
Psychologiczna i Edukacyjna

II. Udzielanie pomocy psychologicznej

- Pomoc on-line (Zoom/Skype/Messenger/Whats up)
- Spotkania kontaktowe

III. Zgłaszanie potrzeb edukacyjnych

- udział organizacji studenckich w budowaniu różnych modalności APPiE

Baza APPiE

Coll. Academicum

ul. Chodźki 7

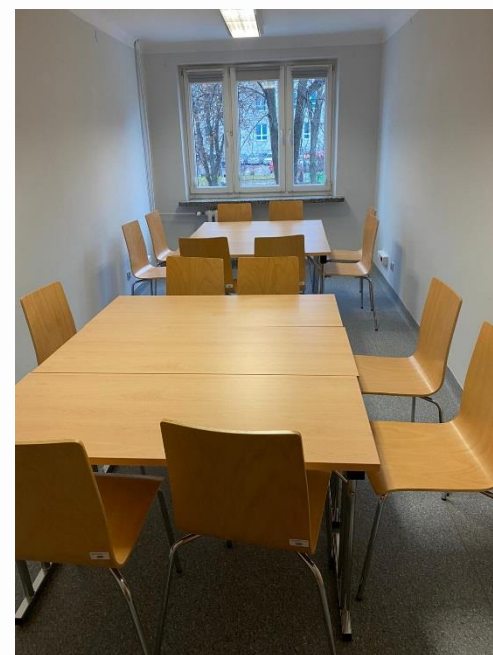
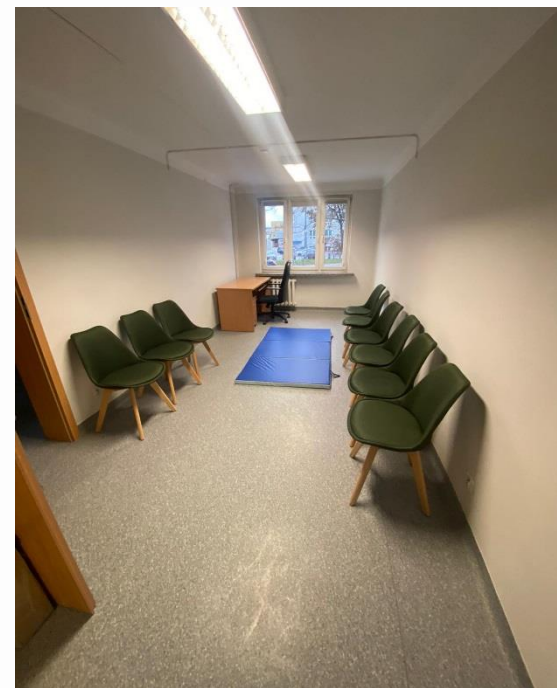
I piętro, Pokoje:

117 - małe grupy

118 - relaksacje

119 - konsultacje

120 - duże grupy



Liczba udzielanych porad psychologicznych

		WRZESIEŃ 2021	PAŹDZIERNIK	LISTOPAD	ŁĄCZNIE
Liczba spotkań ogółem		59	106	111	276
Studenci	Polskojęzyczni	40	79	76	195
	Anglojęzyczni	8	8	3	19
Doktoranci		1	-	-	1
Pracownicy		5	12	1	18
Kobiety		29	44	76	149
Mężczyźni		18	17	27	62
Spotkania stacjonarne		40	72	83	195
Spotkania online		7	15	4	26
N osób skierowanych do konsultacji psychiatrycznej		5	14	18	37
N osób z zaleceniem kontynuacji profesjonalnej pomocy (psycholog, psychoterapeuta)		5	15	14	34

233

Najczęstsze problemy zgłaszane przez studentów

- zaburzenia nastroju – depresyjne i lękowe; zaburzenia rytmów dobowych
- zaburzenia odżywiania
- nieradzenie sobie ze stresem, nieradzenie sobie z emocjami
- problemy w relacjach, problemy rodzinne, niska samoocena
- brak motywacji do nauki, do studiowania (jako objawy wtórne)
- problemy związane z używaniem środków psychoaktywnych (kilka)



Akademicka Pomoc
Psychologiczna i Edukacyjna

Strona APPiE na Facebook'u

Stałe programy

- **KOLOS**alna pomoc z anatomii
- **RELAKS**acja przez działanie
- ✓ Teoretyczne podstawy fotografii analogowej
- ✓ Technika Decoupage
- ✓ Podstawy tańca towarzyskiego
- ✓ Ćwiczenia relaksacyjne



APPiE

KOLOSalna pomoc z anatomii

- Stacjonarnie: 58 studentów pierwszego roku kierunku lekarskiego
- online: 153 studentów podczas zajęć hybrydowych

Współpraca z SKN przy Katedrze i Zakładzie Anatomii Prawidłowej Człowieka UMLub

4 grudnia 2021



4 grudnia 2021

RELAKSacja przez działanie

- ✓ Quilling
 - ✓ Szydełko
 - ✓ Macrama
-
- 20 uczestników



Rozwój APPiE w UMLUB

- **Plany:** opracowanie schematu dostępności **pomocy psychologiczno/ psychiatrycznej w sytuacjach nagłych** (kryzys emocjonalny, traumatyczne wydarzenie, myśli samobójcze)
- **Plany:** **szkolenia dla wykładowców** uwrażliwiające na symptomy nieradzenia sobie emocjonalnego i akademickiego przez studentów i jak zasugerować skorzystanie z profesjonalnej pomocy
- **Plany:** systemowa pomoc w rozwijaniu umiejętności akademickich studentów i pracowników
- **Plany:** oferta pomocy pracownikom emerytowanym



Akademicka Pomoc
Psychologiczna i Edukacyjna

APPIE@UMLUB.PL

Dziękujemy za uwagę!