

Praktyczny wymiar wsparcia studentów z zaburzeniami psychicznymi na University College London (UCL)

Marion Hingston Lamb

Daniel Marfany

W ostatnich latach w Wielkiej Brytanii wzrosła liczba studentów z rozpoznanymi zaburzeniami psychicznymi¹, zaś służby, które im doradzają również obserwują, iż zgłaszają się oni z coraz poważniejszymi problemami natury psychologicznej². Dzieje się tak wbrew ustaleniom płynącym z innych badań, według których społeczność studentów jest ogólnie powściągliwa, jeśli chodzi o poszukiwanie pomocy w związku z problemami psychologicznymi z powodu napiętnowania towarzyszącego chorobom psychicznym³. Może to sugerować, iż i tak poważny problem jest w rzeczywistości większy niż się wydaje. Większy poziom świadomości potrzeb studentów z zaburzeniami psychicznymi oraz uznanie w brytyjskiej ustawie o przeciwdziałaniu dyskryminacji z 1995 roku (rozszerzonej o edukację w roku 2000) faktu, że zaburzenia psychiczne mogą mieć charakter niepełnosprawności, a stąd powinny zostać objęte przedmiotową ustawą, doprowadziły na brytyjskich uczelniach do rozwoju – w ramach sektora służb wspierających osoby niepełnosprawne – usług specjalistycznych konkretnie skierowanych na zdrowie psychiczne.

Różne role jednostek specjalistycznych

Na UCL w ramach Biura ds. Osób Niepełnosprawnych stworzono kompleksową ofertę z myślą o świadczeniu dodatkowego wsparcia – niemającego charakteru terapeutycznego – dla studentów z zaburzeniami psychicznymi. Jest ona dodatkową i odrębną propozycją w sto-

¹ Zob. N. Quinn, A. Wilson, G. MacIntyre, T. Tinklin, *People look at you differently: students' experience of mental health support within Higher Education*, „British Journal of Guidance & Counselling” 2009; Royal College of Psychiatrists, *The Mental Health of Students in Higher Education: Council Report C112*, London: Royal College of Psychiatrists, 2003.

² Zob. Heads of University Counselling Services, *Degrees of Disturbance: The New Agenda. The impact of increasing levels of psychological disturbance amongst students in higher education*, London: British Association of Counselling, 1999.

³ Zob. C. Chew-Graham, A. Rogers, N. Yassin, *I wouldn't want it on my CV or their records: students experiences of help-seeking for mental health problems*. „Medical Education”, 2003.

sunku do Biura Doradztwa Studenckiego, które samo zostało rozwinięte i poszerzone wskutek zwiększonych potrzeb studentów. Biuro Doradztwa Studenckiego jest niezależną jednostką działającą na zasadzie poufności świadczącą w różnej formie doradztwo na zasadzie samoskierowania, w której pracują psychiatrzy, doradcy, terapeuci specjalizujący się w psychologii poznawczej i behawioralnej oraz terapeuci grupowi. Biuro Doradztwa Studenckiego zapewnia również usługi moderowane przez Internet oraz bibliotekę z poradnikami. W większości przypadków pomoc ta jest świadczona wewnętrznie, lecz w razie, gdy student doświadcza poważnych trudności może być on skierowany do konkretnych służb działających w ramach Brytyjskiego Funduszu Zdrowia. Usługi te mają więc w istocie charakter terapeutyczny i mają za zadanie zajmować się zaburzeniami psychicznymi. To różni je od wsparcia zapewnianego w ramach Biura ds. Osób Niepełnosprawnych, które ma charakter o wiele bardziej praktyczny i skupia się na łagodzeniu konsekwencji stanu zdrowia psychicznego studenta i jego zdolności skutecznego studiowania. Usługi te opracowano z myślą o osobach, które ogranicza zły stan zdrowia psychicznego, stąd są zagrożone tym, że będą mieć poważne zaległości w studiowaniu, nie utrzymają się na studiach lub nie zrealizują swego potencjału akademickiego.

Wsparcie świadczone przez Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych

Na UCL opracowywanie zestawu usług wspierających w ramach BON skupionych na konkretnych potrzebach studentów z zaburzeniami psychicznymi zaczęło się około osiem lat temu w odpowiedzi na potrzeby niewielkiej liczby konkretnych studentów. Jednak ujawnione potrzeby były tak wielkie, że zatrudniono specjalistę w zakresie zdrowia psychicznego, który stał się członkiem zespołu jako jeden z doradców ds. niepełnosprawności. Ten konkretny pracownik działa w charakterze punktu kontaktowego dla wszystkich studentów z zaburzeniami psychicznymi, którzy ujawniają ten fakt Biuru oraz ma dla nich ofertę wsparcia mentora. Istotną cechą przedmiotowego wsparcia jest to, że jest ono opracowywane na podstawie rozmów z pojedynczymi studentami. Często istnieje potrzeba kreatywności i zaproponowania rozwiązań problemu dla konkretnej osoby oraz zapewnienia rozstrzygnięć wystarczająco elastycznych, by dostosować się do zmieniających się okoliczności.

Kontakt z jednostkami uczelnianymi

Jedną z kluczowych funkcji BON jest zapewnienie przekazywania odpowiednich informacji na temat potrzeb konkretnych studentów jednostkom uczelnianym na zasadzie „wiedzy koniecznej”. Względem studentów z zaburzeniami psychicznymi ma to takie samo zastosowanie jak w przypadku wszystkich innych studentów niepełnosprawnych. Po spotkaniu ze studentem i zarejestrowaniu go jako klienta naszych usług omawiamy z nim osobiście jego potrzeby i przygotowujemy streszczenie tych potrzeb dla jednostki uczelnianej, tak by nauczyciele akademicy byli lepiej poinformowani co do wpływu stanu zdrowia studenta na jego studia. W ten sposób macierzysta jednostka studenta jest uwrażliwiona na możliwość wystąpienia przeszkód w jego postępach w nauce z powodu zaburzeń, co umożliwia jej poczynienie koniecznych praktycznych dostosowań pozwalających studentowi na skuteczne kontynuowanie pracy. Ten element oferty może również pomóc złagodzić poczucie winy i wątplenia we własne możliwości pojawiające się często, gdy student nie jest w stanie nadążyć za tempem studiów. Takie skrótowe przedstawienie potrzeb nie oznacza, że student jest zwolniony z obowiązujących zasad i przepisów mających na celu dotrzymanie przez studentów terminów w ramach uczelnianych kursów oraz osiągnięcie przez nich ustalonych standardów, lecz zwraca uwagę na fakt, że student może potrzebować „uzasadnionych dostosowań”. Przykładowo, może się zdarzyć, że z powodu zmienności stanu zdrowia studenta konieczna jest elastyczność w egzekwowaniu wymogu obecności. Można też zalecić, by nie wymagać od studenta prezentacji ustnych przed resztą grupy. Jeśli taki jest wymóg kursu, być może student może przygotować prezentację i przedstawić ją w jakiś inny sposób.

Wsparcie mentora

Doradca ds. niepełnosprawności w zakresie zdrowia psychicznego ma dla studentów ofertę wsparcia mentora obejmującą kontakt studenta z mentorem w celu odbywania regularnych, zazwyczaj cotygodniowych sesji, na których omawiają oni postępy poczynione na studiach oraz wsparcie w zakresie takich kwestii jak zarządzanie czasem, motywacja i frekwencja. Doradca ds. niepełnosprawności spotyka się z mentorem i studentem, by ich sobie przedstawić oraz wyjaśnić, jak działa ta oferta, a następnie przedmiotowa para pracuje wspólnie nad uzgodnieniem terminów spotkań oraz tego, na czym powinny się one skupiać. Regularny nadzór (superwizja) działań mentorów pozwala mieć pewność, że zajmują się oni wszystkimi konkretnymi kwestiami. Dzięki temu doradca ds. niepełnosprawności ma możliwość

podjęcia ze studentem wszelkich spraw przed przejściem do odpowiednich działań, takich jak skierowanie go do innych placówek świadczących usługi dla osób niepełnosprawnych czy kontakt z jego macierzystą jednostką uczelnianą.

Zespół mentorów rekrutuje się najczęściej spośród absolwentów uczelni wyższych i oczekuje się od nich uprzedniego doświadczenia pracy z podobną grupą klientów. Doradca ds. niepełnosprawności organizuje i przeprowadza dodatkowe szkolenia. Mentorzy zazwyczaj mają pod skrzydłami jednego lub bardzo niewielu studentów, których w danym momencie wspierają, gdyż mimo, że praca ta przynosi satysfakcję, jest ona często bardzo wymagająca.

Inne możliwości korzystania z usług specjalistycznych

W skrajnych przypadkach hospitalizacji studenta doradca ds. niepełnosprawności może zapewnić zebranie notatek z wykładów i list lektur, aby umożliwić studentowi (jeśli jest to możliwe) dotrzymanie kroku z powodu opuszczonych zajęć. Doradca działa również jako punkt kontaktowy dla osób zawodowo zajmujących się zdrowiem psychicznym i może pomóc zorganizować rozłożony w czasie powrót studenta na studia tak, by uniknąć wszelkiej nieuzasadnionej presji mogącej prowadzić do nawrotu choroby. W przypadkach ostrego przebiegu zaburzeń psychicznych uniemożliwiającego studentowi kontynuowanie studiów w danej chwili, doradca ds. niepełnosprawności pomoże uzgodnić przerwę w studiowaniu, by zapewnić okres leczenia z myślą o powrocie studenta na studia w późniejszym terminie. W takich przypadkach doradca ds. niepełnosprawności wciąż utrzymuje kontakt ze studentem i zespołem opiekującym się nim oraz może przekazywać konieczne informacje macierzystej jednostce uczelnianej tak, by na bieżąco wiedziała, co dzieje się ze studentem.

Zachęcanie studentów do ujawniania zaburzeń psychicznych

Z problemem, co zrobić, gdy studenci nie czują się w stanie bądź też nie są skłonni ujawnić swych trudności, borykają się wszystkie uczelnie. Na UCL studenci mogą ujawnić niepełnosprawność czy chorobę na etapie składania podania o przyjęcie na studia oraz na kolejnych etapach poprzedzających podjęcie nauki. Mogą to również uczynić w dowolnym czasie podczas trwania studiów. Prospekt i inne materiały zachęcają studentów do ujawniania swej niepełnosprawności, tak by można było zapewnić im wszelkie konieczne wsparcie czy dosto-

sowania. W tych materiałach informacyjnych wyraźnie mówi się, że zaburzenia psychiczne są uznawane za rodzaj niepełnosprawności.

Jeśli student rzeczywiście zadeklaruje niepełnosprawność, informacje te otrzymuje BON i jesteśmy następnie w stanie rozpocząć proces pracy z przyszłym studentem w celu ustalenia, jakiego wsparcia może on potrzebować. W niektórych przypadkach student ma świadomość stojących przed nim trudności z powodu niedawnego doświadczenia uczenia się w szkole. Studenci, którzy w istocie ujawnią zaburzenia psychiczne przed podjęciem studiów wyższych najczęściej przeszli proces rozpoznania i leczenia i w jakiś sposób są lepiej niż inni studenci przygotowani na zajęcie się problemami, jakie przynieść może rozpoczęcie nowego życia na uczelni. Jest jednak nadal wielu studentów, którzy wolą nie ujawniać swej niepełnosprawności a ich problemy wychodzą często na jaw dopiero po zapisaniu się przez nich na kurs. Czasami dzieje się tak dlatego, gdyż zakładają, że niewiele da się zrobić, by im pomóc i mimo naszych najlepszych wysiłków mogą nie być w pełni świadomi istnienia usług specjalistycznych, jakie są dla nich dostępne. Na podstawie naszej niedawno przeprowadzonej oceny kompleksowej oferty ustaliliśmy, że wielu studentów z zaburzeniami psychicznymi obawia się ujawnienia na przykład mówiąc: „obawiałem się, jak postrzegać mnie będzie mój macierzysty wydział/instytut, czy zostanie to wzięte na poważnie, czy jedynie potraktowane jako rodzaj wymówki”.

Aby szkolnictwo wyższe stało się elementem społeczeństwa, gdzie o zdrowiu psychicznym mówi się otwarcie, zaś związane z nim piętno jest eliminowane, musi zaistnieć wspólne podejście obejmujące pomysły i potrzeby studentów, nauczycieli akademickich, pracowników socjalnych uczelni oraz placówek wspierających. Dlatego też BON współpracuje z innymi jednostkami uczelni w celu zmniejszenia piętna towarzyszącego chorobie psychicznej, a przez to zachęcania do ujawniania takich zaburzeń. W szczególności samorząd studencki zorganizował wiele kampanii i co roku organizuje tydzień świadomości na temat zdrowia psychicznego. Doradca ds. niepełnosprawności odpowiedzialny za zdrowie psychiczne oraz pracownicy Biura Doradztwa Studenckiego szkolą nauczycieli akademickich pomagając im zidentyfikować studentów, którzy mogą być zagrożeni w tym zakresie oraz poinformować ich o różnych dostępnych usługach specjalistycznych dla studentów niepełnosprawnych.

Podsumowanie

Sam charakter naszej oferty oznacza, że nie jest możliwe podanie wymiernych liczb dotyczących wpływu przedmiotowego wsparcia na utrzymanie się studentów na uczelni czy ich osiągnięcia. Zbieramy jednak opinie studentów korzystających z naszych usług i wielu z nich mówi nam, że takie wsparcie pozwala im z powodzeniem studiować i utrzymać się na studiach. Również nauczyciele akademicy mówią, iż bardzo korzystne jest posiadanie informacji na temat potrzeb konkretnego studenta oraz możliwość poproszenia o radę co do jak najlepszych dostosowań dla indywidualnych studentów. Niestety ograniczone zasoby nie pozwalają na pełne poszerzenie zakresu usług specjalistycznych, by spełnić potrzeby, które rosną, ponieważ coraz większa liczba nauczycieli akademickich i studentów staje się świadoma ich możliwości. Z drugiej strony, oferta odgrywa kluczową rolę w promowaniu większej świadomości konsekwencji złego stanu zdrowia psychicznego oraz zmniejszaniu piętna. Przynosi to korzyści wszystkim obecnym i przyszłym członkom społeczności uczelnianej.

Bibliografia

Chew-Graham C., Rogers A. & Yassin N., *I wouldn't want it on my CV or their records: students experiences of help-seeking for mental health problems*, „Medical Education”, 2003.

Heads of University Counselling Services, *Degrees of Disturbance: The New Agenda. The impact of increasing levels of psychological disturbance amongst students in higher education*, London: British Association of Counselling, 1999.

Quinn N., Wilson A., MacIntyre G., Tinklin T., *People look at you differently: students' experience of mental health support within Higher Education*, „British Journal of Guidance & Counselling”, 2009.

Royal College of Psychiatrists, *The Mental Health of Students in Higher Education: Council Report C112*. London: Royal College of Psychiatrists, 2003.