

W środowisku naukowym rośnie świadomość znaczenia dobrostanu psychicznego i potrzeby budowania bezpiecznego miejsca – zarówno dla studentów, jak i kadry akademickiej. Z badania SWPS wynika, że wiele osób w tym środowisku zmagają się z silnym stresem, wypaleniem zawodowym oraz zaburzeniami lękowymi i depresyjnymi. Do tego dochodzi także coraz częściej występujący problem mobbingu i dyskryminacji.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego powołało specjalny zespół ds. identyfikacji dobrych praktyk i opracowania mechanizmów przeciwdziałania mobbingowi, wspierania dobrostanu osób pracujących oraz kształcących się w systemie szkolnictwa wyższego i nauki oraz profilaktyki zdrowia psychicznego w środowisku akademickim. Jego inauguracyjne posiedzenie odbyło się w połowie czerwca br. Członkowie zespołu mają identyfikować obszary, w których istnieje możliwość wystąpienia mobbingu, przeprowadzić analizy w odniesieniu do możliwości wystąpienia zjawisk niepożądanych w środowisku akademickim i opracować propozycję rozwiązań systemowych, w szczególności legislacyjnych.

– *W ministerstwie działa też Rzecznik Dyscyplinarny Ministra, który rozpatruje sprawy względem rektorów, którzy też mogą się dopuścić takich, a nie innych zachowań* – mówi prof. dr hab. inż. Maria Mrówczyńska, podsekretarz stanu w Ministerstwie Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Kolejne działanie to zainaugurowany z inicjatywy Uniwersytetu Warszawskiego przy wsparciu MNiSW projekt „Uczelnia – przestrzeń bezpieczna od mobbingu i dyskryminacji – działania na rzecz wspierania polityki antymobbingowej i działań niepożądanych na polskich uczelniach”.

– *To projekt, który identyfikuje problemy związane z mobbingiem i dyskryminacją na uczelniach. Ale też ma na celu dialog ze środowiskiem, dlatego będzie dotyczył również różnych regionów Polski i ma na celu wypracowanie strategii działań antymobbingowych na uczelniach* – tłumaczy wiceministra nauki i szkolnictwa wyższego.

Z raportu „Analiza badań nad zdrowiem psychicznym i jakością życia w środowisku akademickim”, przygotowanego przez badaczy z Uniwersytetu SWPS na zlecenie Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego, wynika, że zaburzenia lękowe i depresyjne, silny stres, a także wypalenie zawodowe to problemy, z którymi najczęściej mierzy się polska społeczność akademicka. Nie odbiega to od skali zjawiska obserwowanego na świecie, ale pozostaje znaczące.

– *W ministerstwie stale prowadzone są prace, które mają na celu wspieranie całej społeczności akademickiej. Mieliśmy już bardzo duże działania związane z poprawą dobrostanu psychicznego studentów i pracowników uczelni w trakcie pandemii COVID-19. To był bardzo trudny czas dla nas wszystkich na uczelniach* – mówi prof. Maria Mrówczyńska.

Wspomniany raport wskazuje, że pandemia koronawirusa miała głęboki wpływ na zdrowie psychiczne osób studiujących i doprowadziła do znacznego pogorszenia nastroju u niemal 80 proc. Większość osób studiujących zmagająca się z negatywnymi emocjami, a główną przyczyną pogorszenia nastroju były ograniczenia w kontaktach interpersonalnych. To właśnie w odpowiedzi na kryzys psychiczny związany z pandemią wiele uczelni w Polsce zaczęło rozwijać wewnętrzne systemy wsparcia – m.in. uruchomiły bezpłatne punkty wsparcia psychologicznego online, prowadziły interwencje kryzysowe, organizowały warsztaty z zakresu zdrowia psychicznego i kampanie dotyczące zdrowia psychicznego.

– *Studenci to ponad 1,2 mln osób studiujących na uczelniach publicznych i niepublicznych. Musimy dbać*

Problemy psychiczne w środowisku akademickim

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: środa, 09, lipiec 2025 16:29

Alicja Cisowska

Odsłony: 471

o nich jako cała społeczność akademicka, aby jak najmniej było wobec nich zachowań mobbingowych i dyskryminacyjnych, a najlepiej, żeby nie było ich w ogóle – podkreśla wiceministra nauki i szkolnictwa wyższego.

Problem zdrowia psychicznego na uczelniach jest znacznie szerszy. Z raportu SWPS wynika, że studenci odczuwają na co dzień wysoki poziom stresu (deklaruje tak połowa z nich), a ich głównym źródłem są wątpliwości związane z przyszłością zawodową. 23 proc. osób studiujących spełniało kryteria zaburzenia depresyjnego, w tym 4 proc. – ciężkiej depresji. Problemem jest również wypalenie edukacyjne, związane m.in. z takimi czynnikami jak wyniki w nauce, odczuwany poziom stresu czy liczba godzin poświęcana nauce. W grupie zagrożonych wypaleniem edukacyjnym znalazło się 28 proc. osób.

W przypadku doktorantek i doktorantów problemem jest przede wszystkim niski poziom jakości życia, według deklaracji niższa niż w przypadku ich rówieśników spoza uczelni. Około 22 proc. z nich doświadcza trudności w codziennym funkcjonowaniu, w tym poważnych objawów depresji i problemów psychosomatycznych. Około 6 proc. raportuje myśli samobójcze. Z badań wynika, że doktorantki w większym stopniu niż doktoranci doświadczają trudności w pogodzeniu pracy naukowej i życia prywatnego (work-life balance) oraz doświadczają silniejszego wyczerpania.

Od problemów ze zdrowiem psychicznym nie są wolni również pracownicy akademicki. Prawie co trzeci z nich deklaruje, że doświadcza wysokiego nasilenia symptomów zaburzeń afektywnych. Na wyższy poziom stresu najbardziej narażone są osoby rozpoczynające pracę akademicką. Również poziom wypalenia zawodowego wśród kadry akademickiej jest wysoki: 21 proc. osób doświadczyło tego syndromu w wysokim stopniu; z kolei 62 proc. zgłaszało niskie poczucie osobistych osiągnięć.

– Najważniejszym elementem zaopiekowania jest na pewno dobrostan psychiczny i to zgłaszają zarówno środowiska studenckie, jak i środowiska związane z pracownikami i nauczycielami akademickimi, pracownikami administracji. To szerszy problem, który dotyka całego społeczeństwa – przekonuje prof. Maria Mrówczyńska.

Źródło: Newseria