NASI PARTNERZY

CARE + CONNECT brings together six organisations from across Europe, each contributing expertise in mental health, education, research, and digital development.

- Społeczna Akademia Nauk (SAN) — Polska (Lider Projektu)
- Spectrum Research Centre (SRC) — Irlandia
- Universidad del País Vasco (UPV/EHU) — Hiszpania
- Cypriot Institute of Development (IoD) — Cypr
- Uniwersytet w Paderborn (UPB) — Niemcy
- Narodowy Uniwersytet Nauki i Technologii POLITEHNICA w Bukareszcie (CUPIT) — Rumunia

To właśnie różnorodność doświadczeń, kultur i kontekstów edukacyjnych sprawia, że rezultaty projektu CARE + CONNECT mają uniwersalny charakter i mogą być z powodzeniem stosowane w całym europejskim szkolnictwie wyższym

BĄDŹ NA BIEŻĄCO

Śledź rozwój projektu, czytaj nasze najnowsze artykuły i dowiedz się, jak Twoja uczelnia może się zaangażować.

Website: www.careandconnect.eu

LinkedIn: https://www.linkedin.com/company/care-connect-project

Facebook: https://www.facebook.com/careandconnectproject

Instagram: careandconnect_eu

Co-funded by the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the Foundation for the Development of the Education System (FRSE). Neither the European Union nor FRSE can be held responsible for them. Project number: 2025-1-PL01-KA220-HED-000357751

CARE + CONNECT

CARE + CONNECT

Zapewnienie wsparcia psychologicznego na uczelniach wyższych w całej Europie

Ogólnoeuropejski projekt Erasmus+ wspierający dobrostan studentów za pomocą narzędzi cyfrowych oraz wsparcia rówieśniczego.

Cichy kryzys na uczelniach

Stres egzaminacyjny, presja finansowa, izolacja społeczna, niepewność co do przyszłości. Dla studentów to żadne nowości, jednak skala tych wyzwań stale rośnie, a szkoły wyższe nie nadążają z odpowiedzą na ten problem.
W całej Europie zapotrzebowanie na wsparcie psychologiczne wśród studentów gwałtownie wzrosło w ostatnich latach. Tymczasem uczelniane centra poradnictwa borykają się z brakiem zasobów, czas oczekiwania na wizytę się wydłuża, a wielu studentów w ogóle nie szuka pomocy. Stygmatyzacja problemów ze zdrowiem psychicznym w połączeniu z brakiem łatwo dostępnego wsparcia na wczesnym etapie sprawia, że trudności, które można by szybko rozwiązać, często ulegają eskalacji.
Sytuacja wygląda podobnie niezależnie od tego, czy studiujesz w Dublinie, Łodzi, Bukareszcie czy Madrycie. Potrzeba skoordynowanych, skutecznych i skalowalnych działań nigdy nie była tak wielka.

Projekt CARE + CONNECT powstał właśnie po to, by odpowiedzieć na to wyzwanie.



DWA PROGRAMY. JEDNA WIZJA.

CARE + CONNECT działa w oparciu o dwa wzajemnie powiązane programy, stworzone po to, aby wspierać studentów na każdym poziomie środowiska akademickiego.

CARE — CYFROWE WSPARCIE NA ŻĄDANIE

Program CARE to cyfrowa platforma składająca się z ośmiu modułów, oparta na terapii poznawczo-behawioralnej (iCBT). Zapewnia studentom bezpłatny, dyskretny i natychmiastowy dostęp do popartych badaniami technik radzenia sobie z lękiem, przewlekłym stresem i obniżonym nastrojem. Bez umawiania wizyt. Bez list oczekujących. Studenci przechodzą przez program we własnym tempie, w swoim języku i w pełni prywatnie.

CONNECT — WSPARCIE RÓWIEŚNICZE, KTÓRE DZIAŁA

Program CONNECT szkoli studentów oraz pracowników uczelni, by potrafili udzielać wartościowego, nieformalnego wsparcia osobom w swoim otoczeniu. Podczas ustrukturyzowanych warsztatów uczestnicy rozwijają umiejętności aktywnego słuchania, rozpoznawania wczesnych objawów kryzysu psychicznego oraz zdobywają wiedzę, kiedy i jak skierować kogoś po profesjonalną pomoc. CONNECT nie wymaga od nikogo bycia terapeutą. Wymaga obecności, uważności i gotowości do działania, dając do tego konkretne narzędzia. Razem CARE i CONNECT tworzą wielopoziomowy model wsparcia, który poszerza zasięg tradycyjnych usług, usuwa bariery w dostępie do pomocy oraz buduje kulturę akademicką, w której dbałość o dobrostan jest wspólną odpowiedzialnością.

CO DOSTARCZA CARE + CONNECT

Do końca projektu w ramach CARE + CONNECT powstaną:

- W pełni rozwinięta, ogólnodostępna cyfrowa platforma zdrowia psychicznego, dostępna w sześciu językach
- Osiem opartych na dowodach naukowych modułów iCBT, obejmujących tematykę lęku, stresu, odporności psychicznej oraz dobrostanu emocjonalnego
- Program szkoleń rówieśniczych „Student dla Studenta” z ustrukturyzowanymi materiałami warsztatowymi
- Ścieżka szkoleniowa „Specjalista dla Specjalisty” przeznaczona dla kadry akademickiej i pracowników wsparcia
- Praktyczny przewodnik wdrożeniowy, umożliwiający każdej europejskiej uczelni bezpłatne przyjęcie tego modelu
- Wszystkie materiały opublikowane jako otwarte zasoby edukacyjne, dostępne bezpłatnie również po zakończeniu projektu

Wszystkie rezultaty projektu zostaną połączone na jednej, dedykowanej platformie, która wystartuje w 2027 roku. Zapewni ona studentom, pracownikom oraz instytucjom w całej Europie bezpłatny i trwały dostęp do wszystkiego, co opracowano w ramach CARE + CONNECT — w jednym miejscu, w sześciu językach i z myślą o funkcjonowaniu długo po zakończeniu okresu finansowania.

KTO ZYSKUJE:

Studenci zyskują prywatny, natychmiastowy dostęp do narzędzi wspierających zdrowie psychiczne oraz bardziej sprzyjające środowisko akademickie.

Pracownicy i rówieśnicy zyskują pewność siebie oraz umiejętności potrzebne do udzielania wartościowego, nieformalnego wsparcia osobom ze swojego otoczenia

Instytucje zyskują przetestowany, gotowy do wdrożenia model, który mogą bezkosztowo wbudować w swoje obecne struktury.

Co-funded by the European Union