



AHEAD in VET



Co-funded by
the European Union

Ψυχική υγεία στην επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση

ΚΕΙΜΕΝΟ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Project number: 2022-1-AT01-KA220-VET-000088070

uniri



EXELIA

bit
schulungcenter
member of bit group

Πίνακας περιεχομένων

1	Περίληψη	1
2	Εισαγωγή	2
2.1	Τι σημαίνει ο όρος η ψυχική υγεία;	3
2.1.1	Παράγοντες κινδύνου που σχετίζονται με προβλήματα ψυχικής υγείας.....	4
2.2	Ψυχική υγεία και εκπαίδευση ΕΕΚ	5
2.2.1	Τι γίνεται με τους ίδιους τους δασκάλους και τους εκπαιδευτές;	7
3	Πανερωπαϊκή έρευνα για την ψυχική υγεία σε οργανισμούς ΕΕΚ	9
3.1	Ερωτήσεις έρευνας	9
3.2	Αποτελέσματα της μελέτης.....	10
4	Συμπεράσματα και Προτάσεις	13
5	Βιβλιογραφία	16

1 Περίληψη

Υπάρχουν αυξανόμενες ενδείξεις ότι τα προβλήματα ψυχικής υγείας μετατρέπονται στη νέα πανδημία και η ευάλωτη ομάδα είναι οι νέοι. Ως εκ τούτου, γίνεται ακόμη πιο σημαντικό να βοηθήσουμε τους δασκάλους και τους εκπαιδευτές να αναπτύξουν γνώσεις και δεξιότητες προκειμένου να αντιμετωπίσουν αυτό το ζήτημα. Η προφανής κρίση ψυχικής υγείας έχει τη διπλάσια επίδραση σε δασκάλους και εκπαιδευτές, καθώς καλούνται να αντιμετωπίσουν τα ζητήματα ψυχικής υγείας των μαθητών τους παράλληλα με τα δικά τους προσωπικά ζητήματα, χωρίς μάλιστα εκπαίδευση ή υποστήριξη. Το AHEAD in VET είναι ένα έργο Erasmus+ που στοχεύει στην προώθηση του ευρωπαϊκού διαλόγου γύρω από την ψυχική υγεία στην εκπαίδευση, ειδικά στην επαγγελματική εκπαίδευση (EEK) και την ανάπτυξη ικανοτήτων εκπαιδευτικών και εκπαιδευτών σχετικά με την αντιμετώπιση θεμάτων ψυχικής υγείας. Πραγματοποιήσαμε πανευρωπαϊκή μελέτη με διαδικτυακή έρευνα (n=400) και εις βάθος συνεντεύξεις με εκπαιδευτικούς και εκπαιδευτές από την Αυστρία, το Βέλγιο, την Κροατία, την Ελλάδα και την Ιταλία σχετικά με το θέμα της ψυχικής υγείας σε οργανισμούς EEK.

Τα αποτελέσματα της έρευνας μιλούν αδιαμφισβήτητα για της ύπαρξης κρίσης ψυχικής υγείας στο σύστημα EEK και την ανάγκη για επιμόρφωση εκπαιδευτικών και εκπαιδευτών στην EEK επάνω στο θέμα της ψυχικής υγείας.

Οι εμπλεκόμενοι στα εκπαιδευτικά συστήματα σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο θα πρέπει να θεωρήσουν ότι υπάρχει επείγουσα ανάγκη για μια πολιτική στην εκπαίδευση που θα περιλαμβάνει την ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στην κατάρτιση των εκπαιδευτικών, η οποία θα είναι συνεχής και μακροπρόθεσμη, όπως και για μέτρα για τη βελτίωση της φροντίδας και της αυτοεξυπηρέτησης των εκπαιδευτικών, καθώς και για τη δημιουργία και διατήρηση προσβάσιμων υπηρεσιών ψυχικής υγείας, τόσο για τους μαθητές, όσο και για τους εκπαιδευτικούς.

2 Εισαγωγή

Το AHEAD in VET είναι ένα πρόγραμμα Erasmus+ που αποσκοπεί στην προώθηση του ευρωπαϊκού διαλόγου για την ψυχική υγεία στην εκπαίδευση, ιδίως στην επαγγελματική εκπαίδευση (EEK) και στην ανάπτυξη ικανοτήτων των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών στην αντιμετώπιση θεμάτων ψυχικής υγείας.

Το κίνητρο πίσω από το έργο AHEAD in VET είναι να υποστηρίξει όσους ασχολούνται με την επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση, όσον αφορά το αυξανόμενο ζήτημα της ψυχικής υγείας. Η ομάδα-στόχος μας είναι οι εκπαιδευτικοί και οι εκπαιδευτές EEK που έχουν σημαντικό ρόλο στην εκπαιδευτική διαδικασία, όχι μόνο ως αυτοί που διδάσκουν και μεταφέρουν γνώσεις, αλλά και ως αυτοί που φροντίζουν για την ευημερία των μαθητών και των εκπαιδευομένων τους. Η υποστήριξη της ικανότητας των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των μαθητών έχει διπλό όφελος, τόσο για τους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές σε προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο, όσο και για τους μαθητές.

Πληθαίνουν οι ενδείξεις ότι τα προβλήματα ψυχικής υγείας εξελίσσονται σε νέα πανδημία και οι νέοι αποτελούν μια ευάλωτη ομάδα, μεταξύ πολλών άλλων. Ως εκ τούτου, είναι ακόμη πιο σημαντικό να βοηθήσουμε τους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές να αναπτύξουν γνώσεις και δεξιότητες για την αντιμετώπιση αυτού του ζητήματος. Το AHEAD in VET είναι αφιερωμένο στο να παρέχει στους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές στην επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση επαρκείς δεξιότητες και ικανότητες, ώστε να αισθάνονται καλά εξοπλισμένοι για να αντιμετωπίσουν τα θέματα ψυχικής υγείας των εκπαιδευομένων τους. Αυτό σκοπεύουμε να το επιτύχουμε μέσω της δημιουργίας ευκαιριών μάθησης για το προσωπικό της EEK και της εκπαίδευσης, αλλά και μέσω της ευαισθητοποίησης σχετικά με το θέμα.

Με το παρόν κείμενο πολιτικής, η κοινοπραξία του έργου AHEAD in VET έχει ως στόχο να παρουσιάσει τη θέση της σχετικά με τα ζητήματα ψυχικής υγείας των μαθητών στην επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση και τις συστάσεις για την παροχή υποστήριξης σε εκπαιδευτικούς και εκπαιδευτές για την αντιμετώπιση των προβλημάτων ψυχικής υγείας των μαθητών.

Το κείμενο θα εξετάσει αρχικά ορισμένους συγκεκριμένους τομείς ψυχικής υγείας που αφορούν τους εφήβους και τους νεαρούς ενήλικες και στη συνέχεια θα ασχοληθεί με

τα ευρήματα πανευρωπαϊκής έρευνας σχετικά με την ψυχική υγεία στους οργανισμούς ΕΕΚ. Τέλος, θα παραθέσει συμπεράσματα και συστάσεις για τους εμπλεκόμενους στα εκπαιδευτικά συστήματα.

2.1 Τι σημαίνει ο όρος η ψυχική υγεία;

Ο κόσμος αντιμετωπίζει κρίση στον τομέα της ψυχικής υγείας, ακόμη και πριν από την πρόσφατη πανδημία. Τα θέματα ψυχικής υγείας δεν αποτελούν μόνο προσωπικό αγώνα, κάτι που οι άλλοι βιώνουν και πρέπει να αντιμετωπίσουν, αλλά πολύ περισσότερο μια σημαντική δυσλειτουργία, με επιρροές στην οικογένεια, την κοινότητα, την κοινωνία γενικότερα και σε διάφορα επίπεδα. Ως εκ τούτου, ο ΠΟΥ έχει θέσει ως προτεραιότητα τις δράσεις που αφορούν την ψυχική υγεία και έχουν γίνει πολλές προσπάθειες, με λήψη πρωτοβουλιών και από άλλους οργανισμούς. Ωστόσο, τα αποτελέσματα αυτών των προσπαθειών εξακολουθούν να είναι ελλιπή και δεν έχουμε δει επαρκή εφαρμογή προγραμμάτων και πολιτικών. Ωστόσο, η αύξηση των προκλήσεων ψυχικής υγείας ανάμεσα σε εφήβους και ενήλικες αναγνωρίζεται όλο και περισσότερο.

Σε αντίθεση με τα περισσότερα προβλήματα σωματικής υγείας που εμφανίζονται με την ηλικία, τα προβλήματα ψυχικής υγείας τείνουν να αναπτύσσονται σε προγενέστερο στάδιο της ζωής (Kessler et al., 2007). Τα παιδιά και οι έφηβοι αποτελούν το 44% του παγκόσμιου πληθυσμού και περίπου το 10-20% αυτών αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας (Kieling et al., 2011). Κατά την πρόσφατη πανδημία, οι αριθμοί αυτοί αυξήθηκαν και διαπιστώθηκε ότι οι νέοι ενήλικες κινδυνεύουν να αναπτύξουν προβλήματα ψυχικής υγείας λόγω του Covid-19 και των μέτρων κατά της πανδημίας (Ajdukovic et al., 2021.). Ακόμη και χωρίς την πανδημία, τα προβλήματα ψυχικής υγείας αποτελούν την κύρια αιτία επιβάρυνσης της υγείας σε παιδιά, εφήβους και νέους ενήλικες (GBD, 2017). Η έγκαιρη πρόληψη και θεραπεία των προβλημάτων ψυχικής υγείας είναι εξαιρετικά σημαντική, καθώς περίπου τα μισά από τα προβλήματα ψυχικής υγείας που επηρεάζουν τα άτομα στην ενήλικη ζωή τους κάνουν την εμφάνισή τους κατά τη διάρκεια της ή πριν από την εφηβεία. Αν και το πρωταρχικό καθήκον της αντιμετώπισης των προβλημάτων ψυχικής υγείας ανήκει στους επαγγελματίες (ψυχικής) υγείας, η πρόληψη είναι δουλειά όλων μας. Τα παιδιά, οι έφηβοι και οι νεαροί ενήλικες περνούν ένα μεγάλο μέρος της ζωής τους στα σχολεία και στα εκπαιδευτικά

συστήματα, τα οποία μπορεί να αποτελέσουν προστατευτικό παράγοντα ή παράγοντα κινδύνου για την περαιτέρω ανάπτυξη των μαθητών και της ψυχικής τους υγείας.

Ο ΠΟΥ ορίζει την ψυχική υγεία ως "μια κατάσταση ψυχικής ευημερίας που επιτρέπει στους ανθρώπους να αντιμετωπίζουν το άγχος της ζωής, να συνειδητοποιούν τις ικανότητές τους, να μαθαίνουν και να εργάζονται καλά και να συνεισφέρουν στην κοινότητά τους. Πρόκειται για αναπόσπαστο συστατικό της υγείας και της ευημερίας που στηρίζει τις ατομικές και συλλογικές μας ικανότητες να λαμβάνουμε αποφάσεις, να οικοδομούμε σχέσεις και να διαμορφώνουμε τον κόσμο στον οποίο ζούμε. Η ψυχική υγεία αποτελεί βασικό ανθρώπινο δικαίωμα. Και είναι ζωτικής σημασίας για την προσωπική, κοινοτική και κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη."

Τα ζητήματα ψυχικής υγείας ποικίλλουν ως προς την ένταση και τη μορφή τους, καθώς η ψυχική υγεία κινείται σε ένα συνεχές φάσμα, από την καλή ψυχική υγεία έως την ψυχοκοινωνική αναπηρία. Χωρίς μηχανισμούς πρόληψης και έγκαιρης παρέμβασης για την ψυχική υγεία ή επαρκείς υπηρεσίες υποστήριξης, τα προβλήματα ψυχικής υγείας που βιώνονται είναι πιθανό να αυξηθούν.

2.1.1 Παράγοντες κινδύνου που σχετίζονται με προβλήματα ψυχικής υγείας

Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως, ο επιπολασμός των προβλημάτων ψυχικής υγείας μεταξύ των παιδιών και των εφήβων εκτιμάται ότι κυμαίνεται μεταξύ 10% και 20%. Η αύξηση των προβλημάτων ψυχικής υγείας σε παιδιά και εφήβους έχει ονομαστεί ως η λεγόμενη «νοσηρότητα της χιλιετίας» (που χρονολογείται από την περίοδο μεταξύ 2000 και σήμερα), καθώς τα προβλήματα ψυχικής υγείας αποκτούν σημαντική σημασία για την υγεία των παιδιών και των εφήβων (Wille et al., 2008). Αυτά τα ζητήματα ψυχικής υγείας αντικατοπτρίζονται στη συνέχεια στις ικανότητες των μαθητών να λειτουργούν στο σχολείο και στις σχέσεις τους με την οικογένεια και τους φίλους.

Οι λόγοι πίσω από την εμφάνιση προβλημάτων ψυχικής υγείας είναι πολυάριθμοι και συχνά αλληλένδετοι. Στην τρέχουσα κοινωνία το βιοϊατρικό μοντέλο (ψυχικής) υγείας είναι αυτό που κυριαρχεί, κάτι που έχει οδηγήσει σε υπερβολική εστίαση στους βιολογικούς και κληρονομικούς παράγοντες, γεγονός που έχει συνδεθεί με αρνητικές συνέπειες, όπως η υπέρμετρη ιατροφαρμακευτική αντιμετώπιση, ο στιγματισμός και ο εξαναγκασμός. Με την πάροδο του χρόνου, αυξήθηκε η κατανόηση που συνέδεσε τους

ψυχοκοινωνικούς παράγοντες με την κακή ψυχική υγεία. Εδώ, οι προστατευτικοί παράγοντες συμβάλλουν στην ψυχική υγεία και επιτρέπουν σε ένα άτομο να είναι σε θέση να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις. Κάποιος με πολλαπλούς προστατευτικούς παράγοντες, όπως οι υγιείς σχέσεις και δεξιότητες αντιμετώπισης, θα είναι καλύτερα εξοπλισμένος για να ξεπεράσει τα εμπόδια της ζωής. Αντίθετα, οι παράγοντες κινδύνου περιλαμβάνουν καταστάσεις που επηρεάζουν αρνητικά την ψυχική υγεία ενός ατόμου και συνδέονται με μεγαλύτερη πιθανότητα αρνητικών επιπτώσεων. Και τα δύο είδη παραγόντων επηρεάζονται από όλους τους τομείς της ζωής, όπως οι κοινωνικοί, περιβαλλοντικοί, πολιτιστικοί και συγκυριακοί παράγοντες. Ορισμένοι γνωστοί ψυχοκοινωνικοί παράγοντες κινδύνου σχετίζονται με τραυματικά ή στρεσογόνα γεγονότα της πρώιμης ζωής, όπως σωματικά προβλήματα του παιδιού ή ενός γονέα, γονεϊκές συγκρούσεις, οικογενειακή διάλυση, ψυχοκοινωνικά ζητήματα των γονέων, συμπεριλαμβανομένων των εξαρτήσεων, κοινωνικοοικονομικά μειονεκτήματα και εμπειρίες βίας ή σεξουαλικής παρενόχλησης. Οι παράγοντες κινδύνου δεν εμφανίζονται μεμονωμένα, αλλά τείνουν να συσσωρεύονται και να αλληλεπιδρούν. Η ευπάθεια στους παράγοντες κινδύνου ποικίλλει ανάλογα με την ηλικία και το φύλο, αλλά σε γενικές γραμμές το δυσμενές γεγονός ή τα δυσμενή γεγονότα, ιδίως με αθροιστικό αποτέλεσμα στην πορεία, μπορεί να έχουν σημαντικές επιπτώσεις στην αναπτυσσόμενη διάνοια ενός νέου ατόμου. Η "νοσηρότητα της χιλιετίας" είναι μια έννοια που δεν έχει ακόμη διερευνηθεί πλήρως, ωστόσο, οι αλλαγές στον σημερινό τρόπο ζωής, όπως η παρουσία ψηφιακών οθονών, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και η πίεση της καλής επίδοσης μπορεί να είναι απορρυθμιστικά.

Είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου ότι η ψυχική υγεία και ευημερία επηρεάζεται από εγγύς παράγοντες (επιρροή της οικογένειας) αλλά και από απομακρυσμένους παράγοντες, όπως χαρακτηριστικά των κοινοτήτων και της κοινωνίας που διαμορφώνουν ευκαιρίες και εμπειρίες (Wille et al., 2008).

2.2 Ψυχική υγεία και εκπαίδευση ΕΕΚ

Η εκπαίδευση έχει γίνει ολοένα και πιο σημαντική στη σημερινή εργασιακή ζωή και αποτελεί σημαντικό παράγοντα στην πρόσληψη εργαζομένων από τους εργοδότες. Αυτό ασκεί πίεση τόσο στους εκπαιδευόμενους όσο και στους εκπαιδευτικούς. Η είσοδος στην επαγγελματική εκπαίδευση είναι ένα σημαντικό βήμα προς την

ενηλικίωση, καθώς οι εμπειρίες κατά την περίοδο αυτή μπορεί να είναι καθοριστικές για το υπόλοιπο της ζωής. Παρόλο που η επαγγελματική εκπαίδευση είναι διαθέσιμη και για ώριμους ενήλικες, οι περισσότεροι σπουδαστές επαγγελματικής εκπαίδευσης είναι έφηβοι και νεαροί ενήλικες. Μέχρι να φτάσουν στην επαγγελματική εκπαίδευση, πολλοί από τους παράγοντες κινδύνου έχουν ήδη τεθεί σε κίνηση. Λόγω των αλλαγών που επιφέρει η εφηβική περίοδος, τα ζητήματα ψυχικής υγείας μπορεί να γίνουν πιο έντονα.

Η αντιμετώπιση των αναγκών ψυχικής υγείας στο σχολείο είναι κρίσιμης σημασίας, καθώς οι στατιστικές δείχνουν ότι 1 στους 5 μαθητές έχει σημαντικά προβλήματα συναισθηματικής, συμπεριφορικής ή ψυχικής υγείας που επηρεάζουν την ευημερία του στο σπίτι, στο σχολείο και στην κοινότητα. Είτε τα προβλήματα ψυχικής υγείας προϋπάρχουν, είτε εμφανίζονται στο πλαίσιο του σχολείου μέσω της πίεσης από τους συνομηλίκους, του εκφοβισμού, του άγχους των εξετάσεων κ.λπ., η ψυχική υγεία των μαθητών θα πρέπει να αποτελεί προτεραιότητα. Η απουσία και η αποχώρηση από το εκπαιδευτικό σύστημα μπορεί να οφείλονται σε θέματα ψυχικής υγείας και ταυτόχρονα να δημιουργούν σημαντικά προβλήματα στην κοινωνία και στο μελλοντικό εργατικό δυναμικό. Οι οργανισμοί επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο να έχουν πρόωρα εγκαταλείποντες, μια υποομάδα μαθητών που η ΕΕ έχει αναγνωρίσει ως ευάλωτη και έχει θέσει συγκεκριμένο στόχο σε ευρωπαϊκό επίπεδο, σύμφωνα με τον οποίο το ποσοστό των πρόωρα εγκαταλείποντων από την εκπαίδευση και την κατάρτιση θα πρέπει να είναι μικρότερο από 9% έως το 2030.

Στις περισσότερες ευρωπαϊκές χώρες, κατά την υποχρεωτική φοίτηση, τα παιδιά επιλέγουν μεταξύ της γενικής ακαδημαϊκής εκπαίδευσης και της επαγγελματικής εκπαίδευσης, η οποία θεωρείται λιγότερο προσοδοφόρα ή/και με μικρότερο κύρος (Juttler et al, 2021). Παρόλο που υπάρχει μεγάλη ανάγκη για εξειδικευμένους επαγγελματίες, η επαγγελματική εκπαίδευση και η οργάνωσή της συχνά περιθωριοποιούνται και υποχρηματοδοτούνται, γεγονός που με τη σειρά του δημιουργεί περαιτέρω εμπόδια στη φροντίδα της ψυχικής υγείας των μαθητών. Πολλά σχολεία, συμπεριλαμβανομένων των οργανισμών ΕΕΚ, δεν διαθέτουν τους πόρους για να εκπαιδεύσουν τους εκπαιδευτικούς τους στον τομέα της ψυχικής υγείας ή να προσλάβουν επαγγελματίες ψυχικής υγείας, ενώ η βοήθεια από τα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης είναι συχνά δύσκολο να εξασφαλιστεί.

Όπως αναφέρεται από το US Surgeon General's Advisory (2021) ως απάντηση στον αρνητικό αντίκτυπο της πανδημίας Covid-19, «η υποστήριξη της ψυχικής υγείας των παιδιών και των νέων απαιτεί μια προσπάθεια ολόκληρης της κοινωνίας για την αντιμετώπιση μακροχρόνιων προκλήσεων, την ενίσχυση της ανθεκτικότητας των νέων ανθρώπων, την υποστήριξη των οικογενειών και των κοινοτήτων τους και την άμβλυνση των επιπτώσεων της πανδημίας στην ψυχική υγεία». Η δήλωση, όμως, αυτή παραμένει αληθής πέρα από την πρόσφατη πανδημία. Πρέπει να παρέχεται στους νέους πρόσβαση σε ολιστική υποστήριξη (συμπεριλαμβανομένης της υποστήριξης ψυχικής υγείας) εντός της κοινότητάς τους και σε μέρη που συχνάζουν. Σε αυτό το σημείο, τα σχολεία και οι οργανισμοί ΕΕΚ διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην παροχή στοχευμένης υποστήριξης για την ψυχική υγεία στους νέους, σε κάθε στάδιο της ζωής. Αυτό πρέπει να γίνει μέσω του καλύτερου συντονισμού των διαφόρων υπηρεσιών μέσω μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης (υπηρεσίες ψυχικής υγείας, κοινωνικές υπηρεσίες, υπηρεσίες υγείας, εκπαιδευτικά συστήματα, χώροι εργασίας, κ.λπ.) και την παροχή υπηρεσιών με βάση την κοινότητα. Είναι ανάγκη να επενδύσουμε στην παιδεία για την ψυχική υγεία και να τη συμπεριλάβουμε στα σχολικά προγράμματα σπουδών, όπως και στα προγράμματα επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών, αυξάνοντας παράλληλα την υποστήριξη ψυχικής υγείας στα σχολεία και στα πλαίσια της ΕΕΚ.

2.2.1 Τι γίνεται με τους ίδιους τους δασκάλους και τους εκπαιδευτές;

Πρόσφατη μελέτη για τους ευρωπαίους εκπαιδευτικούς δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης δείχνει σημαντικό επίπεδο εργασιακού άγχους και επιβάρυνσης (Ευρωπαϊκή Επιτροπή/ EACEA /Eurydice, 2021). Σύμφωνα με στοιχεία από τη διεθνή έρευνα TALIS 2018, σχεδόν το 50% των Ευρωπαίων εκπαιδευτικών κατώτερης δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης βιώνουν άγχος στην εργασία. Το 46% (απαντήσεις «πολύ» και «αρκετά») των εκπαιδευτικών αναφέρει ότι η εργασία τους έχει αρνητικό αντίκτυπο στην ψυχική και σωματική τους υγεία αντίστοιχα, με τους αριθμούς να φτάνουν στο 50% στο Βέλγιο (Γαλλική Κοινότητα) και στην Πορτογαλία. Η ψυχική υγεία αποτελεί επίσης πηγή ανησυχίας για έναν στους τρεις δασκάλους στο Βέλγιο (Φλαμανδική Κοινότητα), τη Βουλγαρία, τη Δανία, τη Γαλλία, τη Λετονία και το Ηνωμένο Βασίλειο (Αγγλία). Επιπλέον, τα δεδομένα αποκαλύπτουν ότι τρεις από τις τέσσερις κορυφαίες πηγές άγχους δεν συνδέονται άμεσα με τα βασικά καθήκοντα της

διδασκαλίας, αλλά μάλλον με τη διοικητική εργασία, την ευθύνη για τα επιτεύγματα των μαθητών και τις απαιτήσεις από τις αρχές (Ευρωπαϊκή Επιτροπή/ EACEA /Eurydice, 2021).

Η έκθεση Eurydice επισημαίνει περαιτέρω διάφορους συστημικούς και περιφερειακούς παράγοντες που σχετίζονται με τα αυξημένα επίπεδα άγχους των εκπαιδευτικών, οι οποίοι αντλήθηκαν από τα στοιχεία του TALIS 2018. Η πολύωρη εργασία, η εργασία με συμβάσεις αορίστου χρόνου παρά τη μεγαλύτερη εμπειρία, αλλά και η εργασία σε τάξεις που θεωρούνται διασπαστικές ή η έλλειψη αυτοπεποίθησης για τη διαχείριση της συμπεριφοράς των μαθητών ή την παρακίνηση των μαθητών σχετίζονται με υψηλά επίπεδα άγχους, όπως οι ίδιοι οι εκπαιδευτικοί αναφέρουν. Προστατευτικοί παράγοντες για το προσλαμβανόμενο εργασιακό άγχος είναι το συνεργατικό σχολικό περιβάλλον και η αίσθηση αυτονομίας στην εργασία τους (Ευρωπαϊκή Επιτροπή/ EACEA /Eurydice, 2021).

Η προφανής κρίση ψυχικής υγείας έχει διπλάσια επίδραση στους δασκάλους και τους εκπαιδευτές, καθώς αντιμετωπίζουν τα ζητήματα ψυχικής υγείας των μαθητών τους παράλληλα με τα δικά τους προσωπικά ζητήματα, χωρίς εκπαίδευση ή υποστήριξη. Είναι δίκαιο να αναρωτηθούμε: θα έπρεπε τα προβλήματα ψυχικής υγείας των μαθητών να πέφτουν στους ώμους των δασκάλων; Η απάντηση είναι και ναι και όχι. Ναι, οι δάσκαλοι και οι εκπαιδευτές, από τη φύση του επαγγέλματός τους, βρίσκονται στην πρώτη γραμμή της αξιολόγησης των θεμάτων ψυχικής υγείας, της δημιουργίας ενός ασφαλούς περιβάλλοντος, της παροχής προστατευτικών παραγόντων και της προσφοράς ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων χαμηλού επιπέδου. Όμως όχι, δεν πρέπει να το κάνουν χωρίς επαρκή συστημική υποστήριξη και επαρκή εκπαίδευση.

Υπάρχουν πολλά στοιχεία που αποδεικνύουν ότι τα προγράμματα ψυχικής υγείας με βάση το σχολείο είναι αποτελεσματικά, αλλά αντιμετωπίζουν εμπόδια εφαρμογής και φραγμούς σε διάφορα επίπεδα (Baghian et al., 2023· Eiraldi et al., 2015· Girio - Herrera et al., 2019). Για να επιτευχθεί μακροχρόνιο αποτέλεσμα, τα προγράμματα αυτά πρέπει να εφαρμοστούν σε μεγαλύτερη κλίμακα στο πλαίσιο μιας συστημικής αλλαγής από τους εκπαιδευτικούς φορείς. Πρέπει να τεθούν σε εφαρμογή δομικές αλλαγές για την ενίσχυση των προστατευτικών παραγόντων και τον μετριασμό των παραγόντων κινδύνου που σχετίζονται με τους ευρύτερους κοινωνικοοικονομικούς και περιφερειακούς παράγοντες που είναι καθοριστικοί για την ψυχική υγεία. Για να διευκολυνθούν καλύτερα αποτελέσματα ψυχικής υγείας για όλους, απαιτούνται

επενδύσεις για την εφαρμογή διαρθρωτικών και συστημικών αλλαγών. Η ευημερία των μαθητών δεν μπορεί να βασίζεται αποκλειστικά στον ενθουσιασμό των ατόμων μέσα σε ένα σχολείο.

Προκειμένου να εξετάσει τα τρέχοντα ζητήματα, η κοινοπραξία έργου AHEAD in VET πραγματοποίησε μια πανευρωπαϊκή έρευνα σχετικά με το θέμα της ψυχικής υγείας στην ΕΕΚ. Τα αποτελέσματα και οι συστάσεις θα παρουσιαστούν στο επόμενο κεφάλαιο.

3 Πανευρωπαϊκή έρευνα για την ψυχική υγεία σε οργανισμούς ΕΕΚ

Η συγχρονική μελέτη για την ψυχική υγεία στην εκπαίδευση στην ΕΕΚ διεξήχθη διαδικτυακά από την κοινοπραξία του έργου. Η έρευνα δημιουργήθηκε και διανεμήθηκε μέσω δικτύων ΕΕΚ, μέσων κοινωνικής δικτύωσης και καταλόγων αλληλογραφίας σε πέντε ευρωπαϊκές χώρες (Αυστρία, Κροατία, Ιταλία, Βέλγιο και Ελλάδα). Η έρευνα διεξήχθη σε δύο κύματα – το 1ο κύμα (Μάρτιος 2022, n=230) ήταν μέρος της προμελέτης για την εκτίμηση των αναγκών του έργου, ενώ το 2ο κύμα (Ιανουάριος έως Μάρτιος 2023) ήταν επέκταση της προμελέτης. Συνολικά, στη μελέτη συμμετείχαν 405 εκπαιδευτικοί και εκπαιδευτές ΕΕΚ. Επιπλέον, κάθε χώρα εταίρος πραγματοποίησε συνεντεύξεις σε βάθος με δύο εκπαιδευτικούς ή εκπαιδευτές ΕΕΚ. Οι συνεντεύξεις σε βάθος ήταν ημιδομημένες προσωπικές συνεντεύξεις. Σχεδόν το 60% των συμμετεχόντων ήταν 35 ετών και άνω. Το ένα τρίτο των συμμετεχόντων ήταν στην ηλικιακή ομάδα 18 έως 24 ετών. Η ηλικιακή κατανομή δείχνει ότι είχαμε έναν καλό συνδυασμό έμπειρων και νέων εκπαιδευτικών και εκπαιδευτών ΕΕΚ.

3.1 Ερωτήσεις έρευνας

Στη διαδικτυακή έρευνα, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να βαθμολογήσουν τις εμπειρίες τους σε 22 ερωτήσεις, οργανωμένες σε διάφορα θέματα:

1. Εντυπώσεις των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών σχετικά με τα προβλήματα ψυχικής υγείας των συμμετεχόντων στην εκπαίδευση.
2. Αξιολόγηση των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών σχετικά με τις ανάγκες και τις προσωπικές τους εμπειρίες στην αντιμετώπιση των προβλημάτων ψυχικής υγείας και τις υπάρχουσες δεξιότητες και γνώσεις.

3. Σημασία των θεμάτων ψυχικής υγείας στην εκπαίδευση στην ΕΕΚ
4. Απόψεις για την ψυχική υγεία στην κοινωνία

Διεξήχθησαν εις βάθος συνεντεύξεις με δασκάλους και εκπαιδευτές ΕΕΚ μετά τη διαδικτυακή έρευνα, οι οποίες βασίστηκαν στα ακόλουθα βασικά ερωτήματα:

1. Τα αποτελέσματα της διαδικτυακής μας έρευνας δείχνουν ότι οι μισοί εκπαιδευτικοί αντιλαμβάνονται σημαντική αύξηση των προβλημάτων ψυχικής υγείας μεταξύ των εκπαιδευομένων τους. Ποια είναι η εμπειρία σας σχετικά με το θέμα; (Εάν δεν συμμερίζετε την άποψη, γιατί πιστεύετε ότι τόσοι πολλοί δάσκαλοι και εκπαιδευτές πιστεύουν ότι υπάρχουν περισσότερα προβλήματα ψυχικής υγείας;)
2. Από όσο γνωρίζετε, ποιοι είναι οι πιθανοί λόγοι πίσω από την αύξηση των ζητημάτων ψυχικής υγείας στην εκπαίδευση;
3. Θα λέγατε ότι οι δάσκαλοι και οι εκπαιδευτές στην ΕΕΚ είναι επαρκώς εξοπλισμένοι για την αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας των μαθητών/εκπαιδευομένων τους; Τα αποτελέσματά μας δείχνουν ότι οι μισοί από αυτούς δεν αισθάνονται αρκετά εξοπλισμένοι από την προηγούμενη εκπαίδευσή τους.
4. Κατά τη γνώμη σας, τι πρέπει να αλλάξει όταν εξετάζονται θέματα ψυχικής υγείας στην ΕΕΚ και στην εκπαίδευση ενηλίκων;
5. Εάν επρόκειτο να συντάξετε μια δήλωση πολιτικής για το θέμα της ψυχικής υγείας στην ΕΕΚ, ποιες θα ήταν οι κύριες συστάσεις ή το μήνυμά σας;

3.2 Αποτελέσματα της μελέτης

Τα αποτελέσματα της διαδικτυακής έρευνας και των συνεντεύξεων σε βάθος προέκυψαν από έναν αρκετά μεγάλο αριθμό εκπαιδευτικών και εκπαιδευτών ΕΕΚ σε πέντε ευρωπαϊκές χώρες, αντιπροσωπευτικών όσον αφορά τα έτη εμπειρίας, σε σύγκριση με τα στοιχεία της έκθεσης Teachers in Europe της Eurostat για το 2015. Οι συμμετέχοντες δεν διέφεραν ως προς την κατανομή του φύλου, την ηλικία, την εργασιακή εμπειρία ή άλλες απαντήσεις με βάση τη χώρα προέλευσής τους. Ως εκ τούτου, θεωρούμε ότι αποκτήσαμε έγκυρες πληροφορίες σχετικά με την τρέχουσα κατάσταση των ζητημάτων ψυχικής υγείας στις ευρωπαϊκές σχολικές αίθουσες και τις

ανάγκες των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών για την αντιμετώπιση τέτοιων ζητημάτων.

Περίπου τα δύο τρίτα των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών πιστεύουν ότι ο αριθμός των συμμετεχόντων με προβλήματα ψυχικής υγείας (68,4%) και η σοβαρότητα των προβλημάτων (61,7%) έχουν αυξηθεί, γεγονός που είχε αρνητικό αντίκτυπο στη μεταφορά γνώσεων και δεξιοτήτων και στη συνακόλουθη τοποθέτηση στην αγορά εργασίας (71,5%).

Σχεδόν το 80% των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών πιστεύουν ότι θα γίνει πολύ ή σχετικά σημαντικό να αποστασιοποιηθούν από προβλήματα ψυχικής υγείας των μαθητών στο μέλλον και το 40% από αυτούς συχνά ή πολύ συχνά αισθάνονται αβοήθητοι απέναντι σε προβλήματα ψυχικής υγείας των μαθητών. Ένας στους δύο δασκάλους δεν αισθάνεται ότι έχει εκπαιδευτεί επαρκώς για να αντιμετωπίσει προβλήματα ψυχικής υγείας των μαθητών του.

Η πλειονότητα των συμμετεχόντων (90%) αντιλαμβάνεται ότι υπάρχει έλλειψη ευαισθητοποίησης σχετικά με θέματα ψυχικής υγείας στην ΕΕΚ και στην εκπαίδευση ενηλίκων. Είναι σχεδόν ομόφωνοι (90%) στο υψηλό ενδιαφέρον τους για τα θέματα της ψυχικής υγείας, καθώς πιστεύουν ότι θα γίνει αρκετά σημαντικό σύντομα και ως εκ τούτου θα πρέπει να συμπεριληφθεί στην εκπαίδευση των εκπαιδευτών.

Οι συμμετέχοντες συμφωνούν σε μεγάλους αριθμούς ότι οι εκπαιδευτικοί οργανισμοί ΕΕΚ έχουν υποχρέωση να ασχολούνται με θέματα ψυχικής υγείας των εκπαιδευομένων τους και πρέπει να καλύπτουν θέματα ψυχικής υγείας στα προγράμματα σπουδών. Η πλειοψηφία συμφωνεί απόλυτα ότι τα ιδρύματα ΕΕΚ θα πρέπει να παρέχουν στους δασκάλους και τους εκπαιδευτές βασικές γνώσεις και δεξιότητες, αλλά και να περιλαμβάνουν στους οργανισμούς τους πιο καταρτισμένους ειδικούς σε θέματα ψυχικής υγείας.

Οι μισοί από τους δασκάλους και τους εκπαιδευτές που συμμετείχαν στη μελέτη πιστεύουν ότι η αναζήτηση βοήθειας για την ψυχική υγεία εξακολουθεί να μην γίνεται αποδεκτή. Σχεδόν όλοι πιστεύουν (86%) ότι είναι δύσκολη η πρόσβαση σε βοήθεια από επαγγελματίες ειδικούς ψυχικής υγείας.

Οι πληροφορίες από τις συνεντεύξεις εις βάθος μας λένε ότι οι εκπαιδευτικοί αντιλαμβάνονται ότι υπάρχει μεγαλύτερη διαφάνεια σχετικά με τα θέματα ψυχικής υγείας (πιθανός λόγος για την παρατηρούμενη αύξηση), αλλά υπάρχει επίσης μεγάλη

πίεση για άμεσες λύσεις. Τα ζητήματα ψυχικής υγείας σχετίζονται με τις χρονικές περιόδους και η τρέχουσα περίοδος είναι πολύ δυσμενής για τα ζητήματα ψυχικής υγείας. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως και η δυνατότητα των ανθρώπων να μοιράζονται προσωπικές εμπειρίες με πολυάριθμους ανθρώπους αστραπιαία, έχουν δημιουργήσει χώρο για περισσότερη θετικότητα και αποδοχή, αλλά ταυτόχρονα δημιούργησαν την πίεση του να είναι κανείς διαρκώς προσιτός και ανοιχτός/ευάλωτος σε αρνητικά σχόλια. Ο ρυθμός της εμπειρίας έγινε συντομότερος και ασκεί περαιτέρω πίεση. Αρκετοί εκπαιδευτικοί τόνισαν ότι πάντα υπήρχαν ζητήματα ψυχικής υγείας, αλλά τα ίδια τα ζητήματα και το περιβάλλον έχουν αλλάξει αισθητά. Παρόλο που τα ζητήματα ψυχικής υγείας δεν αποτελούν καινοτομία, το αίσθημα γενικής αποθάρρυνσης και χαμηλής ψυχολογίας που συνοδεύεται από δυσκολίες συγκέντρωσης και βραχύτερο εύρος προσοχής είναι πρωτοφανές.

Οι εκπαιδευτές αναγνώρισαν αρκετούς κοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν την αύξηση των προβλημάτων ψυχικής υγείας μεταξύ των μαθητών, όπως την αλλαγή στη δομή της οικογένειας (γονείς που εργάζονται πολλές ώρες χωρίς χρόνο να είναι με τα παιδιά), το ευρύτερο περιφερειακό πλαίσιο όπως η ψηφιοποίηση, την παγκοσμιοποίηση, την πανδημία αλλά και παράγοντες που σχετίζονται με το εκπαιδευτικό σύστημα, όπως την υπερφόρτωση του ακαδημαϊκού προγράμματος/προγράμματος σπουδών (υπερπληθώρα μαθησιακού υλικού, σύστημα εστιασμένο στα εκπαιδευτικά αποτελέσματα, καθόλου ή ελάχιστο χρόνος για τη δημιουργία σχέσης μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή).

Εκπαιδευτικοί από πέντε ευρωπαϊκές χώρες συμφωνούν στο σύνολό τους ότι οι εκπαιδευτικοί γενικά δεν αποκτούν αρκετές γνώσεις και δεξιότητες για την αντιμετώπιση θεμάτων ψυχικής υγείας των μαθητών κατά την εκπαίδευσή τους. Οποιαδήποτε περαιτέρω επιμόρφωση συνήθως δεν υποστηρίζεται από το εκπαιδευτικό σύστημα και η απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων επαφίεται στις ατομικές προσπάθειες και πόρους.

Οι συμμετέχοντες δήλωσαν ότι απαιτείται επίσημη πολιτική από τα εκπαιδευτικά ιδρύματα για την παροχή πόρων, τόσο οικονομικών όσο και χρονικών, για την ολοκλήρωση της κατάρτισης σχετικά με την ψυχική υγεία των μαθητών. Εάν αυτοί λείπουν, δεν θα είναι ποτέ δυνατή η ευρεία υιοθέτηση της κατάρτισης σε θέματα ψυχικής υγείας από τους εκπαιδευτικούς.

Περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τη μεθοδολογία και τα αποτελέσματα της μελέτης μπορείτε να βρείτε στην ενότητα «Παράρτημα».

4 Συμπεράσματα και Προτάσεις

Κρίση ψυχικής υγείας στην ΕΕΚ

Τα αποτελέσματα της έρευνας και των συνεντεύξεων συνηγορούν αδιαμφισβήτητα υπέρ της υφιστάμενης κρίσης ψυχικής υγείας στο σύστημα επαγγελματικής εκπαίδευσης. Οι λόγοι πίσω από αυτό είναι πολλαπλοί, όπως η οικογενειακή κρίση και τα περιφερειακά ζητήματα όπως η μετανάστευση, οι πόλεμοι, η πανδημία, αλλά και η ψηφιοποίηση και η επιρροή των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Τα ζητήματα ψυχικής υγείας δεν αποτελούν καινοτομία, αλλά οι παγκόσμιες αλλαγές, συμπεριλαμβανομένης της ανάγκης για ένα εργατικό δυναμικό με γνώσεις, αυξάνουν ανησυχητικά την πίεση σε όλους τους εμπλεκόμενους στο σύστημα επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης. Η εμφανής κρίση ψυχικής υγείας έχει διπλή επίπτωση στους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές, καθώς καλούνται να αντιμετωπίσουν τα θέματα ψυχικής υγείας των εκπαιδευομένων τους, παράλληλα με τα δικά τους προσωπικά θέματα, χωρίς να λαμβάνουν εκπαίδευση ή υποστήριξη. Ένας στους δύο εκπαιδευτικούς ΕΕΚ στην Ευρώπη θεωρεί ότι δεν έχει λάβει κατάλληλη κατάρτιση για την αντιμετώπιση θεμάτων ψυχικής υγείας.

Υπάρχει ανάγκη υποστήριξης των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων για την αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας, μέσω:

- συστηματικών εκπαιδευτικών προγραμμάτων
- σχολικών πολιτικών χωρίς αποκλεισμούς, οι οποίες πρέπει να περιορίσουν, μέχρι να εξαλειφθούν, το στίγμα και τις διακρίσεις
- δράσεων ευαισθητοποίησης για διάφορα είδη θεμάτων ψυχικής υγείας

Χρειάζεται έγκαιρη παρέμβαση

Η παρέμβαση για την ψυχική υγεία πρέπει να ξεκινά νωρίς στην εκπαίδευση, επομένως τα ιδρύματα πρέπει να διασφαλίσουν ότι οι δάσκαλοι και οι εκπαιδευτές έχουν τις κατάλληλες γνώσεις και δεξιότητες για να αντιμετωπίσουν τα θέματα ψυχικής υγείας όσο το δυνατόν νωρίτερα. Αυτή τη στιγμή, οι δάσκαλοι και οι εκπαιδευτές στην

ΕΕΚ αισθάνονται ότι δεν έχουν εκπαιδευτεί αρκετά καλά στην αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας στις τάξεις.

Η καλύτερη εκπαίδευση και κατανόηση της ψυχικής υγείας μεταξύ των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτών αυξάνει τις ικανότητές τους σε ατομικό επίπεδο, αλλά και δημιουργεί ένα καλύτερο σχολικό περιβάλλον ως ένα μάλλον σημαντικό παράγοντα που σχετίζεται με την ψυχική υγεία όλων όσοι εμπλέκονται στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Ισορροπία φόρτου εργασίας

Σήμερα είναι επίσης απαραίτητο να μην υπερφορτώνουμε τους εκπαιδευτικούς, οι οποίοι εκτός από το έργο τους, ακριβώς επειδή δεν υποστηρίζονται επαρκώς, βιώνουν μια αύξηση της πολυπλοκότητας της εργασίας τους, η οποία δεν είναι πλέον διαχειρίσιμη. Η αδυσώπητη πίεση μπορεί να αναγκάσει τους εκπαιδευτικούς/εκπαιδευτές να εγκαταλείψουν το επάγγελμά τους ή να αποτρέψουν τους μελλοντικούς επαγγελματίες από το να εξετάσουν το ενδεχόμενο αυτής της γραμμής εργασίας.

Τα ενδιαφερόμενα μέρη στα εκπαιδευτικά συστήματα σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο θα πρέπει να λάβουν υπόψη ότι υπάρχει επείγουσα ανάγκη για μια πολιτική στην εκπαίδευση που θα περιλαμβάνει:

- ελάφρυνση των προγραμμάτων σπουδών, όσον αφορά τη μεταφορά της ποσότητας γνώσεων και πληροφοριών, για να επιτραπεί πιο ποιοτική αλληλεπίδραση που θα προωθήσει τις σχέσεις μεταξύ εκπαιδευτικών και μαθητών,
- ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στην κατάρτιση των εκπαιδευτικών,
- λήψη μέτρων για τη βελτίωση της φροντίδας και της αυτοφροντίδας των εκπαιδευτικών,
- δημιουργία και διατήρηση προσβάσιμων υπηρεσιών ψυχικής υγείας, τόσο για μαθητές, όσο και για εκπαιδευτικούς.

Η εκπαίδευση έχει γίνει όλο και πιο σημαντική στη σημερινή επαγγελματική ζωή. Οι καλά καταρτισμένοι επαγγελματίες εργαζόμενοι αποτελούν αναγκαιότητα και έχουν μεγάλη αξία για την κοινωνία. Οι εκπαιδευτικοί και οι εκπαιδευτές είναι ο πιο κρίσιμος πόρος στην εκπαιδευτική διαδικασία των νέων και των μελλοντικών εργαζομένων.

Διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη δημιουργία ευκαιριών μάθησης, στην παρακίνηση των εκπαιδευομένων και στην προώθηση του δυναμικού τους. Επιπλέον, φροντίζουν για την ευημερία των παιδιών και των νέων ενηλίκων.

Οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής στον τομέα της εκπαίδευσης θα πρέπει να στηρίζουν τους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές στην αντιμετώπιση των προβλημάτων ψυχικής υγείας των μαθητών τους, καθώς τα εκπαιδευτικά συστήματα μπορούν να αποτελέσουν προστατευτικό παράγοντα ή παράγοντα κινδύνου για την περαιτέρω ανάπτυξη προβλημάτων ψυχικής υγείας. Οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής θα πρέπει να αναπτύξουν βιώσιμες αλλαγές σε συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς και τους εκπαιδευτές, τους μαθητές και τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Τα θέματα ψυχικής υγείας δεν είναι μόνο προσωπικός αγώνας, αλλά ευθύνη της ευρύτερης κοινότητας, συμπεριλαμβανομένων των εκπαιδευτικών συστημάτων.

5 Βιβλιογραφία

- Ajduković, D., Rezo Bagarić, I., Bakić, H., Stevanović, A., Frančičković, T., & Ajduković, M. (2021). Mental health status and risk factors during Covid-19 pandemic in the Croatia's adult population. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1984050.
<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1984050>
- Association for Children's Mental health. School problems. Available from:
<https://www.acmh-mi.org/get-help/navigating/problems-at-school/>
- Baghian, N., Shati, M., Akbari Sari, A., Eftekhari, A., Rasolnezhad, A., Nanaei, F., & Ahmadi, B. (2023). Barriers to Mental and Social Health Programs in Schools: A Qualitative Study. *Iranian Journal of Psychiatry*, 18(2), 97–107.
<https://doi.org/10.18502/ijps.v18i2.12360>
- Eiraldi, R., Wolk, C. B., Locke, J., & Beidas, R. (2015). Clearing Hurdles: The Challenges of Implementation of Mental Health Evidence-Based Practices in Under-resourced Schools. *Advances in School Mental health Promotion*, 8(3), 124–145. <https://doi.org/10.1080/1754730X.2015.1037848>
- European Commission/EACEA/Eurydice, 2021. *Teachers in Europe: Careers, Development and Well-being. Eurydice report*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- GBD 2016 Causes of Death Collaborators (2017). Global, regional, and national age-sex specific mortality for 264 causes of death, 1980-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet* (London, England), 390(10100), 1151–1210. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32152-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32152-9)
- Evans, T.M., Bira, J., Beltran Gatelum, J., Weiss, L.T., & Vanderford, N.L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature Biotechnology*, 36(3); 282-284.
- Girio-Herrera, E., Ehrlich, C. J., Danzi, B. A., & La Greca, A. M. (2019). Lessons Learned About Barriers to Implementing School-Based Interventions for Adolescents: Ideas for Enhancing Future Research and Clinical Projects. *Cognitive and Behavioral Practice*, 26(3), 466–477.
<https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2018.11.004>

- Jurewicz, I. (2015). Mental health in young adults and adolescents - supporting general physicians to provide holistic care. *Clinical medicine* (London, England), 15(2), 151–154. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.15-2-151>.
- Jüttler, A., Schumann, S., Neuenschwander, M.P. et al. (2021). General or Vocational Education? The Role of Vocational Interests in Educational Decisions at the End of Compulsory School in Switzerland. *Vocations and Learning* 14, 115–145. <https://doi.org/10.1007/s12186-020-09256-y>
- Kessler, R. C., Amminger, G. P., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Lee, S., & Ustün, T. B. (2007). Age of onset of mental disorders: a review of recent literature. *Current opinion in psychiatry*, 20(4), 359–364. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e32816ebc8c>
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O., et al. (2011). Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action. *Lancet*, 378;1515–25. doi: 10.1016/S0140-6736(11) 60827-1.
- Malta Medical Students Association (2017). Policy paper on mental health. https://issuu.com/mmsa/docs/mental_health_final
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Division of Behavioral and Social Sciences and Education; Board on Children, Youth, and Families; Committee on Fostering Healthy Mental, Emotional, and Behavioral Development Among Children and Youth. Fostering Healthy Mental, Emotional, and Behavioral Development in Children and Youth: A National Agenda. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019 Sep 11. 6, Policy Strategies. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK551833/>
- Office of the Surgeon General (OSG). Protecting Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General’s Advisory [Internet]. Washington (DC): US Department of Health and Human Services; 2021. WE CAN TAKE ACTION. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK575986/>
- WHO. Mental Health (fact sheets). 2022. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gclid=Cj0KCQjwpc-oBhCGARIsAH6ote_QCPrt9wa87RyTmL1tFaYXj7LZ5nQCWKuGKJaQ6-8-TD1mYy-SgHAaAjz1EALw_wcB

Wille, N., Bettge, S., Ravens-Sieberer, U. et al. (2008). Risk and protective factors for children's and adolescents' mental health: results of the BELLA study. *European Child & Adolescence Psychiatry*, 17(Suppl 1), 133–147.

<https://doi.org/10.1007/s00787-008-1015-y>

Youth Forum Jeunesse (2008). Policy paper on the health and well being of young people. Available from: https://tools.youthforum.org/policy-library/wp-content/uploads/2021/04/0741-08_FINAL_Health_Well-being.pdf

Zhou, W., Ouyang, F., Nergui, O. E., Bangura, J. B., Acheampong, K., Massey, I. Y., & Xiao, S. (2020). Child and Adolescent Mental Health Policy in Low- and Middle-Income Countries: Challenges and Lessons for Policy Development and Implementation. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 150.

<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00150>



AHEAD inVET

mentAI HEalth AmbassaDors
in VET institutions




Co-funded by
the European Union

 www.aheadinvet.com



 [/aheadinvet/](https://www.instagram.com/aheadinvet/)



 [/profile.php?id=100089631393898](https://www.facebook.com/profile.php?id=100089631393898)



 [/company/ahead-invet/](https://www.linkedin.com/company/ahead-invet/)



 [/AheadInvet](https://twitter.com/AheadInvet)



Project number: 2022-1-A101-KA220-VET-00088070

