



Dofinansowane przez  
Unię Europejską



## NOTATKA PRASOWA

Wrzesień 2024

# Uruchomienie e-platformy AWARE wspierającej zdrowie psychiczne w szkolnictwie wyższym

Z przyjemnością ogłaszamy oficjalne uruchomienie e-platformy AWARE, kompleksowego zasobu online mającego na celu wspieranie specjalistów szkolnictwa wyższego w podnoszeniu świadomości na temat zdrowia psychicznego oraz radzeniu sobie z lękiem w instytucjach akademickich. Opracowana w odpowiedzi na wyzwania związane ze zdrowiem psychicznym, które nasiliły się w trakcie pandemii COVID-19, platforma jest teraz w pełni dostępna w języku polskim, angielskim, greckim i hiszpańskim.

E-Platforma AWARE ma na celu wyposażenie pracowników szkolnictwa wyższego w wiedzę, umiejętności i narzędzia niezbędne do tworzenia wspierających i integracyjnych środowisk uczenia się. Platforma obejmuje pięć kluczowych modułów e-learningowych, które obejmują następujące tematy:

- **Podnoszenie świadomości na temat zdrowia psychicznego na uczelniach wyższych**
- **Rozpoznawanie i radzenie sobie z lękiem**
- **Umiejętności i strategie radzenia sobie z lękiem**
- **Profesjonalna samoopieka w miejscu pracy**
- **Tworzenie wspierającego środowiska w procesie nauczania**

Platforma zachęca pracowników szkolnictwa wyższego do angażowania się w rozmowy na temat zdrowia psychicznego, rozpoznawania objawów lęku zarówno u studentów, jak i pracowników, a także wdrażania strategii samoopieki i budowania odporności.

E-Platforma AWARE jest skierowana do specjalistów szkolnictwa wyższego, w tym nauczycieli, administratorów i doradców, którzy chcą zwiększyć swoje umiejętności w zakresie wspierania zdrowia psychicznego w środowisku akademickim. Każdy moduł jest dostępny bezpłatnie i można go ukończyć w ciągu 30 do 90 minut, oferując elastyczne możliwości uczenia się dla zapracowanych profesjonalistów.

**Odwiedź e-platformę AWARE: <https://aware-mooc.eu/>**

Finansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są wyłącznie poglądami autora (autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej lub Narodowej Agencji. Ani Unia Europejska, ani grantodawca nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

