

A Debreceni Egyetem Mentálhigiénés és Esélyegyenlőségi Központ (DEMEK) tevékenysége (Szabó Edit és Berényi András)

I. A DEMEK-ről bővebben:

Indulás

Az egyetem vezetősége 2001. október 7- i ülésén döntött az országban egyedülálló Mentálhigiénés Program beindításáról.

A Debreceni Egyetem Mentálhigiénés Program célja átfogó, lelki egészségmegőrző és - fejlesztő modell kialakítása és működtetése.

A DEMEK küldetése

A Debreceni Egyetem hallgatóinak az életvezetési nehézségeiben való támogatás és a jövő értelmiségének mentálhigiénés szemléletformálása valamint a speciális oktatási igényű hallgatók számára segítő szolgáltatások szervezése és nyújtása illetve a dolgozók számára az esélyegyenlőség biztosításának előmozdítása.

Debreceni szolgáltatási modell

A Debreceni Egyetem együttműködési szerződést kötött a Lelkierő Fiatalon a fiatalokért Egyesülettel.

Az egyetem biztosítja a tárgyi feltételeket, míg az egyesület a működési költségeket.

A Mentálhigiénés Program szolgáltatásai:

Mentálhigiénés konzultációs szolgálat

A szolgáltatást a hallgatók a hét minden munkanapján személyesen vagy telefonon is megkereshetik. Az alábbi problémákkal jelentkeztek a hallgatók:

1. önismereti-életvezetési gondok
2. tanulási nehézségek
3. párkapcsolati problémák
4. addiktológiai problémák
5. kapcsolatteremtési nehézségek

**A konzultáción részt vett hallgatók kari megoszlása
(2012. július 1.-2013. június 30.)**

Karok megnevezése	Fő
Allam- és Jogtudományi Kar	6 fő
Általános Orvosi Kar	7 fő
Bölcsész tudományi Kar	33 fő
Fogorvostudományi Kar	1 fő
Gazdálkodástudományi és Vidékfejlesztési Kar	2 fő
Gyermekeknevelési és Felnőttképzési Kar	2 fő
Informatikai Kar	5 fő
Közgazdaság- és Gazdaságtudományi Kar	1 fő
Mezőgazdaság-, Élelmiszertudományi és Környezetgazdálkodási Kar	4 fő
Műszaki Kar	7 fő
Népegészségügyi Kar	1 fő
Természettudományi és Technológiai Kar	25 fő
Zeneművészeti Kar	4 fő
Összesen	98 fő

Szabadon választható modulok

- „Speciális szükséglet vagy fogyatékoság?”
- „Álláskeresési ismeretek”
- „Stressz és konfliktuskezelő tréning”
- Együtt vagy külön?! avagy a család, a házasság, a párkapcsolat jelene és jövője Az önkéntesség vagy társadalmi elvárás?
- A társadalom peremén - Társadalmi jelenségek elemzése film alkotások tükrében (Mentálhigiénés Filmklub)

Kapcsolattartás a hallgatókkal

- Fórum tartása
- Plakátok
- Egyetemi Élet
- Szórólapok

- Médiákban való szereplés
- Neptun rendszer
- Honlap (www.lelkiero.unideb.hu vagy www.facebook.com/demekdebrecen)
- Esélyegyenlőségi napok szervezése

Szemléletformálás módszerei

- Konferencia szervezés
- Mentálhigiénés Egyetemi Napok szervezése
- Részvétel fesztiválokon, ifjúsági rendezvényeken
- Kutatók éjszakája program

II. Mentorszolgáltatás a Debreceni Egyetemen

I. Életvezetési és speciális preventív szolgáltatások és tanácsadások

Komplex Bio-Pszicho-Szociális Tanácsadás

II. Érzékenyítő tréningek

Inkluzív nevelés – attitűdformálás

Cél, hogy a felsőoktatási intézmények oktatói, a kari koordinátorok, a tanulmányi osztályok munkatársai attitűdjeikben elfogadóbbá váljanak a sérült vagy másság jegyeit hordozó, hátrányos helyzetű emberekkel, problémáikkal, nehézségeikkel kapcsolatban, segítve ezen fiatalok integrálását, befogadását a felsőoktatásba, ezáltal biztosítva a fogyatékossgal élők esélyegyenlőségét.

III. Esélyháló Mentor Hálózat

Legfontosabb cél a Debreceni Egyetemen tanuló fogyatékossgal élő és hátrányos helyzetű fiatalok esélyegyenlőtlenségének csökkentése, beilleszkedésük megkönnyítése, lemorzsolódásuk veszélyének csökkentése.

A mentorált hallgatókat kari mentor támogatja tanulmányaik alatt.

Lehetőséget ad a közösségi munka iránti elkötelezettség és a felelősségvállalásra való képességek kialakulására, fejlesztésére.

A személyes kompetenciák és skillek fejlesztésével a programban résztvevők munkaerő-piaci esélyeinek növelése.

III. Kortárs segítség a Debreceni Egyetemen

Mit tehetünk? Hogyan segíthetünk?

Hotel Mentál Kortárs Segítő Csoport

- *Kikből áll a csoport?*
 - A Hotel Mentál Kortárs Segítő Csoportját pszichológia szakos hallgatók alkotják.
- *Mi a feladatunk?*
 - Segíteni kortársainknak minden olyan problémában, gondban, kérdésben, amiben tudunk, kompetensek vagyunk.
- *Miben tudunk segíteni? Hogyan?*
 - Bármiben, hiszen már csak az is segítség lehet, ha meghallgatjuk a problémákat, kérdéseket és megpróbálunk számunkra is elfogadható választ adni rá.
- *Mit csinálunk még?*
 - Részt veszünk olyan programokon, ahol bemutathatjuk magunkat és a DEMEK-et egyaránt, hozzájárulva ezzel, hogy jobban megismerjenek minket és a Központban elérhető szolgáltatásokat. (ÉPEN, Egészség Expo, MEN, Külügyi Börze, Gólyatábor, Identity)
 - Happy-net
- *Nekünk ki segít?*

Munkánkat két pszichológus segíti, akik közös megbeszéléseink során válaszolnak kérdéseinkre, támogatnak bennünket, hogy minél kompetensebbnek érezhessük magunkat.

- *Mi az én motivációm?*

Hogy segítsek, tapasztalatot szerezzek, csoporthoz tartozzak.

- *Mit tehetnénk még?*

Több reklám, odafigyelés a környezetre, igényekre

- *Hogyan tartjuk össze a csoportot?*

Igyekszünk minél több időt együtt tölteni, nem csak képzések és szupervíziók, de csapatépítő játékok során is!

- *Hol tudsz minket elérni?*

Megtalálhatóak vagyunk a www.lelkiero.unideb.hu oldalon a Hotel Mentál fül alatt. E-mail-es egyeztetés után személyesen találkozunk a DEMEK-ben, vagy a Kossuth Lajos Kollégium I. épületében a tanulóban.

- *Miért jó annak, aki megkeres minket?*

Elbeszélgethet az őt foglalkoztató kérdésekről, problémákról olyan emberekkel, kortársakkal, akik ugyanezt élték/élik át, egy korosztályhoz tartoznak, így könnyebben fordulnak hozzájuk.

- *Milyen felületeken jelenünk meg?*
 - ✓ Egyetemi Élet c. folyóirat
 - ✓ www.lelkiero.unideb.hu; www.happy-net.hu
 - ✓ www.facebook.com/demekdebrecen
 - ✓ Neptun
 - ✓ Hirdetőtáblák
- *Hogyan javíthatnánk a népszerűségen? Mit tegyünk, hogy megkeressenek minket a hallgatók?*
 - ✓ Csoportos programok tartása, amik összekovácsolják az embereket, akik peremhelyzetben vannak
 - ✓ Még több reklám...
- *Milyen programokat, szolgáltatásokat ajánlunk még a hallgatók számára?*
 - ✓ Mentálhigiénés Konzultációs Szolgálat
 - ✓ Hotel Mentál Kortárs Segítő Csoport
 - ✓ Író Társak Klubja
 - ✓ Együtt vagy külön?! – Párkapcsolati Szabadegyetem
 - ✓ Mozgó Társ Buli Segély Szolgálat
 - ✓ Happy-net
 - ✓ Identity
 - ✓ Mentálhigiénés Egyetemi Napok, ÉPEN, Egészség Expo, Külügyi Börze, Gólyatábor

IV. Támpont Támogató Szolgálat

- Célja, küldetése, hogy saját otthonában, lakókörnyezetében segítse a fogyatékkal élő fiatalok önálló életvitelét személyi segítség keretein belül, valamint segítse őket mobilitásukban, a társadalmi életben való aktív részvételben szállító szolgálat működtetésével; információt szolgáltatson a fogyatékkal élőket érintő szolgáltatásokról, jogszabályokról, intézményekről.
- A Debreceni Egyetemen tanuló speciális szükségletű hallgatókat, aki

- látásukban
- mozgásukban
- hallásukban
- kommunikációjukban korlátozottak (diszlexia, diszgráfia, diszkalkúlia, beszédzavar)
- akiknél autizmust diagnosztizáltak.

A Támpont szolgáltatásai

- Mentálhigiénés, pszichológiai, szociális és egészségügyi szolgáltatásokról információadás
- Személyszállítás: az igényeknek megfelelően személyszállítással biztosítja a sérültek számára a közszolgáltatásokhoz, az egészségügyi, szociális ellátásokhoz való hozzájutást.
- Fénymásolás, nyomtatás, spirálozás, scannelés, CD írás
- Tanulást segítő eszközök kölcsönzése (laptop, USB, diktafon, speciális egér, akkumulátorok...)

V. Mozgó-társ Buli Segély Szolgálat

Mi is a Mozgó-társ szolgáltatás?

- Szórakozóhelyeken, nyári fesztiválokon (ahol a fiatalok nagyobb csoportja van jelen egyidejűleg) nyújtott szolgáltatás a felmerülő, elsősorban közérzeti, pszichológiai problémák megfelelő kezelésére.
- Ebben a programban részben a kiképzett kortárssegítők a hallgatók számára szervezett szabadidős programokon információs standot működtetnek.

Feladataink:

- Személyes elbeszélgetés
- Információadás a Mentálhigiénés Program szolgáltatásairól
- Szóróanyagok eljuttatása
- Tájékoztató kiadványok terjesztése
- Kérdőívek, tesztek kitöltetése a legális, illegális drogokkal és a mentálhigiénés ismeretekkel kapcsolatban és csekély ajándékok adása az együttműködő fiataloknak, diáktársaknak.
- Vitaminok biztosítása

- A jelenlévők figyelmének felhívása a biztonságos szórakozóhelyek által nyújtott szolgáltatásokra (folyadék biztosítása, hűtőszoba)
- Elsősegélynyújtás, stb.

A Mozgó-társ szolgáltatás célja

- Elsődleges célja annak megvalósítása, hogy a táncos szórakozóhelyeken kikapcsolódni vágyó fiatalok biztonságos körülmények között tölthessék szabadidejüket.
- Kapcsolatfelvétel az együttműködő partnerekkel, diákokkal
- Kapcsolatteremtés, a különböző problémákkal küzdő fiatalokkal és a fiatalok problémáiban segítségadás.
- A szolgálat minél szélesebb körű propagálása
- Szükség esetén a probléma természetétől függően megfelelő szakintézményekhez, szakemberekhez irányítása a fiataloknak.
- A kortárs segítők bevonása a program megvalósításában.

Forgalmi adatok (2012. július1.-2013.június 30.)

Információs tesztkitöltés	655 fő
Segítő beszélgetés	139 fő
Segítség nyújtás rosszullet esetén	86 fő
Információadás a szolgáltatásokról	185 fő
Összesen	1065 fő

Jelen vagyunk:

- Lovarda
- Egyetemi diáknapok
- Gólyatáborok
- Aktuális hallgatói rendezvények

Debrecen, 2014. január 20.