

ΜΟΝΑΔΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΕΥΠΑΘΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Τριμηνιαίο Ενημερωτικό Δελτίο

ΜΙΑ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΤΗΣ ΜΥΦΕΟ

Δημήτριος Πνευματικός, Επιστημονικά Υπεύθυνος

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Μια ποσοτική αποτίμηση
του έργου της
ΜΥΦΕΟ.....Σελ. 1

Ο Carl Jung για το νόημα
της
ζωής.....Σελ.3

Επερχόμενες
Δράσεις.....Σελ.5

Πιο συχνά διατυπωμένες
Ε&Α για τις υποτροφίες
Στέγης της ΜΥΦΕΟ.....Σελ.6

Επικοινωνία.....Σελ.6

Η Μονάδα Υποστήριξης Φοιτητών Ευπαθών Ομάδων (ΜΥΦΕΟ) του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας στην πρώτη φάση λειτουργίας της χρηματοδοτείται από το ΕΣΠΑ 2014-2020, μέσω της Πράξης «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (ΜΙΣ 5051039)». Αποστολή της ΜΥΦΕΟ είναι η επίτευξη στην πράξη της ισότιμης πρόσβασης στις ακαδημαϊκές σπουδές των φοιτητών και φοιτητριών με διαφορετικές ικανότητες, απαιτήσεις, και ανάγκες μέσω της παροχής προσαρμογών στο περιβάλλον, υπηρεσιών πρόσβασης, συμβουλευτικών υπηρεσιών και οικονομικών ενισχύσεων.

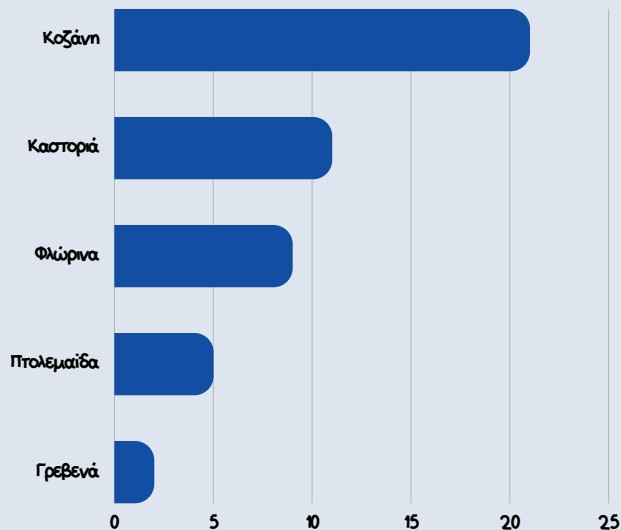
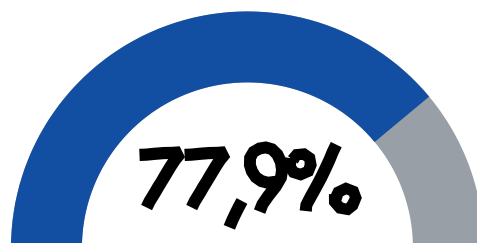
Σε αυτό το τριμηνιαίο δελτίο και έχοντας συμπληρώσει 19 μήνες από την έναρξη των εργασιών της Μονάδας σας παραθέτουμε μερικά αριθμητικά στοιχεία για την λειτουργία και το έργο της ΜΥΦΕΟ.



Η Δομή Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης μεταξύ Αυγούστου 2020 και Δεκεμβρίου 2021 εξυπηρέτησε συνολικά 529 άτομα.

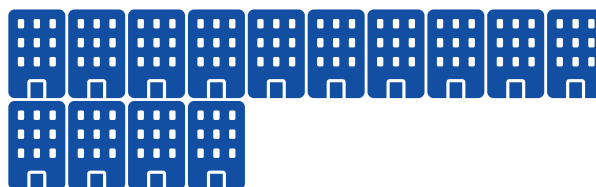
Το 51.8% του συνόλου των ωφελούμενων της Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης της ΜΥΦΕΟ έλαβαν υπηρεσίες μέσα από θεραπευτικές ομάδες και βιωματικά εργαστήρια.

Το 77.9% του συνόλου των ωφελούμενων της Δομής Ψυχολογικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης της ΜΥΦΕΟ είναι γυναίκες.



Η ΜΥΦΕΟ για το ακαδημαϊκό έτος 2020-2021 χορήγησε συνολικά 48 Υποτροφίες Στέγης για τον φοιτητικό πληθυσμό του ΠΔΜ. Η κατανομή τους ανά πόλη αποτυπώνεται στο γράφημα αριστερά.

Ο πολιτικός μηχανικός της ΜΥΦΕΟ αξιολόγησε ως προς την προσβασιμότητα των υποδομών του ΠΔΜ, 14 κτίρια σε Γρεβενά, Καστοριά, Κοζάνη και Φλώρινα. Σε αναμονή είναι η υλοποίηση παρεμβάσεων από την τεχνική υπηρεσία του Ιδρύματος.

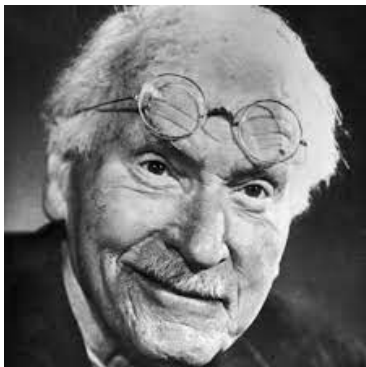


Ο CARL JUNG ΓΙΑ ΤΟ ΝΟΗΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

Της Μαρίας Τουρτουριδου, Ψυχολόγου

Η ύπαρξη μας σε αυτή τη ζωή δεν αποτέλεσε προσωπική μας επιλογή. Μεγαλώνοντας αποκτάμε επίγνωση του εαυτού μας και του κόσμου γύρω μας και φτάνοντας, λοιπόν, σε κάποιον βαθμό συνειδητότητας καλούμαστε να πάρουμε αποφάσεις για τη ζωή μας και την διαχείριση του χρόνου που μας έχει δοθεί.

Ο Carl Jung, Ελβετός ψυχίατρος και ψυχαναλυτής, ο οποίος μελέτησε σε βάθος όλες τις πτυχές της ανθρώπινης προσωπικότητας, παραθέτει στο μεγάλο έργο του βαθιές και πολύπλοκες σκέψεις, οι οποίες αφορούν το νόημα της ζωής και την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου.



Ο κάθε άνθρωπος έχει ένα τεράστιο δυναμικό προς εκπλήρωση. Φιλοδοξίες, κίνητρα, επιθυμίες αλλά και την ευθύνη της προσωπικής του επιλογής για την εκπλήρωση τους. Σύμφωνα με τον Carl Jung, πρωταρχικός σκοπός της ανθρώπινης ύπαρξης είναι η πλήρης αποδοχή του εαυτού μας και εκεί βρίσκεται η βάση που θα μας οδηγήσει στην νοηματοδότηση της ζωής.

Για να βρούμε το προσωπικό μας νόημα είναι σημαντικό να κατακτήσουμε κάποιον βαθμό αυτογνωσίας, να εντοπίσουμε τις πραγματικές μας επιθυμίες και να επιλέξουμε τον τρόπο, με τον οποίο θα πορευτούμε προς αυτές. Το να ρίξουμε φως στη σκιά της ύπαρξης μας, σημαίνει να φέρουμε στην επιφάνεια καταπιεσμένα και επώδυνα συναισθήματα, απωθημένες μνήμες και ανεξερευνήτα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας μας, τότε μέσω της συνειδητοποίησης και της αποδοχής μπορούμε να οδηγηθούμε στην αυτοπραγμάτωση.



Στις σύγχρονες κοινωνίες, όπου δεσπόζει ο υλισμός, στρεφόμαστε ευκολότερα στην ικανοποίηση επιφανειακών αναγκών, όπως το κυνήγι του κέρδους και η κατοχή υλικών αγαθών και απομακρυνόμαστε από την εσωτερικές μας ανάγκες και τον πραγματικό μας εαυτό. Αυτές τις συμπεριφορές, ο Jung, τις χαρακτήρισε ως μάταιες και υποστήριξε πως συμβάλλουν στην εμφάνιση ψυχοπαθολογίας. Όσο περισσότερο είναι στραμμένη η προσοχή μας σε λάθος στόχους, τόσο λιγότερη σημασία δίνουμε σε ότι είναι ουσιαστικό, με αποτέλεσμα να μην βιώνουμε ικανοποίηση σε πολλές πτυχές της ζωής μας. Για τον Jung, ο άνθρωπος, ο οποίος ζει μια ζωή με νόημα, είναι αυτός που έχει μια διαμορφωμένη συνείδηση και γνώση των αξιών που αποτελούν συστατικά στοιχεία της προσωπικότητας του. Ειδικότερα, ο άνθρωπος, ο οποίος ζει μια ζωή με νόημα είναι ανοιχτός σε ρίσκο και προκλήσεις, γνωρίζοντας την σημασία της ύπαρξής του και πως υπάρχει κάτι σημαντικότερο στη ζωή από την εγωιστική ικανοποίηση.

Το φάρμακο για την συναισθηματική πτώση, την απόγνωση και το αίσθημα του κενού είναι να βρούμε έναν σκοπό, μια ελπίδα και το προσωπικό μας νόημα. Ο καθένας μας το διαμορφώνει σύμφωνα με την δική του μοναδική ιστορία και προσωπικότητα. Η ζωή ζητά από εμάς να της δώσουμε νόημα και για να το πετύχουμε αυτό, σύμφωνα με τον Jung, χρειαζόμαστε εσωτερική ισορροπία και αυθεντικότητα, χαρακτηριστικά που συμβάλλουν στην ικανότητα του ατόμου για χαρά, ικανοποίηση και ευτυχία.



ΕΠΕΡΧΟΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Κοζάνη



Ομάδα Διερεύνησης Αναγκών Φοιτητών/τριών που Βρίσκονται στο Φάσμα του Αυτισμού

Έναρξη: Πέμπτη 24/2/2022, 12.00 – 13.00 μ.μ.

Σημείο Συνάντησης: Διαδικτυακά μέσω zoom (για όλο τον φοιτητικό πληθυσμό του ΠΔΜ)

Σταθερή Θεραπευτική ομάδα:

Έναρξη: Πέμπτη 17/2/2022, 15.00 – 17.00 μ.μ.

Σημείο Συνάντησης: Πάρκο Αγ. Δημητρίου, 1ος όροφος.



Πτολεμαίδα

Σταθερή Εβδομαδιαία Ομάδα Προσωπικής Ανάπτυξης σε συνεργασία με το κέντρο πρόληψης των εξαρτήσεων και προαγωγής της ψυχοκοινωνικής υγείας Π.Ε. Κοζάνης "ΟΡΙΖΟΝΤΕΣ", δια ζώσης, κάθε Τετάρτη, 11:00–13:00 μ.μ.

Σημείο Συνάντησης: Σχολή Υγείας, ισόγειο.

Φλώρινα



Σταθερή Εβδομαδιαία Ομάδα Ψυχολογικής Υποστήριξης και Προσωπικής Ανάπτυξης, δια ζώσης, Πέμπτη 15.00 – 17.00 μ.μ.



Καστοριά

Εργαστήριο για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα, δια ζώσης, Δευτέρα, 28/2/22, 14.00 – 16.00 μ.μ., Κτίριο Γ.

Πο συχνά διατυπωμένες Ε & Α για τις ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ ΣΤΕΓΗΣ της ΜΥΦΕΟ

Δικαιούμαι Υποτροφία Στέγης από την ΜΥΦΕΟ αν δεν νοικιάζω σπίτι στην πόλη που σπουδάζω, ή αν φιλοξενούμαι από συγγενικό πρόσωπο;

Όχι, απαραίτητη προϋπόθεση για την Υποτροφία Στέγης είναι η προσκόμιση του μισθωτηρίου του σπιτιού το οποίο μισθώνει ο/η φοιτητής/ρια εκτυπωμένο από την ΑΑΔΕ και το οποίο θα πρέπει να καλύπτει το χρονικό διάστημα για το οποίο θα χορηγηθεί η υποτροφία (ανώτερο χρονικό διάστημα 10 μήνες μέσα στο 2021-2022).

Πρέπει να ανήκω στις Ευπαθείς Κοινωνικά Ομάδες για να δικαιούμαι την Υποτροφία Στέγης της ΜΥΦΕΟ;

Ναι, για να μπορείς να λάβεις την Υποτροφία Στέγης της ΜΥΦΕΟ, θα πρέπει να ανήκεις στις Ευπαθείς Κοινωνικά Ομάδες. Δες πως ορίζονται οι Ευπαθείς Κοινωνικά Ομάδες στην σελίδα 2 της Πρόσκλησης: https://rc.uowm.gr/wp-content/uploads/2021/12/prosklisi_201_2021_signed.pdf

Πού πρέπει να υποβάλω την αίτησή μου;

Οι αιτήσεις γίνονται ηλεκτρονικά μέσω της πλατφόρμας <https://forms.uowm.gr/>. Η σύνδεση στην πλατφόρμα πραγματοποιείται μέσω ιδρυματικού λογαριασμού.

Τι δικαιολογητικά πρέπει να ανεβάσω μαζί με την αίτησή μου;

Διάβασε με προσοχή την ενότητα 4 της πρόσκλησης για τα απαιτούμενα δικαιολογητικά που θα ανεβάσεις με την αίτησή σου: https://rc.uowm.gr/wp-content/uploads/2021/12/prosklisi_201_2021_signed.pdf

Φοιτώ σε προπτυχιακό κύκλο σπουδών του ΠΔΜ αλλά η ηλικία μου ξεπερνά τα 25 χρόνια, η αίτησή μου θα είναι επιλέξιμη για τις υποτροφίες στέγης της ΜΥΦΕΟ;

Η ηλικία δεν αποτελεί προϋπόθεση για την λήψη της υποτροφίας στέγης της ΜΥΦΕΟ. Για τις προϋποθέσεις λήψης της υποτροφίας δες την ενότητα 2 της πρόσκλησης: https://rc.uowm.gr/wp-content/uploads/2021/12/prosklisi_201_2021_signed.pdf

Αν δεν λάβω την Υποτροφία Στέγης της ΜΥΦΕΟ, θα μπορώ να πάρω το κρατικό στεγαστικό επίδομα 1000€;

Ναι φυσικά και θα μπορείς να λάβεις το κρατικό στεγαστικό επίδομα 1000€, αν δεν λάβεις την υποτροφία στέγης της ΜΥΦΕΟ.

Αν λάβω το σύνολο της Υποτροφίας Στέγης της ΜΥΦΕΟ (1200€), θα μπορώ να πάρω το κρατικό στεγαστικό επίδομα 1000€;

Όχι, θα πρέπει να παραιτηθείς από το κρατικό στεγαστικό επίδομα ή αν θέλεις να λάβεις το κρατικό στεγαστικό επίδομα θα πρέπει να επιστρέψεις την υποτροφία Στέγης της ΜΥΦΕΟ στο ακέραιο.

Επικοινωνία



<https://myfeo.uowm.gr/>



ΜΥΦΕΟ ΠΔΜ



myfeo.uowm.gr-Γραμματεία
myfeo.psy.gre@uowm.gr-Γρεβενά
myfeo.psy.kas@uowm.gr-Καστοριά
myfeo.psy.koz@uowm.gr-Κοζάνη
myfeo.psy.pt@uowm.gr-Πτολεμαίδα
myfeo.psy.flo@uowm.gr-Φλώρινα

