



SERVEI D'ASSESSORAMENT
PSICOLÒGIC (SAP)
UNIVERSITAT POMPEU FABRA

MEMÒRIA CURS 2022 - 2023

Eva de Quadras, David Cosialls i Nick Cross

FUNDACIÓ VIDAL I BARRAQUER



ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ

2. DESCRIPCIÓ DEL SERVEI

2.1. Presencialitat

2.2. Anàlisi de les característiques dels usuaris del SAP

2.2.1. *Quins estudiants demanen cital al SAP?*

2.2.2. *Procedència dels estudiants*

2.2.3. *Classificació dels estudiants per Sexe*

2.2.4. *Classificació dels estudiants per Edat*

2.2.5. *Classificació pels estudiants per Motiu de Consulta*

2.3. Indicacions Terapèutiques

3. COMENTARIS I CONCLUSIONS

1. INTRODUCCIÓ

El Centre Mèdic Psicològic de la Fundació Vidal i Barraquer va assumir la cobertura del Servei d'Assessorament Psicològic de la UPF el gener de 2016. Des de llavors, s'ha detectat un augment en la demanda per part dels estudiants per acudir al servei, la qual cosa s'ha vist reflectida en el nombre de visites que es realitzen, estant sempre plenes les hores que s'ofereixen.

Aquesta memòria correspon al curs acadèmic 2022-2023, que ha tingut com a principal singularitat la crisi en l'àrea de salut mental a la que ens va portar la pandèmia i l'afectació al món educatiu que suposa els anys de post-confinament en les relacions socials dels alumnes. En el cas de la universitat i, més concretament del Servei d'Assessorament Psicològic, la demanda ha augmentat i sobretot ha augmentat la necessitat de Teràpia de molts estudiants. Ena hem trobat, com l'any anterior, amb molta necessitat d'ajuts psicològics més profunds, freqüents i sostinguts en el temps. Per tan hem ampliat la xarxa de derivacions.

Les sessions d'assessorament han sigut presencials amb poques excepcions en les que s'ha dut a terme de forma telemàtica.

Aquest any, Eva de Quadras, David Cosials i Nick Cross, psicòlegs i psicoterapeutes, s'han mantingut en el projecte.

2. DESCRIPCIÓ DEL SERVEI

El Servei d'Assessorament Psicològic (SAP) ofereix 9 hores a la setmana d'atenció directa als estudiants, repartides en dos dies de quatre hores i mitja cadascun. La durada de les visites s'ha establert en 45 minuts de manera que en cada jornada es poden atendre sis estudiants, amb un total de dotze visites setmanals. Els dies de prestació de servei per aquest curs acadèmic s'ha establert els dilluns i els dijous, essent un terapeuta home el que atén els estudiants el dilluns, i una terapeuta dona els dijous. L'horari del servei pel dilluns és de 9.30 a 14.00 h, de tal manera que les visites han estat a les 9.30, 10.15, 11,

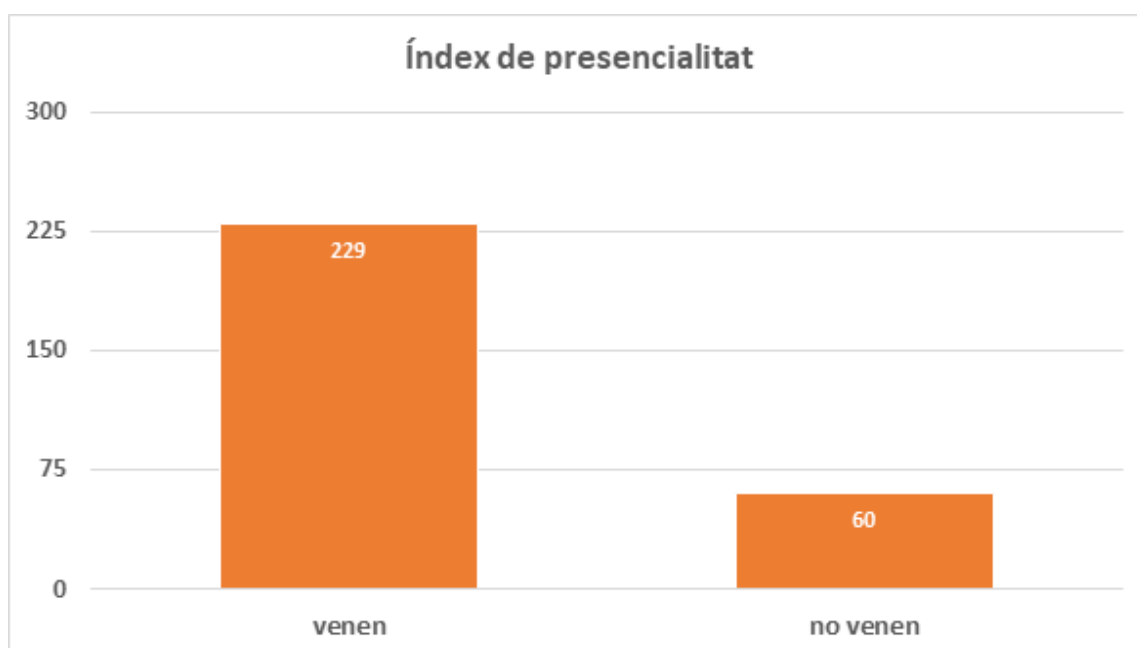
11.45, 12.30, 13.15. Per altra banda, l'horari del servei del dijous ha estat de 15.30 a 20h, concretament han estat repartides en 15.15, 16.00, 16.45, 17.30, 18.15, 19.00. Aquesta distribució d'horaris, en la que s'ofereix un matí i una tarda, és una mesura que vam emprendre ja fa quatre anys, donat que vam detectar que molts estudiants que tenen classes de tarda no podien assistir al servei, ja que els hi coincidia amb les classes.

Tot i l'horari establert, els terapeutes hem realitzat els ajustaments horaris adients i visites extres de forma puntual, per adaptar-nos a les necessitats i urgències del servei. Alhora, els terapeutes hem fet coordinacions, consultes externes, supervisions dels casos, etc. fora de l'horari establert.

2.1. Presencialitat

Durant aquest curs acadèmic (setembre – juny) s'han visitat un total de **196 alumnes**. S'han sol·licitat un total de **229 visites** de les quals **60** no es van realitzar per no acudir a la cita prevista (segons l'agenda).

Cal destacar que aquest any s'ha notat una major demanda i presencialitat a causa les diverses situacions que el post-Covid ha provocat i sobretot degut a la dificultat per aconseguir cita a la xarxa pública de salut mental. Podem observar que l'absentisme és proporcionalment molt semblant a cursos anteriors.

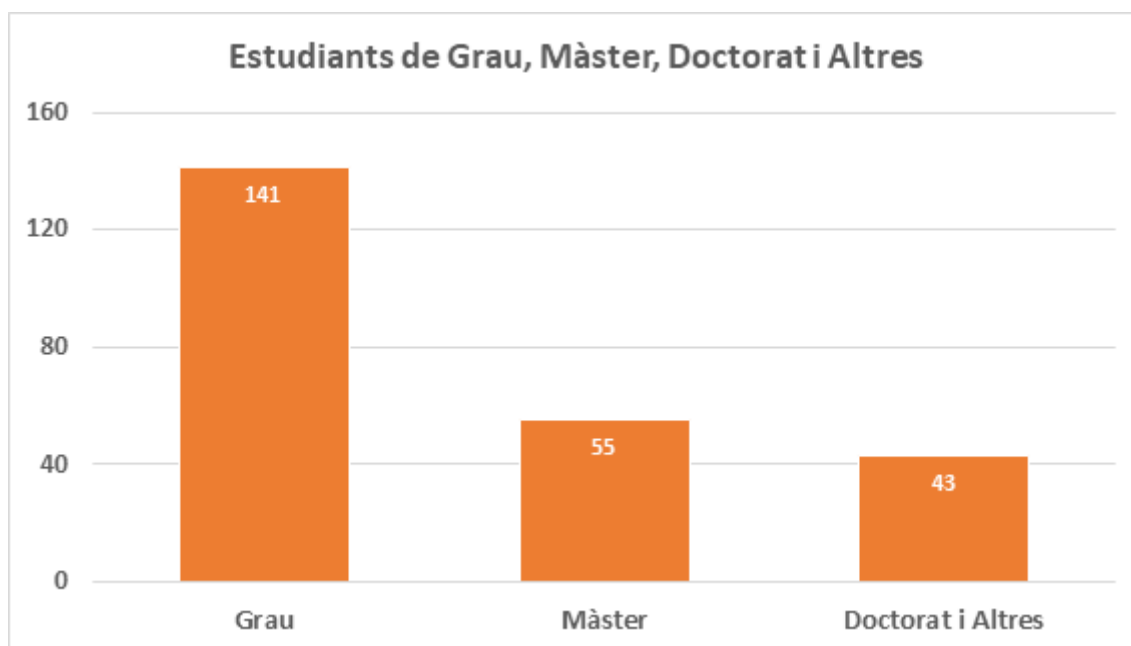


En aquest curs s'han ocupat pràcticament totes les cites disponibles de l'agenda de cites del SAP i, per tant, no hi havia cap dia ni pràcticament cap hora sense visita programada.

Com anàvem veient en els cursos anteriors, el fet d'augmentar les hores del servei fa uns anys i oferir-lo tant matí com tarda ha fet pujar la presencialitat.

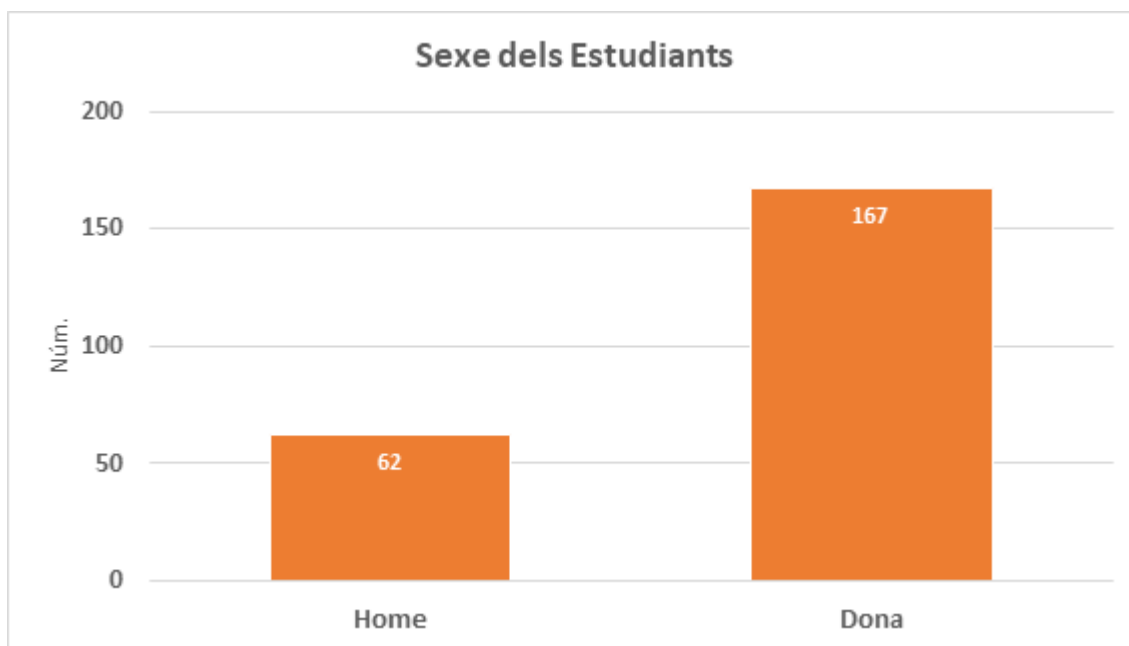
2.2. Anàlisi de les característiques dels usuaris del SAP (segons el programa estadístic)

2.2.1. Quins estudiants demanen cita al SAP?



El nombre de cites donades a estudiants de grau(141)conforma el 61%, essent així el 20% els de màster (45), mentre que a doctorat i altres estudis ha estat de 19% (43). En comparació a l'últim any, veiem que el nombre d'estudiants de màster i doctorat s'ha mantingut.

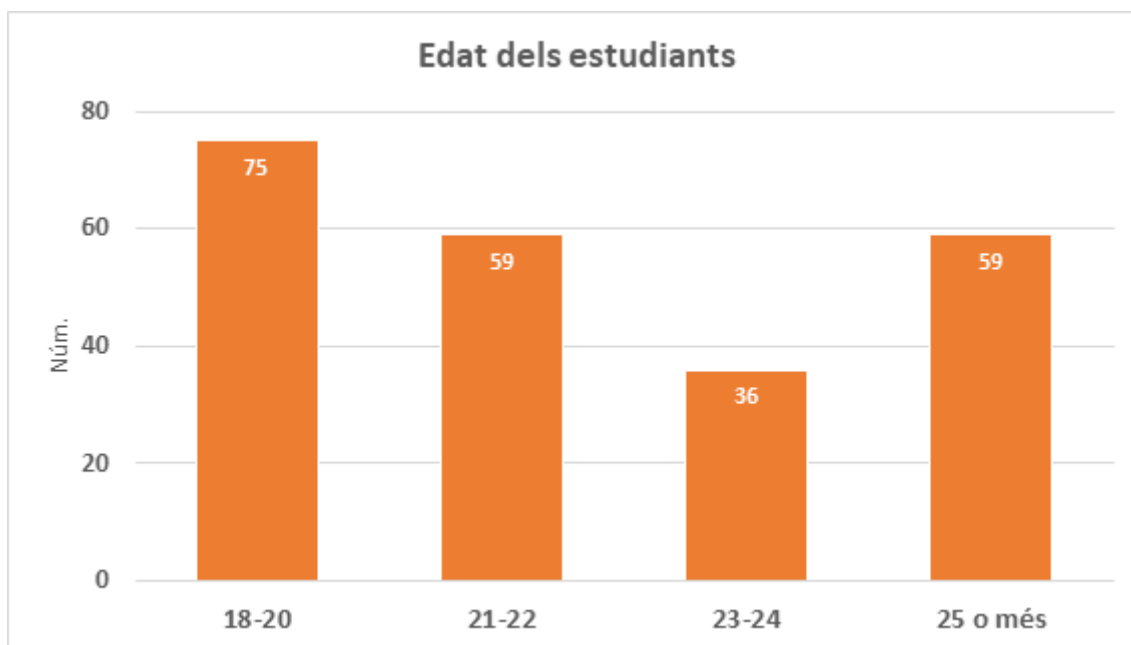
2.2.2. Classificació dels estudiants per sexe



Durant aquest curs hem vist que, com és habitual, les dones acudeixen més que els homes: 62 s'han fet amb homes (xxx%) i 167 amb dones (70,8%). Respecte a tots els cursos anteriors, veiem com aquests percentatges es mantenen de manera similar.

Aquestes dades no ens sorprenen i van en la línia dels anys anteriors. A més, és sabut que les dones, des de sempre, han tingut menys problemes a l'hora de demanar assistència psicològica o atenció en salut mental que els homes. En aquest sentit, es podria dir que les dones no tenen o no viuen tant l'estigma d'anar al psicòleg com els homes.

2.2.3. Classificació dels estudiants per edat

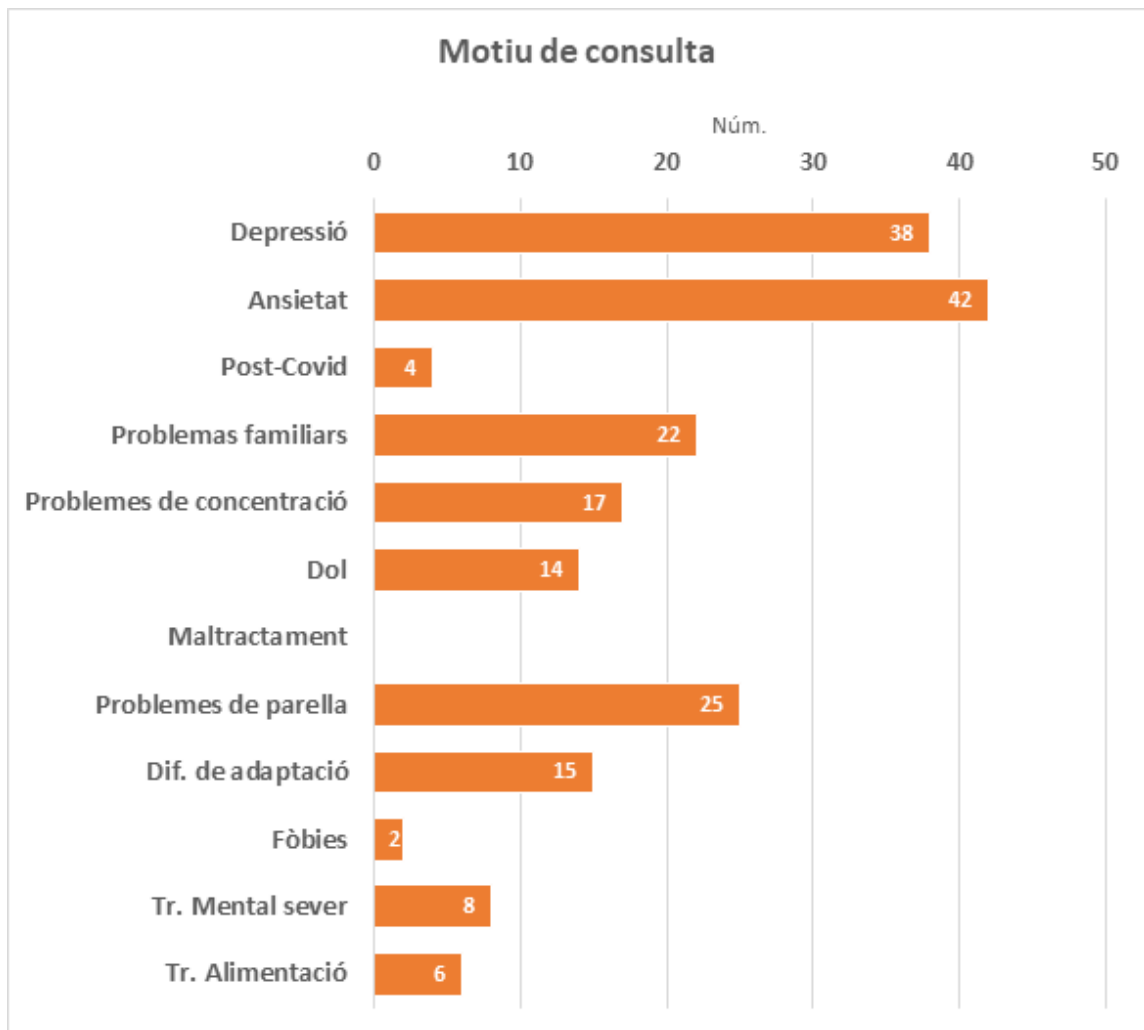


Pel que fa a les edats dels estudiants que demanen visita al servei, destaca que de les 229 visites que s'han fet, el predomini de visites són d'aquells estudiants en edats entre 18 i 22 i, seguits de els de 21-22 i 25 o més. Dit en altres paraules, els primers són els que acaben d'entrar a la universitat, i els últims els que estan a punt de sortir-ne. Aquestes dades ens són coherents amb la pràctica clínica, ja que hem atès a molts alumnes amb l'ansietat que comporta començar uns estudis i una vida nova a la universitat, i també aquells estudiants que acaben els seus estudis i han de fer front al món laboral, la qual cosa, com és normal, també desperta angoixes.

Alhora, també hem pogut comprovar que són els estudiants més joves els que acudeixen, ja que també són els estudiants que han començat els seus estudis universitaris durant la pandèmia i tot l'aspecte relacional i de crear vincles amb els companys els hi ha costat (i els hi continua costant) molt degut a la dimensió online de les seves relacions.

2.2.4. Classificació per Motiu de Consulta

Els motius de consulta dels 193 estudiants atesos han estat els següents:



Es pot observar que dels 193 estudiants que hem vist, bona part els podem englobar com a problemes en les relacions, ja sigui de parella, de família, d'adaptació, etc.

Alhora, molts motius de consulta tenen a veure amb simptomatologia ansiosa-depressiva, tant crisis d'angoixa com sentiments depressius.

Podem destacar que quasi cap estudiant ha acudit per temes d'orientació acadèmica o professional, i s'han dirigit directament al servei que correspon amb els qualms fem la derivació i estén en contacte.

El que si hem visitat són alumnes que demanen ajut pel seu estat emocional que afecta el rendiment acadèmic, ja sigui per falta de concentració per ansietat com per estrès.

En pràcticament tots els casos hem pogut treballar els aspectes psicològics que els han portat a fer, en un moment donat, els símptomes que perjudiquen el bon rendiment acadèmic.

2.3. Indicacions terapèutiques

Des del SAP podem oferir fins a un màxim de quatre visites als estudiants (aquesta xifra és flexible si el servei no està col·lapsat i veiem que la situació que envolta el cas ho requereix). D'aquesta manera, el nostre ventall de recursos terapèutics ens permet:

- Fer una visita única, que nosaltres anomenem de contenció, en la que l'alumne té la necessitat d'explicar les ansietats i les angoixes que envaeixen i, el sol fet de sentir-se escoltat, el tranquil·litza i ajuda. Aquests tipus d'alumnes acostumen a tornar al cap d'uns mesos.


- Fer un procés exploratori/diagnòstic per avaluar la dimensió de la problemàtica i poder indicar el millor ajut. En aquests casos, hem derivat al personal extern que correspongui (psicòleg, psiquiatre, logopeda, etc.), perquè l'alumne pogués rebre una atenció més regular.

- Fer un seguiment terapèutic breu. Quan hem fet el procés exploratori i hem detectat que l'alumne requeria unes sessions més i, pels motius que siguin, no pot obtenir atenció fora del SAP, optem per oferir-los-hi una atenció breu i focal (aproximadament una visita cada mes).

3. COMENTARI I CONCLUSIONS

Els terapeutes coincidim que aquest curs hem derivat a molts estudiants a un procés terapèutic. La demanda és cada vegada més enfocada a un ajut terapèutic continuat, i hem pogut derivar a molts estudiants que ho demanaven. Hem assistit a molts estudiants i la seva receptivitat i voluntat d'iniciar o seguir un tractament ens ha sorprès un any més, tenint en compte el context educatiu (i no sanitari) en el que ens trobem. En general els estudiants són molt receptius i agraeixen molt poder parlar amb algú i explicar les seves vivències i emocions que els bloquegen. Considerem que cada vegada tenim més recursos per derivar on creiem que millor es pot ajudar a la persona. Derivem tant a psiquiatres si cal medicació, a psicòterapeutes de parla anglesa, a especialistes amb temes concrets com la dislèxia, logopèdia, trastorns de la son, TCA, TEA, Trastorns relacionats amb el consum de drogues, psicòlegs de Família i de Parella... I, per suposat, als serveis de la mateixa UPF que anem coneixent de cada vegada més.

Com cada any, estem molt agraïts a la UPF per la confiança dipositada en la Fundació Vidal i Barraquer i en els terapeutes que la representen, l'esforç fet fa uns anys en ampliar les hores del servei i, engrescats, ara que s'ha renovat el conveni, en continuar treballant i millorant el servei amb l'objectiu últim de donar una millor atenció a tota la comunitat universitària de la Universitat Pompeu Fabra.

 Finalment, la incorporació a l'equip del terapeuta David Cosials i el terapeuta Nick Cross ha sigut molt beneficiosa i hem format equip amb la terapeuta Eva de Quadras i la Mireia Oliver. Ha sigut un curs en el qual hem pogut ajudar a molts estudiants.