



# ΕΙΣΗΓΗΣΗ

---

## Η ψυχολογική συμβουλευτική στα ιδρύματα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Α. Καλαντζή – Αζίζι  
Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας  
Διευθύντρια του Συμβουλευτικού Κέντρου  
Φοιτητών του Πανεπιστήμιο Αθηνών

Ημερίδα: Πρόληψη σε θέματα ψυχικής υγείας  
νέων: Συμβουλευτικές υπηρεσίες για φοιτητές

23.11.01



# ΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΟΜΙΛΙΑΣ

---


■ Εξέλιξη της Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών (Ψ.Σ.Φ.) στην Ευρώπη

- Παράγοντες που επηρέασαν την Ψ.Σ.Φ.
- Πού και πώς ασκείται η Ψ.Σ.Φ. σήμερα

■ FEDORA: Ευρωπαϊκό Φόρουμ για τον Προσανατολισμό στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση

- Ομάδες εργασίας της FEDORA
- Η FEDORA – PSYCHE: Ομάδα εργασίας με αντικείμενο την ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών


■ Ψυχολογική Συμβουλευτική Φοιτητών



## Πίν. 1. Παράγοντες που επηρέασαν την ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών στην Ευρώπη

Αναγνώριση της «ολιστικής» αντιμετώπισης του/της συμβουλευομένου/ης φοιτητή/τριας

- Ανάγκη για παροχή συμβουλευτικής φοιτητών μέσα στα ίδια τα ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης
- Ίδρυση συμβουλευτικών κέντρων για φοιτητές με έμφαση στην ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών
- Προσόντα των «ειδικών» που ασκούν ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών
- Είδη παρεμβατικών πλαισίων
- Θεσμικό πλαίσιο – οικονομικοί πόροι
- Στάσεις – αλλαγές (χρειάζονται χρόνο!)
  - Της κοινωνίας
  - Της πανεπιστημιακής κοινότητας
- Παράδοση θεσμών
  - Του θεσμού της συμβουλευτικής στον κύριο κορμό της εκπαίδευσης
  - «Ιστορία» 30 – 40 χρόνων της ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών




## Πίν. 2. Δομή και λειτουργία συμβουλευτικών υπηρεσιών για φοιτητές με έμφαση στην ψυχολογική συμβουλευτική

---

- Εξωνοσοκομειακές/κοινοτικές υπηρεσίες (=μη ιατροκεντρικός/κοινοτικός χαρακτήρας των υπηρεσιών ψυχικής υγείας)
  - Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών: πληρούν και τα τρία επίπεδα πρόληψης:
    - Πρωτοβάθμια πρόληψη (πρώτη/άμεση πρόσβαση μελών κοινότητας)
    - Δευτεροβάθμια πρόληψη (αξιολόγηση/πρώιμη παρέμβαση – «παρέμβαση στην κρίση» κ.ά.). Κυρίως συμβουλευτική
    - Τριτοβάθμια πρόληψη (εξειδικευμένου τύπου παρέμβαση, π.χ. ψυχοθεραπεία)

### Παραπομπές (!)

- ✓ Ιατρική/Ψυχιατρική αξιολόγηση/παρέμβαση
- ✓ Εξειδικευμένα Κέντρα (π.χ. Σεξολογικό Κέντρο, Κέντρο Αποτοξίνωσης κ.ά)
- ✓ Άλλα



## Πίν.3. Προσόντα των «ειδικών» που ασκούν ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών

- Ψυχολόγοι: Κλινικοί, Συμβουλευτικοί και Σχολικοί
  - Εμπειρία από κοινοτικές παρεμβάσεις και έρευνα
  - Καλή γνώση της μετεφηβείας
  - Ικανότητα χειρισμού βραχύχρονων μοντέλων παρέμβασης
- «Σύμβουλοι»: στη Μ. Βρετανία Student counsellors: βασικές σπουδές και εκτός Ψυχολογίας, Ειδικοί ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών απόφοιτοι ειδικών σχετικών μεταπτυχιακών προγραμμάτων (π.χ. της British Association for Counselling)
- Άλλοι βοηθοί – Ψυχολόγοι ή Σύμβουλοι ή ασκούμενοι υπό εποπτεία Ψυχολόγοι

Προφίλ του ειδικού:  
νέος, αντικομφορμιστής,  
ΟΧΙ μέλος του Διδακτικού Προσωπικού



## Πίν.4. Πλαίσια ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών

---


### Μορφή παρέμβασης:

- Ευέλικτα
- Βραχυχρόνια
- Υψηλό ποσοστό αποτελεσματικότητας

### Μοντέλα παρέμβασης:

- Γνωσιακά – συμπεριφοριστικά
- Συστημικά
- Ψυχοδυναμικά – αναλυτικά

### Πλαίσιο παρέμβασης



## Πίν.4. Πλαίσια ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών (συνέχεια)


Πλαίσιο παρέμβασης: (⇔ ψυχολόγοι, ➔ σύμβουλοι)

- ➔ ⇔ Πληροφόρηση
- ➔ ⇔ Ενημερωτική συνέντευξη
  - ⇔ Ιστορικό
- ➔ ⇔ Τεστ ικανοτήτων
  - ⇔ Ψυχολογική συμβουλευτική/ψυχοθεραπεία
  - ⇔ Παρέμβαση στην κρίση
  - ⇔ Ομαδική παρέμβαση
- ➔ ⇔ α) «προληπτικά» (π.χ. οργάνωση μελέτης, άγχος εξετάσεων, επικοινωνία, διαχείριση του στρες)
  - β) «κυρίως παρεμβατικά» (π.χ. βελτίωση της αυτοαποτελεσματικότητας, ψυχογενής ανορεξία/βουλιμία κ.ά.)

Στόχος:

- ✓ Να κατανοήσει ο φοιτητής τους πιθανούς μηχανισμούς αιτιολογίας της δυσλειτουργίας του και τους παράγοντες που τη συντηρούν
- ✓ Να εξελίξει στρατηγικές αντιμετώπισης ενδυναμώνοντας τις ατομικές ικανότητες και δεξιότητές του

Πρόληψη  
Βοήθεια για αυτοβοήθεια



## Πίν.5. Παραδείγματα Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών (Ψ.Σ.Φ.) σε Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών (Σ.Κ.Φ.)


---

**Πρώτη ομάδα: Χώρες όπου υπάρχει νομική κατοχύρωση των ΣΚΦ (Μ. Βρετανία, Γερμανία, Αυστρία, Δανία, Βέλγιο/Ολλανδία)**

(Υποχρέωση της Πολιτείας να καθοδηγεί/συμβουλεύει το φοιτητή καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών)

- Μ. Βρετανία** ~1960: Ξεκίνησε η Ψ.Σ.Φ.
- Ψ.Σ.Φ. στα «Student Counselling Services», όχι μόνο από ψυχολόγους, αλλά και από ειδικά εκπαιδευμένους κοινωνικούς λειτουργούς, παιδαγωγούς και άλλες ειδικότητες
  - 1970: Ίδρυση της Association for Student Counselling ως τμήμα της British Association for Counselling (1998: 700 μέλη)





## Πίν.5. Παραδείγματα Ψυχολογικής Συμβουλευτικής Φοιτητών (Ψ.Σ.Φ.) σε Συμβουλευτικά Κέντρα Φοιτητών (Σ.Κ.Φ.) (συνέχεια)

**Πρώτη ομάδα: Χώρες όπου υπάρχει νομική κατοχύρωση των ΣΚΦ (Μ. Βρετανία, Γερμανία, Βέλγιο/Ολλανδία, Αυστρία, Δανία,)**

(Υποχρέωση της Πολιτείας να καθοδηγεί/συμβουλεύει το φοιτητή καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών)


**Γερμανία** ~1950: στο Αμβούργο και στο Μόναχο ιδρύονται Σ.Κ.Φ.:

- Καθοδήγηση/Προσανατολισμός
- Ψ.Σ.Φ.

~1968: Ψυχοκοινωνικά Συμβουλευτικά Κέντρα (PBS) σε όλα τα Πανεπιστήμια

- 1968: Ίδρυση της Ένωσης Συμβούλων Φοιτητών (1998: 1000 μέλη)
- Ψ.Σ.Φ. μόνο από Ψυχολόγους
- Ψυχολόγοι ασκούν και καθοδήγηση/προσανατολισμό σε ορισμένα Σ.Κ.Φ.

**Βέλγιο/  
Ολλανδία** Σε όλα τα πανεπιστήμια Σ.Κ.Φ. με Ψυχολόγους και άλλες ειδικότητες



Πίν.5. Παραδείγματα Ψυχολογικής  
Συμβουλευτικής Φοιτητών (Ψ.Σ.Φ.)  
σε Συμβουλευτικά Κέντρα  
Φοιτητών (Σ.Κ.Φ.) (συνέχεια)

---

**Πρώτη ομάδα: Χώρες όπου υπάρχει νομική  
κατοχύρωση των ΣΚΦ (Μ. Βρετανία, Γερμανία,  
Αυστρία, Δανία, Βέλγιο/Ολλανδία)**

(Υποχρέωση της Πολιτείας να καθοδηγεί/συμβουλεύει  
το φοιτητή καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών)

**Αυστρία**


~ 1970 Linz και Salzburg

•6 Σ.Κ.Φ. με 42 ψυχολόγους (1998)  
και άλλες ειδικότητες

**Δανία**

•7 Σ.Κ.Φ. με 18 ψυχολόγους και άλλες  
ειδικότητες

Στις δύο αυτές χώρες υπάρχει  
Κεντρική Υπηρεσία



Πίν.5. Παραδείγματα Ψυχολογικής  
Συμβουλευτικής Φοιτητών (Ψ.Σ.Φ.)  
σε Συμβουλευτικά Κέντρα  
Φοιτητών (Σ.Κ.Φ.) (συνέχεια)

**Δεύτερη ομάδα: Χώρες όπου δεν υπάρχει  
νομική κατοχύρωση των ΣΚΦ (Γαλλία,  
Ιταλία, Πορτογαλία/Ισπανία)**

**Γαλλία**

S.C.U.I.O. (Service Commune d'Accueil d'Orientation et d'Insertion Professionnelle des Etudiants)

- Σε στενή συνεργασία με ιατρικές υπηρεσίες και τη φοιτητική μέριμνα

**Ιταλία**

~15 Σ.Κ.Φ. (1998)

- Συνδέονται με ιατρικές σχολές και είναι αυτόνομες ψυχοθεραπευτικές μονάδες

**Πορτογαλία  
/Ισπανία**

Μεμονωμένες προσπάθειες χωρίς μόνιμη επιχορήγηση

Πίν.6. Δημόσια δαπάνη ανά φοιτητή στη δημόσια τριτοβάθμια εκπαίδευση (με μέσο όρο 100 στην Ευρωπαϊκή Ένωση)\* και συσχέτιση με πιθανούς δείκτες κάλυψης αναγκών σε Σ.Κ.Φ.\*\* της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Χώρα	Δημόσια δαπάνη ανά φοιτητή	Ποσοστό κάλυψης αναγκών
<b>Πρώτη ομάδα: Χώρες όπου υπάρχει νομική κατοχύρωση των Σ.Κ.Φ.</b>		
Μ. Βρετανία	110,2	85%
Γερμανία	127,8	90%
Αυστρία	147,5	90%
Δανία	94,7	70%
Βέλγιο	102,1	90%
Ολλανδία	159,0	95%
<b>Δεύτερη ομάδα: Χώρες όπου δεν υπάρχει νομική των Σ.Κ.Φ.</b>		
Γαλλία	91,2	10%
Ιταλία	75,9	3%
Πορτογαλία	87,3	2%
Ισπανία	69,4	2% (προτελευταία)
Ελλάδα	40,7	Τελευταία χώρα

\*Πηγή: EUROSTAT 2000. \*\* Προφορικές εκτιμήσεις μελών FEDORA - PSYCHE



## Πίν.7. Ομάδες εργασίας της FEDORA (Forum Européen De l' Orientation Academique, 1982)

---

1. Επαγγελματική αποκατάσταση (Employment):  
Στόχος: Καλύτερη γνωριμία του φοιτητή με το χώρο της μελλοντικής εργασίας του
2. Ίσες ευκαιρίες (Equal Opportunities, πρώην Handi): Στόχος: Κοινωνική και ακαδημαϊκή ένταξη φοιτητών με ειδικές ανάγκες
3. Μεταπτυχιακές σπουδές (Postgraduate studies):  
Στόχος: Οδηγός για κάθε Ευρωπαϊκή χώρα
4. Ψυχολογική συμβουλευτική φοιτητών (PSYCHE – Psychological Counselling in Higher Education)
5. Σύνδεση Β' βάρθμιας και Γ' βάρθμιας εκπαίδευσης (Second/Higher Education Liaison). Στόχος: Κατανόηση των συστημάτων σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού και εισαγωγής σε Α.Ε.Ι. των Ευρωπαϊκών κρατών → ανταλλαγές φοιτητών
6. Τεχνολογία (Technology): Στόχος: Η πληροφόρηση και η τεχνολογία που αφορούν τη συμβουλευτική στην εκπαίδευση
7. Πρακτική άσκηση (Training): Στόχος: διάδοση των πιο κατάλληλων μεθόδων για την άσκηση της συμβουλευτικής και της καθοδήγησης  
→ «Καλοκαιρινό Σχολείο»

## Πίν.8. FEDORA – PSYCHE: Κυριότεροι σταθμοί της από την ίδρυσή της έως σήμερα

FEDORA: Forum Européen De l'Orientation Academique  
FEDORA – PSYCHE: Ομάδα εργασίας της FEDORA  
PSYCHE: Psychological Counselling in Higher Education

1988 (Δελφοί)	<u>3ο Συνέδριο της FEDORA</u> •Γεννήθηκε η ιδέα ίδρυσης της PSYCHE
1990 (Άμστερνταμ)	<u>Προπαρασκευαστική συνάντηση για την επίσημη ίδρυση</u>
1991 (Βερολίνο)	<u>4ο Συνέδριο της FEDORA</u> •Επίσημη ίδρυση της PSYCHE •Διακήρυξη, άμεσοι στόχοι, ομάδες εργασίας
1992 (Νάπολη)	<u>1η συνάντηση μελών της PSYCHE</u> •Προετοιμασία για την έκδοση του πρώτου εντύπου με στόχο την πληροφόρηση •Ομάδες εργασίας

## Πίν.8. FEDORA – PSYCHE: Κυριότεροι σταθμοί της από την ίδρυσή της έως σήμερα (συνέχεια)

FEDORA: Forum Européen De l'Orientation Academique

FEDORA – PSYCHE: Ομάδα εργασίας της FEDORA

PSYCHE: Psychological Counselling in Higher Education

1994 (Βαρκελώνη)	<u>5ο συνέδριο της FEDORA</u> <ul style="list-style-type: none"><li>•Κυκλοφορεί το Psychological Counselling in Higher Education: A European Overview (Bell et al., Eds)</li><li>•Ομάδες εργασίας</li></ul>
1995 (Αθήνα)	<u>IV European Congress of Psychology</u> <ul style="list-style-type: none"><li>•Κεντρική ομιλία του υπεύθυνου της PSYCHE Dr. G. Rott</li><li>•PSYCHE: 3 συμπόσια (11 ξένοι από 7 Ευρωπαϊκές χώρες, 5 Έλληνες)</li><li>•Κυκλοφορούν τα πρακτικά των συμποσίων «Psychological Counselling in Higher Education: Research and Praxis (Kalantzi-Azizi, Rott, Aherne, Eds), 1997, Ellinika Grammata - FEDORA</li></ul>

## Πίν.8. FEDORA – PSYCHE: Κυριότεροι σταθμοί της από την ίδρυσή της έως σήμερα (συνέχεια)

FEDORA: Forum Européen De l'Orientation Academique

FEDORA – PSYCHE: Ομάδα εργασίας της FEDORA

PSYCHE: Psychological Counselling in Higher Education

1996 (Sussex)	<u>25th Annual Training, Association for Student Counselling &amp; FEDORA</u> με θέμα: «Culture and Psyche in Transition: A European perspective on student psychological health» <ul style="list-style-type: none"><li>•Κυκλοφορούν τα πρακτικά του συνεδρίου, Εκδ. FEDORA.</li></ul>
1997 (Ρώμη)	<u>6ο συνέδριο της FEDORA</u> <ul style="list-style-type: none"><li>•Συνάντηση των μελών της PSYCHE</li><li>•Εντατικοποίηση των προσπαθειών για την επίτευξη στόχων</li></ul>
1997 (Δουβλίνο)	<u>V European Congress of Psychology</u> <ul style="list-style-type: none"><li>•Συμπόσιο</li><li>•Συνάντηση μελών της PSYCHE</li></ul>



## Πίν.8. FEDORA – PSYCHE: Κυριότεροι σταθμοί της από την ίδρυσή της έως σήμερα (συνέχεια)

FEDORA: Forum Européen De l'Orientation Academique

FEDORA – PSYCHE: Ομάδα εργασίας της FEDORA

PSYCHE: Psychological Counselling in Higher Education

1999  
(Κοπεγχάγη)

Συνάντηση μελών FEDORA –  
PSYCHE με θέμα: «Προσκόλληση  
και Αυτονόμηση» (Attachment and  
Separation)

- Κυκλοφορεί το «Toward the future  
of Psychological Counselling in  
European Higher Education», Εκδ.  
FEDORA

2000  
(Εδιμβούργο)

7ο Συνέδριο της FEDORA

- Παρουσίαση διαφόρων θεματικών  
ενοτήτων της FEDORA – PSYCHE
- Συνάντηση των μελών της  
FEDORA – PSYCHE

2002  
(Λισσαβόνα)

Συνάντηση των μελών της FEDORA  
- PSYCHE



## Πίν.9. Μελλοντικοί στόχοι της FEDORA - PSYCHE

---

- Εμβάθυνση στους τρόπους παρέμβασης μέσω της ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών
- Αξιολόγηση των μεθόδων
- Διαμόρφωση και καθορισμός πλαισίων και προσόντων για την άσκηση της ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών και ψυχοθεραπείας
  - Κοινώς αποδεκτά standards για χώρες μέλη της E.E.Συνεργασία με:
  - European Association of Counselling
  - The European Association for Psychotherapy κ.ά
- Εντατικοποίηση της συνεργασίας με άλλους ειδικούς που «συμβουλεύουν» φοιτητές (Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Συμβούλους Καθοδήγησης Σπουδών)



## Πίν.10. Σημαντικές διευθύνσεις της FEDORA

---

- FEDORA President  
[m.dane@hw.ac.uk](mailto:m.dane@hw.ac.uk)
- PSYCHE Coordinator  
[rott@wrcd.1.urz.uni-wuppertal.de](mailto:rott@wrcd.1.urz.uni-wuppertal.de)
- Συντονιστής στην Ελλάδα  
Σ. Κρίβας  
Αναπληρωτής Καθηγητής Παιδαγωγικής  
Π.Τ.Δ.Ε.  
Πανεπιστήμιο Πατρών  
26500, Πάτρα  
τηλ. 061 – 997730/ Fax: 061-007736  
[kriwas@upatras.gr](mailto:kriwas@upatras.gr)



## Πίν. 11α. Πιθανές πηγές προβλημάτων – Πιθανοί δείκτες αναγκών

### Φοιτητικός πληθυσμός

- Αναπτυξιακές απαιτήσεις της μετεφηβείας ή της πρώτης νεότητας (ξεχωριστή αναπτυξιακή φάση)
  - Διαμόρφωση ταυτότητας γενικά
  - Ανεξαρτητοποίηση από την οικογένεια
  - Ταυτότητα φύλου – σχέσεις με συνομηλίκους κ.ά.



Οικονομική εξάρτηση

Φόβος για το επαγγελματικό μέλλον (ανεργία)

Δυσaréσκεια με επιλογή σπουδών

Προϋπάρχουσες δυσκολίες προσαρμογής

- Εγγραφή και φοίτηση σε ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης
  - Κρίσιμο συμβάν: μετάβαση από το Λύκειο στο Πανεπιστήμιο
    - Νέο μαθησιακό περιβάλλον
    - Καινούργιες απαιτήσεις



Αυτοοργάνωση/αυτοέλεγχος

(Έλλειψη δεξιοτήτων από τη σχολική φοίτηση  
Έλλειψη αυστηρής δόμησης)

☞ **15 – 20%: Δυσκολίες προσαρμογής**



## Πίν. 11β. Πιθανές πηγές προβλημάτων – Πιθανοί δείκτες αναγκών

- Προβλήματα φοιτητών:
  - Ακαδημαϊκά (εξετάσεις, δεξιότητες μελέτης κλ.π)
  - Οικογενειακά (σχέσεις με γονείς)
  - Κοινωνικά (νέοι φίλοι, σχέσεις με το άλλο φύλο)
  - Προσωπικά (εξεύρεση εργασίας, οικονομικές δυσκολίες, άλλα)

(Aherne, 1997)




- Πιθανές συνέπειες:
  - Υψηλό άγχος
  - Καταθλιπτική συμπτωματολογία
  - Αρνητική αυτοεικόνα
  - Εγκατάλειψη σπουδών κλπ.



Υπολογίζεται ότι 15-20% του φοιτητικού πληθυσμού έχει ανάγκη υποστήριξης για δυσκολίες που σχετίζονται με το στρες των φοιτητικών χρόνων



**Παρέμβαση σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο**



## Πίν.12. Ανάγκη για ψυχολογική συμβουλευτική σε ελληνικό φοιτητικό πληθυσμό (έρευνα Ευσταθίου, Ευθυμίου, Καλαντζή – Αζίζι, 2000)

---

- 15,3% δήλωσαν ψυχολογικά προβλήματα:
  - Οικογενειακές σχέσεις
  - Άγχος κ.ά.
- 64,2% δήλωσαν ανάγκη για ψυχολογική συμβουλευτική (σε περίπτωση που οι ίδιοι αντιμετώπιζαν κάποιο πρόβλημα)
- 73,9% δήλωσαν ανάγκη για ψυχολογική συμβουλευτική (σε περίπτωση που κάποιος συμφοιτητής τους αντιμετώπιζε πρόβλημα)
- 5,2% δήλωσαν ότι δε θα πήγαιναν σε ειδικό
- 28,6% δήλωσαν ότι ήξεραν άλλους τρόπους αναζήτησης ψυχολογικής στήριξης
- 27,9% δήλωσαν ότι δεν αισθάνονται εμπιστοσύνη
- 22,3% δήλωσαν ότι αμφισβητούν την αποτελεσματικότητα της παρέμβασης



## Πίν.13. Σκοπός της ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών

---

- Άμεση ψυχοκοινωνική υποστήριξη του φοιτητή ή της φοιτήτριας ώστε:
  - Να μπορέσει να ξεπεράσει τις δυσκολίες προσαρμογής στο καινούργιο εκπαιδευτικό περιβάλλον έγκαιρα και καλύτερα
  - Να βρει καινούργιους τρόπους επίλυσης εξελικτικών – μετεφηβικών αναζητήσεων και προβληματισμών



## Πίν.14. Πιθανά οφέλη της ψυχολογικής συμβουλευτικής φοιτητών

---

- **Ψυχοσωματική υγεία:**
  - Μείωση της ανάγκης για ενδονοσοκομειακή περίθαλψη
  - Μείωση της (υπερβολικής) χρήσης ουσιών
  - Μείωση των συνεχών επισκέψεων σε γιατρούς (ψυχοσωματικές διαταραχές) κ.ά.
- **Ψυχοσωματική υγεία:**
  - Αύξηση της αυτοαποτελεσματικότητας
  - Αύξηση της λειτουργικότητας
  - Βελτίωση της «ψυχικής ισορροπίας» κ.ά.
- **Εκπαίδευση:**
  - Μείωση του ποσοστού διακοπής των σπουδών
  - Εύλογη διάρκεια σπουδών
  - Ακαδημαϊκή/επαγγελματική επιτυχία κλπ.
- **Οικονομία της υγείας:**

Ο φοιτητής που λειτουργεί καλά (αισθάνεται όμορφα, σπουδάζει σωστά) είναι πιο «φτηνός» φοιτητής (Έρευνα σε Βελγικά ΑΕΙ, 1980).