



# Com afecten les classes online a l'estat d'ànim?

[inicentrareport] A l'octubre les classes de les **universitats** van passar de la presencialitat, a la virtualitat. Fa quatre mesos que milers d'estudiants **no trepitgen les aules** i això comença a passar factura.

Els universitaris diuen que una de les conseqüències de la pandèmia ha estat la seva **salut mental**. Alguns dels símptomes son insomni, fatiga, desmotivació? I la majoria de joves creuen que **no se'n parla prou**.

## **Els de primer comencen a tornar a les aules**

Els alumnes de primer curs de grau han començat a tornar a les aules després de quatre mesos de classes online.

Cada universitat s'ha organitzat a la seva manera per implantar nous models híbrids. Per exemple, els alumnes de primer de grau de la **Universitat de Girona** han tornat a les aules aquest dilluns 22 de febrer, coincidint amb l'inici del segon quadrimestre.

Però la **Universitat Politècnica de Catalunya** i la **Universitat de Barcelona** van optar per reprendre les classes el passat 15 de febrer. I aquestes seran semipresencials depenent de l'assignatura.



Però, com ha afectat en la salut mental dels estudiants fer classe des de la seva habitació durant tot aquest temps?

### **Angoixa, insomni i falta de concentració**

Al llarg de tot aquest curs, s'han sentit moltes veus d'alumnes que fan classes virtuals queixant-se que aquesta situació els afecta en el seu estat d'ànim. Noten que estan més **desmotivats**, és complicat diferenciar el temps d'estudi del **temps d'oci**, i se'ls ha **alterat l'horari de la son**.

També asseguren que senten **angoixa** pel fet de no saber quan acabarà aquesta situació i que no poder fer **pràctiques** ni fer la **vida social** de la universitat els passa factura. No poder veure els amics de la universitat tampoc hi ajuda.

A més, molts estudiants admeten que es lleven cinc minuts abans de començar a fer la classe des de l'ordinador, i això també contribueix en aquest cicle de **desànim**.

### **"Situació mental crítica dels universitaris"**

En aquest nou tram de retorn a les aules, també hi ha alumnes que creuen que no s'està gestionant bé des del departament d'Universitats de la Generalitat de Catalunya. Precisament, l'**Associació de Joves Estudiants de Catalunya** (AJEC) ha denunciat la "situació mental crítica" dels universitaris. Es queixen que la Generalitat "no ha encarat el problema en cap moment".

Des que va començar la segona onada de la pandèmia, a mitjans d'octubre, les classes es fan online. Això vol dir que els alumnes que es van estrenar a la universitat al setembre van haver d'abandonar el campus a les poques setmanes i tancar-se a casa per fer classes a través d'una pantalla.

### **Com ho esteu vivint els universitaris?**



---

Al programa Adolescents XL de Catalunya Ràdio hem volgut aprofundir una mica més en la qüestió i hem convidat a l'estudi persones que ho estan vivint. Són dos estudiants de grau- l'Anna Garcia que fa primer de dret a la UB i en Marcel Márquez que és portaveu de l'AJEC- i la psicòloga de la Unitat de Teràpia de Conducta de la UB, Mar Arcos Pros, per parlar de salut mental i confinament.

[ficentrareport]