

CAMPUS



EL MUNDO

¿Qué es Campus?

SECCIONES

- > OPINION
- > ACTUALIDAD
- > APUNTES
- > SALIDAS
- > ULTIMA
- > MELOMANIACOS
- EL CORCHO
- > Clasificados gratis
- > Tablón de anuncios
- > Dazibao
- PARTICIPA
- > Tú opinas
- > Foros de debate
- > Las charlas de Campus
- INFORMACIÓN
- > 60 segundos
- > Madrid 24 horas
- SERVICIOS
- > Callejero
- > Juegos
- > Diccionarios
- > Traductor
- > Hemeroteca

✉ ESCRIBENOS



Lunes, 4 de febrero de 2002

ACTUALIDAD

Universitarios al borde de un ataque de nervios

LOURDES SANZ

PROBLEMAS. En muchos casos las preocupaciones de un estudiante no pasan de eso: preocupaciones. Pero no siempre es así. Para aquellos que se sientan desbordados, las universidades cuentan con un servicio psicológico. Gratis.

La Universidad. Qué bonito. 18 años esperando que llegue este momento... y por fin está aquí. Mi vida va a dar un cambio radical, empieza la época de la diversión sin límites, conocer gente nueva... La *vidilla* universitaria, en tres palabras. Musiquilla... ¡Clack! Fin de la película. Rebobinamos. 18 años. Te *han* metido en una carrera (tu octava opción) en la que no tienes ni la más ligera idea de qué se da. No te gustan las asignaturas. Echas de menos a tus amigos de toda la vida. Los profesores *pasan* de los alumnos. Aquí cada uno va a lo suyo. Bienvenido al mundo real.

Aunque parezca un panorama exagerado, las cifras dejan patente que no lo es tanto. Cada cierto tiempo salta a la actualidad algún estudio que revela que los universitarios padecen estrés, que cada vez son más los que abandonan la carrera, que la desmotivación está a la orden del día... ¿Quién ha dicho que ser universitario es fácil?

Tras dar el carpetazo a media vida de instituto, Carolina se matriculó en Ingeniería Superior de Industriales por la UNED. Un pensamiento apresurado puede hacer creer que se metió en la universidad a distancia porque no le daba la nota. Falso. El origen de su decisión es algo más complejo, y es la raíz del problema que la llevaría a cruzar el umbral del gabinete psicológico de su facultad algunos años después. Carolina arrastraba ciertos problemas más o menos graves con los profesores que le dieron clase en COU, y encontró en la UNED la vía de escape perfecta: universidad no presencial, en la que el contacto con los docentes se limita a lo justo.

DECEPCION. Pero no todo resultó como ella creía: sus ocho horas diarias de estudio (de 12.30 a 20.30 horas) sólo le permitían aprobar la mitad de las asignaturas de las que se matriculaba... Así

AI
b

otro

OTRO:

- elmundo
- elmundo
- elmundo
- elmundo
- elmundo
- elmundo
- elmundo
- elmundo
- medscap
- Emisión
- Navegar
- Metrópol
- Expansión
- mundofr
- elmundo

que, tras tres años de *circular en primera*, decidió arriesgarse, afrontar sus miedos y *mudarse* a la Carlos III. «Me encontré con gente más pequeña, que no eran de mi estilo, la carrera era muy dura, demasiadas horas de clase...»; las circunstancias comenzaron a superarla. Y, para una chica acostumbrada a vencer casi sin esfuerzo a las asignaturas, la madeja se fue complicando cada vez más. Le obsesionaba un único pensamiento: «No quiero estar aquí». Dicho y hecho. Dejó de asistir a clase y a descuidar su expediente. Afortunadamente, supo agarrar el toro por los cuernos a tiempo. «Un día, buceando por Internet, me enteré de la existencia del gabinete y escribí», recuerda. Poco después le dieron una cita: fue el primer cimiento de su recuperación.

El gabinete de la Carlos III lleva funcionando desde 1997. En seis años, casi 400 alumnos se han beneficiado de los consejos y los cursos «es un servicio gratuito», aclaran para que no haya dudas que ha organizado el gabinete de asistencia psicopedagógica de esta universidad pública. Al frente de la nave, Guillermo Ballenato y Javier del Amo, dos psicólogos a los que muchos alumnos de la Carlos III ven como una auténtica tabla de salvación.

Un sentimiento que comparte M^a José Tena, una de las profesionales que trabajan en el Instituto de Psicología y Pedagogía de la Universidad Europea, abierto desde 1990. «Es imposible saber la cantidad de alumnos que ha pasado por este servicio», reconoce M^a José. Tan sólo el curso pasado, 300 estudiantes eliminaron algunos conflictos de sus vidas gracias a la desinteresada labor de este gabinete.

Ana I. A. es una de ellas. A sus 26 años, esta alumna de tercero de Enfermería decidió el pasado septiembre que no iba a dejar que un problema personal le fastidiara su trayectoria académica. Y aunque nunca te falta un hombro sobre el que llorar, lo cierto es que esta estudiante prefirió ponerse en manos de un experto. «Es mejor que ir dando tumbos buscando el consejo de gente que quiere ayudarte pero que no te van a dar el consejo más adecuado», reflexiona. Y eso que, asegura, «lo mío era una cosa de nada, aunque para mí era el problema más importante».

Según los psicólogos, la mayoría de sus pacientes termina por considerar los problemas «cosas de nada», aunque en ocasiones una pequeña chispa puede desencadenar un verdadero incendio.

ANSIEDAD. Guillermo Ballenato vivió uno de los episodios más complicados de su carrera hace un par de semanas. El teléfono de su casa le sobresaltó a las 23.00 horas: era el padre de una de sus pacientes universitarias, que llevaba unos días con sus noches sin poder parar de llorar ante el aluvión de exámenes que se le venía encima. «Su grado de ansiedad era mucho más alto de lo normal», explica Ballenato, quien ha tenido que realizar entrevistas a la familia, además de tratar individual e intensivamente a la universitaria en cuestión.

La ansiedad, junto con estados depresivos, falta de autoestima y

dificultades en las relaciones personales son los problemas más habituales que suelen perturbar la paz de los estudiantes. «Normalmente no son independientes, están relacionados», asegura M^a José Tena, del CEES. Conflictos, quebraderos de cabeza, desvelos que poco a poco van cobrando protagonismo en el cerebro de cualquier estudiante, y que pueden convertir lo que se supone que tiene que ser una época maravillosa en una película de serie B.

L. PAREJO

copia para imprimir



© campus - elmundo.es