

W Ministerstwie Edukacji i Nauki odbyło się spotkanie, podczas którego zaprezentowano raport z ogólnopolskich konsultacji o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży. Dokument został przygotowany przez Radę Dzieci i Młodzieży RP. To początek ogólnopolskiej kampanii społecznej na temat zdrowia psychicznego i pierwsze z cyklu spotkań w formule okrągłego stołu.

Porozmawiajmy o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży – okrągły stół RDiM

Podczas spotkania dyskutowano na temat zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz propozycji działań służących projektowaniu odpowiednich programów oraz kampanii, które pomogą zwiększyć świadomość młodych ludzi w tym temacie. W wydarzeniu wzięli udział: minister Przemysław Czarnek, wiceminister Marzena Machałek, członkowie Rady Dzieci i Młodzieży RP przy MEiN, przedstawiciele departamentów Ministerstwa Edukacji, Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej, przedstawiciele organizacji pozarządowych zajmujących się tematyką zdrowia psychicznego, przedstawiciele młodzieżowych organizacji: młodzieżowych sejmików wojewódzkich, młodzieżowych rad miast, organizacji pozarządowych, przedstawiciele Rady Dialogu z Młodym Pokoleniem przy Przewodniczącym Komitetu ds. Pożytku Publicznego w KPRM, koordynatorzy projektów społecznych o tematyce zdrowia psychicznego oraz nieformalne środowiska młodzieżowe.

Wiceminister Marzena Machałek zwróciła uwagę na problemy współczesnego świata. – *Jest duży skok cywilizacyjny, jest duże zaburzenie relacji wynikające z rozwoju świata cyfrowego, jest też inny paradygmat wychowania rodziców, ale też inne są wzorce i inny dostęp do komunikacji* – mówiła. Sekretarz Stanu w MEiN zwróciła także uwagę na zdrowie psychiczne zarówno dorosłych, jak i dzieci w kontekście całościowego rozwoju człowieka.

– *Cieszę się, że młodzi ludzie zaangażowali się w tak ważny problem, jakim jest kondycja psychiczna swoich rówieśników, a także młodszych dzieci. Raport jest bardzo profesjonalny. Wnioski płynące z tego raportu są zbieżne z tymi wnioskami, które płyną z różnych organizacji społecznych* – powiedziała wiceminister. – *Bardzo dziękuję, że w taki mądry i rozsądny sposób przedstawiliście, jak należy działać* – dodała.

Z kolei przewodnicząca Rady Dzieci i Młodzieży Aleksandra Horoszko nawiązywała do wyników raportu na temat zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, które stały się impulsem do rozmów: – *Spotkaliśmy się dziś nie po to, żeby narzekać i wymieniać, jak bardzo jest źle. My to wszystko wiemy. Znamy statystyki, osobiste historie oraz mity, które funkcjonują w naszym społeczeństwie, że depresja to nie choroba, tylko moda. To jest absolutnie niezgodne z prawdą. Spotkaliśmy się dziś po to, żeby wypracować pomysły i podjąć konkretne działania ponad podziałami, ponieważ zdrowie psychiczne nie może być tematem politycznym. To jest temat, który dotyczy nas wszystkich i wymaga konkretnej współpracy – zarówno ze strony młodych, ze strony naszych rodziców, szkoły i przede wszystkim ze strony decydentów.*

– *Przez wiele lat zdrowie psychiczne młodych osób było tematem trudnym. To był temat tabu, o którym większość nauczycieli i rodziców nie chciała rozmawiać. Na szczęście w ostatnim czasie to się zmieniło* – podsumowała.

Ogólnopolskie konsultacje

W ogólnopolskich konsultacjach przeprowadzonych przez Radę Dzieci i Młodzieży RP przy Ministrze

Edukacji i Nauki wzięło udział kilka tysięcy uczniów ze szkół z całego kraju. Uczestników zapytano m.in. o kwestie promocji i dbania o zdrowie psychiczne, psychoedukacji, a także dostępności i jakości szkolnych psychologów. Wśród najczęściej wskazywanych problemów wskazywano:

- brak świadomości społecznej na temat zaburzeń psychicznych;
- brak dostępności do specjalistycznej pomocy;
- wysokie oczekiwania społeczne, szczególnie w zakresie osiągnięć w szkole, sporcie czy kulturze;
- wzrost uzależnień od substancji psychoaktywnych, jak również od internetu, gier komputerowych i smartfonów;
- brak wsparcia rodzin i najbliższego środowiska;
- zwiększenie dostępności do informacji, głównie tych szkodliwych, co może prowadzić do zwiększonego poziomu stresu wśród dzieci i młodzieży.

Wnioski i rekomendacje

Aby polepszyć kondycję najmłodszych w obszarze zdrowia psychicznego, niezbędne jest podjęcie działań obejmujących wiele poziomów. W raporcie uwzględniono szereg wniosków i rekomendacji w tym temacie. Do głównych zaleceń należą:

- zwiększenie dostępności specjalistycznej pomocy psychologicznej i psychiatrycznej (zwiększenie liczby specjalistów) i zachęcenie do studiowania psychologii oraz zapewnienie atrakcyjnych warunków pracy i zatrudnienia dla specjalistów;
- konieczność wprowadzenia prostszych procedur umawiania wizyt u specjalistów czy zwiększenia liczby poradni psychologicznych;
- potrzeba edukacji społecznej i promowania zdrowia psychicznego, np. poprzez kampanie informacyjne – pokazywanie społeczeństwu, że korzystanie z pomocy psychologicznej nie jest czymś wstydliwym;
- kluczowa jest też poprawa świadomości na temat zdrowia psychicznego w szkołach – wprowadzenie psychoedukacji do programów nauczania pozwoli zrozumieć, m.in. jak funkcjonuje ludzki umysł, zmniejszy stygmatyzację osób z problemami zdrowia psychicznego, a nauczyciele, którzy mają regularny kontakt z dziećmi i młodzieżą, będą mogli szybciej zauważyć niepokojące zachowania i sygnały świadczące o problemach zdrowia psychicznego; psychoedukacja może również pozytywnie wpłynąć na atmosferę w klasach i szkołach – dzięki poznaniu swoich emocji, uczniowie są zwykle bardziej spokojni i skupieni na nauce;
- istotne jest zwiększanie wiedzy rodziców nt. zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży poprzez m.in. organizację szkoleń, spotkań i warsztatów;
- swoją wiedzę w tym zakresie można poszerzać z rozmaitych źródeł tj. książki, artykuły i filmy;
- pomocne może okazać się również promowanie tej tematyki w mediach społecznościowych;
- należy zadbać o dostęp do wiedzy dla osób sprawujących opiekę nad dziećmi, aby umiały one rozpoznawać symptomy problemów związanych z psychiką i były w stanie skierować dziecko na wizytę do specjalisty.

Działania te mają na celu pogłębienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży wśród jak największej liczby osób, a także umożliwienie szybkiego dostępu do specjalistycznej pomocy, gdy zajdzie taka potrzeba. Dzięki temu będzie można zapobiegać problemom psychicznym u osób młodych oraz wspierać ich zdrowie psychiczne.

Wsparcie psychologiczne dzieci i młodzieży – więcej specjalistów w szkołach

Od 1 września 2022 r. w szkołach ogólnodostępnych jest więcej nauczycieli specjalistów. Utworzone zostało nowe stanowisko pedagoga specjalnego. Wprowadzona została także minimalna łączna liczba etatów nauczycieli specjalistów: pedagogów, pedagogów specjalnych, psychologów, logopedów, terapeutów pedagogicznych, zatrudnianych w szkołach.

Na pierwszy etap standaryzacji zatrudnienia nauczycieli psychologów, pedagogów, logopedów, terapeutów pedagogicznych i pedagogów specjalnych od września 2022 r. przeznaczono kwotę 520 mln zł. W roku 2023 będzie to ok. 1,87 mld zł, a w 2024 niemal 2,7 mld zł.

Źródło: MEiN