

Opieka psychologa lub pedagoga w szkole, bezpłatne zajęcia i warsztaty ze specjalistami dla uczniów – to część wsparcia, które Warszawa zapewnia dzieciom i nastolatkom, aby wzmacniać ich odporność psychiczną. Pomoc młodym osobom w kryzysie oferują również miejskie poradnie i centra zdrowia psychicznego.

- Kondycja psychiczna dzieci i młodzieży to temat, który traktujemy w Warszawie bardzo poważnie. W ubiegłym roku z opieki psychologicznej, psychoterapeutycznej i psychiatrycznej w miejskich poradniach skorzystało ponad 10 tys. młodych pacjentów, którym udzielono ponad 94 tys. porad. Skala potrzeb jest ogromna, dlatego od lat konsekwentnie rozbudowujemy miejski system wsparcia dla dzieciaków i ich bliskich. Zapewniamy zarówno pomoc w szkołach - dostęp do psychologów, warsztaty dla młodszych uczniów oraz zajęcia dla młodzieży, jak również specjalistyczne wsparcie w miejskich centrach zdrowia psychicznego – mówi Rafał Trzaskowski, prezydent m.st. Warszawy. – Chcemy, aby jak najwięcej młodych osób i ich rodzin, wiedziało gdzie szukać pomocy. To nasza wspólna sprawa, aby zapewnić dzieciakom wsparcie i najlepszy start w dorosłość – dodaje.

Wsparcie w szkołach i poradniach psychologiczno-pedagogicznych

W ramach oferty wsparcia kondycji psychicznej dzieci i nastolatków w każdej miejskiej szkole zapewniony jest dostęp do psychologów i/lub pedagogów szkolnych. Jednocześnie, w zależności od potrzeb w stołecznych szkołach zatrudnia się również innych specjalistów - logopedów, terapeutów pedagogicznych oraz pedagogów specjalnych.

- W Warszawie działa również sieć miejskich poradni psychologiczno-pedagogicznych – 24 z nich o zasięgu dzielnicowym oraz 4 specjalistyczne o zasięgu warszawskim. Każde przedszkole czy każda szkoła ma dedykowaną poradnię rejonową oraz „przypisanego” do swojej placówki specjalistę – podkreśla Renata Kaznowska, zastępczyni prezydenta m.st. Warszawy.

Pomoc psychologiczno-pedagogiczna udzielana jest uczniom poprzez rozpoznawanie i zaspokajanie ich indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych, które wynikają w szczególności z: niepełnosprawności, niedostosowania społecznego, ze szczególnych uzdolnień, specyficznych trudności w uczeniu się, zaburzeń komunikacji językowej czy choroby przewlekłej.

W poradniach zatrudnieni są specjaliści: psycholodzy (diagności, psychoterapeuci – indywidualni i rodzinni oraz trenerzy umiejętności psychologicznych), pedagodzy (diagności, specjaliści terapii pedagogicznej), terapeuci integracji sensorycznej, logopedzi oraz pedagodzy specjaliści, którzy świadczą pomoc dzieciom i młodzieży. Diagnozują ich poziom rozwoju, możliwości i potrzeby, pomagają w efektywnym uczeniu się, rozwijają umiejętności skutecznego rozwiązywania konfliktów i problemów. Wspierają też rodziców i nauczycieli w działaniach wychowawczych i edukacyjnych.

W części z poradni psychologiczno-pedagogicznych pracują również interwencji kryzysowi, którzy w ramach ścisłej współpracy ze szkołami podejmują działania z zakresu profilaktyki czy udzielają wsparcia społecznościom szkolnym podczas sytuacji kryzysowych.

Bezpłatne warsztaty z emocji dla dzieci i młodzieży

Z myślą o uczniach i uczennicach klas I-VIII warszawskich szkół podstawowych w wieku 6-15 lat, miejskie poradnie zdrowia psychicznego uczestniczą w programie Wawa-TUS-y, czyli treningu

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: czwartek, 02, październik 2025 14:38

Alicja Cisowska

Odsłony: 603

umiejętności społecznych. W wybranych placówkach na terenie Warszawy odbywają się spotkania ze specjalistami (cykl 10 zajęć, każde po 60 min.), podczas których dzieciaki m.in. uczą się rozpoznawać i wyrażać emocje, rozwijać empatię czy radzić sobie w trudnych sytuacjach i rozwiązywaniu konfliktów. Udział w zajęciach jest bezpłatny i nie jest potrzebne skierowanie. Nie obowiązuje również rejonizacja – z programu mogą korzystać dzieci, które mieszkają lub uczą się w Warszawie.

Z kolei dla nastolatków w wieku 16-18 lat, którzy również mieszkają lub uczą się w Warszawie, jeszcze do końca października br. w miejskich poradniach odbywają się bezpłatne warsztaty pn. „Młoda Warszawa”. Treningi łączą wiedzę psychologiczną z praktycznymi ćwiczeniami, które pomagają lepiej zrozumieć siebie i innych. Spotkania odbywają się w kameralnych grupach i poruszają zagadnienia tj.: radzenie sobie ze stresem, rozwijanie poczucia własnej wartości, budowania zdrowych relacji.

Dodatkowo, aby pomóc młodym osobom w radzeniu sobie z problemami dotyczącymi zdrowia psychicznego, w tym przed nawrotami problemów, dla uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych odbywają się także bezpłatne warsztaty socjoterapeutyczne. Organizatorem zajęć jest Szpital Wolski, który dysponuje również ofertą warsztatów dla rodziców i opiekunów (dotyczą m.in. rozwijania umiejętności wychowawczych, zaburzeń lękowych i nastroju czy spektrum autyzmu i ADHD) oraz dla kadry nauczycielskiej.

Gdzie zadbać o zdrowie psychiczne młodych?

W ramach opieki psychiatrycznej dla dzieci i nastolatków, w Polsce funkcjonuje trzypoziomowy system. Pierwszy poziom to ośrodki środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej, w których można skorzystać z pomocy psychologów, psychoterapeutów oraz terapeutów środowiskowych.

Drugi poziom opieki psychiatrycznej obejmuje funkcjonowanie centrum zdrowia psychicznego, gdzie młodzi pacjenci mają dostęp do szerszego zakresu świadczeń niż w ośrodkach opieki psychologicznej. Na tym poziomie młodzi ludzie są pod opieką lekarzy psychiatrów oraz prowadzona jest bardziej zaawansowana opieka terapeutyczna, ewentualnie również farmakoterapia lub terapii na oddziale dziennym.

Najbardziej specjalistyczną pomoc w zakresie wsparcia zdrowia psychicznego (III poziom referencyjny) oferują ośrodki wysokospecjalistycznej całodobowej opieki psychiatrycznej, czyli oddziały stacjonarne w szpitalach. Ta forma pomocy przeznaczona jest dla pacjentów wymagających hospitalizacji. Adresy podmiotów znajdują się na stronie: nfz.gov.pl

Źródło: Urząd m.st. Warszawy