

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: czwartek, 08, styczeń 2026 08:10

Tomasz Smaś

Odśłony: 761

Okres Bożego Narodzenia tradycyjnie kojarzy się z ciepłem domowego ogniska, spokojem i czasem spędzonym w gronie najbliższych. Jednak dla wielu młodych osób rzeczywistość ta drastycznie odbiega od ideału prezentowanego w mediach. Najnowsze dane statystyczne pochodzące z Dziecięcego Telefonu Zaufania (DTZ), działającego przy Biurze Rzecznika Praw Dziecka, rzucają alarmujące światło na kondycję psychiczną polskiej młodzieży w okresie świątecznym 2025 roku. Odnotowano bezprecedensowy, ponad dwukrotny wzrost liczby osób szukających pomocy u dyżurujących specjalistów.

Analiza porównawcza aktywności linii pomocowej 800 12 12 12 oraz czatu internetowego w dniach od 24 do 26 grudnia wskazuje na gwałtowną eskalację zapotrzebowania na wsparcie psychologiczne. W analogicznym okresie roku 2024 specjaliści przeprowadzili 158 rozmów telefonicznych. Rok 2025 przyniósł natomiast drastyczną zmianę – liczba ta wzrosła do 433 interwencji, co stanowi wzrost o blisko 174 procent.

Równie wyraźną tendencję wzrostową zaobserwowano w komunikacji tekstowej poprzez dedykowany czat (czat.brpd.gov.pl). Liczba zgłoszeń tą drogą wzrosła z 64 do 109, co oznacza skok o 70 procent. Kulminacja zgłoszeń nastąpiła w drugim dniu świąt Bożego Narodzenia, co sugeruje, że narastające przez wigilię i pierwszy dzień świąt napięcia rodzinne oraz poczucie osamotnienia znajdowały swoje ujście właśnie w tym czasie. Dane te nie pozostawiają złudzeń: okres świąteczny, zamiast być czasem regeneracji, stał się dla setek młodych ludzi momentem krytycznym.

Za suchymi liczbami kryją się ludzkie dramaty, które w kilku przypadkach wymagały radykalnych kroków. W ciągu zaledwie trzech świątecznych dni eksperci Dziecięcego Telefonu Zaufania zostali zmuszeni do przeprowadzenia ośmiu interwencji ratujących życie i zdrowie. Były to sytuacje najwyższego ryzyka, w których zgłoszenie wymagało natychmiastowego powiadomienia służb ratunkowych i policji w celu zabezpieczenia małoletniego.

Fakt, że w czasie, który teoretycznie powinien zapewniać największe bezpieczeństwo pod opieką dorosłych, dochodzi do tak licznych prób autodestrukcyjnych lub bezpośrednich zagrożeń zdrowia, świadczy o głębokiej niewydolności systemów wsparcia rodzinnego. Specjaliści podkreślają, że telefon zaufania staje się często „ostatnią deską ratunku” dla osób, które czują się całkowicie niezrozumiane przez swoje najbliższe otoczenie.

Katalog problemów, z jakimi zwracały się młode osoby, jest powtarzalny, lecz ich intensywność w 2025 roku była znacznie większa niż w latach ubiegłych. Dominowały przede wszystkim:

- Paraliżujący lęk i ataki paniki – często związane z oczekiwaniami, jakie stawia przed młodymi ludźmi rodzina.
- Głębokie poczucie samotności – paradoksalnie najbardziej dotkliwe w obecności wielu osób przy świątecznym stole.
- Myśli rezygnacyjne – poczucie braku sensu dalszego funkcjonowania i brak wiary w poprawę sytuacji życiowej.
- Konflikty z rodzicami – eskalacja nieporozumień, które w czasie wolnym od szkoły i pracy stają się trudne do uniknięcia.

Zwraca się uwagę na zjawisko marginalizacji głosu dziecka. W wielu domach emocje młodych ludzi są bagatelizowane lub wyśmiewane jako „wymysły”, co prowadzi do utraty poczucia bezpieczeństwa. Gdy

Świąteczny wzrost interwencji – głos dziecka, którego nikt w domu nie chciał słuchać

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: czwartek, 08, styczeń 2026 08:10

Tomasz Smaś

Odśłony: 761

dorośli skupiają się na celebracji formy świąt, zapominając o autentycznym słuchaniu potrzeb swoich dzieci, te ostatnie szukają zrozumienia u anonimowych ekspertów po drugiej stronie linii telefonicznej.

Działania podejmowane przez Dziecięcy Telefon Zaufania są integralną częścią szerokiej strategii uwrażliwiania społeczeństwa na dobrostan najmłodszych. Kampania pod hasłem „Głos dziecka w roli głównej” ma za zadanie przypomnieć dorosłym, że dziecko jest pełnoprawnym uczestnikiem życia rodzinnego, którego uczucia i lęki są tak samo istotne, jak problemy osób dorosłych.

Wzrost liczby kontaktów o ponad 170 procent w skali roku jest jednoznacznym sygnałem dla decydentów oraz społeczeństwa: system wsparcia psychicznego dla dzieci i młodzieży wymaga stałego wzmocnienia i dofinansowania. To nie tylko kwestia liczby dyżurujących psychologów, ale przede wszystkim zmiana paradygmatu w wychowaniu – przejście od dyrektywnego modelu opieki do modelu opartego na empatii i aktywnym słuchaniu. Styczniowe podsumowanie statystyk za grudzień 2025 roku powinno stać się impulsem do refleksji nad tym, jak budować relacje, by w przyszłym roku telefon 800 12 12 12 dzwonił rzadziej z powodu lęku, a częściej jako narzędzie profilaktyki, a nie ratunku w ostatniej chwili.

Źródło: brpd.gov.pl