

11 października 2024



Jak skutecznie dbać o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży?

Niska samoocena, stres, depresja, traumy więzi... wszystko to ma wpływ na zdrowie psychiczne młodego człowieka i każdy z tych czynników może wywołać kryzys psychiczny. O tym, jak im przeciwdziałać i jak ratować nastolatka w kryzysie

rozmawiają pedagodzy i psycholodzy szkolni podczas trwającej w Kielcach konferencji: „Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży - wspólna sprawa i zespołowa praca inwestycją w przyszłość”. W spotkaniu zorganizowanym przez Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego uczestniczą m.in. Marek Bogusławski, wicemarszałek Województwa Świętokrzyskiego oraz Andrzej Pruś członek Zarządu Województwa.

Konferencja skierowana jest do psychologów i pedagogów szkolnych oraz pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych z terenu województwa. Tematyka zdrowia psychicznego młodych ludzi oraz dostępu do pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej od kilku lat jest głęboko analizowana przez różne środowiska, próbujące przeciwdziałać zagrożeniom i nasilającym się kryzysom wśród młodego pokolenia.

Bogumiła Niziołek, dyrektor Departamentu Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego, witając wszystkich zaproszonych gości, podkreślała wagę podejmowanych podczas konferencji tematów, życzyła poszerzenia wiedzy i wypracowania dobrych rozwiązań, które przełożą się na poprawę zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

- Gdy świat godni z ogromną szybkością, u dzieci i młodzieży występuje się coraz więcej zaburzeń psychicznych - mówi wicemarszałek **Marek Bogusławski**, nadzorujący sprawy ochrony zdrowia w regionie. - Pojawia się depresja, niska samoocena. Również nowe technologie wpływają na to, że nasze dzieci poddawane są olbrzymiej presji i żyją w wielkim stresie. Dzisiaj należy wyjść naprzeciw tym problemom, które w bardzo mocny sposób wpływają na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Jak to najlepiej robić, w jaki sposób dotrzeć do młodych ludzi? Myślę, że nasi dzisiejsi prelegenci przedstawia sposoby pomocy dzieciom. Takie, które w najbardziej bezpieczny sposób i najlepszy do przyjęcia dla tych młodych ludzi, poprawią ich kondycję psychiczną.

Andrzej Pruś, członek Zarządu Województwa podkreśla, że troska o młodych ludzi związana jest z dobrym rozwojem naszego województwa, teraz i w przyszłości.

- Problemy związane ze zdrowiem psychicznym dzieci i młodzieży narastają - mówi **Andrzej Pruś**. - Powodowane są przez tempo życia, przez to, że młodzież jest - śmiem twierdzić - trochę zaniedbana w tym zakresie i przez rodziców, i przez szkołę. Trzeba pamiętać, że dbałość o rozwój emocjonalny i duchowy

młodego pokolenia, jest także powinnością władzy publicznej. To dzisiejsze przedsięwzięcie, i temu podobne, które samorząd województwa planuje w tym zakresie, nie tylko wspomogą tę troskę, ale i ukierunkują działania wielu instytucji, skonkretyzują prowadzone projekty, by zaczęły one przynosić efekty. Musimy dobrze zdiagnozować sytuację i opracować takie działania, które poprawią stan zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży - uważa **Andrzej Pruś**, członek Zarządu Województwa.

Rada Dzieci i Młodzieży RP przy Ministrze Edukacji i Nauki przeprowadziła ogólnopolskie konsultacje, w których kilka tysięcy uczniów zapytano m.in. o kwestie promocji i dbania o zdrowie psychiczne, psychoedukacji, a także o dostępność szkolnych psychologów. Wśród najczęściej wskazywanych problemów młodzi ludzie mówili o braku świadomości społecznej na temat zaburzeń psychicznych, braku dostępności do specjalistycznej pomocy, wysokich oczekiwań wobec młodych ludzi, szczególnie w zakresie osiągnięć w szkole czy w sporcie, braku wsparcia ze strony rodzin i najbliższego środowiska, a także wzrostu uzależnień od substancji psychoaktywnych, ale także od internetu, gier komputerowych i smartfonów.

Specjaliści, którzy spotkali się na konferencji w Kielcach próbują odpowiedzieć na pytania jak przeciwdziałać zagrożeniom, a także jak ratować dzieci i młodzież w kryzysie psychicznym. Celem organizatorów wydarzenia jest zwrócenie uwagi na aktualne problemy wynikające m. in. z niskiej samooceny, stresu, depresji oraz problemów wynikających z uzależnień dzieci i młodzieży.

Mirosław Schön, psychoterapeuta z Wrocławia, mówił o roli szkoły i środowiska społecznego w profilaktyce zaburzeń zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Przedstawił też temat pierwszej pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej, próbując odpowiedzieć na pytanie, jak wspierać osoby z problemami zdrowia psychicznego.

Psycholog i doradca zawodowy Magdalena Lipiak przedstawiła temat „Nastolatek w kryzysie: niska samoocena, stres, depresja, traumy więzi oraz problemy z uzależnieniami”, a dr Anita Podlasińska mówiła o organizacji opieki psychiatrycznej nad dziećmi i młodzieżą na terenie województwa świętokrzyskiego. Z kolei Magdalena Lipiak w prelekcji „Rodzina w obliczu kryzysu psychicznego dziecka” podkreślała rolę rodzinnego wsparcia w sytuacjach kryzysu zdrowotnego, również wówczas, gdy dotyka on aspektu zdrowia psychicznego.

Gośćmi kieleckiej konferencji, obok wicemarszałka **Marka Bogusławskiego** oraz **Andrzeja Prusia**, członka Zarządu Województwa, są: **Bogumiła Niziołek**, dyrektor Departamentu

Ochrony Zdrowia urzędu marszałkowskiego, **Elżbieta Korus** i **Arkadiusz Ślipikowski** - dyrektor i wicedyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej, przedstawiciele **Świętokrzyskiego Ośrodka Adopcyjnego** oraz **Piotr Kielbowski**, dyrektor Świętokrzyskiego Centrum Psychiatrii w Morawicy.

Galeria zdjęć

