

28 października 2021



## Pokonać psychopandemię

**Psychospołeczne konsekwencje pandemii COVID-19 i możliwe rozwiązania - pod takim tytułem odbyła się dziś konferencja zorganizowana przez Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego. Spotkanie w Wojewódzkim Domu Kultury otworzył wicemarszałek Marek Bogusławski.**

Konferencja skierowana była do jednostek samorządu terytorialnego oraz pedagogów szkolnych zatrudnionych w szkołach województwa świętokrzyskiego. Była próbą odpowiedzi - na niepokojący wzrost zapadalności na zaburzenia psychiczne wśród dzieci i młodzieży, w tym: poczucia osamotnienia, obniżenia nastroju czy myśli samobójczych - oraz znalezienia optymalnych rozwiązań, które mogłyby zapobiec tej tendencji w przyszłości.

- Po trzeciej fali pandemii Covid-19 wiemy, że ta choroba wywołuje liczne skutki zdrowotne wśród społeczeństwa, i to nie tylko somatyczne. Przede wszystkim - psychiczne. W sposób szczególny dotknęła najmłodszych, którzy w trakcie pandemii dość długo zamknięci byli w domach. Ta przymusowa izolacja, szczególnie od szkoły, zrodziła dalekosiężne skutki. Dziś będziemy rozmawiać o konsekwencjach zaburzeń psychicznych, możliwych rozwiązaniach i sposobach pomocy skierowanych do tych młodych pacjentów, bo przecież nie wiemy, czy czwarta fala pandemii nie spowoduje podobnych skutków psychicznych w przyszłości - powiedział wicemarszałek **Marek Bogusławski**.

Swoimi przemyśleniami na temat zorganizowanej nie tak dawno przez Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii konferencji podzieliła się Bogumiła Niziołek, dyrektor Departamentu Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego.

- Pandemia ujawniła przede wszystkim nierówności społeczne i edukacyjne wśród dzieci, szczególnie zaś u dzieci niepełnosprawnych. Dużym problemem okazał się brak dostępności wielu ludzi do technologii internetowej. Zintensyfikowały się również problemy psychiczne u najmłodszych, którzy wcześniej podlegali terapiom, bo w pandemii wiele terapii było niedostępnych. Z badań przedstawionych na konferencji wynika również, że niektóre dzieci i młodzież narażeni byli bardziej na przemoc domową. A to wiązało się z wyzwaniem, jakie wynikły z dłuższego niż dotychczas pozostawiania pod jednym dachem rodziców i dzieci. U dzieci nasilił się też lęk o zdrowie najbliższych - przedstawiła najświeższe wyniki badań, dyrektor **Bogumiła Niziołek**.

O psychospołecznych konsekwencjach pandemii i głównych założeniach reformy w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży, mającej na celu zwiększenie dostępności do świadczeń zdrowotnych w opiece psychiatrycznej mówiła doktor Aleksandra Olawska-Szymańska, konsultant wojewódzki w dziedzinie Psychiatrii Dzieci i Młodzieży. Nowy model systemu ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży składa się z 3 poziomów referencyjnych, które mają za zadanie odciążać oddziały psychiatryczne i stworzyć w całej Polsce placówki, które mogłyby zająć się kompleksową terapią dziecka i rodziny oraz terapią grupową osób małoletnich, jak również utworzyć oddziały psychiatryczne dzienne dla pacjentów, którzy nie wymagają hospitalizacji całodobowej. Jak stwierdziła dr Olawska-Szymańska, zbyt dużo dzieci trafia do szpitala psychiatrycznego, w większości są to dzieci z problemami wychowawczymi, a nie takie, które wymagają naprawdę leczenia szpitalnego.

Ich problemy mogliby rozwiązać psychologowie i psychiatrzy, działający poza oddziałami szpitalnymi np. w Ośrodkach Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży, albo w dziennych centrach zdrowia.

O tym, jak wychowawcy i rodzice mogą sobie radzić z dziećmi i młodzieżą uzależnioną od m.in. telefonów komórkowych, mówiła dr Anna Przenzak ze Świętokrzyskiego Centrum Psychiatrii w Morawicy. Wśród czynników chroniących przed nadużywaniem nowych technologii znalazły się: nauka kompetencji społecznych, nabycie umiejętności radzenia sobie z emocjami i uczenie się strategii radzenia sobie ze stresem. Nadal nauczyciele i dyrektorzy nie mają pomysłu na aktywność podczas przerw szkolnych. Formułowanie ciągłych zakazów do młodzieży, ustalanie sztywnych limitów używania internetu, demonizowanie technologii odnosi tylko odwrotny skutek.

O swoich doświadczeniach z dziećmi i młodzieżą podczas pandemii mówiły również: Danuta Kossak z Miejskiego Zespołu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych w Kielcach i Renata Kopyś z Zespołu Szkół Ekonomicznych w Kielcach.

## Galeria zdjęć

