

# Raport o zdrowiu psychicznym

[A pomniejsz czcionkę](#) [A standardowy rozmiar](#) [A powiększ czcionkę](#)

**Szanowni Państwo,**

Raport "Młode Głowy" to projekt, którego celem jest zapewnienie pomocy dzieciom i młodzieży przeżywającym kryzys psychologiczny. Wyniki tego badania są zatrważające. Na podstawie badań przeprowadzonych metodą ankiety internetowej w oparciu o przygotowaną platformę wzięło udział 184 447 uczniów ze wszystkich województw Polski w wieku 9–21 lat.

W raporcie zwrócono uwagę na najczęstsze problemy młodych ludzi oraz zasadność wprowadzenia w systemie edukacji nowych rozwiązań wspierających kluczowe kompetencje - interpersonalne, społeczne, umożliwiające współpracę, ale też wyciszanie umysłu i skupianie uwagi.

Autorzy raportu podkreślają konieczność:

- Wzmocnienia bezpieczeństwa dzieci i młodzieży w rzeczywistości cyfrowej.
- Wprowadzenia oddziaływań profilaktycznych przeciwdziałających osamotnieniu i autoagresji.
- Zwiększenia działań na rzecz profilaktyki zachowań związanych z kryzysem psychicznym i suicydalnym.
- Procedury stosowania testów przesiewowych w kierunku depresji na terenie placówek oświatowych.
- Przygotowania nauczycieli, szkolnych specjalistów i rodziców do udzielania pomocy w zakresie wspierania dzieci i młodzieży zmagających się z kryzysem psychicznym, udzielania pierwszej pomocy emocjonalnej.

Zaprezentowane wyniki raportu stanowią podstawę do realizacji ogólnopolskiej kampanii społecznej, mającej na celu wspieranie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce 12. J. Flis, M. Dębski, Młode głowy. Raport z badania dotyczącego zdrowia psychicznego, poczucia własnej wartości i sprawczości wśród młodych ludzi, Fundacja UNAWEZA, Warszawa 2023.

*Przewodnicząca Gminnej Komisji*

*Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  
w Gminie Iłów*  
**Elżbieta Kopka**

[Raport o zdrowiu psychicznym](#)