Warszawa, 9 marca 2021 r.

Protokół szóstego posiedzenia Parlamentarnego Zespołu ds. Dzieci, Senackiego Zespołu – Zdrowie Polaków oraz Parlamentarnego Zespołu ds. Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży

W dniu 9 marca 2021 r. w gmachu Senatu odbyło się wspólne posiedzenie trzech Zespołów, zainicjowane przez przewodniczącą Parlamentarnego Zespołu ds. Dzieci, prof. Alicję Chybicką, przewodniczącą Senackiego Zespołu – Zdrowie Polaków, senator Beatę Małecką-Liberę oraz przewodniczącą Parlamentarnego Zespołu ds. Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży, poseł Martę Golbik, pod hasłem: **„Ratujmy dzieci w kryzysie psychicznym".** Otwierając spotkanie Marszałek Senatu, prof. Tomasz Grodzki stwierdził, że temat spotkania dotyczy ludzi skrzywdzonych przez los lub dotkniętych chorobą ciążącą na ich codziennym życiu, co prowadzi nierzadko do dramatycznych wyborów jak próby samobójcze. Marszałek zaznaczył, że kwestie psychiatrii dziecięcej są ważne nie tylko z punktu widzenia emocjonalnego, zdrowia Polaków ale również jako jeden z najważniejszych nierozwiązanych problemów w polskiej ochronie zdrowia. Marszałek Tomasz Grodzki podziękował za tak duże zainteresowanie uczestnictwem w spotkaniu w kontekście palącego i poważnego tematu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

Pierwsza prelegentka, **pani Alicja Defratyka, autorka projektu *Ciekaweliczby***, przedstawiła na bazie różnych porównań liczb i danych jak wygląda sytuacja w Polsce, również w porównaniu do innych krajów. Wychodząc od danych ogólnych, według WHO już prawie miliard ludzi na świecie żyje z zaburzeniami psychicznymi, a prawie 800 tys. osób rocznie popełnia samobójstwo. Prawie 264 mln osób na świecie cierpią z powodu depresji i, według WHO, do 2030 roku depresja stanie się pierwszą najczęstszą chorobą. Jak zaznaczyła pani Defratyka są to szacunki sprzed pandemii, która, jak można się spodziewać, cały proces przyspieszy. W Polsce z zaburzeniami psychicznymi mierzy się ok. ¼ Polaków na przestrzeni całego życia. Prawie co 10 dorosły Polak cierpi na depresję, a półtora miliona rocznie trafia do szpitala psychiatrycznego. Jedne z ważniejszych danych, dotyczących samobójstw, obrazują, że osób, które popełniły samobójstwo jest dwa razy więcej niż ofiar wypadków drogowych, 48 tys. I, w tym kontekście, o ile istnieje sporo kampanii propagujących bezpieczną jazdę, to jest stosunkowo mało dotyczących zdrowia psychicznego. W Polsce statystyka ta obejmuje rok 2019.

W porównaniu do państw unijnych, biorąc pod uwagę współczynnik samobójstw w Polsce, znajdujemy się na 13 miejscu. Współczynnik ten wynosi 11,7 na 100 tys. mieszkańców. Wyżej niż średnia europejska, która wynosi bez mała 11 na 100 tys. mieszkańców.

Dane dotyczące prób samobójczych na przestrzeni kilku ostatnich lat (2013-2020) wskazują, iż liczba prób samobójczych, dotyczących ogółu Polaków, zwiększyła się o 40%. W tym czasie liczba zamachów samobójczych zakończonych zgonem zmniejszyła się natomiast o 15%. Ogółem, w 2020 r. było 12 tys. 13 przypadków zamachów samobójczych a 5 tys. 165 osób zmarło w wyniku samobójstwa. Dane, dotyczące dzieci w wieku 13-18 lat, są zatrważające. Wzrost, w analizowanym okresie, nastąpił o 134%, największy we wszystkich grupach wiekowych. 814 prób samobójczych w grupie wiekowej 13-18, więcej niż we wszystkich grupach wiekowych 50+. 106 osób, w grupie wiekowej 13-18, popełniło samobójstwo i jedna w grupie wiekowej 7-12 lat. Olbrzymi wzrost nastąpił w ubiegłym roku, 905 prób samobójczych w grupie wiekowej 13-18 i aż 46 w grupie wiekowej 7-12.

W porównaniu do innych krajów, w sondażu Eurostatu badającego grupę wiekową 15-19, Polska jest na 7 miejscu na 27 państw Unii Europejskiej jeżeli chodzi o współczynnik samobójstw na 100 tys. mieszkańców, ze współczynnikiem 7 na 100 tys., przy średniej dla Unii Europejskiej 4,2. W liczbach bezwzględnych, jesteśmy, po Francji i Niemczech, na trzecim miejscu.

Dane dotyczące lekarzy wskazują, że mamy najmniej lekarzy na tysiąc mieszkańców w całej UE, 2,4. Podobnie jest z liczbą psychiatrów na 100 tys. mieszkańców, jesteśmy na ostatnim miejscu w UE, ze współczynnikiem 9,2 na 100 tys. mieszkańców. W Niemczech współczynnik ten wynosi 27,5, w Szwecji 23,5, we Francji 23. Dane powyższe przygotowała Naczelna Izba Lekarska 28 lutego br. Obecnie w Polsce jest 4 347 psychiatrów wykonujących zawód i 482 psychiatrów dzieci i młodzieży, a powinno być jeszcze przynajmniej 300-tu. Według wyliczeń Alicji Defratyki na 15 tys. dzieci do 18 roku życia przypada jeden psychiatra. Według raportu NIK w 44% szkół brakuje psychologa lub pedagoga szkolnego. NIK stwierdził też, że 9% dzieci i młodzieży wykazuje zaburzenia psychiczne wymagające specjalnej pomocy. Jest to 630 tys. dzieci.

Pani Defratyka przeanalizowała również dane NFZ dotyczące finansowania od 2010 r. Sprawdziła współczynnik, ile wydaje się na opiekę psychiatryczną i leczenie uzależnień w relacji do kosztów świadczeń opieki zdrowotnej. Współczynnik ten na rok 2021 wynosi 3,38, więc, według prelegentki, nie ma żadnego wzrostu jeżeli chodzi o nakłady. Wypływa

z tego wniosek, że nie można pozostać na takim samym poziomie finansowania przy 100-procentowym wzroście prób samobójczych. W krajach Europy zachodniej wydaje się na opiekę psychiatryczną i leczenie uzależnień średnio 6,8% przy 5% minimum. Polska od tego poziomu jest jeszcze oddalona.

W ramach własnego projektu *Ciekaweliczby*, Alicja Defratyka zbadała, że 40% osób w grupie wiekowej 18-24 odczuło obniżenie nastroju i pogorszenie samopoczucia w ostatnich miesiącach. Badanie CEBOS z grudnia 2020 r. wskazuje, że 31% osób w wieku 18-24 cierpi na depresję, 44% czuje bezradność, 47% znużenie. Ponieważ jest to badanie cykliczne, odczyty wśród tej grupy wiekowej są najwyższe od dwóch dekad.

Kolejny problem stanowi „hejt" w sieci. Według badania SOS Wioski Dziecięce w grupie wiekowej 13-18 lat, prawie połowa badanych twierdzi, że ich znajomi padają ofiarą wyzywania, poniżania i ośmieszania w Internecie.

Kończąc, Alicja Defratyka zwróciła również uwagę na problem młodzieży, która „wypadła z systemu", nie realizuje obowiązku szkolnego lub robi to sporadycznie.

Podczas pierwszego panelu, prowadzonego przez panią senator Beatę Małecką-Liberę, **pani prof. Małgorzata Janas-Kozik, pełnomocnik Rządu ds. reformy w psychiatrii dzieci i młodzieży** przedstawiła najnowsze dane z badań własnych oraz prowadzonych przez różne instytucje i fundacje, jak wygląda sytuacja zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży na świecie. W dobie pandemii rodziny zmuszone zostały do zmiany przyzwyczajeń. Rodzina i szkoła muszą wypracować nowe standardy aktywności. Na podstawie badań w pierwszej fali pandemii zauważono, że nastąpił wśród dorosłych wzrost przemocy fizycznej i psychicznej w stosunku do osób bliskich. Dzieci są świadkami przemocy pomiędzy rodzicami, rodziców wobec rodzeństwa. Według badań prezentowanych przez panią profesor, występuje przemoc rówieśnicza, przemoc w sieci i wszelkie formy wykorzystania seksualnego. Jednocześnie wzrastają nadużywanie alkoholu i zażywanie narkotyków. Potęguje się także zachorowalność na choroby psychiczne w rodzinach, co wynika z gorszego dostępu do lekarzy oraz narażenia na większą niż dotychczas ilość czynników stresowych. Badania w pierwszej fali pandemii ujawniły, iż 50% młodzieży było zadowolonych ze swojego życia, co trzecia osoba oceniała je negatywnie. Znacznie więcej było zadowolonych chłopców niż dziewcząt. Głównym czynnikiem zadowolenia był brak konieczności uczęszczania do szkoły, narzekano natomiast na brak kontaktu „na żywo"

z kolegami. Jednakże, w tym samym okresie, co trzeci respondent sygnalizował, że jego samopoczucie pogorszyło się, tu przeważały dziewczęta.

W tej sytuacji, 80% stwierdziło, że miało wsparcie przynajmniej jednej osoby, najczęściej mamy, ale również, w drugiej kolejności, wsparcie kolegów, co 16 respondent wskazał nauczyciela i tylko 5,5% psychologa lub pedagoga szkolnego ze względu na deficyty kadrowe. Sami nauczyciele stwierdzają, po pierwszej fali, iż doświadczyli ogromnego napięcia związanego z nauczaniem zdalnym, część z nich, z tego powodu odczuwa zaburzenia psychosomatyczne.

Podczas drugiej fali pandemii, długotrwała izolacja pogłębiła wcześniejsze problemy wynikające z zaburzeń psychicznych. Wynikało to z niemożności kontynuowania terapii. W wielu szkołach brakuje etatowych psychologów.

Według badań przedstawionych przez prof. Małgorzatę Janas-Kozik polski system edukacji nie sprzyja budowaniu dobrych relacji z uczniami. Źródłem stresów jest szkoła obok grupy rówieśniczej i rodziny. Nauczyciele oceniają, że dwa czynniki powodują odbiór szkoły jako opresyjnej: podstawa programowa i biurokracja.

Kończąc, pani profesor stwierdziła wzrost nasilenia zachowań agresywnych, opozycyjności i drażliwości. Drażliwy nastrój jest najczęściej obserwowany w grupie dziecięco-młodzieżowej. Remedium na zmniejszenie ilości zachowań agresywnych oraz nadruchliwości i drażliwości stanowi regularna aktywność fizyczna.

W dobie pandemii stabilna, funkcjonalna rodzina radzi sobie dobrze, w dysfunkcyjnej problemy narastają a w relacjach rówieśniczych nasila się cyberprzemoc.

Pan prof. Janusz Heitzman z Instytutu Psychiatrii w Warszawie stwierdził, że czynnikiem ryzyka dla zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży jest zagrożenie ich zdrowia somatycznego. W czasie pandemii, przeżywanej w rodzinie śmierci chorego na Covid-19, dzieci odczuwają bezradność, zaburzenia adaptacyjne, niektóre zaczynają posiadać lękowo-depresyjną percepcję świata. Ważką kwestię stanowią obecnie zakłócenie naturalnego procesu rozwojowego i zanik wsparcia rówieśniczego. Dystans i izolacja zahamowały naturalne procesy rozwojowe takie jak: nauka rozwiązywania sytuacji trudnych, zarządzanie swoimi zasobami, określanie priorytetów. Do tego dochodzą poczucie braków edukacyjnych i ograniczenie możliwości rozwoju zainteresowań. Czynniki te powodują coraz częstsze stosowanie środków zastępczych, którymi są E-uzależnienia. Zanika również wspominana już aktywność fizyczna i preferowane są złe nawyki żywieniowe.

Prof. Heitzman podkreślił, że usuwanie pocovidowych zaburzeń rozwoju społecznego będzie wymagało opracowania nowych programów edukacyjnych, a także opracowania strategii zmian cywilizacyjnych. Profesor wskazał na szkołę, której zadaniem będzie stworzenie programu wyrównywania pocovidowych deficytów rozwojowych, emocjonalnych i edukacyjnych. Wymagać to będzie wdrożenia kaskadowego szkolenia warsztatowego również dla pedagogów, psychologów i terapeutów. Przebudowy wymaga obecna podstawa programowa na okres przynajmniej dwóch lat, wprowadzając cięcia programowe. Wyzwaniem dla państwa jest natomiast opracowanie narodowego programu wsparcia i likwidacji konsekwencji Covid-19 dla zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. W tym kontekście trzeba pomyśleć o wyodrębnieniu środków finansowych.
Konieczna jest kontynuacja reformy psychiatrii dzieci i młodzieży.

Dr hab. Barbara Remberk, kierownik Kliniki Psychiatrii Dzieci i Młodzieży Instytutu Psychiatrii w Warszawie, konsultant krajowy ds. psychiatrii dzieci i młodzieży zobrazowała etiologię zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży w kontekście rozwoju mózgu.
Występują czynniki ryzyka zaburzeń, na które mamy, bądź nie mamy wpływu. Tych, nad którymi jesteśmy w stanie zapanować jest wiele. Są to, m. in.: opieka nad matką, nad rodziną, opieka pediatryczna, wzmocnienie systemu edukacji. Natomiast nie mamy wpływu na geny, uszkodzenia. Oddziaływania, które możemy podejmować mają za zadanie wyleczyć chorobę lub nauczyć pacjenta z nią żyć, u małych pacjentów z plastycznym mózgiem możemy zmniejszać maksymalnie deficyty.

Według **Katarzyny Sarnickiej, przewodniczącej OZZP**, na jakość opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej rzutuje brak ustawy o zawodzie psychologa i ustawy o zawodzie psychoterapeuty.
Zdaniem pani **Sarnickiej** dzieci, które „wypadły z systemu”, mają znikomy dostęp do specjalisty. Brakuje psychologów w szkołach bądź zatrudnieni są w nich tylko na kilka godzin, więc trudno zauważyć im każde dziecko potrzebujące pomocy. Poza tym, z różnych przyczyn finansowych, samorządy ograniczają etaty psychologów, co skutkuje brakiem odpowiedniej opieki. Przyczynę stanowi niewystarczające dofinansowanie i, mimo wdrożonej reformy, finansów wciąż jest za mało. Słabo wynagradzani psycholodzy i psychoterapeuci nie chcą pracować w poradniach, następuje odpływ dobrze wykfalifikowanych specjalistów do sektora prywatnego. Zawód wymaga ustawicznego kształcenia, co wiąże się z kosztami.

Początkujący nie mają od kogo się uczyć i nie mają zapewnionej odpowiedniej superwizji. W tym kontekście, przewodnicząca OZZP zaapelowała o faktyczny wzrost dofinansowania.
Pani senator Beata Małecka-Libera podsumowała panel koniecznością stworzenia nowego modelu współpracy: dom-szkoła oraz wypracowania narodowej strategii zwalczania skutków pandemii.

Drugi panel, prowadzony przez prof. Alicję Chybicką rozpoczął **Marek Michalak, były Rzecznik Praw Dziecka.** Według niego fundament stanowi doszacowanie problemów w systemach edukacji i zdrowia. Pan Michalak zaznaczył, że nieudana reforma edukacji i pandemia doprowadziły do wręcz tragicznej sytuacji. Marek Michalak proponuje działać na trzech płaszczyznach. Pierwszą stanowi dom rodzinny ze stabilną rodziną, drugą jest szkoła. Brakuje wsparcia i codziennego kontaktu. Trzecią płaszczyznę stanowi świat wirtualny. Rolą dorosłych w tych obszarach jest umiejętne towarzyszenie młodemu człowiekowi. Zaczynać trzeba od samego początku, czyli kształcenia ludzi, którzy będą nieść pomoc i edukować. Należy postawić na wspólny spójny system działania.

Od strony praktycznej niesienia pomocy młodym, wypowiedziała się **Angelika Friedrich, działająca w *Nastoletnim Azylu.*** Jest to platforma psychoedukacyjna prowadzona od trzech lat z wieloma specjalistami, współpracująca z fundacjami i działająca w psychoedukacji. Stawia na łamanie stereotypów, pomaga reformie, ale także wytyka znajdujące się w niej błędy. Pani Friedrich podkreśliła, że psycholog musi być w każdej szkole. Pochwaliła działalność infolinii 116 i 111 ze spełniającym swoje zadanie personelem, które notabene finansowane są przez prywatnych darczyńców. Zaapelowała o postawienie na profilaktykę i kampanie społeczne promujące zachowanie zdrowia psychicznego.

Grzegorz Saj z Biura Rzecznika Praw Pacjenta stwierdził, że należy działać długofalowo. Podkreślił konieczność współpracy reprezentowanego Biura z pełnomocnikiem Rządu, panią prof. Janas-Kozik a także dr hab. Barbarą Remberk. Poinformował, że Biuro Rzecznika Praw Pacjenta zajmuje się działaniami doraźnymi i stawia na nie. Zwrócił również uwagę na problem początkujących studentów stający się coraz bardziej poważnym. Pan Saj zaznaczył, że trzeba zadbać o bezpieczeństwo fizyczne specjalistów, wobec których dochodzi do aktów agresji i napaści. Podał przykład wszytych w fartuchy służbowe czipów umożliwiających szybkie i skuteczniejsze wezwanie pomocy w sytuacji zagrożenia. Podkreślił, że taka forma zabezpieczenia nie wymaga dużo nakładów finansowych.

Ostatnia lektorka, **pani Małgorzata Kolankowska, autorka książki *Wyspa. Mamo, przyjedźcie! Powiedzieli mi, że mam raka,*** przedstawiła wzruszającą walkę i trwanie rodzica przy dziecku z chorobą onkologiczną. „Onkorodziny" wymagają stałego wsparcia, w obliczu choroby dziecka rodziny stają się rodzinami w kryzysie. Przeżycia związane z chorobą zmieniają, dlatego tak ważne są chęć walki i edukacja społeczna, która oswoi ludzi zdrowych np. z widokiem łysej główki leczonego dziecka. Choroba pokazuje jak ważne są czas i uważność poświęcone drugiemu człowiekowi, nie tylko choremu.
Pani prof. Alicja Chybicka stwierdziła, że istotnym elementem ratowania psychiatrii jest ratowanie psychiatrii i psychologii w odniesieniu do pacjentów przewlekle chorych.
Dobrym, przyszłościowym rozwiązaniem jest powstawanie tzw. klinik mentalnych, które świadczyć będą wsparcie psychologiczne.

W dyskusji, prowadzonej przez główną inicjatorkę spotkania, **poseł Martę Golbik,** podkreślano kwestię braku kadry przy narastającej liczbie prób samobójczych. Poseł Grzegorz Schetyna zadeklarował przeprowadzenie przez parlamentarzystów rozmów dotyczących wsparcia finansowego dla przygotowujących programy naprawcze. Senator Agnieszka Gorgoń-Komor zaapelowała o pilne wdrażanie konkretnych zmian systemowych oraz podkreśliła konieczność finansowania służby zdrowia na poziomie europejskim. Wszyscy mówcy zaznaczyli konieczność opracowania wymienianej wielokrotnie narodowej strategii i zwiększenia nakładów finansowych na służbę zdrowia. Padły również słowa uznania dla personelu świadczącego opiekę, w którym, mimo niskich zarobków i innych trudności, duch niesienia rzetelnej pomocy nie upadł. Należy zintensyfikować działania na rzecz poprawy dostępności do pomocy psychologicznej i psychiatrycznej. Zawód sam w sobie musi też oferować wykonującemu go odpowiedni poziom wynagrodzenia, należy zerwać z przekonaniem, że zawsze znajdą się pasjonaci z misją świadczenia pomocy mimo wszystko.

Dziękując za spotkanie, poseł Marta Golbik zapowiedziała kontynuację tematu w ramach działalności Zespołów.

A.D.
Biuro Spraw Senatorskich