

# Świętokrzyskie dni profilaktyki z oddziałem PTP Kielce



PTP  
Sekcje i Oddziały

## Bogusława Supierz – Nowińska

Oddział PTP w Kielcach uczestniczy od wielu lat w Świętokrzyskich Dniach Profilaktyki, które organizuje w naszym województwie corocznie w maju Świętokrzyskie Centrum Profilaktyki i Edukacji. W bieżącym roku podjęliśmy razem z Ogólnopolskim Związkiem Zawodowym Psychologów Oddziałem Terenowym przy Świętokrzyskim Centrum Psychiatrii w Morawicy wspólną inicjatywę udziału w tych Dniach. Nasze doświadczenia pokazują, że jest to bardzo wartościowa inicjatywa i może być inspiracją

Przygotowana została przez psychologów Danutę Glandę i Macieja Neugebauera (członków naszego Oddziału oraz członków OZZP) prezentacja multimedialna w zakresie promocji zdrowia psychicznego pt.: „**Choroba psychiczna – fakty i mity**”. Oferta skierowana została do młodzieży szkół gimnazjalnych i średnich i miała na celu między innymi „odczarowanie” często nieprawdziwych i krzywdzących informacji na temat ludzi borykających się z różnymi zaburzeniami psychicznymi. Oprócz funkcji edukacyjnej była to też okazja do nawiązania kontaktu z młodzieżą oraz wspólnej dyskusji. Poruszono zagadnienia dotyczące stereotypów, obaw i lęków, odbioru ludzi chorych przez rówieśników. Zwrócono uwagę na problemy, z jakimi mogą się borykać chorzy w codziennym funkcjonowaniu (np. odrzucenie przez grupę rówieśniczą, przemoc, trudności w nauce). Omówiono z młodymi ludźmi, tak ważne na ich etapie rozwojowym, zagadnienia dotyczące zdrowia i higieny psychicznej. Wyjaśniono obszary pracy psychologa, psychoterapeuty i psychiatry, gdyż w trakcie dyskusji okazało się, że bardzo często zawody te są mylone ze sobą a informacje, którymi dysponują młodzi ludzie odbiegają od rzeczywistości.

Spotkania z młodzieżą odbyły się w 11 szkołach i placówkach województwa świętokrzyskiego, m.in. w Kielcach, Jędrzejowie, Pińczowie, Chmielniku, Busku Zdroju i Gackach. Wzięło w nich udział około 260 uczniów. W niektórych szkołach spotkania te miały charakter wykładowy zaś w innych przyjmowały formę warsztatową. Zorganizowanie ilości uczniów oraz formy pracy z nimi (jedna klasa czy kilka klas w świetlicy) pozostawiliśmy dyrektorom wybranych placówek. Z informacji zwrotnych, jakie uzyskaliśmy od osób zaangażowanych w to przedsięwzięcie wiemy, że w przyszłości warto podejmować działania skierowane do młodych ludzi. Efektywniejsza jednak wydaje się forma pracy w małej grupie niż wykłady dla większej ilości osób.

Zajęcia spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem ze strony młodzieży. Uczniowie po części wykładowej zadawali dużo interesujących pytań, byli zaangażowani oraz zgłaszali potrzebę ponownego przeprowadzania podobnych spotkań o tematyce zdrowia psychicznego w przyszłym roku szkolnym.

Warto podkreślić, iż grupa uczniów w jednym z kieleckich liceów, która w marcu tego roku utworzyła Koło Psychologiczne pod opieką psychologa szkolnego zainspirowana spotkaniami postanowiła kontynuować działania na rzecz promocji zdrowia psychicznego. Zdecydowano, że we wrześniu roku szkolnego 2018/2019 Koło zorganizuje spotkania z tematyki zaburzeń psychicznych dla całej społeczności szkolnej. Planują przekaz interaktywny w formie filmu oraz prelekcji mającej na celu poszerzenie świadomości odnośnie depresji oraz zaburzeń odżywiania.

Serdecznie dziękujemy osobom zaangażowanym w nasze działania. Liczymy również w przyszłości na większe chęci naszego lokalnego środowiska psychologicznego w angażowanie się we wspólne inicjatywy na rzecz szeroko rozumianego zdrowia psychicznego.

Korzystając z okazji życzymy Państwu udanych urlopów i wypoczynku tak ważnego dla zachowania radości i równowagi psychicznej :)