

## Wyniki badań "Młode głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym"

- **Co drugi uczeń w Polsce wieku 10-19 lat ma skrajnie niską samoocenę i bardzo złe zdanie o sobie.**
- **Ponad 80% ankietowanych w kłopotliwej sytuacji nie potrafi znaleźć rozwiązania i nie radzi sobie ze stresem dnia codziennego.**
- **Co trzecie dziecko nie ma chęci do życia,**
- **a 8,8% dzieci w Polsce deklaruje, że podjęło próbę samobójczą.**
- **To wyniki badań przeprowadzonych w ramach projektu "Młode Głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym", który prowadzi Fundacja UNAWEZA.**
- **Naczelna Rada Adwokacka jest partnerem projektu.**

Projekt ruszył 10 października 2022 r. w Światowym Dniu Zdrowia Psychicznego. Pierwszym etapem były badania wśród młodzieży.

W anonimowym badaniu MŁODE GŁOWY Fundacji UNAWEZA udział wzięło 184 tysiecy uczniów w wieku 10-19 lat ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych z całej Polski. Badanie zostało koordynowane przez Fundację Dbam o Mój Z@sięg w ramach programu Szkoła Odpowiedzialna Cyfrowo od 25 października 2022 r. do 10 marca 2023 r.

Wyniki badań zostały opublikowane 17 kwietnia 2023 r. ([przejdź do strony z raportem](#))

Według głównych wyników opublikowanego na stronie [www.mlodeglowy.pl](http://www.mlodeglowy.pl) raportu:

- Młodzi spodziewają się porażki. Stres dnia codziennego przerasta 81,9 % osób.
- Co trzecie dziecko nie ma chęci do życia - 8,8% dzieci w Polsce deklaruje, że podjęło próbę samobójczą (szacunkowo może to być aż 340 tysięcy młodych osób, według GUS w Polsce jest 3 863 630 osób w wieku 10-19 lat, stan z 31.12.2021 r.), a myślało o niej 39,2% uczniów (można szacować, że to nawet 1,5 miliona osób)
- Prawie 70% badanych, nigdy nie korzystało ze wsparcia psychologa w szkole i pozaszkolą.
- Połowa uczniów ma skrajnie niską samoocenę a, co trzeci jest swoim największym krytykiem, odchudza się lub ćwiczy ponad swoje siły.
- Co szóste dziecko się okalecza (16%), a blisko połowa ma zaburzenia odżywiania - kompulsywnie się objada lub głodzi. Prawie 40% ogląda materiały prezentujące przemoc w sieci.
- Dla ponad połowy młodych największym wsparciem jest rodzina, a dopiero potem koledzy i nauczyciele.

Na podstawie opracowanych wyników powstaje kompleksowa oferta edukacyjna z konkretnymi narzędziami dla dzieci i rodziców oraz nauczycieli, w tym:

- Ogólnodostępny program profilaktyczny z praktycznymi materiałami dla uczniów, nauczycieli i rodziców, który będzie dostępny już w nadchodzącym roku szkolnym;
- „Złoty standard” pomocy psychologicznej dla wszystkich szkół w kraju — czyli konkretne rozwiązania służące ochronie zdrowia psychicznego uczniów;
- Opracowane przez ekspertów rekomendacje, pakiety wsparcia dla nauczycieli, rodziców oraz

dzieci.

Działania prowadzone są we współpracy z szeregiem fundacji, organizacji pozarządowych i instytucji naukowych m.in.:

Wydziałem Nauk Społecznych Uniwersytetu Gdańskiego,  
Uniwersytetem Szczecińskim — Instytutem Pedagogiki,  
Fundacją Dbam o Mój Z@sięg,  
Instytutem Cyfrowego Obywatelstwa,  
Naczelną Radą Adwokacką,  
Naczelną Izbą Lekarską,  
Centrum Zdrowia Dziecka,  
Fundacją po Drugie,  
Fundacją Zobacz... JESTEM,  
SEXed,  
Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę,  
Salonem Edukacyjnym EMPIRIA,  
Fundacją Można Zwariować,  
Nastoletnim Azylem,  
portalem Librus,  
Donateo.  
Ambasadorem projektu raper Bedoes.

Wraz z publikacją raportu Fundacja UNaweza uruchomiła stronę [www.mlodeglowy.pl](http://www.mlodeglowy.pl) oraz rozpoczyna kampanię edukacyjną "Otwarcie o zdrowiu psychicznym".

Działania Fundacji UNaweza mają zwrócić uwagę na problemy ze zdrowiem psychicznym wśród młodych, wskazać związane z tym wyzwania i przyczynić się do normalizacji sięgania po pomoc. W ramach raportu opublikowano 40 rekomendacji, dzięki którym będzie można poprawić ich jakość życia psychicznego dzieci i młodzieży.



Wyniki raportu „MŁODE GŁOWY.  
Otwarcie o zdrowiu psychicznym”



Partner projektu