

Szymon Grzelak, Dorota Żyro

Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie?

Wyzwania i rekomendacje dla wychowania,
profilaktyki i ochrony zdrowia psychicznego
po trudnych latach 2020–2022



Raport oparty na wynikach badań IPZIN z lat 2021–2022
przeprowadzonych wśród ponad 80 000 uczniów, rodziców i nauczycieli.

Szymon Grzelak, Dorota Żyro

Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie?

Wyzwania i rekomendacje dla wychowania,
profilaktyki i ochrony zdrowia psychicznego
po trudnych latach 2020–2022

Raport oparty na wynikach badań IPZIN z lat 2021–2022
przeprowadzonych wśród ponad 80 000 uczniów, rodziców i nauczycieli.



Warszawa, maj 2023

Raport został opracowany przez zespół ekspertów Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej.

Dużą część analiz statystycznych i prac nad wnioskami z badań sfinansował Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w ramach Programu wsparcia psychologiczno-pedagogicznego dla uczniów i nauczycieli w pandemii Ministra Edukacji i Nauki.

Część III raportu pt. Perspektywy demograficzne Polski w świetle badań nad młodzieżą (...) została opracowana na zlecenie Ośrodka Rozwoju Edukacji.

Pozostałe prace merytoryczne zostały sfinansowane ze środków własnych Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej, w tym z darowizn indywidualnych darczyńców.

Szeroka skala badań (ponad 80 000 osób badanych) wykorzystanych w raporcie była możliwa dzięki projektom realizowanym ze środków Ministerstwa Edukacji i Nauki i Ministerstwa Sprawiedliwości oraz programu Erasmus+.

Koszty druku współfinansował Instytut Wiedzy o Rodzinie i Społeczeństwie.

Autorzy raportu:

dr Szymon Grzelak, mgr Dorota Żyro

**przy współpracy zespołu pracowników i współpracowników
Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej:**

mgr Agnieszka Stec

mgr Szymon Szumiół

mgr Marcin Łuczka

dr Szymon Czarnik

mgr Agata Balcerzak

mgr Magdalena Lubońska

mgr Beata Michalik

mgr Aleksandra Czajkowska

mgr-inż. Maciej Trafny

© Instytut Profilaktyki Zintegrowanej

Wydanie I, Warszawa 2023

Druk:

Offsetdruk i media Sp. z o.o. Cieszyn

Skład i opracowanie graficzne:

Studio Edo

ISBN 978-83-949165-2-7

Spis treści

Część wprowadzająca	9
Trudne lata 2020–2022 i odpowiedź profilaktyki zintegrowanej	11
Epidemia i jej skutki	11
Wojna i jej skutki	12
Problemy ekonomiczne	13
Problemy demograficzne	14
Odpowiedź profilaktyki zintegrowanej	15
Instytucje, których wsparcie było kluczowe dla przeprowadzenia badań i sporządzenia raportu	16
Struktura raportu	17
Rama teoretyczna raportu	19
Wzrost roli wychowania i profilaktyki w obliczu ograniczeń systemu opieki psychiatrycznej i psychologicznej	20
Problemy systemu ochrony zdrowia psychicznego	21
Perspektywa suicydologii	23
Rekomendacje raportu ipzin z 2021 – cenny punkt wyjścia	25
Cel raportu	27
Główne źródła danych wykorzystanych w pracy nad raportem	29
Wybór najważniejszych wniosków z badań i rekomendacji praktycznych	34
Część I	
Wyniki aktualnych badań, a potrzeby działań wychowawczych, profilaktycznych i wspierających kondycję psychiczną uczniów po roku 2022	43
I.1. Kondycja psychiczna uczniów 2020–2022 i czynniki na nią wpływające	44
I.1.1. Kondycja psychiczna uczniów w świetle badań IPZIN 2020–2022	44
I.1.1.1. Indeks kondycji psychicznej i jego zmiany w latach 2020–2022	44

I.1.1.2. Indeks kondycji psychicznej a płeć i etap edukacji w roku szkolnym 2021/2022	51
I.1.1.3. Indeks kondycji psychicznej a geograficzna bliskość wojny w roku szkolnym 2021/2022	56
I.1.1.4. Kondycja psychiczna a dominujące uczucia uczniów – zmiany w latach 2020–2022	58
I.1.1.3. Obawy, uciążliwości i potrzeby uczniów a konsekwencje wojny na Ukrainie	64
I.1.2. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną uczniów w świetle badań IPZIN 2020–2022	69
I.1.2.1. Wnioski z badań nad czynnikami wpływającymi na kondycję psychiczną uczniów z pierwszego roku epidemii (2020)	69
I.1.2.2. Czynniki ryzyka słabszej kondycji psychicznej uczniów w badaniach z lat 2021/2022	73
I.1.2.3. Słaba kondycja psychiczna a zachowania ryzykowne młodzieży	75
I.1.2.4. Czynniki wzmacniające kondycję psychiczną uczniów w badaniach z lat 2021/2022	77
I.1.2.5. Wybrane czynniki związane z kondycją psychiczną – wyniki szczegółowe	79
I.1.2.6. Wsparcie osób z najbliższego otoczenia jako fundament naturalnego systemu wsparcia dzieci i młodzieży	85
I.1.2.7. Różnice między szkołami w kondycji psychicznej uczniów i czynniki z nimi powiązane (badania 2021/2022)	93
I.1.2.8. Korelacje kondycji psychicznej uczniów ze wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli (2021/2022)	97
I.1.2.9. Korelacje kondycji psychicznej uczniów ze wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców (2021/2022)	100
I.1.3. Wnioski i rekomendacje	102
I.2. Kondycja psychiczna rodziców i nauczycieli 2021–2022 i wybrane czynniki na nią wpływające	114
I.2.1. Kondycja psychiczna nauczycieli i czynniki najsilniej z nią korelujące	115
I.2.2. Kondycja psychiczna rodziców i czynniki najsilniej z nią korelujące	118
I.2.3. Wnioski i rekomendacje	123
I.3. Odpowiedź praktyczna profilaktyki zintegrowanej w niestabilnych latach 2021–2022: monitoring i ewaluacja programów dla młodzieży	126
I.3.1. Monitoring programu Archipelag Skarbów w latach 2021–2022	129
I.3.1.1. Podstawowe informacje o programie Archipelag Skarbów	129
I.3.1.2. Wyniki monitoringu programu Archipelag Skarbów z lat 2021–2022	130
I.3.1.3. Wnioski i rekomendacje	136
I.3.2. Monitoring programu Gwiazda Mocy w latach 2021–2022	136
I.3.2.1. Podstawowe informacje o programie Gwiazda Mocy	136
I.3.2.2. Wyniki monitoringu programu Gwiazda Mocy z lat 2021–2022	138
I.3.2.3. Wnioski i rekomendacje	141

I.3.3. Dane z monitoringu realizacji programów z lat 2021–2022 dotyczące oczekiwań i potrzeb odbiorców: uczniów, rodziców i nauczycieli	142
I.3.3.1. Identyfikacja potrzeb młodzieży w świetle odpowiedzi uczniów i ich rodziców	142
I.3.3.2. Identyfikacja potrzeb rodziców w zakresie wsparcia w realizacji zadań wychowawczych	148
I.3.3.3. Potrzeby nauczycieli dotyczące wsparcia w realizacji zadań wychowawczych i profilaktycznych.	149
I.3.3.4. Identyfikacja barier dla działań profilaktycznych i wychowawczych	149
I.3.3.5. Wnioski i rekomendacje	150
I.3.4. Wnioski z badań ewaluacyjnych programów profilaktyki zintegrowanej do realizacji zdalnej	152
I.3.5. „Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w Każdą Pogodę ” i jej ewaluacja	153
I.3.5.1. Opis „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej Nawigacja w Każdą Pogodę ”	153
I.3.5.2. Wprowadzenie do ewaluacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej Nawigacja w Każdą Pogodę ”	155
I.3.5.3. Perspektywa szkolnych koordynatorów	156
I.3.5.4. Perspektywa wychowawców	168
I.3.5.5. Perspektywa nauczycieli	172
I.3.5.6. Perspektywa uczniów	174
I.3.5.7. Perspektywa rodziców	191
I.3.5.8. Podsumowanie wyników	200
I.3.5.9. Wnioski i rekomendacje	202

Część II

Budowanie odporności i umiejętności reagowania na sytuacje kryzysowe jako forma adaptacji do niestabilności współczesnego świata 207

II.1. Interwencja kryzysowa w Przewodowie. Opis działań kluczowych instytucji i decydentów	208
II.1.1. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Kuratorium Oświaty w Lublinie	208
II.1.2. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie	211
II.1.3. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie	213
II.1.4. Podsumowanie po 2,5 miesiącach od wydarzenia	215
II.1.5. Kompetencje kluczowe w sytuacji kryzysowej	216
II.1.6. Wnioski i rekomendacje	216
II.2. Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży jako wyzwanie naszych czasów	220
II.2.1. Ograniczenia podejścia opartego na reagowaniu post factum na kryzysy	220

II.2.2. Znaczenie uprzedzającego nabywania odporności i hartowania	222
II.2.3. Przykładowy obszar naturalnego hartowania w warunkach szkolnych	228
II.2.4. Wnioski i rekomendacje	232

Część III

Perspektywy demograficzne Polski w świetle badań nad młodzieżą, jej kondycją psychiczną, zagrożeniami współczesności i efektami działań profilaktycznych	235
--	-----

III.1. Rozwój badań IPZIN nad młodzieżą w kontekście demografii przyszłości w latach 2014–2018	237
III.1.1. Czym jest wczesna profilaktyka problemów demograficznych? Geneza i znaczenie terminu	237
III.1.2. Dzietność w marzeniach młodzieży w pionierskich badaniach IPZIN (przed 2015 r.)	240
III.1.3. Dzietność w marzeniach młodzieży w badaniach IPZIN z lat 2014–2017	244
III.1.4. Wpływ polityki prorodzinnej rządu po roku 2015 na dzietność w marzeniach młodzieży w badaniach IPZIN z lat 2014–2017	252
III.2. Zmiany w marzeniach o posiadaniu dzieci w okresie światowych wstrząsów w świetle badań z lat 2019–2022	255
III.2.1. Dzietność w marzeniach młodzieży a czas epidemii w badaniach IPZIN z lat 2019–2020	255
III.2.2. Udaane życie rodzinne i dzieci w badaniach CBOS	259
III.2.3. Włączenie pytania CBOS o dążenia i cele życiowe młodzieży do badań IPZIN	261
III.2.4. Wątki demograficzne w międzynarodowych badaniach EIIP nad młodzieżą 2021–2022	264
III.2.4.1. Czynniki związane z „dzietnością w marzeniach” młodzieży z Polski, Litwy i Malty	264
III.2.4.2. Czy „efekt babci” ma potencjał pro-demograficzny?	266
III.2.5. Związki między wskaźnikami „dzietności w marzeniach” a wskaźnikami dążeń i celów życiowych w polskich i międzynarodowych badaniach IPZIN/EIIP	268
III.2.5.1. Korelacje wskaźników w badaniach międzynarodowych IPZIN/EIIP	268
III.2.5.2. Związki między różnymi wskaźnikami „demografii przyszłości” w polskich badaniach IPZIN	271
III.2.6. Prodemograficzne cele życiowe młodzieży a zachowania ryzykowne z różnych obszarów w badaniach międzynarodowych EIIP	276
III.2.7. Prorodzinne marzenia młodzieży w badaniach IPZIN z okresu jesień 2021 – jesień 2022	278
III.2.7.1. Cele życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu jesień 2021–jesień 2022	279
III.2.7.2. Prorodzinne cele życiowe młodzieży w kontekście innych celów	285

III.2.7.3. Prorodzinne cele życiowe a kondycja psychiczna młodzieży	287
III.2.7.4. Prorodzinne cele życiowe a zachowania ryzykowne młodzieży	289
III.2.7.5. Marzenia prorodzinne a bariery w realizacji marzeń	295
III.2.8. Pragnienia emigracyjne a pragnienia prodemograficzne młodzieży – doniesienie wstępne	303
III.2.9. Efekty prodemograficzne programów profilaktyki zintegrowanej w badaniach ewaluacyjnych z lat 2007–2020	308
III.2.9.1. Czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z „dzietnością w marzeniach” jako płaszczyzna odniesienia dla badań ewaluacyjnych	309
III.2.9.2. Program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® i wyniki badań nad jego skutecznością w kontekście zagadnień demograficznych	311
III.2.9.3. Prodemograficzne efekty programów online czasu epidemii	315
III.3. Wnioski i rekomendacje	317
Bibliografia	328
Spis tabel	331
Spis wykresów	333
Załącznik 1. Kondycja psychiczna uczniów – wyniki analiz statystycznych	341
Załącznik 2. Czynniki związane z kondycją psychiczną rodziców i nauczycieli	365
Załącznik 3. Dążenia i cele życiowe młodzieży a demografia	371

Część wprowadzająca



TRUDNE LATA 2020–2022 I ODPOWIEDŹ PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ

EPIDEMIA I JEJ SKUTKI

Od kilku lat, a w szczególności od roku 2020, sytuacja na świecie i w Polsce zmienia się bardzo dynamicznie. Dramatyczne zmiany i niepewność są, paradoksalnie, najbardziej stałą cechą minionego, i wciąż jeszcze trwającego czasu. W latach 2020–2021 najbardziej wyraźną przyczyną zmian była **epidemia COVID-19 oraz jej skutki**. Szkoły na przemian działały stacjonarnie, hybrydowo lub zdalnie. Zmieniały się formy reżimu sanitarnego. Z mediów i z eksperckich raportów napływały z jednej strony informacje o ofiarach koronawirusa, a z drugiej o dotkliwych skutkach ubocznych reżimu sanitarnego. Kolejne fale epidemii wpływały silnie na nastroje uczniów, rodziców i nauczycieli potęgując niepewność i obawy.

Okres izolacji i reżimu sanitarnego spowodował **dotatkowo spotęgowany wzrost znaczenia Internetu** w wielu dziedzinach – od zmian w gospodarce i trybie pracy zawodowej w wielu branżach poprzez edukację zdalną aż po sferę rozrywki czy kontaktów międzyludzkich. Już przed epidemią liczni rodzice, wychowawcy i eksperci wyrażali głębokie obawy o uzależnienie dzieci i młodzieży od Internetu, smartfonu, gier komputerowych. Czas izolacji spowodował ogromny wzrost kontaktu z Internetem wśród uczniów, co wiązało się nie tylko z nauczaniem zdalnym, ale także dużo większą ekspozycją młodych na „internetowe podwórko”, na którym spędzali swój czas wolny.

„Internetowe podwórko” to przestrzeń, która nie jest przez nikogo faktycznie nadzorowana, a dostęp dzieci i młodzieży do szkodliwych treści nie jest na nim w żaden realny sposób ograniczany – tak jak ogranicza się dostęp do alkoholu czy papierosów. Wiele spośród tysięcy dostępnych na tym podwórku gier komputerowych świadomie wykorzystuje mechanizmy manipulacyjne, których celem jest uzależnianie grających. Wiele filmów, gier czy stron internetowych, podsuwanych młodzieży przez usługowe algorytmy, zawiera treści pornograficzne, wulgarne i pełne brutalności. Bardzo często wszystkie te elementy są połączone – pornografia z wulgarnością, okrucieństwem i skrajnym poniżaniem drugiej osoby. Co więcej, liczne internetowe narzędzia operujące na „internetowym podwórku” są tworzone po to, by kształtować umysły odbiorców w sposób zgodny z interesami lub ideologiami ich twórców – tak, by uczynić z nich idealnych klientów lub posłusznych klakierów. Na tego typu wpływy najmniej odporni są najmłodsi, których osobowości, niedojrzałe jeszcze do krytycznej refleksji, najłatwiej zdominować i ukształtować. Starsze pokolenia, w czasach swojego dzieciństwa, odkrywały świat na szarych i niedużych podwórkach kamienic lub blokowisk. O tym, że dzieje się coś niepokojącego przynajmniej czasem rodzice mogli się dowiedzieć wyglądając przez okno lub rozmawiając z sąsiadami. Dziś dzieci i młodzież mają do dyspozycji kolorowe „internetowe

podwórko” obejmujące cały świat. Jego wpływ znacząco wzmożł się w okresie epidemii, a jest o wiele trudniejszy do kontroli.

Wieloraki wpływ okresu epidemii i izolacji z lat 2020–2022 na rozwój psychospołeczny i kondycję psychiczną dzieci i młodzieży wciąż trwa i będzie trwał. Wiedza z psychologii rozwojowej, a także zwykły zdrowy rozsądek uczą, że wydarzenia, które na parę lat wyrzuciły do góry nogami normalne życie nie mogą nie pozostawić trwałego śladu u dzieci i młodzieży, a więc u osób, dla których był to okres szczególnie dużej wrażliwości i szczególnie intensywnego rozwoju.

Nie wiemy czy i z jaką siłą pojawi się kolejna fala epidemii koronawirusa lub jakakolwiek inna epidemia. Zagrożenie epidemiczne nie minęło. **Nawet jednak, gdyby nie doszło do kolejnej epidemii i lockdownu w okresie najbliższych kilku lat, to i tak post-epidemiczny stres długo jeszcze będzie w społeczeństwach obecny, a nasilone obawy będą się budziły przy każdej fali medialnych doniesień o nowym potencjalnym źródle zagrożenia.**

Podsumowując ten wątek, czynników związanych z epidemią i reżimem sanitarnym z pewnością nie można jeszcze odłożyć *ad acta*, jeśli chcemy prowadzić rzetelną refleksję nad skutecznym wspieraniem rozwoju i skuteczną ochroną zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

WOJNA I JEJ SKUTKI

Nie przeminęła jeszcze czwarta fala epidemii COVID-19, gdy w lutym 2022 roku pojawiło się nagle nowe zagrożenie, tym razem militarne – **najazd wojsk rosyjskich na Ukrainę i jego wielorakie konsekwencje.** Doświadczenie wojny na Ukrainie to nie tylko dramat ofiar i okrucieństwo sprawców oglądane za pośrednictwem mediów. To także ogromna fala uchodźców, osobisty kontakt z nimi i ich przeżyciami, a także pomoc im. **Im dłużej trwa wojna, im głębsza jest trauma żyjących wśród wojny obywateli Ukrainy, im dłużej bombardowani będziemy informacjami o wojennych tragediach, tym głębiej ta trauma stanie się także naszym i naszych dzieci udziałem.**

Mechanizmy dziedziczenia i przenoszenia traumy mają nie tylko wymiar biologiczny, ale także społeczny. Oczywiście najsilniej przenoszenie traumy będzie widoczne w pionowym przekazie międzypokoleniowym, ale przecież nie tylko. Pomyślmy o polskiej uczennicy, której ukraińska koleżanka ze szkolnej ławki właśnie dostała informację o śmierci bliskich. Siła empatii, z jaką polska nastolatka przeżyje tragedię przyjaciółki przełoży się na wielkość współcierpienia. Piękno i trud empatii leży w tym, że w wymiarze psychologicznym i duchowym jest ona podjęciem ciężaru życiowego, który niesie inna osoba. Trauma ukraińskiej dziewczyny odcisnie się także na jej polskiej koleżance. Tak więc tragedia i cierpienie Ukrainy nie dzieje się tylko gdzieś daleko, za granicą, ale i tu, w Polsce, za pośrednictwem milionów żyjących z nami uchodźców. A przecież wielu spośród tych uchodźców zadomowi się w Polsce na trwałe i z Polską zwiąże swoje życie. Na trwałe zrosną się z naszym społeczeństwem wnosząc w nie swój potencjał, ale także swoje zranienia.

Zwróćmy uwagę, że jako Polacy jesteśmy narodem niosącym w zbiorowej świadomości kulturowej liczne traumy historyczne – od zaborów, poprzez przegrane powstania, hekatombę

wojen, aż po półwiecze komunistycznego zniewolenia. Carska i komunistyczna Rosja jest przyczyną wielu z tych traum. **Doświadczenie agresji rosyjskiej na Ukrainę i kontaktu z uchodźcami rezonowało w naszym społeczeństwie tak silną empatią zapewne także dlatego, że aktywowane zostały nasze polskie traumy historyczne.** Im bardziej naszą głęboko przeżywaną empatię jesteśmy w stanie przełożyć na realną pomoc ofiarom wojny – materialną, psychiczną, duchową – tym lepiej. Najgorszy wariant to bezradność i bezczynność w obliczu cierpienia innych. Póki pomagamy, póty nie grożą nam i naszym dzieciom degradujące skutki obojętności i bycia milczącymi świadkami cudzej tragedii – tragedii bliźniaczej z naszymi tragediami z przeszłości.

Szczęśliwie, do chwili zakończenia prac nad tym raportem (kwiecień 2023) bezpośrednie działania wojenne nie objęły Polski. Wojna toczy się w sąsiednim kraju Europy, kraju nam bliskim, ale jednak tam a nie tu. Poczucie bezpieczeństwa Polski i Polaków nie jest jeszcze mocno zagrożone. Zupełnie inaczej by to wyglądało **w przypadku eskalacji wojny na Ukrainie poza jej granice.** Doświadczylśmy tego w pewnym stopniu po uderzeniu rakiety przeciwlotniczej w przygranicznym Przewodowie. Co by było, gdyby więcej rakiet uderzyło w Polskę? Albo gdyby, nie daj Boże, doszło do punktowego odwetowego ataku nuklearnego Rosji na państwa wspierające Ukrainę z Polską na czele? O odpowiednie rozwiązania militarne i polityczne w przypadku spełnienia się takich czarnych scenariuszy troszczyć się musi rząd, prezydent i armia. **Zadaniem osób zajmujących się wychowaniem i profilaktyką jest sprzedające przygotowanie się – przynajmniej mentalne i koncepcyjne – do odpowiedniego zatroszczenia się o dzieci i młodzież.** Przygotowanie takie ma sens także wtedy, gdy do realizacji czarnych scenariuszy nie dojdzie. Analiza wyników badań przedstawionych w tym raporcie może być istotnym krokiem w takiej refleksji.

PROBLEMY EKONOMICZNE

Całkiem **osobny zbiór zagrożeń jest związany z ekonomicznymi skutkami wojny.** Jedną z broni tradycyjnie stosowanych przez Rosję jest szantaż energetyczny. Elementem wojennego czasu są sankcje, które siłą rzeczy uderzają także w tych, którzy je nakładają. W zglobalizowanym świecie pełnowymiarowa wojna dwóch krajów wywołuje trzęsienie ziemi na wszystkich światowych rynkach. Wybuchła ona w momencie, gdy gospodarki większości krajów nie zdążyły jeszcze uporać się z problemami ekonomicznymi wynikłymi z okresu epidemii. Pierwszą silnie odczuwalną konsekwencją ekonomiczną wojny jest inflacja. Niemal całe społeczeństwo w jakimś stopniu odczuwa skutki mniejszej siły nabywczej pieniądza. U wielu rodzin o nieco wyższych przychodach będzie to pewna uciążliwość, ale uciążliwość ograniczona tylko do zmniejszenia możliwości konsumpcyjnych wykraczających ponad koszyk dóbr podstawowych. Dla pewnej liczby rodzin może jednak oznaczać realny krok w kierunku ubóstwa. W zależności od dalszego przebiegu wojny i jej kolejnych skutków dla gospodarki, a także od prowadzonych działań osłonowych, liczba dotkniętych poważnym kryzysem ekonomicznym może być znacząco większa lub mniejsza. W refleksji nad mądrym wspieraniem dzieci i młodzieży nie może zabraknąć uwzględnienia tego elementu w przewidywaniach i to niezależnie od tego, czy będziemy mieli do czynienia z realną biedą części społeczeństwa, czy też jedynie z niespełnionymi obawami przed popadnięciem w ubóstwo.

Drugą ważną konsekwencją gospodarczą, na którą długofalowo trzeba być gotowym jest **zagrożenie ograniczoną podażą energii**. Może ono potencjalnie oznaczać niedogrzenie szkół i możliwość lockdownu w obliczu braku warunków do nauki dla uczniów i warunków pracy dla nauczycieli. Ewentualne okresowe wyłączenia prądu mogą nie tylko utrudniać życie codzienne i naukę, ale także osłabiać opartą na technologiach elektronicznych sieć kontaktów międzyludzkich, na przykład wtedy, gdyby wyłączenia przełożyły się na brak dostępu do Internetu i sieci komórkowej. Od jesieni 2022 takiej sytuacji doświadcza cała Ukraina – także rejony oddalone od linii frontu. Jeśli przez kilka godzin jest akurat prąd i kontakt ze światem, to trzeba ten czas wykorzystać tylko w najbardziej koniecznych celach. Takie zagrożenie należy brać pod uwagę także w Polsce i być gotowym na poradzenie sobie z nim niezależnie od tego czy się pojawi w roku 2023, 2025 czy wcale się nie pojawi. W niestabilnym świecie o dużej dynamice niespodziewanych zmian trzeba być gotowym na najrozmaitsze ewentualności.

PROBLEMY DEMOGRAFICZNE

W tle dynamicznych zmian rzeczywistości wynikających z epidemii i wojny są inne zagrożenia i procesy społeczne i kulturowe, o których nie można zapominać. Pojawia się uzasadniona obawa, że w czasie, gdy świat koncentruje się na zagrożeniach najbardziej widocznych i medialnych, inne poważne problemy mogą się po cichu nasilać. **Jednym z kluczowych współczesnych wyzwań rozwiniętego świata jest kryzys demograficzny**. Od szeregu lat martwimy się w Polsce i Europie o brak zastępowalności pokoleń. W Polsce roczna liczba zgonów przekracza liczbę urodzeń. Piramida demograficzna ukazuje szybkie starzenie się społeczeństwa. **Dzisiejsi nastolatki, których jest przecież znacznie mniej niż w dawno minionym okresie wyżu demograficznego, już za kilka lat będą decydować swoimi osobistymi wyborami o przyszłości demograficznej kraju**. Kluczowym aspektem przyrostu demograficznego jest suma indywidualnych decyzji o posiadaniu dzieci. Oprócz pragnienia kobiety, mężczyzny i wspólnego pragnienia pary by mieć dzieci, ważny jest także czynnik obiektywnych możliwości prokreacyjnych związany ze zdrowiem prokreacyjnym. Wszystko jednak zaczyna się od kwestii czy pragniemy mieć dzieci, czy nie. Jeśli para nie ma takiego wspólnego pragnienia, to biologiczna płodność niewiele pomoże. A jeśli para pragnie dzieci, to, z punktu widzenia szerszej wspólnoty państwa, narodu, społeczeństwa ważne jest ile – jedno? dwoje? a może troje i więcej?

Problemy demograficzne są tak poważne, że nie można ich pomijać w badaniach. Jak się okaże dalej, przedstawione w tym raporcie wyniki badań stanowią bardzo poważny argument za pilnym i szerokim uwzględnieniem kwestii demograficznych w wychowaniu i profilaktyce. Wydarzenia, które naznaczyły lata 2020–2022, dodatkowo obniżyły „dietetność w marzeniach” polskiej młodzieży. Wynika to jednoznacznie z zaprezentowanych w niniejszym raporcie badań. W myśleniu o nowoczesnej profilaktyce trzeba zatem na poważnie uwzględnić dziedzinę, o której publikacje IPZIN mówią od roku 2015 – **wczesną profilaktykę problemów demograficznych** wraz z całym szerokim obszarem wychowania prorodzinnego.

W refleksji nad demografią przyszłości i odnoszącej się do tego obszaru profilaktyce uwzględnić trzeba także wątek pragnień migracyjnych i emigracyjnych sporego odsetka młodzieży.

ODPOWIEDŹ PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ

Ostatnie trzy lata to trudny czas dla całego społeczeństwa, w tym również dla dzieci i młodzieży. Nie ma co do tego żadnych wątpliwości.

Jeśli poważna sytuacja kryzysowa wywołana jakimś czynnikiem ma charakter krótkotrwały, można racjonalnie zdecydować się na to, by skoncentrować wszelkie dostępne siły i środki na przeciwdziałaniu temu konkretnemu zagrożeniu. Inne sprawy mogą poczekać miesiąc czy nawet kilka miesięcy.

Jeśli sytuacja kryzysowa trwa długo i nabiera wciąż nowej dynamiki, nie można i nie wolno koncentrować całej uwagi i wszystkich działań na tym jednym zagrożeniu, które jest w centrum uwagi mediów i społeczeństwa. Zadaniem decydentów każdego szczebla, a także praktyków jest dostrzeganie, kontrolowanie i przeciwdziałanie całemu spektrum zagrożeń. W przypadku wychowania i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży będzie to oznaczało konieczność jednoczesnej ochrony przed zagrożeniem epidemicznym, osłabianiem się kondycji psychicznej, problemami demograficznymi oraz podejmowaniem zachowań ryzykownych przez dzieci i młodzież. Narzędzi do takiego całościowego namysłu i planowania dostarcza *model profilaktyki zintegrowanej*.

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (IPZIN) od pierwszych dni epidemii, od marca 2020, nieprzerwanie prowadzi badania naukowe wśród uczniów, rodziców i nauczycieli o dużej skali (do 40 000 respondentów rocznie). Przez cały okres minionych 3 lat IPZIN, wraz z siecią współpracujących organizacji z różnych regionów Polski, tworzy i dostosowuje do zmieniających się realiów programy profilaktyczne i wychowawcze prowadzone stacjonarnie lub zdalnie w szerokiej skali (także ok. 40 000 uczestników rocznie). Na podstawie zbieranych danych i doświadczeń od samego początku epidemii sporządzamy raporty z rekomendacjami. Pierwszy raport, *Młodzież w czasie epidemii*, został opublikowany 8 kwietnia 2020¹. Niniejsze opracowanie jest już piątym naszym raportem w okresie ostatnich 3 lat.

W raporcie *Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie* przedstawiamy rekomendacje, które nie tracą aktualności za rok ani za dwa. Raport nie jest jedynie odpowiedzią na bieżącą sytuację, jaką mamy wiosną roku 2023. Jest on odpowiedzią na wydarzenia ostatnich trzech trudnych lat opartą na zintegrowanym podejściu do profilaktyki, a jego rekomendacje mają wspierać decydentów, wychowawców i specjalistów w skutecznym i sprawnym reagowaniu na różne możliwe kryzysy przyszłości, a zwłaszcza w takim przygotowaniu się do nich, by zminimalizować koszty zdrowotne i rozwojowe ponoszone przez dzieci i młodzież.

Zapraszamy do lektury tego raportu. Zachęcamy do przemyślenia wniosków i twórczego wykorzystania rekomendacji.

¹ Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych”* przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2–7 kwietnia 2020. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_2020_IPZIN.pdf

INSTYTUCJE, KTÓRYCH WSPARCIE BYŁO KLUCZOWE DLA PRZEPROWADZENIA BADAŃ I SPORZĄDZENIA RAPORTU

Przeprowadzenie szeregu badań o dużej skali, wykonanie analiz statystycznych oraz opracowanie raportu nie byłoby możliwe bez wsparcia szeregu instytucji.

Duża część badań przedstawionych w raporcie było zrealizowanych przez IPZIN w roku szkolnym 2021/2022 dzięki projektowi zrealizowanemu w ramach **programu** Społeczna odpowiedzialność nauki **Ministra Edukacji i Nauki**. Część badań została zrealizowana w ramach projektu finansowanego z **Funduszu Sprawiedliwości nadzorowanego przez Ministra Sprawiedliwości**. Badania międzynarodowe zostały zrealizowane przez bliźniaczą wobec IPZIN i powołaną do istnienia przez kadre IPZIN fundację **European Institute for Integrated Prevention**. Ich przeprowadzenie było możliwe dzięki środkom z **programu Unii Europejskiej Erasmus+** oraz współpracy **Fundacji Ostoja, Life Network Foundation (Malta) oraz Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Wilnie (Litwa)**.

Analiza wyników badań w części dotyczącej kondycji psychicznej została przeprowadzona na zlecenie **Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego** i sfinansowana z projektu zleconego UKSW przez **MEiN w ramach** Programu wsparcia psychologiczno-pedagogicznego dla uczniów i nauczycieli w pandemii.

Obszerna część dotycząca zagadnień demograficznych została zrealizowana (zarówno od strony analiz, jak i opracowania raportu) na zlecenie **Ośrodka Rozwoju Edukacji w ramach rządowego programu** Za życiem.

Część przeprowadzonych i opisanych w raporcie badań, a także część prac nad raportem nie mieściła się w ramach żadnego z powyższych dofinansowań. Były one możliwe dzięki wsparciu **indywidualnych, anonimowych darczyńców wspierających Instytut Profilaktyki Zintegrowanej**.

Wszystkim osobom i instytucjom, które przyczyniły się do powstania raportu serdecznie dziękujemy. Nie byłoby tego raportu, gdyby nie suma wsparcia z Waszej strony.

STRUKTURA RAPORTU

Raport składa się z części wprowadzającej i trzech głównych części merytorycznych oraz zbioru załączników.

Część wprowadzająca raportu obejmuje kilka podrozdziałów. Zawarliśmy tam **opis wybranych aspektów współczesnej rzeczywistości**, które są ważne z punktu widzenia tematyki raportu. Piszemy tam o najważniejszych wydarzeniach, które wpływają na młodzież, jak epidemia czy wojna. Opisujemy także **stan systemu ochrony zdrowia psychicznego** oraz aktualne dane suicydologiczne, jako istotne tło dla działań profilaktycznych i wychowawczych. W części wprowadzającej omawiamy także **cel raportu**, wskazujemy **podstawy teoretyczne naszego podejścia** oraz wymieniamy najważniejsze **źródła danych badawczych**. Ostatni element wprowadzenia to syntetyczny **spis najważniejszych wniosków z badań i kluczowych rekomendacji**.

Zasadnicza treść raportu jest podzielona na trzy główne części. Każda część, a czasem każdy większy rozdział merytoryczny, jest zakończony zbiorem starannie opracowanych wniosków i rekomendacji stanowiących podsumowanie głównych wyników badań, ale także zbiór konkretnych wskazówek dla praktyków.

Niektóre rekomendacje mogą być wykorzystane przez Ministerstwo Edukacji i Nauki oraz inne instytucje systemu edukacji, przez Ministerstwo Zdrowia i Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom, a także przez Ministerstwo Sprawiedliwości, Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej oraz inne instytucje państwowe i samorządowe przy opracowywaniu regulacji prawnych, rekomendacji czy komunikatów skierowanych do podległych im instytucji.

Rekomendacje są opracowane w taki sposób, by ich wdrożenie stanowiło adekwatną odpowiedź na najważniejsze wyzwania wychowawcze, profilaktyczne i z obszaru zdrowia psychicznego wynikające z trzyletniego okresu naznaczonego skutkami epidemii i wojny na Ukrainie. **Rekomendacje były tworzone z troską o to, by były adekwatne do obecnej sytuacji i pomagały łagodzić psychologiczne skutki kryzysów lat 2020–2022, ale także by pomagały stawić czoła nowym kryzysom mogącym nadejść w bliższej i dalszej przyszłości – zarówno tym przewidywalnym, jak i tym nieprzewidywalnym.** W pracy nad rekomendacjami wzięto pod uwagę wiedzę o potrzebach uczniów, rodziców i wychowawców.

■ ZAWARTOŚĆ CZĘŚCI I RAPORTU:

W części I raportu zebrane zostały wszystkie dane badawcze dotyczące kondycji psychicznej młodzieży (ale także rodziców i nauczycieli) oraz działań profilaktycznych mających na celu z jednej strony jej wzmocnienie, a z drugiej przeciwdziałanie konsekwencjom jej osłabienia. Koncentrujemy się na wynikach badań IPZIN z lat 2021–2022, ale w uzasadnionych przypadkach cytujemy także wcześniejsze. W kolejnych podrozdziałach mowa jest o **kondycji psychicznej uczniów i jej zmianach na przestrzeni ostatnich 2 lat oraz czynnikach na nią wpływających**. Zawarliśmy tu także dane o **kondycji psychicznej rodziców i nauczycieli i wpływających na nią czynnikach**. Te dwie grupy dorosłych są ważnym źródłem wsparcia psychicznego dla dzieci i młodzieży, a zarazem sami zmagają się z obciążeniami psychicznymi związanymi najpierw z epidemią, później z wojną na Ukrainie. W części tej przedstawiamy także **wyniki i wnioski z ewaluacji i monitoringu działań profilaktycznych i wspierających kondycję psychiczną** prowadzonych pod nadzorem IPZIN w roku szkolnym 2021/2022.

■ ZAWARTOŚĆ CZĘŚCI II RAPORTU:

W tej części omawiamy **opis interwencji kryzysowej struktur systemu oświaty po tragicznym wypadku w Przewodowie**. Tekst został napisany na prośbę IPZIN nakładem pracy osób reprezentujących trzy szczeble zaangażowane w bezpośrednie działania – od dyrekcji szkoły w Przewodowie, poprzez poradnię w Hrubieszowie, aż po Kuratorium Oświaty w Lublinie.

W kolejnym rozdziale tej części omawiamy szerzej zagadnienie **gotowości kryzysowej, potrzeby hartowania się i uprzedzającego wzmocnienia kondycji psychicznej młodzieży**.

■ ZAWARTOŚĆ CZĘŚCI III RAPORTU:

Część ta poświęcona jest **wczesnej profilaktyce problemów demograficznych** i wynikom badań z tego zakresu. Zawiera ona bardzo szeroki materiał źródłowy. Po raz pierwszy zostały zebrane w jednym miejscu wszystkie wyniki badań IPZIN dotyczące problemów demograficznych. Większość wyników tych badań nie była nigdy wcześniej opisana i opublikowana, nie licząc prezentacji na licznych konferencjach.

Załączniki do raportu przeznaczone są dla najbardziej wnikliwych. Znalazły się w nich trzy pliki z opisami szczegółowych wyników analiz, z których tylko część została wykorzystana w raporcie. Zawartość tych trzech plików nie odzwierciedla wszystkich analiz, które były robione na potrzeby raportu, a jedynie te, które stanowiły większą, zwartą grupę tematyczną. Załączniki są dostępne wyłącznie w elektronicznej wersji raportu.

RAMA TEORETYCZNA RAPORTU

Płaszczyzną odniesienia dla naszej pracy badawczej i praktycznej jest model profilaktyki zintegrowanej². Jest to podejście teoretyczne aktualizowane i rozbudowywane od ponad 20 lat, które pomaga w całościowym oglądzie rzeczywistości, w dostrzeganiu nie tylko pojedynczych problemów, ale także ich wzajemnych zależności oraz wpływu złożonego układu czynników ryzyka i czynników chroniących. Skrócony opis *modelu profilaktyki zintegrowanej* znaleźć można w najnowszym polskim podręczniku psychologii klinicznej pt.: *Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży (PWN, 2020)*³, gdzie został on przedstawiony jako pozytywny przykład całościowego, opartego na podstawach naukowych podejścia do profilaktyki (str. 773–776).

Oto najważniejsze cechy charakterystyczne *modelu profilaktyki zintegrowanej*:

- Postrzeganie poszczególnych problemów i zachowań ryzykownych młodzieży w szerokim kontekście wielu innych problemów i zachowań ryzykownych;
- Analizowanie wzajemnych powiązań pomiędzy różnymi problemami młodzieży oraz poszukiwanie ich wspólnych przyczyn i uwarunkowań (czynników ryzyka);
- Podkreślanie znaczenia czynników chroniących w profilaktyce, w tym zwłaszcza tych, które chronią przed wieloma problemami i zachowaniami ryzykownymi jednocześnie;
- Korzystanie z szerokiej gamy wskaźników dotyczących wielu różnych problemów i zachowań ryzykownych zarówno w badaniach diagnostycznych, jak i w badaniach ewaluacyjnych.
- Dostrzeganie i uwzględnianie w profilaktyce roli różnych podmiotów mających wpływ na młodzież: rodziców, szerszej rodziny, nauczycieli, samorządu, organizacji pozarządowych, organizacji religijnych czy wreszcie samej młodzieży.
- Postrzeganie człowieka w kontekście wszystkich jego wymiarów: fizycznego, psychicznego, intelektualnego, społecznego i duchowego.
- Pragmatyczne podejście do profilaktyki, wyrażające się w poszukiwaniu formuł działania, które przyniosą maksymalne efekty przy możliwie najniższych nakładach.

Ważnym rozwinięciem *modelu profilaktyki zintegrowanej* jest **strategia** Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki, która zawiera zbiór siedmiu ważnych aspektów, o których warto pamiętać tworząc i realizując efektywne działania profilaktyczne, ale także wychowawcze. Zespół

² Grzelak S., *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Warszawa 2009.

³ Brzezińska A. *Profilaktyka zaburzeń funkcjonowania i rozwoju oraz promocja zdrowia dzieci i młodzieży*. w: Grzegorzewska, I., Cierpiakowska, L., Borkowska, A.R. (red). *Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży*, PWN, Warszawa 2020

pracujący nad raportem kierował się tą strategią w swojej refleksji. Krótki opis strategii można znaleźć pod wskazanym linkiem⁴, a jej szerokie omówienie w opracowanej przez IPZIN publikacji *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży* (IPZIN/ORE, 2015)⁵.

WZROST ROLI WYCHOWANIA I PROFILAKTYKI W OBLICZU OGRANICZEŃ SYSTEMU OPIEKI PSYCHIATRYCZNEJ I PSYCHOLOGICZNEJ

W raporcie z roku 2021 pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* zawarliśmy przestrożę, która pozostaje aktualna⁶:

Jeśli w najbliższym czasie nie zostaną podjęte intensywne działania mające na celu wzmocnienie kondycji psychicznej większości populacji dzieci i nastolatków, to system pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej może stać się zupełnie niewydolny.

W raportach Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej, zarówno w tym, jak i w poprzednich, z założenia nie formułujemy postulatów dotyczących funkcjonowania systemu opieki zdrowotnej. Leży to poza obszarem naszych kompetencji. Koncentrujemy się na opracowywaniu wniosków i rekomendacji ważnych dla systemu edukacji i dla szeroko pojętych działań o charakterze wychowawczym i profilaktycznym. Jednocześnie jednak uważnie wsłuchujemy się w sygnały napływające od psychiatrów i psychoterapeutów. Sygnały te trzeba koniecznie brać pod uwagę, aby zapobiec szkodliwym skutkom nierealistycznych oczekiwań wobec systemu ochrony zdrowia psychicznego.

Znakiem współczesności jest daleko idąca profesjonalizacja i specjalizacja w wielu dziedzinach, obszarach nauki, zawodach. Jeśli nie umiemy rozwiązać problemu, wzywamy specjalistę. W czasach PRL, najłatwiej mógł sobie poradzić ktoś, kto był „złotą rączką”. Umiejąc wiele, nie było się zależnym od nie budzących najmniejszego zaufania „fachowców”, którzy bardziej nadawali się do obśmiewania w skeczach kabaretowych, niż do naprawiania czegokolwiek. W trudnych i biednych czasach trzeba wiele umieć samemu, by nie być zdanym na niepewną lub kosztowną pomoc. Obecnie, gdy pojawia się w życiu jakiś problem, często w naturalny sposób na myśl przychodzi rozwiązanie dające się wyrazić jednym słowem: specjalista. Po części dlatego, że nie mamy sami odpowiednich umiejętności, a po części dlatego, że nie ufamy już tym zasobom,

⁴ Materiały własne IPZIN dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/Siedem_Dwigni_-_krtki_opis.pdf

⁵ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problegow_mlodziemy.pdf

⁶ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 s. 85 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf

które mamy. Opisane zjawisko dotyczy również spraw związanych z trudnościami życiowymi, emocjonalnymi, psychologicznymi. Jeśli w naszym otoczeniu jest osoba, kto ma tego typu problem, bardzo szybko pojawia się myśl o skierowaniu jej do specjalisty od pomagania – psychologa, psychoterapeuty, psychiatry. Takie postępowanie wydaje się racjonalne i nowoczesne. I często faktycznie jest racjonalne, bo ma niewątpliwe zalety. Osoby ze starszego pokolenia wyrosły w świecie, w którym prośenie o pomoc było czymś wstydlivym. Nie umiały prosić o pomoc. Tymczasem **bardzo cenna jest umiejętność poproszenia o pomoc, kiedy to naprawdę potrzebne**. Z drugiej jednak strony, **nie jest dobrze, gdy pokładanie nadziei w specjaliście sprawia, że zwalniamy się z osobistej odpowiedzialności usprawiedliwiając się brakiem wiedzy i odpowiednich kompetencji: przecież specjalista wie lepiej**.

Jeśli kochająca babcia okaże serce smutnemu wnuczku, przytuli go, przygotuje mu pyszny deser i z uwagą wysłucha, to może się okazać „złotą rączką” pomagania. Jeśli wrażliwy wychowawca zaniepokoi się oznakami depresji u uczennicy, poprosi ją o zostanie chwilę na przerwie i z delikatnością porozmawia pytając czy może jakoś pomóc, to może się okazać, że – niezależnie od potrzeby profesjonalnego wsparcia – także i po stronie wychowawcy znajdą się rzeczy, które będzie mógł dla tej uczennicy zrobić i które będą dla niej znacząco pomocne.

PROBLEMY SYSTEMU OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Polski system opieki psychiatrycznej, w tym w szczególności w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży, był niewydolny już przed okresem epidemii. Zbyt mała dostępność, zbyt małe kadry, zbyt długie kolejki. Dla wielu rozwiązaniem stawała się pomoc płatna, ale i na tę trzeba niejednokrotnie czekać. I wielu na nią nie stać. Podobnie rzecz miała się z psychologami i psychoterapeutami.

Wdrażana od roku 2018 reforma w systemie ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży jest przedsięwzięciem dalekowzrocznym, które może docelowo poprawić dostępność opieki psychiatrycznej. Jednak zanim to się stanie trzeba czasu, by zbudować podstawy nowego systemu. Przede wszystkim, konieczne jest wyszkolenie bardzo wielu specjalistów oraz stworzenie gęstej sieci ośrodków środowiskowych i poradni stanowiących pierwszy i drugi poziom referencyjny, by odciążać znajdujące się na poziomie trzecim całodobowe oddziały psychiatryczne.

W 2020 roku, gdy nowy system był wciąż w początkowej fazie budowy, w dzieci i młodzież uderzyły skutki psychiczne epidemii i izolacji. Reformowany system obiektywnie nie mógł tego udźwignąć. Rozumienie tego problemu jest niezwykle istotne w szukaniu innych, doraźnych, ale możliwie skutecznych rozwiązań. Jeśli brakuje zasobów, by leczyć, trzeba inwestować w profilaktykę. Skala działań profilaktycznych musi odpowiadać skali zagrożeń. Konieczna jest współpraca między specjalistami od pomagania i profilaktykami, by ich działania wzajemnie się uzupełniały.

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej współpracuje ze specjalistami z Instytutu Psychiatrii i Neurologii. Od niedawna także w oparciu o międzyinstytucjonalne porozumienie. W roku 2020 IPZIN zwrócił się z prośbą o konkretną pomoc merytoryczną do dr hab. n.med Barbary Remberk, kierownika Kliniki Psychiatrii Dzieci i Młodzieży IPIiN i ówczesnego Konsultanta Krajowego w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży. Dr Remberk miała swój wkład w raporty i ekspertyzy opracowywane przez IPZIN w pierwszym roku epidemii, dzieląc się swoimi opiniami

i rekomendacjami. Także w pracy nad aktualnym raportem skorzystaliśmy z pomocy dr hab. Barbary Remberk. Oto sporządzony przez nią komentarz do aktualnych danych dotyczących systemu ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży uzyskanych z NFZ:

Jak wynika z danych NFZ udostępnionych Instytutowi Psychiatrii i Neurologii dotyczących sektora publicznego, w 2021 roku z porady ambulatoryjnej w zakresie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży skorzystało około 257 000 pacjentów, zaś 11 450 było hospitalizowanych. W pierwszym półroczu 2022 roku było to odpowiednio 216 000 i 7665. Dane te trudno odnieść do siebie, ponieważ nie dysponujemy informacjami dotyczącymi całego roku 2022 roku. Wiemy natomiast, że spośród pacjentów, którzy korzystali z porady ambulatoryjnej w 2021 roku, część korzystała z oddziaływań psychospołecznych, zaś jedynie 113 000 korzystało z poradni zdrowia psychicznego (czyli z miejsca, gdzie przyjmuje lekarz psychiatra).

Liczby te, to zdecydowanie mniej niż szacowana liczba dzieci i młodzieży potrzebujących pomocy w obszarze zdrowia psychicznego – liczba uczniów w Polsce to około 4,6 mln, a liczba osób poniżej 18 roku życia – blisko 7 milionów. Rozpowszechnienie (razem) jakichkolwiek zaburzeń psychicznych dotyczy z kolei od dziesięciu do kilkunastu procent populacji (Moskalewicz, Wciórka, 2021)⁷ – czyli około 700 000 dzieci i młodzieży. Liczba osób zgłaszających się po pomoc jest, jak wiadomo znacznie niższa niż szacowana liczba osób doświadczających trudności w obszarze zdrowia psychicznego.

Na uwagę zwraca także okres oczekiwania na wizytę w zakresie zdrowia psychicznego. W listopadzie 2022 roku w skali kraju około 15 000 osób oczekiwało na wizytę, a średni czas oczekiwania wynosił 7 dni dla przypadków pilnych (w poszczególnych województwach od 0 do 24 dni) oraz 53 dni dla przypadków stabilnych (od 0 do 106 dni).

Optymalna sytuacja byłaby wtedy, gdyby przypadki pilne nie musiały czekać, a na pewno można przyjąć, że im krótszy czas oczekiwania tym lepiej. Dla przypadków stabilnych (bez zagrożenia życia) przedział do 106 dni jest zdecydowanie za szeroki.

Ponieważ zasoby są niewystarczające, a czas szkolenia specjalistów jest bardzo długi, znaczenie szerokich działań profilaktycznych jest zasadnicze.

Liczba zgłaszających się nieletnich pacjentów sprawia, że nawet pilne przypadki czekają do rekordowych 24 dni, a przypadki stabilne aż do 106 dni. Wniosek dr Remberk jest zbieżny z podejściem IPZIN. **Profilaktyka jest kluczowa i pozostanie kluczowa jeszcze co najmniej przez kilka lat – co najmniej do czasu uzyskania przez zreformowany system psychiatrii dziecięcej pełnej wydolności.** Ale nawet, gdy system dojdzie do takiego poziomu sprawności, by nie było kolejek, znaczenie profilaktyki pozostanie ogromne. Zawsze lepiej zapobiec choćby części problemów, niż leczyć głębokie zaburzenia powstałe m.in. w wyniku zaniedbania odpowiedniej profilaktyki.

⁷ Moskalewicz J., Wciórka J. (red.) *Stan zdrowia psychicznego osób w wieku 65 lat i więcej; Kondycja psychiczna mieszkańców Polski: raport z badań „Kompleksowe badanie stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań – EZOP II”* s. 469–481, IPIN, Warszawa 2021

PERSPEKTYWA SUICYDOLOGII

Podobne wnioski dotyczące przeciążenia systemu pomocy i znaczenia profilaktyki płyną ze strony suicydologów. W *Narodowym Programie Zdrowia na lata 2021–2025* zawarta jest cała obszerna część dotycząca Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym. Zespół Roboczy ds. zapobiegania depresji i samobójstwom Rady ds. Zdrowia Psychicznego przy Ministerstwie Zdrowia opracował specjalny *Program Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym*. Podobnie, jak w przypadku reformy systemu ochrony zdrowia psychicznego, tak i w dziedzinie zapobiegania samobójstwom, zmiany systemowe są dopiero na etapie wdrażania kolejnych elementów. Póki co, realia funkcjonowania oddziałów psychiatrycznych dla dzieci i młodzieży są trudne. Oddziały są przeładowane. Części zgłaszających się pacjentów nie da się przyjąć, więc są odsyłani do innych placówek, które z kolei mają podobne trudności. Pozostaje szukanie pomocy prywatnie, co z kolei wiąże się z kosztami stanowiącymi dla rodzin niektórych młodych pacjentów realną barierę.

Statystyki suicydologiczne nie są łatwe do interpretacji ze względu na różnice przyjmowanych kryteriów, na podstawie których zlicza się próby samobójcze i samobójstwa. Przez wiele lat na innych zasadach opierały się statystyki policyjne, na innych statystyki GUS (aktualnie wprowadzono tu pewne zmiany). Są też różnice międzynarodowe. Szukając teraz, na początku roku 2023, aktualnych danych międzynarodowych dotyczących liczby samobójstw wśród dzieci i młodzieży, na stronach Eurostatu znaleźć można tabele porównawcze, które sięgają zaledwie do roku 2019 i też są niepełne. Takie tabele mają zapewne wartość dla archiwistów i historyków, ale przy sięgającej trzech lat bezwładności nie mogą być narzędziem kształtowania bieżącej polityki zdrowotnej. Swoją drogą, jak to się dzieje, że w skali całego świata było możliwe codzienne aktualizowanie danych dotyczących zakażeń, wyzdowień i śmierci spowodowanych przez COVID-19, a w dziedzinie samobójstw statystyki porównawcze wysoko rozwiniętej Europy mają 3-letnie opóźnienie?

Według danych Eurostatu⁸ w roku 2019, jeśli chodzi o samobójstwa wśród 15–19-latków Polska była na 12. miejscu w Europie, co nie jest dobrym wynikiem. Jeszcze więcej samobójstw niż w Polsce było w krajach bałtyckich i skandynawskich, ale także w niektórych krajach Europy Zachodniej i Środkowej.

Po wybuchu epidemii, wśród specjalistów i osób odpowiedzialnych za zdrowie publiczne z różnych krajów świata powszechne były obawy, że skutkiem pandemii i izolacji może być wzrost liczby samobójstw wśród młodzieży. Największą metaanalizę dostępnych badań, które weryfikowały tę tezę, przeprowadził zespół z Uniwersytetu Turyńskiego pod kierunkiem dr Micheli Bersii. Wyniki opublikowano w renomowanym czasopiśmie medycznym *Lancet*⁹. Autorzy przeanalizowali statystyki z lat 2020–2022 z wielu krajów (porównując je także z danymi z 2019). Ostatecznie nie zaobserwowano statystycznie istotnego wzrostu liczby samobójstw, a jedynie niewielki trend wzrostowy z kumulacją w okresie od września 2020. Wtedy właśnie w wielu krajach nastąpił pełny powrót do stacjonarnego funkcjonowania szkół, które były okresowo zamykane w trakcie pierwszej fazy epidemii. **Zdaniem badaczy przyczyną pewnego wzrostu liczby samobójstw**

⁸ Eurostat Data Browser, *Suicide death rate by age group* dostęp: <https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tps00202/default/bar?lang=en>

⁹ Bersia M., Koumantakis E., Berchiolla P., Charrier L., Ricotti A., Grimaldi P., Dalmaso P., Comoretto R. I., *Suicide spectrum among young people during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis* vol. 54, December 2022 dostęp: <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2589-5370%2822%2900435-7>

w momencie powrotu do szkoły, mogli być szczególnie trudności niektórych uczniów w odnalezieniu się w relacjach z innymi po długim okresie przerwy spowodowanej izolacją.

W ciągu ostatnich dziesięciu lat liczba samobójstw wśród dzieci i młodzieży oscyluje w Polsce w okolicach stu lub nieco ponad stu rocznie. Według raportu portalu *Życie warte jest rozmowy*¹⁰ opartego na statystykach Komendy Głównej Policji, w latach 2018–2019 liczba samobójstw wśród osób poniżej 18. roku życia spadła lekko poniżej 100, jednak później, w okresie epidemii COVID-19, ponownie wzrosła do 107 w roku 2020 i aż 127 w roku 2021. Najnowsze dane Komendy Głównej Policji¹¹ pokazują na dalszy wzrost liczby samobójstw wśród młodzieży (156 w roku 2022). Wzrost jest dramatycznie większy, jeśli weźmiemy pod uwagę próby samobójcze. W grupie wiekowej (do 18r. ż.) odnotowano ich 843 w roku 2020, 1496 w roku 2021, a aż 2093 w roku 2022. Wzrasta liczba prób samobójczych i samobójstw wśród dzieci poniżej 13 lat.

W opinii prof.dr hab. Agnieszki Gmitrowicz, psychiatry pełniącej równocześnie funkcję wiceprezesa Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego, okres epidemii i izolacji odmiennie podzielał na dwie grupy dzieci i młodzieży. Pierwsza grupa to osoby, które do codziennego funkcjonowania i rozwoju potrzebują intensywnego kontaktu z rówieśnikami. Dla nich izolacja, nauczanie zdalne i reżim sanitarny były poważnym problemem, który u tych najbardziej wrażliwych powodował dekompensację psychiczną aż do prób samobójczych i samobójstw włącznie. Druga grupa to osoby lękowe, dla których czas izolacji wiązał się z wytnieniem od zagrażających kontaktów z rówieśnikami. W tej drugiej grupie fala prób samobójczych pojawiała się po powrocie do nauczania stacjonarnego, kiedy to na nowo zderzyły się z rówieśnikami i obecnym wśród nich hejtem, wyśmiewaniem, rywalizacją.

Obserwacje kliniczne prof. Gmitrowicz są nie tylko zbieżne z przytoczonymi powyżej wnioskami z badań zespołu badaczy z Turynu, ale także z wynikami najnowszych badań IPZIN z lat 2021–2022, które szczegółowo opisano w dalszej części raportu. W tym miejscu dzielimy się tylko ogólnym wnioskiem: **Dla osłabiania kondycji psychicznej uczniów znaczenie ma nie tyle sam czas izolacji i zdalnego trybu nauczania, ile zmiany tego trybu powodujące konieczność naprzemiennego adaptowania się do zdalnych i stacjonarnych realiów funkcjonowania.** Nie wszyscy równie dobrze się adaptują. Niektórzy nie dają rady.

Profesor Gmitrowicz w pełni potwierdza potrzebę szerokich działań profilaktycznych, jako sposobu na poradzenie sobie z zatorami systemu opieki psychiatrycznej i niedostateczną liczbą specjalistów. Wskazuje ona na to, że **w suicydologii przywiązuje się obecnie ogromne znaczenie do profilaktyki i edukacji niezależnie od wielkości i dostępności zasobów pomocy profesjonalnej w danym kraju.** Edukacja i profilaktyka jest konieczna, by mogły dobrze spełnić swoją rolę szerokie lokalne sieci wsparcia, dzięki którym osoby o obniżonym nastroju i myślach samobójczych nie będą osamotnione w swoich zmaganiach i szybciej otrzymają pomoc bezpośrednio w swoich środowiskach – od rodziny, nauczycieli, ale także przyjaciół i rówieśników. Współczesna suicydologia uwzględnia i docenia nie tylko znaczenie wsparcia dorosłych, ale także wsparcia

¹⁰ Kicińska L., Palma J. *Zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży*. Raport za lata 2012–2021. Portal Życie warte jest rozmowy. Dostęp: <https://zwjr.pl/artykuly/raport-dotyczacy-zachowan-samobojczych-mlodziezy>.

¹¹ https://statystyka.policja.pl/st/wybrane-statystyki/zamachy-samobojcze/63803,Zamachy-samobojcze-od-2017-roku.html?fbclid=IwAR3hgCSwAorZbNBAMa8iIW-1uz7G5uokmH_43bFB9-Xp8ovxPQXHEIX04AY.

rówieśniczego. Dzieci i nastolatki, które znalazły się w kryzysie, mogą otrzymać istotne wsparcie od przyjaciół, znajomych – także za pośrednictwem Internetu. Rówieśnicy często najwcześniej zauważają problem i mają między sobą kontakt poprzez kanały niedostępne dla dorosłych. Przedstawione w dalszej części raportu wyniki badań IPZIN z lat 2021/2022 pokazują jednoznacznie, że przyjaciele i rówieśnicy są obok rodziców najczęstszymi źródłami pomocy dla nastolatka w kryzysie, a skuteczność wsparcia z ich strony jest równie wysoka, co wsparcia ze strony dorosłych.

Nie chodzi tu, rzecz jasna, o to, by wsparcie otoczenia miało z zasady zastępować pomoc profesjonalną. Może ją zastępować tam, gdzie nie ma jeszcze mowy o poważnych zaburzeniach klinicznych. Ale także w przypadkach, w których konieczna jest pomoc psychiatryczna lub psychoterapeutyczna, wsparcie bliskich z otoczenia może ją skutecznie wyprzedzać, wzmacniać i uzupełniać.

REKOMENDACJE RAPORTU IPZIN Z 2021 – CENNY PUNKT WYJŚCIA

Niniejszy raport częściowo bazuje na rekomendacjach zawartych w 4 wcześniejszych raportach IPZIN z ostatnich 3 lat, w tym zwłaszcza na raporcie *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* (marzec 2021)¹². Większość wcześniejszych rekomendacji jest nadal aktualnych. Niektóre wymagają rozszerzenia, uzupełnienia lub rewizji. Potrzebne są też nowe rekomendacje odnoszące się do wyników badań, które dwa lata temu nie były dostępne.

Przypominamy poniżej treść trzech spośród 15 rekomendacji raportu sprzed dwóch lat: rekomendacji głównej oraz dwóch pierwszych rekomendacji spośród 14 rekomendacji szczegółowych. Te trzy właśnie określają podstawową filozofię skutecznego działania w sytuacji, gdy występuje dysproporcja między wielkością zagrożeń dla zdrowia psychicznego w populacji a możliwościami organizacyjnymi i kadrowymi systemu pomocy psychologicznej i psychiatrycznej.

Rekomendacja Główna:

Działania wychowawcze, profilaktyczne i pomocowe na rzecz wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży powinny stać się priorytetem systemu edukacji zarówno w okresie pandemii, jak i dłuższy czas po jej wygaśnięciu.

Przywrócenie od dawna zaburzonej równowagi między przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem uzupełnianym o profilaktykę nie powinno mieć charakteru tymczasowego lecz pozostać jako trwała zmiana w systemie edukacji.

¹² Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf

■ REKOMENDACJA 1:

Konieczne jest objęcie troską i wsparciem psychicznym nie tylko tych uczniów, którzy aktualnie znajdują się w bardzo złej kondycji psychicznej, ale całej populacji dzieci i młodzieży. Jest to podstawowy warunek uniknięcia zapaści systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej. Tylko w ten sposób możemy zapobiec stałemu powiększaniu się grupy uczniów wymagających pomocy specjalistycznej.

■ REKOMENDACJA 2:

Konieczne jest wprowadzenie rozwiązań systemowych ułatwiających jak najpełniejsze wykorzystanie potencjału leżącego w naturalnych zasobach wsparcia, dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży (rodzice i rodzina, nauczyciele i wychowawcy, pedagog i psycholog szkolny, poradnie psychologiczno-pedagogiczne, sprawdzone programy profilaktyczne i realizujące je podmioty). Tylko wykorzystanie wszystkich dostępnych form wsparcia umożliwi realizację tak szerokiego zakresu oddziaływań, jaki jest potrzebny.

Dokładniejsze omówienie i uzasadnienie powyższych rekomendacji, a także dwunastu pozostałych znaleźć można łatwo w pełnym tekście raportu *Jak wspierać uczniów po roku epidemii* dostępnym w Internecie na stronie IPZIN, ORE, wielu Kuratoriów Oświaty i innych instytucji. Wszystkie 15 rekomendacji stanowi wzajemnie uzupełniającą się całość. Jednak już te trzy, których brzmienie zostało tu przytoczone, pokazują dlaczego tak wielkie jest znaczenie profilaktyki uniwersalnej oraz działań wychowawczych, profilaktycznych i pomocowych skierowanych do całej populacji uczniów, i z wykorzystaniem wszystkich dostępnych zasobów.

Profesjonalną, indywidualną pomoc psychologiczną i psychiatryczną zapewnić można niewielkiemu odsetkowi populacji. Dlatego taka pomoc powinna być ostatnią instancją w systemie wsparcia oferowaną tylko najbardziej potrzebującym. Tymczasem mądre działania profilaktyczne, psychoedukacyjne i wychowawcze można prowadzić bardzo szeroko –choćby dlatego, że są to formy pracy możliwe do realizacji w grupach, a więc da się jednorazowo obejmować nimi większą liczbę uczniów.

Spójrzmy od innej strony na ten sam problem: psychiatrów, psychologów i psychoterapeutów jest niewiele. Nie mamy ich pod ręką w codziennym otoczeniu. **W sytuacji kryzysów, które obniżają kondycję psychiczną w skali całego społeczeństwa, specjalistów zawsze będzie za mało i zawsze będą trochę za daleko. Natomiast nauczycieli i wychowawców są dziesiątki tysięcy. A rodziców, babć i dziadków oraz życzliwych rówieśników są miliony.** Co więcej, można ich znaleźć blisko, w każdej lokalnej społeczności. I w wielu wypadkach są w stanie pomóc. Mogą wesprzeć rozmową, dobrym słowem, wspólnie spędzonym czasem, uważnością na problemy drugiej osoby – to sposoby pomocy znajdujące się w zasięgu takich osób, jak rodzice, dziadkowie, rodzeństwo, nauczyciele, przyjaciele. Im więcej tego typu wsparcia, im więcej osób świadomych jego znaczenia, tym mniej dzieci i młodzieży dojdzie do na tyle złego stanu psychicznego, by konieczna była pomoc profesjonalna.

Uświadamianie społeczeństwu znaczenia tych zwyczajnych źródeł wsparcia to jedno z najważniejszych zadań edukacyjnych i profilaktycznych. Niniejszy raport był pisany także po to, by wynikami i wnioskami z badań wesprzeć czytelników w realizacji tego zadania.

CEL RAPORTU

Raport z badań zawierający rekomendacje praktyczne powinien odpowiadać na aktualne potrzeby. Jest istotne, aby cel raportu trafnie odzwierciedlał właściwe rozpoznanie tych potrzeb. Wartość raportu jest większa, jeśli jego cele są zdefiniowane z odwagą i wizją. Rekomendacje takiego raportu nie są wtedy jedynie odpowiedzią na potrzeby chwili, ale wskazaniem bardziej ponadczasowej drogi opartym o głębsze przesłanki.

Odwaga i wizja w tworzeniu raportu wymaga trzech rzeczy: szerokiego spojrzenia na współczesność, mądrego korzystania z dorobku przeszłości i śmiałej refleksji nad możliwością wpływu adresatów i odbiorców raportu na to, jaka będzie przyszłość.

Częstą cechą sytuacji kryzysowej jest to, że przychodzi nagle, zastaje nas nieprzygotowanych. Tak było w początkach roku 2020, gdy wybuchła epidemia COVID-19. Do kolejnych fal epidemii wszyscy przygotowani byliśmy lepiej – władze, szkoły, społeczeństwo. Wybuch wojny był szokiem, jednak zastał nas w stanie zwiększonej gotowości do mobilizacji. To nie był pierwszy wielki kryzys XXI wieku, ale już drugi i to w krótkim odstępie. Wiedzieliśmy więcej o sytuacjach kryzysowych, a od szoku do konstruktywnego działania przeszliśmy bardzo szybko.

A czego dziś, po trzech latach niestabilności w świecie, potrzeba decydującym szczebla centralnego i lokalnego, jeśli chodzi o obszar, wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży? Czego potrzeba dyrektorom szkół, wychowawcom i szkolnym specjalistom? Czego potrzeba rodzicom?

Naszym zdaniem potrzeba przede wszystkim wskazówek wynikających z szerokiego i dalekiego spojrzenia, które nie koncentruje się tylko na przeciwdziałaniu zagrożeniu, które już znamy i które jest aktualnie najbardziej dokuczliwe, ale podpowiada takie środki zaradcze, które okażą się właściwe i skuteczne wobec kolejnych możliwych zagrożeń i kryzysów – tych, które można przewidzieć i tych, których przewidzieć się nie da.

Pisząc ten raport nie myśleliśmy wyłącznie o ochronie dzieci i młodzieży przed obecnymi i przyszłymi problemami, ale także o tym, w jaki sposób można konstruktywnie wykorzystać współczesne trudy, przeciwności i zagrożenia, jako okazję do zahartowania się i zwiększenia odporności młodego pokolenia na różne możliwe sytuacje kryzysowe. Jeśliby to się udało, trudne czasy nie byłyby dla młodych tylko pokoleniową traumą, ale także ważnym krokiem w osobistym rozwoju pomagającym w przewyżczeniu rozmaitych trudności, jakie może przynieść przyszłość.

Nadrzędnym celem niniejszego raportu jest pomoc wszystkim powołanym do tego osobom i instytucjom w planowaniu i realizacji działań na rzecz skutecznego wspierania kondycji psychicznej i zdrowego rozwoju dzieci i młodzieży w trudnym okresie historycznym, naznaczonym serią ogólnoswiatowych problemów i zdarzeń kryzysowych. Raport i jego rekomendacje mają, w naszym zamiarze, posłużyć władzom państwowym i samorządowym do opracowywania najodpowiedniejszych środków zaradczych i strategii.

Do kluczowych adresatów raportu zaliczyć należy Ministerstwo Edukacji i Nauki oraz Ministerstwo Zdrowia, ale także Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej oraz Ministerstwo Sprawiedliwości, które zajmuje się nie tylko wymiarem sprawiedliwości, ale także prewencją. Ważnym adresatem jest Rzecznik Praw Dziecka. Adresatami raportu są również wszystkie inne instytucje oraz decydenci szczebla centralnego i lokalnego zajmujące się obszarami edukacji, wychowania, zdrowia psychicznego i profilaktyki.

Liczymy na to, że wnioski z badań i rekomendacje raportu pomogą rodzicom, wychowawcom i profilaktykom w ich codziennej trosce o dzieci i młodzież.

Znaczenie zawartych w raporcie rekomendacji wynika z ich uniwersalności – z tego, że mogą pomóc w radzeniu sobie z szeroką gamą możliwych sytuacji kryzysowych. A więc nie tylko z konsekwencjami epidemii czy wojny na Ukrainie, ale ewentualnych nowych kryzysów, na które powinniśmy być przygotowani, by skutecznie chronić dzieci i młodzież.

W naturalnym odruchu bardzo często postrzegamy kryzys przede wszystkim jako zagrożenie. **Sytuacje kryzysowe są jednak także szansą, mogą prowadzić do nowych rozwiązań i trwałych pozytywnych zmian, których odkrycie i wprowadzenie było możliwe tylko dzięki kryzysowi.**

Badania naukowe dowodzą (Bundy i inni, 2017)¹³, że liderzy i decydenci, którzy postrzegają kryzys jako szansę, podchodzą do jego rozwiązywania z większą otwartością i elastycznością, a w rezultacie lepiej zarządzają kryzysem niż osoby postrzegające go wyłącznie jako zagrożenie. Także specjaliści, którzy wspierają osoby, małżeństwa czy organizacje będące w kryzysie, wiedzą, że to właśnie bezradność wywołana kryzysem zmusza do szukania nowych, lepszych rozwiązań – zmusza do rozwoju.

Czytelników tego raportu zachęcamy do przyjęcia takiej perspektywy, w której celem nie jest samo poradzenie sobie z bieżącymi zagrożeniami i podejmowanie lepszych bieżących decyzji, ale także poszukiwanie rozwiązań w zarządzaniu sprawami wychowania i profilaktyki, które pozwolą wprowadzić trwałą, systemową zmianę na lepsze.

Na potrzebę zmiany systemowej, która nadawałaby wyższy priorytet zadaniom z obszaru wychowania i profilaktyki już kilka lat temu wskazywały jednoznacznie wyniki badań IPZIN

¹³ Bundy J., Pfarrer M., Short C., Coombs T. (2017). "Crises and Crisis Management: Integration, Interpretation, and Research Development". *Journal of Management*. 43 (6): 1661–1692.

opublikowane w *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży* (IPZIN/ ORE, 2015)¹⁴, a także wnioski z naszego poprzedniego raportu *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* (IPZIN, 2021)¹⁵.

Wyzwania ostatnich trzech lat powinny stać się katalizatorem trwałej, pozytywnej zmiany systemowej polegającej na zwiększeniu realnego znaczenia zadań związanych z wychowaniem, profilaktyką i troską o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży.

Tezy i rekomendacje raportu koncentrują się na zagadnieniach dotyczących wychowania i profilaktyki, więc w sposób oczywisty odnoszą się do funkcjonowania systemu edukacji. Jest oczywiste, że pogorszenie kondycji psychicznej dzieci i młodzieży jest także wielkim wyzwaniem dla służby zdrowia, a zwłaszcza psychiatrii. Wątek wsparcia psychiatrycznego uczniów przekracza ramy realizacji zadania, jakim było przygotowanie raportu. Zgodnie z diagnozą aktualnego stanu systemu ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży przedstawioną w skrócie w jednym ze wstępnych podrozdziałów, postrzegamy badania i działania z obszaru wychowania i profilaktyki jako tym istotniejsze i potrzebniejsze, im trudniejsza jest sytuacja związana z niedostosowaniem aktualnych zasobów pomocy psychologicznej i psychiatrycznej do skali problemów.

GŁÓWNE ŹRÓDŁA DANYCH WYKORZYSTANYCH W PRACY NAD RAPORTEM

Aby sformułować trafne rekomendacje dla systemu edukacji trzeba znać możliwie pełny obraz aktualnej sytuacji uczniów, rodziców i nauczycieli. Trzeba także śledzić i rozumieć zmiany, które zachodziły w ciągu ostatnich trzech lat. Uzyskanie takiego obrazu sytuacji wymaga z jednej strony stałego prowadzenia badań o odpowiednio dużej skali i dobrze dobranych wskaźnikach, a z drugiej strony konkretnych doświadczeń w obszarze praktycznych działań wychowawczych i profilaktycznych prowadzonych dla uczniów oraz szkoleniowych prowadzonych dla nauczycieli i specjalistów.

Liczne badania naukowe, działania praktyczne i opracowania eksperckie zrealizowane przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (IPZIN) w całym okresie lat 2020–2022 składają się na bogaty, różnorodny i unikalny zbiór źródeł, który może być dobrą podstawą do trafnych rekomendacji dla systemu edukacji. Nie będzie to zbiór kompletny i nie będzie doskonały. Ale są przecież inne ośrodki eksperckie. Naszym zadaniem jest przekazać to,

¹⁴ Grzelak S. (red), *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemw_mlodziemy.pdf

¹⁵ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf

co nam udało się zbadać, odkryć, przemyśleć. I oddać do dyspozycji czytelnikowi, który sam oceni i wybierze to, co uzna za przydatne.

Źródła danych, na których opiera się niniejszy raport dzielą się na dwie główne grupy.

Pierwsza grupa źródeł danych to wyniki i wnioski z badań oraz rekomendacje praktyczne zawarte w raporcie IPZIN z marca 2021 pt.: *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego.* Raport ten został opracowany na zlecenie MEiN i jest dostępny w formie elektronicznej na www.ipzin.org oraz stronach internetowych wielu instytucji publicznych. Rekomendacje raportu zostały opracowane na podstawie badań przeprowadzonych wśród ponad **11 000 uczniów, rodziców i nauczycieli** w okresie od marca 2020 do stycznia 2021. Wiele wniosków i rekomendacji z tamtego raportu pozostaje aktualnych. Część z nich wymagała aktualizacji.

Druga grupa źródeł danych to wyniki i wnioski z badań IPZIN z lat 2021–2022. Te najnowsze badania pokazują dynamikę zmian kondycji psychicznej uczniów i czynników z nią związanych w okresie ostatniej większej fali epidemii (zima 2021/2022) oraz po wybuchu wojny na Ukrainie i przybyciu fali uchodźców. We wszystkich badaniach przeprowadzonych w tym okresie przez IPZIN zebrano ponad **106 000 ankiet** od ponad **82 000 uczniów, rodziców i nauczycieli** ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Oto bardziej szczegółowe informacje o grupach badanych i czasie przeprowadzenia tych wszystkich badań IPZIN, które zostały wykorzystane w niniejszym raporcie jako kluczowe źródła danych:

1. **Badania w ramach Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę***

W badaniach w okresie wrzesień 2021 – czerwiec 2022 wzięło udział w sumie ponad **46 600 respondentów: 27 002 młodzieży, 12 377 rodziców i 7 307 nauczycieli.** Po uporządkowaniu danych – usunięciu niepełnych, niekompletnych ankiet oraz ankiet, których w wyniku błędów informatycznych nie dało się przyporządkować do konkretnych szkół – dane zostały poddane analizom statystycznym. Wyniki analiz, cytowane w niniejszym raporcie, oparte są na odpowiedziach **23 601** młodzieży, **12 377** rodziców oraz **6 493** nauczycieli.

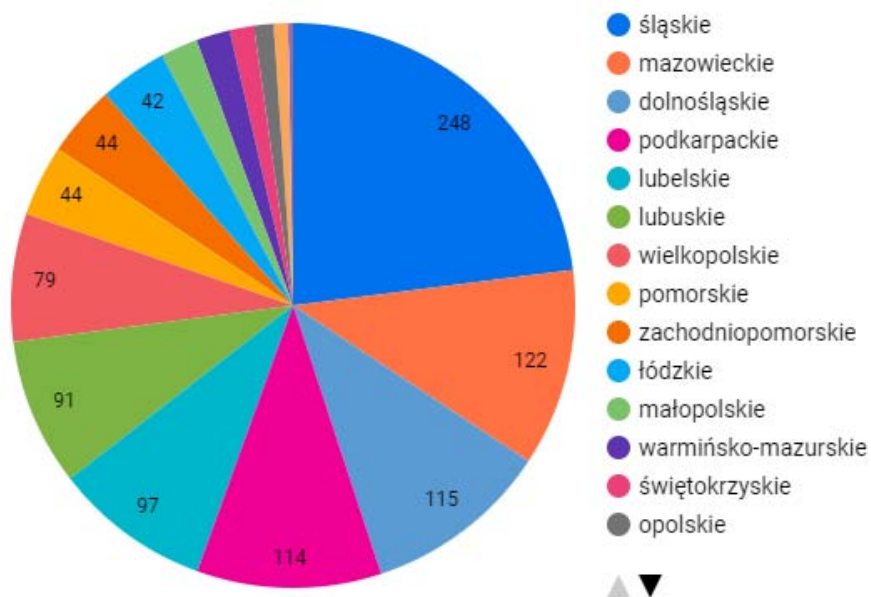
Ważną cezurą w roku szkolnym 2021/2022 była data wybuchu wojny na Ukrainie. Część analiz była prowadzona w podziale na 3 okresy: od września 2021 do 23 lutego 2022, od 24 lutego do 20 marca i od 21 marca do 24 czerwca 2022. Dzięki temu możliwe było porównanie sytuacji przed wybuchem wojny i przybyciem fali uchodźców oraz po wybuchu wojny (z podziałem na okres pierwszego szoku i okres wiosenny). Ponadto, ze względu na pandemię, od września 2021 do marca 2022 funkcjonowały dwie wersje kwestionariusza: dla szkół pracujących stacjonarnie oraz dla szkół pracujących zdalnie lub hybrydowo. Do kwestionariusza używanego od 21 marca dodano pytania nawiązujące do zmian wywołanych wojną i przybyciem fali uchodźców.

Okres badań	Liczba badanej młodzieży uwzględniona w analizach
Wrzesień 2021 – 23 lutego 2022	15 791
24 lutego 2022 – 20 marca 2022	3 887
21 marca 2022 – 24 czerwca 2022	3 923
SUMA	23 601

Najwięcej uczniów biorących udział w Szkolnej inicjatywie profilaktycznej NWKP było z klas 7 i 8 szkół podstawowych, a w następnej kolejności z 1 klas szkół ponadpodstawowych. Pełne dane zawiera poniższa tabela.

klasa	Odsetek uczniów
klasa 6 SP	12%
klasa 7 SP	34%
klasa 8 SP	28%
klasa 1 PP	18%
klasa 2 PP lub wyższa	5%
Inne (gł. klasa 5 SP)	3%

W roku szkolnym 2021/2022 zgłosiło się do szkolnej inicjatywy profilaktycznej 1079 szkół. Najwięcej pochodziło z 7 województw: śląskiego (248), mazowieckiego (122), dolnośląskiego (115), podkarpackiego (114), lubelskiego (97), lubuskiego (91) i wielkopolskiego (79). Najmniej z podlaskiego i kujawsko-pomorskiego.



W badaniach wstępnych prowadzonych w ramach programu NWKP wśród uczniów, nauczycieli i rodziców udział wzięło 478, a więc około połowy zgłoszonych szkół, przy czym proporcje udziału szkół z różnych województw były podobne do powyżej przedstawionej proporcji zgłoszeń.

2. Ewaluacja programu Nawigacja w Każdą Pogodę

W ramach ewaluacji programu NWKP przeanalizowano łącznie **24259 ankiet** zebranych od następujących grup respondentów: **14940 uczniów, 4632 rodziców, 293 koordynatorów szkolnych, 1253 wychowawców** oraz **3141 nauczycieli**. W ewaluacji wzięły udział te same osoby badane, które wcześniej brały udział w badaniu diagnostycznym. Ewaluacja była prowadzona

w uproszczonej formule opartej na postteście. Nie było grupy porównawczej, ani możliwości porównań z danymi z diagnozy (którą można by traktować jako pretest). Dlatego badań tych nie można uznać za ewaluację wynikową (sumatywną) lecz za ewaluację formatywną, która pozwala lepiej zrozumieć odbiór programu i może służyć do jego udoskonalania.

3. Badania międzynarodowe w ramach projektu Erasmus +.

Badania diagnostyczne przeprowadzone w ramach projektu *Youth Positive Potential* finansowanego ze środków UE (program Erasmus+) były zrealizowane wśród młodzieży 13–15-letniej w Polsce, na Malcie i na Litwie. Łącznie było to **2249 uczniów**. Grupa badana z Malty miała charakter reprezentatywny.

	Polska	Litwa	Malta
Liczba młodzieży	558	469	1222
Okres badań	wrzesień 2021 – kwiecień 2022	wrzesień 2021 – listopad 2021	maj 2021 – luty 2022

4. Badania ewaluacyjne programu Archipelag Skarbów

Badania odbyły się w ramach projektu finansowanego z Funduszu Sprawiedliwości nadzorowanego przez Ministra Sprawiedliwości i były prowadzone w okresie wrzesień 2019 – październik 2020. W badaniu wzięli udział uczniowie z 7 i 8 klas 23 szkół podstawowych (12 eksperymentalnych i 11 kontrolnych). W 1 i 2 etapie badań łącznie wzięło udział **2638 uczniów**, z czego 2164 uczniów wzięło udział w obu etapach badania. Trzeci etap, który przypadł na czas epidemii i został przeprowadzony odmiennie w klasach 8 (badanie zdalne wiosną 2020) i w klasach 7 (badanie stacjonarne w październiku 2020, gdy uczniowie przeszli już do klasy 8).

Wyniki tych badań opisanych w punktach 4 i 5 zostały wykorzystane głównie w części dotyczącej kwestii demograficznych.

5. Monitoring programów Archipelag Skarbów i Gwiazda Mocy

Monitoring obu programów profilaktyki zintegrowanej był prowadzony w ramach dwóch projektów, w których zbierano odmiennie dane – jednego finansowanego ze środków MS, a drugiego ze środków MEiN.

W obu programach łącznie analizie zostało poddanych **466 realizacji z lat 2021–2022**¹⁶. Zebrano ankiety z odpowiedziami **24923 uczniów, 1468 rodziców, 4016 nauczycieli, przedstawicieli 444 szkół oraz 30 profesjonalnych profilaktyków prowadzących działania profilaktyczne.**

Łącznie w badaniach opisanych w punktach 1–5 udział wzięło 82010 osób badanych, w tym 56812 uczniów, 13845 rodziców i 11353 nauczycieli i specjalistów. Po uwzględnieniu faktu, że część osób badanych (dokładnie 24259) wypełniała drugą, dodatkową ankietę ewaluacyjną, całkowita łączna liczba zebranych ankiet badawczych i ewaluacyjnych wynosiła 106269.

¹⁶ W przypadku programu Archipelag Skarbów dane pochodziły z roku szkolnego 2021/2022, a w przypadku programu Gwiazda Mocy z roku kalendarzowego 2022.

Zaletą badań IPZIN jest to, że niemal wszystkie badania były powiązane z konkretnymi działaniami praktycznymi. W przypadku badań diagnostycznych, badanie zawsze poprzedzało działanie, a działaniu towarzyszył monitoring i ewaluacja. Dzięki temu wnioski zawarte w raporcie oparte są nie tylko na diagnozie sytuacji, ale także na ocenie działań praktycznych (wyrażonej w ramach monitoringu i ewaluacji tych działań).

Głównym ograniczeniem badań IPZIN jest to, że chociaż grupy badane z różnych okresów epidemii są bardzo duże, to nie mają one charakteru reprezentatywnego. Próby dla poszczególnych edycji naszych badań pochodzą z wielu województw i obejmują stałe, i dość szerokie spektrum wiekowe (od 6 klasy szkoły podstawowej do 2 klasy szkoły ponadpodstawowej). W kolejnych turach badań z lat 2020–2022 zmieniały się jednak w pewnym stopniu proporcje uczniów starszych i młodszych, a także rozkład geograficzny próby. Dla obliczeń dotyczących czynników korelujących z kondycją psychiczną uczniów ten fakt nie ma zasadniczego znaczenia. Jednak, jeśli chodzi o precyzję porównań kondycji psychicznej i innych badanych zmiennych na przestrzeni czasu, różnice między próbami i brak reprezentatywności są istotnym ograniczeniem. W tym zakresie wyników naszych badań nie należy traktować jako samodzielnego i niepodważalnego źródła wiedzy, ale jako wartościowy przyczynek do rozumienia trendów zmian, który warto skonfrontować z innymi dostępnymi źródłami.

W uzyskaniu szerszego spojrzenia na wyniki badań IPZIN pomogły dodatkowo badania prowadzone w Polsce, na Malcie i na Litwie przez EIIP (European Institute for Integrated Prevention) – odrębną fundację prowadzoną przez ekspertów IPZIN, której celem jest realizacja działań we współpracy międzynarodowej.

Nieco szczególny status w raporcie ma rozdział dotyczący zagadnień demograficznych pisany na zamówienie ORE. Celem tego rozdziału jest nie tylko pokazanie na podstawie badań aktualnej sytuacji, ale także opisanie szerszego kontekstu badań z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych prowadzonych we wcześniejszych latach. Z tego względu w rozdziale tym znajdują się liczne odwołania wcześniejszych badań IPZIN (głównie z lat 2012–2019), a także do badań CBOS.

W trakcie prac nad raportem zdecydowaliśmy się oprzeć głównie na badaniach własnych i wnioskach z własnych działań praktycznych. Przemawiają za tym dwa argumenty. Jednym jest spójność teoretyczna – wszystkie te badania i działania oparte są na modelu profilaktyki zintegrowanej. Drugim argumentem jest bardzo duża skala i wysoka aktualność tych badań. Ich wyniki nie były dotąd publikowane. Analiza i opracowanie tych wyników to duże przedsięwzięcie, którego nie dało się powiększyć o relacjonowanie wyników badań innych instytucji i pracowni badawczych.

Ponadto w pracach nad raportem wykorzystano następujące źródła danych:

- Wiedza naukowa z zakresu psychologii, psychiatrii dzieci i młodzieży, pedagogiki, profilaktyki zachowań ryzykownych i problemów dzieci i młodzieży, interwencji kryzysowej i zarządzania kryzysowego.
- Wybrane dane statystyczne z dziedziny psychiatrii dzieci i młodzieży uzyskane za pośrednictwem Instytutu Psychiatrii i Neurologii od NFZ.
- Bezpośrednia relacja osób i instytucji, które odegrały kluczową rolę w przeprowadzeniu interwencji kryzysowej w środowisku szkolnym w Przewodowie po wybuchu rakiety bojowej.

Status istotnego źródła danych ma szersza, racjonalna refleksja płynąca z rozumowej analizy wyzwań współczesności. Im dłużej trwa rozpoczęty zimą 2020 okres wstrząsów i kryzysów światowych, im więcej zbieramy danych dotyczących skutków, jakie te wstrząsy wywarły na młodzież oraz im więcej wiemy o efektach działań mających na celu wspieranie uczniów, tym większym dysponujemy materiałem umożliwiającym racjonalną refleksję obejmującą jednocześnie:

- analizę sytuacji społeczno-ekonomiczno-politycznej na świecie i Polsce
- wyniki i wnioski z badań
- doświadczenia praktyczne związane z realizacją działań wychowawczych i profilaktycznych
- wnioski z monitoringu i ewaluacji działań wychowawczych i profilaktycznych
- obserwowane sygnały nowych, potencjalnych kryzysów, które z pewnym prawdopodobieństwem mogą nadejść w niedalekiej przyszłości.

WYBÓR NAJWAŻNIEJSZYCH WNIOSKÓW Z BADAŃ I REKOMENDACJI PRAKTYCZNYCH

Wszystkie wnioski z badań odnoszące się do wyników badań z konkretnego obszaru, a także wynikające z nich rekomendacje, zostały zamieszczone pod koniec poszczególnych rozdziałów raportu. Poniżej prezentujemy wybrane, szczególnie istotne wnioski oraz wybrane rekomendacje, w podziale na obszary merytoryczne.

Wybór wniosków i rekomendacji z rozdziału I.1:

Kondycja psychiczna uczniów 2020–2022 i czynniki na nią wpływające

Wniosek 1/18:

Badania prowadzone w pierwszym roku epidemii COVID-19 pokazywały sukcesywne pogarszanie się kondycji psychicznej młodzieży (wzrost liczby osób o słabej kondycji psychicznej i spadek liczby osób o dobrej kondycji psychicznej), po czym pozostaje ona na podobnym, obniżonym poziomie. W badaniach prowadzonych do końca 2022 nie widać poprawy sytuacji.

Wniosek 3/18:

Niezależnie od wydarzeń składających się na niestabilność zewnętrznego świata, najszersza grupa wykrytych czynników ryzyka słabej kondycji psychicznej młodzieży jest związana z osiągnięciami szkolnymi, stresem szkolnym, zaległościami w nauce i trudnościami w ich przezwyciężeniu.

W świetle wyników badań prowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli bardzo ważnym czynnikiem obniżającym kondycję psychiczną młodzieży były zmiany trybu funkcjonowania i trybu nauczania. O ile sam fakt izolacji i przebywania na zdalnym nauczaniu nie wiązał się z pogorszeniem średniej kondycji psychicznej uczniów, to kilkakrotne przechodzenie z trybu stacjonarnego na zdalny i odwrotnie spowodowało szereg problemów u uczniów mających trudności w adaptacji do tych zmian.

Wniosek 7/18:

W wynikach badań prowadzonych od momentu wybuchu wojny na Ukrainie do końca roku 2022 nie widać żadnych sygnałów alarmowych, które by wskazywały na problemy związane z przyjmowaniem uchodźców z Ukrainy w polskich szkołach, mimo obecności uchodźców w 80% badanych szkół. Obawy na tym tle przeżywane przez uczniów, rodziców i nauczycieli od początku miały niski poziom, a dodatkowo malały wraz z upływem czasu. Biorąc pod uwagę ogromną skalę napływu uchodźców, można stwierdzić, że na przestrzeni pierwszego roku wojny akcja ich przyjmowania w szkołach nie wiązała się ze skutkami ubocznymi, które stanowiłyby dla gospodarzy nadmierne obciążenie.

Wniosek 8/18:

W świetle badań obniżona kondycja psychiczna jest czynnikiem sprzyjającym wzrostowi zachowań ryzykownych i problemowych. Dotyczy to m.in. korzystania z substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki, papierosy) oraz odwiedzania stron internetowych ze szkodliwymi treściami, które mogą uzależniać (pornografia, hazard, itp.).

Wniosek 9/18

(ogólny wniosek dotyczący czynników chroniących kondycję psychiczną młodzieży):

Jak pokazują wyniki badań, najważniejszym źródłem ochrony zdrowia psychicznego uczniów w zmieniającej się rzeczywistości (epidemia, zmiany trybu nauczania, wojna na Ukrainie, itp.) jest wielkość, jakość i dostępność sieci wsparcia. Najbliższe i najbardziej podstawowe elementy społecznej sieci wsparcia związane są z rodzicami i rodziną, rówieśnikami oraz nauczycielami i wychowawcami. Ważnym ogniwem tej sieci dla części młodzieży są źródła wsparcia związane z religią i wymiarem duchowym. Kolejnym ważnym, ale na ogół mniej dostępnym elementem sieci wsparcia są specjaliści z zakresu profilaktyki, pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrii.

Wniosek 17/18

(zbiorczy wniosek dotyczący zróżnicowania kondycji psychicznej w szkołach):

Wyniki badań zrealizowanych w roku szkolnym 2021/2022 na bardzo dużej próbie uczniów pochodzącej z bardzo wielu szkół pokazują, że średni poziom kondycji psychicznej uczniów w jednych szkołach jest wyraźnie wyższy niż w innych. Obliczenia, w których

jednostką analizy była szkoła, doprowadziły do opracowania listy czynników chroniących i czynników ryzyka średniej kondycji psychicznej uczniów dla szkół.

Średnia kondycja psychiczna młodzieży jest wyższa w szkołach, w których:

- Wsparcie dorosłych (rodzice, nauczyciele) jest większe, a nauczyciele angażują się w zadania wychowawcze pomagając uczniom w ich sprawach, dodając im wiary w siebie i dzieląc się życiowym doświadczeniem.
- Wsparcie rówieśników jest większe i więcej jest uczniów, którzy mają przyjaciół.
- Młodzież czuje się bardziej bezpiecznie w swoich klasach, w których panuje atmosfera akceptacji i życzliwości oraz gotowości do wzajemnego wsparcia.
- Wyższy jest odsetek uczniów, dla których wiara/religia ma znaczenie w życiu.

Średnia kondycja psychiczna młodzieży jest niższa w szkołach, w których:

- Uczniowie częściej doświadczają cyberprzemocy – zarówno jako ofiary, jak i jako sprawcy.
- Wyższy odsetek uczniów włącza się w grupy rówieśnicze, w których pije się alkohol, pali papierosy, korzysta z narkotyków.
- Więcej uczniów odczuwa stres z powodu obowiązków szkolnych.

Rekomendacja 1/10 (wskazanie przewodnie raportu):

We współczesnym, naznaczonym kolejnymi kryzysami, niestabilnym świecie działania wychowawcze, profilaktyczne i pomocowe na rzecz wsparcia psychicznego oraz zapobiegania zachowaniom ryzykownym i problemom dzieci i młodzieży powinny mieć status stałego priorytetu systemu edukacji.

Koszty zdrowotne, rozwojowe, społeczne i finansowe ewentualnych zaniechań w tym zakresie będą wielokrotnie większe niż koszty realizacji zintensyfikowanych działań wychowawczych i profilaktycznych.

Wdrożenie tego priorytetu spowoduje przywrócenie zaburzonej równowagi między przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem uzupełnianym o profilaktykę. (...).

Rekomendacja 2/10:

Podstawowym warunkiem odbudowy osłabionej kondycji psychicznej dzieci i młodzieży a zarazem zmniejszenia liczby uczniów kierowanych do przeciążonego systemu pomocy psychiatrycznej jest wzmacnianie odporności psychicznej całej populacji dzieci i młodzieży.

Koncentracja wsparcia wyłącznie na uczniach, którzy już znajdują się w bardzo złej kondycji psychicznej nie wystarcza. Troska o jak najlepszą formę psychiczną wszystkich uczniów ograniczy liczbę młodych wymagających pomocy specjalistycznej i zwiększy liczbę młodzieży zdolnej do pomocy mniej odpornym psychicznie rówieśnikom.

Rekomendacja 3/10:

Wielość i różnorodność nowych zagrożeń pojawiających się we współczesnym, niestabilnym świecie sprawia, że podejście do profilaktyki opisane jako *model profilaktyki zintegrowanej* stało się szczególnie przydatną podstawą badań naukowych i działań praktycznych.

Zmieniająca się rzeczywistość wymaga rozumienia związków między różnymi problemami i powiązanych z nimi czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi. (...).

Rekomendacja 8/10:

Z uwagi na kumulację konsekwencji kilkakrotnych zmian trybu nauczania w najbliższych latach potrzebny jest maksymalnie długi okres stabilnego funkcjonowania szkoły w trybie stacjonarnym. Wobec osłabionej kondycji psychicznej uczniów, ale także rodziców i nauczycieli, każdy powrót do nauczania zdalnego będzie miał poważniejsze i bardziej długotrwałe konsekwencje dla procesu edukacji i zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

Rekomendacja 9/10:

W przypadku wystąpienia nowego kryzysu uderzającego w normalny sposób funkcjonowania szkół, należy dążyć do utrzymania priorytetu działań wychowawczych, profilaktycznych i związanych z podtrzymywaniem kondycji psychicznej dzieci i młodzieży. (...).

Wybór wniosków i rekomendacji z rozdziału I.2:**Kondycja psychiczna rodziców i nauczycieli 2021–2022
i wybrane czynniki na nią wpływające****Wniosek 1/4 (podstawowy):**

Rodzice i nauczyciele są niezwykle istotnym elementem sieci wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży. Wypełnianie roli wychowawczej przez rodziców i nauczycieli we współczesnym niestabilnym świecie (epidemia, wojna, kryzys makroekonomiczny, przekaz medialny stymulujący napięcia) jest znacznie utrudnione, gdyż także ich kondycja psychiczna jest osłabiona.

Rekomendacja 1 (podstawowa):

Wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów może przynieść znacznie lepsze efekty, gdy w działaniach uwzględnione będą potrzeby rodziców i nauczycieli oraz troska o dobre relacje w całym środowisku szkolnym. Środowisko szkolne to system naczyń połączonych. Wzmocnienie jednego elementu wzmacnia pozostałe. W obecnych realiach niestabilnego świata szczególnie wartościowe są takie działania praktyczne, które z założenia wzmacniają wszystkie grupy środowiska szkolnego (uczniów, rodziców, nauczycieli) i poprawiają ich wzajemne relacje.

Wybór wniosków i rekomendacji z rozdziału I.3:

Odpowiedź praktyczna profilaktyki zintegrowanej w niestabilnych latach 2021–2022: monitoring i ewaluacja programów dla młodzieży

Wniosek ogólny:

Wyniki monitoringu i/lub ewaluacji programów profilaktyki zintegrowanej pokazują, że ich realizacja wzmacnia szereg czynników chroniących i osłabia szereg czynników ryzyka związanych z kondycją psychiczną młodzieży i zachowaniami ryzykownymi. Dotyczy to różnych typów programów:

- Programów realizowanych stacjonarnie przez profilaktyków-profesjonalistów (Archipelag Skarbów, Gwiazda Mocy)
- Programów realizowanych zdalnie przez profilaktyków-profesjonalistów (Nawigacja w Kryzysie, Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców)
- Wieleelementowego programu opartego na aplikacji internetowej zaprojektowanego do samodzielnej realizacji przez kadrę szkolną (Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę*).

Rekomendacja ogólna:

W świetle wyników monitoringu i ewaluacji potwierdzającej aktualną przydatność i skuteczność szeregu działań opartych na *modelu profilaktyki zintegrowanej* rekomendujemy wykorzystanie programów profilaktyki zintegrowanej do budowania odporności psychicznej oraz zapobiegania problemom i zachowaniom ryzykownym nastolatków. Zadaniem, które mają spełnić programy profilaktyki nie polega na zastępowaniu innych działań wychowawczych i profilaktycznych, ale na ich uzupełnianiu, wzmacnianiu i wiązaniu w całość.

Stała kontrola jakości działań oraz systematyczne aktualizowanie narzędzi sprawia, że programy profilaktyki zintegrowanej są dostosowane do zmieniającej się wrażliwości młodzieży.

Wybór wniosków i rekomendacji z części II:

Budowanie odporności i umiejętności reagowania na sytuacje kryzysowe jako forma adaptacji do niestabilności współczesnego świata

Wniosek 1/4:

Odporność psychiczna jest jedną z najważniejszych kompetencji przyszłości w skomplikowanym i niestabilnym świecie. Znaczenie uczenia odporności jest tym większe, że pierwsze dwie dekady XXI wieku (przed wybuchem epidemii i wojny na Ukrainie) były czasem rosnącej zamożności i stosunkowo wysokiego bezpieczeństwa, w którym dzieci i młodzież nie były przygotowywane do radzenia sobie z poważnymi kryzysami i przeciwnościami.

Wniosek 2/4:

Niestabilność współczesnego świata oraz szybkość zachodzących w nim zmian powoduje konieczność zmiany strategii działania z reaktywnej na proaktywną, polegającą na uczeniu odporności i hartowaniu. Reagowanie na sytuacje kryzysowe i udzielanie wsparcia nie wystarcza w sytuacji, gdy prawdopodobieństwo kolejnych kryzysów i nieprzewidywanych zmian wpływających na zdrowie fizyczne i psychiczne młodego pokolenia jest bardzo wysokie.

Wniosek ogólny (z interwencji kryzysowej w Przewodowie):

Skuteczność interwencji kryzysowej po zdarzeniu w Przewodowie dowodzi znaczenia znajomości zasad interwencji kryzysowej i reagowania kryzysowego oraz praktycznego przeszkolenia w tym zakresie na różnych szczeblach organizacyjnych (konkretnej placówki, lokalnych i regionalnych służb i instytucji). (...)

Rekomendacja 1/3:

Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży jako jednej z najważniejszych kompetencji umożliwiających funkcjonowanie w skomplikowanym i niestabilnym świecie jest obecnie podstawowym wyzwaniem dla pracy wychowawczej i profilaktycznej. Wzmacnianie psychiki, hartowanie ciała i ducha wymaga zrozumienia i akceptacji dla takiej potrzeby ze strony rodziców oraz wsparcia ze strony wychowawców, specjalistów szkolnych i profilaktyków. (...)

Rekomendacja 2/3:

Należy zadbać o to, by działania na rzecz kształtowania odporności i działania prowadzone w ramach zarządzania kryzysowego nie były blokowane przez zbyt sztywne przepisy. Określone regulacje prawne tworzone w czasach stabilności i dobrobytu mogą okazać się niemożliwe do zastosowania w warunkach danej sytuacji kryzysowej lub nieadekwatne do zróżnicowanych uwarunkowań lokalnych. (...)

Rekomendacja ogólna (z interwencji kryzysowej w Przewodowie):

We współczesnym, niestabilnym świecie potrzebne jest traktowanie jako standardu gotowości kryzysowej, gotowości cywilnej umożliwiającej jak najlepsze przetrwanie dowolnego kryzysu uderzającego w społeczność lokalną, w region lub w całe państwo. Kadry wszystkich instytucji systemu edukacji, instytucji i organizacji wspierających szkoły oraz inne instytucje i organizacje zajmujące się dziećmi i młodzieżą powinny posiadać znajomość zasad zarządzania kryzysowego w jego wszystkich fazach – fazie zapobiegania, fazie przygotowania, fazie reagowania i fazie odbudowy. (...)

Wybór wniosków i rekomendacji z części III:

Perspektywy demograficzne Polski w świetle badań nad młodzieżą, jej kondycją psychiczną, zagrożeniami współczesności i efektami działań profilaktycznych

Wniosek 1/15:

Wyniki kolejnych badań IPZIN prowadzonych w latach 2014–2022 jednoznacznie pokazują, że poziom marzeń młodzieży w wieku 13–17 lat o przyszłej dzieciństwie jest wyraźnie niższy niż próg zastępowalności pokoleń. Okres wdrażania polityki prorodzinnej w latach 2016–2017, który wiązał się z intensyfikacją w przestrzeni publicznej przekazów podkreślających znaczenie dzieciństwa, wpłynął nieznacznie na wzrost pragnień dzieciństwa wśród chłopców, ale nie zmienił ich poziomu wśród dziewcząt. Średni poziom „dzieciństwa w marzeniach” w latach 2017–2018 wynosił około 1,9 dziecka. W roku 2020, czyli w pierwszym roku epidemii, doszło do dalszego, skokowego obniżenia tych pragnień (do poziomu współczynnika „dzieciństwa w marzeniach” około 1,5). Spadek był wyraźnie większy wśród dziewcząt niż wśród chłopców.

Wniosek 3/15:

Wyniki badań CBOS dotyczące dążeń i celów życiowych młodzieży prowadzone wśród 18-latków pokazują wyraźny spadek odsetka młodzieży, dla której jednym z najważniejszych celów życiowych jest „udane życie rodzinne, dzieci”. Spadek z poziomu 54% do 33% dokonał się trzystopniowo – w latach 2008–2010, 2013–2016, a następnie w latach 2018–2021. Jednocześnie cel ten przesunął się z drugiego na piąte miejsce w kolejności wyborów różnych celów życiowych.

Badania IPZIN z lat 2018–2022 wśród 13–16-latków również pokazują relatywny spadek znaczenia celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”. Spadek ten miał miejsce w latach 2020–2021, czyli w okresie epidemii. Wyniki badań z okresu po 24 lutego 2022 pokazują, że po wybuchu wojny na Ukrainie nie doszło do dalszego pogłębienia tego trendu.

Wniosek 6/15:

W świetle badań z lat 2010–2022 czynnikiem ryzyka, który najsilniej wpływa na obniżenie chęci do posiadania dzieci jest depresyjność. W kolejnych badaniach IPZIN, polskich i międzynarodowych (Polska, Malta, Litwa) niechęć by w przyszłości mieć dzieci w szczególności cechowała osoby mające myśli samobójcze, wysokie wyniki na skali depresji, słabą kondycję psychiczną. (...).

Wniosek 10/15:

Szereg badań z lat 2010–2022 doprowadził do wyłonienia grupy czynników mających pozytywny wpływ na pragnienia młodzieży związane z dzieciństwem. „Dzieciństwo w marzeniach” jest wyższe u nastolatków, którzy:

- wskazują mamę jako ważnego przewodnika życiowego
- wiara/religia ma dla nich duże znaczenie
- mieli w swoim życiu kontakt z małżeństwami będącymi dla nich pozytywnym przykładem
- wierzą w istnienie prawdziwej i trwałej miłości
- uważają, że warto czekać z podejmowaniem kontaktów seksualnych do małżeństwa
- czują się akceptowani w klasie
- są „lokalnymi patriotami”

Wniosek 12/15:

Wyniki polskich i międzynarodowych badań IPZIN wskazują, że posiadanie proro-dzinnych marzeń jest czynnikiem chroniącym wobec szeregu zachowań ryzykownych i problemów młodzieży. „Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” to jedyny cel życiowy, którego wybór ma tak jednoznaczny wymiar profilaktyczny.

Na przeciwnym biegunie znajduje się najbardziej antyprofilaktyczny cel życiowy – „życie pełne rozrywek”. Jego wskazanie wiąże się z podwyższonym ryzykiem wielu róż-nych zachowań ryzykownych.

Wniosek 15/15:

Potwierdzone w badaniach efekty programów z zakresu wczesnej profilaktyki pro-blemów demograficznych pokazują, że uzyskanie wpływu na „dzietność w marzeniach” jest możliwe, ale bardzo trudne. Znacznie więcej wyników badań potwierdza wpływ pro-gramów profilaktycznych na czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z prorodzin-nymi pragnieniami.

Uzyskanie wymiernego wpływu na poprawę demografii przyszłości za pomocą programów profilaktycznych wymaga poprawy skuteczności istniejących programów, tworzenia nowych i maksymalnego wzrostu skali tych oddziaływań, które okażą się skuteczne.

Rekomendacja 1/7:

Przeciwdziałanie pogłębianiu się w kolejnych dziesięcioleciach kryzysu demo-graficznego jest ważnym elementem polskiej racji stanu. Wobec niskiego i wciąż ob-niżającego się poziomu pragnień z związanych z rodziną i posiadaniem dzieci wśród młodzieży konieczne jest włączenie tej tematyki do działań edukacyjnych, wychowaw-czych i profilaktycznych. Kierowane do dzieci i młodzieży działania z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych powinny być oparte na podstawach nauko-wych, mieć jak najszerszą skalę i korzystać z wpływu, jaki na życie dzieci i młodzieży mają różne grupy osób (rodzina, nauczyciele, profilaktycy, twórcy dzieł kultury, dzien-nikarze, itp.).

Rekomendacja 2/7:

Racjonalne i ekonomiczne planowanie działań z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymaga wykorzystania wiedzy o istniejących zależnościach pomiędzy pragnieniem posiadania dzieci, a kondycją psychiczną i podejmowaniem zachowań ryzykownych. Dzięki temu wczesna profilaktyka problemów demograficznych budząca wrażliwość na piękno prorodzinnych celów życiowych stanie się nie tyle odrębną dziedziną prewencji, co świadomie włączanym elementem lub aspektem zintegrowanych działań profilaktycznych.

Rekomendacja 5/7:

Uzyskanie wymiernego wpływu na poprawę demografii przyszłości za pomocą programów profilaktycznych wymaga szerokiej realizacji działań cechujących się maksymalnie wysoką skutecznością.

W obecnej sytuacji należy:

- Stworzyć warunki dla poszerzenia skali realizacji istniejących programów profilaktycznych, które mają pewną, udowodnioną skuteczność w obszarze profilaktyki wczesnych problemów demograficznych.
- Prowadzić działania rozwojowe zwiększające skuteczność istniejących programów i nakierowanych na tworzenie nowych oddziaływań przeznaczonych dla odbiorców z różnych grup wiekowych.
- Uwzględnić w działaniach profilaktycznych inspirowanie młodzieży do pogłębionej refleksji nad celami życiowymi i sensem życia (można tu wykorzystać elementy logoterapii i logoprofilaktyki opartej na koncepcji Victora Frankla).

Rekomendacja 7/7:

Realizacja celów wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymaga stworzenia odpowiednich warunków dla dalszego rozwoju badań (w tym badań reprezentatywnych) dotyczących postaw młodzieży wobec rodziny i przyszłej dzietności, a także dążeń emigracyjnych wraz z szerokim kontekstem związanych z tymi postawami czynników. Potrzebne jest lepsze zdiagnozowanie przyczyn tych zjawisk, opracowanie strategii przeciwdziałania uwzględniającej zadania dla wychowania, profilaktyki i dla instytucji kultury.

Część I

Wyniki aktualnych badań, a potrzeby działań wychowawczych, profilaktycznych i wspierających kondycję psychiczną uczniów po roku 2022

1.1. Kondycja psychiczna uczniów 2020–2022 i czynniki na nią wpływające

1.1.1. Kondycja psychiczna uczniów w świetle badań IPZIN 2020–2022

1.1.1.1. Indeks kondycji psychicznej i jego zmiany w latach 2020–2022

Na podstawie badań Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej opisanych w pierwszych dwóch raportach IPZIN z **początku epidemii**¹⁷ diagnozowaliśmy, że na przełomie **marca i kwietnia 2020** epidemia i izolacja wtrąciła około 20% uczniów w stan większego lub mniejszego przygnębienia. Kolejne badania z **czerwca 2020**¹⁸ pokazywały pewną poprawę nastrojów młodzieży szkolnej, związaną zapewne ze zbliżającymi się wakacjami oraz z obejmującym całe społeczeństwo wrażeniem, że epidemia wygasa.

W trakcie **drugiej fali epidemii** (badania z **listopada-grudnia 2020**¹⁹) zmodyfikowaliśmy wskaźniki kondycji psychicznej. Odeszliśmy od wcześniejszego podziału młodzieży na „przygnębiionych” i „nieprzygnębiionych” na rzecz nowego „**indeksu kondycji psychicznej**”. Został on oparty na odpowiedziach badanych na dwa pytania: o ogólne samopoczucie i o radzenie sobie psychicznie w obecnym okresie. Indeks ten jest wykorzystywany w kolejnych badaniach IPZIN od jesieni 2020 aż do dziś. Pozwala on ocenić jak wielu wśród badanych jest:

- uczniów, którzy określają swoją kondycję psychiczną jako **dobrą** (deklarując jednocześnie swoje samopoczucie jako dobre, oraz to, że dobrze sobie radzą psychicznie),
- uczniów o **średniej** kondycji psychicznej (czyli dobrze oceniających tylko jeden z w/w dwóch aspektów swojej kondycji psychicznej)
- uczniów o **słabej** kondycji psychicznej w obecnym czasie (deklarujących jednocześnie złe lub średnie samopoczucie oraz to, że źle lub średnio sobie radzą psychicznie).

Tak skonstruowany wskaźnik ma duży sens z punktu widzenia profilaktyki. Dla celów pomocy psychologicznej, psychiatrycznej i psychoterapii kluczowe jest wyłonienie grupy pilnie potrzebującej intensywnego wsparcia psychologicznego – czy to ze strony najbliższego otoczenia,

¹⁷ Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2–7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziedz_w_czasie_epidemii_2020_IPZIN. Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej? Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2–7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziedz_w_czasie_epidemii_Komu_jest_najtrudniej_2020_IPZIN_Czesc_2.pdf

¹⁸ Badanie uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych z Legnicko-Głogowskiego Okręgu Miedziowego, (N= 521) (czerwiec 2020). Badania zrealizowane w ramach realizacji programu profilaktycznego „Nawigacja w kryzysie” finansowanego przez Fundację KGHM.

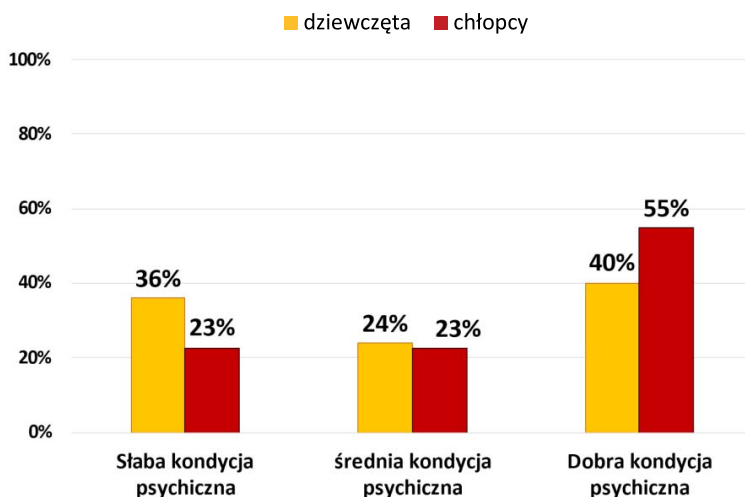
¹⁹ Dane zebrane w ramach badań związanych z realizacją programu profilaktyki zintegrowanej „Nawigacja w kryzysie” w listopadzie i grudniu 2020 – badano uczniów klas 6–8 szkół podstawowych i klas 1 szkół ponadpodstawowych z 20 miejscowości 9 województw: dolnośląskiego, lubelskiego, małopolskiego, mazowieckiego, podkarpackiego, śląskiego, świętokrzyskiego, warmińsko-mazurskiego i wielkopolskiego. N=1710. Należy zwrócić uwagę, że badania z czerwca oraz listopada/grudnia 2020 nie były prowadzone w tych samych grupach badanych. Porównania należy traktować pogładowo.

czy specjalistów. Dla celów profilaktyki, której istotą jest zapobieganie problemom zanim narosną, ważniejsze jest zidentyfikowanie nieco szerszej grupy „zagrożonych”. Uczniowie, którzy wg. naszego indeksu mają słabą kondycję psychiczną to nie tylko ci, którzy mają złe samopoczucie i nie radzą sobie z sytuacją, ale także ci, którzy w obecnym momencie określają swoje samopoczucie jako „średnie” i równie „średnio” radzą sobie psychicznie z sytuacją. Bardzo nam zależy, by przeciwdziałać ich przesunięciu do kategorii „słaba kondycja psychiczna”.

Obserwowane nie tylko w badaniach, ale także w poradniach i szpitalach psychiatrycznych zjawisko ogromnego wzrostu zapotrzebowania dzieci i młodzieży na pomoc psychologiczno-psychiatryczną, stało się impulsem do wypracowania przez zespół ekspertów Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej rekomendacji dla wychowania i profilaktyki, które zostały zaprezentowane w raporcie IPZIN z marca 2021 pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?*²⁰. Zgodnie z naszym podejściem kluczowym czynnikiem zapobiegającym zapaści systemu pomocy psychologiczno-psychiatrycznej było i jest zaangażowanie szerokich zasobów ludzkich (rodzice, nauczyciele, profilaktycy) do działań wspierających psychicznie całą populację dzieci i młodzieży, w tym zwłaszcza tę jej część, której kondycja psychiczna jest „średnia”, a więc jeszcze nie jest słaba, ale już nie jest dobra.

Poniższy wykres pokazuje indeks kondycji psychicznej wśród uczniów w czasie drugiej fali epidemii, w listopadzie i grudniu 2020. Jak widać, 55% badanych chłopców i 40% badanych dziewcząt miało dobrą kondycję psychiczną. Odsetek uczniów o średniej kondycji psychicznej wynosił odpowiednio 24% u dziewcząt i 23% wśród chłopców. Niepokoił wysoki odsetek młodzieży o słabej kondycji psychicznej (aż 36% dziewcząt i 23% chłopców). Generalnie kondycja psychiczna wśród dziewcząt była słabsza niż wśród chłopców.

Wykres 1. Indeks kondycji psychicznej. Listopad – grudzień 2020

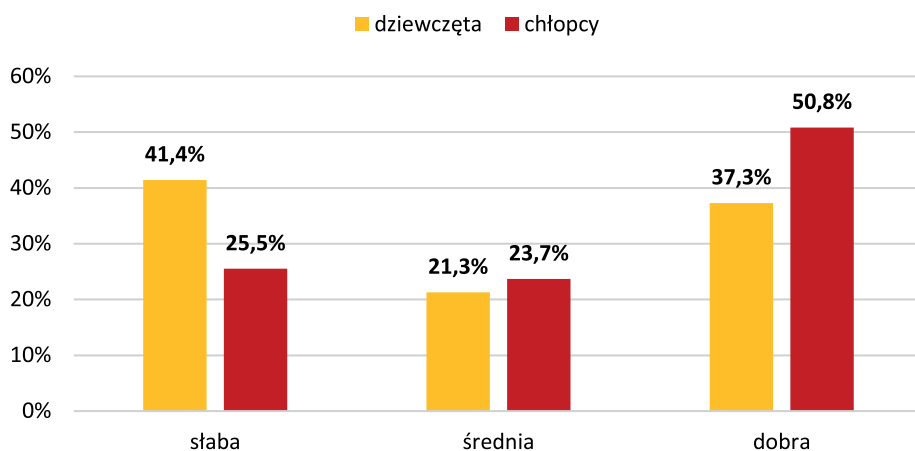


²⁰ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 Dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

Ze względu na różnicę wskaźników nie da się porównać kondycji psychicznej uczniów z wiosny 2020 i jesieni 2020. Jednak od jesieni 2020 do dzisiaj używamy tego samego wskaźnika. Co mówią nam wyniki nowszych badań IPZIN? Porównania, których dokonamy będą miały charakter poglądowy. Stanowią ważny przyczynek do refleksji, jednak trzeba pamiętać o opisanych we wstępie i w Załączniku 1²¹ różnicach między próbami.

Kolejny okres, na którym się skupimy to **pierwsza połowa roku szkolnego 2021/2022** – od października 2021 do 23 lutego 2022. Ta ostatnia data jest ważna, gdyż 24 lutego stanowi cezurę, po której dochodzi nowy czynnik wpływający na kondycję psychiczną uczniów – wojna na Ukrainie wraz ze wszystkimi jej konsekwencjami.

Wykres 2. Indeks kondycji psychicznej. Październik 2021 – 23 luty 2022 [N = 15 791]



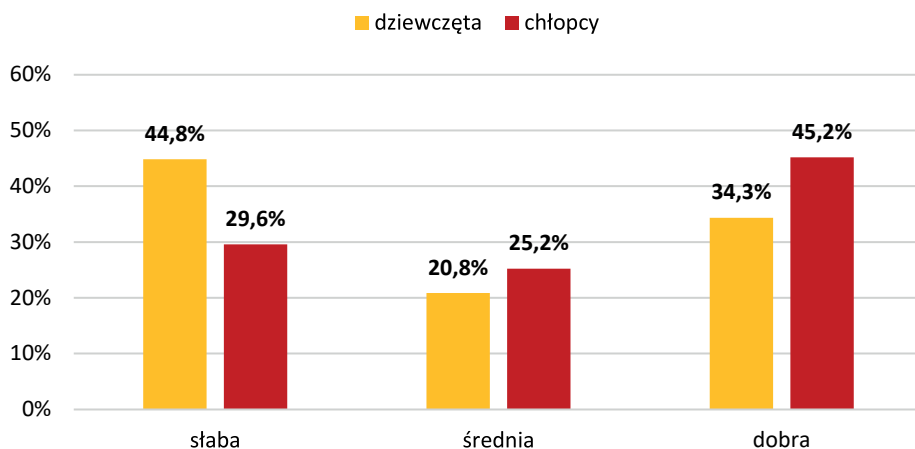
Porównując powyższy wykres przedstawiający wyniki badań IPZIN²² z wcześniej przedstawionymi danymi, widzimy, że odsetek dziewcząt o słabej kondycji psychicznej jest wyższy o 5% jesienią/zimą 2021 niż był jesienią 2020, a odsetek chłopców wyższy o 2,5%. Z kolei odsetek dziewcząt o dobrej kondycji psychicznej spadł w tym czasie o niecałe 3%, a chłopców o ponad 4%. W tym okresie kolejne fale epidemii i kolejne okresy izolacji coraz mocniej uderzały w stan psychiczny uczniów. Po pierwszej fali epidemii dość szybko wrócił optymizm. Doświadczenie drugiej fali, a potem trzeciej fali epidemii i kolejnych powrotów do reżimu sanitarnego, i nauczania zdalnego sprawiło, że epidemia i lockdown to już nie izolowany epizod w życiu dziecka czy nastolatka, ale znacząca część jego życia – przynajmniej tego, które ogarnia pamięć.

²¹ Załącznik nr 1: *Kondycja psychiczna uczniów – wyniki analiz statystycznych.*

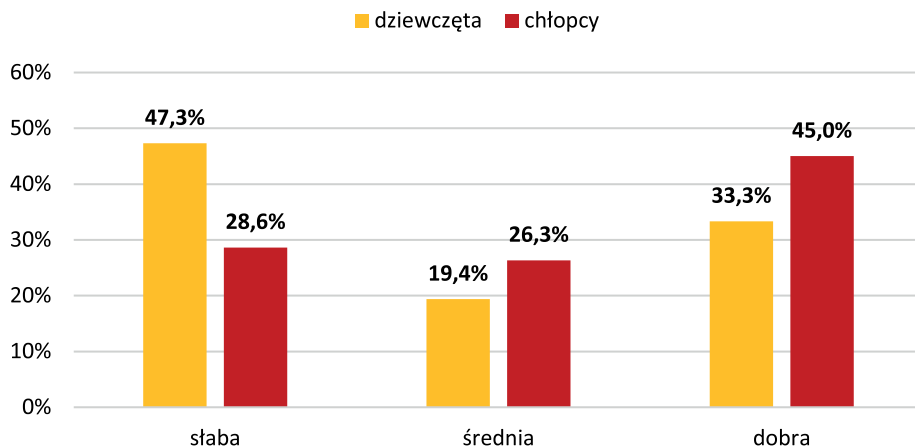
²² Badania IPZIN prowadzone zdalnie z pomocą koordynatorów „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych w ramach projektu sfinansowanego z programu Ministra Edukacji i Nauki *Spółeczna odpowiedzialność nauki.*

Pamiętamy, że **pierwszy semestr roku szkolnego 2021/2022 to okres czwartej fali epidemii**. Szkoły biorące w tym czasie udział w badaniach funkcjonowały **w trybie stacjonarnym, zdalnym lub hybrydowym**. Daje to nam możliwość sprawdzenia czy tryb funkcjonowania szkoły wiąże się w jakiś sposób ze stanem psychicznym uczniów. Jeśli chodzi o dane z okresu czwartej fali epidemii trzeba pamiętać, że część szkół przechodziła na tryb zdalny lub hybrydowy na relatywnie krótkie okresy – nie dochodziło do tak długotrwałej izolacji, jak przy poprzednich falach epidemii.

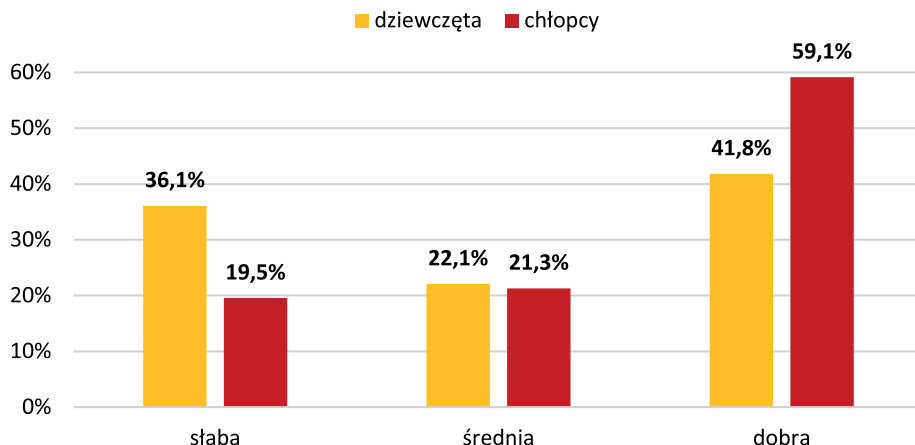
Wykres 3. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie stacjonarne.
Październik 2021 – 23 luty 2022 [N = 8 574]



Wykres 4. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie hybrydowe.
Październik 2021 – 23 luty 2022. N = 706



Wykres 5. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie zdalne. Październik 2021 – 23 luty 2022
[N = 6 445]



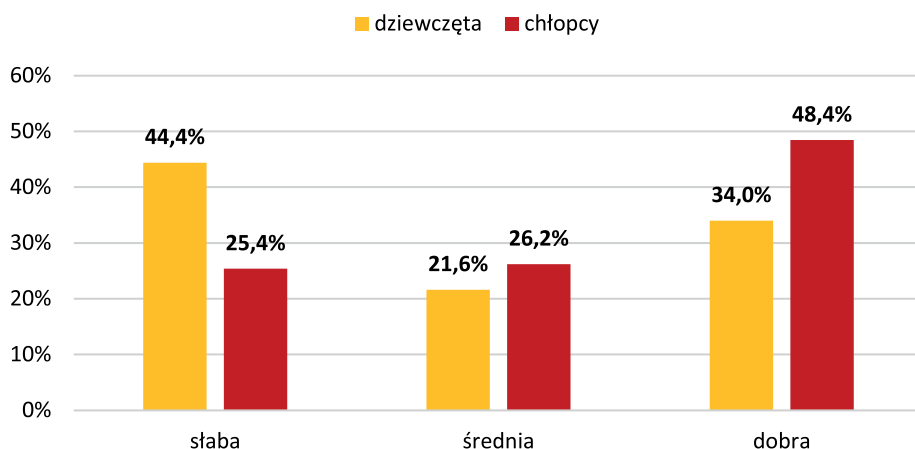
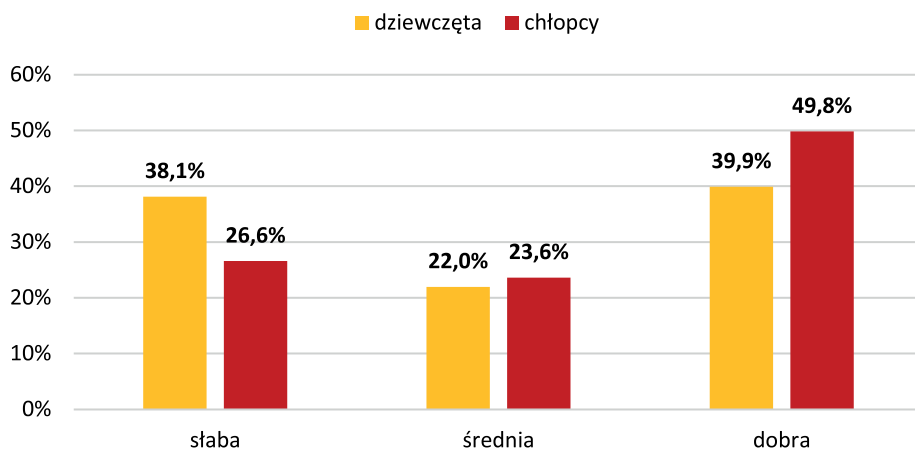
Porównania wyglądają bardzo interesująco. Nie widać większych różnic kondycji psychicznej uczniów ze szkół działających stacjonarnie i hybrydowo. Natomiast uczniowie uczący się w trybie zdalnym mają wyraźnie lepszą kondycję psychiczną niż ci, którzy uczą się stacjonarnie lub hybrydowo. Dotyczy to obu płci.

Na interpretację tych wyników w tym miejscu raportu jest zbyt wcześnie. Już teraz można jednak zadać sobie pytanie i postawić hipotezę. Co jest trudniejsze do zniesienia dla uczniów – samo nauczanie zdalne, izolacja i ich konsekwencje, czy też trwająca tygodniami niepewność sytuacji i zagrożenie zmianą trybu nauczania, a zarazem całego trybu życia?

Być może, przy względnie krótkim okresie zamknięcia szkół, odczucia części uczniów można porównać do tego, co czujemy przed wejściem do chłodnego morza w pogodny, letni dzień. Rozgrzani słońcem z niechęcią i obawą myślimy o zanurzeniu się, ale gdy już zaczniemy pluskać się i pływać, to jesteśmy zadowoleni i czujemy się, nomen omen, jak ryba w wodzie. Doświadczenie kolejnych lockdownów może dawać efekt przystosowania do warunków nauki zdalnej. Przyjaźnie online, nauka online, herbatka na biurku. I da się żyć. Trudny jest tylko sam moment zmiany.

Możliwe, że przedstawione powyżej rozumowanie jest w jakiejś mierze trafne. Trzeba jednak pamiętać, że relatywnie lepsza kondycja psychiczna uczniów na nauczaniu zdalnym nie oznacza, że jest to tryb lepszy i zdrowszy dla uczniów. Jak okaże się dalej, przechodzenie na tryb zdalny sprzyja innym niekorzystnym zjawiskom, jak chociażby nawarstwianie się zaległości w nauce. Konsekwencje psychiczne takich zaległości nie są odczuwalne od razu, a często dopiero po powrocie do nauki stacjonarnej, kiedy to następuje weryfikacja zdobytej wiedzy i umiejętności.

Przejdźmy teraz do indeksu kondycji psychicznej w drugim semestrze roku szkolnego 2021/2022. Został on rozbity na dwa podokresy. Pierwszy – **od wybuchu wojny na Ukrainie 24 lutego do 20 marca 2022** – a więc mniej więcej pierwszy miesiąc po wybuchu wojny. Drugi okres – **od 21 marca do końca czerwca 2022**.

Wykres 6. Indeks kondycji psychicznej. 24 lutego – 20 marca 2022 [N = 3 887]**Wykres 7. Indeks kondycji psychicznej. 21 marca – 30 czerwca 2022 [N = 3 923]**

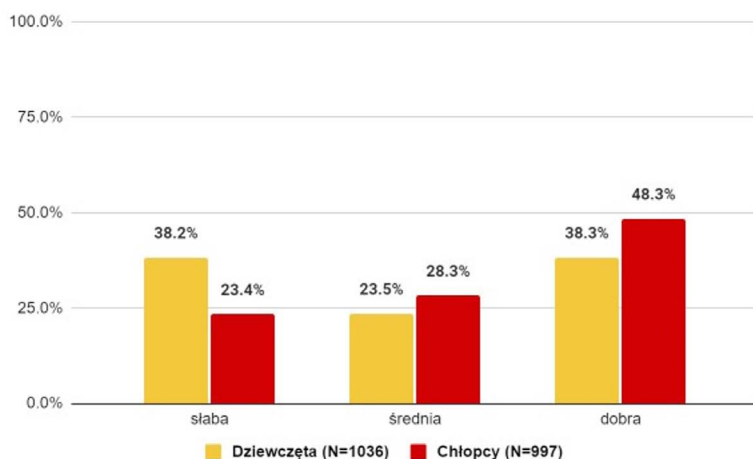
Koniec lutego i początek marca 2022 to czas, gdy dominujące znaczenie miały dwa czynniki – ustąpienie czwartej fali epidemii oraz wybuch wojny. Ten pierwszy czynnik powinien wzbudzać optymizm – ten drugi przeciwnie. Porównując zbiorczy wykres kondycji psychicznej dla wszystkich trybów nauczania z pierwszego semestru roku szkolnego 2021/2022 (do 23 lutego) z wykresem obejmującym dane zbierane w czasie pierwszego miesiąca wojny na Ukrainie, widzimy wzrost odsetka dziewcząt o słabej kondycji psychicznej o 3% i podobny spadek odsetka dziewcząt o dobrej kondycji psychicznej. Wśród chłopców obserwujemy przesunięcie około 2,5% badanych z kategorii „dobra kondycja psychiczna” do kategorii „średnia kondycja psychiczna”. A zatem **bilans dwóch czynników – końca czwartej fali epidemii i szoku związanego z wybuchem wojny wypada na lekkim minusie**. Kondycja psychiczna uległa niewielkiemu osłabieniu. Było to jednak osłabienie krótkoterminowe.

Okres wiosenny to czas, gdy wojna trwa nadal, ale pierwszy szok minął. Wiosna to z jednej strony ocieplenie pogody i radosny rozkwit przyrody, a z drugiej stres związany ze zbliżaniem się końca roku szkolnego. Wiosna sama w sobie nieść może optymizm, ale wiemy ze statystyk suicydologicznych, że na miesiące wiosenne przypada też zwiększona liczba samobójstw. W naszych badaniach, w okresie wiosennym od 21 marca do 30 czerwca 2022 widzimy znaczną poprawę kondycji psychicznej wśród dziewcząt. O ponad 6% spadł odsetek dziewcząt ze słabym indeksem kondycji psychicznej, a o niemal 6% wzrósł odsetek dziewcząt o dobrej kondycji psychicznej. Wśród chłopców różnice są niewielkie i niejednoznaczne.

Najnowsze dane, którymi dysponujemy, pochodzą z **badania²³ IPZIN przeprowadzonych jesienią 2022**, w okresie do 18 listopada. Ponieważ danych tych stale przybywa, zbiór do bardziej zaawansowanych analiz statystycznych zostanie założony dopiero po zakończeniu roku szkolnego 2022/2023. Na tym etapie dysponujemy jedynie wykresami pokazującymi frekwencje. I chociaż porównań z wcześniejszymi okresami nie można traktować jako ścisłych i w pełni miarodajnych, to mogą one być wartościowym przyczynkiem do wstępnej refleksji.

Oto wykres kondycji psychicznej uczniów z jesieni 2022.

Wykres 8. Kondycja psychiczna jesienią 2022 do 18 listopada



Indeks kondycji psychicznej z tego wykresu jest bardzo zbliżony do tego, który przedstawiliśmy powyżej dla wiosny 2022 od 21 marca. Nie widać tu ani zasadniczej poprawy, ani też pogorszenia. Ale to oznacza, że wciąż **wysoki pozostaje odsetek uczniów o słabej kondycji psychicznej i konsekwentnie jest wyraźnie wyższy dla dziewcząt niż dla chłopców**.

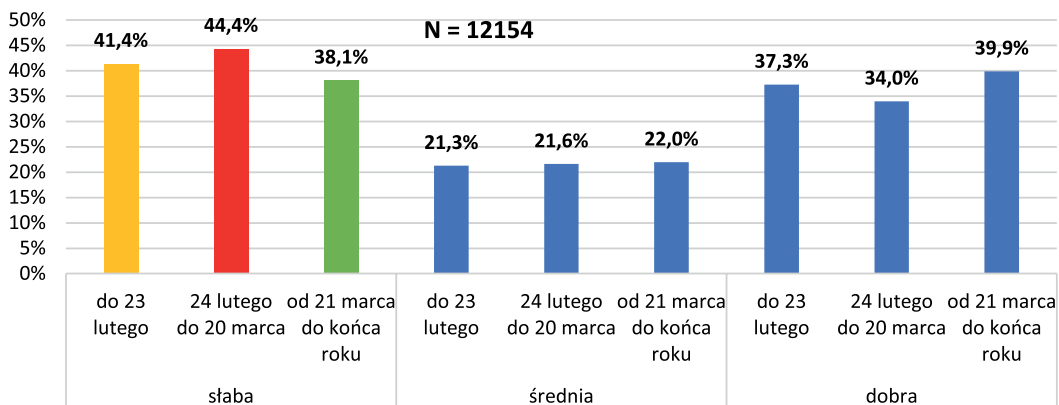
²³ Badania prowadzone w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej Nawigacja w Każdą Pogodę” wśród uczniów (N=2033), rodziców (N=1032) i nauczycieli (N=610) ze środków własnych IPZIN we współpracy ze szkołami z 8 województw. 93% próby to dane ze szkół podstawowych (głównie klasy 6–8), a 7% ze szkół ponadpodstawowych.

I.1.1.2 Indeks kondycji psychicznej a płeć i etap edukacji w roku szkolnym 2021/2022

Pogłębiony wgląd w zmiany kondycji psychicznej na przestrzeni całego roku szkolnego 2021/2022 uzyskujemy przyglądając się wynikom dla poszczególnych podgrup całej grupy badanej – odrębnie dla chłopców i dziewcząt, a także w rozbiciu na szkoły podstawowe i ponadpodstawowe. Ciekawy i obszerniejszy materiał z analizami statystycznymi na ten temat można znaleźć w Załączniku 1²⁴. W tym miejscu zaprezentowane zostaną wybrane wykresy.

Analizy statystyczne dynamiki zmian kondycji psychicznej w roku 2021/2022 w rozbiciu na płeć pokazały, że w grupie chłopców zmiany są nieistotne statystycznie, $\chi^2(4)=6,89$, $p>0,05$, natomiast są istotne statystycznie w grupie dziewcząt, $\chi^2(4)=19,37$, $p<0,001$, $V=0,04$. W okresie 24 lutego do 20 marca było najwięcej²⁵ dziewcząt ze słabą kondycją psychiczną, w okresie od października 2021 do 23 lutego 2022 było ich istotnie mniej, a w okresie od 21 marca do końca roku szkolnego najmniej i różnica ta także jest istotna statystycznie (patrz: poniższy wykres).

Wykres 9. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt



Jak pamiętamy z wcześniejszych porównań, odsetek uczniów (w tym dziewcząt) o słabej kondycji psychicznej był wyższy w roku szkolnym 2021/2022 niż jesienią roku 2020.

Jednak, jak widzimy na wykresie, w trakcie roku szkolnego 2021/2022 zachodzi godne uwagi zjawisko. **Bezpośrednio po wybuchu wojny na Ukrainie wśród dziewcząt dochodzi do dalszego obniżenia indeksu kondycji psychicznej przejawiającego się wzrostem odsetka dziewcząt o słabej kondycji psychicznej.** Odpowiedzialna może być za to wyższa wrażliwość dziewcząt na szok, jakim jest wybuch wojny wraz z niezliczonymi medialnymi doniesieniami, obrazami, wywiadami ukazującymi ludzkie tragedie. Dziewczęta mogą też odczuwać silniejszą

²⁴ Załącznik nr 1: *Kondycja psychiczna uczniów – wyniki analiz statystycznych.*

²⁵ W wykresach dynamiki zmian kondycji psychicznej przyjęto, że kolor zielony, żółty i czerwony jest przypisywany w zależności od tego czy wysoka wartość słupka jest korzystna zdrowotnie (słupki zielony) czy niekorzystna (słupki czerwony). Jeśli wartość pośrednia istotnie różni się od skrajnych, słupki mają barwę żółtą. Jeśli wartość któregoś z trzech słupków odzwierciedlających dany poziom kondycji psychicznej w jednym z trzech okresów nie różni się w sposób statystycznie istotny, zachowuje barwę niebieską.

empatii i silniej identyfikować się z masowo przybywającymi uchodźcami, wśród których dominują kobiety i dzieci.

Z kolei **w okresie wiosny – od 21 marca do 30 czerwca – indeks kondycji psychicznej dziewcząt pokazuje istotną statystycznie poprawę**. Odsetek dziewcząt o słabej kondycji psychicznej spada o ponad 6%. Cały obraz kondycji psychicznej dziewcząt (słaba, średnia, dobra) wiosną 2022 jest prawie identyczny z tym, jaki obserwowaliśmy jesienią 2020. Można postawić hipotezę, że coś, co działo się wiosną 2022 wpłynęło na tyle pozytywnie, że **średni stan psychiczny w grupie dziewcząt stał się lepszy niż w okresie czwartej fali epidemii**. Jednym z czynników, który mógł się przyczynić do poprawy nastroju wśród dziewcząt po otrząśnięciu się z pierwszego wstrząsu spowodowanego wybuchem wojny może być masowe zaangażowanie w pomoc uchodźcom. Było to zjawisko silnie kontrastujące z apatią towarzyszącą czwartej fali epidemii. Kolejny lockdown, kolejny powrót do ścisłego reżimu sanitarnego, izolacja, nauczanie zdalne – wszystko to sprzyjało spadkowi energii, zamknięciu w czterech ścianach, apatii. Potrzeba i możliwość pomocy innym dała nieoczekiwaną szansę na otrząśnięcie się z marazmu i podjęcie akcji dającej poczucie sprawczości, celowości i sensu własnych działań, własnego wkładu w pomoc, własnego udziału w wielkiej narodowej akcji wsparcia Ukrainy i jej obywateli. Przyjmowanie uchodźców w domach, masowe zbiórki darów, wysiłek życzliwego przyjęcia ukraińskich dzieci w szkołach – nawet jeśli ktoś nie był sam zaangażowany w taką pomoc (choć wiele osób było), to oddziaływała na niego atmosfera powszechnej, społecznej akcji pomocowej. Wystarczyło wejść do dowolnej szkoły, by zobaczyć stosy paczek z darami, naprędce przygotowane dwujęzyczne napisy, żółto-niebieskie plakaty wywieszane na znak solidarności.

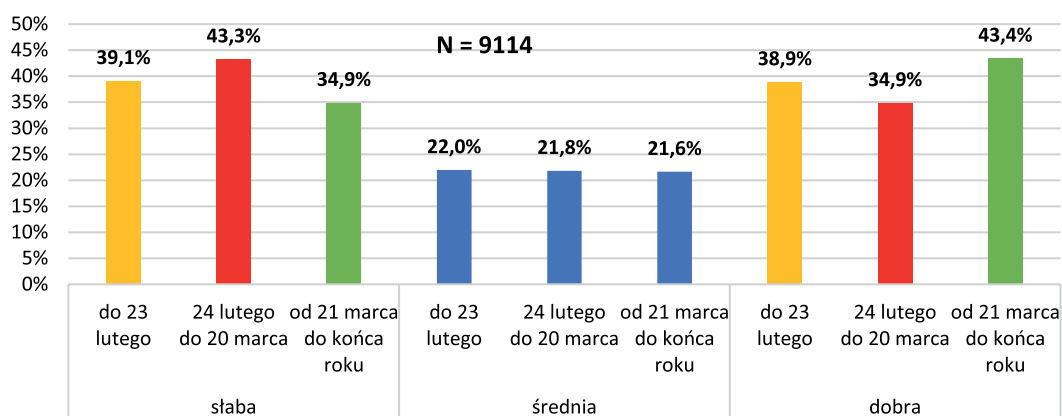
To wszystko mogło być jedną z przyczyn poprawy kondycji psychicznej u dziewcząt. Z jakiegoś powodu tylko u dziewcząt. Wśród chłopców takich zmian nie odnotowano. Trudno wytłumaczyć taką różnicę reakcji. Jedną z możliwych hipotez jest taka, że, statystycznie rzecz biorąc, udział w akcjach pomocowych silniej oddziaływał na dziewczęta niż na chłopców. Dziewczęta widziały przybywające kobiety i dzieci, niosły im pomoc i same w toku zaangażowania odczuwały poprawę nastroju. Być może zaś chłopcy widzący falę uchodźców, widzieli jak niewielu wśród nich ukraińskich mężczyzn. Zdawali sobie sprawę, że głównym zadaniem ukraińskich mężczyzn, w tym także pełnoletnich nastolatków, była obrona ojczyzny przed obcą agresją. Nikt przy zdrowych zmysłach nie pragnie wojny we własnym kraju, ale u niektórych chłopców mogło budzić się odczucie, że oni zwyczajnie idą do szkoły, podczas gdy nieco starsi ukraińscy rówieśnicy stają się z dnia na dzień mężczyznami wspierając wysiłek wojenny. Pamiętajmy, że polska tradycja i historia zawiera wiele sugestywnych obrazów młodych bohaterów, którzy stają w pierwszym szeregu obrony przed wrogiem odbierającym życie lub niszczącym język i kulturę: uczestnicy strajków szkolnych z lat 1901–1907, Orłeta Lwowskie, uczniowie walczący pod Radzyminem i Ossowem w 1920 roku, Szare Szeregi w latach II wojny, dzieci i młodzież uczestniczące w Powstaniu Warszawskim a upamiętnione przez słynny Pomnik Małego Powstańca, Grzegorz Przemysk i wielu innych niepokornych nastolatków zabitych przez komunistycznych oprawców... Liczne są przykłady młodych bohaterów z minionego stulecia. Na szczęście Polska nie została militarnie atakowana w 2022 roku i nie było sposobności, by włączyć się w wysiłek obronny. Chłopcy mogli najwyżej zwiększyć swoje zaangażowanie w zajęcia EDB lub śledzić informacje o rodzajach uzbrojenia. Niemożność odegrania ważniejszej roli mogła pozostawiać niedosyt u pewnego odsetka chłopców.

Rzecz jasna, przedstawione powyżej hipotezy są jedynie spekulacją. Można ją potraktować jako inspirację do refleksji nad różnymi możliwymi przyczynami nieco odmiennych reakcji części chłopców i dziewcząt.

W kolejnym kroku spróbujemy uzyskać lepszy wgląd w zmiany kondycji psychicznej uczniów przyglądając się wykresom w podziale na płeć dla samych szkół podstawowych, a potem dla samych szkół ponadpodstawowych. Okazuje się, że poziom szkół, a zatem wiek uczniów, znacząco zmienia obraz wyników.

W grupie **dziewcząt ze szkół podstawowych** stwierdzamy istotne różnice kondycji psychicznej na przestrzeni roku szkolnego 2021/2022 ($\chi^2(4)=26,61$, $p<0,001$, $V=0,04$). Różnice te są wewnętrznie spójne: **w okresie od 24 lutego do 20 marca było najwięcej dziewcząt o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najmniej dziewcząt z dobrą kondycją psychiczną, a w okresie od 21 marca do końca roku szkolnego najmniej dziewcząt o słabej kondycji psychicznej i najwięcej z dobrą kondycją psychiczną** (więcej niż w każdym z dwóch poprzednich okresów).

Wykres 10. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt ze szkół podstawowych



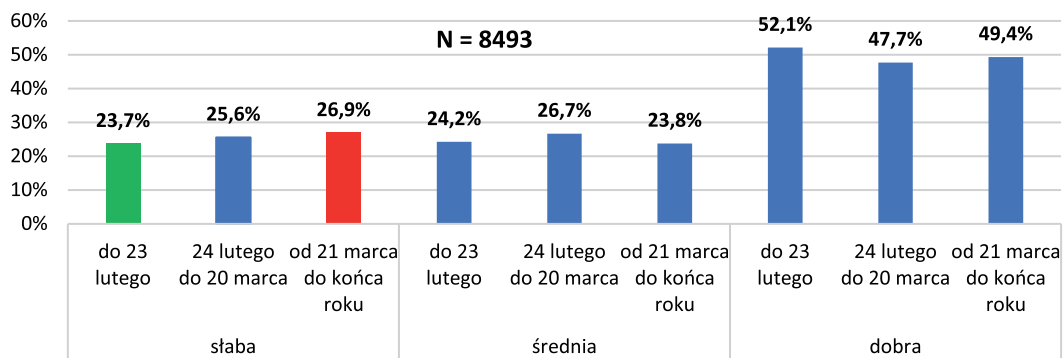
Obraz zmian kondycji psychicznej dziewcząt ze szkół podstawowych jest wyraźny, jednoznaczny i pokazuje zarówno efekt szoku związany z początkiem wojny, jak efekt pozytywny okresu wiosennego.

Odmienne przedstawia się dynamika zmian indeksu kondycji psychicznej wśród **chłopców ze szkół podstawowych**. Jak widać na wykresie poniżej, w grupie chłopców ze szkół podstawowych w okresie od 21 marca do końca roku było więcej osób ze słabą kondycją psychiczną niż w okresie do 23 lutego ($\chi^2(4)=19,39$, $p<0,05$, $V=0,04$). Różnice w dobrej kondycji psychicznej nie są istotne statystycznie.

A zatem biorąc pod uwagę samych chłopców ze szkół podstawowych, w okresie wiosennym doszło do wzrostu odsetka uczniów o słabej kondycji psychicznej. Jest to sytuacja odmienna i odwrotna niż wśród dziewcząt. Nie obserwujemy efektu szoku w pierwszym

miesiącu po wybuchu wojny, a zamiast poprawy kondycji psychicznej wiosną, widzimy pogorszenie. Być może słuszna jest wcześniej zarysowana hipoteza mówiąca, że dla chłopców zaangażowanie pomocowe na rzecz uchodźców ma mniejsze psychiczne znaczenie, a rozbudzone pragnienie sprawdzenia się w roli mężczyzny-obrońcy jest poza ich zasięgiem, bo, jak wiemy, na szczęście w Polsce nie ma wojny. Dla niektórych chłopców ze szkoły podstawowej frustrujące może być to, że nawet w wypadku wojny w Polsce nikt nie traktowałby ich jako obrońców, ale jako dzieci wymagające obrony. Zwróćmy uwagę, jak inna jest to sytuacja od sytuacji dziewcząt, wśród których, statystycznie rzecz biorąc, pragnienie sprawdzenia się jako obrońca może być ekstremalnie rzadkie, a pragnienie wkładu w pomoc potrzebującym, o wiele powszechniejsze, może być zrealizowane tu i teraz – i to pomimo ich młodego wieku (do udziału w zbiórce darów nie potrzeba pełnoletniości).

Wykres 11. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie chłopców ze szkół podstawowych



I chociaż wciąż nie wiemy czy słuszne jest akurat to wyjaśnienie, które przedstawiliśmy, to nie zapominajmy, że próbujemy zrozumieć stosunkowo niedużą, kilkuprocentową różnicę. Nie potrzeba wpisywać większości, ani nawet dużej części uczniów we wzorec „dziewczynki-pomocniczki” i „chłopca-obrońcy”, by uzyskany efekt wyjaśnić. Skoro obiektywnie widzimy w badaniach odmienne przeżywanie sytuacji przez część dziewcząt i chłopców, a różnice sięgają nie więcej niż kilku procent, to aby nasza interpretacja wyjaśniła uzyskany efekt, wystarczy by była prawdziwa tylko w odniesieniu do niewielkiego odsetka chłopców i dziewcząt.

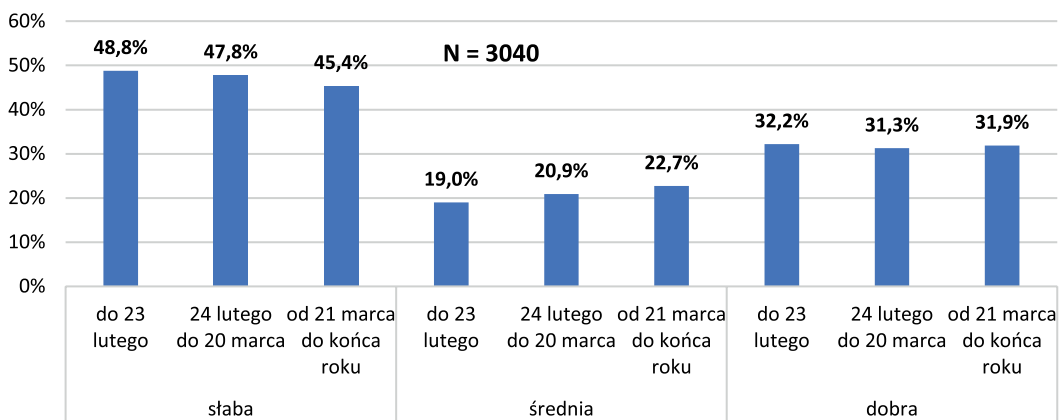
Szkołom ponadpodstawowym warto się przyjrzeć osobno. W każdym z analizowanych okresów próba dla tego poziomu szkół jest znacznie mniejsza niż dla szkół podstawowych. To oznacza, że nieco trudniej uzyskać statystycznie istotne efekty.

W grupie dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych różnice indeksu kondycji psychicznej w różnych okresach są nieistotne statystycznie, $\chi^2(4)=4,65$, $p>0,05$.

Poniższy wykres pokazuje **stałość indeksu kondycji psychicznej u dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych**, co bardzo różni się od obrazu sytuacji wśród ich młodszych koleżanek ze szkół podstawowych. Czyżby dodatkowy czynnik, jakim jest wiek i związany z nim poziom

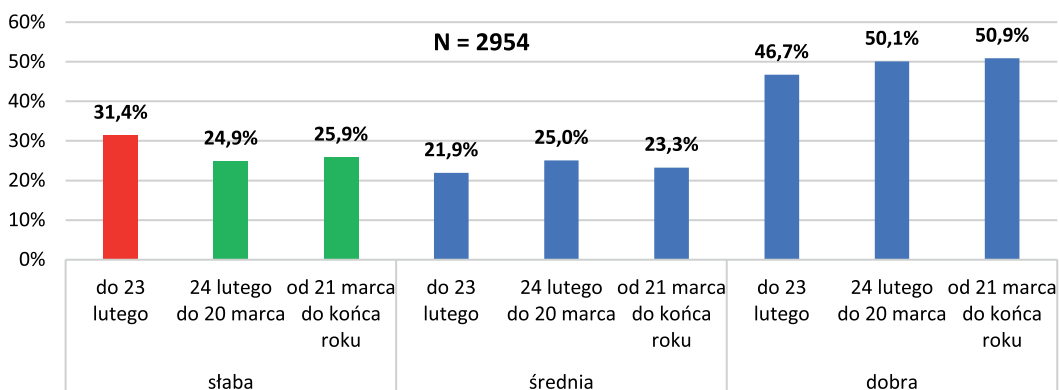
dojrzałości, był tak ważny? U dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych nie obserwujemy ani spadku kondycji psychicznej po wybuchu wojny, ani wiosennej poprawy. Jest możliwe, że dziewczęta w wieku 11–14 lat reagują emocjonalnie i psychicznie dużo silniej na zmieniające się okoliczności, niż dziewczęta w wieku 15–16 lat. Z drugiej strony, wobec mniejszej próby badanej oraz ograniczenia badań IPZIN jakim jest brak reprezentatywności próby, może się okazać, że różnice kondycji psychicznej dziewcząt tak naprawdę istnieją, ale w naszych badaniach nie udało się ich wykryć. Zagadnienie to wymagałoby uważnego śledzenia w kolejnych badaniach.

Wykres 12. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych



Co ciekawe, w grupie chłopców ze szkół ponadpodstawowych występują istotne różnice indeksu kondycji psychicznej ($\chi^2(4)=13,06$, $p<0,001$, $V=0,05$). **Odsetek chłopców ze słabą kondycją psychiczną był wyższy w okresie do 23 lutego niż w obu pozostałych okresach – 24 lutego do 20 marca i od 21 marca do końca roku szkolnego.**

Wykres 13. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie chłopców ze szkół ponadpodstawowych



Chłopcy ze szkół ponadpodstawowych wydają się nieco lepiej znosić okoliczności związane z wojną na Ukrainie i przybyciem fali uchodźców, niż ograniczenia reżimu sanitarnego i czasu epidemii. Dlaczego jednak dynamika zmian kondycji psychicznej jest odmienna u chłopców starszych i młodszych? Młodszy najgorzej czuli się wiosną, starsi najgorzej jesienią. Na obecnym etapie refleksji brakuje racjonalnego pomysłu skąd bierze się taki efekt. Być może pełniejszy obraz wyłoni się w miarę analizowania kolejnych danych stanowiących podstawę tego raportu.

I.1.1.3. Indeks kondycji psychicznej a geograficzna bliskość wojny w roku szkolnym 2021/2022

Wielkość i geograficzny rozkład próby badanej z roku szkolnego 2021/2022 umożliwiały sprawdzenie czy występuje różnica indeksu kondycji psychicznej na ścianie wschodniej (województwo podlaskie, lubelskie i podkarpackie) w porównaniu z resztą kraju. Geograficzny rozkład danych w grupie badanej umożliwiał takie porównania – w każdym z trzech analizowanych okresów podobny odsetek ok. 12% badanych uczniów pochodził z regionu wschodniej Polski (czyli trzech ww. województw).

Województwo podlaskie graniczy z Białorusią, gdzie przez całą jesień 2021 trwały niepokoje związane z celowym przywożeniem i wysyłaniem na polską granicę imigrantów. Również do tego województwa należy tzw. przesmyk suwalski, o którym dużo mówi się od wybuchu wojny na Ukrainie. Obszar województwa podlaskiego leżący między Białorusią a Okręgiem Kaliningradzkim jest traktowany jako szczególnie zagrożony, gdyby miało dojść do dalszej eskalacji wojny. Z kolei województwa lubelskie i podkarpackie graniczą bezpośrednio z Ukrainą i to przez nie przetoczyła się fala uchodźców. Dodatkowo województwo lubelskie częściowo graniczy także z Białorusią.

Czy zatem położenie geograficzne i bliskość dramatycznych zdarzeń wpływa na kondycję psychiczną uczniów? A jeśli tak, to w jaki sposób?

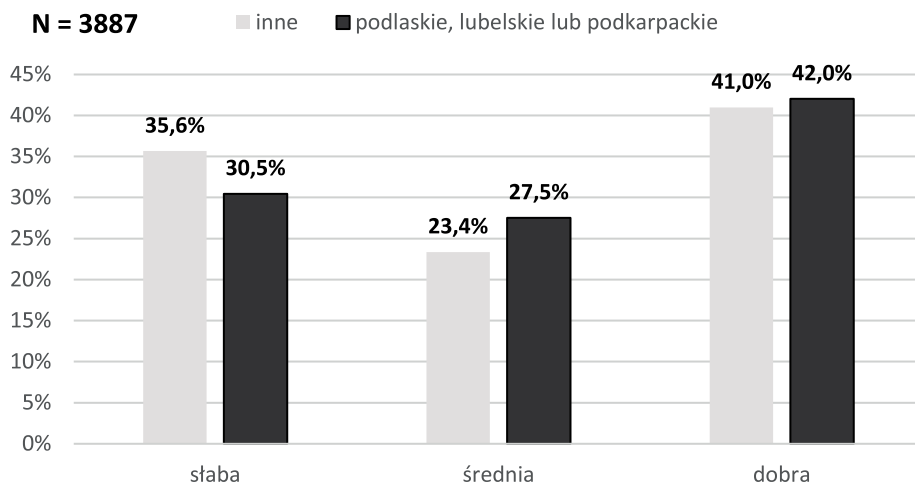
Porównując **województwa podlaskie, lubelskie i podkarpackie** z pozostałymi województwami stwierdzamy **brak istotnych statystycznie różnic indeksu kondycji psychicznej dla okresu do 23 lutego** ($\chi^2(2)=3,80, p>0,05$). Ta ważna informacja daje nam jasny punkt odniesienia do dalszych porównań. Przed 24 lutego i wybuchem wojny na Ukrainie różnic między analizowanymi grupami województw nie było.

Sytuacja zmienia się wraz z wybuchem wojny. W okresie **od 24 lutego do 20 marca w regionie ściany wschodniej wyższy odsetek uczniów miał średnią kondycję psychiczną niż w pozostałych województwach**. ($\chi^2(2)=6,34, p<0,001, V=0,04$).

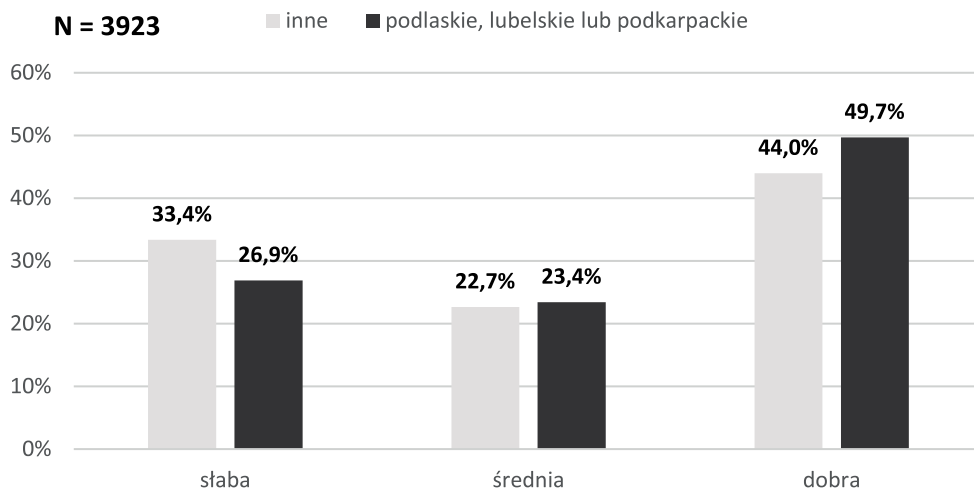
Z kolei w okresie **od 21 marca do 30 czerwca 2022 w województwach podlaskim, lubelskim i podkarpackim było więcej osób o dobrej kondycji psychicznej i mniej osób o słabej kondycji psychicznej** niż w pozostałych województwach ($\chi^2(2)=8,80, p<0,05, V=0,05$).

Uzyskane wyniki są bardzo interesujące. W ich świetle **geograficzna bliskość działań wojennych nie oznacza niższej kondycji psychicznej uczniów, a przeciwnie, w średnim okresie (kilka miesięcy) wiąże się z jej poprawą**.

Wykres 14. Kondycja psychiczna w okresie 24 lutego – 20 marca 2022 w 3 województwach śląscy wschodniej i pozostałej części kraju



Wykres 15. Kondycja psychiczna w okresie 21 marca – 30 czerwca 2022 w 3 województwach śląscy wschodniej i pozostałej części kraju



Nie było istotnych różnic między analizowanymi regionami, dopóki głównym czynnikiem mogącym obniżać kondycję psychiczną była czwarta fala epidemii, reżim sanitarny i izolacja. I nic dziwnego, gdyż epidemia i reżim sanitarny to czynniki, które w mniejszym lub większym stopniu dotyczyły wszystkich regionów Polski. Drugi czynnik – wydarzenia toczące się na granicy polsko-białoruskiej od jesieni 2021 – miał prawdopodobnie zbyt słaby wpływ, by odcisnąć się na stanie psychicznym młodzieży. To, co istotnie zróznicowało kondycję psychiczną uczniów w analizowanych regionach, to wybuch wojny na Ukrainie. Nieco zaskakujący jest jednak kierunek tych różnic. Można by się spodziewać raczej pogorszenia stanu psychicznego w 3 województwach śląscy wschodniej. W końcu tam odczuwalność wojny jest największa, a zagrożenie najbliższe.

W pierwszym miesiącu od wybuchu wojny, w okresie pierwszego szoku, widzimy wzrost odsetka uczniów o średniej kondycji psychicznej. Coś się dzieje w psychice nastolatków żyjących w bezpośrednim sąsiedztwie wojny. W regionie wschodnim mamy do czynienia z zachwianiem, które nie jest jeszcze ukierunkowane. Jednak **w kolejnych miesiącach, po otrząśnięciu się z pierwszego wstrząsu związanego z wybuchem wojny, w regionach bliższych teatrowi działań wojennych kondycja psychiczna, średnio biorąc, stała się lepsza niż w pozostałej części kraju.**

Jaka jest zatem psychologiczna sytuacja młodzieży ze wschodniej Polski? Jak rozumieć uzyskany wynik badania?

Przede wszystkim trzeba zauważyć, że bliskość granicy oznaczać może silniejsze doświadczenie napływu lub przepływu uchodźców oraz silniejsze poczucie wspólnoty losu z uchodźcami. Może się to przekładać na powszechniejsze doświadczenie – bezpośrednie lub pośrednie – pomagania uchodźcom, niż w regionach oddalonych od granicy.

Poczucie wspólnoty losu z uchodźcami i atakowaną Ukrainą może być też warunkowane historycznie. W czasach PRL dla mieszkańca Przemyśla, Chełma czy Lublina bliskie sąsiedztwo ZSRR było czymś realnym i odczuwalnym. Co więcej, dzisiejsze województwo podlaskie i lubelskie należały do zaboru rosyjskiego, gdzie ZSRR było traktowane jako kontynuacja imperium carskiego. W sytuacji, gdy putinowska Rosja próbuje odbudowywać dawne imperium, mieszkańcy wschodnich województw mogą to przeżywać inaczej, niż Polacy z Wielkopolski, Pomorza czy Śląska – regionów w których zapisała się pamięć o czasach germanizacji, a nie rusyfikacji. Ponadto na wschodzie Polski obecna jest nie tylko mniejszość ukraińska i białoruska, ale także liczne ślady kulturowe i religijne prawosławnych i unickich ludów ruskich. Ludzie, którzy geograficznie, historycznie i kulturowo mają bliżej do Ukrainy i Ukraińców, mogą silniej utożsamiać się z losem Ukraińców. Może to sprawiać, że w kontraście z wojennymi cierpieniami uchodźców, w cień odchodzą własne nastroje i problemy.

Być może kondycja psychiczna mieszkańców wschodniej Polski byłaby gorsza, gdyby ten przygraniczny region doświadczał bezpośredniego zagrożenia militarnego. Wiemy jednak, że wybuch rakiety w Przewodowie miał miejsce dopiero jesienią 2022, a więc później niż badany okres. Do momentu tego tragicznego wydarzenia militarne skutki działań wojennych na Ukrainie nie przekraczały polskiej granicy.

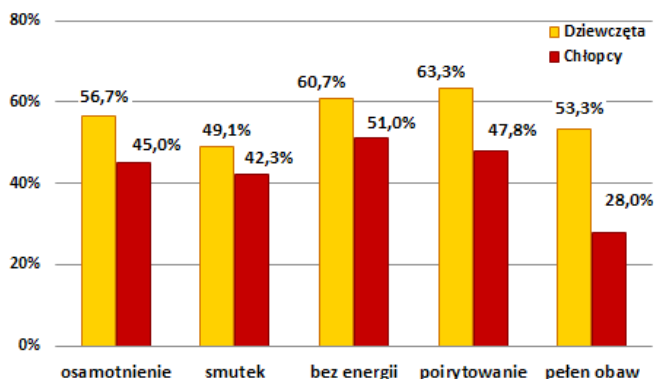
I.1.1.4. Kondycja psychiczna a dominujące uczucia uczniów – zmiany w latach 2020–2022

Nieco bardziej szczegółowy obraz stanu emocjonalnego i psychicznego uczniów daje nam odpowiedź na pytanie o przeżywane uczucia – pytanie, które zadajemy w badaniach od początku epidemii. W pierwszych, z marca/kwietnia 2020 przedstawialiśmy listę różnych uczuć i pytaliśmy o „uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w czasie epidemii i izolacji.”

Przypomnijmy tu wykres zamieszczony w pierwszym naszym raporcie *Młodzież w czasie epidemii*²⁶ z 8 kwietnia 2020. Ten wykres jest ważnym punktem odniesienia.

²⁶ Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2-7 kwietnia 2020. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_2020_IPZIN.pdf*

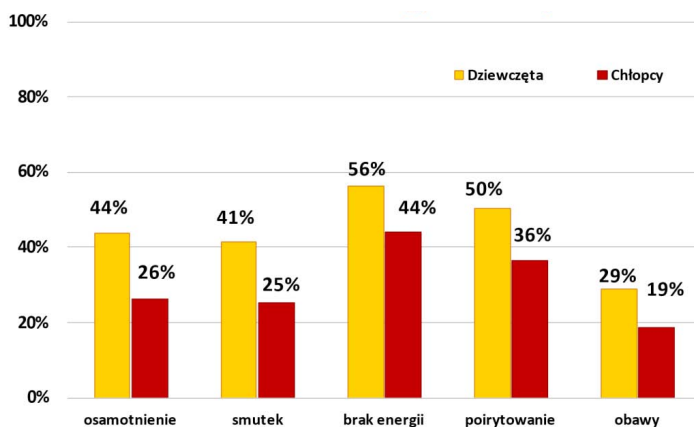
Wykres 16. Uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w czasie epidemii. Kwiecień 2020 [N=2475]



Początek epidemii i pierwszy miesiąc izolacji był doświadczany jako czas, w którym rośnie poirytowanie i obawy, rośnie osamotnienie i smutek, a spada energia. Odsetek dziewcząt przeżywających takie uczucia był wyższy niż chłopców i najczęściej przekraczał 50% badanych. W szczególności, dziewczęta dwukrotnie częściej niż chłopcy, były „pełne obaw”.

W okresie drugiej fali epidemii, jesienią 2020, wyraźnie zaczęło się uwidaczniać zjawisko, które obserwujemy w badaniach do dziś. Jego charakterystyczny symptom, odczucie „braku energii”, jest jednym z głównych wyznaczników stanu psychicznego uczniów w okresach kolejnych nawrotów epidemii i ścisłego reżimu sanitarnego. Przypomnijmy tu wykres z naszego raportu: *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?*²⁷ z marca 2021.

Wykres 17. Uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w czasie epidemii. Listopad – grudzień 2020 [N=1709]



²⁷ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 Dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

W raporcie z roku 2021 sporo miejsca poświęciliśmy odmalowaniu obrazu zmian w przeżyciach uczniów, gdy stopniowo okazywało się, że nie mamy do czynienia z jedną falą zakażeń i jednym lockdownem, ale praktycznie ze stałym zagrożeniem kolejnymi falami, kolejnymi okresami izolacji i nauczania zdalnego.

Zmianę między jesienią 2019 i jesienią 2020 mogliśmy najlepiej uchwycić w badaniach dłuższych²⁸ prowadzonych w tych samych klasach.

Zamykając w poprzednim raporcie szczegółowy opis zaobserwowanych na przestrzeni tamtego roku różnic, pisaliśmy:

*Całokształt przedstawionych danych przedstawia alarmujący obraz. Młodzież, w tym zwłaszcza dziewczęta, doświadcza w okresie epidemii trudnych przeżyć, z którymi wielu z nich nie potrafi sobie samodzielnie poradzić. Jednocześnie, zwłaszcza wśród dziewcząt, widzimy bardzo niepokojące zjawisko „niemówienia nikomu o problemach”, oraz „mało pomocnych rozmów”, gdy jednak się komuś z problemu zwierzyły. **W połączeniu z podwyższeniem odsetka dziewcząt doświadczających częstych myśli samobójczych, jest to bez wątpienia sytuacja wymagająca intensyfikacji działań profilaktycznych i wspierających***²⁹.

W kolejnych badaniach konieczne było wprowadzenie korekty niektórych wskaźników. Gdy epidemia była nowym zjawiskiem, słuszne i właściwe było konstruowanie pytań w badaniach z odniesieniem do początku epidemii, jako cezury. W miarę upływu czasu trzeba było odejść od tego sposobu pytania i zmienić wskaźniki. Dla celów praktycznych ważne jest na czym polegają aktualnie dokonujące się zmiany stanu psychicznego i dominujących uczuć, a nie próba ciągłego ich zestawiania z odległym już stanem sprzed epidemii, który dla nastolatków stał się dalekim wspomnieniem. Ta konieczna zmiana wskaźnika zaburzyła ciągłość porównań. W nowo skonstruowanym wskaźniku zestawiliśmy parami przeciwstawne uczucia pytając o to, które były przeżywane najczęściej w ostatnim tygodniu. Odwołanie się do odczuć ostatniego tygodnia pozwala dobrze zmierzyć uczucia nie tylko dlatego, że z tak krótkiego czasu dużo się pamięta. Tydzień jest bardzo dobrą miarą w okresie, gdy z dnia na dzień nie wiadomo czy dana szkoła lub klasa będzie funkcjonować stacjonarnie, zdalnie czy hybrydowo. Pytając o ostatni tydzień w okresie nacechowanym częstymi zmianami sytuacji uzyskujemy precyzyjną i łatwą do interpretacji miarę, a zarazem nie tak przypadkową, jak odczucia z ostatniego dnia.

Poniżej zaprezentowane są wykresy ilustrujące uczucia w trzech okresach:

- jesień-zima 2021/2022 aż do 23 lutego 2022 (N=17478)
- wiosna 2022 – od 21 marca do końca czerwca (N=4096)
- jesień 2022 (N=2033).

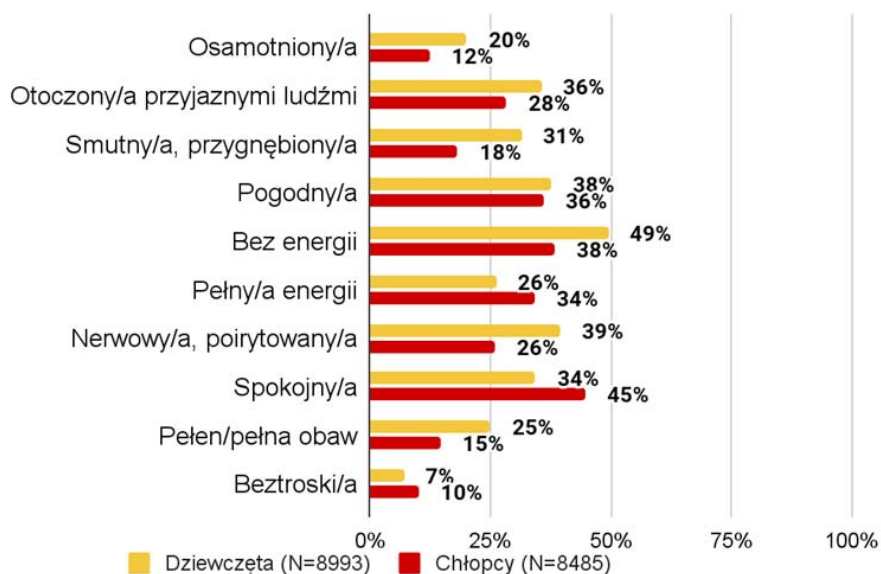
²⁸ Dane dla tej samej grupy uczniów klas VII szkół podstawowych, zebrane w roku 2019 i 2020 (dane pochodzą z projektu ewaluacji programu Archipelag Skarbów® realizowanego przez IPZIN):

1. Badanie pretestowe zrealizowany w październiku i listopadzie 2019r. (N= 946) (badanie stacjonarne, audytoryjne).
2. Badanie posttestowe wykonane we wrześniu 2020 (okres epidemii przed szczytem) (N= 776), (badanie stacjonarne, audytoryjne). Choć badanie dotyczy tej samej grupy uczniów, to trzeba zaznaczyć, że uczniowie klas 7-nych badani w październiku/listopadzie 2019, we wrześniu 2020r stali się uczniami klasy ósmej.

²⁹ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, s. 26, Warszawa 2021. Dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

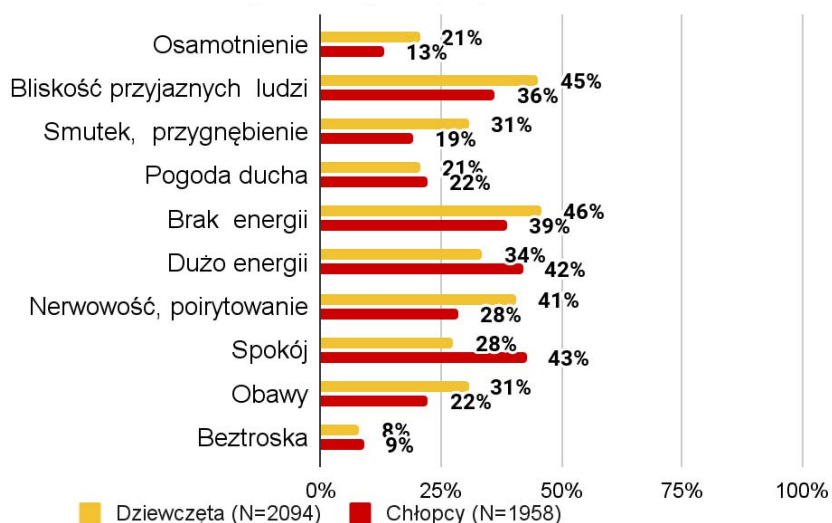
Na przełomie jesieni 2021 i zimy 2022 (do 23 lutego) widzimy obraz młodzieży, u której widoczny jest **niski poziom energii**. Ten stan utrzymuje się także w kolejnych okresach na podobnym poziomie i dotyczy prawie połowy uczniów. Poniżej, pod wykresami, omówione są najważniejsze wnioski z porównań między nimi.

Wykres 18. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów na przełomie jesieni 2021 i zimy 2022

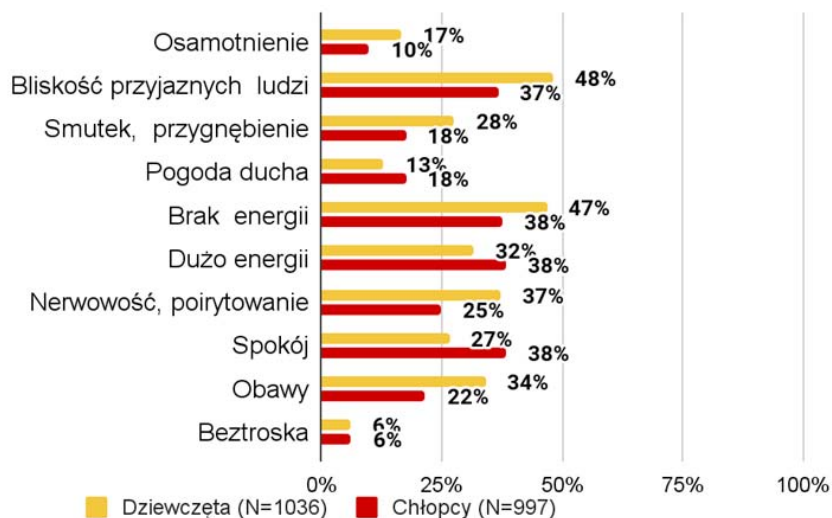


Wykres 19. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów wiosną 2022

[N = 4096]



Wykres 20. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów jesienią 2022
[N = 2033]



Najistotniejsze w tym obrazie przemian dominujących uczuć uczniów w podanych okresach wydają się trzy rzeczy:

1. Utrzymywanie się bardzo wysokiego odsetka młodzieży zaznaczającej „brak energii”.

Okres dojrzewania to naturalny czas rozwoju. Zrozumiałe są trudności nastolatków związane z burzą przeżywanych uczuć, nieumiejętnością panowania nad sposobem wyrażania uczuć, trudnością radzenia sobie z zawartą w nich energią. Nie mamy niestety analogicznych danych o dominujących uczuciach młodzieży z czasu przed epidemią COVID-19. Posiadanie takich danych dałoby większą pewność wnioskowania. Obraz wyników badań sugeruje jednak w sposób dość spójny, że kolejne fale epidemii i izolacji spowodowały u znacznej części młodzieży przynajmniej częściowe „podcięcie rozwojowych skrzydeł”. Trudno w tej chwili ocenić trwałość wpływu tego czynnika. Nie sposób jednak nie dostrzec specyficznego kontekstu współczesności, w które do wysokiego poziomu „braku energii” dokłada się wzrost ilości godzin i aspektów życia, które przenoszą się do Internetu. Wystarczy spojrzeć na niejedną grupkę młodzieży, by zobaczyć, o ile mniej jest między nimi bezpośrednich interakcji, gdy znaczna część z nich, mimo fizycznej obecności rówieśników wokół, jest zagłębiona w swoim smartfonie.

2. Wyraźny spadek odsetka młodzieży odczuwającej „pogodę ducha”. Widzimy ten spadek w kolejnych okresach. W czasie ostatniej fali epidemii nie było dobrze z pogodą ducha, ale wraz z wybuchem wojny i nowymi powodami do smutku i obaw, pogoda ducha stała się jeszcze radszym uczuciem wśród młodzieży. Świat stał się groźny i nieprzewidywalny. Możliwość kolejnych fal epidemii, niepewność co do reżimu sanitarnego i formy nauczania, a jeszcze tuż obok największa od kilkudziesięciu lat wojna w Europie... Do tego szeroką falą napływające informacje o zmianach klimatu, a na lokalnym, polskim podwórku silne podziały w społeczeństwie odczuwalne nawet na poziomie relacji rodzinnych. Trudno w tych warunkach utrzymać pogodę ducha.

3. Wzrost odczucia bliskości przyjaznych ludzi. Wraz z wybuchem wojny, napływem uchodźców i akcją pomocy obserwujemy pozytywny sygnał w pejzażu uczuć nastolatka. Z okresu izolacji w czasie czwartej fali epidemii przeszliśmy do wojny i akcji pomocowej. Wreszcie można i trzeba było coś konkretnego zrobić. Wreszcie można poczuć, że jesteśmy razem – i w tym wymiarze, że solidaryzujemy się z uchodźcami, i w tym, że wspólnie ich przyjmujemy i im pomagamy. A to wszystko jakby na przekór wcześniejszemu, epidemiczno-zdalnemu trybowi życia. Akcja, działanie, sprawczość i współpraca w miejsce izolacji i braku wpływu. Nawet podziały społeczne przestały się tak bardzo liczyć, skoro obawa przed rosyjskim agresorem i chęć pomocy Ukrainie łączy prawie wszystkich.

W oparciu o podsumowane dane z całego roku szkolnego 2021/2022 opracowana została tabelka pokazująca korelację pomiędzy indeksem kondycji psychicznej, a częstym doświadczaniem określonych uczuć przez uczniów.

Tabela 1. Korelacje między uczuciami a kondycją psychiczną uczniów w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23219]

Korelacje między uczuciami a indeksem kondycji psychicznej (p<0,001)	
Nazwa uczucia	r
Smutek, przygnębienie	-0,50
Brak energii	-0,45
Nerwowość, poirytowanie	-0,38
Osamotnienie	-0,36
Obawy	-0,34
Bliskość przyjaznych ludzi	0,19
Pokój	0,32
Pogoda ducha	0,36
Dużo energii	0,37

Słaba kondycja psychiczna najsilniej wiąże się z odczuwaniem „smutku i przygnębienia” oraz „braku energii” i „nerwowości i poirytowania”. Dopiero na kolejnym miejscu są odczucia związane z „osamotnieniem” i „obawami”.

Z kolei lepsza kondycja psychiczna jest powiązana najsilniej z odczuciem „dużej energii” i „pogody ducha” oraz nieco słabiej z „pokojem”. Co ciekawe, najslabiej z „bliskością przyjaznych ludzi”.

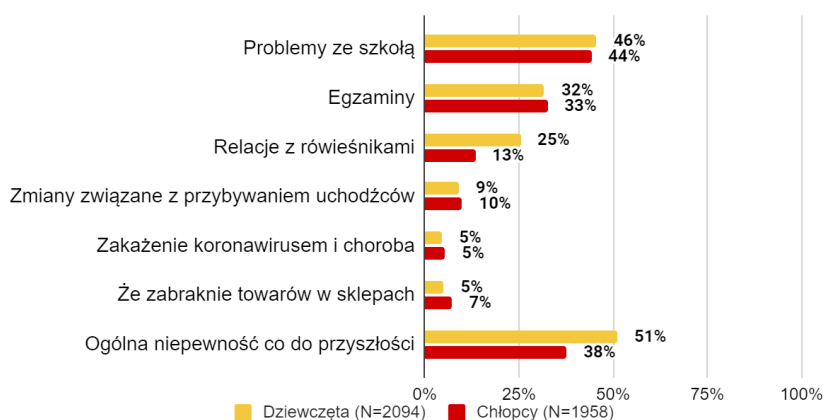
W świetle tych danych tym bardziej martwi utrzymywanie się wysokiego odsetka młodzieży czujących „brak energii” i wyraźny spadek odczuwających „pogodę ducha”. Natomiast wzrost „odczucia bliskości przyjaznych ludzi”, choć sam w sobie jest pozytywnym zjawiskiem, stosunkowo słabo przekłada się na wyższą kondycję psychiczną. Bardzo możliwe, że bycie otoczonym życzliwymi ludźmi nie przekłada się na większą pogodę ducha i wzrost energii. Być może bliskość przyjaznych ludzi silniej dostrzegają ci, którzy źle się mają. Poza tym można mieć wokół

siebie kochającą rodzinę i przyjaciół, a jednocześnie nie sygnalizować im swojego złego stanu i swoich potrzeb. Na pewnym poziomie przygnębienia i zamknięcia w sobie możliwe jest także zjawisko polegające na odrzucaniu przyjaznych gestów ze strony innych, niejako na złość same-mu sobie.

I.1.1.3. Obawy, uciążliwości i potrzeby uczniów a konsekwencje wojny na Ukrainie

W kolejnych badaniach IPZIN z lat 2020–2022 zawsze zadawane były pytania o obawy i uciążliwości. Kafeteria odpowiedzi ulegała modyfikacji w zależności od zmieniających się okoliczności. Obecnie, największe praktyczne znaczenie ma obraz obaw po ostatnich modyfikacjach wynikających z wybuchu wojny na Ukrainie i z konsekwencji społecznych i gospodarczych przedłużania się tej wojny.

Wykres 21. Największe obawy uczniów od 21 marca do 30 czerwca 2022
[N=4096]



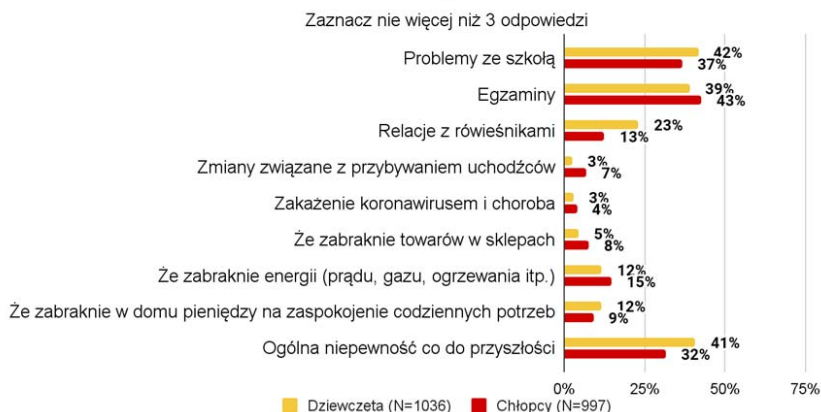
Jak widzimy, **dominujące obawy uczniów z wiosny 2022 dotyczą problemów ze szkołą, egzaminów i ogólnej niepewności co do przyszłości**. Te dwie pierwsze są naturalną częścią życia szkolnego. Obawa o niepewność przyszłości jest zmienną cechą całego ostatniego okresu, całych ostatnich trzech lat. Silnym źródłem tej niepewności są zjawiska zewnętrzne, na które nie mamy wpływu – wybuch i trwanie epidemii, wybuch i przedłużanie się wojny. To, co można zrobić, to lepiej lub gorzej radzić sobie z tą niepewnością. Niektórzy uczniowie radzą sobie gorzej, nie mają takich umiejętności, zdolności adaptacyjnych. Otwiera się tu szerokie pole do działań profilaktycznych, wychowawczych i psychoedukacyjnych nakierowanych na uczenie radzenia sobie ze zmiennością okoliczności i związane z tym stresy, a może nawet na traktowanie trudności i zmian jako wyzwania umożliwiającego rozwój.

Bardzo duże znaczenie praktyczne ma to, że w obrazie obaw uczniów zmiany związane z przybywaniem uchodźców są wskazywane jako źródło obaw przez mniej niż 10% respondentów. Biorąc pod uwagę ogromną liczbę uchodźców i nagłość ich przybycia, tak niski poziom

obaw świadczy o tym, że gościnność Polaków i polskich szkół nie była gestem na wyrost, lecz poza otwartością dorosłych odzwierciedlała także realną psychologiczną gotowość uczniów to okazania pomocy ukraińskim dzieciom. I to również w dłuższym czasie.

Wykres 22. Największe obawy uczniów z jesieni 2022

[N = 2033]



Pierwsze doniesienia z najnowszych badań IPZIN z jesieni 2022 potwierdzają obserwacje z okresu wcześniejszego. Obraz jest spójny z tym z wiosny – dominują problemy i obawy związane z nauką.

Obawy związane z przybywaniem uchodźców z Ukrainy występują wśród zaledwie 5% uczniów, a więc dwukrotnie rzadziej niż wiosną. Zaznaczmy, że w 80% szkół objętych badaniami IPZIN uczą się ukraińscy uczniowie. Jeśli po pół roku od ich przybycia obawy tak bardzo się zredukowały, to znaczy, że w skali społecznej, nie ma psychologicznego problemu z przyjęciem uchodźców przez polskich uczniów.

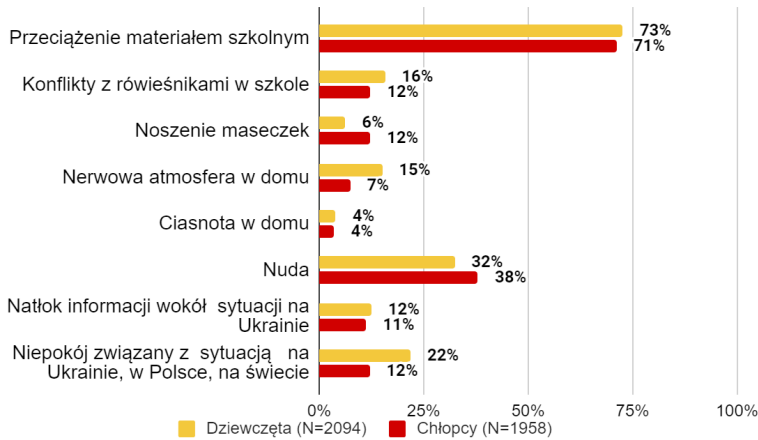
W kwestionariuszu na rok szkolny 2022/2023 znalazły się nowe rodzaje obaw – o brak pieniędzy, brak energii i ogrzewania. Pewien, stosunkowo niewysoki odsetek uczniów, ma takie obawy. Sytuacja ekonomiczna i dalsze koleje wojny pokażą, czy te obawy będą się spełniać. Jeśli nastąpi wzrost obaw o charakterze ekonomicznym, trzeba będzie sprawdzić czy wpływają one na ogólną kondycję psychiczną. Trzeba pamiętać, że niektóre rodzaje obaw – np. obawy o sytuację ekonomiczną czy o braki dostaw energii nie muszą być pochodną rzeczywistych problemów, ale także paniki podsycanej przez szukającej wysokiej oglądalności, słuchalności i klikalności media. Takim zjawiskom sprzyjają okresy przedwyborcze. Niezależnie jednak czy źródło lęków leży w samej rzeczywistości czy w sztucznie wykreowanej narracji, obawy mogą być tak samo realne.

A jak w świetle najnowszych badań przedstawiają się uciążliwości w życiu uczniów? Czy zaszły tu jakieś zmiany w porównaniu z okresami wcześniejszymi?

Uciążliwości pierwszego roku epidemii związane głównie ze skutkami reżimu sanitarnego zostały szczegółowo opisane w raporcie z marca 2021 pt.: *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* Nie będziemy tu do nich wracać, a zainteresowanych odsyłamy do poprzedniego raportu IPZIN.

Popatrzmy na najnowsze dane pochodzące z okresu po wybuchu wojny na Ukrainie.

Wykres 23. Największe uciążliwości w życiu uczniów od 21 marca do 30 czerwca 2022
[N=4096]



Wiosną 2022 najbardziej uciążliwe dla uczniów było „przeciążenie materiałem szkolnym”. Wskazywało je średnio aż 72% badanych. Można by to uznać za zwykły uczniowski problem występujący każdego roku, gdyby nie fakt, że na to przeciążenie składają się także nagromadzone zaległości i trudności z czasu epidemii i nauczania zdalnego. W badaniach z wiosny 2020 „przeciążenie materiałem szkolnym” deklarowało 63% młodzieży. Porównywanie wiosny z wiosną jest uzasadnione ze względu na bliską perspektywę końca roku szkolnego. W dalszej części będziemy analizować wpływ zmian trybu działania szkoły na kondycję psychiczną uczniów i wtedy wrócimy do wątku obciążeń i zaległości szkolnych.

Następny w częstoci zgłaszania problem to „nuda”, która dokucza około 1/3 uczniów. Nuda jest odrębnym, interesującym zjawiskiem psychologicznym. Nie możemy mu szerzej poświęcić miejsca w tym raporcie, jednak w przyszłości wymaga ono uwagi ze strony badaczy i praktyków. Nie jest wykluczone, że powszechna dostępność Internetu i smartfonów przyzwyczajają młodzież do takiego bombardowania bodźców, że nawet chwilowe zmniejszenie ich natężenia może być odbierane jako uciążliwa nuda. Dotyczyć to może w szczególności osób, które miały kontakt z tego typu bodźcami od wczesnego wieku dziecięcego. Zdolność do wytrzymywania dłuższych okresów bez bombardowania bodźcami, czyli de facto „umiejętność nudzenia się” bywa przedmiotem uwagi w ramach terapii nastolatków cierpiących na fonoholizm lub uzależnienie od gier komputerowych.

Ponownie uwagę zwracają niskie odsetki uczniów wskazujących jako uciążliwość czynniki wynikające z wojny na Ukrainie oraz sytuacji w Polsce i na świecie – natłok informacji, przeżywany niepokój. Obiektywnie, zwłaszcza od lutego 2022 sytuacja na Ukrainie, na świecie i w Polsce jest trudna i złożona. Jest wiele poważnych powodów do niepokoju. Mimo to jedynie 16% uczniów (12% chłopców i 22% dziewcząt) wskazuje to jako coś dla nich uciążliwego.

Wykres 24. Największe uciążliwości w życiu uczniów jesienią 2022
[N=2033]

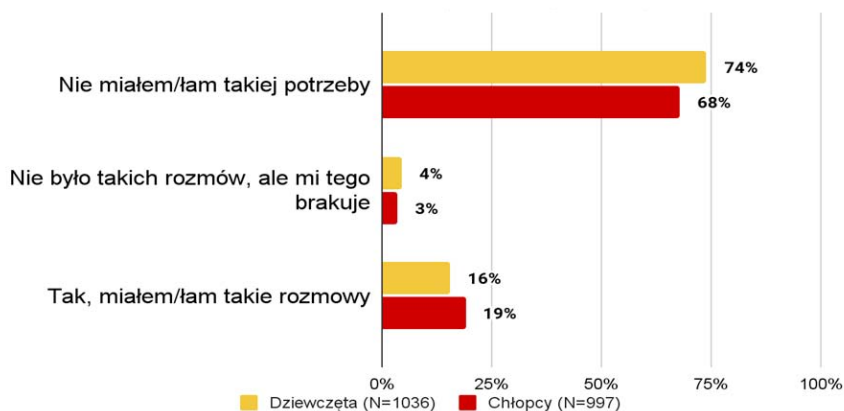


W obrazie uciążliwości w życiu uczniów z jesieni 2022 widać pewne różnice w stosunku do stanu wcześniejszego. Bardzo wysoki odsetek, bo średnio aż 69% uczniów, wskazuje „przeciążenie materiałem szkolnym”. Jesienią 2020 było to 47% młodzieży. Różnica jest bardzo duża. Problemy z nauką są narastającą uciążliwością całego okresu epidemii. Odsetek młodzieży zmęczonej i zaniepokojonej natłokiem informacji wokół wojny i ogólną „sytuacją na Ukrainie, w Polsce, na świecie” spadł o kilka procent w porównaniu z wiosną 2022.

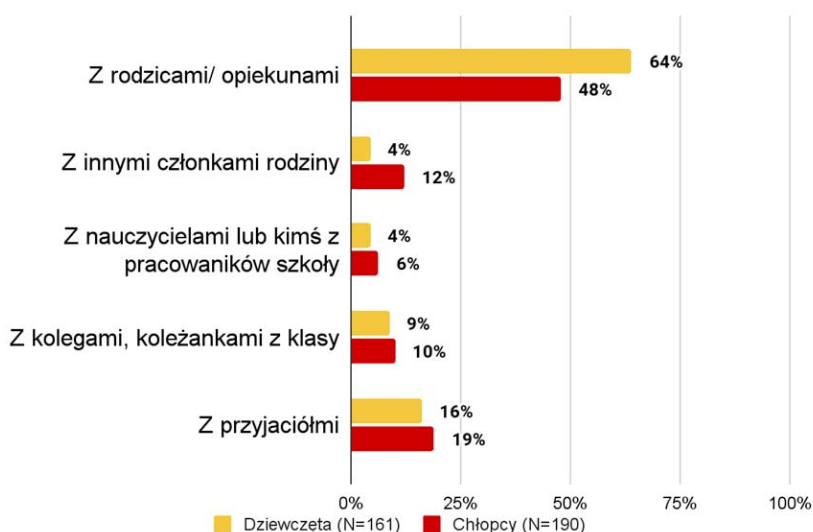
Podstawowe uciążliwości w życiu uczniów są związane z nauką i przeciążeniem materiałem szkolnym. Zdecydowana większość uczniów nie odczuwa obciążeń psychicznych wynikających bezpośrednio z epidemii i konsekwencji wojny. Zwiększone przeżywanie problemów ze szkołą można przypisać okresowi epidemii, izolacji i nauczania zdalnego.

Odłącznym aspektem związanym z sytuacją na świecie i w Polsce podjętym w badaniach od wiosny 2022 były potrzeby uczniów dotyczące rozmów na tematy związane z wojną i jej konsekwencjami. Gdyby ich potrzeby w tym zakresie były niezaspokojone, należałoby zwrócić na to uwagę rodziców, nauczycieli, pedagogów i psychologów. Tymczasem już badania wiosenne pokazywały, że nie trzeba tu żadnych zewnętrznych interwencji – jeśli jakieś potrzeby u dzieci i młodzieży istnieją, to są zaspokajane. Podobnie wyglądało to jesienią 2022. Zobaczmy, jak wyglądały odpowiedzi uczniów.

Wykres 25. Potrzeby uczniów dotyczące rozmów o sytuacji w świecie, jesień 2022
[N = 2033]



Wykres 26. Z kim rozmawiali ci, którzy takiej rozmowy potrzebowali, jesień 2022
[N = 351 spośród N = 2033]



Według najnowszych badań IPZIN z jesieni 2022 uczniom nie brakowało wsparcia ze strony najbliższych, jeśli chodzi o przeżywanie wydarzeń związanych z wojną na Ukrainie czy też innych wydarzeń w Polsce i na świecie. Generalnie, ich potrzeby w tym zakresie były zaspokojone. Większość nie potrzebowała rozmów na tematy, a ci, którzy potrzebowali, mieli z kim porozmawiać. W większości rozmówcami byli rodzice, w drugiej kolejności przyjaciele, w dalszej kolejności inni członkowie rodziny, nauczyciele, koledzy i koleżanki z klasy. Niezaspokojoną potrzebę rozmów deklarowało średnio 3,5% uczniów, czyli naprawdę bardzo mało.

Podsumowując można powiedzieć, że szukając czynników ryzyka słabej kondycji psychicznej uczniów raczej nie znajdziemy ich w obszarze trudności wynikających z wojny i napływu uchodźców. Wyniki badań potwierdzają to, co wiemy z potocznych obserwacji. Takie dodatkowe potwierdzenie jest jednak potrzebne np. na wypadek, gdyby ktoś w złej intencji próbował kreować atmosferę paniki w oparciu o nagłaśnianie pojedynczych incydentów.

I.1.2. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną uczniów w świetle badań IPZIN 2020–2022

I.1.2.1. Wnioski z badań nad czynnikami wpływającymi na kondycję psychiczną uczniów z pierwszego roku epidemii (2020)

W momencie wybuchu epidemii i pierwszego lockdownu w marcu 2020 nie było żadnych danych empirycznych mówiących o czynnikach wpływających na kondycję psychiczną uczniów. Zaistniałe okoliczności stanowiły precedens. W pierwszych tygodniach izolacji wsparcie psychiczne dzieci i młodzieży trzeba było realizować na bazie ogólnej wiedzy psychologicznej, zdrowego rozsądku i własnej intuicji. To samo powtórzyło się wraz z wybuchem wojny. Wydarzenia toczyły się tak szybko, że w pierwszych dniach po wybuchu wojny drogowskazem mogła być jedynie wiedza ogólna i intuicja rodzicielska lub pedagogiczna.

Kolejne badania i raporty IPZIN prowadziły do odkrywania kolejnych czynników wpływających na kondycję psychiczną uczniów. Wiedza z tych badań sumuje się, w miarę jak zmieniała się sytuacja i jak w ślad za tymi zmianami, dostosowywane były wskaźniki w badaniach. Wyniki wcześniejszych badań jak najbardziej zachowują swoją ważność. Planując nowe badania i analizę ich wyników skupialiśmy się na tym, by dowiadywać się jak najwięcej nowych rzeczy i w ten sposób poszerzać wiedzę naukową, która pomoże w skuteczniejszym wzmacnianiu stanu psychicznego uczniów.

Przypomnijmy najpierw najważniejsze wnioski z wcześniejszych badań. Następnie uzupełnimy je o wyniki najnowszych analiz.

W raportach z kwietnia 2020³⁰ opisaliśmy czynniki, które wyróżniały liczącą około 20% badanych grupę młodzieży przeżywającej „silne przygnębienie” w pierwszych tygodniach epidemii. Okazało się, że w początkowej fazie epidemii **przygnębienie nie zależało ani od wieku, ani od sytuacji materialnej, ani od wielkości miejscowości zamieszkania**. Nie było też ono znacząco większe ani wśród młodzieży przebywającej na ścisłej kwarantannie, ani wśród osób z niepełnosprawnością, ani wreszcie wśród osób z przewlekłymi chorobami [Wyróżnikiem tych

³⁰ Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2–7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_2020_IPZIN.pdf.

Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej? Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2–7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_Komu_jest_najtrudniej_2020_IPZIN_Czesc_2.pdf.

dwóch ostatnich grup młodzieży była jedynie podwyższona obawa o wynikającą z epidemii niewydolność służby zdrowia i trudności w dostępie do leczenia].

Z naszych analiz wynikało, że **epidemię gorzej znosili wówczas** w szczególności:

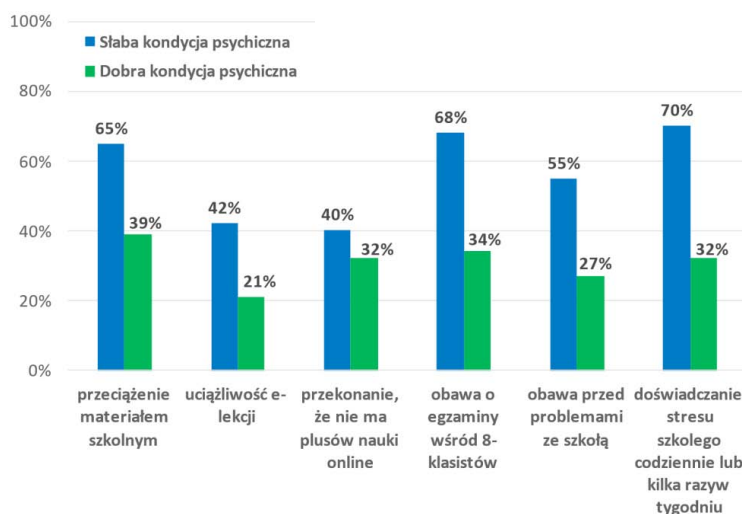
- **jedynacy**
- osoby **nieuczestniczące w praktykach religijnych** (stacjonarnych lub online)
- osoby **niemające oparcia w rodzicach** (brak rozmów z rodzicami o tym co przeżywają, poczucie niewysłuchania i niezrozumienia przez rodziców)
- osoby **mające niewiele kontaktów społecznych z rówieśnikami** i przyjaciółmi

Kluczem dla lepszego radzenia psychicznego z epidemią okazała się jakość szeroko rozumianej sieci wsparcia – od poziomu rodzinnego, poprzez poziom duchowy, aż po poziom relacji rówieśniczych.

Ponadto, osoby silnie przygnębione epidemią w jej początkowej fazie, doświadczały **większego stresu szkolnego** i czuły się **bardziej przeciążone materiałem szkolnym**. Wyższy odsetek przygnębionych deklarował **trudności z dostępem do komputera/Internetu**, częściej zgłaszano w tej grupie **problem nerwowej atmosfery w domu i ciasnoty w domu/mieszkanu**.

Ważnym odkryciem z kolejnego etapu badań, nakładającego się na okres drugiej fali epidemii z jesieni 2020 r. było zaobserwowanie **bardzo wyraźnego związku pomiędzy słabą kondycją psychiczną a problemami doświadczanymi w związku z nauką zdalną**. Zjawisko to ilustruje poniższy wykres z raportu IPZIN z roku 2021³¹. U uczniów o słabej kondycji psychicznej obserwujemy dla części wskaźników nawet dwukrotnie większe nasilenie danej obawy, problemu związanego z nauką zdalną, niż u uczniów o dobrej kondycji psychicznej.

Wykres 27. Indeks kondycji psychicznej a problemy nauki zdalnej



³¹ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 Dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

Dzięki współpracy z Instytutem Wiedzy o Rodzinie i Społeczeństwie i obliczeniom dr Krzysztofa Szwarca na zbiorze z badań IPZIN z jesieni 2020 uzyskaliśmy nowe, bardzo cenne informacje o czynnikach powiązanych z kondycją psychiczną młodzieży (patrz: raport *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* Załącznik 2, s.129)³². Istotnie statystycznie różnice między uczniami o lepszej i gorszej kondycji psychicznej uzyskano dla szeregu zmiennych zawartych w poniższej tabeli.

Tabela 2. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną młodzieży w badaniu „Nawigacja w kryzysie – Młodzież” z listopada-grudnia 2020 [N= 1709]

Wpływ	Czynniki
negatywny	uciążliwość obowiązków szkolnych
	stres szkolny
	obawy o problemy w szkole
	uciążliwość e-lekcji
	nieradzenie sobie z nauką zdalną
	stres przed zamknięciem szkół
	zbyt dużo nauki
	nerwowa atmosfera w domu
	fiasco rozmów o przeżywanych trudnościach
	ogólna obawa/niepewność co do przyszłości
	obawy o przedłużenie ograniczeń epidemicznych
pozytywny	dzielenie się z rodzicami przeżyciami czasu epidemii
	postrzeganie zdrowia jako ważne
	wystarczające wsparcie dorosłych
	wystarczające wsparcie przyjaciół/rówieśników
	granie w gry planszowe

Czynniki korelujące ze **słabą kondycją psychiczną** układały się tu w spójny obraz – dominowały liczne **problemy i obawy związane z nauką**. Obok nich problemem były **obawy i uciążliwości dotyczące niepewności i ograniczeń wywołanych przez epidemię**, a także zmienne wskazujące **na trudne lub mało pomocne relacje z innymi** (nerwowa atmosfera w domu, nieudane i niepomocne rozmowy o przeżywanych trudnościach).

Czynniki korelujące z **lepszą kondycją psychiczną** miały przede wszystkim charakter społeczny – **dobrze, wspierające relacje z rodzicami, innymi dorosłymi i rówieśnikami**. Także zaskakujący w pierwszej chwili czynnik pozytywny, jakim jest **„granie w gry planszowe”** dotyczył wspólnego robienia czegoś odprężającego z innymi – i to nie za pośrednictwem Internetu. Fakt, że granie w gry planszowe wiąże się z lepszą kondycją psychiczną ilustruje, że do poprawy samopoczucia w trudnym okresie izolacji wystarczą czasem bardzo proste środki. Często nie jesteśmy tego świadomi i w rezultacie nie sięgamy po nie uważając, że na

³² Załącznik nr 2/2021: Dr Krzysztof Szwarz, *Kondycja psychiczna uczniów, rodziców i nauczycieli w czasie epidemii i jej uwarunkowania – obliczenia z badań IPZIN z jesieni 2020.*

problemy potrzebni są specjaliści. Tymczasem **wykorzystanie zwykłych, prostych środków poprawy samopoczucia może być środkiem do utrzymania jak największej liczby osób powyżej progu zapotrzebowania na pomoc profesjonalną**. Oczywiście jest zrozumiałe, że gra w planszówki nie pomoże przy objawach klinicznej depresji, jednak słaba kondycja psychiczna ma wiele stopni i cenne są wszelkie sposoby, które pomogą dzieciom i młodzieży. Zwykle wspierające rozmowy, miło spędzony wspólnie czas, wspólna zabawa lub gra – to wszystko może być formą detoksu od przygnębiających informacji i nawracających fal apatii i złego nastroju.

Pozytywnym czynnikiem sprzyjającym dobrej kondycji psychicznej jest, jak widzimy w tabeli, **postrzeganie zdrowia jako ważnej wartości**. Wynik ten jest spójny z bogatym materiałem z badań dotyczących profilaktyki problemów dzieci i młodzieży, które mówią, że prozdrowotne nastawienie i przekonania są czynnikiem chroniącym przed problemami i zachowaniami ryzykownymi.

Drugim źródłem wiedzy o czynnikach związanych z kondycją psychiczną są inne, równoległe badania IPZIN z jesieni 2020, które były realizowane w związku z wdrażaniem programu profilaktycznego online „Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców”. Badanie o kilka dni poprzedzało udział w programie, tak więc uczestnictwo w zajęciach profilaktycznych nie mogło zakłócić wyników. W badaniu tym zastosowano mniejszą liczbę wskaźników i nieco odmienny ich zestaw. Na podstawie zebranych w nim danych przeprowadzono analizy służące wyłowieniu czynników wpływających na ocenę kondycji psychicznej badanej młodzieży. Oto wyniki:

Tabela 3. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną młodzieży w badaniu „Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców”, listopad–grudzień 2020 [N = 2207]

Wpływ	Czynniki
pozytywny	wystarczające wsparcie innych w realizacji marzeń i celów
	wystarczające wsparcie ze strony przyjaciół, rówieśników w przeżywaniu czasu epidemii
	doświadczenie czegoś miłego, pozytywnego ze strony kolegów, koleżanek w ostatnim tygodniu
negatywny	stres szkolny
	doświadczenie cyberprzemocy
	fiasco rozmów z innymi o przeżywanych trudnościach

Czynnikami w sposób istotny wpływającymi pozytywnie na kondycję psychiczną ponownie okazało się **wsparcie najbliższego otoczenia** – zarówno w przeżywaniu czasu epidemii, jak i w realizacji marzeń i celów życiowych. Kondycję psychiczną podwyższało także **doświadczenie drobnych pozytywnych gestów** lub dobrych uczynków ze strony kolegów i koleżanek.

Z kolei ze słabą kondycją psychiczną wiązał się ponownie **stres szkolny**, ale także **doświadczenie cyberprzemocy oraz nieudanych rozmów o własnych trudnościach** – rozmów, w których nastolatek oczekiwał wsparcia, ale go nie otrzymał.

I.1.2.2. Czynniki ryzyka słabszej kondycji psychicznej uczniów w badaniach z lat 2021/2022

Nowsze badania z roku szkolnego 2021/2022 przeprowadzone przy okazji realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” miały tę zaletę, że próba badana była w nich naprawdę bardzo duża. I chociaż z powodu pewnej wady aplikacji do zbierania danych, odpowiedzi części osób badanych nie dało się użyć do obliczeń, to i tak do obliczeń można było użyć danych pochodzącej od ogromnej próby $N = 23\ 219$ uczniów.

Oto tabela czynników ryzyka uporządkowana według wielkości współczynnika korelacji. Dla łatwiejszego przeglądu treści tabeli czynniki podzielono na kategorie, które zostały rozpisanie w pierwszej kolumnie. Wszystkie przedstawione korelacje są istotne statystycznie ($p < 0,001$).

Tabela 4. Czynniki wiążące się z obniżoną kondycją psychiczną młodzieży w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [$N = 23\ 219$]

Czynniki ryzyka słabszej kondycji psychicznej ($p < 0,001$)		
Kategoria czynnika	Nazwa czynnika	r
Szkoła – nauka	Zły nastrój i przygnębienie jako trudność związana z powrotem do nauki stacjonarnej	-0,43
Indywidualny	Przeżywanie poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni	-0,41
Szkoła – nauka	Zły nastrój i przygnębienie jako trudność związana z powrotem do nauki zdalnej	-0,39
Szkoła – nauka	Zgłoszenie aktualnego przeżywania trudności związanych z powrotem do nauki stacjonarnej	-0,31
Szkoła – relacje	Obawa przed przemocą w szkole	-0,27
Rodzina – relacje	Nerwowa atmosfera w domu, jako jedna z największych aktualnych uciążliwości	-0,23
Szkoła – nauka	Problemy ze szkołą, jako jedna z największych aktualnych obaw	-0,22
Rodzina – rodzice	Brak miłych zdarzeń w relacjach z rodzicami i miłych gestów z ich strony w ostatnim tygodniu	-0,21
Szkoła – nauka	Pojawienie się trudności związanych z powrotem do nauki zdalnej na przestrzeni roku szkolnego	-0,21
Rodzina – relacje	Brak miłych zdarzeń w relacjach z kimś z szerszej rodziny (babcia, dziadek, rodzeństwo, itp..) w ostatnim tygodniu	-0,19
Indywidualny	Odczucie przemęczenia korzystaniem z komputera, smartfona, Internetu w ostatnim tygodniu	-0,16
Internet – relacje	Bycie ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni	-0,16
Szkoła – relacje	Brak miłych zdarzeń w relacjach z rówieśnikami i miłych gestów z ich strony w ostatnim tygodniu	-0,15
Szkoła – nauczyciele	Brak miłych zdarzeń w relacjach z nauczycielami i miłych gestów z ich strony w ostatnim tygodniu	-0,15
Indywidualny	Ogólna niepewność co do przyszłości, jako jedna z największych aktualnych obaw	-0,14
Rówieśnicy – ryzyko	Przebywanie w towarzystwie młodzieżowym, w którym palono papierosy w ost. 30 dniach	-0,13
Internet – ryzyko	Odwiedzanie stron internetowych o treściach nieodpowiednich dla młodzieży w ost. 30 dniach	-0,12
Rówieśnicy – ryzyko	Przebywanie w towarzystwie młodzieżowym, w którym pito alkohol w ost. 30 dniach	-0,11

Największa liczba czynników silnie korelujących z niższą kondycją psychiczną należy do kategorii „szkoła – nauka”.

W szczególności na osłabienie indeksu kondycji psychicznej wpływają problemy związane ze zmianami trybu nauki ze stacjonarnej na zdalną i odwrotnie. Jak pisaliśmy wcześniej, kondycja psychiczna uczniów, którzy byli badani w okresie nauczania zdalnego związanego z czwartą falą epidemii na przełomie lat 2021/2022 wcale nie była gorsza niż uczniów, którzy w tym samym okresie uczyli się stacjonarnie. Przeciwnie, była lepsza. Problemem zatem nie jest sam fakt relatywnie krótkiego przebywania na zdalnym nauczaniu i doświadczenia krótkotrwałego czasu izolacji wynikającego z reżimu sanitarnego (w przypadku

czwartej fali epidemii był to czas zdecydowanie krótszy niż np. podczas pierwszej czy drugiej fali z roku 2020). Problemem dla wysokiego odsetka uczniów jest sam fakt przechodzenia z jednego trybu w drugi i problemów z adaptacją do nowego trybu. Na to zaś nakłada się drugi problem, jakim są gromadzące się zaległości w nauce. Zaległości te mogą być nieodczuwalne, dopóki trwa nauczanie zdalne. Stają się jednak dokuczliwym problemem, gdy po powrocie do nauki stacjonarnej trzeba wykazać się wiedzą, napisać sprawdziany, zdać egzaminy, uzyskać promocję do następnej klasy.

Czynniki ryzyka z kategorii „**szkoła – relacje**” także odgrywają rolę, ale nieco mniejszą. Przede wszystkim **ze słabszą kondycją psychiczną związana jest obawa przed przemocą**. W tabeli widzimy także **brak miłych wspólnych zdarzeń lub gestów ze strony rówieśników, a także ze strony nauczycieli**. Te czynniki nieco niżej korelują ze słabszą kondycją psychiczną, ale niższe wartości korelacji nie muszą wynikać z mniejszego znaczenia czynnika, bo znaczenie ma także typ użytego wskaźnika zmiennej (w przypadku miłych gestów mamy do czynienia ze zmiennymi dwuwartościowymi, a nie wielowartościowymi). Z badań IPZIN wynika, że w relacjach między różnymi grupami osób społeczności szkolnej (uczniowie, rodzice, nauczyciele) dzieje się bardzo wiele dobra w postaci różnych form życzliwości, miłych gestów, wzajemnej pomocy, wspólnie spędzonego czasu. Jeśli jednak uczeń nie jest w stanie wskazać żadnej sytuacji z ostatniego tygodnia, gdy spotkał go jakiś miły gest ze strony innego ucznia lub nauczyciela, to jest większa szansa, że taki uczeń będzie miał słabszą kondycję psychiczną. Oczywiście to, czy brak takich gestów traktujemy jako czynnik ryzyka czy też fakt doświadczenia takich gestów w ostatnim tygodniu uznamy za czynnik chroniący jest arbitralną decyzją. Rozumowanie, którym się kierowaliśmy uznając go za czynnik ryzyka jest następujące. Zdecydowana większość uczniów doświadcza w codziennych kontaktach z rodzicami, innymi uczniami i z nauczycielami wielu różnego rodzaju miłych gestów. Tylko nieliczni, mniej niż 10%, nie doświadczyło w ostatnim tygodniu miłych gestów ze strony rówieśników. Wyraźna mniejszość, około 25%, nie doświadczyła miłego gestu nauczyciela. Uznaliśmy zatem, że drobne codzienne oznaki dobra i życzliwości są pozytywną, wspierającą normą, a ich brak jest niepożądaną sytuacją szczególną, którą – w ślad za wynikami obliczeń – traktujemy jako czynnik ryzyka.

W tabeli widzimy trzy czynniki ryzyka z kategorii „**rodzina**”. Wszystkie z relatywnie wysokimi współczynnikami korelacji. Nerwowa atmosfera w domu, brak miłych gestów ze strony rodziców (czego doświadcza mniej niż 9% uczniów) oraz brak miłych gestów ze strony osób z szerszej rodziny (co jest udziałem około 20% uczniów) sprzyjają gorszej kondycji psychicznej.

Jeden czynnik należy do kategorii „**Internet – relacje**”. Bycie ofiarą cyberprzemocy sprzyja słabej kondycji psychicznej. Jak wiemy z innych badań IPZIN czynnik ten jest związany także z depresją i występowaniem myśli samobójczych.

Są też dwa czynniki „**indywidualne**”: przeżywanie jakiegoś poważniejszego problemu (czynnik dość oczywisty) oraz przemęczenie korzystaniem z komputera, smartfonu, Internetu. Ten ostatni czynnik obniżający kondycję psychiczną uczniów to znak współczesnych czasów. W miarę, jak rośnie liczba funkcji smartfonów i ilość spraw i zdarzeń, w które można się włączyć za pośrednictwem Internetu, tym większe staje się zmęczenie taką formą życia i komunikacji, i tym bliżej jest też do objawów uzależnienia. Izolacja i nauka zdalna czasu epidemii stały się dodatkowym silnym impulsem w kierunku normalizacji zdalnej formy kontaktów – od kontaktów roboczych po świąteczne spotkania rodzinne online. Z jednej strony był to doraźny

ratunek na czas izolacji. Z drugiej strony, w czasie epidemii przełamane zostały kolejne bariery – choćby te dotyczące ilości dopuszczalnego spędzania czasu przed komputerem/smartfonem przez dzieci.

I.1.2.3. Słaba kondycja psychiczna a zachowania ryzykowne młodzieży

Rozumienie powiązań między słabą kondycją psychiczną a podejmowaniem zachowań ryzykownych przez młodzież jest bardzo ważne dla planowania skutecznych działań wychowawczych i profilaktycznych. Poszukiwanie związków między różnymi problemami jest jedną definicyjnych cech *modelu profilaktyki zintegrowanej*. Gdyby osłabienie kondycji psychicznej uczniów nie miało żadnego związku z podejmowaniem zachowań ryzykownych, należałoby zachować dwa równoległe tory działania. Na jednym leżałyby programy wspierające kondycję psychiczną, na drugim profilaktyka różnych innych problemów i zachowań ryzykownych. Co więcej, gdyby badania taką odrębność potwierdziły, trudno byłoby uzasadnić dysponowanie środkami przeznaczonymi na profilaktykę problemową w celu wspierania kondycji psychicznej uczniów osłabionej epidemią, izolacją i ogólną niestabilnością w świecie.

Zamieszczona w poprzednim podrozdziale tabela czynników ryzyka słabej kondycji psychicznej zawiera wskaźniki **zachowań ryzykownych**. Zasady etyczne IPZIN nie pozwalają na zadawanie bezpośrednich pytań o zachowania ryzykowne i problemowe w badaniach prowadzonych online, gdzie nie jesteśmy w stanie kontrolować okoliczności wypełniania ankiet. Użyte więc zostały pośrednie wskaźniki.

Po pierwsze, zamiast pytań o korzystanie z substancji psychoaktywnych zadawano pytanie o przebywanie w towarzystwie młodzieży, która z nich korzysta. Z wielu badań IPZIN i innych ośrodków wiadomo, że korelacja między własnym korzystaniem z substancji psychoaktywnej, a przebywaniem w towarzystwie młodzieżowym, gdzie się ich używa jest bardzo wysoka. Na tyle wysoka, że przebywanie w takim towarzystwie można, w sensie statystycznym, traktować jako predyktor korzystania przez osobę badaną z tych samych substancji, co młodzieżowe towarzystwo, w którym przebywa.

Po drugie, że podobne dostosowanie zostało wprowadzone dla wskaźników problemów związanych z depresją i depresyjnością. Używany w badaniach online z lat 2020–2022 indeks kondycji psychicznej zastąpił pytania o myśli samobójcze i pytania ze skali depresji, które od lat standardowo były zawarte w stacjonarnych kwestionariuszach IPZIN. Podobnie, jak w przypadku zachowań ryzykownych, tak w przypadku myśli samobójczych i depresji zespół ekspertów IPZIN podjął decyzję, że formuła badań online wiąże się z obniżonym bezpieczeństwem psychologicznym badanych, więc wskaźniki trzeba odpowiednio dostosować.

Po trzecie, wycofane zostały pytania o korzystanie z pornografii czy o zaangażowanie w hazard. Pojawilo się za to pytanie o odwiedzanie stron internetowych o treściach nieodpowiednich lub szkodliwych dla młodzieży. Oczywiście strony pornograficzne czy hazardowe nie są jedynymi szkodliwymi. Utrata precyzji wskaźnika była kosztem, który zdecydowaliśmy się ponieść w celu zachowania standardów etycznych i standardów bezpieczeństwa badań online.

Po tym objaśnieniu metodologicznym możemy przejść do omówienia wyników badań przedstawionych w zamieszczonej wyżej tabeli.

Analizy wykazały, że **ze słabszą kondycją psychiczną koreluje przebywanie w towarzystwie młodzieży pijącej alkohol, w towarzystwie młodzieży palącej papierosy. Ponadto odnotowano związek obniżonej kondycji psychicznej z odwiedzaniem stron internetowych nieodpowiednich lub szkodliwych dla młodzieży**. Korelacje te są dość niskie, ale istotne statystycznie i zarazem wewnętrznie spójne – wszystkie pokazują ten sam kierunek związku. Na wielkość uzyskanych korelacji niewątpliwie wpływ mógł mieć rodzaj użytych wskaźników. Wskaźniki mniej precyzyjne mogą dawać niższe korelacje niż precyzyjne. Tym bardziej nie należy lekceważyć uzyskanych wyników.

W jednym z dalszych podrozdziałów przedstawione zostaną wyniki badań dotyczące korelacji średniej kondycji psychicznej dla szkoły z uśrednionymi wskaźnikami zachowań ryzykownych. W całej rozciągłości potwierdzają one wyniki obliczeń, w których jednostkami obliczeniowymi są indywidualne osoby badane. Szkoły, w których średnia kondycja psychiczna uczniów jest wyższa to zarazem szkoły o niższym poziomie zachowań ryzykownych (mierzonych wskaźnikami dostosowanymi do badań online). Korelacje są naprawdę wysokie.

Wyniki te są ważnym, dodatkowym potwierdzeniem dla tezy przedstawionej i omówionej we wcześniejszych ekspertyzach i raportach, w szczególności w ekspertyzie IPZIN sporządzonej na zamówienie PARPA³³ jesienią 2020 oraz raportu opracowanego dla MEiN wiosną 2021³⁴, że **zaniechania w zakresie wspierania kondycji psychicznej młodzieży będą prowadziły do wzrostu natężenia zachowań ryzykownych i problemowych**. Zagadnienia tego, które zostało szerzej omówione w poprzednich raportach, nie trzeba tu ponownie równie obszernie wyklądać. Warto jedynie przypomnieć, że wyraźne związki między wskaźnikami problemów z obszaru zdrowia psychicznego ze spektrum depresji a innymi grupami problemów i zachowań ryzykownych młodzieży wychodziły już w dawniejszych badaniach opartych na podejściu zintegrowanym.

W *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*³⁵ (IPZIN/ORE 2025) przedstawione są tabele korelacji między grupami czynników z różnych obszarów zagrożeń pochodzące z obliczeń na grupie N=13960 nastolatków (str. 78). Korelacja między grupą zmiennych związanych z depresyjnością (skala depresji i myśli samobójcze) a grupą zmiennych związanych z przemocą rówieśniczą wynosi 0,31 wśród dziewcząt i 0,39 wśród chłopców. Związek depresyjności z grupą zmiennych związanych z ryzykownymi zachowaniami seksualnymi jest opisany przez korelację o wartości 0,33 wśród dziewcząt i 0,22 wśród chłopców. Korelacja między

³³ Grzelak S., Żyro D., Siellawa-Kolbowska E., Szawiński L. *Profilaktyka na czas epidemii. Potrzeby, priorytety i rekomendacje dotyczące działań w zakresie profilaktyki używania substancji psychoaktywnych oraz innych problemów dzieci i młodzieży w czasie epidemii COVID-19*. Ekspertyza na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Warszawa, 2020 Dostęp: https://ipzin.org/wp-content/uploads/2022/01/Ekspertyza_IPZIN_pod_kierunkiem_dr_Sz_Grzelaka_.pdf.

³⁴ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

³⁵ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemw_mlodziemy.pdf.

depresyjnością a korzystaniem z substancji psychoaktywnych wynosi 0,21 wśród dziewcząt i 0,26 wśród chłopców.

Z kolei w raporcie IPZIN opracowanym dla Ministerstwa Zdrowia (IPZIN/MZ 2017)³⁶, w którym analizowane były dane z nowszej próby badanej N=13366 nastolatków zamieszczona jest tabela (str. 56) między grupami problemów wyłonionymi w analizie czynnikowej. Grupa problemów określona jako „obniżenie nastroju i myśli samobójcze” korelowała z grupą problemów przemocowych na poziomie 0,29 wśród chłopców i 0,32 wśród dziewcząt, a z grupą problemów eksternalizacyjnych³⁷ na poziomie 0,18 wśród chłopców i 0,29 wśród dziewcząt.

Wyniki relacjonowanych tu najnowszych badań uzupełniają wcześniejszą wiedzę w tym zakresie i uzasadniają traktowanie działań wychowawczych wspierających kondycję psychiczną i działań profilaktycznych nakierowanych na zapobieganie zachowaniom ryzykownym jako wzajemnie powiązanych. Jest to zgodne z duchem i założeniami profilaktyki zintegrowanej. Im więcej wiemy o związkach między różnymi problemami i czynnikami, tym bardziej całościowo i racjonalnie możemy planować działania profilaktyczne i wychowawcze.

1.1.2.4. Czynniki wzmacniające kondycję psychiczną uczniów w badaniach z lat 2021/2022

Czynniki, które korelują z wyższym indeksem kondycji psychicznej uznajemy za czynniki chroniące, wzmacniające kondycję psychiczną. Oczywiście trzeba brać poprawkę na to, że korelacja nie oznacza związku przyczynowego, a jedynie współwystępowanie zjawisk, zwłaszcza że mówimy tu o badaniach przekrojowych, a nie badaniach podłużnych. Z punktu widzenia przydatności dla praktyki oraz konkretnych działań wychowawczych i profilaktycznych, wiedza o związku może nam jednak wystarczyć. Czynniki chroniące to te, które w działaniach praktycznych warto wzmacniać, a czynniki ryzyka to te, które należy osłabiać. W wychowaniu i profilaktyce uniwersalnej, gdzie oddziałujemy na szerokie grupy dzieci i młodzieży taka strategia ma sens, nawet jeśli część zaobserwowanych korelacji to zależność dwukierunkowa. Np. brak miłych gestów ze strony otoczenia może osłabiać kondycję psychiczną, ale zarazem osoby o słabej kondycji psychicznej mogą rzadziej dostrzegać kierowane ku nim miłe gesty. To, że warto wzmacniać określone czynniki chroniące, podpowiada nam często szerszy kontekst wiedzy naukowej oraz zwykły zdrowy rozsądek. To, że warto ludzi zachęcać do obdarowywania się nawzajem miłymi gestami jest oczywiste nawet bez dowodów badawczych. Wykrycie korelacji takiej zmiennej z indeksem kondycji psychicznej umacnia nas i utwierdza, że naprawdę warto uwzględnić dany czynnik w rekomendacjach dla działań praktycznych.

³⁶ Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. Warszawa 2017. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniacych_mlodzięz_przed_zachowaniami_ryzykownymi.pdf.

³⁷ Grupa problemów określonych jako problemy eksternalizacyjne obejmowała korzystanie z różnych substancji psychoaktywnych oraz podejmowanie wczesnych kontaktów seksualnych.

Tabela 5. Czynniki wiążące się z wyższym indeksem kondycji psychicznej młodzieży w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N = 23 219]

Czynniki chroniące związane z poprawą kondycji psychicznej ($p < 0,001$)		
Kategoria czynnika	Nazwa czynnika	r
Szkoła – nauka	Wyższy stopień przewyciężenia trudności z przejściem do nauki zdalnej	0,40
Szkoła – nauka	Wyższy stopień przewyciężenia trudności z przejściem do nauki stacjonarnej	0,39
Dorośli – relacje	Poczucie, że wsparcie dorosłych w obecnej sytuacji jest wystarczające	0,37
Rówieśnicy – relacje	Poczucie, że wsparcie ze strony rówieśników jest obecnie wystarczające	0,35
Szkoła – relacje	Bycie akceptowanym w klasie	0,33
Szkoła – relacje	Przekonanie, że mogą liczyć na wsparcie w klasie	0,30
Szkoła – relacje	Atmosfera życzliwości w klasie	0,27
Rodzina – rodzice	Wskazanie przynajmniej jednego z rodziców jako życiowych przewodników	0,21
Rówieśnicy – relacje	Posiadanie przyjaciół	0,22
Wiara, religia	Znaczenie wiary, religii w życiu	0,20
Szkoła – nauczyciele	Posiadanie nauczyciela, wychowawcy, któremu wiele zawdzięczam [który mi pomógł, dodał wiary w siebie, nauczył czegoś ważnego o życiu]	0,14

Czynniki związane z nauką szkolną ponownie wychodzą na pierwszy plan. **Im wyższy stopień przewyciężenia trudności z przejściem do nauki zdalnej oraz im wyższy stopień przewyciężenia trudności z przejściem do nauki stacjonarnej, tym wyższy indeks kondycji psychicznej ucznia.** To dwie najsilniejsze korelacje! W naszych badaniach pytanie o przewyciężenie trudności miało inną treść w zależności od aktualnego trybu nauki w ich szkole. Jeśli był to tryb stacjonarny, pytanie dotyczyło radzenia sobie z trudnościami powrotu na tryb stacjonarny. Jeśli był to tryb zdalny lub hybrydowy, pytanie dotyczyło przewyciężania trudności ponownego wchodzenia w tryb zdalny. Co ciekawe, wśród uczniów uczących się w trybie hybrydowym korelacja między przewyciężeniem trudności a dobrą kondycją psychiczną była najwyższa (0,43). Wynik ten potwierdza wcześniej obserwowane zjawisko. **Największy związek z poziomem kondycji psychicznej ma z jednej strony doświadczanie trudności w zmianie trybu nauki (co omawialiśmy przy czynnikach ryzyka), a z drugiej sprawne przewyciężanie tych trudności (co jest bardzo silnym czynnikiem chroniącym).** Oznacza to, że wśród uczniów mamy grupę takich, którzy lepiej się adaptują do zmian i takich, którzy się gorzej adaptują. I to w tej drugiej grupie może znacznie częściej dochodzić do kumulacji zaległości w nauce, trudności adaptacyjnych oraz narastających problemów emocjonalnych i psychicznych.

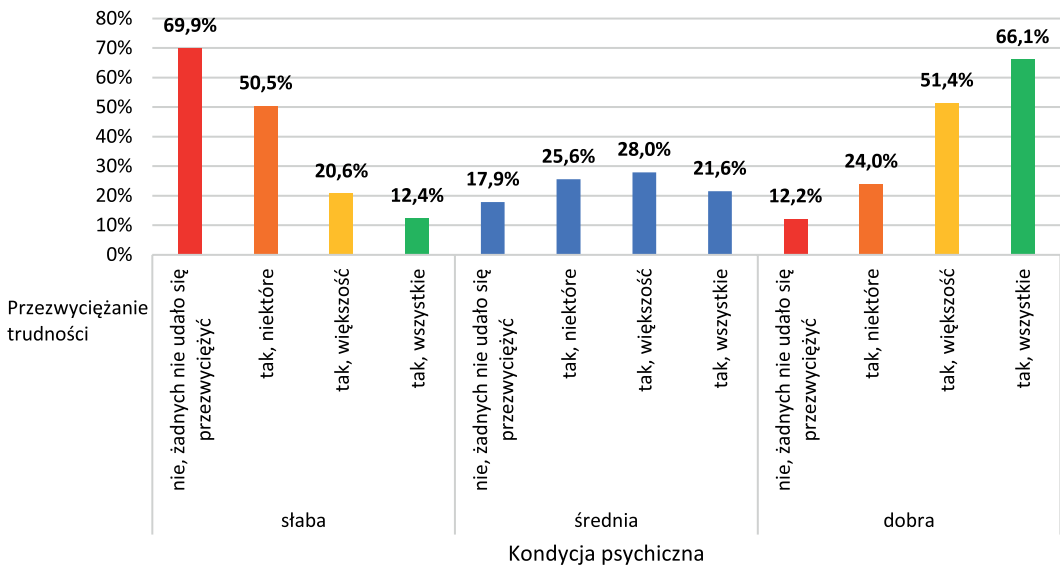
Wszystkie pozostałe czynniki chroniące w tabeli dotyczą **pomocnych i wspierających relacji społecznych** i różnych dróg, i form wsparcia społecznego i duchowego. Im więcej potrzebnego wsparcia, tym większa szansa na przewyciężenie różnego rodzaju trudności i lepszą kondycję psychiczną. Ogromne znaczenie ma wsparcie dorosłych przewodników (w praktyce najczęściej jest to wsparcie rodziców i szerszej rodziny), przyjaciół, a także wychowawców i nauczycieli. Ważne są dobre, wspierające relacje w klasie. Ważnym czynnikiem chroniącym jest znaczenie wiary i religii w życiu – im to znaczenie większe, tym wyższy wskaźnik kondycji psychicznej.

I.1.2.5. Wybrane czynniki związane z kondycją psychiczną – wyniki szczegółowe

Przyjrzyjmy się jeszcze wybranym zależnościom nie w zbiorczej tabeli, a na oddzielnych wykresach. Pozwalają one zobaczyć znaczenie danego czynnika w sposób bardziej plastyczny i mniej abstrakcyjny niż wartość współczynnika korelacji. Zaprezentujemy tu wybrane wykresy spośród większej ich liczby dostępnej w Załączniku 1 do niniejszego raportu.

Oto wykresy ukazujące istotne i silne zależności między doświadczeniem przezwyciężenia trudności związanych ze zmianą trybu nauczania a kondycją psychiczną uczniów dla obu poziomów szkół – podstawowych ($\chi^2(6)=1416,20$, $p<0,001$, $V=0,30$) i ponadpodstawowych ($\chi^2(6)=403,82$, $p<0,001$, $V=0,27$).

Wykres 28. Kondycja psychiczna uczniów szkół podstawowych w zależności od doświadczenia przezwyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania w całym roku szkolnym 2021/2022 [N = 17607]

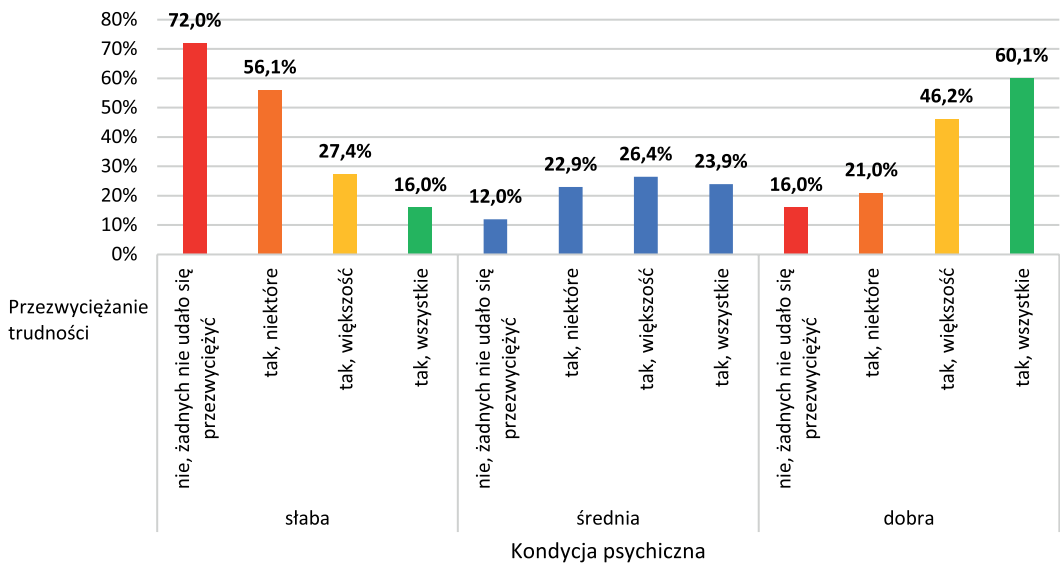


Przypomnijmy stosowaną tu zasadę kolorowania słupków – tam, gdzie jest kolor niebieski, nie obserwujemy istotnych różnic, a tam, gdzie kolor czerwony i zielony występują istotne różnice (przy czym kolorem czerwonym oznaczamy zjawisko niepożądane, a zielonym pożądane). Kolor żółty i pomarańczowy jest użyty wtedy, gdy obserwujemy istotne różnice, ale dotyczą one kategorii pośrednich, a nie skrajnych. Przypomnijmy też, że w przypadku pytania o przezwyciężenie trudności związanej ze zmianą trybu nauczania było ono zadawane inaczej zależnie od aktualnego sposobu nauki w danej szkole – jeśli był to tryb stacjonarny, pytano o adaptację do trybu stacjonarnego, a jeśli zdalny lub hybrydowy, o adaptację do trybu zdalnego. Na wykresach oba możliwe kierunki zmian są pokazane łącznie, bo problemy adaptacyjne są podobne w obu przypadkach.

Przede wszystkim zwróćmy uwagę na czerwone słupki na obu wykresach. Aż 69,9% uczniów szkół podstawowych, którzy mieli trudności zmianie trybu nauki i nie udało im się

żadnej z nich przewyciężyć ma słabą kondycję psychiczną, podczas gdy tylko 12,2% ma dobrą kondycję psychiczną. Z kolei słupki zielone pokazują drugą stronę tego samego medalu – aż 66,1% uczniów szkół podstawowych, którzy mieli trudności w zmianie trybu nauki, lecz wszystkie trudności udało im się przewyciężyć ma dobrą kondycję psychiczną, podczas gdy tylko 12,4% słabą.

Wykres 29. Kondycja psychiczna uczniów szkół ponadpodstawowych w zależności od doświadczania przewyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania w całym roku szkolnym 2021/2022 [N = 5994]



Bardzo podobnie sytuacja przedstawia się w szkołach ponadpodstawowych.

Znaczenie dla kondycji psychicznej uczniów starszych i młodszych ma więc nie tyle tryb nauki, co zmiany trybu nauki. I nie tyle sam fakt pojawienia się trudności w przestawieniu się z jednego trybu na drugi, co sprawność w przewyciężaniu trudności i stopień ich przewyciężenia, jeśli się pojawiają.

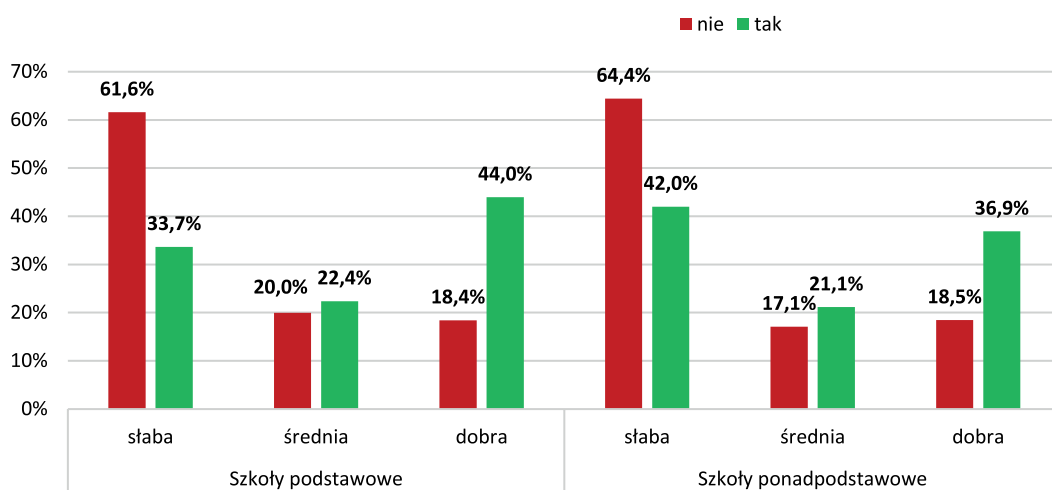
Na zmianach trybu nauki najbardziej traci ta część uczniów, która cechuje się większą wrażliwością na zmiany. A w tej grupie najbardziej tracą ci, którzy nie umieją tych trudności przewyciężyć. Niemożność może wynikać z ich własnych ograniczeń, ale także z braku odpowiedniego wsparcia otoczenia. Im więcej zmian trybu nauki, tym większe zaległości tych uczniów i tym większe obciążenie psychiczne.

Zobrazujemy oddzielnym wykresem także jeden z najbardziej uniwersalnych i silnych czynników chroniących we wszystkich badaniach IPZIN od kilkunastu lat – znaczenie rodziców jako życiowych przewodników. W pytaniu kwestionariusza uczniowie mają za zadanie wybór trzech najważniejszych życiowych przewodników z listy kilkunastu pozycji. Przewodnik życiowy jest zdefiniowany w objaśnieniu pytania jako dorosły, który jest dla badanego ucznia „przykładem

dobrego postępowania, sposobu życia, charakteru, posiadanych umiejętności lub wiedzy”. Wskazanie rodziców jako przewodników jest udowodnionym czynnikiem chroniącym przed wieloma zagrożeniami (korzystanie z substancji psychoaktywnych, wczesna inicjacja seksualna, przemoc, depresja i myśli samobójcze), co opisywaliśmy zarówno w *Vademecum*, jak i w raportach dla Ministerstwa Zdrowia z roku 2017.

Okazuje się, że ten czynnik chroni także kondycję psychiczną nastolatków. Oto wykres pokazujący istotne statystycznie różnice zarówno w szkołach podstawowych ($\chi^2(2)=531,30$, $p<0,001$, $V=0,24$), jak i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=129,71$, $p<0,001$, $V=0,21$).

Wykres 30. Kondycja psychiczna uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych a wskazanie rodziców jako przewodników życiowych w całej próbie badanej 2021/2022 [N = 23219]



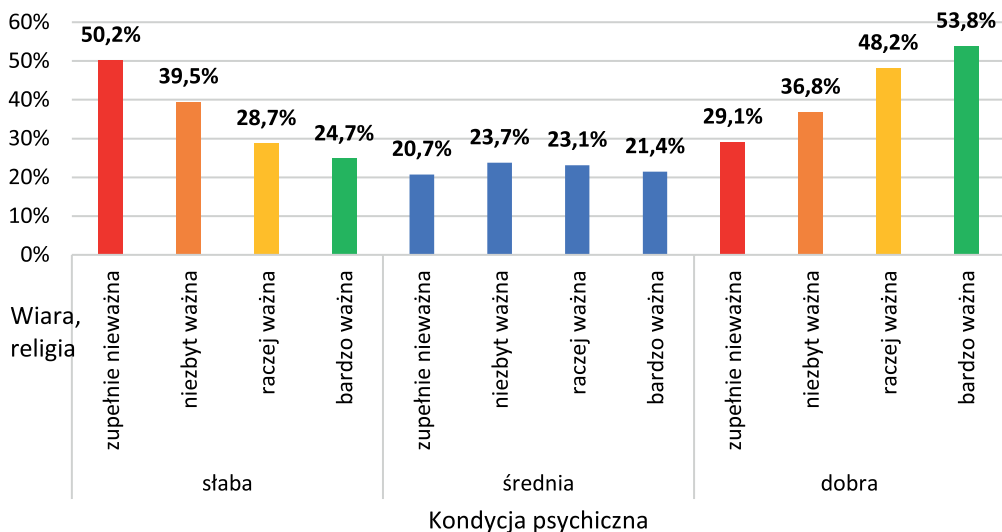
W grupie uczniów i uczennic, którzy wskazywali przynajmniej jednego z rodziców jako przewodników życiowych było więcej osób z dobrą kondycją psychiczną niż w grupie tych, którzy nie wskazywali żadnego z rodziców. Dotyczy to zarówno szkół podstawowych, jak ponadpodstawowych. Uczniowie, którzy nie wskazali rodziców jako przewodników (słupki brązowe) 3-krotnie częściej mają słabą kondycję psychiczną niż dobrą. Wśród uczniów wskazujących rodziców jako przewodników (słupki zielone) odsetki tych z dobrą i słabą kondycją psychiczną są w miarę wyrównane, przy czym widać wyraźnie, że pozytywny związek między lepszą kondycją psychiczną a wskazaniem rodziców jest silniejszy w szkole podstawowej niż ponadpodstawowej. Jest to logiczne. Znaczenie rodziców w życiu nastolatków, często niedoceniane przez samych rodziców, zawsze jest duże, jednak większe wobec młodzieży młodszej niż starszej.

Czynniki związane z wiarą i religią, praktykami religijnymi, a nawet szerzej rozumianym znaczeniem wymiaru duchowego w życiu nastolatka są istotną ochroną względem wielu problemów. Wiemy to nie tylko z wcześniejszych raportów IPZIN z czasu epidemii, ale także z badań z lat 2012–2014 oraz 2015–2017, których wyniki opisane zostały w *Vademecum skutecznej*

profilaktyki problemów młodzieży³⁸ (IPZIN/ORE, 2015) oraz w raporcie IPZIN dla Ministerstwa Zdrowia pt. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi* (IPZIN, 2017).

Poniższy wykres pokazuje jak znaczenie wiary/religii w życiu ucznia przekłada się na wyższy indeks kondycji psychicznej.

Wykres 31. Znaczenie wiary i religii a kondycja psychiczna w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]

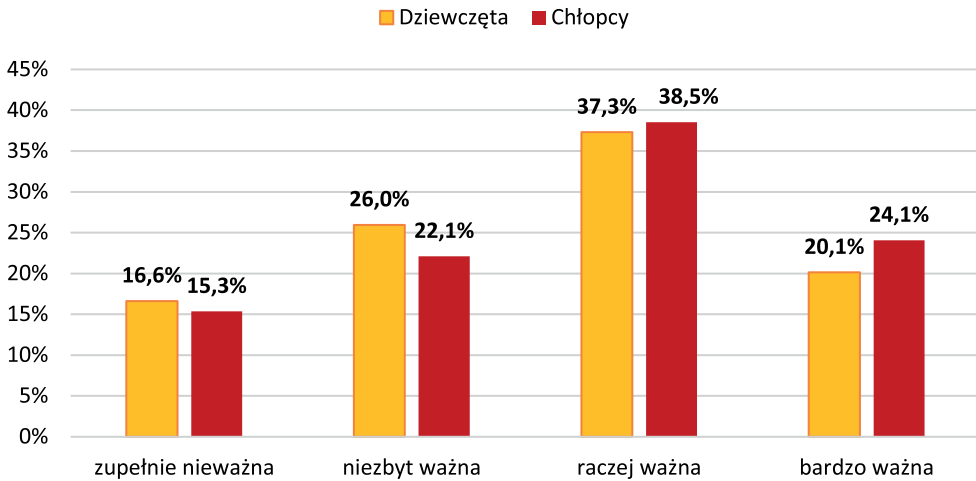


W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 w całej badanej próbie stwierdzono, że zależność pomiędzy oceną ważności wiary i religii a kondycją psychiczną uczniów była istotna statystycznie ($\chi^2(6)=954,47$, $p<0,001$, $V=0,14$). **Im większa waga wiary i religii tym więcej osób o dobrej kondycji psychicznej i tym mniej osób o słabej kondycji psychicznej.** Wśród badanych, dla których wiara/religia jest zupełnie nieważna ponad 50% ma słabą kondycję psychiczną, podczas, gdy wśród badanych, w których życiu wiara/religia jest czymś bardzo ważnym, słabą kondycję psychiczną ma niecałe 25%. Różnica jest dwukrotna.

Czynnik związany ze znaczeniem wiary/religii działa ochronnie na stosunkowo dużą część populacji badanej młodzieży. Jak widzimy na poniższym wykresie dla większości uczniów wiara jest „raczej ważna” lub „ważna”. Jednocześnie odsetek chłopców wskazujących na znaczenie wiary w ich życiu jest istotnie wyższy niż dziewcząt ($\chi^2(3)=84,95$, $p<0,001$, $V=0,06$).

³⁸ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 Dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemw_mlodziemy.pdf.

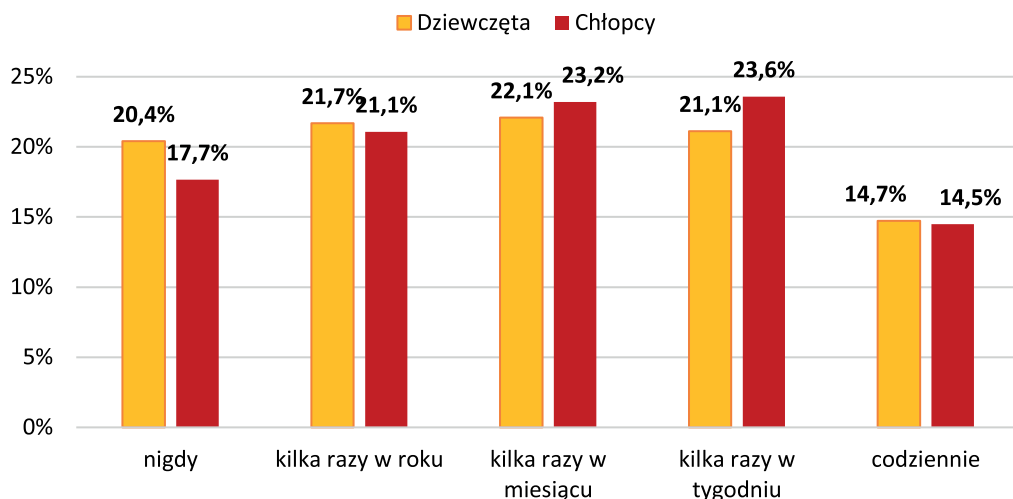
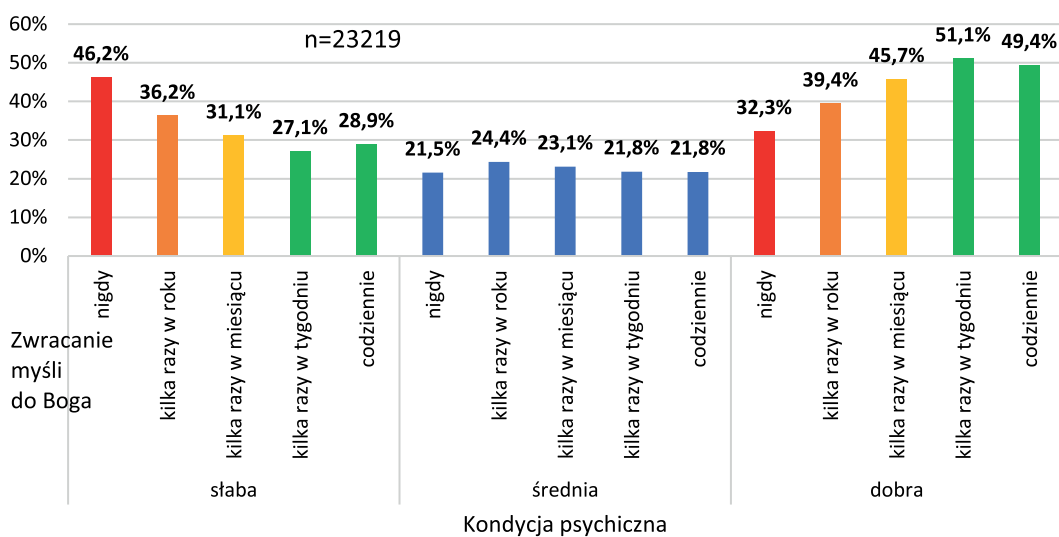
Wykres 32. Znaczenie wiary wśród dziewcząt i chłopców w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]



Ponieważ w kwestionariuszu IPZIN do badań online nie zadajemy pytania o praktyki religijne, nie możemy tu podać danych dotyczących tego najbardziej typowego behawioralnego wskaźnika związanego z wiarą. Od kilku lat zadajemy jednak w badaniach inne pytanie – o kierowanie myśli do Boga. Jest to prosto sformułowane pytanie, które w istocie rzeczy dotyczy odniesienia do transcendencji, Boga, Absolutu (jakkolwiek badani go pojmują). Jest to poniekąd wskaźnik pojemniejszy niż ten o znaczeniu wiary/religii. Można w danym okresie życia nie być wyznawcą konkretnej wiary, ale mieć w sobie tęsknotę za Bogiem i kierować myśli ku Bogu, pojmując Boga albo tak, jak jedna z wielkich religii, albo po swojemu. Celowo w pytaniu nie jest doprecyzowany sposób pojmowania Boga, aby włączyć osoby o różnej duchowości. Zarazem jest to pytanie, które w szerokim sensie tego słowa, jest na poziomie behawioralnym. Kierowanie myśli ku komuś/czemuś to akt woli. Akt woli to działanie – nawet jeśli jedynie wewnętrzne. Kierowanie uwagi lub myśli w konkretną stronę to rodzaj działania wewnętrznego.

Na poniższym wykresie przedstawiono rozkład częstości zwracania myśli ku Bogu w grupie dziewcząt i w grupie chłopców. W grupie chłopców było więcej osób zwracających myśli do Boga kilka razy w miesiącu lub kilka razy w tygodniu, niż w grupie dziewcząt (zależność istotna statystycznie, $\chi^2(4)=43,20$, $p<0,001$, $V=0,04$).

Okazuje się, że wśród osób, które częściej zwracały swe myśli do Boga, mniej było tych o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie więcej osób o dobrej kondycji psychicznej (zależność istotna statystycznie, $\chi^2(8)=574,71$, $p<0,001$, $V=0,11$). Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najmniej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy nigdy nie zwracali swoich myśli do Boga. Najmniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najwięcej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy zwracali swoje myśli do Boga przynajmniej kilka razy w tygodniu.

Wykres 33. Zwracanie myśli do Boga wśród dziewcząt i chłopców w całej badanej próbie 2021/2022 [N=23219]**Wykres 34. Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]**

Efekt ten powtórzył się we wszystkich obliczeniach. Także w analizach oddzielnie przeprowadzonych dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz dla dziewcząt i chłopców. Kierowanie myśli do Boga jest nieco słabszym czynnikiem niż znaczenie wiary/religii w życiu, ale wciąż bardzo silnie wiąże się z ochroną dobrej kondycji psychicznej i zapobieganiem jej osłabianiu się.

Wyniki uzyskane w badaniach uczniów z roku szkolnego 2021/2022 potwierdzają i dopełniają obraz czynników związanych z kondycją psychiczną dzieci i młodzieży, który zaczęliśmy

tworzyć w pierwszych badaniach czasu epidemii z marca/kwietnia 2020. Obraz ten jest spójny i logiczny. **Wielkość i jakość sieci wsparcia to kluczowy czynnik chroniący, a zarazem wielkie zadanie dla rodziców, rodziny, wychowawców i specjalistów.** Jeśli z jakichś przyczyn jeden z potencjalnie korzystnych elementów sieci wsparcia jest nieobecny w życiu dziecka (wychowuje się bez rodziców, nie ma przyjaciół, nie jest osobą wierzącą), tym większego znaczenia nabierają pozostałe czynniki. W szczególności dla osób pracujących w systemie edukacji ważne będą te czynniki, na które można mieć wpływ z dostępnego dla nich poziomu (wsparcie wychowawcy, dobry klimat klasy, otwartość nauczycieli na rozmowy z uczniami i kierowanie dobrych gestów do wszystkich, a nie tylko ulubionych uczniów).

1.1.2.6. Wsparcie osób z najbliższego otoczenia jako fundament naturalnego systemu wsparcia dzieci i młodzieży

Od początku epidemii badania IPZIN wskazują na **zasadnicze znaczenie jakości wsparcia rodziców, dalszej rodziny, nauczycieli i rówieśników dla kondycji psychicznej dzieci i młodzieży.**

W raporcie *Jak wspierać uczniów po roku epidemii* (Grzelak, Żyro i inni, 2021)³⁰ pokazaliśmy cały szereg wyników badań, według których okres epidemii i izolacji gorzej psychicznie znosili uczniowie mający:

- słabsze oparcie w rodzicach, w tym poczucie niewysłuchania i niezrozumienia przez rodziców;
- brak oparcia w rodzeństwie (jedynacy)
- słabsze oparcie wśród rówieśników/przyjaciół;
- słabsze oparcie u nauczycieli.

O znaczeniu wsparcia ze strony innych pisaliśmy we wcześniejszych podrozdziałach niniejszego raportu, gdy mowa była o czynnikach chroniących przed osłabianiem się kondycji psychicznej. Nie będziemy tu wracać do innych czynników chroniących (jak choćby te związane z wiarą/religią). Rola wsparcia psychicznego ze strony osób z najbliższego otoczenia jest na tyle ważna, że warto się na niej jeszcze trochę zatrzymać, podsumować wcześniej przedstawione wyniki badań i w ich kontekście pokazać kilka wykresów z najnowszych badań sięgających do jesieni 2022.

W omawianych wyżej tabelach, na podstawie danych zebranych z badań IPZIN z lat 2020–2022 wskazywaliśmy na ochronne znaczenie szeregu czynników związanych ze wsparciem osób z najbliższego otoczenia. Oto uporządkowana lista tych czynników:

1. Ogólne:
 - Poczucie wystarczającego wsparcia dorosłych w obecnej sytuacji
 - Poczucie wystarczającego wsparcia innych w realizacji marzeń i celów życiowych
2. Relacje z rodzicami:
 - Rozmowy z rodzicami o własnych przeżyciach i poczucie wysłuchania i zrozumienia przez rodziców
 - Doświadczenie miłych gestów ze rodziców w ostatnim tygodniu
 - Wskazanie kogoś z rodziców, jako jednego z trzech najważniejszych przewodników życiowych w obecnym czasie

3. Relacje z innymi osobami z rodziny:
 - Doświadczenie miłych gestów ze strony innych osób z rodziny w ostatnim tygodniu
4. Relacje z rówieśnikami:
 - Większa liczba kontaktów społecznych z przyjaciółmi i rówieśnikami
 - Poczucie wystarczającego wsparcia rówieśników w aktualnej sytuacji
 - Przekonanie, że w mojej klasie mogę liczyć na wsparcie
 - Bycie akceptowanym w klasie
 - Atmosfera życzliwości w klasie
 - Doświadczenie miłych gestów ze strony kolegów, koleżanek z klasy w ostatnim tygodniu
5. Relacje z nauczycielami:
 - Doświadczenie miłych gestów ze strony nauczycieli w ostatnim tygodniu
 - Posiadanie nauczyciela, wychowawcy, któremu wiele zawdzięczam (który mi pomógł, dodał wiary w siebie, nauczył czegoś ważnego o życiu)
 - Docenienie dziecka jako pozytywne doświadczenie rodzica w kontakcie z nauczycielami w ostatnim czasie

Powyższe punkty wskazują na cztery grupy osób z najbliższego otoczenia: rodziców, inne osoby z rodziny, rówieśników i nauczycieli. Punkt pierwszy zawiera czynniki ogólne, które dotyczą wsparcia ze strony innych, ale bez wskazania konkretnego poziomu tego wsparcia.

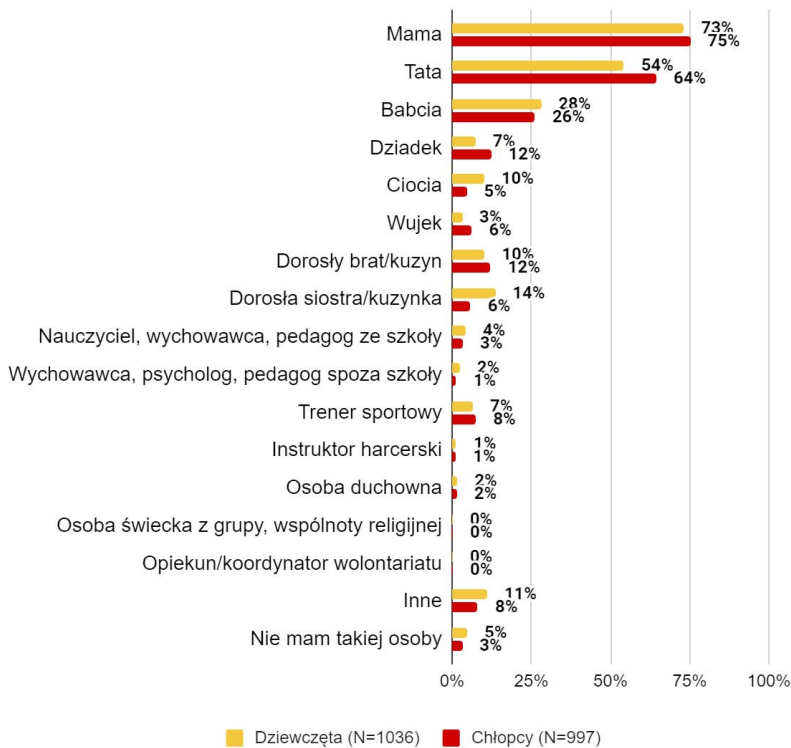
Przyjrzyjmy się teraz danym z najnowszych badań IPZIN z jesieni 2022 pod kątem obecności tych właśnie czynników w życiu uczniów.

Rodzice są najważniejszymi wychowawcami i najczęściej także najważniejszym źródłem wsparcia dla dzieci. To właśnie rodzice są najczęściej wskazywani przez swoje nastoletnie dzieci jako ich najważniejsi przewodnicy życiowi. Niezmiennie od wielu lat pokazują to kolejne wyniki badań IPZIN, w tym także wyniki badań z każdej z kolejnych faz epidemii. Wiemy, że wskazanie choćby jednego rodziców w grupie trzech najważniejszych przewodników życiowych jest czynnikiem powiązaniem z lepszą kondycją psychiczną ucznia.

Poniżej widzimy jakie osoby wskazywała młodzież jako swoich najważniejszych dorosłych przewodników życiowych (mogli wskazać maksymalnie trzech) w badaniach z jesieni 2022. Jednocześnie poniższy wykres pokazuje bardzo niewielki odsetek badanej młodzieży, która nie widziała w swoim otoczeniu nikogo dorosłego, kogo można by uznać za życiowego przewodnika. Należy pamiętać, że w sytuacji, gdy polecenie ogranicza wybór przewodników do trzech osób, wskazanie osób spoza rodziny (np. nauczyciela, wychowawcy, psychologa, trenera) pojawia się u niewielkiego odsetka uczniów, którzy nie mają wystarczających wzorców we własnej rodzinie. Przy tak sformułowanym pytaniu w żadnym razie nie należy interpretować niskiego odsetku wyboru takich osób jak nauczyciele, wychowawcy czy psychologowie. Te osoby są ważne i ich wsparcie jest istotne, jednak z reguły – gdy uczeń ma żyjących rodziców, kogoś z dziadków, dorosłe rodzeństwo, wujka lub ciocię – to właśnie ich wskaże w pierwszej kolejności. I to sprawia, że w pierwszej trójce przewodników życiowych nie ma miejsca dla osób spoza rodziny u większości uczniów.

Wskazania najważniejszych przewodników z jesieni 2022 są bardzo podobne do wskazań uzyskiwanych w badaniach IPZIN na przestrzeni wielu wcześniejszych lat (co najmniej od 2007). Nie obserwujemy tu żadnych wyraźnych różnic.

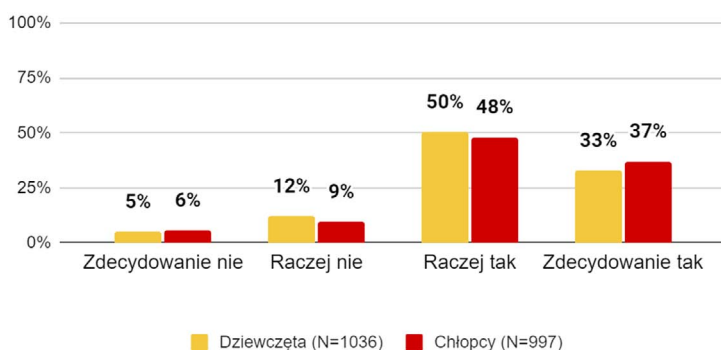
Wykres 35. Przewodnicy życiowi młodzieży szkolnej w badaniach IPZIN z jesieni 2022
[N=2033]



Jednym z czynników chroniących dobrą kondycję psychiczną jest poczucie wystarczającego wsparcia ze strony dorosłych. Podobne pytanie jest zadawane od pierwszych badań z okresu epidemii w kwietniu 2020. W pytaniu chodzi o wsparcie tych przewodników, których badani wcześniej wskazali jako trzech najważniejszych. A zatem w przytłaczającej większości przypadków będzie tu chodziło o wsparcie rodziców lub innych bliskich osób z rodziny. Popatrzmy na odpowiedzi z jesieni 2022 (wykres poniżej).

Jak widzimy na wykresie, uczniowie zapytani jesienią 2022, czy uważają, że wsparcie przewodników jest dla nich wystarczające, w zdecydowanej większości odpowiadają, że "tak". W badaniach z wcześniejszych dwóch lat mamy do czynienia ze sporymi różnicami, jeśli chodzi o rozkład geograficzny i wiekowy grupy badanej, dlatego wszelkie porównania mają charakter poglądowy. Biorąc pod uwagę to zastrzeżenie z pewnością nie powinniśmy przywiązywać wagi do stosunkowo niewielkich różnic w odpowiedziach pomiędzy poszczególnymi badaniami, jako być może przypadkowych. Porównując wyniki najnowszych badań z tymi z roku 2020 i z roku 2021 żadnych większych różnic nie widać. Postrzegane przez młodzież wsparcie ze strony dorosłych jest zdaniem ponad 80% dziewcząt i ponad 80% chłopców wystarczające i pozostaje na podobnym, wysokim poziomie.

Wykres 36. Poczucie wystarczającego wsparcia młodzieży ze strony przewodników życiowych (jesień 2022)



Oznacza to, że **potrzeba uzupełnienia istniejącego wsparcia dotyczy grupy liczącej około 16% uczniów**. To właśnie oni są najbardziej narażeni na doświadczanie konsekwencji braku wsparcia ze strony dorosłych w postaci słabej kondycji psychicznej i wynikających stąd innych problemów.

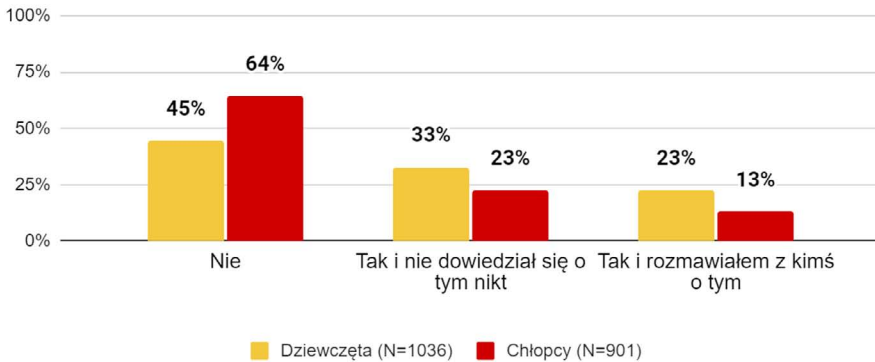
Kolejnym **ważnym czynnikiem chroniącym jest doświadczenie wysłuchania i zrozumienia w rozmowie o ważnych dla siebie sprawach, w tym o swoich problemach, z rodzicami lub innymi bliskimi osobami**.

W badaniach IPZIN jest zawarty układ trzech pytań dotyczących doświadczenia poważniejszej trudności/problemu w okresie ostatnich 30 dni. Pytania dotyczą kolejno następujących zagadnień: czy osoba badana miała taki problem, czy i z kim o tym rozmawiała, i czy ta rozmowa była pomocna. Z badań prowadzonych dwukrotnie na tej samej grupie osób badanych przed epidemią (jesień 2019) i w trakcie epidemii (jesień 2020) wiemy, że jesienią 2020 wśród dziewcząt nastąpiło bardzo niekorzystne zjawisko. Wyraźnie wzrósł odsetek dziewcząt, które mając poważniejszy problem nie powiedziały o nim nikomu (z 26% przed epidemią do 34% w trakcie epidemii), a ponadto wśród dziewcząt, które zwierzyły się komuś z problemu, wzrósł odsetek tych, dla których rozmowa ta nie była pomocna (z 33% do 40%). Późniejsze badania nie pozwalają niestety na tak precyzyjne porównania ze względu na różnice między grupami badanymi.

Przyjrzyjmy się wynikom z jesieni 2022 (wykres poniżej).

Jak widzimy, tylko część badanej młodzieży porozmawiała z kimś o swoim problemie. **Aż 33% badanych dziewcząt i 23% badanych chłopców stwierdziło, że doświadczyła w ostatnim miesiącu jakiegóż trudności/problemu i nikt się o tym nie dowiedział**. Na przestrzeni lat 2020–2022 odsetek ten jest cały czas na podobnym poziomie.

Patrząc na te same dane od innej strony, gdybyśmy ograniczyli się tylko do **osób, które przeżywały jakiś problem w ostatnim miesiącu, większość z nich nikomu o tym problemie nie powiedziała**.

Wykres 37. Trudności i problemy młodzieży w ciągu ostatnich 30 dni

Wniosek praktyczny, jaki stąd wypływa jest taki, że bardzo ważnym zadaniem dorosłych jest zachęcanie, aby nie wstydzić się i nie obawiali zwrócenia do kogoś zaufanego, jeśli pojawi się w ich życiu problem. Jeśli dany problem jest poważniejszy i przerasta kompetencje dorosłego, do którego uczeń się zgłosił, potrzebne jest wskazanie miejsca, gdzie może szukać odpowiedniej pomocy. W programach profilaktyki zintegrowanej (Archipelag Skarbów®, Gwiazda Mocy, Nawigacja w Kryzysie, Nawigacja w Każdą Pogodę) zawsze zawarty jest element życzliwej, ciepłej zachęty do korzystania z pomocy. Często jest on parokrotnie powtarzany w różnych formach. I jak się okazuje, przekłada się to na konkretne rezultaty. Z danych pochodzących z badań ewaluacyjnych oraz z monitoringu realizacji programu Archipelag Skarbów® wiemy, że jednym z efektów programu jest zgłaszanie się uczniów mających osobisty problem do kogoś zaufanego. Dość często pierwszym rozmówcą jest właśnie trener programu, będący osobą spoza szkoły. Niejednokrotnie uczniom szczególnie nieśmiałym i wycofanym, łatwiej jest najpierw podejść do życzliwej, bezpiecznej osoby spoza najbliższego otoczenia. Zadaniem trenera nie jest wtedy samodzielne udzielanie pomocy, lecz umiejętne zachęcenie ucznia do zwrócenia się o pomoc do właściwej osoby, która może efektywnie pomóc. Zdecydowanie najlepiej, gdy jest to ktoś z rodziny albo ze szkoły – pedagog, psycholog szkolny, wychowawca, ktoś z nauczycieli. W zależności od rodzaju problemu i posiadanych kompetencji osoba ta albo sama pomoże uczniowi, albo podejmie odpowiedzialność za to, by uczeń właściwą pomoc otrzymał.

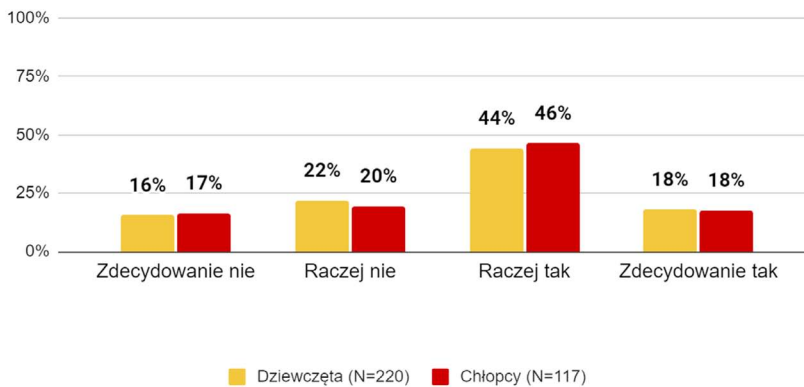
Wróćmy do pozostałych dwóch pytań z triady dotyczącej przeżywanego problemu. Odpowiedzi na dwa kolejne pytania dotyczą wyłącznie osób, które zgłosiły, że miały w ostatnim miesiącu poważniejszy problem i że rozmawiały z kimś o tym problemie.

Najczęstszy rozmówcy, do których zwracają się uczniowie ze swoimi problemami to przyjaciele i rodzice. W dalszej kolejności inne osoby z rodziny lub pracownicy szkoły – nauczyciel, wychowawca, pedagog. Zwróćmy uwagę, że są to osoby z najbliższego otoczenia społecznego, które są łatwo dostępne. Nie są to profesjonaliści zajmujący się pomaganiem. Dla ochrony kondycji psychicznej milionów dzieci i nastolatków ten wymiar lokalnej, społecznej pomocy jest najważniejszy. Bo tylko miliony rodziców, przyjaciół, tylko setki tysięcy nauczycieli mogą uczynić zwykłe, codzienne wsparcie psychiczne prawdziwie dostępnym na masową skalę.

Wykres 38. Osoby, z którymi młodzież rozmawiała o trudności/ problemie (jesień 2022)

Wykres pokazuje też, że spora grupa uczniów korzystała z pomocy innej osoby dorosłej spoza szkoły, a niektórzy z anonimowego poradnictwa w formie telefonicznej lub elektronicznej. W wielu przypadkach będzie to wsparcie profesjonalne. Bardzo ważne, bardzo potrzebne, ale z definicji obejmujące mniejszość potrzebujących.

Ostatnie z trzech pytań dotyczy przydatności rozmowy w przeżywaniu lub rozwiązywaniu problemu.

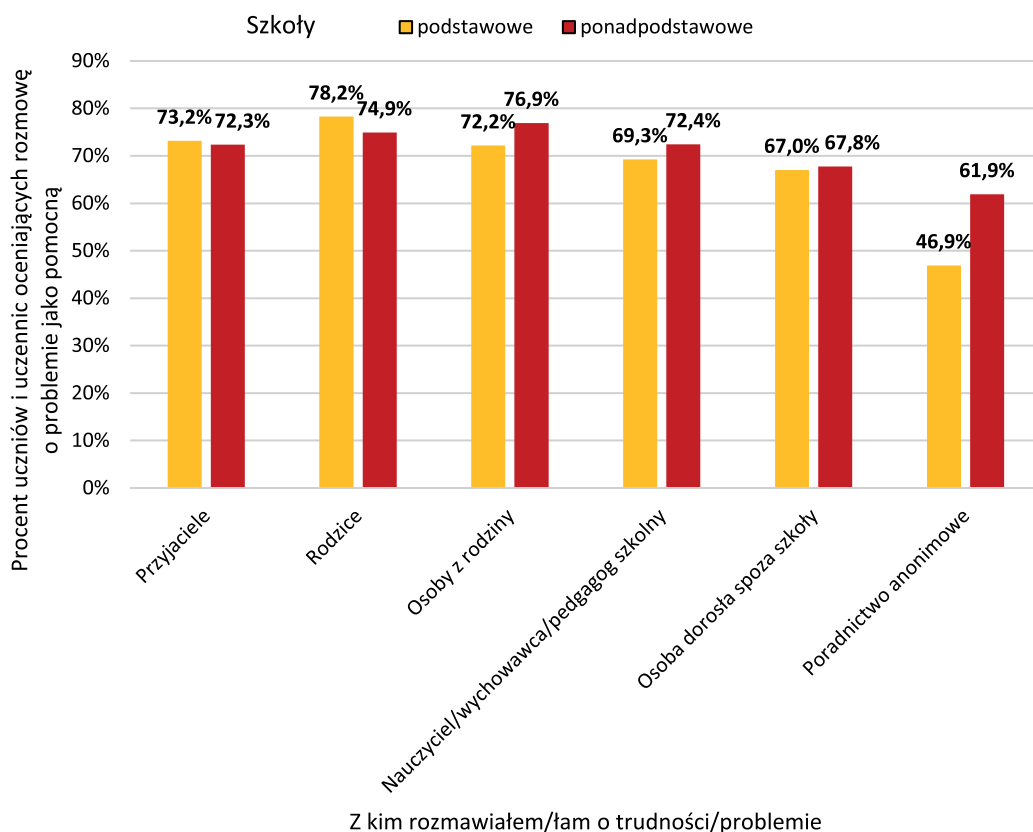
Wykres 39. Ocena przydatności rozmowy w przeżywaniu problemu przez młodzież (jesień 2022)

Niemal 2/3 badanej młodzieży uważało rozmowy o ich trudnościach za pomocne. Jednak nie mała część licząca ponad 1/3 uczniów nie uznała tych rozmów za przydatne. Porównując z danymi zebranymi we wcześniejszych badaniach, wyniki z jesieni 2022 są niemal identyczne z tymi z wiosny 2022, natomiast przedstawiają się nieco gorzej niż te z jesieni 2021, kiedy to około 3/4 badanych uznało rozmowy za pomocne.

Pojawia się tu ważne pytanie jakie znaczenie dla pomocności rozmów ma rodzaj wspierającego rozmówcy. Czy pomoc rodziców jest bardziej efektywna niż nauczycieli? Czy efekty pomocy ze strony przyjaciół mogą być podobne jak ze strony dorosłych, czy też są znacznie niższe? Dla dokonania odpowiednich analiz potrzebna była większa próba niż ta z wiosny 2022, by uniknąć pewnej przypadkowości w wynikach uzyskiwanych dla rzadkich kategorii, takich jak np. osoba z telefonu zaufania lub anonimowego poradnictwa mailowego. Ponieważ na przestrzeni ostatniego roku dokonywano w tym zestawie pytań niewielkich zmian, obliczenia zostały przeprowadzone na największej jednorodnej grupie badanej z okresu od jesieni 2021 do 20 marca 2022. Z grupy badanej wyodrębniono osoby, które odpowiedziały, że miały poważniejszy problem w ostatnim miesiącu, a następnie odrzucono te, które stwierdziły, że nikomu o tym problemie nie mówiły. W ten sposób powstał zbiór danych liczących N=6565 uczniów.

Poniżej przedstawiamy wykres pokazujący pomocność rozmów w zależności od rozmówcy w podziale na uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Wykres 40. Procent osób, które oceniły, że rozmowa o problemie lub trudności była pomocna w zależności od rodzaju szkoły i grup osób, z którymi uczniowie i uczennice rozmawiały [N = 6565]



Na wykresie widzimy procenty skumulowanych odpowiedzi „raczej tak” i „zdecydowanie tak” na pytanie o pomocność rozmowy o problemie. Pierwsze, na co warto zwrócić uwagę, to wysoki odsetek pomocności rozmów z różnymi rozmówcami. **Aż około 70% uczniów i uczennic mających poważniejszy problem w ciągu ostatnich 30 dni pozytywnie oceniło pomocność rozmowy z przyjaciółmi, rodzicami, inną osobą z rodziny, nauczycielem/wychowawcą/pedagogiem lub inną osobą dorosłą spoza szkoły.** To bardzo ważna i bardzo dobra wiadomość dotycząca naturalnego systemu wsparcia w najbliższym otoczeniu uczniów. Dla większości wymienionych wyżej kategorii rozmówców wyniki były bardzo podobne w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych, a także wśród chłopców i dziewcząt.

Nieco słabiej oceniona jest pomocność anonimowych form pomocy telefonicznej i elektronicznej. W tej kategorii występuje widoczna różnica między wyższą oceną uczniów starszych (61,9%) i uczniów młodszych (46,9%). Nie jest to jednak powód do krytycznej oceny takich form pomocy, a raczej potwierdzenie naturalnych ograniczeń kontaktu elektronicznego czy telefonicznego. Właśnie po to organizuje się takie drogi pomocy, by wesprzeć osoby, które z jakiegoś powodu nie mogą lub nie chcą skorzystać z pomocy w formule bezpośredniej, nieanonimowej. Takie osoby stoją wobec alternatywy, jaką jest skorzystanie z pomocy na odległość lub brak jakiegokolwiek pomocy w ogóle.

Bardzo ciekawym wynikiem jest wysoka efektywność pomocy rówieśniczej, która płynie ze strony przyjaciół. Jest to zarazem powszechna i skuteczna forma, oczywiście o ile wystarczającą miarą skuteczności może być subiektywna ocena osoby, która o pomoc poprosiła. Wiedzę tę można wykorzystać w wychowaniu i profilaktyce zachęcając nastolatków do rozglądania się wokół i czuwania czy ktoś przypadkiem nie potrzebuje wsparcia, rozmowy, zainteresowania. W suicydologii coraz więcej mówi się o znaczeniu reagowania, wsparcia i profilaktyki, której źródłem są rówieśnicy. To oni często potrafią zobaczyć problem przed dorosłymi. To oni potrafią dotrzeć do kolegi, koleżanki takimi drogami kontaktu, które mogą być nieosiągalne dla dorosłych. Nie muszą i często nie powinni być ostatnim, docelowym ogniwem wsparcia, ale mogą być tym pierwszym.

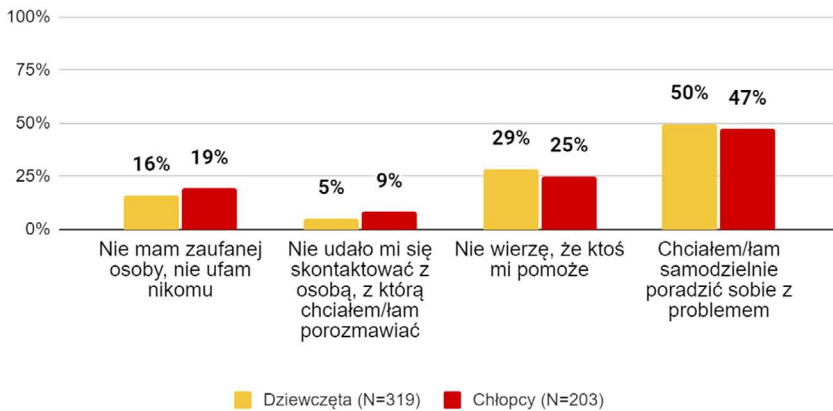
Podsumowując omówienie wykresu warto podkreślić, że **do pomocy powinni być gotowi wszyscy – od rodziców i przyjaciół, poprzez babcie i dziadków, nauczycieli i wychowawców, aż po trenerów sportowych, osoby duchowne czy osób prowadzących zajęcia pozaszkolne.** W trudnych i pełnych zmian czasach trzeba mieć oczy szeroko otwarte i nie lekceważyć niepokojących sygnałów, lecz podejmować działanie.

W kolejnych badaniach na przestrzeni lat widzieliśmy stosunkowo wysoki odsetek uczniów, którzy nikomu nie mówią o przeżywanym problemach. Z tego względu od jesieni 2022 dodane zostało pytanie o przyczyny niepodejmowania takich rozmów.

Najczęściej, bo przez niemal 50% spośród tych, którzy nikomu się nie zwierzyli, wskazywana była chęć samodzielnego poradzenia sobie z problemem. Jeśli problem nie był naprawdę duży, próba samodzielnego poradzenia sobie jest całkiem dobrym rozwiązaniem. Może być dobrym rozwiązaniem także, gdy problem jest poważniejszy, ale pod warunkiem, że osoba, która go przeżywa ma w sobie gotowość do zwrócenia o pomoc w razie fiaska własnych prób rozwiązania. Jest prawdopodobne, że w przypadku znacznej części osób

„chcących samodzielnie poradzić sobie z problemem” ich podejście wynika ze szkodliwego przekonania młodych ludzi (występującego także wśród dorosłych), że prośenie o pomoc jest oznaką słabości lub że nie warto zwracać głowy innym swoimi problemami. Może stać za tym lęk przed wyśmianiem lub odrzuceniem. Może być to powiązane ze szkodliwym wyobrażeniem młodych ludzi, że prośenie o pomoc jest dziecinne, a ktoś, kto staje się dorosły, powinien być całkiem niezależny i radzić sobie sam. Pomijając możliwe przyczyny tego syndromu “Zosi- samosi”, jest to zjawisko, nad którym warto pochylić się w pracy wychowawczej i profilaktycznej. Można to robić chociażby podając przykłady sytuacji, w których ja sama/ sam (wychowawca, nauczyciel, trener programu profilaktycznego) potrzebowałem pomocy, poprosiłem o nią i okazało się to pomocne. W ten i inne sposoby warto włączać umiejętność prośenia o pomoc i korzystania z pomocy do kanonu wyobrażeń młodzieży o dorosłości i dojrzałości.

Wykres 41. Powody niepodjęcia rozmów o problemach przez młodzież



Drugim najczęstszym powodem nieujawniania przeżywania problemów jest niewiara uczniów w to, że ktoś im pomoże. Kolejnym jest brak zaufanej osoby lub generalny brak zaufania do innych. Najrzadszą przyczyną są „trudności techniczne”, czyli to, że nie udało się skontaktować z wybraną osobą.

Podsumowując, zachęcanie młodych do korzystania ze wsparcia w trudnych chwilach, rozprawianie się z przekonaniem stojącym za niechęcią do ujawniania swoich problemów, a także dodawanie wiary w sensowność szukania wsparcia, to ważna przestrzeń do pracy wychowawców, szkolnych specjalistów i profilaktyków.

1.1.2.7. Różnice między szkołami w kondycji psychicznej uczniów i czynniki z nimi powiązane (badania 2021/2022)

W prawie wszystkich analizach tego raportu indeks kondycji psychicznej był liczony indywidualnie. Jednostką analizy była osoba badana.

W tym podrozdziale odchodzimy od tej reguły, by pokazać obliczenia, w których jednostką analizy jest szkoła, a analizowane zmienne to średnie dla szkoły. Badania objęły na tyle dużą liczbę szkół, że możliwe jest potraktowanie szkoły jako jednostki analizy. Z dwóch powodów trzeba było wykluczyć z obliczeń szkoły ze zbyt małą liczbą osób badanych. Po pierwsze, groziłoby to uzyskaniem wyników przypadkowych i niemiarodajnych. Orzekanie czegokolwiek o społeczności na podstawie bardzo niewielkiej reprezentacji tej społeczności tworzy tak duży margines błędu, że obliczenia nie miałyby wartości. Po drugie, jeśli chcemy coś mówić na temat szkoły, a nie na temat klasy szkolnej, to musimy mieć liczbę badanych odpowiadającą co najmniej dwom klasom. Dlatego przyjęto jako minimum liczbę 50 uczniów. Szkół badanych w roku szkolnym 2021/2022, w których było co najmniej 50 badanych uczniów było 193 – wciąż wystarczająco dużo, by móc wykonać interesujące nas analizy.

Sens przeprowadzenia obliczeń dla szkół wynika stąd, że społeczności szkolne nie są zbiorem całkowicie niezależnych jednostek. Przecież uczniowie wpływają na siebie nawzajem, a atmosferę szkoły tworzą wspólnie uczniowie, rodzice i nauczyciele. I ta atmosfera może mieć jakieś odzwierciedlenie w średnim indeksie kondycji psychicznej dla szkoły. Oczywiście wiemy, że o lepszej czy gorszej atmosferze w szkole mogą decydować nawet pojedyncze osoby o dużym wpływie – np. bardzo zaangażowany i lubiany dyrektor, albo kilkusobowy „gang” starszych uczniów budzących strach wśród rówieśników i młodszych. Znaczenia tego typu czynników w naszych badaniach nie jesteśmy w stanie wychwycić. Ogranicza nas przyjęty zbiór zmiennych. Przeprowadzone obliczenia mogą zatem dać interesujące i wartościowe wyniki, ale zarazem bardzo ważne czynniki wpływające na różnice między średnią kondycją psychiczną uczniów liczoną dla szkół mogą pozostać niewykryte.

Generalnie, od strony statystycznej obliczenia dokonywane na średnich dla grup osób mają wiele mankamentów. Analizy te postanowiliśmy potraktować jako formę eksploracji. Uzyskane wyniki będą o tyle wartościowe, o ile da się je logicznie włączyć w całokształt przeprowadzonych obliczeń i całokształt zdobytej wiedzy o respondentach badań. Warto się tym wynikiem przyrzec, ale zarazem zachować do nich dystans. Są one bardziej inspiracją dla dalszych badań niż podstawą do rozstrzygających wyjaśnień.

Poniższy wykres pokazuje **zróznicowanie szkół pod względem średniego indeksu kondycji psychicznej uczniów**. Skala teoretycznie możliwych odpowiedzi rozciągała się od 1 do 5. Średni wynik „1” otrzymałaby szkoła, której wszyscy uczniowie oceniliby zarówno swoje samopoczucie, jak i swoje radzenie psychiczne jako zdecydowanie złe. Średni wynik „5” otrzymałaby szkoła, której wszyscy uczniowie dla obu składowych indeksu kondycji psychicznej odpowiedzieliby „zdecydowanie dobrze”.

Zróznicowanie między szkołami, które widzimy na wykresie jest dość duże. Są takie szkoły, które osiągają wynik „4” lub bliski „4”, a są też takie, które mają wynik „3” lub niższy. Istnienie wyraźnych różnic dla średniej kondycji psychicznej w szkołach sprawia, że logiczne jest pójście o krok dalej i sprawdzenie, jakie czynniki wiążą się z niższą, a jakie z wyższą średnią kondycją psychiczną szkoły. Aby dokonać takich obliczeń, trzeba było dla wszystkich zmiennych niezależnych uwzględnionych w analizach utworzyć wskaźniki oparte na średnich dla szkół.

Wykres 42. Średnia indeksu kondycji psychicznej liczona dla szkół
[N=193 szkoły z liczbą co najmniej 50 badanych uczniów]

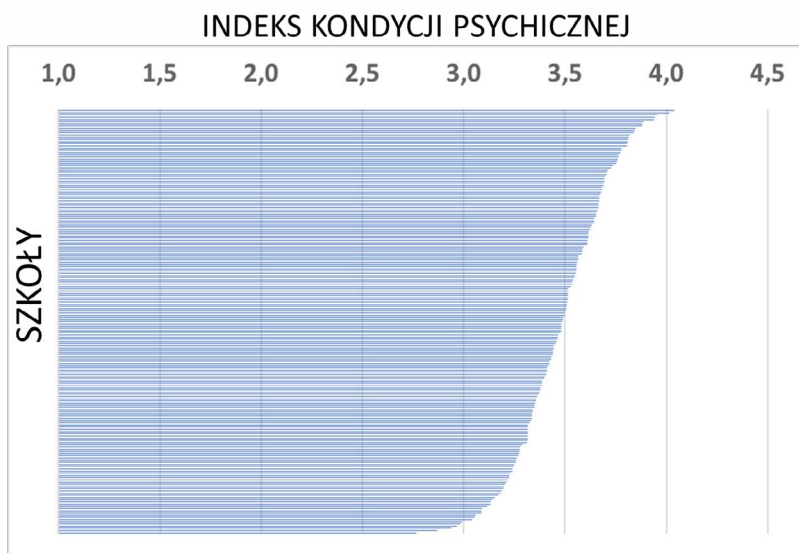


Tabela 6. Czynniki chroniące i czynniki ryzyka względem kondycji psychicznej liczonej dla szkół
[N=193 szkoły z liczbą co najmniej 50 badanych uczniów]

Czynniki chroniące – od najsilniejszych	Korelacja ze średnią kondycją psychiczną uczniów dla szkoły
Wystarczające wsparcie dorosłych przewodników w obecnej sytuacji	0,706
Wystarczające wsparcie przyjaciół/rówieśników w obecnej sytuacji	0,624
Poczucie bezpieczeństwa w klasie	0,431
Nauczanie hybrydowe lub zdalne, ale nie stacjonarne	0,402
Posiadanie przyjaciela/przyjaciół	0,380
Znaczenie wiary/religii w życiu	0,371
Akceptacja w klasie	0,364
Posiadanie nauczyciela, któremu osobiście wiele zawdzięczam w obecnej szkole	0,337
Poczucie wsparcia ze strony klasy	0,305
Atmosfera życzliwości w klasie	0,170
Czynniki ryzyka – od najłagodniejszych	
Bycie sprawcą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni	-0,233
Bycie ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni	-0,277
Bycie uczniem szkoły ponadpodstawowej, a nie podstawowej	-0,305
Przebywanie w rówieśniczym towarzystwie narkotykowym w okresie ostatnich 30 dni	-0,360
Przebywanie w rówieśniczym towarzystwie palącym papierosy w okresie ostatnich 30 dni	-0,378
Przebywanie w rówieśniczym towarzystwie alkoholowym w okresie ostatnich 30 dni	-0,396
Częste odczuwanie stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu	-0,505

Wszystkie korelacje zawarte w tabeli były liczone za pomocą współczynnika korelacji r Pearsona i wszystkie są istotne statystycznie, gdzie $p < 0,01$ (z wyjątkiem zmiennej „atmosfera życzliwości w klasie”, gdzie poziom istotności był nieco słabszy $p < 0,05$). Wszystkie zmienne w tabeli pochodzą z kwestionariusza dla uczniów. Nie włączono do obliczeń zmiennych z kwestionariuszy dla rodziców i nauczycieli, gdyż wymagałoby to dodatkowej pracy na zbiorze danych, która nie mieściła się w ramach możliwych do realizacji w przyjętym terminie.

Interesujące jest to, że dla wielu zmiennych uzyskano naprawdę wysokie (jak na realia badań społecznych) korelacje. W jakich zatem szkołach kondycja psychiczna uczniów jest lepsza, a w jakich gorsza? Czego dowiadujemy się z przeprowadzonych obliczeń?

Zacznijmy od czynników najbardziej ogólnych, chociaż nie najsilniejszych:

- **W szkołach podstawowych obserwujemy wyższą średnią indeksu kondycji psychicznej uczniów niż w szkołach ponadpodstawowych.** Zależność jest całkiem silna ($r=0,305$).
- **W szkołach, w których w trakcie badania uczniowie byli na nauczaniu zdalnym lub hybrydowym średnia kondycja psychiczna uczniów była wyraźnie wyższa niż w szkołach funkcjonujących stacjonarnie ($r=0,402$).**

Te wyniki są spójne z przedstawionymi wcześniej. Wiemy już, że problemem dla uczniów nie jest ani nauczanie zdalne, ani stacjonarne, ani hybrydowe. Problem są zmiany trybu nauczania i trudności w adaptacji, których silniej doświadcza część uczniów. Jeśli ci uczniowie otrzymają wsparcie, poradzą sobie. Jeśli wsparcia nie będzie lub będzie niewystarczające, będą coraz bardziej sfrustrowani i zagubieni przy kolejnych zmianach trybu nauczania. Można tu użyć metafory narciarskiego slalomu, w której kolejne, trudne zakręty trzeba pokonać na dużej prędkości. Zakrętem jest zmiana trybu funkcjonowania szkoły. Osoby, którym trudniej się adaptować do zmian i które nie otrzymują wsparcia mogą wypaść już na pierwszym zakręcie. Jeśli szczęśliwie uda im się go pokonać, grozi im wypadnięcie na drugim lub trzecim. I nawet jeśli nie wypadną na żadnym z tych trzech, będą żyli w zwiększonej obawie przed kolejnymi.

Pozostałe czynniki warto omówić grupami oraz według siły ich oddziaływania.

- **Czynnikami bardzo silnie powiązаныmi z dobrą kondycją psychiczną uczniów w szkole jest wsparcie dorosłych przewodników ($r=0,706$) oraz wsparcie przyjaciół i rówieśników ($r=0,624$).** W szkołach, gdzie uczniowie powszechnie postrzegają to wsparcie jako wystarczające, kondycja psychiczna uczniów jest znacznie lepsza niż w innych szkołach. Trzeba jednak pamiętać, że źródłem wsparcia nie jest sama szkoła, ale także rodzina i przyjaciele spoza szkoły.

W tym miejscu trzeba zaznaczyć, że do obliczeń na średnich dla szkół nie zostały włączone liczne wskaźniki związane ze zmianami trybu nauczania. O tym, jak ważna jest ta grupa zmiennych dowiedzieliśmy się wystarczająco dużo z wcześniejszych obliczeń.

- **Najliczniejsza grupa uwzględnionych w obliczeniach czynników chroniących, które sprzyjają lepszej średniej kondycji psychicznej dla szkoły wiąże się z relacjami uczniów z innymi – głównie relacjami wewnątrz szkoły. Średni indeks kondycji psychicznej uczniów jest wyższy w szkołach, w których więcej uczniów czuje się bezpiecznym w klasie ($r=0,431$), czuje się akceptowanych w klasie ($r=0,364$), czuje wsparcie ze**

strony klasy ($r=0,305$), doświadcza atmosfery życzliwości w klasie ($r=0,170$), więcej uczniów ma przyjaciół ($r=0,380$) i więcej uczniów deklaruje, że w ich aktualnej szkole ma takiego nauczyciela, któremu wiele zawdzięcza w wymiarze osobistym (który pomógł, dodał wiary w siebie, nauczył czegoś ważnego o życiu) ($r=0,337$)

- **Wyraźnie lepsza średnia indeksu kondycji psychicznej jest w szkołach, w których wyższy jest odsetek uczniów deklarujących, że wiara/religia mają w ich życiu znaczenie ($r=0,371$).**
- **Najsilniejszym czynnikiem ryzyka niskiego indeksu kondycji psychicznej dla szkoły jest średni poziom odczuwania stresu z powodu obowiązków szkolnych ($r=-0,505$).** W tych szkołach, gdzie w ostatnim tygodniu uczniowie najczęściej odczuwali stres na tym tle, szkolna średnia indeksu kondycji psychicznej jest najniższa. Wskazuje to na ogromną potrzebę działań redukujących stres, pomagających w rozładowaniu stresu i w radzeniu sobie z nim. Słusznie postępują szkoły, w których pierwsze dni po powrocie do nauki stacjonarnej są wypełnione zajęciami integracyjnymi, rozluźniającymi, zwykłymi grami, zabawami czy spacerami. Na dłuższą metę takie podejście dużo bardziej popłaca niż natychmiastowe gonienie uczniów do nauki, które pogłębi stres u tych, którzy źle się adaptują do zmian i spowoduje dalsze obniżenie ich kondycji psychicznej oraz pogłębienie problemów z nauką.
- **Najliczniejsza grupa czynników ryzyka związanych z niższym indeksem kondycji psychicznej dla szkoły dotyczy różnego rodzaju zachowań ryzykownych. Niższa średnia kondycji psychicznej jest w szkołach, w których więcej uczniów przebywało w ciągu ostatnich 30 dni w rówieśniczym towarzystwie alkoholowym ($r=-0,396$), palącym papierosy ($r=-0,378$), narkotykowym ($r=-0,360$), a także, gdzie więcej jest uczniów będących ofiarami cyberprzemocy ($r=-0,277$) i jej sprawcami ($r=-0,233$).**

Wyniki obliczone na średnich dla szkół są spójne z wynikami analiz prowadzonych dla pojedynczych osób badanych, jako jednostek analizy. Są one spójne także z wiedzą naukową i zdrowym rozsądkiem. Przy interpretacji tych danych trzeba jednak pamiętać, że dużą rolę mogą odgrywać zmienne, których w tych obliczeniach nie uwzględniliśmy – choćby takie jak wielkość szkoły czy wielkość miejscowości. Zrozumienie roli tego typu zmiennych socjodemograficznych jest ważne z punktu widzenia nauki, natomiast nieco mniej istotne z punktu widzenia profilaktyki. W profilaktyce najważniejsze jest odkrywanie zależności w takich obszarach, na które można mieć wpływ. Na wielkość miejscowości wpływu nie mamy, ale na atmosferę w klasie czy na jakość wsparcia wpływ mieć możemy.

Przedstawione tu wyniki badań są przyczynkiem do wiedzy o szkole jako środowisku społecznym sprzyjającym odporności psychicznej uczniów. Wiedza już zdobyta może być stosowana w praktyce i wykorzystana do planowania działań wychowawczych i profilaktycznych. Jednocześnie potrzebne są dalsze badania w tym obszarze.

1.1.2.8. Korelacje kondycji psychicznej uczniów ze wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli (2021/2022)

W „Szkolnej inicjatywie profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” brały udział całe środowiska szkolne – uczniowie, rodzice i nauczyciele. Wszystkie te trzy podstawowe człony środowiska

szkolnego były objęte badaniami. Dysponujemy zatem danymi pozwalającymi na sprawdzenie czy słabsza lub lepsza kondycja psychiczna uczniów w danej szkole wiąże się w jakiś sposób z odpowiedziami nauczycieli lub rodziców z tej szkoły. W badaniach zależało nam na anonimowości i bezpieczeństwie. Nie zawarliśmy w nich żadnych kodów umożliwiających łączenie rodzica z dzieckiem czy nauczyciela z określoną klasą. Jest to istotne ograniczenie, które sprawia, że trudno oczekiwać bardzo silnych korelacji. W końcu będziemy zestawiać ogólne wskaźniki kondycji psychicznej wszystkich uczniów z danej szkoły (z różnych klas, a często też z różnych poziomów klas) ze wskaźnikami indywidualnymi dla wszystkich nauczycieli z tej szkoły i rodziców z tej szkoły, którzy zechcieli wypełnić kwestionariusz. Jeśli więc w szkole jest klasa o bardzo dobrej kondycji psychicznej i klasa o bardzo słabej kondycji psychicznej, nasze obliczenia nie będą na to wrażliwe. Mimo wszystko podjęliśmy próbę wykrycia tych korelacji i dzielimy się jej wynikami. Nawet jeśli związki okażą się słabe, mogą dać istotną pomoc w rozumieniu wewnętrznej dynamiki środowisk szkolnych.

Zacznijmy od nauczycieli. Analizy przeprowadzono na grupie $N=4321$ nauczycieli szkół podstawowych i $N=2172$ nauczycieli ze szkół ponadpodstawowych, czyli łącznie na grupie **$N=6493$ nauczycieli**. Sprawdzano korelacje zmiennych z kwestionariusza dla nauczycieli z danej szkoły z dwoma liczbami – odsetkiem uczniów o słabej kondycji psychicznej w tej szkole i odsetkiem uczniów o dobrej kondycji psychicznej w tej szkole.

Analizy wykonane dla **szkół podstawowych** nie pokazały prawie żadnych godnych uwagi związków. Były dwa wyjątki od tej reguły.

Po pierwsze, nauczyciele ze szkół, w których kondycja psychiczna uczniów jest generalnie słabsza, mieli więcej obaw co do tego jak szkoła sobie poradzi z przyjmowaniem uchodźców z Ukrainy. Chodziło tu np. o trudności związane z przeładowaniem klas i pogorszeniem warunków dydaktyczno-wychowawczych w szkole (korelacje „r Pearsona” rzędu 0,15–0,20). Efekt ten można dość łatwo wyjaśnić: nauczyciele, którzy widzą już w danym momencie słabszą kondycję psychiczną uczniów obawiają się, że nowy czynnik – liczne przybycie uchodźców – może ją pogorszyć.

Po drugie, nauczyciele ze szkół podstawowych, w których jest więcej uczniów o słabej kondycji psychicznej częściej wskazują na potrzebę „zwiększenia czasu na opiekę wychowawczo-pedagogiczną nad uczniami” jako proponowane działanie do podjęcia przez nauczycieli ($r = 0,104$). Również i ten efekt jest logiczny i zrozumiały.

Ciekawe jednak, że efektów uzyskanych w obliczeniach dla **szkół ponadpodstawowych** było o wiele więcej.

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną w poszczególnych szkołach ponadpodstawowych, a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli z tych samych szkół ponadpodstawowych. Korelacje o wartości powyżej 0,10 wyróżniono za pomocą pogrubienia. **Na czerwono** wyróżniono zmienne, które można zakwalifikować merytorycznie jako czynniki ryzyka, a **na zielono** te, które można uznać za czynniki chroniące. **Żółtym markerem** zaznaczono efekty, które są zaskakujące, chociaż jak się wydaje po chwili refleksji, całkiem logiczne.

Tabela 7. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród nauczycieli w tych samych szkołach ponadpodstawowych

Kategoria wskaźnika	Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli	Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
Zmiany trybu	Wystąpienie trudności z ponownym przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,124	-0,068
Zmiany trybu	Trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	-0,113	0,124
Zmiany trybu	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,079	-0,105
Zmiany trybu	Zła kondycja psychiczna uczniów w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,136	-0,109
Zmiany trybu	Zła kondycja psychiczna uczniów w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,157	-0,123
Zmiany trybu	Rozregulowanie rytmu dnia w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,106	-0,085
Zmiany trybu	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,137	-0,162
Tryb stacjonarny	Trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole podczas nauki stacjonarnej	-0,096	0,139
Tryb stacjonarny	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych podczas nauki stacjonarnej	0,100	-0,106
Tryb stacjonarny	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki stacjonarnej	0,172	-0,081
Tryb zdalny	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,138	-0,118
Tryb zdalny	Rozregulowanie rytmu dnia podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,104	-0,076
Tryb zdalny	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,090	-0,121
Ogólne	Obawa, że uczniowie nie podołają obowiązkom szkolnym	0,106	-
Tryb zdalny	Postulowana nauka sposobów radzenia sobie ze stresem jako elementu pomocnego dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie	0,122	-0,166
Tryb zdalny	Postulowana nauka jak sobie radzić z ilością czasu spędzanego przed komputerem jako elementu pomocnego dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie	0,103	-0,116
Ogólne	Zaangażowanie rodziców w pomoc innym organizowaną w szkole jako pozytywna rzecz w relacjach z rodzicami	0,112	-0,085
Zmiany trybu	Przewidywanie złej kondycji psychicznej uczniów w związku z powrotem z nauki zdalnej do stacjonarnej	0,156	-0,122
Zmiany trybu	Wdrażanie uczniów do nauki stacjonarnej i integrowanie zespołów klasowych po nauczaniu zdalnym zgłaszane jako duża uciążliwość	0,106	-0,072
Tryb zdalny	Trudności techniczne – niewystarczający dostęp do komputera, Internetu lub nie w pełni sprawny sprzęt zgłaszane jako duża uciążliwość	0,107	-0,149

Wszystkie korelacje w tabeli są istotne statystycznie, co przy tak dużej grupie badanej jest raczej oczywiste. Nie są wysokie, ale nie spodziewamy się wysokich wartości współczynnika z uwagi na fakt, że nie korelujemy wartości różnych zmiennych w ramach odpowiedzi tej samej osoby, lecz ogólny obraz kondycji psychicznej uzyskany z odpowiedzi uczniów danej szkoły z indywidualnymi odpowiedziami nauczycieli z tej szkoły. Przy tego typu obliczeniu korelacje „r” rzędu = 0,10–0,20 można uznać za całkiem wyraźne.

To, co najbardziej uderza w tabeli, to duża liczba korelacji dla zmiennych z kategorii „zmiana trybu nauczania”. Nauczyciele szkół ponadpodstawowych diagnozują bardzo trafnie sytuację uczniów, jeśli wziąć pod uwagę to, co o czynnikach ryzyka słabej kondycji psychicznej wiemy z odpowiedzi samych uczniów. Uzyskujemy tu kolejne potwierdzenie obserwacji, że **problemem nie jest sam tryb nauczania, ale zmiany trybu nauczania i trudności w przystosowaniu się do nich**.

W szkołach funkcjonujących w trybie zdalnym, nauczyciele, którzy widzą w swojej szkole większy problem ze słabą kondycją psychiczną uczniów, słusznie wskazują na potrzebę uczenia uczniów „sposobów radzenia sobie ze stresem jako elementu pomocnego dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie” oraz umiejętności „radzenia sobie z ilością czasu spędzanego przed komputerem jako elementu pomocnego dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie”. Jednocześnie w szkołach, gdzie kondycja uczniów jest słabsza, nauczyciele częściej doceniają zaangażowanie rodziców w „organizowaną przez szkołę pomoc innym” jako pozytywny element swojej relacji z rodzicami.

Dwa efekty oznaczone na żółto jako zaskakujące wymagają odrębnego komentarza. Aby je dobrze zrozumieć, trzeba zwrócić uwagę na znak uzyskanej w obliczeniach korelacji. Okazuje się, że w szkołach ponadpodstawowych, których nauczyciele dostrzegają więcej „trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole w związku z powrotem do nauki stacjonarnej” jest mniej uczniów o słabej kondycji psychicznej i więcej uczniów o dobrej kondycji psychicznej. To samo zjawisko dotyczy wskazywanych przez nauczycieli „trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole podczas nauki stacjonarnej”. Co to tak naprawdę znaczy? Używając potocznego języka można z pewną dozą humoru powiedzieć, że „**łobuzowanie” (w pewnej, znośnej dawce) jest oznaką lepszej kondycji psychicznej**. Uczniowie są albo żywi i trochę nieposłuszni, albo nie łamią żadnych zasad zachowania, bo są w apatii i źle się mają. Nie przypadkiem tak silną cechą słabej kondycji psychicznej w okresie epidemii stał się „brak energii”. Efekt, który tu obserwujemy przypomina trochę to, co przeżywają czasem rodzice dziecka wychodzącego z choroby. Cieszą się, że dziecko zrobiło psikusa, bo widzą, że wróciła energia życiowa i już naprawdę zdrowieje.

I.1.2.9. Korelacje kondycji psychicznej uczniów ze wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców (2021/2022)

Analizy przeprowadzono na zbiorze N = 11 717 rodziców, w tym N = 8918 rodziców uczniów szkół podstawowych i N = 2799 rodziców szkół ponadpodstawowych. Sprawdzano korelacje zmiennych z kwestionariusza dla rodziców z danej szkoły z dwoma liczbami – odsetkiem uczniów o słabej kondycji psychicznej w tej szkole i odsetkiem uczniów o dobrej kondycji psychicznej w tej szkole. W poniższej tabeli przedstawiono korelacje pomiędzy proporcją uczniów **szkół**

podstawowych ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną w poszczególnych szkołach a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców z tych szkół. Kolory mają to samo znaczenie co w tabelach odnoszących się do nauczycieli. Pogrubieniem wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Tabela 8. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród rodziców w tych samych szkołach podstawowych

Kategoria wskaźnika	Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców szkół podstawowych	Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
Potrzeba wsparcia	Korzystanie z płatnego korepetytora	0,102	-0,080
Obawy	Obawy rodziców o możliwość uzależnienia dziecka/dzieci od Internetu	0,110	-0,054

W szkołach podstawowych podobnie jak w przypadku nauczycieli, tak i w przypadku rodziców korelacje są nieliczne. Gorsza kondycja psychiczna w szkole wiąże się z wyższym odsetkiem rodziców, którzy wskazują płatnego korepetytora, jako osobę udzielającą pomocy w nauce. Nie oznacza to, że korepetytorzy pogarszają stan psychiczny uczniów, lecz że są wzywani na pomoc tam, gdzie uczniowie nie radzą sobie w nauce. Patrząc na to od innej strony, w szkołach, w których więcej tych korepetytorów potrzeba, stan psychiczny młodzieży jest gorszy. Należy tylko mieć nadzieję, że kondycja psychiczna uczniów podniesie się, gdy, dzięki odpowiedniej pomocy korepetytorów, uczniowie poprawią się w nauce.

Większą ilość uczniów o słabej kondycji psychicznej obserwujemy też w szkołach podstawowych, w których rodzice mają szczególnie wysoki poziom obaw o uzależnienie dzieci od Internetu.

Znacznie więcej związków występuje w **szkołach ponadpodstawowych**. W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół ponadpodstawowych.

Tabela 9. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród rodziców w tych samych szkołach ponadpodstawowych

Kategoria wskaźnika	Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół ponadpodstawowych	Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
Tryb zdalny	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) jako trudność w związku z nauczaniem zdalnym	0,111	-0,090
Tryb zdalny	Rozregulowanie rytmu dnia w związku z nauczaniem on-line	0,104	-0,097
Tryb zdalny	Trudności w utrzymaniu przez dziecko dobrych relacji z koleżankami/kolegami w związku z nauczaniem online	0,095	-0,122
Zmiany trybu	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,123	-0,110

Kategoria wskaźnika	Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół ponadpodstawowych	Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
Tryb zdalny	Trudności w utrzymaniu przez dziecko dobrych relacji z koleżankami/kolegami w związku z nauczaniem online, której nie udało się przezwyciężyć z czasem	0,105	-0,061
Tryb zdalny	Pogorszenie kondycji psychicznej dziecka/dzieci w związku z nauczaniem on-line	0,116	-
Zmiany trybu	Trudność z powrotem do szkolnego rytmu w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,107	-0,102
Relacja nauczyciel-rodzic	Docenienie mojego dziecka jako pozytywne doświadczenie rodzica w kontakcie z nauczycielami w ostatnim czasie	-0,115	0,093

Szereg obserwacji rodziców z tych szkół ponadpodstawowych, w których kondycja psychiczna uczniów jest gorsza (więcej uczniów o słabej kondycji psychicznej i mniej o dobrej) koreluje z wynikami indeksu kondycji psychicznej uczniów z danej szkoły. **W szkołach o gorszych wskaźnikach stanu psychicznego uczniów rodzice wskazują na źródła trudności w problemach związanych z nauczaniem zdalnym oraz zmianami trybu nauczania.** Trudności te dotyczą zwłaszcza zmian rytmu funkcjonowania oraz relacji z koleżankami i kolegami.

Okazuje się też, że **w szkołach z wyższym odsetkiem rodziców, którzy usłyszeli od nauczyciela pochwałę swojego dziecka, kondycja psychiczna dzieci jest lepsza.** Możliwe są dwa źródła tego efektu. Pozytywnie nastawieni i doceniający uczniów nauczyciele mogą skuteczniej wspierać kondycję psychiczną uczniów. I to wyjaśnienie wydaje się dość przekonujące. Z drugiej jednak strony tam, gdzie uczniowie są w lepszej formie psychicznej, okazji do pochwały może być również więcej, a zatem więcej chwalenia. Ale czy na pewno? Przecież wcześniej odnotowaliśmy, że nauczyciele dostrzegają częstsze łamanie zasad zachowania przez uczniów ze szkół, w których kondycja psychiczna jest lepsza. Jest więc prawdopodobne, że ilość pochwał nauczycielskich wynika bardziej ze sposobu pracy danego grona pedagogicznego niż z lepszego lub gorszego funkcjonowania uczniów. Znane są przecież przypadki wychowawców, którzy potrafią znajdować i doceniać wiele dobrych rzeczy u uczniów sprawiających szczególnie duże trudności dydaktyczne i wychowawcze.

I.1.3. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1:

Badania prowadzone w pierwszym roku epidemii COVID-19 pokazywały sukcesywnie pogarszanie się kondycji psychicznej młodzieży (wzrost liczby osób o słabej kondycji psychicznej i spadek liczby osób o dobrej kondycji psychicznej), po czym pozostaje ona na podobnym, obniżonym poziomie. W badaniach prowadzonych do końca 2022 nie widać poprawy sytuacji.

Dominujące odczucia, z jakimi wiąże się obniżona kondycja psychiczna to smutek, przygnębienie i brak energii. Utrzymujące się przez dłuższy czas poczucie braku energii jest szczególnie niekorzystne u młodych osób w okresie intensywnego rozwoju i może prowadzić do wystąpienia strat rozwojowych.

Mimo długiego okresu epidemii i wybuchu wojny na Ukrainie obawy uczniów dotyczące zdrowia, zagrożenia wojną, przybycia uchodźców i problemów ekonomicznych pozostają na bardzo niskim poziomie. Dominujące obawy dotyczą problemów ze szkołą, egzaminów i ogólnej niepewności co do przyszłości. Także podstawowe uciążliwości w życiu uczniów są związane z nauką i przeciążeniem materiałem szkolnym, a stres z nimi związany jest czynnikiem najsilniej korelującym ze słabą kondycją psychiczną.

Wniosek 2:

We wszystkich badaniach z lat 2020–2022 średnia kondycja psychiczna dziewcząt jest niższa niż chłopców. Jednocześnie, w badaniach z roku szkolnego 2021/2022, indeks kondycji psychicznej dziewcząt starszych, ze szkół ponadpodstawowych, jest wyraźnie niższy niż dziewcząt młodszych, ze szkół podstawowych.

Wniosek dotyczący różnicy między dziewczętami a chłopcami jest spójny z obrazem powtarzającym się w wielu badaniach prowadzonych na przestrzeni lat przez różne pracownie. Wśród dziewcząt obserwowane są wyraźnie wyższe wskaźniki depresyjności i myśli samobójczych niż wśród chłopców.

Wniosek 3:

Niezależnie od wydarzeń składających się na niestabilność zewnętrznego świata, najszerza grupa wykrytych czynników ryzyka słabej kondycji psychicznej młodzieży jest związana z osiągnięciami szkolnymi, stresem szkolnym, zaległościami w nauce i trudnościami w ich przewyciężeniu.

W świetle wyników badań prowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli bardzo ważnym czynnikiem obniżającym kondycję psychiczną młodzieży były zmiany trybu funkcjonowania i trybu nauczania. O ile sam fakt izolacji i przebywania na zdalnym nauczaniu nie wiązał się z pogorszeniem średniej kondycji psychicznej uczniów, to kilkakrotne przechodzenie z trybu stacjonarnego na zdalny i odwrotnie spowodowało szereg problemów u uczniów mających trudności w adaptacji do tych zmian.

Jeden z obserwowanych w badaniach mechanizmów polega na sprzężeniu zwrotnym pomiędzy słabą kondycją psychiczną a zaległościami w nauce. Im większe zaległości w nauce u uczniów gorzej się adaptujących do zmian trybu nauczania, tym gorsza ich kondycja psychiczna. Im gorsza ich kondycja psychiczna, tym trudniej im się uczyć i zaległości się pogłębiają.

Według doniesień psychiatrów i suicydologów inni uczniowie mieli największe problemy w okresach nauczania zdalnego, a inni w okresach powrotu do nauczania stacjonarnego. Osoby, które do dobrego funkcjonowania potrzebują intensywnego kontaktu z rówieśnikami źle znosiły izolację i nauczanie zdalne. Osoby lękowe traktowały czas izolacji jako wytchnienie od

zagrożających kontaktów z rówieśnikami, doświadczając kryzysów psychicznych po powrocie do nauczania stacjonarnego i intensywnych kontaktów z rówieśnikami.

Wyniki badań wskazują, że w najtrudniejszej sytuacji znaleźli się ci uczniowie, którzy nie potrafili przezwyciężyć poważnych problemów adaptacyjnych o własnych siłach, a jednocześnie nie otrzymali wystarczającego wsparcia najbliższego otoczenia.

Wniosek 4:

Istotną rolę odrywają dwie grupy czynników ryzyka obniżonej kondycji psychicznej młodzieży: czynniki związane z przemocą rówieśniczą i korzystaniem z Internetu. Indeks kondycji psychicznej jest niższy u uczniów deklarujących obawę przed przemocą rówieśniczą w szkole, bycie ofiarą cyberprzemocy oraz przemęczenie korzystaniem z komputera, smartfonu, Internetu.

Trzy powody przemocy rówieśniczej, które według badań IPZIN są najczęściej wskazywane przez uczniów to wygląd, otyłość i niezdarność fizyczna. Wskazuje to na konkretną grupę uczniów szczególnie narażonych na przemoc rówieśniczą i wynikające z niej obniżenie kondycji psychicznej. Wiedza o tych powodach ma praktyczne znaczenie dla kierunkowania działań wychowawczych i profilaktycznych.

Wniosek 5:

Udowodnionym czynnikiem ryzyka obniżonej kondycji psychicznej nastolatków jest nerwowa atmosfera w domu. Znaczenie tego czynnika wzrasta w okresach izolacji i nauki zdalnej, gdy całe życie szkolne dziecka, a czasem także życie zawodowe kogoś z rodziców toczy się w domu.

W badaniach nad młodzieżą z reguły nie zadaje się pytań dotyczących przyczyn nerwowej atmosfery w domu. Niektóre mogą mieć charakter obiektywny, jak na przykład ciasnota, słaby dostęp do Internetu lub uciążliwe sąsiedztwo. Niektóre mogą wynikać z problemów osobistych kogoś z rodziców – problemy w pracy, problemy ze zdrowiem, ale także uzależnienie. Z pewnością nierzadkim powodem nerwowej atmosfery w domu mogą być napięcia i konflikty między rodzicami. W im większym stopniu rodzicom udaje się je rozwiązywać, tym lepiej dla dziecka i jego dobrostanu psychicznego. W sytuacji, gdy problemów między rodzicami nie udaje się rozwiązać samodzielnie, ważna jest ich gotowość do skorzystania z odpowiedniej pomocy, co może przynieść poprawę w ich relacji, ale także poprawę kondycji psychicznej ich dzieci.

Wniosek 6:

W świetle badań wpływ wybuchu wojny na Ukrainie na kondycję psychiczną młodzieży był silnie zróżnicowany i miał odmienną dynamikę w zależności od płci, wieku, regionu geograficznego i upływu czasu. Wyniki wskazują na to, że sam fakt trwania wojny w sąsiednim kraju ani przybicie uchodźców nie spowodowały negatywnych skutków psychicznych u młodzieży. Jednocześnie empatia wobec uchodźców i mobilizacja społeczna

skierowana na pomoc przyczyniły się do poprawy kondycji psychicznej niektórych grup młodzieży (zwłaszcza młodszych dziewcząt oraz mieszkańców ściany wschodniej).

Szczególnie dużą zmienność zaobserwowano wśród dziewcząt ze szkół podstawowych. W ich grupie po pierwszym szoku w pierwszym miesiącu wojny, gdy kondycja psychiczna wyraźnie się pogorszyła, w kolejnych miesiącach doszło do zdecydowanej poprawy (i to do poziomu wyższego niż przed wybuchem wojny). Podobnych zmian nie zaobserwowano wśród dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych.

W grupie chłopców w miesiącach po wybuchu wojny doszło do nieznacznego pogorszenia kondycji psychicznej w szkołach podstawowych, a umiarkowanej poprawy w szkołach ponadpodstawowych.

Wśród młodzieży z trzech województw ściany wschodniej (podlaskie, lubelskie, podkarpackie) okres kilku pierwszych miesięcy wojny wiązał się z poprawą kondycji psychicznej nie obserwowaną w pozostałej części kraju.

W całej grupie badanej wybuch wojny był związany z obniżeniem odsetka młodzieży odczuwającego „pogodę ducha” a zarazem ze wzrostem odsetka młodzieży odczuwającej „bliskość przyjaznych ludzi”.

Wniosek 7:

W wynikach badań prowadzonych od momentu wybuchu wojny na Ukrainie do końca roku 2022 nie widać żadnych sygnałów alarmowych, które by wskazywały na problemy związane z przyjmowaniem uchodźców z Ukrainy w polskich szkołach, mimo obecności uchodźców w 80% badanych szkół. Obawy na tym tle przeżywane przez uczniów, rodziców i nauczycieli od początku miały niski poziom, a dodatkowo malały wraz z upływem czasu. Biorąc pod uwagę ogromną skalę napływu uchodźców, można stwierdzić, że na przestrzeni pierwszego roku wojny akcja ich przyjmowania w szkołach nie wiązała się ze skutkami ubocznymi, które stanowiłyby dla gospodarzy nadmierne obciążenie.

Wyniki badań pokazują ponadto, że potrzeby uczniów dotyczące rozmów z dorosłymi o wojnie na Ukrainie, konsekwencjach wojny i przybyciu uchodźców były na bieżąco, spontanicznie zaspokajane przez rodziców i nauczycieli i nie powstała potrzeba organizowania jakichś szczególnych akcji w tym zakresie. Spontaniczna akcja przyjmowania uchodźców była powszechnym odruchem serca, miała charakter oddolny i spontaniczny, a jeśli wiązała się z trudami i niewygodami, to wytworzył się społeczny konsensus co do potrzeby ich akceptacji w imię pomocy ludziom ciężko doświadczonym przez los. Wyniki badań i wnioski z obserwacji tego, co działo się w szkołach po wybuchu wojny są zgodne.

Wniosek 8:

W świetle badań obniżona kondycja psychiczna jest czynnikiem sprzyjającym wzrostowi zachowań ryzykownych i problemowych. Dotyczy to m.in. korzystania z substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki, papierosy) oraz odwiedzania stron internetowych ze szkodliwymi treściami, które mogą uzależniać (pornografia, hazard, itp.).

Szereg wcześniejszych badań wskazywał na związek między depresyjnością młodzieży a podejmowaniem szeregu zachowań ryzykownych. Obecne badania potwierdzają taką zależność. Oznacza to, że wzmacnianie kondycji psychicznej młodzieży i zapobieganie jej obniżaniu może być traktowane jako jeden z istotnych celów profilaktyki zachowań ryzykownych i profilaktyki uzależnień.

Wniosek 9

(ogólny wniosek dotyczący czynników chroniących kondycję psychiczną młodzieży):

Jak pokazują wyniki badań, najważniejszym źródłem ochrony zdrowia psychicznego uczniów w zmieniającej się rzeczywistości (epidemia, zmiany trybu nauczania, wojna na Ukrainie, itp.) jest wielkość, jakość i dostępność sieci wsparcia. Najbliższe i najbardziej podstawowe elementy społecznej sieci wsparcia związane są z rodziną, rówieśnikami oraz nauczycielami i wychowawcami. Ważnym ogniwem tej sieci dla części młodzieży są źródła wsparcia związane z religią i wymiarem duchowym. Kolejnym ważnym, ale na ogół mniej dostępnym elementem sieci wsparcia są specjaliści z zakresu profilaktyki, pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrii.

Porównanie badań nad czynnikami chroniącymi prowadzonych w okresach względnej stabilności i spokoju (2010–2019) oraz w okresach silnej niestabilności i gwałtownych zmian (2020–2022) pokazują na kluczową rolę tych samych czynników. Co więcej, podobne lub wręcz te same czynniki zapobiegają podejmowaniu różnych zachowań ryzykownych i jednocześnie spełniają rolę chroniącą przed obniżaniem się kondycji psychicznej młodzieży. Większość tych kluczowych czynników jest związana z wielkością, jakością i dostępnością sieci wspierających relacji.

Wniosek 10:

Wyniki badań pokazują, że wsparcie uzyskane od dorosłych i rówieśników jest kluczowym czynnikiem ułatwiającym przezwycięzenie trudności adaptacyjnych związanych ze zmianami trybu nauczania. Trudności uczniów w adaptowaniu się do zmian trybu nauczania i stresy związane z nadrabianiem kumulujących się zaległości w nauce są, jak wiemy, bardzo ważnym czynnikiem ryzyka obniżania się kondycji psychicznej uczniów. U tych uczniów, którzy szybko przezwyciężyli trudności adaptacyjne, kondycja psychiczna równie szybko ulegała wyraźnej poprawie. Przezwycięzenie to często było możliwe dzięki wsparciu dorosłych i rówieśników.

Część uczniów nie przeżywała poważniejszych trudności adaptacyjnych, więc nie doświadczyła także pogorszenia kondycji psychicznej związanego ze zmianami trybu nauczania. Jednak ci uczniowie, którzy przeżywali trudności adaptacyjne, mogli je tym szybciej i pełniej przezwyciężyć, im lepsze wsparcie otrzymali od dorosłych i rówieśników z najbliższego otoczenia.

Z dużym prawdopodobieństwem można przyjąć, że powyżej opisana prawidłowość dotyczy nie tylko zmian związanych z trybem nauczania, ale wszelkich gwałtownych zmian, które mogą się pojawić we współczesnym, niestabilnym świecie. Trudności i problemy z adaptacją do nowych sytuacji kryzysowych i wywołanych przez nie zmian mogą być skutecznie

przewyciężone dzięki sprawnemu funkcjonowaniu sieci wsparcia dorosłych i rówieśników z najbliższego otoczenia. Ci uczniowie, którzy takie wsparcie otrzymają, ze znacznie mniejszym prawdopodobieństwem będą potrzebowali pomocy specjalistycznej odciążając tym samym wciąż mało wydolny system pomocy psychologicznej i psychiatrycznej.

Wniosek 11:

Wśród czynników chroniących młodzież przed obniżaniem kondycji psychicznej wyjątkową rolę odgrywają rodzice i ich wsparcie. Rodzice są dla dziecka najbliższymi i najważniejszymi dorosłymi. W świetle badań z lat 2020–2022 kondycja psychiczna jest lepsza u tych nastolatków, którzy wskazują swoich rodziców jako najważniejszych życiowych przewodników (rodzic-autorytet), którzy mają poczucie wysłuchania i zrozumienia w rozmowach z rodzicami o swoich problemach (rodzic-powiernik) oraz którzy często doświadczają różnych miłych, życzliwych gestów ze strony rodziców (rodzic okazujący miłość).

Wyniki badań z lat 2020–2022 współgrają z wynikami kolejnych badań z lat 2010–2019, które również wskazywały na szczególne i wyjątkowe znaczenie rodziców i ich wsparcia. Czynniki związane z rodzicami stanowią silną ochronę przed różnymi problemami i zachowaniami ryzykownymi młodzieży. Ich ważna rola w okresach spokoju i stabilności staje się jeszcze ważniejsza w okresach kryzysów i wstrząsów.

Wniosek 12:

Ważna grupa czynników chroniących młodzież przed obniżaniem się kondycji psychicznej jest związana ze wsparciem szerszej rodziny (rodzeństwo, dziadkowie, dalsza rodzina). W świetle badań z lat 2020–2022 wiemy, że trudności czasu epidemii i izolacji lepiej znosiła młodzież mająca rodzeństwo niż jedynacy, a nastolatkowie, którzy doświadczali miłych, życzliwych gestów ze szerszej rodziny mieli lepszą kondycję psychiczną niż ich rówieśnicy pozbawieni takich oznak miłości.

Dorosłymi z rodziny, których rola w sieci wsparcia nastolatka jest szczególnie ważna są babcie i dziadkowie. Wyniki badań wskazują przede wszystkim na ochronną rolę babci, która staje się kluczowa w sytuacji, gdy nastolatek nie może liczyć na rodziców. Wykryte w badaniach zjawisko, że spośród wszystkich osób z szerszej rodziny jedynie wsparcie babci jest w stanie skompensować brakujące oddziaływanie wychowawcze rodziców, zostało nazwane „efektem babci” (patrz: *Vademecum skutecznej profilaktyki*; IPZIN/ORE, 2015). Nie oznacza to, że inne osoby z rodziny takie, jak dziadek, ciocia, wujek, dorośli kuzyni nie mogą stanowić skutecznego wsparcia w indywidualnych przypadkach. Jednak na szerszą, społeczną skalę, jedynie wpływ babć jest na tyle silny i zarazem pozytywny, że uwidacznia się w postaci istotnych statystycznie efektów ochronnych dotyczących różnych problemów i zachowań ryzykownych młodzieży.

Wniosek 13:

Nauczyciele i wychowawcy są bardzo ważnym ogniwem sieci wsparcia uczniów, a ich rola w ochronie dobrostanu psychicznego młodzieży jest potwierdzona przez wyniki badań.

Lepszą kondycję psychiczną mają uczniowie, którzy doświadczyli w ostatnim czasie miłych, życzliwych gestów ze strony nauczycieli oraz którzy relacjonują, że jest w ich życiu nauczyciel, wychowawca, któremu wiele zawdzięczają w wymiarze osobistym (który im pomógł, dodał wiary w siebie, nauczył czegoś ważnego o życiu). Ponadto lepszą kondycję psychiczną mają uczniowie, których rodzice usłyszeli od nauczyciela słowa doceniające ich dziecko.

W polskim systemie edukacji od wielu dekad brakuje równowagi pomiędzy kształceniem a wychowaniem na niekorzyść tego drugiego. Tym ważniejszy jest fakt, że wyniki badań potwierdzają owoce pracy tych nauczycieli i wychowawców, którzy pełniej podejmują realizację zadań wychowawczych oraz związanych z troską o kondycję psychiczną uczniów. Wspierający wpływ wychowawcy może mieć zarówno charakter bezpośredni, jak i pośredni – na przykład, gdy docenia on starania dziecka i wyraża to w kontakcie z rodzicem.

Wniosek 14:

Wyniki badań dowodzą, że ważnym a jednocześnie często łatwo dostępnym elementem sieci wsparcia nastolatka są rówieśnicy z jego najbliższego otoczenia. Według badań lepszą kondycję psychiczną mają ci uczniowie, którzy posiadają gęstszą sieć kontaktów społecznych z przyjaciółmi i rówieśnikami, którzy czują się wspierani przez swoich rówieśników, którzy czują się akceptowani w klasie, a klasę opisują jako życzliwą. Ponadto na stan kondycji psychicznej pozytywnie wpływa doświadczanie różnych miłych gestów ze strony kolegów i koleżanek z klasy. Badania pokazują, że gdy nastolatek znajdzie się w sytuacji kryzysowej, przyjaciele są najczęstszymi (nawet niż rodzice) osobami, którym zwierza się ze swojego problemu. Okazuje się, że pomocność wsparcia, które w takiej sytuacji płynie od rówieśników, jest oceniana podobnie wysoko, jak pomocność wsparcia rodziców czy nauczycieli.

W okresie dojrzewania relacje z rówieśnikami odgrywają ogromnie istotną rolę. Wiąże się to z potrzebą przynależności do grupy rówieśniczej oraz potrzebą identyfikacji mającą znaczenie w procesie rozwoju tożsamości. Te potrzeby sprawiają, że nastolatki są szczególnie podatni na wpływ grupy. Może to być wpływ towarzystwa, w którym normą jest przemoc, alkohol, narkotyki. Tego typu wpływy budzą uzasadnione obawy dorosłych i ogniskują uwagę rodziców, wychowawców, profilaktyków. Podatność nastolatków na wpływ rówieśników przestaje być zagrożeniem, a staje się potencjałem, gdy wiąże się z pozytywną obecnością wspierających przyjaciół lub grupy, którą łączą wspólne wartości i która dopinguje do rozwoju. Ten ostatni mechanizm bywa niedoceniany i mało wykorzystywany w wychowaniu i profilaktyce. Jego znaczenie wykorzystuje się ostatnio w suicydologii, gdzie postrzega się środowisko rówieśnicze jako to, z którego może popłynąć pierwsze wsparcie lub pierwszy alarm dotyczący symptomów głębokiej depresji czy planów samobójczych kolegi, koleżanki.

Wniosek 15:

W świetle badań prowadzonych zarówno w okresach względnej stabilności i spokoju (2010–2019), jak i w okresie silnej niestabilności i gwałtownych zmian (2020–2022) ważną grupą czynników chroniących są te związane z wiarą, religią, odniesieniem do Boga. Udział

w praktykach religijnych oraz większe znaczenie wiary w życiu nastolatka wiąże się z niższym prawdopodobieństwem podejmowania zachowań ryzykownych i niższym natężeniem problemów. Religijność jest udowodnionym czynnikiem chroniącym przed upijaniem się, korzystaniem z narkotyków, korzystaniem z pornografii, wczesną inicjacją seksualną, byciem sprawcą cyberprzemocy, a także depresją i myślami samobójczymi. Kondycja psychiczna młodzieży wierzącej jest statystycznie lepsza niż ich niewierzących rówieśników.

Pomimo obserwowanych zmian kulturowych, chroniące oddziaływanie czynnika religijności wciąż obejmuje większość młodzieży (wiara jest „raczej ważna” lub „bardzo ważna” dla około 60% uczniów³⁹). Częściowym działaniem tego czynnika objętych jest około 80% młodzieży (81% badanych nastolatków co najmniej sporadycznie kieruje swoje myśli do Boga⁴⁰). Fakt, że czynnik religijności spełnia istotną funkcję ochronną wobec znacznej części młodzieży zmniejszając natężenie problemów powoduje, że wychowawcy, psycholodzy i pedagodzy mogą mieć więcej czasu dla wszystkich tych młodych ludzi (wierzących i niewierzących), którzy pomocy najbardziej potrzebują.

Wniosek 16:

Wyniki badań pokazują, że spośród nastolatków, którym zdarzyło się przeżywać w ostatnim czasie jakiś poważniejszy problem, trudność życiową więcej jest tych, którzy nikomu o tym nie mówili, niż tych, którzy z kimś się problemem podzielili. W okresach izolacji społecznej problem ten był jeszcze bardziej nasilony. Najczęstszy rozmówca, do których zwracają się uczniowie ze swoimi problemami to przyjaciele i rodzice, w dalszej kolejności inne osoby z rodziny lub pracownicy szkoły (nauczyciel, wychowawca, pedagog). Niezależnie od tego, do której z tych kategorii należał rozmówca, zdecydowana większość zwierających się uczniów uznała rozmowę za pomocną.

Nastolatki, którzy nikomu nie mówili o swoich problemach najczęściej podawali jako przyczynę chęć poradzenia sobie samemu. Niepokojąco wysoki odsetek młodzieży deklarował niewiarę, że ktoś może im pomóc lub brak zaufanej osoby, do której mogliby się zwrócić. Zmniejszanie barier, z powodu których młodzi ludzie nie szukają pomocy jest ważnym zadaniem dla środowiska rodzinnego i szkolnego.

W sytuacji, gdy część młodzieży ma opory przed zwieraniem się z problemów, a zarazem istnieją dane, że pomocny może być każdy zaufany rozmówca (od przyjaciela, poprzez rodziców, aż po nauczyciela), ważna jest powszechna gotowość na udzielenie takiej pomocy i uważność w dostrzeganiu sygnałów.

Wniosek 17 (zbiorczy wniosek dotyczący zróżnicowania kondycji psychicznej w szkołach):

Wyniki badań zrealizowanych w roku szkolnym 2021/2022 na bardzo dużej próbie uczniów pochodzącej z bardzo wielu szkół pokazują, że średni poziom kondycji

³⁹ Na podstawie badań IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 przeprowadzonych wśród N=23219 uczniów w wieku 11–17 lat z terenu całej Polski.

⁴⁰ Jw.

psychicznej uczniów w jednych szkołach jest wyraźnie wyższy niż w innych. Obliczenia, w których jednostką analizy była szkoła doprowadziły do opracowania listy czynników chroniących i czynników ryzyka średniej kondycji psychicznej uczniów dla szkół.

Średnia kondycja psychiczna młodzieży jest wyższa w szkołach, w których:

- Wsparcie dorosłych (rodzice, nauczyciele) jest większe, a nauczyciele angażują się w zadania wychowawcze pomagając uczniom w ich sprawach, dodając im wiary w siebie i dzieląc się życiowym doświadczeniem.
- Wsparcie rówieśników jest większe i więcej jest uczniów, którzy mają przyjaciół.
- Młodzież czuje się bardziej bezpiecznie w swoich klasach, w których panuje atmosfera akceptacji i życzliwości oraz gotowości do wzajemnego wsparcia.
- Wyższy jest odsetek uczniów, dla których wiara/religia ma znaczenie w życiu.

Średnia kondycja psychiczna młodzieży jest niższa w szkołach, w których:

- Uczniowie częściej doświadczają cyberprzemocy – zarówno jako ofiary, jak i jako sprawcy.
- Wyższy odsetek uczniów włącza się w grupy rówieśnicze, w których pije się alkohol, pali papierosy, korzysta z narkotyków.
- Więcej uczniów odczuwa stres z powodu obowiązków szkolnych.

Społeczności szkolne nie są zbiorem całkowicie niezależnych jednostek. Uczniowie, rodzice i nauczyciele wpływają na siebie nawzajem wspólnie tworząc klimat szkoły. Dobry klimat szkoły jest czynnikiem chroniącym szereg zachowań ryzykownych i problemów dzieci i młodzieży udowodnionym w wielu badaniach polskich i zagranicznych. Uzyskane przez nas wyniki badań pokazują szereg elementów składowych wpływających na klimat szkoły oraz na kondycję psychiczną uczniów danej szkoły. Zebrana powyżej lista czynników chroniących i czynników ryzyka jest ważnym wkładem do refleksji nad programem wychowawczo-profilaktycznym szkoły.

Średni poziom kondycji psychicznej w szkołach ponadpodstawowych jest niższy niż w szkołach podstawowych. Zaobserwowanie takiej prawidłowości może być istotnym przesłaniem dla kadry pedagogicznej szkół ponadpodstawowych, gdzie może istnieć zwiększony nacisk na efekty nauczania, a starszy wiek uczniów może wywoływać mylące wrażenie, że w mniejszym stopniu potrzebują wsparcia.

Wniosek 18:

W świetle wyników badań ze szkół ponadpodstawowych obserwowanie przez nauczycieli „trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania” w okresach powrotu do nauki stacjonarnej paradoksalnie wiąże się z poprawą kondycji psychicznej uczniów.

Charakterystyczną cechą słabej kondycji psychicznej uczniów w okresie epidemii stał się „brak energii”. Gotowość uczniów do pewnych aktów nieposłuszeństwa i niepodporządkowania się ogólnym zasadom zachowania może być oznaką przełamywania apatii i poprawy kondycji psychicznej. Świadomość tego zjawiska może pomagać w diagnozowaniu poprawy kondycji psychicznej uczniów po okresach jej obniżenia.

Rekomendacja 1 (wskazanie przewodnie raportu):

We współczesnym, naznaczonym kolejnymi kryzysami, niestabilnym świecie działania wychowawcze, profilaktyczne i pomocowe na rzecz wsparcia psychicznego oraz zapobiegania zachowaniom ryzykownym i problemom dzieci i młodzieży powinny mieć status stałego priorytetu systemu edukacji.

Koszty zdrowotne, rozwojowe, społeczne i finansowe ewentualnych zaniechań w tym zakresie będą wielokrotnie większe niż koszty realizacji zintensyfikowanych działań wychowawczych i profilaktycznych.

Wdrożenie tego priorytetu spowoduje przywrócenie zaburzonej równowagi między przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem uzupełnianym o profilaktykę. Szczególne wymagania wynikające z natury pojawiających się kryzysów powinny być wdrażane z poszanowaniem tego priorytetu (np. w razie kolejnej epidemii wymogi reżimu sanitarnego i wymogi troski o zdrowie psychiczne muszą być odpowiednio równoważone).

Rekomendacja 2:

Podstawowym warunkiem odbudowy osłabionej kondycji psychicznej dzieci i młodzieży a zarazem zmniejszenia liczby uczniów kierowanych do przeciążonego systemu pomocy psychiatrycznej jest wzmacnianie odporności psychicznej całej populacji dzieci i młodzieży.

Koncentracja wsparcia wyłącznie na uczniach, którzy już znajdują się w bardzo złej kondycji psychicznej nie wystarcza. Troska o jak najlepszą formę psychiczną wszystkich uczniów ograniczy liczbę młodych wymagających pomocy specjalistycznej i zwiększy liczbę młodzieży zdolnej do pomocy mniej odpornym psychicznie rówieśnikom.

Rekomendacja 3:

Wielość i różnorodność nowych zagrożeń pojawiających się we współczesnym, niestabilnym świecie sprawia, że podejście do profilaktyki opisane jako model profilaktyki zintegrowanej stało się szczególnie przydatną podstawą badań naukowych i działań praktycznych.

Zmieniająca się rzeczywistość wymaga rozumienia związków między różnymi problemami i powiązanych z nimi czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi. Skuteczność profilaktyki zintegrowanej opiera się na osłabianiu wspólnych czynników ryzyka wielu problemów oraz wzmacnianiu czynników chroniących, które jednocześnie chronią przed wieloma problemami.

Model profilaktyki zintegrowanej i oparta na nim Strategia siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki pomagają w całościowym postrzeganiu zagrożeń i zasobów oraz racjonalnym i ekonomicznym planowaniu działań z zakresu wychowania, profilaktyki i wspierania kondycji psychicznej.

Rekomendacja 4:

Wzmacnianie odporności psychicznej całej populacji dzieci i młodzieży to zadanie, które należy płynnie włączyć w całokształt działań z zakresu wychowania i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży, tym bardziej, że podobne czynniki ryzyka wiążą się z występowaniem obniżonej kondycji psychicznej, podejmowaniem zachowań ryzykownych, a także lekceważeniem obowiązujących zasad.

Aby tak szerokiemu zadaniu podołać, potrzebne jest wykorzystanie wszystkich możliwych zasobów i całej dostępnej wiedzy o czynnikach chroniących, zwłaszcza o tych, które są wspólne dla różnych obszarów profilaktyki (od profilaktyki problemów zdrowia psychicznego, poprzez profilaktykę zachowań ryzykownych aż po zapobieganie przestępczości i demoralizacji). Do takich wspólnych czynników należy:

- Wsparcie i pozytywny autorytet rodziców i innych osób z rodziny
- Wsparcie i zaangażowanie wychowawcze nauczycieli i innych osób znaczących (instruktorzy, trenerzy, itp.)
- Życzliwość, akceptacja i wsparcie przyjaciół i innych rówieśników
- Dobry klimat klasy i szkoły (bezpieczeństwo, życzliwość, wzajemna pomoc)
- Religijność (udział w praktykach religijnych lub osobiste znaczenie wiary/odniesienia do Boga w życiu)

Upowszechnianie wiedzy o znaczeniu tych czynników oraz wykorzystanie możliwie pełnej ich gamy w działaniach profilaktycznych przełoży się na wzrost wielkości, jakości i dostępności sieci wsparcia dla coraz większej liczby dzieci i młodzieży.

Rekomendacja 5:

Na gruncie systemu edukacji ogromnie ważne jest pełne wykorzystanie i dalszy rozwój potencjału zawartego w pracy wychowawczo-profilaktycznej wychowawców szkolnych. Odwołanie się do tego potencjału daje możliwość wspierania kondycji psychicznej uczniów w masowej skali za pomocą szerokiej gamy stosunkowo prostych, ale skutecznych środków (np. zwykłe rozmowy, zainteresowanie przeżyciami uczniów, animowanie integracji klasowej; wstępne rozpoznanie dotyczące liczby uczniów o bardzo złej kondycji psychicznej, którzy mogą wymagać większej pomocy).

Aby zwiększyć skalę i podnieść jakość działań wychowawców w zakresie troski o kondycję psychiczną uczniów należy położyć większy nacisk na doskonalenie i samodoskonalenie kompetencji wychowawczych, współpracę w ramach szkolnych zespołów wychowawczych. Równolegle należy prowadzić działania odbudowujące ETOS WYCHOWAWCY, który jest głęboko zakorzeniony w polskiej tradycji i kulturze, a który w ostatnich dziesięcioleciach stopniowo zanikał. Jedną z form może być docenianie, przypomnianie i upamiętnianie wybitnych wychowawców ze społeczności lokalnej.

Rekomendacja 6:

W obecnym czasie istnieje szczególna potrzeba podejmowania konkretnych działań na rzecz dobrych wzajemnych relacji pomiędzy uczniami, rodzicami i nauczycielami.

Dobry klimat szkoły jest ważnym czynnikiem sprzyjającym dobrej kondycji psychicznej i odporności psychicznej uczniów, a także odporności całej społeczności szkolnej na skutki sytuacji kryzysowych. W sytuacjach kryzysowych następuje wzrost napięcia prowadzący do animozji i konfliktów, co utrudnia współpracę w sprawnym i skutecznym zareagowaniu na kryzys.

Rekomendacja 7:

W celu wzmocnienia i uzupełnienia działań wychowawczo-profilaktycznych lokalnej sieci wsparcia niezbędna jest szeroka realizacja skutecznych i sprawdzonych programów profilaktycznych prowadzonych przez profesjonalistów. Oddziaływania te powinny być adekwatne do wielości istniejących zagrożeń i uwzględniać szeroki kontekst związków między różnymi problemami i powiązanych z nimi czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi. Obserwacja działań prowadzonych przez profesjonalnych profilaktyków może być dla wychowawców źródłem inspiracji w zakresie podejmowania trudnych tematów i czynnikiem wspierającym rozwój kompetencji profilaktycznych wychowawców.

Rekomendacja 8:

(patrz: analogiczna rekomendacja w podrozdziale o kondycji psychicznej rodziców i nauczycieli)

Z uwagi na kumulację konsekwencji kilkakrotnych zmian trybu nauczania w najbliższych latach potrzebny jest maksymalnie długi okres stabilnego funkcjonowania szkoły w trybie stacjonarnym. Wobec osłabionej kondycji psychicznej uczniów, ale także rodziców i nauczycieli, każdy powrót do nauczania zdalnego będzie miał poważniejsze i bardziej długotrwałe konsekwencje dla procesu edukacji i zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

Rekomendacja 9:

W przypadku wystąpienia nowego kryzysu uderzającego w normalny sposób funkcjonowania szkół, należy dążyć do utrzymania priorytetu działań wychowawczych, profilaktycznych i związanych podtrzymywaniem kondycji psychicznej dzieci i młodzieży. W utrzymaniu tego priorytetu pomoc mogą następujące rekomendacje szczegółowe:

- W przypadku konieczności okresowego przejścia na nauczanie zdalne należy dążyć tego, by zmiana ta była możliwie krótkotrwała oraz by dotyczyła możliwie najmniejszej liczby placówek. Należy pamiętać, że wsparcie psychiczne i pomoc w przezwyciężaniu trudności adaptacyjnych oraz trudności w nauce są szczególnie potrzebne w okresach następujących po zmianie trybu funkcjonowania szkoły.
- W przypadku, gdyby nowy kryzys wiązał się z koniecznością wprowadzenia w szkołach szczególnych ograniczeń (dodatkowych zasad bezpieczeństwa, zasad reżimu sanitarnego, itp.), należy określać je w sposób umożliwiający prowadzenie działań wzmacniających i chroniących zdrowie psychiczne uczniów.

- **W przypadku każdego nowego kryzysu w opracowywaniu przepisów i wytycznych dla szkół należy pozostawić istotny zakres „decyzyjności i autonomii dyrektorom szkół, którzy najlepiej znają i rozumieją wszystkie uwarunkowania swojej szkoły⁴¹” dając im „możliwość zastosowania optymalnych, czasem nietypowych rozwiązań”.**
- **Opracowując rozwiązania systemowe dostosowane do nowej sytuacji kryzysowej należy poświęcić osobną uwagę na dostosowanie tych rozwiązań do uczniów znajdujących się w specyficznej sytuacji życiowej, rodzinnej, prawnej lub zdrowotnej.**

Rekomendacja 10:

(patrz: analogiczna rekomendacja w podrozdziale o kondycji psychicznej rodziców i nauczycieli)

Potrzebne jest stałe poszukiwanie równowagi między wymaganiami związanymi z realizacją podstawy programowej, a troską o kondycję psychiczną, której długotrwałe osłabienie obniżyło efektywność nauczania. Poszukiwanie tej równowagi oznacza z jednej strony monitorowanie adekwatności ogólnopolskich wymagań dotyczących kształcenia, a z drugiej strony stworzenie sprzyjających warunków dla decyzji podejmowanych przez dyrekcję i nauczycieli danej szkoły opartych o rozpoznanie sytuacji konkretnych uczniów i znajomość lokalnych uwarunkowań.

Odbudowywanie kondycji psychicznej dzieci i młodzieży jest procesem długotrwałym. Jeśli proces ten ma się powieść, zadania z nim związane nie mogą być spychane na margines.

I.2. Kondycja psychiczna rodziców i nauczycieli 2021–2022 i wybrane czynniki na nią wpływające

Rodzice i nauczyciele to osoby o kluczowym znaczeniu dla wspierania kondycji psychicznej uczniów. Z jednej strony są oni blisko dziecka, z drugiej zaś strony ich wsparcie ma charakter masowy, nieporównywalnie szerszy niż wsparcie specjalistów takich, jak psychologowie, psychoterapeuci, psychiatry.

W raporcie pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* (IPZIN, 2021) podkreślaliśmy fakt, że w tak trudnych okresach, jak ten wywołany epidemią COVID-19 i związanym z nią reżimem sanitarnym, osłabiona jest także kondycja psychiczna rodziców i nauczycieli. A to oznacza, że ci, którzy mogą i powinni w masowej skali wspierać dzieci i młodzież, sami często przeżywają kryzysy, sami potrzebują wsparcia. Nowy czynnik stresogenny, jakim stał się wybuch wojny na Ukrainie,

⁴¹ Cytat z preambuły „Wytycznych MEiN, MZ i GIS dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych” z roku 2021, <https://www.gov.pl/web/edukacja-i-nauka/wytyczne-mein-mz-i-gis-dla-szkol-podstawowych-i-ponadpodstawowych-obowiazujace-od-1-wrzesnia-2021-r>.

mógł dodatkowo utrudnić rodzicom i nauczycielom wypełnianie ich ról. Z tego względu bardzo ważne jest przeanalizowanie czynników ryzyka i czynników chroniących, które są powiązane z kondycją psychiczną tych dwóch grup.

W prezentacji wyników będziemy podawać korelacje o wartości wyższej niż 0,15. Nie ma potrzeby, by uwzględniać korelacje słabsze, gdyż przypadku tych analiz korelujemy zmienne pochodzące z kwestionariuszy tych samych osób (indeks kondycji psychicznej danego rodzica/nauczyciela jest zestawiany z innymi odpowiedziami kwestionariusza tego rodzica/nauczyciela).

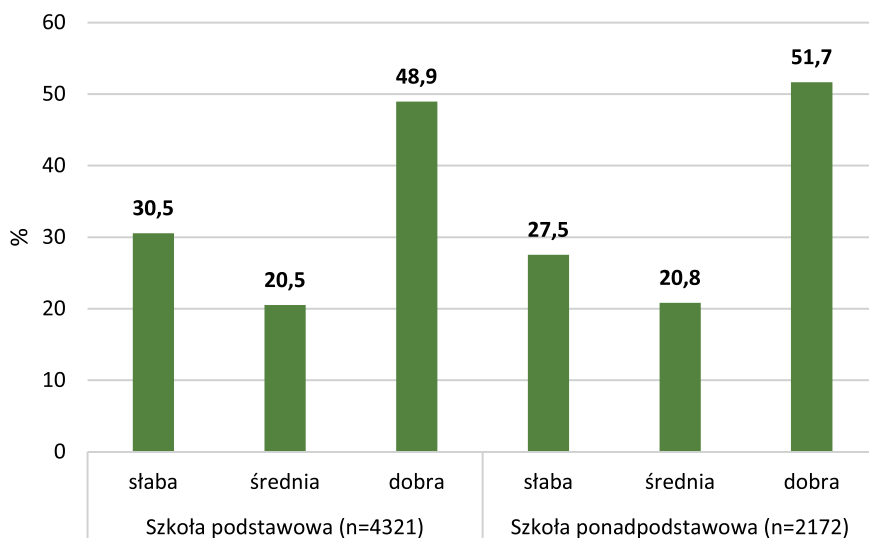
Dane dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych będą przedstawiane oddzielnie, gdyż jest to bardziej użyteczne ze względów praktycznych. Część czytelników raportu będzie zainteresowana wyłącznie danymi dla etapu edukacyjnego, który ich bezpośrednio dotyczy.

Szerszy zbiór wyników obliczeń można znaleźć w Załączniku 2⁴² do niniejszego raportu.

I.2.1. Kondycja psychiczna nauczycieli i czynniki najsilniej z nią korelujące

Zanim przejdziemy do czynników, warto chwilę zatrzymać się przy danych pokazujących indeks kondycji psychicznej nauczycieli ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Poniższy wykres obejmuje dane zbierane przez cały rok szkolny 2021/2022 w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”.

Wykres 43. Indeks kondycji psychicznej nauczycieli w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N=6493]



⁴² Załącznik nr 2: Czynniki związane z kondycją psychiczną rodziców i nauczycieli.

Indeks kondycji psychicznej nauczycieli, a także rodziców jest tworzony na identycznej zasadzie, co uczniów, gdyż we wszystkich tych grupach zadawano ten sam zestaw dwóch pytań o samopoczucie w ostatnim tygodniu i o radzenie sobie psychicznie w ostatnim tygodniu. Przypominamy, że w grupie o dobrej kondycji psychicznej znalazły się osoby, które określiły zarówno swoje samopoczucie, jak i radzenie psychiczne jako dobre lub raczej dobre. W grupie o słabej kondycji psychicznej osoby, które określiły zarówno samopoczucie, jak radzenie sobie jako złe, raczej złe lub średnie. Natomiast do grupy o średniej kondycji psychicznej przyporządkowano pozostałe osoby – te, które w jednym z dwóch wymiarów dały odpowiedź pozytywną (dobre, raczej dobre), a w drugim negatywną lub pośrednią (złe, raczej złe, średnie).

Około połowy nauczycieli miało, według podanych wyżej kryteriów, dobrą kondycję psychiczną. Około 30% miało słabą, a około 20% średnią kondycję psychiczną. Sytuacja w szkołach ponadpodstawowych przedstawia się nieco lepiej niż w podstawowych, chociaż różnice nie są duże. Generalnie rzecz biorąc słaba kondycja psychiczna u około 30% nauczycieli to wyraźny sygnał, że spora część nauczycieli potrzebuje wsparcia dla siebie, jeśli mają być wsparciem dla uczniów. Kluczowa zasada ratownictwa mówi o tym, że aby ratownik mógł pomagać, sam musi być odpowiednio zabezpieczony. Tworząc sprawny i skuteczny system wsparcia psychicznego dla uczniów, nie można abstrahować od faktu, że część nauczycieli ma bardzo ograniczone możliwości podnoszenia na duchu powierzonych im uczniów ze względu na doświadczany niski nastrój, obawy, przynębenie. Przyjęcie postawy krytycznej i oceniającej wobec tych nauczycieli z pewnością w niczym nie pomoże. Należałoby szukać odpowiednich rozwiązań systemowych. Drogą do ich opracowania mogłoby się stać planowe wyszukiwanie dobrych praktyk z tych szkół, w których udało się skutecznie zadbać o nauczycieli borykających się ze słabą kondycją psychiczną i wzmocnić ich na tyle, by mogli udzielać wsparcia powierzonym im uczniom. Tego typu dobre praktyki należałoby potem upowszechniać

Przejdźmy teraz do czynników powiązanych z kondycją psychiczną nauczycieli. Analizy przeprowadzono w grupie N=4321 nauczycieli szkół podstawowych i N=2172 nauczycieli szkół ponadpodstawowych – łącznie wśród N=6493 nauczycieli uczestniczących w badaniach⁴³ IPZIN w roku szkolnym 2021/2022. W poniższej tabeli przedstawiono korelacje o wartości powyżej 0,15 pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **podstawowych**.

	Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną nauczycieli (wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli)	Korelacja z kondycją psychiczną nauczycieli
1	Stres z powodu obowiązków zawodowych w okresie ostatniego tygodnia	-0,512
2	Brak czasu dla bliskich jako uciążliwość	-0,211
3	Trudności w budowaniu relacji z uczniami	-0,204
4	Brak wsparcia w prowadzeniu zdalnego nauczania jako uciążliwość	-0,173
5	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki zdalnej	-0,165

⁴³ Były to badania prowadzone w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”.

U nauczycieli ze szkół podstawowych czynniki korelujące ze słabą kondycją psychiczną wiążą się w spójną całość. **Najsłabszą kondycję psychiczną mają ci nauczyciele, którzy odczuwają najsilniejszy stres z powodu obowiązków zawodowych.** Dochodzi do tego trudność w budowaniu relacji z uczniami. Dwa silnie oddziałujące czynniki dotyczą nauczania zdalnego – poczucie braku wsparcia w prowadzeniu zdalnego nauczania oraz zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki zdalnej. Jest także czynnik ze sfery życia osobistego – brak czasu dla bliskich.

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **ponadpodstawowych**. Tu także wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,15.

	Czynniki powiązane z kondycją psychiczną nauczycieli (wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli)	Korelacja z kondycją psychiczną nauczycieli
1	Stres z powodu obowiązków zawodowych w okresie ostatniego tygodnia	-0,486
2	Przewidywane pogorszenie warunków dydaktyczno-wychowawczych w szkole w związku z sytuacją na Ukrainie	-0,260
3	Trudności w budowaniu relacji z uczniami	-0,219
4	Trudności w budowaniu relacji z rodzicami uczniów	-0,194
5	Brak przewidywanych trudności w związku z sytuacją na Ukrainie	0,184
6	Brak czasu dla bliskich jako uciążliwość	-0,170

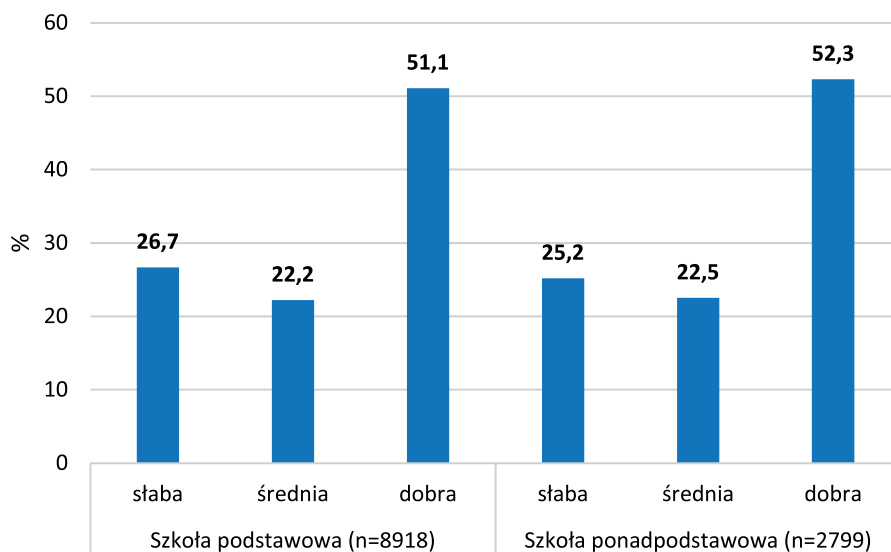
Podobnie, jak w szkołach podstawowych, także u nauczycieli ze szkół ponadpodstawowych **najsilniejszym czynnikiem ryzyka słabej kondycji psychicznej jest przeżywanie stresu z powodu obowiązków zawodowych.** Także i tutaj silną rolę odgrywają trudności w budowaniu relacji z uczniami, a uciążliwość, jaką jest brak czasu dla bliskich. Odmiennym elementem jest wskazanie trudności w budowaniu relacji z rodzicami uczniów. Te trudności silniej wiążą się ze słabą kondycją nauczycieli szkół ponadpodstawowych niż podstawowych. Dochodzą do tego dwa symetryczne czynniki: jeden czynnik powiązany z gorszą kondycją psychiczną nauczyciela – „przewidywane pogorszenie warunków dydaktyczno-wychowawczych w szkole w związku z sytuacją na Ukrainie” oraz jeden czynnik powiązany z lepszą kondycją psychiczną – „brak przewidywanych trudności w związku z sytuacją na Ukrainie”. Ci nauczyciele, którzy przewidują takie trudności, mają słabszą kondycję psychiczną. Być może obawiają się kolejnych stresów i kolejnych trudności w budowaniu relacji z uczniami? Natomiast ci nauczyciele, którzy nie przewidują żadnych trudności w związku z przybyciem uchodźców z Ukrainy mają dobrą kondycję psychiczną. Nie można wykluczyć, że ten czynnik działa także w przeciwnym kierunku. Nauczyciele mający lepszą kondycję psychiczną mogą być bardziej optymistycznie nastawieni do trudności, a mający słabą kondycję psychiczną są nastawieni pesymistycznie i lękowo.

Jakie wnioski praktyczne wynikają z tych danych empirycznych? Z pewnością ważny wniosek jest taki, że jeśli chcemy, by nauczyciele o słabej kondycji psychicznej radzili sobie ze starymi i nowymi wyzwaniami, musimy pomyśleć o sposobach wsparcia redukujących ich stresy zawodowe oraz powiększających umiejętności radzenia sobie w relacjach z uczniami i rodzicami uczniów. Czy tego typu wsparcie szkoleniowe lub superwizyjne jest obecne w codziennym funkcjonowaniu szkoły, systemu doskonalenia nauczycieli i systemu wsparcia szkół przez poradnie psychologiczno-pedagogiczne? Jeśli nie, to w świetle uzyskanych wyników badań warto o tym pomyśleć.

I.2.2. Kondycja psychiczna rodziców i czynniki najsilniej z nią korelujące

Na poniższym wykresie zebrano dane pokazujące indeks kondycji psychicznej rodziców ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Podobnie, jak wśród nauczycieli większość stanowią kobiety, tak i wśród rodziców odpowiadających na pytania ankiety zdecydowaną większość stanowią matki. Poniższy wykres obejmuje dane zbierane przez cały rok szkolny 2021/2022 w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”.

Wykres 44. Indeks kondycji psychicznej rodziców w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N=11717]



Indeks kondycji psychicznej rodziców został utworzony na tej samej zasadzie, co uczniów i nauczycieli – w oparciu o zestaw dwóch pytań o samopoczucie w ostatnim tygodniu i o radzenie sobie psychicznie w ostatnim tygodniu.

Nieco ponad połowa rodziców ma dobrą kondycję psychiczną, ponad 25% słabą, a około 22% średnią. Różnice między rodzicami uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych są jeszcze mniejsze niż u nauczycieli, ale idą w tym samym kierunku – wśród rodziców uczniów szkół podstawowych minimalnie więcej jest tych, których kondycja psychiczna jest słaba.

Rodzice, którzy sami źle się mają, będą mieli trudność we wspieraniu swoich dzieci. Zadaniem systemu edukacji jest wspieranie uczniów, a także troska o nauczycieli jako o pracowników tego systemu. Warto i można próbować organizować wsparcie dla rodziców, ale trudno przyjąć, by troska o zdrowie psychiczne i kondycję psychiczną rodziców była zadaniem systemu edukacji. To, co natomiast z pewnością warto robić, to nie zamykać oczu na wyniki badań nad

czynnikami ryzyka słabej kondycji psychicznej rodziców. Znajomość tych wyników może być wykorzystana przy planowaniu strategii działania – zwłaszcza w wypadku pojawienia się nowych sytuacji kryzysowych analogicznych do epidemii COVID-19 czy wojny na Ukrainie.

Bardzo liczny udział rodziców w badaniach przełożył się na dużą wielkość grupy badanej, co zwiększa wartość uzyskanych wyników. Analizy przeprowadzono na grupie N=8918 rodziców uczniów szkół podstawowych i N=2799 rodziców szkół ponadpodstawowych – łącznie N=11717 rodziców uczestniczących w badaniach⁴⁴ IPZIN w roku szkolnym 2021/2022. W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy niskim indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do **szkół podstawowych**. Podano wyłącznie najsilniejsze korelacje, których wartość wynosi więcej niż 0,15.

Tabela 10. Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców ze szkół podstawowych [N=8918]

	Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców (wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół podstawowych)	Korelacja z kondycją psychiczną rodziców
1	Stres z powodu obowiązków rodzicielskich w okresie ostatniego tygodnia	-0,418
2	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki zdalnej	-0,318
3	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki stacjonarnej	-0,304
4	Trudności dziecka związane z ponownym przejściem do nauki zdalnej	-0,208
5	Zła kondycja psychiczna dziecka (pogorszenie nastroju, większy stres) po przejściu do nauki zdalnej	-0,199
6	Trudności dziecka związane z powrotem do nauki stacjonarnej w szkole	-0,196
7	Obawy o uzależnienie dziecka/dzieci od Internetu	-0,187
8	Trudności z przewycięzeniem złej kondycji psychicznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,185
9	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki zdalnej	-0,183
10	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki stacjonarnej	-0,180
11	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,163
12	Trudności ze zrozumieniem nauczanego materiału po przejściu do nauki zdalnej	-0,163
13	Trudności w samodzielnej organizacji nauki dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,150

Podobnie jak w przypadku nauczycieli, także **wśród rodziców dzieci ze szkół podstawowych najsilniej ze słabą kondycją psychiczną koreluje stres**. Tutaj jest to „stres z powodu

⁴⁴ Były to badania prowadzone w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”.

obowiązków rodzicielskich”. To bardzo ważna cecha wspólna rodziców i nauczycieli. Między obiema grupami współpraca często nie jest łatwa. Chcąc budować lepsze wzajemne zrozumienie można wykorzystać tę ważną cechę wspólną wzbudzając empatię rodziców wobec nauczycieli i nauczycieli wobec rodziców. Obie grupy przeżywają silne stresy związane z pełnieniem swoich ról. Stresy tak silne, że w ogromnym stopniu wpływają one na ogólną kondycję psychiczną przedstawicieli obu grup.

Przytłaczająca większość czynników ryzyka słabej kondycji psychicznej rodzica jest związana z trudnościami, których doświadcza dziecko na skutek zmian trybu nauczania i rozmaitych konsekwencji tych zmian (od zaległości w nauce, poprzez trudności w organizacji nauki, aż po nerwową atmosferę w domu).

Ważnymi czynnikami ryzyka słabej kondycji psychicznej rodziców są także „**trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom**” zarówno podczas nauki stacjonarnej, jak i zdalnej. Na podstawie danych z pierwszego roku epidemii pisaliśmy w raporcie z roku 2021 o problemie, jaki powstaje, gdy rodzice starają się wesprzeć dzieci w nauce i – zgodnie z własnym rozeznananiem – kierują całą swoją rodzicielską uwagę na ten obszar życia dzieci. Z jednej strony taka pomoc w nauce faktycznie jest potrzebna. Z drugiej, rodzicom, którzy sami przeżywają różne trudności i stresy może już nie wystarczać ani sił, ani czasu na zwykłą rozmowę z dzieckiem, pytanie o samopoczucie, pomoc dziecku w skutecznym zrelaksowaniu się poprzez wspólną grę, zabawę.

Poniżej przedstawiamy zbiór czynników chroniących, które korelują z lepszą kondycją psychiczną rodziców ze **szkół podstawowych**.

Tabela 11. Czynniki powiązane z lepszą kondycją psychiczną rodziców ze szkół podstawowych [N=8918]

	Czynniki powiązane z lepszą kondycją psychiczną rodziców (wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół podstawowych)	Korelacja z kondycją psychiczną rodziców
1	Doświadczenie przezwyciężenia przez dziecko trudności związanych ze zmianami trybu nauki	0,251
2	Deklaracja, że czas epidemii i zmian, jakie spowodowała w życiu codziennym, przyniosła także jakieś dobre rzeczy w relacji z dzieckiem	0,185
3	Brak przewidywanych trudności związanych z powrotem do nauki stacjonarnej	0,180
4	Brak obaw o dziecko wynikających z aktualnej sytuacji na świecie i w Polsce	0,172
5	Generalny brak obaw o dziecko	0,171

Najsilniejszym czynnikiem poprawiającym kondycję psychiczną rodzica jest przezwyciężenie przez dziecko trudności w nauce. Ważnym źródłem tych trudności w roku szkolnym 2021/2022 były zmiany trybu nauczania na zdalny, hybrydowy, czy też ponownie na stacjonarny. Jednocześnie lepszą kondycję psychiczną mają rodzice dzieci uczących się w trybie zdalnym lub hybrydowym, którzy nie przewidują trudności z powrotem dziecka do nauki stacjonarnej.

Widać więc jak silnie dobrostan rodziców jest powiązany z radzeniem sobie z trudnościami przez dziecko. Można założyć, że znaczenie tego wyniku jest szersze i że niezależnie od tego, jakich trudności dziecko doświadcza, fakt ich przezwyciężenia wiąże się z wielką ulgą dla rodziców i wyraźną poprawą ich własnej kondycji psychicznej.

Lepszą kondycję psychiczną mają także rodzice, którzy dostrzegają, że czas epidemii przyniósł jakieś dobre rzeczy w relacji z dzieckiem oraz ci, którzy nie doświadczają żadnych poważniejszych obaw o dziecko. W przypadku tych dwóch czynników kierunek zależności równie dobrze może być dwustronny, gdyż rodzice o lepszej kondycji psychicznej mogą dostrzegać więcej pozytywów czasu epidemii i generalnie doświadczać mniej obaw.

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy niskim indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do **szkół ponadpodstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,15.

Tabela 12. Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców ze szkół ponadpodstawowych [N=2799]

	Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców (wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół podstawowych)	Korelacja z kondycją psychiczną rodziców
1	Stres z powodu obowiązków rodzicielskich w okresie ostatniego tygodnia	-0,418
2	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki zdalnej	-0,391
3	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki stacjonarnej	-0,306
4	Zła kondycja psychiczna dziecka przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,262
5	Zwiększenie czasu na opiekę wychowawczo-pedagogiczną nad uczniami jako pomysł na działanie, które mogliby podjąć nauczyciele	-0,252
6	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki zdalnej	-0,239
7	Zła kondycja psychiczna dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,232
8	Trudności z przezwyciężeniem złej kondycji psychicznej po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,227
9	Niska motywacja dziecka do nauki przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,223
10	Trudności dziecka związane z powrotem do nauki stacjonarnej w szkole	-0,223
11	Pogorszenie kondycji psychicznej dziecka przy przejściu do nauki zdalnej	-0,222
12	Trudności dziecka związane z ponownym przejściem do nauki zdalnej	-0,213
13	Trudności w samodzielnej organizacji nauki po przejściu do nauki zdalnej	-0,204
14	Słabe oceny po powrocie przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,198
15	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki stacjonarnej	-0,190
16	Brak czasu dla bliskich podczas nauki zdalnej	-0,190
17	Obawa, że obecna sytuacja wpłynie negatywnie na psychikę dzieci	-0,189
18	Obawa, że dzieci nie podołają obowiązkowi szkolnym	-0,187
19	Pogłębienie izolacji społecznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,186

	Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców (wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół podstawowych)	Korelacja z kondycją psychiczną rodziców
20	Zła kondycja psychiczna dziecka po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,185
21	Trudności z zrozumieniem nauczanego materiału po przejściu do nauki zdalnej	-0,175
22	Obawa, że dzieci uzależnią się od Internetu	-0,167
23	Brak pozytywnych gestów ze strony dziecka w ostatnim tygodniu	-0,165
24	Trudności z przewycięzeniem złej kondycji psychicznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,161
25	Trudności w samodzielnej organizacji nauki po przejściu do nauki zdalnej	-0,157
26	Trudności z przewycięzeniem zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,152
27	Zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,151

Czynnik znajdujący się na pierwszym miejscu jest ten sam co w poprzednich tabelach. **Wśród rodziców uczniów szkół ponadpodstawowych stres z powodu obowiązków rodzicielskich jest najsilniejszym korelatem słabej kondycji psychicznej.**

Z listy 27 czynników korelujących ze słabą kondycją psychiczną rodziców, ponad 20 ma związek z problemami związanymi w taki czy inny sposób ze zmianą trybów nauczenia. Są to trudności dziecka w nauce i narastające zaległości, trudności w adaptacji do zmienionego trybu nauczenia i związanego z nim trybu życia, pogorszenie kondycji psychicznej dziecka i pogłębienie jego izolacji społecznej, obniżenie motywacji.

Bardzo silnym czynnikiem pogarszającym kondycję psychiczną rodzica jest **nerwowa atmosfera w domu w okresie nauki stacjonarnej i w okresie nauki zdalnej.** O ile w okresie nauki zdalnej przyczyną nerwów może być całokształt problemów życia domowego w warunkach izolacji społecznej, to w okresie nauki stacjonarnej nerwowa atmosfera może być tylko częściowo powodowana przez trudności dziecka w nauce i adaptacji. Można założyć, że różne inne przyczyny nerwowej atmosfery w domu mają silniejsze działanie – w tym chociażby napięcia w relacjach pomiędzy rodzicami. O takie sprawy jednak nie pytaliśmy w kwestionariuszu nie chcąc ingerować w osobiste sprawy rodziny.

Ważną zmienną powiązaną z niską kondycją psychiczną rodziców uczniów szkół ponadpodstawowych są **trudności w godzeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom oraz brak czasu dla bliskich.** Dodatkowo pogarszają kondycję psychiczną rodziców obawy o uzależnienie się dzieci od Internetu i o pogarszanie się kondycji psychicznej dziecka.

Rodzice o słabej kondycji psychicznej częściej nie potrafią wskazać ani jednego miłego, pozytywnego gestu ze strony dziecka w ostatnim tygodniu. Być może takich gestów nie było, gdyż samo dziecko nie radzi sobie psychicznie. Możliwe jest jednak także to, że rodzice o słabej kondycji psychicznej i wysokim poziomie stresu nie umieją dostrzec wysyłanych do nich gestów. Jeśli takie gesty są, ale pozostają niedostrzeżone, to i tak nie są w stanie poprawić kondycji psychicznej rodzica.

Tabela 13. Czynniki powiązane ze lepszą kondycją psychiczną rodziców ze szkół ponadpodstawowych [N=2799]

	Czynniki powiązane ze lepszą kondycją psychiczną rodziców (wskaźniki otrzymane w grupie rodziców ze szkół podstawowych)	Korelacja z kondycją psychiczną rodziców
1	Doświadczenie przewyciężenia przez dziecko trudności związanych ze zmianami trybu nauki	0,267
2	Deklaracja, że czas epidemii i zmian, jakie spowodowała w życiu codziennym, przyniósł także jakieś dobre rzeczy w relacji z dzieckiem	0,217
3	Generalny brak obaw o dziecko	0,211
4	Brak obaw o dziecko związanych z aktualną sytuacją na świecie i w Polsce	0,180
5	Wspólne żarty w kontaktach z dzieckiem jako miła rzecz doświadczona we wzajemnej relacji	0,157
6	Brak przewidywanych trudności przy przejściu do nauki zdalnej	0,164
7	Brak trudności związanych z powrotem do nauki stacjonarnej	0,152

Lepszą kondycję psychiczną mają przede wszystkim rodzice uczniów szkół ponadpodstawowych, których dzieci przewyciężyły trudności związane ze zmianami trybu nauki.

Kolejne czynniki sprzyjające dobrej kondycji psychicznej to **brak obaw o dziecko i brak obserwowanych lub przewidywanych trudności u dziecka w związku ze zmianą trybu nauki.**

Rodzice o lepszej kondycji psychicznej **częściej dostrzegają pozytywne strony okresu epidemii w relacji z dzieckiem**, a także **wymieniają wspólne żarty jako jedną z miłych rzeczy, których doświadczają w relacji z dzieckiem**. Ten ostatni czynnik jest bardzo ciekawy. W pytaniu o miłe gesty ze strony dziecka do rodzica, których rodzic doświadczył w ostatnim tygodniu, jest bogata kateria możliwości odpowiedzi. Jednak silniejszą korelację z kondycją psychiczną rodziców mają tylko dwie odpowiedzi – brak jakichkolwiek miłych gestów jako czynnik ryzyka i wspólne żarty z dzieckiem, jako czynnik chroniący. W trudnych czasach i trudnych momentach życia nie wystarcza sama empatia, rozmowa, zrozumienie. Potrzebna jest też zmiana atmosfery na lżejszą, chwila śmiechu, chwila bez troski – a takie coś może się pojawić w życiu rodzica właśnie dzięki dzieciom. I jeśli się pojawia, sprzyja lepszej kondycji psychicznej rodzica.

I.2.3. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1 (podstawowy):

Rodzice i nauczyciele są niezwykle istotnym elementem sieci wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży. Wypełnianie roli wychowawczej przez rodziców i nauczycieli we współczesnym niestabilnym świecie (epidemia, wojna, kryzys makroekonomiczny, przekaz medialny stymulujący napięcia) jest znacznie utrudnione, gdyż także ich kondycja psychiczna jest osłabiona.

Wniosek 2:

Wyniki badań pokazały, że więcej niż co czwarty nauczyciel cechował się słabą kondycją psychiczną. Problem był widoczny zarówno wśród nauczycieli szkół podstawowych, jak ponadpodstawowych, chociaż w tych ostatnich sytuacja była pod tym względem nieco lepsza. Czynniki, które najsilniej wiążą się ze słabą kondycją psychiczną nauczycieli, to: przeżywanie stresu z powodu obowiązków zawodowych, doświadczanie trudności w budowaniu relacji z uczniami oraz rodzicami uczniów (to ostatnie zwłaszcza w szkołach ponadpodstawowych), a w sferze osobistej, brak czasu dla bliskich.

Nauczyciele o bardzo obniżonej kondycji psychicznej nie mogą być skutecznym wsparciem dla uczniów. Wniosek z przedstawionych wyników badań jest taki, że aby we współczesnym, niestabilnym świecie nauczyciele mogli pełnić ważną rolę w systemie wsparcia uczniów, sami muszą mieć możliwość poproszenia o wsparcie i uzyskania go. Wykryte czynniki ryzyka wskazują na potencjalne obszary takiej pomocy.

Wniosek 3:

W świetle wyników badań, co czwarty rodzic miał słabą kondycję psychiczną. Nie było tu większych różnic między rodzicami uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Czynnikiem, który najsilniej wiązał się ze słabą kondycją psychiczną rodziców było przeżywanie stresu z powodu obowiązków rodzicielskich. Słabsza kondycja psychiczna rodzica była silnie związana z przeżywaniem trudności dziecka będących konsekwencją zmiany trybów nauczenia (zaległości w nauce, trudności w organizacji nauki i nerwowa atmosfera w domu na tym tle). Czynnikiem dodatkowo osłabiającym kondycję psychiczną rodziców były trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom w nauce. Z kolei przewyciężenie przez dziecko trudności w nauce było czynnikiem silnie powiązaniem z poprawą kondycji psychicznej rodzica.

Podobnie jak nauczyciele, tak i rodzice o bardzo obniżonej kondycji psychicznej nie mogą być w pełni skutecznym wsparciem dla swoich dzieci. Wyniki badań pokazują pole wspólnych doświadczeń i trudności, jakie przeżywają rodzice i nauczyciele. Obie te grupy doświadczają silnych stresów, obie mają trudności w godzeniu pracy zawodowej i życia osobistego. Uzyskane wyniki badań ukazujące tę wspólnotę doświadczeń mogą być wykorzystane do budowania wzajemnej empatii między rodzicami i nauczycielami oraz do poprawy współpracy między nimi z korzyścią dla klimatu szkoły i ostatecznie z korzyścią dla uczniów.

Wniosek 4:

Według wyników badań słabszą kondycję psychiczną mieli ci rodzice ze szkół ponadpodstawowych, którzy nie potrafili wskazać ani jednego miłego, pozytywnego gestu ze strony dziecka w ostatnim czasie. Jednocześnie lepszą kondycję psychiczną mieli rodzice ze szkół ponadpodstawowych, którzy wskazywali na wspólne żarty w kontaktach z dzieckiem jako miłą rzecz doświadczoną ostatnio we wzajemnej relacji.

Takie wyniki zostały uzyskane wyłącznie wśród rodziców dzieci starszych, ze szkół ponadpodstawowych. Pokazują one bardzo ważny aspekt dwustronności relacji rodzic-dziecko, który

uwidocznił się w właśnie w obiektywnie trudnym psychicznie okresie nakładających się konsekwencji epidemii i izolacji oraz wybuchu wojny. Konkretnie działania i gesty młodych ludzi ze szkół ponadpodstawowych wobec ich rodziców mają wpływ na kondycję psychiczną rodziców. W rodzinie z dorastającymi dziećmi relacja staje się coraz bardziej dwustronna i coraz bardziej jest to układ naczyń połączonych. W relacji z młodszym dzieckiem rodzice troszczą się o dziecko, a dziecko przyjmuje tę troskę. W relacji ze starszym dzieckiem pojawia się przestrzeń także na wsparcie rodzica przez młodego człowieka. Na potrzebę takiego wsparcia wskazują uzyskane wyniki badań. Może ono nawet polegać na rozładowaniu trudnej sytuacji za sprawą poczucia humoru i wspólnych żartów.

Rekomendacja 1 (podstawowa):

Wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów może przynieść znacznie lepsze efekty, gdy w działaniach uwzględnione będą potrzeby rodziców i nauczycieli oraz troska o dobre relacje w całym środowisku szkolnym. Środowisko szkolne to system naczyń połączonych. Wzmocnienie jednego elementu wzmacnia pozostałe. W obecnych realiach niestabilnego świata szczególnie wartościowe są takie działania praktyczne, które z założenia wzmacniają wszystkie grupy środowiska szkolnego (uczniów, rodziców, nauczycieli) i poprawiają ich wzajemne relacje.

Rekomendacja 2:

Stan obniżonej kondycji psychicznej rodziców i nauczycieli powoduje, że wielu przedstawicieli tych grup potrzebuje zarówno psychoedukacyjnych szkoleń i warsztatów, jak też osobistego wsparcia w obliczu przeżywanych trudności. Podejmowanie, na miarę istniejących możliwości, inicjatyw wychodzących naprzeciw tym potrzebom, przyczyni się do poprawy kondycji psychicznej rodziców i nauczycieli, a pośrednio także wspieranych przez nich uczniów. Tego typu funkcję wspierającą w naturalny sposób mogą podejmować pedagodzy i psycholodzy szkolni oraz pracownicy poradni psychologiczno-pedagogicznych.

Rekomendacja 3

(patrz: analogiczna rekomendacja w podrozdziale o kondycji psychicznej uczniów):

Z uwagi na kumulację konsekwencji kilkakrotnych zmian trybu nauczania potrzebny jest obecnie maksymalnie długi okres stabilnego funkcjonowania szkoły w trybie stacjonarnym. Wobec osłabionej kondycji psychicznej uczniów, ale także rodziców i nauczycieli, każdy powrót do nauczania zdalnego będzie miał poważniejsze i bardziej długotrwałe konsekwencje dla procesu edukacji i zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

Rekomendacja 4

(patrz: analogiczna rekomendacja w podrozdziale o kondycji psychicznej uczniów):

Odbudowywanie kondycji psychicznej dzieci i młodzieży jest procesem długotrwałym. Jeśli proces ten ma się powieść, zadania z nim związane nie mogą być spychane na

margines. Potrzebne jest stałe poszukiwanie równowagi między wymaganiami związanymi z realizacją podstawy programowej a troską o kondycję psychiczną, której długotrwałe osłabienie obniżyło efektywność nauczania. Poszukiwanie tej równowagi oznacza z jednej strony monitorowanie adekwatności ogólnopolskich wymagań dotyczących kształcenia, a z drugiej strony stworzenie sprzyjających warunków dla decyzji podejmowanych przez dyrekcję i nauczycieli danej szkoły opartych o rozpoznanie sytuacji konkretnych uczniów i znajomość lokalnych uwarunkowań.

I.3. Odpowiedź praktyczna profilaktyki zintegrowanej w niestabilnych latach 2021–2022: monitoring i ewaluacja programów dla młodzieży

Skuteczna profilaktyka powinna być oparta na podstawach naukowych. Na takich podstawach oparty jest każdy program profilaktyki zintegrowanej tworzony w odpowiedzi na nowe rodzaje zagrożeń, zmieniające się uwarunkowania i zmieniające się potrzeby profilaktyczne młodzieży. Programy profilaktyki zintegrowanej stanowiły ważny element odpowiedzi na problemy młodzieży wynikające z wydarzeń lat 2020–2022. Podstawą do tworzenia nowych programów i przekształcania istniejących były wyniki badań publikowanych w czterech kolejnych raportach i ekspertyzach Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej od raportu *Młodzież w czasie epidemii* z kwietnia 2020, aż po raport *Jak wspierać uczniów po roku epidemii* z marca 2021.

W tym ostatnim raporcie sformułowane zostały rekomendacje dla wychowania i profilaktyki. Działania praktyczne podejmowane w latach 2021–2022 przez IPZIN i sieć kilkunastu współpracujących organizacji były zaplanowane w oparciu o te rekomendacje. Zanim przejdziemy do omówienia konkretnych programów oraz wyników ich monitoringu lub ewaluacji, przyjrzyjmy się raz jeszcze wybranym rekomendacjom raportu IPZIN z roku 2021. Nie będziemy przytaczać tu wszystkich rekomendacji, warto jednak zaznaczyć, że **ważnym zaleceniem raportu pisanego w trakcie trzeciej fali epidemii było zachowanie równowagi między wymogami reżimu sanitarnego a zwiększonymi potrzebami wychowawczymi i profilaktycznymi wynikającymi z osłabienia kondycji psychicznej młodzieży**. Przestrzegaliśmy przed tym, by troska o bezpieczeństwo epidemiczne nie była realizowana kosztem wstrzymania lub ograniczenia działań wychowawczych, profilaktycznych i wspierających kondycję psychiczną uczniów. Część rekomendacji raportu została uwzględniona w wytycznych MEiN dla szkół na rok szkolny 2021/2022, dwie z nich zostały włączone w tekst preambuły do wytycznych.

Wiele spośród rekomendacji miało charakter systemowy i dotyczyło funkcjonowania systemu edukacji. Inne wskazywały konkretne kierunki potrzebnych działań. Spośród rekomendacji w pełni zachowujących swoją aktualność, do samej realizacji programów profilaktycznych najmocniej nawiązywała rekomendacja 9.

Rekomendacja 9:

Niezbędna jest szeroka realizacja skutecznych i sprawdzonych programów profilaktycznych, które pomogą zapobiec odreagowywaniu stresów czasu epidemii w szkodliwe sposoby i „rozhamowaniu” po rozluźnieniu reżimu sanitarnego, zakończeniu okresu izolacji i powrotu dzieci i młodzieży do grup rówieśniczych. Doświadczenia praktyczne nagromadzone w okresie epidemii jednoznacznie pokazują, że udzielenie wsparcia psychicznego oraz osiągnięcie celów profilaktycznych jest możliwe także poprzez działania w formie online. Programy profilaktyczne oparte na podstawach naukowych realizowane po powrocie do nauki stacjonarnej powinny być realizowane zgodnie ze standardami gwarantującymi ich skuteczność. W niektórych przypadkach może to wymagać odpowiedniego dostosowania form reżimu sanitarnego w taki sposób, aby uzyskać maksymalne efekty profilaktyczne przy jednoczesnym zachowaniu bezpieczeństwa epidemicznego.

Rozwinięciem tej rekomendacji były bardziej szczegółowe wskazania dotyczące dostosowania działań z obszaru profilaktyki do czasu epidemii opracowane przez IPZIN na potrzeby oddzielnej ekspertyzy przygotowanej na zamówienie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych z jesieni 2020 roku. Większość z tych wskazań jest w pełni aktualnych, jeśli wziąć pod uwagę sytuację w świecie, w której wciąż mamy do czynienia z głęboką niestabilnością. Poziom tej niestabilności pozostaje wciąż wysoki – zmieniają się jedynie jej przyczyny. Oto wybór spośród wskazanych w ekspertyzie cech programów profilaktycznych, które szczególnie warto wdrażać w niestabilnych czasach cechujących się tak dużą zmiennością, że trudno za nią nadążyć także badaczom i profilaktykom. Programy takie powinny:

- **Koncentrować się na zwiększaniu odporności dzieci i młodzieży na negatywne skutki sytuacji kryzysowej poprzez uczenie ich takich sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, które bazują na naturalnych, dostępnych dla każdego indywidualnych zasobach wewnętrznych (np. marzenia i cele życiowe, podstawowe wartości ogólnoludzkie, ważne więzi z innymi, posiadane talenty i umiejętności).**
- **Wzmacniać naturalne zasoby wsparcia dostępne w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży (rodzice i rodzina, wychowawcy, pedagog szkolny, itd.)**
- **Dawać okazję do modelowania przez profilaktyków-profesjonalistów postaw i rozwiązań, które dorośli z najbliższego otoczenia dzieci i młodzieży uczestniczący w działaniach profilaktycznych (rodzice, nauczyciele) będą mogli przełożyć na swoje własne działania wspierające.**

Ponadto w zaleceniach dla realizacji programów w okresie epidemii, które stosują się także do innych nagłych kryzysów i niestabilnych okresów w ekspertyzie rekomenduje się:

- **Uwzględnienie w procesie opracowywania/dostosowywania programu możliwie aktualnej diagnozy aktualnej sytuacji kryzysowej oraz jej skutków dla dzieci/młodzieży, rodziców, wychowawców.**
- **Prowadzenie systematycznego monitoringu działań oraz ewaluacji (w takim wymiarze i trybie, jaki jest wykonalny w warunkach epidemii lub innych ograniczeń sytuacji kryzysowej) oraz uwzględnianie wyników do modyfikowania programów.**
- **Bazowanie na przeszkolonej kadrze, która posiada doświadczenie w prowadzeniu rekomendowanych programów profilaktycznych.**

- **W przypadku programów online – dostosowanie treści programu do pracy zdalnej, która zmienia charakter kontaktu i powoduje konieczność uwzględnienia nieznanych warunków i okoliczności po stronie uczestników programu. W takiej sytuacji trzeba dołożyć szczególnych starań, by działania były bezpieczne psychologicznie.**

Skoro Instytut Profilaktyki Zintegrowanej oraz eksperci z nim związani sformułowali zalecenia dla całej profilaktyki, to tym bardziej programy tworzone i nadzorowane przez sam IPZIN powinny być z tymi zaleceniami zgodne. I tak faktycznie się działo. Co więcej, bieżące obserwacje i wyniki monitoringu realizowanych programów były jednym ze źródeł inspiracji wykorzystanych przy tworzeniu rekomendacji. Znakiem szczególnym IPZIN jest stałe i silne sprzężenie zwrotne między wynikami badań, refleksją teoretyczną i doświadczeniami z praktyki profilaktycznej.

W latach 2021–2022 lista programów profilaktycznych opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej, których głównym adresatem jest młodzież obejmowała pięć programów:

1. Archipelag Skarbów (program stacjonarny)
2. Gwiazda Mocy (program stacjonarny)
3. Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców (program online)
4. Nawigacja w Kryzysie (program online)
5. Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w Każdą Pogodę (program profilaktyczny wraz z diagnozą środowiska szkolnego oparty na aplikacji internetowej)

Wszystkie te programy są włączone do systemu nadzoru nad jakością prowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, co oznacza, że mają wyznaczone standardy działania i procedury postępowania. Dzięki zinformatywowanemu archiwum realizacji na bieżąco można monitorować jak dany program jest przyjmowany przez odbiorców i wprowadzać konieczne zmiany. Jakość i sumiennosc pracy profilaktycznej to jeden z warunków jej skuteczności, a jednocześnie wyraz szacunku do odbiorców.

System nadzoru nad jakością był systematycznie budowany od czasu opracowania i przeprowadzenia ewaluacji formatywnej programu Archipelag Skarbów w 2006 roku. W systemie rozbudowywanym na przestrzeni lat włączane były stopniowo kolejne programy – każdy z uwzględnieniem jego specyfiki: inaczej monitoruje się jakość programów stacjonarnych, inaczej programów online, a jeszcze inaczej złożonych pakietów działań profilaktycznych, jakim jest Nawigacja w Każdą Pogodę. Dbałość o standardy i jakość realizacji traktowana jest jako konieczny warunek, by działania mogły przynieść realne efekty w zakresie profilaktyki zachowań ryzykownych i problemów młodzieży, a także poprawy kondycji psychicznej.

Doświadczenie zdobyte na przestrzeni lat rozwijania systemu monitorującego jakość programu Archipelag Skarbów zaowocowało w latach 2020–2021, gdy powstała potrzeba tworzenia nowych programów oraz dostosowywania istniejących. Programy te mogły być od razu włączone w system monitoringu.

Przed rokiem 2020 system monitorowania jakości obejmował dwa programy profilaktyki zintegrowanej: program Archipelag Skarbów oraz nowy i wtedy jeszcze wciąż niedokończony program Gwiazda Mocy. W pierwszych miesiącach pandemii COVID-19, eksperci IPZIN opracowali nowe programy będące odpowiedzią na potrzeby związane z trudną i dynamicznie zmieniającą się sytuacją młodzieży, rodziny, szkoły i całego społeczeństwa, która była konsekwencją epidemii i izolacji. Najważniejszym celem tych programów było wspieranie kondycji psychicznej

młodzieży i nauka radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych. Ich kluczową cechą było dostosowanie do nauki zdalnej. Dzięki współpracy z Ministerstwem Sprawiedliwości i Środkom z Funduszu Sprawiedliwości przeprowadzono badania ewaluacyjne obu nowych programów. Opisy programów, wyniki ich monitoringu oraz badań ewaluacyjnych zostały szczegółowo zaprezentowane w raporcie IPZIN z 2021 roku pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii*⁴⁵. Najnowszy program profilaktyki zintegrowanej to „Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w Każdą Pogodę”. Różni się on znacznie od pozostałych tym, że jest przeznaczony do realizacji nie przez przeszkolonych trenerów, a przez wychowawców klas wspomaganych przez specjalnie opracowaną aplikację internetową. Umożliwia ona przeprowadzenie badań diagnostycznych w środowisku szkolnym oraz działań profilaktycznych opartych na wynikach tych badań.

W kolejnych podrozdziałach kolejno omawiane będą poszczególne programy oraz wyniki ich monitoringu lub ewaluacji z roku szkolnego 2021/2022. Ilość miejsca poświęconego danemu programowi zależy od ilości danych zebranych na jego temat. Podrozdział o programach przeznaczonych do realizacji zdalnej będzie najkrótszy, gdyż obszerniejsze informacje i wyniki ewaluacji zostały zawarte w raporcie IPZIN z roku 2021. Z kolei podrozdział dotyczący programu Nawigacja w Każdą Pogodę będzie bardzo obszerny, gdyż jest to program bardzo nowatorski, realizowany od razu na dużą skalę i na bieżąco poddawany ewaluacji. Wyniki tej ewaluacji są decydujące dla oceny wartości i sensu dalszego rozwijania tego programu.

I.3.1. Monitoring programu Archipelag Skarbów w latach 2021–2022

I.3.1.1. Podstawowe informacje o programie Archipelag Skarbów

Od roku 2006, gdy w ramach projektu finansowanego przez PARPA powstała pierwsza wersja programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®, jest od nieprzerwanie realizowany aż do dziś. W programie co rok bierze udział 30000–35000 uczniów oraz ponad 10000 dorosłych (rodziców i nauczycieli). Mniejsza skala w okresie nasilenia epidemii COVID-19 wynikała z długich okresów zamknięcia szkół.

Cele i struktura programu pozostają niezmienione na przestrzeni lat, natomiast treści i metodyka są systematycznie aktualizowane zgodnie z wynikami najnowszych badań naukowych i wyzwaniem wynikającymi ze zmian we wrażliwości młodzieży.

Program w całości opiera się na modelu profilaktyki zintegrowanej, w którym szczególną wagę przywiązuje się do wiedzy naukowej na temat powiązań między różnymi problemami młodzieży oraz wiedzy o wspólnych czynnikach ryzyka i czynnikach chroniących związanych z różnymi zachowaniami ryzykownymi i problemami.

Odwołując się do marzeń i pragnień młodych ludzi (szczęście w życiu osobistym i w miłości) oraz ich potrzeb rozwojowych w okresie dojrzewania program uczy zdrowego i mądrego stylu

⁴⁵ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, str. 69–81, Warszawa 2021. Dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

życia, zachęca do unikania alkoholu, narkotyków, przemocy i pornografii, motywuje do czekania z podejmowaniem współżycia seksualnego do czasu zawarcia trwałego związku opartego na wierności. Jednym z celów programu jest pozytywna integracja uczniów wokół zdrowego stylu życia i osłabienie wpływu młodzieży z grup ryzyka. Program motywuje młodzież do tego, by w sytuacjach trudnych, problemowych nie zamykać się w sobie, lecz szukać pomocy. W programie szeroko wykorzystana jest wiedza o skutecznych strategiach profilaktycznych.

W latach 2021–2022, czyli w okresie naznaczonym konsekwencjami epidemii i izolacji, w którym powszechny był obniżony poziom energii życiowej młodzieży program mógł spełnić rolę mobilizującą i energetyzującą. Sprzyja temu zarówno odwoływanie się do ważnych dla młodzieży celów życiowych, jak i żywy sposób prowadzenia programu przez kilkusobową ekipę trenerów wraz z bogactwem stosowanych metod pracy.

Archipelag Skarbów jest zasadniczo programem profilaktyki uniwersalnej, chociaż od roku 2018, dzięki projektowi realizowanemu ze środków Funduszu Sprawiedliwości, został on dostosowany do realizacji w Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych. Adaptację programu do grup młodzieży niedostosowanej społecznie lub zagrożonej niedostosowaniem społecznym poprzedziły badania diagnostyczne przeprowadzone przez IPZIN w szeregu placówek MOS i MOW. Wyniki monitoringu potwierdzają bardzo dobry odbiór programu przez młodzież, a opinie kadry placówek wskazują na pomocność programu w pracy wychowawczej, profilaktycznej i resocjalizacyjnej. Aktualnie prowadzone są badania ewaluacyjne nad skutecznością programu w MOS-ach i MOW-ach.

Program ma formę trwających 8–9 godzin lekcyjnych i rozłożonych na dwa dni warsztatów prowadzonych dla dużej grupy 60–160 uczestników przez kilkusobową ekipę certyfikowanych trenerów. Możliwe są warianty realizacji programu zarówno w nieco mniejszej, jak nawet w nieco większej grupie, o ile spełnione są odpowiednie warunki. W metodyce programu celowo wykorzystuje się dla celów profilaktycznych dynamikę dużej grupy. Konstrukcja programu oraz sposób szkolenia trenerów pozwala na osiągnięcie wysokiego bezpieczeństwa psychologicznego programu. Podstawowym adresatem programu jest młodzież w przedziale wiekowym 14–16 lat, a działaniami programu obejmowani są także rodzice i kadra pedagogiczna. Skuteczność Archipelag Skarbów® wśród młodzieży w wieku 14–16 lat została potwierdzona badaniami ewaluacyjnymi przeprowadzonymi w latach 2007–2008 przez Fundację Homo Homini im. Karola de Foucauld we współpracy z MEN, CMPPP (obecnie ORE), PARPA oraz KC ds. AIDS. Program jest wpisany do bazy programów rekomendowanych w „Systemie rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego” od początku istnienia tego systemu.

Po reformie struktury systemu edukacji w szkołach pojawiła się potrzeba obejmowania programem także młodzieży w wieku 13 lat. Badania ewaluacyjne z lat 2019–2020 przeprowadzone w oparciu o środki z Funduszu Sprawiedliwości pokazały, że udział młodzieży 13-letniej nie wiąże się z żadnymi szkodliwymi skutkami ubocznymi, a efekty profilaktyczne programu w tej grupie wiekowej nie odstają znacząco od efektów obserwowanych u młodzieży 14-letniej.

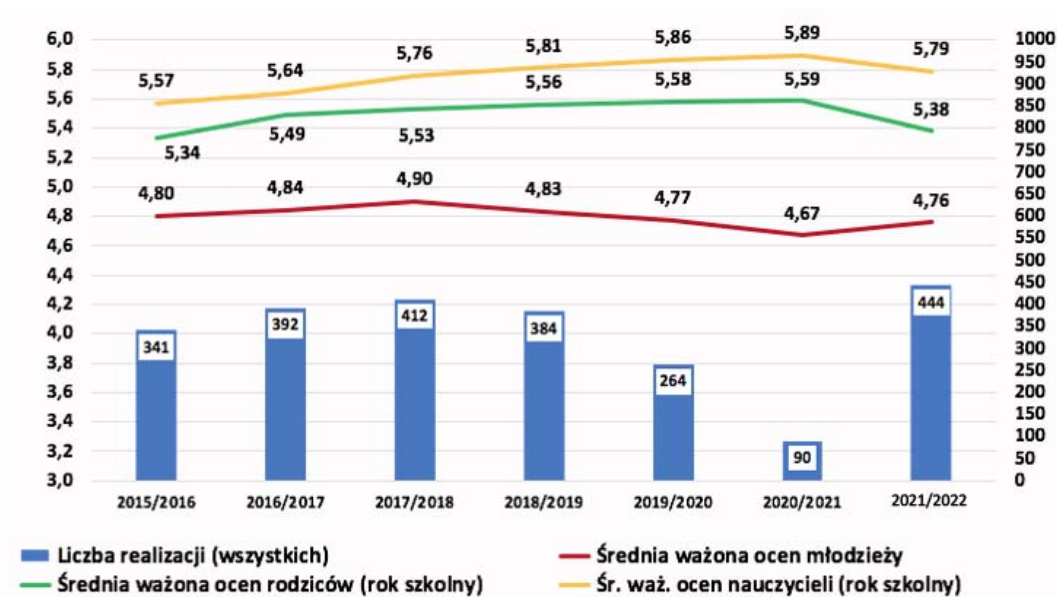
1.3.1.2. Wyniki monitoringu programu Archipelag Skarbów z lat 2021–2022

Podstawowym narzędziem monitoringu programu jest anonimowa ankieta wypełniana przez uczestników pod koniec poszczególnych modułów programu (warsztaty dla młodzieży,

spotkanie dla rodziców, szkolenie dla rady pedagogicznej). Pomocniczym narzędziem są sprawozdania ekipy trenerów po programie oraz maile przysyłane przez młodzież po programie.

Poniższy wykres pokazuje podsumowanie skali realizacji i ogólnych ocen programu w skali 1–6 danych młodzież, rodziców i nauczycieli uczestniczących w programie Archipeląg Skarbów na przestrzeni lat 2015–2022.

Wykres 45. Skala i jakość działania AS w latach 2015–2022



W roku szkolnym 2021/2022 (wrzesień 2021 – czerwiec 2022) odbyły się 444 realizacje programu. To, jak do tej pory najwięcej w historii. W programach wzięło udział w sumie 32 419 uczniów, 4 917 rodziców i 7 855 nauczycieli.

Liczba ankiet zebranych wśród młodzieży w ramach monitoringu jest nieco niższa niż liczba uczestników i wynosi **N = 23 623**. Średnia ocena ogólna programu wystawiona przez młodzież, liczona w skali 1–6, wynosiła **4,76**. To wysoka średnia, porównywalna do średniej dla całej grupy młodzieży uczestniczącej w programie na przestrzeni lat 2012–2022 liczącej **N = 240 385** uczniów, która wynosi 4,8. Dziewczęta oceniły program na **4,81**, a chłopcy na **4,72**.

Średnia ocena programu, także w skali 1–6, wystawiona przez rodziców wynosiła **5,38** (w oparciu o dane dla N = 1389 rodziców⁴⁶), a przez kadrę pedagogiczną **5,72** (w oparciu o dane

⁴⁶ Liczba zebranych od rodziców ankiet jest znacznie mniejsza niż liczba uczestniczących w spotkaniach rodziców. Z zasady ankiety rozdawane są wśród rodziców, gdy liczba uczestników spotkania wynosi co najmniej 10 osób, co daje im poczucie anonimowości w wypełnianiu ankiety. W ostatnim okresie, czyli w ostatniej fazie epidemii i po epidemii, frekwencja na spotkaniach była niska. Część spotkań odbywała się online i także często przy niskiej frekwencji.

dla N = 1144 nauczycieli)⁴⁷. Oznacza to, że wartość programu jest powszechnie doceniana przez rodziców i nauczycieli. Na bardzo podobnym, wysokim poziomie około 5,50 rodzice oceniają przydatność treści programu dla dziecka oraz przydatność treści i sposób prowadzenia spotkania dla rodziców. Jednocześnie nauczyciele na podobnym, bardzo wysokim poziomie około 5,7 oceniali relację trenerów z młodzieżą, sposób, w jaki przekazywali oni treści profilaktyczne uczniom, a także samo spotkanie dla rady pedagogicznej.

82% młodzieży uczestniczącej w programie oceniło, że program był dla nich przydatny.

Według danych z monitoringu z roku szkolnego 2021/2022 (N=23362) udział w programie zmotywował młodzież do następujących prozdrowotnych postaw i zachowań:

- większy szacunek wobec innych: 88%
- unikanie alkoholu: 61%
- unikanie narkotyków: 73%
- unikanie pornografii: 64%
- czekanie ze współżyciem seksualnym⁴⁸:
 - o do dorosłości: 53%
 - o do zawarcia trwałego, wiernego związku (do ślubu): 38%

Z punktu widzenia celów programów profilaktyki zintegrowanej ważne jest to, by program z jednej strony zachęcił jak największą część uczestników do przyjęcia prozdrowotnych postaw z różnych obszarów profilaktyki, a z drugiej strony by w maksymalnie dużej grupie młodzieży uzyskać wpływ choćby w jednym obszarze profilaktyki.

W świetle danych z monitoringu z roku szkolnego 2021/2022 udział w programie przełożył się na wzrost prozdrowotnej motywacji w co najmniej jednym z wyżej wymienionych obszarów u 88% uczestników, a w co najmniej 3 obszarach równocześnie u 73% uczestników.

Wysokie odsetki osób zachęconych do podjęcia zdrowego stylu życia proponowanego w programie Archipelag Skarbów® są ważnym wskaźnikiem odbioru programu przez młodzież i istotnym potwierdzeniem, że praca oparta na podejściu zintegrowanym jest efektywna. Należy podkreślić, że wysoki odsetek uczniów zmotywowanych do zdrowego stylu życia w kilku obszarach jednocześnie jest silniejszym predyktorem skuteczności programu niż wysoka średnia ocena programu przez młodzież.

⁴⁷ W okresie po epidemii ocena nauczycieli nie jest zbierana wśród wszystkich uczestników spotkania. Najczęściej jest to ocena odbioru programu przez nauczycieli wydawana przez pedagoga lub pedagoga i wychowawców klas uczestniczących w programie. W ten sposób zbierano N=484 ankiet z roku szkolnego 2021/2022. Informują one o ocenie programu i modułu dla nauczycieli przez przedstawicieli kadry pedagogicznej szkół. Pilotażowo, w roku 2022, wdrożono na części realizacji programu Archipelag Skarbów monitoring elektroniczny, w ramach którego nauczyciele i specjaliści szkolni mogli wypełniać ankietę na swoich telefonach komórkowych. Liczba zebranych w ten sposób ankiet wynosiła N=660. Łączna liczba ankiet papierowych i elektronicznych wynosiła N= 1144. W ankietach elektronicznych nauczyciele nie oceniali wszystkich elementów programu, a jedynie samo szkolenie dla nauczycieli.

⁴⁸ Wczesny wiek inicjacji seksualnej i duża ilość partnerów należą do podstawowych czynników ryzyka zakażeń przenoszonych drogą płciową. Z punktu widzenia pierwszorzędowej profilaktyki w tym obszarze, bardzo istotne jest zapobieganie wczesnej inicjacji seksualnej (podejmowanej przez nastolatki), a także wiązanie współżycia seksualnego z zawarciem trwałego związku opartego na wierności.

Liczbowe dane z monitoringu uzupełniają swobodne wypowiedzi uczniów udzielane w anonimowych ankietach. Wiele z tych wypowiedzi wyraża przydatność programu dla młodzieży i pokazuje jakie cechy prowadzących młodzież szczególnie docenia:

- *„Bardzo bardzo, ale to bardzo mi się podobało. Spodziewałem się że to będzie jakaś taka sucha paplanina ale się myliłem. Interakcje z widownią są super, tak jak prowadzący.”*
- *„Bardzo miło przebywało mi się w waszym towarzystwie. Dużo mnie to nauczyło i na pewno będę starać się pracować nad sobą. Dziękuję za poświęcony czas w imieniu swoim jak i innych.”*
- *„Bardzo podobało mi się z jaką prywatnością jesteście w stanie rozmawiać o rzeczach nie dla wszystkich oczywistych”*
- *„Najbardziej dobrą rzeczą było mówienie o ważnych dla nas uczuciach i tego jak powinniśmy na różne rzeczy patrzeć. Nie zawsze w życiu jest pod górkę, ale nie można się też poddawać. Bardzo dziękuję za warsztaty, pomogły mi rozwiązać różne niejasności, które były we mnie i jak ja je spostrzegałam.”*
- *„Dziękuję za tą wiedzę! Postaram się ją przekazywać dalej. Dziękuję, że w tych czasach są ludzie, którzy pragną prowadzić nas w dobrą stronę!”*
- *„Program był bardzo przydatny. Dowiedziałam się nowych rzeczy, które będę w większej ilości wprowadzać w swoje życie.”*
- *„Dobre było to, że mówili nam dlaczego warto unikać pornografii”*
- *„Uważam, że program wniósł sporo do mojego życia”*
- *„Uzyskałam nawet większą pewność siebie”*

W ramach programu Archipelag Skarbów funkcjonuje stały, ogólnopolski adres korespondencyjny dla młodzieży, którym opiekuje się zespół psychologów. Młodzież ma możliwość podzielenia się z Instytutem po programie swoimi wrażeniami (pozytywnymi albo nie) lub problemami. Podstawowym zadaniem psychologów jest wsparcie uczniów z problemami i zmotywowanie ich do jak najszybszego udania się po bezpośrednią pomoc w regionie swojego zamieszkania. Wybrane listy młodzieży publikujemy za zgodą autorów, w pełni anonimowo.

Pierwszy fragment z korespondencji od osoby, która miała poważne trudności emocjonalne. **Efektom udziału w programie i następstwem indywidualnej rozmowy z trenerem programu była jej decyzja poproszenia o pomoc psychologiczną psychologa szkolnego.** Trener spełnił tu ważną rolę facylitatora. Co ciekawe, potrzebny był program realizowany przez trenerów spoza szkoły, by uczennica nabrała przekonania i odwagi do zwrócenia się o pomoc do pracownika własnej szkoły.

„Ostatnio zaprezentowaliście Państwo w mojej szkole Wasz projekt. Jestem ZACHWYCONA profesjonalizmem osób prowadzących, jak i samym projektem!!! A oprócz tego... Miałam problem, z którym poszłam do Pani, która prowadziła. Bardzo mi pomogła i namówiła mnie na spotkanie z psychologiem. Czuję się zdecydowanie lepiej, sama nigdy bym się nie odważyła poprosić o pomoc kogoś ze szkoły. (...)

Otworzenie się przed kimś było dla mnie ogromnym wyzwaniem i kosztowało mnie wiele stresu – do takiego stopnia, że rozmawiając z tą Panią leciały mi łzy. Myślałam, że poradzę sobie sama, nie było to jednak takie proste jak myślałam. Od 4 lat trzymałam to wszystko w sobie. Myślałam czasami, że po prostu wybuchnę, że coś we mnie pęknie. Bałam się i nadal się boję, że nikt mnie nie zrozumie, bo nikogo to nie obchodziło. Mam ogromny problem z zaufaniem. Bałam się, że pani psycholog (ze szkoły) przed którą się otworzyłam powie to innym. A dopiero ta Pani

z projektu uświadomiła mi, że warto sięgać po pomoc...będę jej wdzięczna do końca życia, bo pomogła mi najtrudniejszym momencie w moim życiu. Projekt był świetny, bardzo dużo z niego wyniosłam. Na pewno przydadzą mi się rady, które usłyszałam - gdy będę musiała podjąć jakąś decyzję związaną z tematyką Waszego projektu. Osoby, które prowadziły bardzo dobrze potrafią dogadać się z nastolatkami. Zdecydowana większość osób siedzących wokół mnie słuchała ze skupieniem. Myślę, że było to bardzo przydatne. Dziękuję"

Autorem kolejnego listu jest chłopak, który opisuje jak **dzięki udziałowi w programie pomógł zmieniać swoje życie na lepsze**. W swoim liście odwołuje się do jednej z metafor używanych w programie (tygrysy jako symbol pięknych, ale czasem trudnych emocji):

„(...) dzisiaj w naszej szkole prowadziliście wasz program. Chciałem powiedzieć, że bardzo mi się podobało i super się bawiłem :) Zrozumiałem też parę rzeczy, które pomagają mi pomалу zmieniać moje życie na lepsze. Było mi bardzo miło Was poznać i spędzić świetnie z Wami czas, ucząc się przydatnych rzeczy! Super było też brać udział w ćwiczeniu jako jeden z ekspertów :) Raz jeszcze dziękuję i mam nadzieję, że jeszcze wiele ludzi oswoi swoje tygrysy i będzie mądrze wybierało w swoim życiu :)”

Inna z uczestniczek podzieliła się refleksją jak **udział w programie pomógł jej w pokonaniu trudności życiowej i wychodzi z wcześniejszego stanu zagubienia**.

(...) Po zajęciach w naszej szkole naprawdę zrozumiałam kilka kwestii, wcześniej byłam strasznie zagubiona, patrzyłam jak moi znajomi szli do przodu, a ja utknęłam w miejscu. Nie wiedziałam co zrobić, ale teraz małymi kroczkami odnajduję swoją drogę. Jeszcze raz DZIĘKUJĘ.”

Jak wspomniano wyżej, średnia ocena programu przez rodziców w roku szkolnym 2021/2022 wynosiła **5,38** w skali 1–6. Przydatność treści programu oceniano na **5,43**, sposób prowadzenia modułu dla rodziców na **5,50**. Ponadto rodzice uważają, że udział dziecka w programie za wartościowy (**5,49**), a treści programu za przydatne dla etapu rozwojowego ich dzieci (**5,52**).

W otwartych komentarzach rodzice udział swój i swojego dziecka w programie oceniają następująco:

- *„Bardzo pomocne i dużo ciekawych rzeczy, dowiedziałam się jak postępować z dzieckiem”*
- *„Zrozumiałem, że w kontakcie z dzieckiem od racji ważniejsza jest RELACJA”*
- *„Bardzo się cieszę takim wsparciem dla mojego dziecka. Jestem zadowolona, że takie spotkania się odbywają. To, co robicie jest przygotowane na bardzo dobrym poziomie. I tak trzymać!”*
- *„Jestem ... pozytywnie rozczarowany! Bardzo chętnie wezmę udział w takim spotkaniu raz jeszcze. Proszę o więcej takich projektów w placówkach szkolnych”*
- *„Ważne tematy. Świetnie, że taki program funkcjonuje. Dzieciom bardzo się podobało dzisiejsze spotkanie w szkole.”*
- *„Bardzo cenne wskazówki w wychowywaniu nastolatka. Spotkanie poszerzyło moją wiedzę, było fachowo przeprowadzone.”*

Średnia ocen ogólnych programu dla młodzieży i szkolenia dla kadry pedagogicznej wyrażona przez nauczycieli i obliczona z danych z ankiet papierowych (N=484) wypełnianych najczęściej przez pedagoga szkolnego w roku szkolnym 2021/2022 wynosiła **5,79** w skali 1–6. Sprawność organizacyjną trenerów nauczyciele oceniają na **5,86**, nawiązanie współpracy z uczniami na **5,76**, sposób przekazywania treści na **5,79**, moduł dla rodziców na **5,76**, a moduł dla nauczycieli na **5,74**.

Średnia ocena ogólna szkolenia dla nauczycieli obliczona z danych zbieranych wśród kadry pedagogicznej elektronicznie (N=660) w roku 2022 wynosiła **5,65**. Ocena przydatności szkolenia wynosiła 5,63, natomiast ocena metodyki prowadzenia szkolenia 5,64.

Oto kilka cytatów z wypowiedzi otwartych nauczycieli o programie:

- *„Uważam, że program porusza bardzo istotne na tym etapie rozwoju młodzieży problemy, tematy i ich przekaz w kierunku młodzieży jest bardzo dobry. Dodatkowo dobrze jest odbierany przez młodzież, gdyż jest przekazywany przez osoby, które nie są im na co dzień znane.”*
- *„Wartościowy program, prowadzony przez kompetentnych i dobrze przygotowanych trenerów.”*
- *„Trenerzy wsparli kadrę pedagogiczną rzetelną wiedzą, nawiązali również do trudności związanych ze zdalnym nauczaniem oraz aktualną sytuacją za wschodnią granicą kraju. Odpowiadali na nurtujące nauczycieli pytania z zakresu pracy wychowawczej i profilaktycznej.”*
- *„Bardzo pozytywna jest refleksja dziewcząt o tym, że piękno to nie tylko ładna buzia i zadbane ciało, że warto budować swoją samoocenę w oparciu o wartości, a relacje międzyludzkie opierać na szacunku do drugiej osoby.”*

Poniżej przedstawiamy fragment listu pewnej pani pedagog ze szkoły, w której był realizowany Archipelag Skarbów do lidera prowadzącej go ekipy trenerskiej. Do szkoły tej chodzą córki tej pani pedagog, które uczestniczyły w realizacji. Na treść listu warto popatrzeć od strony celu programu, jakim jest **pozytywna integracja młodzieży i zmotywowanie do rozwoju** po odbierającym energię rozwojową okresie epidemii. Wypowiedź tę przytaczamy za zgodą autorki.

„Jeszcze raz dziękuję za te wszystkie treści i tak cenny przekaz. Czy Pan wie, że te dwa dni zadziałały trochę jak terapia? Zarówno młodzież, z którą wracałam piechotą do szkoły, zdawała się być jakaś odmieniona - spokojniejsza, życzliwsza dla siebie, jakaś taka zintegrowana. Jak i moje córki. Po drugim dniu były wykończone, noc miały pełną snów i mówiły, że naraz urodził im się w klasie drugi dżentelmen (dotąd był jeden). Do domu wracali całą gromadą, jedni piechotą, inni na rowerach. Zaczarowaliście Państwo młodzież!”

Wysokie oceny młodzieży, rodziców oraz pozytywne opinie kadry pedagogicznej z roku szkolnego 2021/2022 wskazują na to, że realizacja programu Archipelag Skarbów® stanowiła dobrą odpowiedź na potrzeby młodzieży i była wsparciem dla codziennego wysiłku wychowawczego rodziców i nauczycieli. W trudnym okresie naznaczonym konsekwencjami epidemii i izolacji oraz wybuchem wojny na Ukrainie taka forma działań profilaktycznych okazała się adekwatna i właściwa. Trzeba jednak wziąć pod uwagę, że program jest nieustannie dostosowywany do zmieniającej się wrażliwości młodzieży, czemu służy stały monitoring programu, regularne superwizje dla trenerów oraz analiza aktualnych wyników badań IPZIN nad młodzieżą.

Jedną z bardzo ważnych adaptacji, które trzeba było stosować w trakcie realizacji programu, było dostosowywanie metodyki pracy i wielkości grup do zmieniających się zasad reżimu sanitarnego. Praca trenerów w maseczkach, konieczność zachowywania odległości, dezynfekcja mikrofonów i materiałów profilaktycznych – to wszystko bardzo utrudniało budowanie relacji z uczniami. W tym świetle wyniki monitoringu należy uznać za bardzo satysfakcjonujące i świadczące o tym, że realizacja programu wniosła wkład w poprawę kondycji psychicznej młodzieży oraz zapobieganie zjawisku rozhamowania zachowań po zakończeniu okresu izolacji.

I.3.1.3. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1

W świetle danych z monitoringu z roku szkolnego 2021/2022 udział w programie Archipelag Skarbów® przełożył się na wzrost prozdrowotnej motywacji w co najmniej jednym z 5 obszarów (unikanie alkoholu, narkotyków, pornografii, czekanie z kontaktami seksualnymi, szacunek dla innych) u 88% uczestników, a w co najmniej trzech z pięciu obszarów równocześnie u 73% uczestników. W połączeniu z wysoką oceną ogólną programu przez młodzież, rodziców i nauczycieli wyniki są istotnym potwierdzeniem, że:

- praca oparta na podejściu zintegrowanym umożliwia uzyskanie prozdrowotnego wpływu na młodzież w wielu obszarach profilaktyki
- metodyka i treści programu Archipelag Skarbów® zostały dobrze dostosowane do potrzeb i wrażliwości młodzieży w trudnym okresie oddziaływania konsekwencji pandemii i wojny na Ukrainie.

Wniosek 2

Analiza odpowiedzi młodzieży na pytania otwarte i cytowanych w raporcie fragmentów listów od uczestników pozwala na konkluzję, że dla szeregu uczniów udział w programie jest ważnym krokiem pomagającym w pokonaniu przeżywanej trudności życiowej i wyjściu ze stanu zagubienia. Owocem programu jest podjęcie przez szereg młodych osób decyzji o szukaniu profesjonalnej pomocy (zwłaszcza w związku z przeżywaną depresją lub doświadczaną przemocą).

Rekomendacja 1

Program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® może być używany jako jedno z wartościowych narzędzi wspierania kondycji psychicznej oraz integracji grupy rówieśniczej dokonującej się wokół konstruktywnych celów życiowych i w oparciu o wzajemną pomoc i szacunek. Treści i metodyka programu wykorzystująca dynamikę dużej grupy pomaga w aktywizowaniu młodzieży i przełamywaniu braku energii i marazmu rozwojowego będącego skutkiem okresów izolacji z okresu pandemii. W świetle wyników badań optymalną grupą odbiorców programu jest młodzież w wieku 14–16 lat, ale bezpieczne wykorzystanie programu z pozytywnymi efektami dotyczy także uczestników w wieku 13 lat.

I.3.2. Monitoring programu Gwiazda Mocy w latach 2021–2022

I.3.2.1. Podstawowe informacje o programie Gwiazda Mocy

Program profilaktyki zintegrowanej Gwiazda Mocy – Pierwsza Wyprawa (w skrócie: Gwiazda Mocy), powstał jako nowoczesna propozycja wspierania rozwoju młodzieży w wieku 12–13 lat.

Program opracowano, poddano pilotażowi oraz ewaluacji formatywnej w 2018 roku w ramach projektu zleconego przez Ministerstwo Sprawiedliwości z Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej – Funduszu Sprawiedliwości. Program Gwiazda Mocy został opracowany zgodnie z założeniami modelu profilaktyki zintegrowanej (S. Grzelak, 2009)⁴⁹, a jego opracowanie było odpowiedzią na zgłaszane do IPZIN zapotrzebowanie na program profilaktyki zintegrowanej dla młodzieży znajdującej się w pierwszej fazie okresu dojrzewania, co przypada mniej więcej na klasy 6–7 szkoły podstawowej.

Program powstał w oparciu o mocne i aktualne podstawy naukowo-badawcze obejmujące szeroki sondaż potrzeb profilaktycznych młodzieży (2017) wśród ponad 11 000 respondentów, kwerendę literatury naukowej dotyczącej wczesnej fazy okresu dojrzewania zebraną w osobnym raporcie roboczym (2018) oraz dedykowane badania przeprowadzone wśród młodzieży z klas 7 (2018). Dzięki tym działaniom program Gwiazda Mocy jest bardzo dobrze dostosowany do zidentyfikowanych potrzeb rozwojowych dwunasto-trzynastoletków.

Celem programu jest profilaktyka szeregu zachowań ryzykownych i problemów młodzieży: przemocy i cyberprzemocy, depresji i myśli samobójczych, trudności w akceptacji własnej płci i ciała, korzystania z substancji psychoaktywnych, korzystania z pornografii i uzależnień behawioralnych.

Program został opracowany w taki sposób, by wzmacniać czynniki chroniące związane z rodziną i szkołą, wspierać refleksję nad celami, wartościami i zasadami żywotnymi. Program wzmacnia rolę rodziny w oczach dzieci i ugruntowuje autorytet rodziców uwzględniając zarazem fakt, że w części rodzin dzieci mają patologiczne wzorce. Program buduje pozytywny klimat grupy rówieśniczej, wzmacnia poczucie własnej wartości i zawiera wiele praktycznych instrukcji dotyczących planowania własnej drogi życia na etapie, gdy w młodzieży zaczyna się budzić potrzeba wyrośnięcia z dziecięcej zależności. Gwiazda Mocy stwarza okazje do poznawania i ćwiczenia szeregu umiejętności poznawczych i społecznych niezbędnych do wdrażania zdrowego stylu życia: odróżnianie dobra od zła, prawdy od fałszu i manipulacji, wierność mądrym zasadom żywotnym, umiejętność pomagania innym i proszenia o pomoc, wytrwałość w realizacji postanowień, odwaga i rozsądek w wytyczaniu celów żywotnych.

Na poziomie motywacyjnym program odwołuje się do nasilających się u progu okresu dojrzewania potrzeb: potrzeby autonomii, potrzeby określenia i umocnienia swojej tożsamości, potrzeby potwierdzenia własnej wartości, a także potrzeby wytyczenia dalekosiężnych celów żywotnych – tych osobistych i tych zawodowych. Program uwzględnia zjawisko silnej zależności młodszych nastolatków od grupy rówieśniczej, która może mieć zarówno zły, jak i dobry wpływ. Dobra grupa, dobrzy przyjaciele, są wsparciem w życiu i drodze do realizacji marzeń. Zła grupa ogranicza możliwości żywotne, odbiera szacunek do siebie oraz zapał do realizacji celów i uzależnia od siebie. W trakcie warsztatów trenerzy pokazują wartość relacji rówieśniczych na szankunku i uczą umiejętności odróżniania dobrej i złej grupy.

Całość programu to 7–8 godzin warsztatów ujętych w 2 bloki (dwa dni) w odpowiednio zaaranżowanej przestrzeni z bogatą scenografią. Po pierwszym dniu programu uczestnicy realizują zadania domowe o charakterze profilaktycznym, co pozwala im ćwiczyć zdobytą wiedzę

⁴⁹ Grzelak S., *Model profilaktyki zintegrowanej w: Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, s. 322–362 Warszawa 2009.

i umiejętności. Program wykorzystuje dynamikę pracy z dużą grupą młodzieży (40–120 osób). Nieodłącznym elementem programu jest spotkanie psychoedukacyjne dla rodziców oraz szkolenie profilaktyczne dla rady pedagogicznej. Program prowadzony jest przez certyfikowanych trenerów profilaktyki zintegrowanej, którzy, poza nielicznymi, uzasadnionymi wyjątkami, są także licencjonowanymi trenerami programu Archipelag Skarbów. Dzięki wcześniejszemu doświadczeniu pracy z rekomendowanym programem Archipelag Skarbów i jego ścisłymi procedurami nadzoru nad jakością dostosowanie się do analogicznych zasad programu Gwiazda Mocy jest dla tych trenerów oczywistością należącą do kanonu profesjonalnej profilaktyki.

Szczególną cechą metodyki programu jest symbolika morsko-żeglarska wzbogacona o elementy strażackie, która umożliwia prowadzenie spotkań w konwencji przygody. W programie Gwiazda Mocy bogatą, wykorzystywaną w trakcie aktywnych ćwiczeń scenografię uzupełniają nawiązujące do niej kostiumy, w które uczniowie przebierają się w trakcie ćwiczeń oraz liczne materiały profilaktyczne. Program wykorzystuje atrakcyjne, udźwiękowane prezentacje multimedialne. Ich elementem są specjalnie przygotowane krótkie filmy ze znanymi ludźmi, których są wzorem dobrych postaw życiowych, a także filmy z rówieśnikami adresatów programu, którzy także są dobrym wzorem postaw, a kontakt z nimi uwrażliwia i uczy szacunku do odmienności (młodzież niewidoma, obcokrajowcy różnych ras mieszkający w Polsce, młodzież z OSP, młodzi bohaterowie nagrodzeni za bohaterские osiągnięcia ratownicze). W programie Gwiazda Mocy grupa uczestników stanowi załogę podzieloną na cztery drużyny, których zadaniem jest współpraca w zdobywaniu czterech „mocy”. Pod żeglarskimi metaforycznymi symbolami mocy kryją się kluczowe umiejętności życiowe niezbędne do mądrego i zdrowego kierowania swoim życiem. W programie ważną rolę odgrywa także współdziałanie w zespole i praca na rzecz zespołu, a także budujące pozytywny, radosny klimat wspólne śpiewanie szant profilaktycznych. Kolejne elementy merytoryczne programu zamykane są stałą klamrą metodyczną, jaką jest wspólne świętowanie przez uczestników „zdobycia kolejnego levelu”. To nawiązanie do leveli zdobywanych w grach komputerowych bardzo pomaga w budowaniu relacji z młodzieżą i sprzyja zapamiętywaniu przesłania programu.

Dzięki szerokiemu zakresowi treści oraz szerokiemu spektrum oczekiwanych efektów, program pełni rolę czynnika wiążącego i podsumowującego inne elementy Szkolnego Programu Wychowania i Profilaktyki oraz Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego.

I.3.2.2. Wyniki monitoringu programu Gwiazda Mocy z lat 2021–2022

Program jest stopniowo włączany do systemu monitorowania jakości programów profilaktyki zintegrowanej stworzonego przez IPZIN. Ponieważ jest to program nowy, w roku 2022 wciąż wprowadzane były korekty i zmiany, które utrudniały podjęcie finalnych decyzji co do sposobu prowadzenia monitoringu i kształtu stosowanych narzędzi. Aktualnie, podstawowym narzędziem monitoringu są trzy ankiety zbierane od młodzieży w trakcie i na koniec programu oraz pod koniec modułów dla rodziców i nauczycieli. Dane z tych ankiet uzupełniane są przez obserwacje dokonywane przez trenerów programu i zapisywane w sprawozdaniach.

Rozwój programu oraz tempo szkolenia trenerów zostało znacznie przyhamowane przez epidemię koronawirusa i okres nauczania zdalnego. Program, który tak mocno bazuje na materialnych rekwizytach (scenografia, kostiumy, pomoce i gadzety profilaktyczne) nie jest możliwy

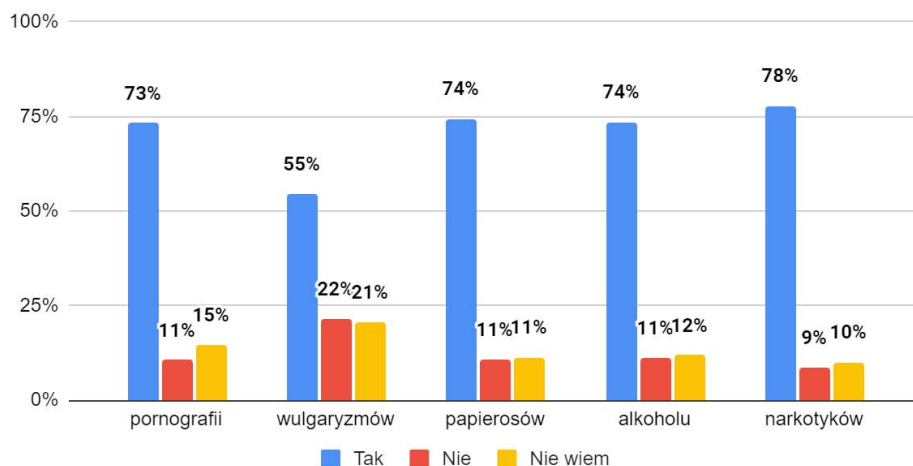
do realizacji online. Z tego powodu skala programu w latach 2020–2021 wciąż była bardzo niewielka. Dopiero w roku 2022 rozpoczął się – jak dotąd niezakłócony – rozwój systemu szkolenia trenerów i powolny, ale stały wzrost skali realizacji.

Analizując wyniki monitoringu trzeba wziąć pod uwagę, że niemal wszystkie dotychczasowe realizacje programu były realizacjami szkoleniowymi. Oznacza to, że realizacja programu w warunkach naturalnych dla młodzieży, rodziców i nauczycieli była zarazem etapem szkolenia praktycznego dla części trenerów prowadzących. Ten aspekt szkoleniowy nie niosł ryzyka niepowodzenia realizacji programu ani tym bardziej jakichkolwiek szkód dla uczestników. Takiego ryzyka nie było po pierwsze dlatego, że szkoleni trenerzy posiadali wcześniejsze doświadczenie w pracy profilaktycznej z dużymi grupami młodzieży (certyfikaty trenera programu Archipelag Skarbów), a po drugie dlatego, że ich włączanie się w realizację odbywało się pod ścisłym nadzorem certyfikowanych trenerów programu Gwiazda Mocy kierujących przebiegiem realizacji. Zarazem jednak fakt, że realizacje pełniły funkcję szkoleniową nie pozostawał bez wpływu na płynność i dynamikę programu. Wyniki monitoringu muszą być zatem traktowane jako ocena programu w trakcie jego rozwoju, a nie w docelowej formie, gdzie zajęcia prowadzi zgrana, równa ekipa.

W 2022 roku odbyły się **23 realizacje** programu Gwiazda Mocy. Wzięło w nich udział **1692 uczniów, 316 nauczycieli i 202 rodziców**. Frekwencja na spotkaniach dla nauczycieli i rodziców była niska, znacznie niższa niż w okresie realizacji programu przed pandemią.

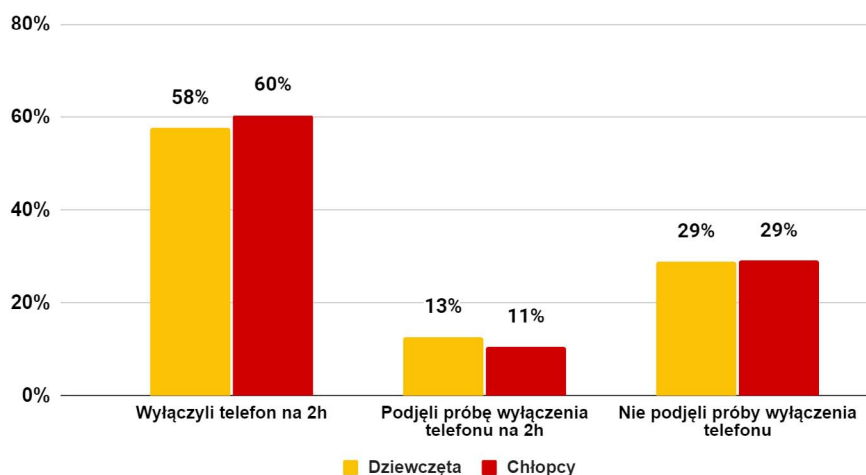
Odpowiedzi na ankiety zebrane wśród N=1300 uczniów pokazują, że średnia ocena ogólna programu Gwiazda Mocy ze strony młodzieży wynosi **4,43** w skali 1–6. Dziewczęta nieco wyżej (4,52) oceniają program niż chłopcy (4,34). Taki poziom ocen jest zadowalający, jeśli wziąć pod uwagę fakt, że programy częściowo prowadzili trenerzy będący wciąż jeszcze w trakcie szkolenia praktycznego.

Wykres 46. Odsetek zmotywowanych do unikania poszczególnych zachowań lub substancji psychoaktywnych wśród [N=1300] uczestników programu Gwiazda Mocy



Powyższy wykres pokazuje, że około $\frac{3}{4}$ uczestniczących w programie Gwiazda Mocy uczniów klas 6–7 szkół podstawowych zostało zmotywowanych do unikania narkotyków, alkoholu, papierosów i pornografii. Nieco niższy odsetek (55%) udało się zmotywować do unikania wulgaryzmów. Według deklaracji młodzieży program nie wpłynął na postawy około 10% uczniów. Wyniki te są bardzo zadowalające, a ich osiągnięcie dowodzi dostosowania programu do etapu rozwojowego uczestników.

Wykres 47. Realizacja zadania polegającego na wyłączeniu telefonu na 2 godziny [N=1067] przez uczniów uczestniczących w programie Gwiazda Mocy



W ramach programu Gwiazda Mocy uczestnicy są zachęceni do podjęcia szeregu działań, które są formą zaangażowania na rzecz własnego zdrowia i rozwoju. Trenerzy programu zachęcają do podjęcia tych zadań pierwszego dnia programu, a drugiego dnia uczestnicy relacjonują w ankiecie jak czy próbowali podjąć dane zadanie i czy im się to udało. Jednym z 4 zadań jest wyłączenie telefonu komórkowego na 2 godziny. Według danych z monitoringu, ponad 70% uczniów podjęło taką próbę, a u niemal 60% była to próba udana. Biorąc pod uwagę, że zadań jest aż 4, a realizacja wszystkich w jedno popołudnie byłaby czymś bardzo trudnym, widać wyraźnie, że program angażuje i motywuje młodzież do pracy nad sobą. Wyniki tych prób są zliczane jeszcze w trakcie realizacji i pokazywane uczestnikom, co sprawia, że oddziałuje na ich przekonania normatywne i pokazuje gotowość bardzo wielu rówieśników do ćwiczenia własnego charakteru, własnej wolności i dbania o swój zdrowy rozwój.

Zgodnie z zasadami wprowadzonymi przez IPZIN, w celu zachowania anonimowości odpowiedzi, ankiety były rozdawane tylko na spotkaniach, w których uczestniczyło więcej niż 10 osób dorosłych. W roku 2022 liczba odpowiadających na ankiety rodziców i nauczycieli była niewielka także z powodu trudności, jakich doświadczały ekipy programu w związku z małym doświadczeniem w prowadzeniu programu i szkoleniowym charakterem realizacji. Ostatecznie ankiety udało się zebrać zaledwie od 79 rodziców i 89 nauczycieli.

Rodzice ocenili moduł programu dla nich przeznaczony na **5,33** w skali 1–6. Uważają, że treści spotkania są zrozumiałe (**5,65**) i ciekawe (**5,52**). Przedstawiony im program uważają za bardzo przydatny dla dziecka (**5,27**). Nieco niżej oceniają treści spotkania od strony przydatności wskazówek praktycznych dla rodziców (**4,06**).

Ogólna ocena modułu dla nauczycieli wynosi **5,47** w skali 1–6; treści spotkania zostały uznane za zrozumiałe (**5,77**) i ciekawe (**5,63**), a udział uczniów w programie nauczyciele uważają za bardzo dla nich przydatny (**5,32**). Podobnie jak rodzice, nauczyciele nieco niżej oceniają treści spotkania od strony przydatności wskazówek wychowawczych dla nauczycieli (**4,11**).

Podsumowując oceny rodziców i nauczycieli, można powiedzieć, że spotkania przeznaczone dla tych grup i cały program Gwiazda Mocy jest bardzo wysoko oceniany, ale potrzebne jest wzbogacenie treści spotkań dla rodziców i dla nauczycieli o konkretne, praktyczne wskazówki związane z treściami programu, a zarazem przydatne w realizacji zadań wychowawczych. Obecnie treści spotkań dla rodziców i nauczycieli skupiają się na dwóch elementach: (1) na przedstawieniu obrazu pozytywnego potencjału, problemów oraz potrzeb wychowawczych i profilaktycznych młodzieży we wczesnej fazie okresu dojrzewania; (2) na omówieniu celów, treści i metodyki programu Gwiazda Mocy. Konieczna jest przebudowa tych spotkań tak, by rodzice i nauczyciele wychodzili z nich nie tylko z poszerzoną wiedzą, ale także z konkretnymi narzędziami wychowawczymi zbieżnymi z celami programu. Potrzebne jest także rozwiązanie problemu niskiej frekwencji na spotkaniach dla nauczycieli i rodziców.

W świetle wyników monitoringu program Gwiazda Mocy nie ma jeszcze szerokiej skali realizacji, ale cechuje się dobrym dopasowaniem formy i treści do potrzeb młodzieży biorącej w nim udział. Aby rzetelnie zweryfikować jego skuteczność potrzebne jest przeprowadzenie kontrolowanych badań ewaluacyjnych.

I.3.2.3. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1

W świetle danych z monitoringu z roku szkolnego 2021/2022 program Gwiazda Mocy® skutecznie motywuje młodzież do prozdrowotnych postaw i zachowań w różnych obszarach zagrożeń (unikanie papierosów, alkoholu, narkotyków, pornografii, unikanie wulgaryzmów, ograniczanie nadmiernego korzystania z telefonu). Program jest wysoko oceniany przez młodzież, rodziców i nauczycieli, a uzyskane wyniki monitoringu potwierdzają, że:

- **Program Gwiazda Mocy jest narzędziem profilaktyki zintegrowanej dobrze dostosowanym do potrzeb rozwojowych młodzieży we wczesnej fazie okresu dojrzewania (11–13 lat).**
- **Metodyka i treści programu Gwiazda Mocy dobrze odpowiadają na potrzeby profilaktyczne uczniów w trudnym okresie oddziaływania konsekwencji pandemii i wojny na Ukrainie.**

Rekomendacja 1

Program profilaktyki zintegrowanej Gwiazda Mocy może być używany jako jedno z wartościowych narzędzi wspierania rozwoju, wspierania kondycji psychicznej oraz profilaktyki zachowań ryzykownych i problemów młodzieży kierowanych do młodzieży w wieku 12–13 lat. Treści i metodyka programu wykorzystująca dynamikę dużej grupy, wiele metod aktywizujących i bogactwo środków pomaga w aktywizowaniu młodzieży i integrowaniu grupy, przyczyniając się do przezwyciężenia konsekwencji psychicznych okresu pandemii.

I.3.3. Dane z monitoringu realizacji programów z lat 2021–2022 dotyczące oczekiwań i potrzeb odbiorców: uczniów, rodziców i nauczycieli.

W roku szkolnym 2021–22, w ramach projektu sfinansowanego z Programu Ministra Edukacji i Nauki „Społeczna odpowiedzialność nauki” zostały opracowane dodatkowe narzędzia badawcze, które miały za zadanie identyfikować potrzeby odbiorców w zakresie poprawy kondycji psychicznej oraz bariery dla pracy profilaktycznej w szkołach. Dzięki temu można było rozbudować istniejący system monitorowania jakości programów profilaktycznych o pytania, których celem była identyfikacja potrzeb uczniów, ale także potrzeb i barier całego środowiska szkolnego. Narzędzia w postaci ankiet kierowanych do uczniów, rodziców i nauczycieli uczestniczących w programach profilaktyki zintegrowanej zawierały zarówno pytania zamknięte, jak i otwarte.

I.3.3.1. Identyfikacja potrzeb młodzieży w świetle odpowiedzi uczniów i ich rodziców.

Potrzeby młodzieży były badane zarówno z perspektywy tego, co młodzież mówi sama o sobie, ale i tego jak widzą te potrzeby rodzice i nauczyciele.

Młodzież była pytana w ankiecie na koniec realizacji programu profilaktyki zintegrowanej czy chcieliby uczestniczyć w przyszłości w podobnym programie profilaktycznym prowadzonym przez taką ekipę trenerów, jak ta, która teraz prowadziła realizację w ich szkole. W następnym kroku młodzież, która wyraziła zainteresowanie udziałem w takim programie, była pytana o ich oczekiwania i potrzeby dotyczące tematyki takiego programu. Pytania te zadano uczestnikom programów profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów, Gwiazda Mocy i programu do realizacji zdalnej Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców. Liczbowo zdecydowana większość ankiet została zebrana od uczestników Archipelagu Skarbów, którego skala była zdecydowanie największa. Aby wyniki było łatwiej interpretować, ograniczamy się w poniższym podsumowaniu do samych danych z monitoringu tego właśnie programu.

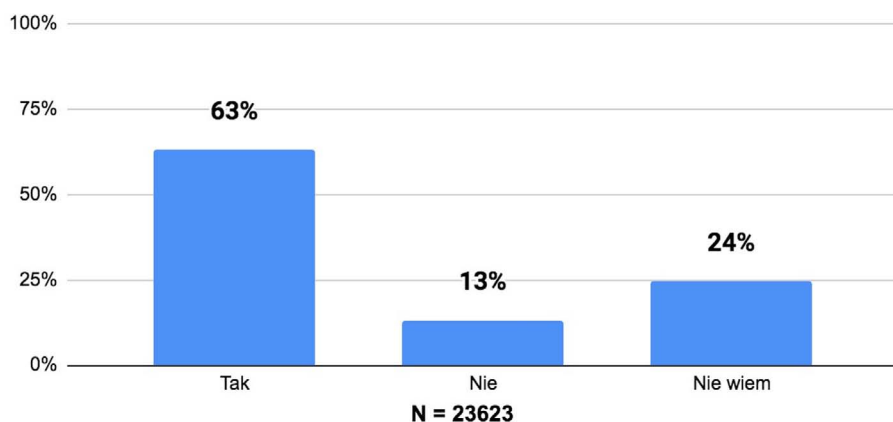
Wróćmy jeszcze do okoliczności zadania tego zestawu dwóch pytań. Były one bardzo szczególne.

Uczestnicy właśnie kończyli dwudniowy, intensywny program profilaktyczny. Mieli prawo być zmęczeni, co z pewnością rzutowało na ich odpowiedzi dotyczące chęci uczestnictwa

w kolejnym, podobnym programie o nieco innych treściach. Z drugiej strony, tuż po zakończeniu programu świetnie pamiętali jego treści, pamiętali o czym była mowa, a o czym nie; jakie treści były omówione wyczerpująco, a jakie pozostawiły niedosyt. Dzięki temu ich deklaracje dotyczące oczekiwanej tematyki kolejnego programu profilaktycznego, których oczekiwaliby w przyszłości, były podawane niejako w odniesieniu do treści programu, w którym właśnie kończą uczestnictwo, a więc programu Archipelag Skarbów. Część ich potrzeb ten program zaspokoił. W ankiecie podają te oczekiwania i potrzeby, które nie zostały zaspokojone w wystarczającym stopniu. Udział w programie mógł też rozbudzić potrzeby nieświadomiane wcześniej.

Druga szczególna okoliczność dotyczy trenerów, którzy mieliby prowadzić ten kolejny program w przyszłości. Zależało nam na tym, by młodzież wyraziła swoje potrzeby w sposób bardziej spersonalizowany, żeby to były potrzeby skierowane ku konkretnym trenerom, którzy dali im się już poznać i którzy zdobyli zaufanie znacznej ich części. Dlatego w pytaniu zawarte było założenie, że nowy program z nowymi treściami prowadziliby ci sami trenerzy, których właśnie mieli okazję poznać, albo inna bardzo podobna ekipa. Dzięki takiemu ujęciu mało prawdopodobieństwo żartów i niepoważnego podejścia do tematu.

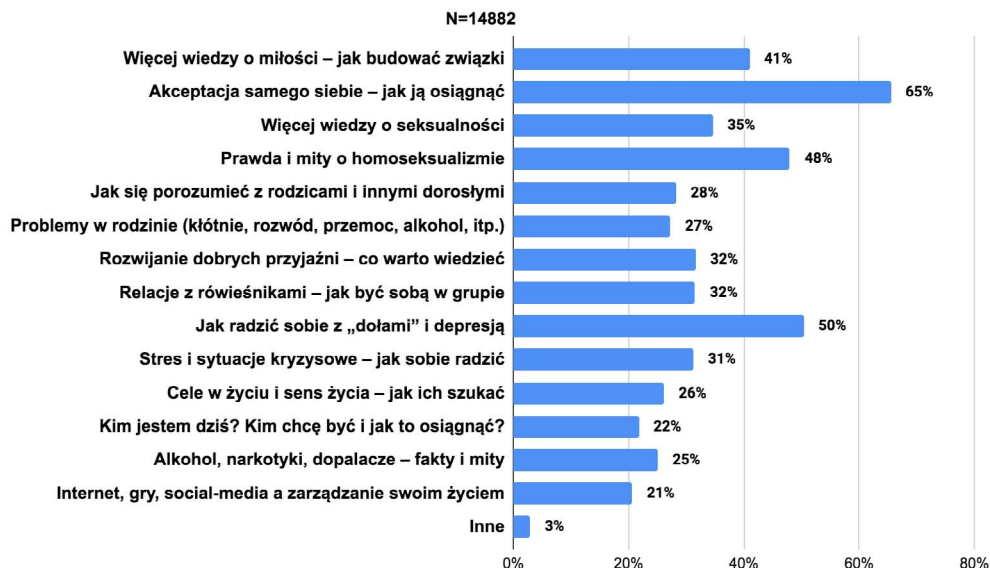
Wykres 48. Zainteresowanie młodzieży uczestnictwem w kolejnym programie profilaktycznym prowadzonym przez trenerów profilaktyki zintegrowanej w roku szkolnym 2021/2022



Tuż po zakończeniu intensywnego, dwudniowego programu profilaktycznego większość młodzieży (63%) odpowiedziała, że chciałaby uczestniczyć w kolejnym, innym programie takiego typu prowadzonym przez tę samą lub podobną ekipę trenerów. 24% uczestników nie miało jeszcze wyrobionego zdania na ten temat. Jedynie 13% młodzieży stwierdziło, że nie chciałoby w takim programie uczestniczyć.

Osoby, które odpowiedziały „tak” proszone były o wskazanie tematów, które ich zdaniem warto byłoby zawrzeć w takim programie. Można było zaznaczyć kilka odpowiedzi.

Wykres 49. Oczekiwania młodzieży dotyczące tematów zajęć profilaktycznych kierowane do trenerów profilaktyki zintegrowanej w roku szkolnym 2021/2022



W zainteresowaniach wyrażonych przez młodzież dominują dwie grupy tematów. Pierwsza grupa dotyczy spraw samoakceptacji i kondycji psychicznej. Należą do niej dwa najczęściej wymieniane przez młodzież tematy:

- *akceptacja samego siebie – jak ją osiągnąć*
- *jak radzić sobie z dołami i depresją*

Młodzież w wieku dojrzewania ma trudności z samoakceptacją i prosi o wsparcie w tym zakresie. Jest to naturalny problem rozwojowy, ale nawet jeśli naturalny, to nastolatkiw mocno go przeżywają, bardzo przeżywają brak akceptacji innych i cierpią z powodu trudności zaakceptowania samego siebie w okresie dynamicznych i trudnych do zrozumienia przemian. Zmiany dotyczące ciała i budzącej się seksualności, trudności z radzeniem sobie z silnymi, bardzo zmiennymi uczuciami, trudności w relacjach z innymi, problemy w szkole... Problemy z akceptacją siebie są jednym ze źródeł i czynników nasilających nastroje depresyjne. Nastolatkiw depresyjnej trudno akceptować siebie. Nastolatkiw nie akceptującemu siebie trudno być radosnym. Wiemy, że okres epidemii i izolacji zwiększył tendencje depresyjne. Czynnikiem zwiększającym problemy z samoakceptacją mógł być fakt, że czas izolacji i zdalnego nauczania sprzyjał rozwojowi otyłości. Ponadto ilość czasu spędzanego przy komputerze oznaczała większy wpływ mediów społecznościowych i trendów kultury masowej. W zdjęciach, filmach i reklamie często eksponowane są wzorce znakomitej sylwetki, wysportowania, świetnej cery, sukcesu artystycznego, medialnego, biznesowego, które dla znakomitej większości nastolatkiw są całkowicie niedoścignione.

Podsumowując ten pierwszy, najpowszechniejszy wątek oczekiwań młodzieży, nastolatkiw proszą trenerów profilaktyki zintegrowanej o pomoc w samoakceptacji i pomoc w radzeniu sobie z obniżeniem nastroju, depresyjnością, słabą kondycją psychiczną.

Druga grupa oczekiwań wiąże się z szerokim i bardzo ważnym rozwojowo dla nastolatków obszarem spraw związanych z miłością i seksualnością. Dominują tu trzy tematy. Młodzież sygnalizuje, że chciałaby spotkań profilaktycznych dotyczących budowania własnej tożsamości – budowania samoakceptacji, spotkań na temat problemów związanych z wahaniem nastrojów oraz wiedzy dotyczącej budowania związków, w tym prawd i mitów dotyczących homoseksualizmu.

- *więcej wiedzy o miłości – jak budować związki*
- *prawda i mity o homoseksualizmie*
- *więcej wiedzy o seksualności*

W programie Archipelag Skarbów było już sporo przydatnej wiedzy o miłości i seksualności, a także szereg przydatnych wskazówek praktycznych. Trenerzy programu są osobami, które umieją z prostotą i delikatnością mówić o tematach wrażliwych, o sprawach rzadko i niechętnie poruszanych przez dorosłych w kontakcie z młodzieżą. Duża grupa uczestników programu chciałaby od tych trenerów jeszcze więcej usłyszeć o miłości i seksualności, także z uwzględnieniem tematu homoseksualizmu. Kwestia poruszania tematyki związanej z homoseksualnością czy transseksualnością jest bardzo delikatna zważywszy na wyraźne zróżnicowanie opinii i możliwość napięć na tym tle wśród rodziców, wśród nauczycieli, a często także wśród samych uczniów. Konkretna potrzeba młodzieży dotycząca uwzględnienia tej tematyki w działaniach profilaktycznych została skierowana do trenerów profilaktyki zintegrowanej. O ile podjęcie tych tematów nie jest łatwe, to ich nie podejmowanie wyłącznie z powodu lęku przed możliwymi trudnościami wydaje się strategią moralnie nieakceptowalną. Przedstawione wyniki monitoringu zobowiązują IPZIN do poszukiwania takiej formuły odpowiedzi na potrzeby młodzieży, która dla nastolatków będzie realną pomocą w przeżywaniu okresu dojrzewania, a dla rodziców i nauczycieli wsparciem w podjęciu tematów, które dla nich samych są trudne. Ze względu na fakt, że podobne oczekiwania były kierowane do trenerów profilaktyki zintegrowanej także we wcześniejszych sondażach (z lat 2012 i 2017), IPZIN od kilku lat analizuje wiedzę naukową, prowadzi badania i prowadzi prace twórcze, dzięki którym podejmowane są praktyczne próby podejmowania tematyki seksualności w sposób akceptowalny dla rodziców i nauczycieli prezentujących różne światopoglądy i różne opinie w zakresie tematów homo i transseksualności.

W ramach monitoringu programów profilaktycznych pytanie o najważniejsze tematy, które należy poruszyć z młodzieżą zadane zostało także rodzicom młodzieży uczestniczącej w programie. Poniżej widzimy odpowiedzi.

Rodzice mogli zaznaczyć maksymalnie 3 spośród wymienionych w kafeterii odpowiedzi. Oczekiwania rodziców i oczekiwania młodzieży okazują się w pełni zgodne w odniesieniu do grupy tematów związanych z samoakceptacją i kondycją psychiczną. Aż trzy z czterech tematów najczęściej wskazywanych przez rodziców należą do tej grupy:

- *akceptacja samego siebie – jak ją osiągnąć*
- *jak radzić sobie z kryzysem, sytuacjami stresowymi*
- *jak radzić sobie z dołami i depresją*

Jak widzimy, dwa z tych tematów – samoakceptacja oraz doły i depresja – były najczęściej zgłaszane także przez samą młodzież. Rodzice widzą też potrzebę uczenia młodzieży jak sobie radzić z sytuacjami kryzysowymi i ze stresem. Odpowiedzialni za wychowanie swoich dzieci, dostrzegający niestabilność współczesnego świata rodzice widzą wartość w uczeniu nastolatków

odporności psychicznej, dobrego radzenia sobie z napięciami, stresami, kryzysami. Dość duży odsetek młodzieży także wskazuje ten temat, choć wyraźnie mniejszy niż rodziców.

Wykres 50. Oczekiwania rodziców dotyczące tematów zajęć profilaktycznych dla ich dzieci w świetle danych z monitoringu programów profilaktyki zintegrowanej z roku szkolnego 2021/2022



To, co dla młodzieży jest ważne, a czego nie dostrzegają rodzice, to potrzeby nastolatków dotyczące poruszania tematyki miłości, budowania związków i seksualności. W opinii rodziców temat homoseksualności nie jest istotny. Najprawdopodobniej świadczy to albo o tym, że dzieci nie okazują zainteresowania tym tematem w kontakcie z rodzicami, albo że rodzice wiedzą o tym zainteresowaniu, lecz nie wskazują go jako tematu do poruszania na zajęciach profilaktycznych w szkole z powodu obaw czy zostanie uszanowana ich wrażliwość i świat wartości, w którym wychowują dziecko. Niezależnie od przyczyny tak niskich wskazań dla tematu „prawda i mity o homoseksualizmie” nie ulega wątpliwości, że podjęcie tej tematyki w profilaktyce wymaga jasnego przedstawienia rodzicom treści, które mają być włączone do zajęć dla młodzieży.

Elementem, w zakresie którego występuje różnica w ocenie jego ważności między nastolatkami a ich rodzicami jest temat: „budowanie relacji z rówieśnikami – jak być sobą w grupie”. Wydaje się, że rodzice dostrzegają trudności i niebezpieczeństwa związane z budowaniem relacji swoich dzieci z rówieśnikami i zależy im, by dzieci otrzymały w tym zakresie wsparcie. Sama młodzież deklaruje tego typu potrzebę, ale na nieco dalszym miejscu. Wydaje się jednak, że jeśli chodzi o relacje z grupą, asertywność wobec grupy i dojrzewanie do umiejętności samostanowienia niezależnie od opinii grupy, to jest tak wiele względów wychowawczych i profilaktycznych, które przemawiają za podejmowaniem tego tematu, że tak czy inaczej należy go włączać do profilaktyki. Jak wynika z opisanych badań spełni to oczekiwania większości rodziców i chociaż zaspokoi potrzebę nieco mniejszej części młodzieży, to doświadczenie praktyczne uczy,

że młodzież bardzo żywo reaguje i aktywnie się włącza, gdy w programach profilaktycznych podejmowany jest temat relacji rówieśniczych. Temat ten wielokrotnie powraca w programie Archipelag Skarbów. Niższy odsetek wskazań tematu relacji z rówieśnikami w odpowiedziach młodzieży na ankietę może wynikać z faktu, że potrzebę w znacznym stopniu zaspokoił udział w tym programie.

W odpowiedziach na pytanie otwarte o najważniejszy problem dotyczący aktualnie młodzieży (dotyczy to roku szkolnego 2021/2022, gdy był prowadzony monitoring) rodzice wskazywali najczęściej trzy poniższe. Są one wymienione w porządku częstości wskazań:

- 1. Trudności w nawiązywaniu relacji społecznych**
- 2. Nadmierne korzystanie z telefonów, komputerów (brak higieny pracy)**
- 3. Uzależnienia – zwłaszcza od ekranów**

Podane tematy bardzo dobrze odzwierciedlają troski związane z okresem wypełniania ankiet, czyli przed, w trakcie i po czwartej fali epidemii koronawirusa. Był to czas, kiedy trudności w budowaniu relacji społecznych nasilały skutki poprzednich i aktualnych okresów izolacji. Obserwowano także trudności w odnalezieniu się dzieci i młodzieży w grupie podczas powrotu do nauczania stacjonarnego. Jednocześnie cały okres epidemii znacznie zwiększył korzystanie z Internetu, komputera, smartfonu.

Bardzo trafnie opisują to wybrane odpowiedzi rodziców:

- *Zbyt długie siedzenie przed monitorem w samotności (rodzic w pracy) w czasie lekcji zdalnych przyczyniło się do nadużywania Internetu – uciekanie w Internet, gry jako sposób radzenia sobie z trudnymi emocjami. Niekorzystnie wpłynęło to również na rodziców, którzy bezskutecznie próbują ograniczać korzystanie z Internetu, co wywołuje w dziecku jeszcze większą frustrację, wręcz agresję. Izolacja i brak kontaktów z rówieśnikami spowodował, że dzieci zaczęły tych kontaktów wręcz unikać, pojawił się wręcz lęk i niechęć przed tymi kontaktami, brak potrzeby kontaktowania się z rówieśnikami, wybierają kontakty wirtualne.*
- *Uzależnienie od Internetu – nie miałam kontroli nad czasem, który syn spędzał w sieci. Teraz trudno jest to sprowadzić do poziomu sprzed pandemii.*
- *Dzieci stały się bardziej zamknięte w sobie, wycofane... Pojawiły się pewne bariery w kontaktach między rówieśnikami.*
- *Więcej osób spędza czas przed monitorem, co prowadzi zarówno do uzależnień, ale też takiej izolacji. Dzieci muszą spotykać się z rówieśnikami, spędzać czas na podwórku właśnie dla zdrowia psychicznego.*
- *Dzieci nie potrafią rozmawiać ze sobą w cztery oczy, tylko przez komunikatory.*

W podobnym pytaniu otwartym nauczyciele również zauważali rosnący problem z budowaniem relacji społecznych wśród młodzieży. Pytani o to jaki jest najważniejszy problem dotyczący aktualnie młodzieży, wymieniają (w kolejności częstości wskazań):

- 1. Trudności w nawiązywaniu relacji społecznych**
- 2. Nadmierne korzystanie z mediów (telefon, komputer, Internet)**
- 3. Zaburzenia emocjonalne (w tym skłonność do zachowań agresywnych wobec rówieśników i nauczycieli oraz problem amotywacji)**

Z perspektywy nauczycieli bardziej widoczne są zaburzenia emocjonalne uczniów, które obserwowali na terenie szkoły. Jak widać objawiały się one nie tylko w relacjach z innymi, ale także w braku motywacji, apatii, zaniku dążeń. Ten ostatni problem wydaje się być konsekwencją

długotrwałego odczuwania „braku energii” jako jednej z najważniejszych cech charakterystycznych sposobu przeżywania czasu epidemii i izolacji przez znaczną część młodzieży.

1.3.3.2. Identyfikacja potrzeb rodziców w zakresie wsparcia w realizacji zadań wychowawczych

Wyniki uzyskane po kategoryzacji odpowiedzi otwartych ankiety monitoringowej wypełnianej przez rodziców pod koniec spotkania prowadzonego w ramach programów profilaktyki zintegrowanej pokazały, że większość rodziców potrzebuje wsparcia specjalistów w budowaniu relacji i lepszej komunikacji z dzieckiem. Specjalistą tym może być pedagog, psycholog, psychoterapeuta, a także profilaktyk.

Wielu rodziców zwierza się, że potrzebuje po prostu rozmowy ze specjalistą albo wsparcia w rozwiązaniu konkretnego problemu rodzicielskiego (np. nadmierne korzystanie z Internetu, komunikacja z nastolatkiem, stany depresyjne u dzieci).

Poniższy wykres pokazuje oczekiwania rodziców dotyczące ich potrzeb, jeśli chodzi o tematy spotkań ze specjalistami (oś pozioma wykresu pokazuje odsetek rodziców wybierających dany temat).

Wykres 51. Oczekiwania rodziców dotyczące tematów spotkań dla rodziców prowadzonych przez specjalistów w świetle danych z monitoringu programów profilaktyki zintegrowanej z roku szkolnego 2021/2022



Jak widzimy, z kafeterii różnych odpowiedzi najczęściej były wymieniane:

- **Jak reagować na bunt i złość mojego dziecka?**
- **Jak wspierać poczucie własnej wartości u mojego dziecka?**
- **Nadmierne korzystanie z telefonu/komputera/Internetu**
- **Jak porozumieć się z nastolatkiem?**
- **Jak radzić sobie z obniżonym nastrojem i depresją u dziecka?**

Rodzice oczekują spotkań uczących lepszemu porozumiewaniu się z nastolatkiem, zwłaszcza z nastolatkiem zbuntowanym lub rozszoszczonym. Potrzebują wskazówek dotyczących reagowania na nadmierne korzystanie z ekranów i Internetu przez dziecko oraz podpowiedzi dotyczących wspierania dziecka w sytuacji obniżonego nastroju i depresji. Jednocześnie, rodzice są bardzo świadomi potrzeby wspierania poczucia własnej wartości u dziecka.

Rodzice deklarują zainteresowanie spotkaniami psychoedukacyjnymi prowadzonymi przez specjalistów. Powstaje jednak pytanie ilu rodziców i jacy rodzice by na takie spotkania realnie przychodzili. Obawy w tej kwestii zgłaszają trenerzy programów profilaktycznych, którzy mówią o rosnącej trudności uzyskania frekwencji wśród rodziców. W okresie epidemii i izolacji spotkania możliwe były tylko w formie zdalnej. Gdy społeczeństwo oswoiło z taką formą kontaktu i spotkań, a okres izolacji minął, powstał problem czy spotkania ze specjalistami organizować nadal zdalnie czy stacjonarnie. Niezależnie od wybranej formuły w wielu szkołach trudno jest uzyskać dobrą frekwencję.

Pytanie o potrzeby rodziców było zadane także w ankiecie monitoringowej dla nauczycieli. Nauczyciele także uważali, że rodzicom potrzebne jest wsparcie specjalistów w różnych obszarach wychowawczych. Zwracali jednak uwagę, że nawet jeśli byłoby więcej możliwości spotkań rodziców ze specjalistami, trudno byłoby zachęcić do udziału w tych spotkaniach tych właśnie rodziców, którzy najbardziej potrzebują wsparcia.

I.3.3.3. Potrzeby nauczycieli dotyczące wsparcia w realizacji zadań wychowawczych i profilaktycznych

Nauczyciele i szkolni specjaliści w zbiorczych ankietach (N=445 ankiet) wyrażali opinie wypracowane w dyskusji przez 220 rad pedagogicznych obejmujących łącznie bardzo szeroką grupę nauczycieli (N=3927). Z przeanalizowanych pytań otwartych monitoringu prowadzonego wśród nauczycieli wynika, że by móc skutecznie realizować zadania wychowawcze i profilaktyczne nauczyciele potrzebują wsparcia w następujących obszarach:

- **Wsparcia emocjonalnego**
- **Wsparcia merytorycznego ze strony specjalistów z zewnątrz – psychologów, terapeutów – szkoleń, warsztatów specjalistycznych**
- **Wsparcia komunikacyjnego w obszarze współpracy z rodzicami**
- **Odbudowy autorytetu nauczyciela**

Analiza pytań otwartych, ale również wnioski z rozmów naszych trenerów w terenie z nauczycielami, wychowawcami, pedagogami w dużym stopniu zwracają uwagę na fakt, że nauczyciele wobec coraz to nowszych wyzwań związanych z nauczaniem i wychowaniem, mają coraz mniejsze zasoby psychiczne – potrzebują zauważenia, troski i pomocy specjalistów. Często wymieniają jako potencjalnie przydatne dla nich takie narzędzia pomocy, jak: superwizje, mentoring, coaching.

I.3.3.4. Identyfikacja barier dla działań profilaktycznych i wychowawczych

Prowadzony w roku szkolnym 2021/2022 monitoring barier dla działań profilaktycznych i wychowawczych odbywał się wielotorowo:

- Poprzez ankietę dla nauczycieli i specjalistów
- Poprzez kontakt i rozmowy z osobami odpowiedzialnymi z ramienia szkoły za organizację programu profilaktycznego
- Poprzez rozmowy z podmiotami realizującymi programy profilaktyczne, liderami i trenerami tych programów

Nauczyciele i szkolni specjaliści w zbiorczych ankietach (N=445 ankiet wyrażających efekty pracy rad pedagogicznych obejmujących N=3927 nauczycieli) odpowiadali w nich na otwarte pytanie: *Co najbardziej utrudnia wdrażanie działań profilaktyczno-wychowawczych w Państwa szkole?*

Wśród skategoryzowanych odpowiedzi na pierwszy plan wysuwały się zarówno w pierwszym, jak i drugim semestrze cztery bariery (wymienione wg najczęściej typowanych odpowiedzi):

1. **Brak współpracy ze strony rodziców, w tym: niska frekwencja na spotkaniach dla rodziców, brak zainteresowania, roszczeniowość**
2. **Przeciążenie nauczycieli nadmiarem różnych zadań (konieczność realizacji podstawy programowej i tworzenia nadmiernej dokumentacji pracy)**
3. **Postawa uczniów: brak zainteresowania uczniów**
4. **Brak konstruktywnej współpracy pomiędzy nauczycielami**

Osoby odpowiedzialne z ramienia szkoły za organizację programów profilaktycznych (N=444) największe bariery we wdrażaniu działań profilaktycznych upatrywały w:

1. **Braku środków finansowych na organizację programów profilaktycznych (zwłaszcza w szkołach ponadpodstawowych)**
2. **Duże trudności we współpracy z rodzicami**

Profesjonalni profilaktycy (N=30), którzy prowadzili w roku szkolnym 2021/2022 działania profilaktyczne w szkołach z ramienia zapraszanych organizacji pozarządowych wyspecjalizowanych w profilaktyce zintegrowanej zwracali uwagę na następujące bariery:

1. **Brak środków w gminach/powiatkach na organizację rekomendowanych programów profilaktycznych, szczególnie jeśli chodzi o profilaktykę dla uczniów ze szkół ponadpodstawowych**
2. **Bardzo niską frekwencją rodziców na spotkaniach z rodzicami**
3. **Przeciążenie, zmęczenie nauczycieli.**

I.3.3.5. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1

Zidentyfikowane w ramach monitoringu najważniejsze potrzeby dotyczące wsparcia psychicznego i profilaktyki wyrażone przez uczniów są zbieżne z diagnozą potrzeb młodzieży wyrażaną w ankietach rodziców i nauczycieli. Dotyczą one przede wszystkim trudności związanych z akceptacją samego siebie oraz z radzeniem sobie z „dołami i depresją”.

Młodzież sygnalizuje, że chciałaby spotkań profilaktycznych dotyczących budowania samoakceptacji, spotkań na temat problemów związanych z wahaniami nastrojów, a także budowania własnej tożsamości oraz wiedzy dotyczącej budowania związków.

Wniosek 2

Najważniejsze problemy dotyczące aktualnie młodzież (roku szkolny 2021/2022), które wskazuje największa grupa rodziców i nauczycieli to:

1. Trudności w nawiązywaniu relacji społecznych
2. Nadmierne korzystanie z telefonów, komputerów, Internetu

Ponadto rodzice często wskazują na problem uzależnienia od ekranów, a nauczyciele na zaburzenia emocjonalne (w tym skłonność do zachowań agresywnych wobec rówieśników i nauczycieli oraz problem amotywacji)

Wniosek 3

Najczęściej zgłaszane przez rodziców oczekiwania dotyczące tematyki spotkań dla rodziców ze specjalistami to:

- Reagowanie na bunt i złość dziecka
- Wspieranie poczucia własnej wartości u dziecka
- Nadmierne korzystanie z telefonu/komputera/Internetu
- Sposoby komunikacji z nastolatkiem
- Pomoc dziecku z objawami depresyjności i obniżonego nastroju

Wniosek 4

Obszary, w których nauczyciele deklarują potrzebę wsparcia dla siebie w kontekście realizacji zadań wychowawczych i profilaktycznych, to:

- Wsparcie emocjonalne
- Wsparcie merytoryczne ze strony specjalistów z zewnątrz (psychologów, terapeutów), szkoleń, warsztatów specjalistycznych
- Rozszerzenie kompetencji komunikacyjnych w obszarze współpracy z rodzicami
- Odbudowa autorytetu nauczyciela

Wniosek 5

Najważniejsze bariery dla działań wychowawczych i profilaktycznych, które zostały zidentyfikowane w ramach monitoringu są wskazywane przez różne grupy respondentów (nauczycieli, osoby odpowiedzialne z ramienia szkoły za profilaktykę i profesjonalnych profilaktyków profilaktyki zintegrowanej), to:

- Trudności we współpracy z rodzicami (w tym niska frekwencja na spotkaniach profilaktycznych dla rodziców)
- Przeciążenie i zmęczenie nauczycieli
- Brak środków finansowych na organizację programów profilaktycznych (zwłaszcza w szkołach ponadpodstawowych)

I.3.4. Wnioski z badań ewaluacyjnych programów profilaktyki zintegrowanej do realizacji zdalnej

W raporcie IPZIN pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* (marzec, 2021) cały odrębny rozdział⁵⁰ jest poświęcony opisowi programów profilaktyki zintegrowanej przeznaczonych do realizacji zdalnej oraz ich ewaluacji. Dwa programy zdalne opracowane przez zespół ekspertów IPZIN w 2020 roku to *Nawigacja w Kryzysie* i *Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców*.

W świetle przeprowadzonych badań ewaluacyjnych oba programy okazały się narzędziami skutecznie wzmacniającymi kondycję psychiczną uczniów w warunkach izolacji i zdalnego funkcjonowania szkół. Dlatego w raporcie z roku 2021 zawarty został następujący wniosek:

Wniosek:

Wyniki badań ewaluacyjnych przebadanych programów profilaktyki zintegrowanej przeznaczonych do realizacji zdalnej potwierdzają skuteczność tych programów w umacnianiu kondycji psychicznej uczniów oraz to, że także działania zdalne mogą być efektywne, przy spełnieniu określonych warunków.

Sieć organizacji pozarządowych realizujących działania oparte na *modelu profilaktyki zintegrowanej* i działających w ścisłej współpracy z IPZIN dysponuje sporą grupą trenerów przeszkolonych do realizacji tych programów i posiadających odpowiednie doświadczenie.

Programy do realizacji zdalnej są formą ważnej i przydatnej protezy. Mogą być z powodzeniem stosowane w sytuacji wyższej konieczności i szczególnego zagrożenia dla kondycji psychicznej uczniów związanego ze zmianami trybów nauczania, ale nie powinny wchodzić w miejsce stacjonarnych programów profilaktycznych, o ile tylko realizacja tych ostatnich jest możliwa.

Bardzo istotne jest to, że doświadczenia zdobyte przy realizacji programu *Nawigacja w Kryzysie* stały się bazą dla stworzenia aplikacji i programu *Nawigacja w Każdą Pogodę*. Zarówno system diagnozy środowiska szkolnego użyty w NWKP, jak i zestaw 9. wskazówek radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych został zaciągnięty do NWKP z NWK, czyli *Nawigacji w Kryzysie*.

Wszystkich zainteresowanych informacjami o tych programach odsyłamy do wzmiankowanego wcześniej rozdziału o programach do realizacji zdalnej i ich ewaluacji.

⁵⁰ Rozdział I.6. Przykłady programów profilaktycznych skutecznie wzmacniających kondycję psychiczną uczniów w czasie epidemii COVID-19 raportu *Jak wspierać uczniów po roku epidemii*

1.3.5. „Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę*” i jej ewaluacja⁵¹

1.3.5.1. Opis „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”

Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę* (w skrócie NWKP) to opracowany przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej pakiet narzędzi badawczo-profilaktycznych do samodzielnego wykorzystania przez kadry szkolne oparty na aplikacji internetowej. Adresatem działań są w szczególności uczniowie klas 6–8 szkoły podstawowej oraz klas 1–2 szkoły ponadpodstawowej, a także ich rodzice i nauczyciele. NWKP umożliwia wykonanie autodiagnozy środowiska szkolnego oraz realizację działań profilaktycznych opartych na wynikach tej diagnozy. Pakiet narzędzi składa się z zestawu ankiet dla uczniów, rodziców i nauczycieli do badań online oraz z materiałów merytorycznych opracowanych w formie inspiracji lub gotowych scenariuszy.

Pakiet zebrany w intuicyjną, dedykowaną aplikację internetową zawiera:

- konspekty cyklu pięciu zajęć profilaktycznych dla szkoły podstawowej,
- zbiór inspiracji do pracy z młodzieżą ze szkół ponadpodstawowych
- zbiór inspiracji do pracy z rodzicami i nauczycielami
- scenariusze warsztatów dla rodziców

Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę* została opracowana w 2021 roku przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (w skrócie IPZIN) w ramach Programu Ministra Edukacji i Nauki „Społeczna odpowiedzialność nauki”. Inspiracją do jej powstania były wieloletnie doświadczenia IPZIN w wykorzystywaniu badań do do działań praktycznych oraz doświadczenia z okresu epidemii dotyczące używania narzędzi informatycznych w badaniach naukowych i działaniach profilaktycznych. Podstawą naukową NWKP były wnioski i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego zawarte w raporcie pt.: *Jak wspierać uczniów po roku epidemii*, który został opracowany przez IPZIN na zlecenie Ministerstwa Edukacji i Nauki na początku 2021 r. Główne rekomendacje dla systemu edukacji zawarte we wspomnianym raporcie wskazywały na potrzebę przywrócenia równowagi między przewartościowanym nauczaniem, a niedowartościowanym wychowaniem, zachowanie równowagi między potrzebami z zakresu ochrony zdrowia psychicznego i wymogami reżimu sanitarnego oraz priorytetowe potraktowanie działań wychowawczych, profilaktycznych i pomocowych w obszarze wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży zarówno w fazie pandemii, jak i w okresie bezpośrednio po jej wygaśnięciu.

W roku szkolnym 2021/2022 dzięki wsparciu finansowemu MEiN Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę* stanowiła propozycję bezpłatną i ogólnie dostępną dla szkół, co umożliwiło szeroko zakrojone wsparcie psychiczne dzieci i młodzieży w całym kraju. Bezpłatną formułę udało się utrzymać także w kolejnym roku szkolnym 2022/2023 pomimo braku zewnętrznego dofinansowania. Wszystkie działania – obsługa aplikacji internetowej, wprowadzanie aktualizacji do aplikacji i materiałów, promocja NWKP oraz organizacja i prowadzenia szkoleń dla koordynatorów – prowadzone były ze środków własnych IPZIN pozyskanych od indywidualnych darczyńców.

⁵¹ Analizę danych i opisanie wyników ewaluacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” zawdzięczamy mgr Marcinowi Łuczce.

Celem programu jest poprawa osłabionej kondycji psychicznej dzieci i młodzieży, przeciwdziałanie depresji i zachowaniom ryzykownym młodzieży oraz budowanie pozytywnego klimatu w społecznościach szkolnych poprzez:

- wykorzystanie potencjału leżącego w naturalnych zasobach wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży (rodzice, nauczyciele, przyjaciele)
- wykorzystanie potencjału zawartego w pracy wychowawczo – profilaktycznej wychowawców szkolnych oraz w lekcjach wychowawczych
- wykorzystanie wyników badań przesyłanych szkołom w trybie natychmiastowym (1–2 dni robocze) w formie dedykowanych raportów z wykresami i opracowanych w sposób pomagający wzbudzać wzajemne zrozumienie i dobrą współpracę między uczniami, rodzicami i nauczycielami.

Wykorzystanie potencjału najbliższego otoczenia dla szerokiego wsparcia kondycji psychicznej młodzieży (w tym także wychowawców klas) jest jedną z rekomendacji raportu *Jak wspierać uczniów po roku epidemii*. Działania pomocowe prowadzone przez psychologów, psychoterapeutów i psychiatrów mają ograniczoną skalę, a szczególne potrzeby wynikające z obniżenia kondycji psychicznej dzieci i młodzieży doprowadziły do przeciążenia systemu opieki psychologicznej i psychiatrycznej. Również bardzo potrzebne działania i programy profilaktyczne prowadzone przez przeszkolonych, profesjonalnych profilaktyków mają z definicji ograniczony zasięg. Działania na rzecz wsparcia psychicznego uczniów prowadzone samodzielnie przez szkoły z wykorzystaniem wychowawców mogą mieć najszerzy zasięg, jednak wymagają dostępności odpowiednich narzędzi. Takim narzędziem stało się właśnie NWKP.

Podstawą treści Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę* jest koncepcja 9 wskazówek radzenia sobie w sytuacji kryzysowej opracowanych przez IPZIN w 2020 roku na potrzeby pierwszego programu profilaktycznego przeznaczonego na czas reżimu sanitarnego i nauki zdalnej o nazwie *Nawigacja w kryzysie*. Program ten realizowany był przez przeszkolonych trenerów profilaktyki zintegrowanej. Przeprowadzone badania ewaluacyjne wykazały jego skuteczność we wzmacnianiu kondycji psychicznej uczniów (patrz: raport *Jak wspierać uczniów po roku epidemii*). W sensie merytorycznym Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę* jest formą adaptacji programu *Nawigacja w kryzysie* do realiów, w których realizatorami nie są profesjonalni trenerzy, lecz wychowawcy szkolni.

Zgodnie z celem programu, zbiór 9 wskazówek stanowi narzędzie do wzmocnienia psychicznego uczniów poprzez naukę **sposobów radzenia sobie w sytuacji kryzysowej**. Są to sposoby proste, intuicyjne, łatwe do zastosowania, a zarazem zgodne z wiedzą psychologiczną.

Poniżej wyliczone zostały kolejne wskazówki, a krótki komentarz pozwala lepiej zrozumieć ich znaczenie.

1. Akceptuj to, co czujesz

Wszystkie uczucia są ważne i potrzebne, są informacją, że coś wokół nas lub w nas się dzieje. Mogą być trudne (np. złość, smutek) i je też warto akceptować. Nie są dobre ani złe – mówią o aktualnym stanie. Dopiero to, co robimy pod wpływem uczuć podlega ocenie.

2. Panuj nad tym, co robisz

Każdy z nas jest odpowiedzialny za swoje zachowanie (niezależnie od uczuć, które leżą u jego podstaw) dlatego warto być świadomym swoich uczuć – umieć je nazywać. Zanim coś zrobisz -pomyśl. Znacznie łatwiej panować nad uczuciami, gdy są mało intensywne.

3. Bądź czujny/czujna

Czujność to szybka reakcja na sygnały, które wysyłają uczucia lub ciało. Nie dajesz się wciągać w niechciane/niepożądane zachowania/czynności. Podejmujesz zdecydowaną reakcję przed lub po pierwszym sygnale (np. złości). Nie dajesz się wciągnąć.

4. Odpuść sobie i innym

Warto być wyrozumiałym wobec siebie i innych w małych sprawach. Pozwala to uniknąć większych konfliktów, daje szansę na regenerację i odpoczynek. Nie jest jednak przyzwoleniem na lenistwo i bylejakość.

5. Odkrywaj źródła wsparcia.

Czasem prośbienie o pomoc wymaga wysiłku i odwagi. Inne osoby mogą być podporą, przewodnikiem źródłem inspiracji. Pomóc w trudnych momentach lub realizacji marzeń. Warto ich poszukać.

6. Patrz daleko

Miej marzenia, wyznaczaj sobie cele i dąż do ich realizacji. Pozwalają przetrwać trudne chwile, dają siłę i nadzieję.

7. Szukaj tego, co dobre

Wokół jest wiele dobrych rzeczy/ludzi. Trzeba się tylko rozejrzeć i zacząć je dostrzegać. Szukaj w sobie, szukaj w innych.

8. Buduj z tego, co masz

Skup się na tym, co umiesz, co ci wychodzi, trenuj, doskonal- nawet jeśli są to drobne czynności dnia codziennego. Każdy ma w sobie coś, znajdź to i docień. Małe coś to więcej niż nic.

9. Wyjdź naprzeciw

Dostrzeż potrzeby innych, tych najbliższych (w rodzinie, klasie) i tych dalszych (sąsiedzi, potrzebujący). Wychodząc naprzeciw przyczyniamy się do wspólnego dobra i sami zyskujemy.

Wskazówki uczą jak radzić sobie w sytuacjach kryzysowych, ale także motywują do tego, by łatwiej było przetrwać okresy i zdarzenia trudne dla całego społeczeństwa (jak pandemia czy wybuch wojny na Ukrainie) lub osobistym (problemy z nauką, kłopoty rodzinne, itp.), a nawet by uczyć się wykorzystywania kryzysów do nauki odporności i pozytywnych przemian w życiu.

Szkolna inicjatywa profilaktyczna *Nawigacja w Każdą Pogodę* realizuje cele i zadania profilaktyki uniwersalnej oraz promocji zdrowia psychicznego. Jej zadaniem jest wzmocnienie naturalnych zasobów odporności i radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i kryzysowymi (zasobów osobistych, rodzinnych i środowiskowych).

NWKP to program bardzo nowatorski. Jest to pierwszy program profilaktyki zintegrowanej oparty o aplikację internetową i przeznaczony do szerokiej, samodzielnej realizacji przez wychowawców.

I.3.5.2. Wprowadzenie do ewaluacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”

Celem badania była ocena działania „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” (w skrócie NWKP lub program NWKP) po pierwszym roku jej realizacji. Ocena ta dokonana

została na podstawie ankiet zebranych od różnych członków społeczności szkół, które brały w niej udział:

- Szkolnych koordynatorów programu NWKP,
- Wychowawców, którzy w ramach programu NWKP prowadzili zajęcia profilaktyczne z uczniami,
- Nauczycieli,
- Uczniów, którzy uczestniczyli w zajęciach profilaktycznych.
- Rodziców uczniów, którzy uczestniczyli w zajęciach profilaktycznych.

Zagadnieniem, któremu poświęcono najwięcej uwagi w niniejszym raporcie, jest postrzegana lub antycypowana przez respondentów efektywność zajęć profilaktycznych z młodzieżą. W analogiczny sposób oceniona została efektywność warsztatów zrealizowanych dla rodziców. Ewaluacja dotyczyła treści proponowanych w ramach programu NWKP. Zagadnieniem, które podjęto na marginesie tych rozważań były inne, pośrednie korzyści płynące z realizacji programu NWKP.

Wiele miejsca poświęcono (także w powyższym kontekście) ocenie, na ile użyteczna jest diagnoza środowiska szkolnego stanowiąca element NWKP. Diagnoza ta stanowiła punkt wyjścia dla podejmowania działań profilaktycznych w poszczególnych szkołach. Ocenie poddano także zagadnienia związane z wdrażaniem i organizacją programu NWKP w szkole. Pozwoliło to na wyciągnięcie wniosków dotyczących użyteczności poszczególnych narzędzi, które udostępniono szkołom w celu realizacji programu w jego części diagnostycznej i praktycznej.

Specyfika „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” polega na tym, że jest to zadanie samodzielnie realizowane przez szkołę bez opieki czy szkolenia innego, niż w formie materiałów lub nagrań dostępnych w aplikacji NWKP. Uczestnictwo w szkoleniu było możliwe, ale było ono przeznaczone głównie dla szkolnych koordynatorów. Ogromna większość nauczycieli prowadzących zajęcia w ramach NWKP robiła to w oparciu o gotowe konspekty lub inspiracje bazując na swoich własnych umiejętnościach i bez celowanego szkolenia dotyczącego treści i metodyki zajęć tego konkretnego programu. Jest to sytuacja zasadniczo inna niż w przypadku realizacji zajęć przez przeszkolonych trenerów programów profilaktycznych. Takie podejście zbieżne było z celem NWKP, jakim było objęcie możliwie szerokiej grupy uczniów wsparciem profilaktyczno-wychowawczym i nauką sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

I.3.5.3. Perspektywa szkolnych koordynatorów

Prezentacja grupy badanej

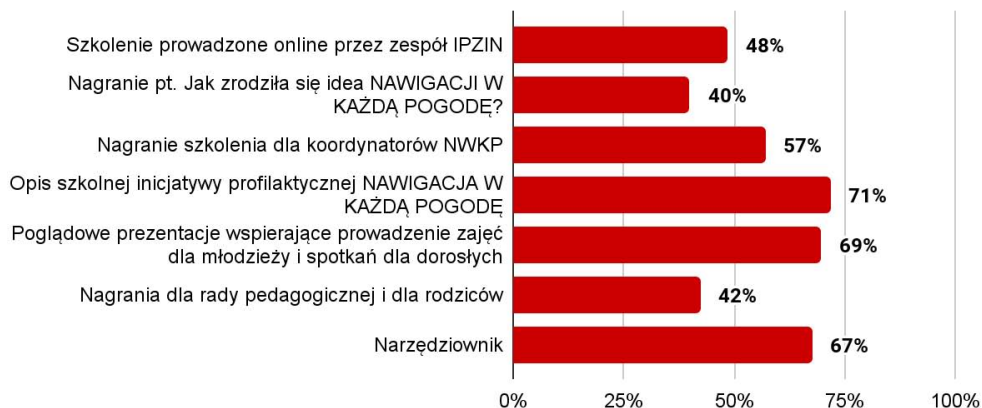
W badaniu wzięło udział 293 koordynatorów szkolnych. Gros z nich (281) stanowiły kobiety. Przeszło 2/3 z nich miało staż pracy jako nauczyciel dłuższy, niż 10 lat.

Wykres 52. W szkole pełni Pani/Pan funkcję

W szkole pełnili różne funkcje, często łącząc je, ale najczęściej była to funkcja pedagoga.

Przygotowanie do realizacji programu w szkole

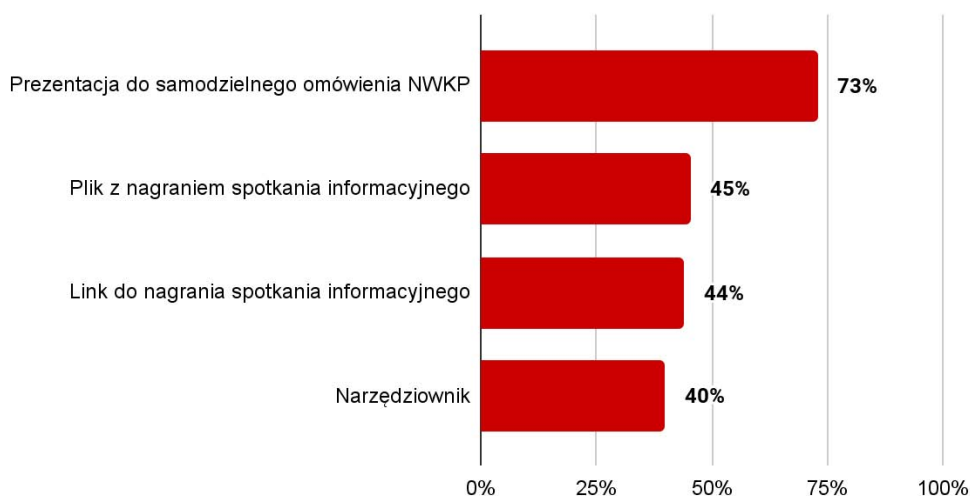
Szkolni koordynatorzy, przygotowując się do swoich zadań, a potem wykonując je, mieli możliwość skorzystania z różnych materiałów, przygotowanych przez twórców programu NWKP.

Wykres 53. Materiały najbardziej pomocne w zapoznaniu się ze szkolną inicjatywą profilaktyczną *Nawigacja w Każdą Pogodę* i koordynowaniu działań w szkole

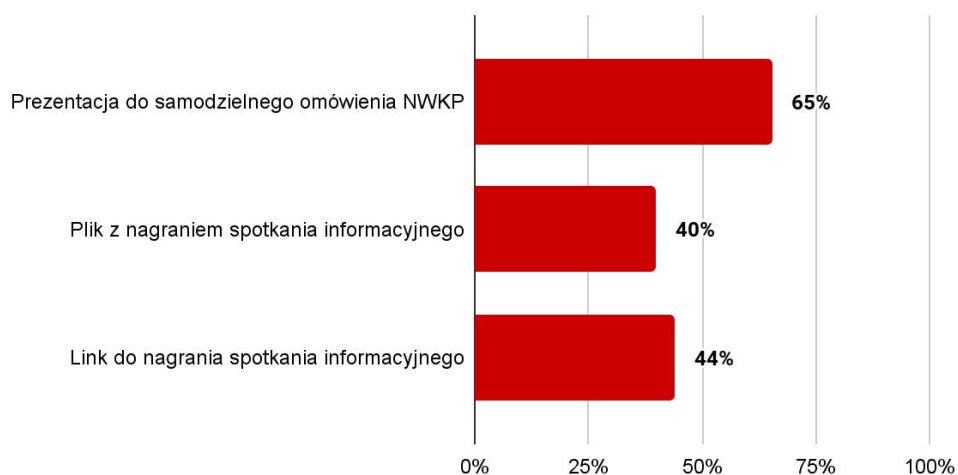
Wszystkie te materiały okazały się przydatne dla szkolnych koordynatorów. Tym niemniej najbardziej przydatne były: opis programu NWKP, poglądowe prezentacje wspierające prowadzenie zajęć dla młodzieży i spotkań z dorosłymi oraz Narzędziownik.

Twórcy NWKP przygotowali również różne materiały, pomagające koordynatorom przekazać informację o programie kadrze pedagogicznej oraz rodzicom uczniów, którzy mieli być nim objęci.

Wykres 54. Które materiały wykorzystali Państwo do przekazania informacji o NWKP kadrze pedagogicznej?



Wykres 55. Które materiały wykorzystali Państwo do przekazania informacji o NWKP rodzicom?



Zarówno w jednym jak i w drugim przypadku najczęściej wykorzystywanym narzędziem była prezentacja do samodzielnego omówienia programu NWKP. Pozostałe materiały były wykorzystywane znacznie rzadziej, choć wciąż w stopniu świadczącym o ich przydatności.

Właściwe działania profilaktyczne realizowane w ramach NWKP były poprzedzone przez badania kwestionariuszowe prowadzone online wśród kadry pedagogicznej, wśród rodziców uczniów uczestniczących w programie, jak również wśród tych uczniów. W kontekście ewaluacji ważna jest ocena przez badanych przydatności takiej wstępnej diagnozy sytuacji w szkole.

Prawie wszyscy szkolni koordynatorzy (290 z 293) zapoznali się z raportem prezentującym wyniki badań przeprowadzonych w ich szkole w ramach NWKP, a według aż 287 z nich taki raport zawierał przydatne informacje.

Wykres 56. Co było dla Państwa najbardziej przydatne w raporcie?



Wśród tych koordynatorów **niemal prawie wszyscy docenili fakt, że badania te są szybką i aktualną diagnozą kondycji psychicznej młodzieży**. Znakomita większość uznała także, że można je wykorzystać do aktualizacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego. Zdecydowanie najbardziej przydatne okazały się te wymiary użyteczności tych badań diagnostycznych, które wykraczają poza samą bezpośrednią przydatność dla działań prowadzonych w ramach programu NWKP.

Aplikacja dedykowana NWKP

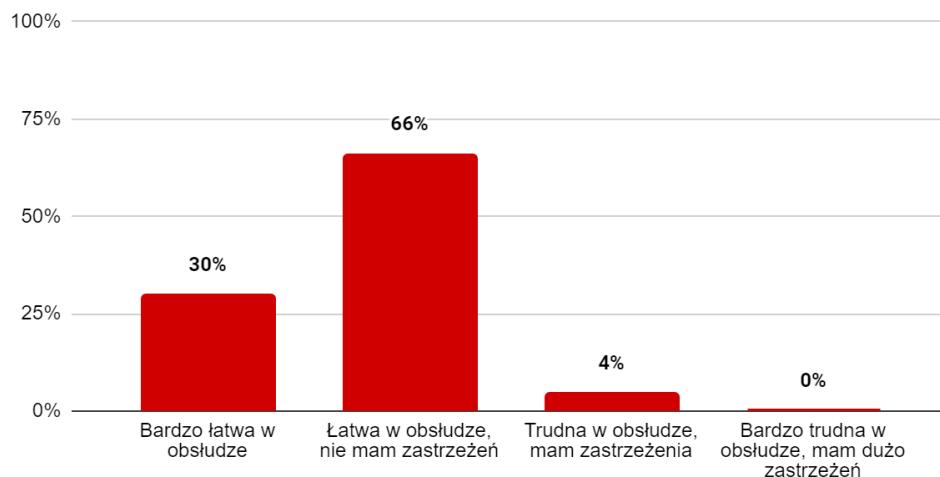
Narzędziem, które wspiera realizację NWKP jest dedykowana aplikacja. Przy jej pomocy realizowana jest wstępna diagnoza środowiska szkolnego, o której była mowa powyżej. Przede wszystkim zaś poprzez tę aplikację udostępniane są materiały, na których bazują realizowane w ramach programu zajęcia dla rodziców i młodzieży.

W opinii zdecydowanej większości koordynatorów (286 z 293) aplikacja ta zawiera wystarczającą ilość materiałów do wdrożenia programu NWKP. Pojedyncze opinie wskazywały na potrzebę uzupełnienia jej o:

- Materiały do wykorzystania podczas godzin wychowawczych;
- Materiały do pracy ze starszymi uczniami (np. w technikum, w wieku 16–25 lat);
- Więcej zabaw i ćwiczeń typu autopilot;
- Materiały do pracy z uczniami ze SPE.

Program NWKP jest pierwszym działaniem profilaktycznym opracowanym przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, które opiera się na wykorzystaniu aplikacji internetowej. Istniały obawy, że opracowane narzędzie informatyczne może się okazać trudne w obsłudze dla szkolnych koordynatorów, co stanie się realną barierą w rozpowszechnianiu programu.

Wykres 57. Ocena obsługi aplikacji dedykowanej NWKP przez szkolnych koordynatorów



Jak widzimy na wykresie, 96% koordynatorów uznało aplikację za narzędzie łatwe lub bardzo łatwe w obsłudze. Tylko 4% uznało ją za trudną w obsłudze, a żaden za bardzo trudną. Pojawiające się nieliczne zastrzeżenia w tym aspekcie dotyczyły:

- Jej czytelności: „Zbyt dużo treści, które utrudniają poruszanie się na stronie i znalezienie konkretnych”; „Nie potrafiłam samodzielnie odszukać ankiet, korzystałam z pomocy osoby pod telefonem”; „Nie ma opisu szkół, tylko żeby znaleźć »swoje badania« / swoją szkołę trzeba znać numer identyfikacyjny, co czasem utrudniało połączenie, bo nie zawsze go miałam przy sobie”;
- Trudności technicznych: „Nie z każdej przeglądarki można wejść na stronę”;
- Długości i trudności ankiet przeprowadzanych w ramach diagnozy środowiska szkolnego;

Trudności w realizacji NWKP

Zdecydowana większość, bo niemal ¾ koordynatorów nie zgłaszała trudności w realizacji programu NWKP. Ponad ¼ z nich (80 respondentów, czyli 27%) miała pewne trudności. Poniższy wykres pokazuje jakie trudności raportowali.

Wykres 58. Odpowiedzi 27% koordynatorów, którzy w ogóle wskazali jakieś trudności



Według opinii tych koordynatorów zasadniczo trudności te dotyczą dwóch zagadnień: zaangażowania rodziców oraz trudności obiektywnych. Zaangażowanie rodziców było istotnym elementem programu NWKP zwłaszcza w zakresie ich udziału w badaniach wstępnych, a także udziału w spotkaniu. Warsztaty dla rodziców w ramach NWKP udało się zrealizować aż w 80 szkołach. Jest to 27% spośród szkół, które wzięły udział w ewaluacji programu. Biorąc pod uwagę znaczne trudności, jakie często towarzyszą próbom zaangażowania rodziców w sprawy szkoły wydaje się, że w wielu szkołach koordynatorom udało się osiągnąć sukces w tym zakresie. Nie zmienia to faktu, że właśnie ten aspekt programu NWKP był stosunkowo najczęściej wymieniany jako trudny.

Część koordynatorów zgłosiła uwagi związane z realizacją NWKP w formie „wolnych wniosków” na końcu kwestionariusza. Oto przykładowe wypowiedzi dotyczące:

- Grupy docelowej NWKP:
„Chciałabym poprosić, by na przyszłość IPZIN rozważył możliwość włączenia w działania NWKP wszystkich uczniów, również i tych dorosłych z klas maturalnych. Aktualnie była mowa tylko o uczniach starszych klas szkół podstawowych i klas pierwszych ponadpodstawowych (ewentualnie drugich, z czego nasza szkoła skorzystała, gdyż jest mało liczebna)”; *„Zajęcia ciekawe, ale tak naprawdę musiałam sama opracowywać scenariusze dla młodzieży liceum. Zajęcia nadają się dla uczniów szkół podstawowych”*; *„Byłoby bardzo fajnie, gdyby w przyszłości można było realizować taki program dostosowany do szkół specjalnych”*;
- Zaangażowania rodziców:
„W szkołach ponadpodstawowych problem z zaangażowaniem rodziców – słaba frekwencja”; *„Brak możliwości zachęcenia rodziców do uczestnictwa, niechęć z ich strony do wypełniania ankiet/udziału w warsztatach powoduje, że mamy niepełny obraz diagnostyczny”*;

- Zaangażowania nauczycieli:
„Trudno namówić do samodzielnej realizacji wychowawców”;
- Ankiety wstępnej:
„Przed wszystkim skróciłabym ankietę wstępną lub podzieliła na dwie krótsze ponieważ większość niecierpliwiła się i nie wypełniała do końca”.

Z kolei **aż 76 szkolnych koordynatorów (26%) relacjonowało w ramach uwag dobre praktyki w realizacji NWKP w swojej szkole lub wskazywało na szczególnie ważne zalety programu.** Dotyczyły one kilku ważnych obszarów, co ciekawe, także spotkań z rodzicami:

- Sposób realizacji diagnozy środowiska szkolnego: *„Ankiety wypełniane były przez uczniów w czasie zajęć informatyki w szkole co dawało pewność, że respondenci w znacznej większości wypełnią je”;*
- Materiały programu NWKP: *„Świetnie przygotowane materiały, które można było wykorzystać”;* *„Dobrze przygotowane materiały zdecydowanie ułatwiły przeprowadzenia zajęć. Przygotowanie prezentacji dokładnie dopasowanej do scenariuszy było bardzo dużym ułatwieniem”;* *„Zajęcia prowadzono za pomocą gotowych scenariuszy co ułatwiło prace wychowawców”;*
- Formuła online: *„Warsztaty dla rodziców zrealizowane online (wysyłanie materiałów co tydzień. Rodzice mogli w każdej chwili wrócić do materiałów, by odświeżyć wiadomości, otrzymywałałam informacje zwrotne, że taka forma jest przystępna, bo rodzice mogli w każdej chwili się zapoznać z treściami, a nie konkretnie jak w przypadku spotkania stacjonarnego – określona godzina w określonym dniu tygodnia)”;* *„Możliwość szkoleń on-line, jak też przesłania linków szkoleniowych”;*
- Forma zajęć z uczniami: *„Dobra praktyką okazały się zajęcia dla młodzieży szkolnej oraz ich aktywne uczestnictwo podczas prowadzenia zajęć, dyskusja, sugestie, wymiana doświadczeń”;* *„Skutecznym rozwiązaniem było przeprowadzenie badań w formie ankiet on-line, a następnie przygotowanie zajęć (z wykorzystaniem gotowych scenariuszy), które były odpowiedzią na problemy naszych uczniów zasygnalizowane w wynikach badań”;*
- Treści zajęć z uczniami: *„Tematy poruszane są bardzo istotne dla młodzieży, co otworzyło uczniów na podejmowanie takich tematów podczas rozmów indywidualnych”;* *„Zajęcia dla młodzieży, które pozwoliły na dłuższe zatrzymanie się przy problemach które w obecnych czasach dzieci bardzo dotyczą”;*
- Współpracy z rodzicami: *„Warsztaty były okazją do nawiązania lepszych relacji rodziców z nauczycielami, porozmawiania o sprawach, na które wcześniej rodzice nie zwracali uwagi, lekceważyli je lub nawet ukrywali. Dzięki nim wypracowano wiele wniosków do dalszych działań w zakresie wspierania uczniów”;* *„Kontakt zdalny z rodzicami przez e-dziennik okazał się dobrą praktyką. Udało się przełamać opór rodziców związany z niechęcią edukowania się na terenie szkoły. Czytali przesyłane maile i wykonywali ćwiczenia. To w naszej ocenie sukces”;* *„Forma zapoznania rodziców z wynikami ich dzieci oraz wspólna analiza ich odpowiedzi, dała obraz rodzicom na co muszą zwrócić uwagę, jakie potrzeby mają ich dzieci, jakie mogą wdrożyć działania, aby pomóc swoim dzieciom nie tylko w nauce, ale także w problemach jakie przeżywają”;*
- Współpracy nauczycieli: *„Wspólne dzielenie się wychowawców przeprowadzonymi zajęciami”;* *„Wychowawcy realizujący program dzielili się swoimi doświadczeniami z innymi wychowawcami. Zachęcali ich do korzystania z Narzędziownika”;*
- Innych działań profilaktycznych w szkole: *„Nawiązanie w tym zakresie współpracy ze specjalistami z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej”;* **„Dodatkowo w czerwcu zorganizowaliśmy Piknik profilaktyczny pod hasłem »Słoneczne myśli w każdą pogodę« Podczas imprezy u uczniowie w małych grupach wykonywali zadania (jak w grze miejskiej).**

Każde zadanie było oparte na jednej wskazówce. W zajęciach brała udział cała szkoła. W sierpniu prześlemy dokładny opis. Wykonanie zadania wiązało się z otrzymaniem hasła – przesłania-wskazówki, które uczniowie przyklejali na zakładce do książki. Zabawa świetnie się udała!!!!”; „Młodzież po przeprowadzonych zajęciach umawiała się na indywidualne spotkania z pedagogiem w celu zgłębienia poruszanej tematyki”;

- **Podejście do sytuacji problemowych: „Myślę, że dobrą praktyką okazało się holistyczne podejście do sytuacji kryzysowej, rozłożenie odpowiedzialności i współpraca w rozwiązywaniu trudności życiowych między nauczycielami, uczniami i rodzicami”.**

Dwie z dobrych praktyk zostały wyłuszczone, jako szczególnie interesujące. Pomysł pikniku profilaktycznego pokazuje jak dużo twórczo działająca kadra szkoły potrafi zbudować na przekazanych w ramach NWKP inspiracjach. Z kolei myśl dotycząca znaczenia „holistycznego podejścia do sytuacji kryzysowej, rozłożenia odpowiedzialności i współpracy w rozwiązywaniu trudności życiowych między nauczycielami, uczniami i rodzicami” trafia w sedno idei NWKP, a zarazem idealnie oddaje zamysł stojący za rekomendacjami sformułowanymi w raporcie *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?* O to właśnie chodziło, aby dobrą współpracą w środowisku szkolnym zbudować system wsparcia, który będzie oddziaływał na całą populację uczniów, ograniczając w ten sposób liczbę potrzebujących pomocy psychologicznej czy psychoterapeutycznej.

Efektywność programu NWKP

Prawie wszyscy koordynatorzy (289) dostrzegają korzyści dla uczniów, płynące z realizacji programu NWKP w ich szkole. To wynik zdecydowanie przekraczający oczekiwania twórców. Co więcej, prawie wszyscy, spośród koordynatorów, wymieniali po kilka takich korzyści.

Wykres 59. Korzyści dla młodzieży z relacji szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP



Wskazania na poszczególne korzyści uczniów rozkładają się dość równomiernie. Najczęściej mowa była o wzmacnianiu u uczniów pozytywnego obrazu siebie o budowaniu pozytywnych

relacji z rówieśnikami i dorosłymi oraz o wzmacnianiu pozytywnej, życzliwej atmosfery w szkole i klasie. Jednak nawet najrzadziej wymieniane korzyści wskazywane były przez ponad 50% koordynatorów dostrzegających takie pożytki.

Ponad połowa (150) koordynatorów widzi także innego rodzaju korzyści, płynące z realizacji NWKP w ich szkole.

Wykres 60. Inne korzyści z realizacji szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP



Warto odnotować, że wśród tych innych korzyści dwie najczęściej wymieniane związane są z diagnozą środowiska szkolnego. Chociaż więc dla koordynatorów bardzo ważne jest know-how zawarte w NWKP, to nade wszystko istotne są dla nich informacje, jakie uzyskują dzięki zrealizowanym przy okazji programu ankietom. Trzecią z kolei korzyścią (aż 78% wskazań) jest ta dotycząca pomocności NWKP dla wsparcia pedagoga, psychologa, wychowawcy w procesie pracy wychowawczej w sytuacjach trudnych, w tym kryzysowych. Ponownie widzimy tutaj realizację intencji, która leżała u podstaw NWKP – by zwiększyć zakres zaangażowania kadry szkolnej w samodzielne rozwiązywanie jak największej liczby problemów i sytuacji kryzysowych. Dzięki temu do przeciążonego systemu opieki psychologicznej i psychiatrycznej trafiać mogą jedynie najtrudniejsze przypadki.

Nieco rzadziej wskazywano tu na korzyści związane z integracją środowiska szkolnego, te jednak koordynatorzy powszechnie przecież wskazywali w odpowiedzi na wcześniejsze pytanie.

Respondenci mówili także o własnych korzyściach, uzyskiwanych dzięki pełnieniu roli koordynatora szkolnego w programie NWKP.

Wykres 61. Jakie korzyści odnieśli Państwo z koordynowania szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP?



Najczęściej wymieniane przez nich korzyści osobiste oscylują wokół ich życia zawodowego – przydatności konkretnych narzędzi, wiedzy i umiejętności w pracy z uczniami. 40% koordynatorów dostrzegło korzyści płynące z wykorzystania zawartych w NWKP wskazówek psychoedukacyjnych w swoim własnym życiu osobistym. Najrzadziej mówili o rozwoju kompetencji cyfrowych oraz relacji w gronie pedagogicznym.

Koordinatory mieli także możliwość swobodnego wyrażenia zdania o korzyściach płynących z realizacji NWKP. Ich wypowiedzi oscylowały wokół następujących kategorii:

- Forma realizacji NWKP:
 - o „Projekt jest zaplanowany i przygotowany w taki sposób, że jego realizacja jest prosta i przyjemna. Autorzy przygotowali ciekawe scenariusze zajęć, a dedykowana aplikacja jest prosta w obsłudze i pomaga w zaplanowaniu i realizacji kolejnych kroków projektu”;
 - o „**Pracuję już z dziećmi i młodzieżą prawie 30 lat. Poznałam wiele różnorodnych projektów, programów i inicjatyw profilaktycznych. Ta inicjatywa zachwyciła mnie tym, że w prosty i zrozumiały sposób trafia do młodych ludzi. Prowadzący ma gotowe materiały na zajęcia (które oczywiście dostosowuje do potrzeb swoich uczniów)”;**
- Treść NWKP:
 - o „Porusza tematy, problemy codzienne, o których się nie mówi, mało mówi, bo nie ma czasu, albo nie teraz... itd.”;
 - o „**NWKP (...) w prosty, łatwy do zrozumienia przez młodzież sposób pokazuje, jak mogą radzić sobie z własnymi problemami. 9 wskazówek NWKP jest uniwersalnych. Można je wykorzystać w każdej sytuacji życiowej”;**

- „Ten projekt to fajna przygoda ucząca dzieci zagłębienia w głąb siebie i szukania zasobów które pomogą im w przetrwaniu trudnych sytuacji i kreatywnym rozwiązywaniu problemów”;
- Diagnostyka środowiska szkolnego:
 - „Dzięki badaniom wstępnym dużo dowiedzieliśmy się o bolączkach trapiących naszą młodzież, nauczycieli i rodziców”;
 - „Dla mnie osobiście najcenniejszą informacją były wyniki badań – które pokazały jakimi problemami należy zająć się teraz w mojej szkole. Dzieci również z dużym zaciekawieniem czytały przedstawione wyniki. Zadawały przy tym dużo pytań. Widać było że nie często spotykają się z analizą wyników badań w których sami wzięli udział”;
 - „Jestem pedagogiem w dużej szkole. Największym obciążeniem są dla mnie badania. Fizycznie nie jestem w stanie w ciągu jednego roku szkolnego dotrzeć do wszystkich klas na zajęcia, a co mówić o realizacji jakiegoś programu. Nawigacja w Każdą Pogodę jest pierwszym programem, którego realizacja mnie nie obciążała dodatkowo. Ktoś za mnie przeprowadził badania i podał gotowe wyniki. Mało tego, otrzymałam gotowe prezentacje z wynikami. Czułam się jakbym otrzymała prezent”;
- NWKP jako przydatne narzędzie pracy:
 - „Wspaniały projekt! Wiele ciekawych inspiracji i gotowych scenariuszy do wykorzystania nie tylko w pracy ze starszymi uczniami”;
 - „Zyskałam dużą wiedzę oraz gotowe materiały do pracy z uczniami, nawet po zakończeniu projektu”;
 - „Narzędziownik pełen ciekawych scenariuszy i mądrych słów skierowanych w emailach do rodziców”;
 - „Doskonały program dla wychowawców, który można wykorzystywać i odwoływać się do jego zasobów przez cały rok szkolny”;
 - „NWKP (...) daje gotowe narzędzie do określenia relacji między szkołą a uczniem, uczniem a rodzicem, a także między nauczycielem i rodzicem. Jest to gotowe narzędzie do prowadzenia zajęć wspierające zdrowie psychiczne uczniów”;
 - „NWKP to pierwszy program w naszej szkole, który pozwolił nam na realizację przemyślanej, dobrze opracowanej i dostosowanej do wieku odbiorców profilaktyki zdrowia psychicznego”;
- Efektywność NWKP:
 - „Dzięki zajęciom prowadzonym w ramach NWKP uczniowie nawiązali bliższe relacje między sobą, chętniej zaczęli mówić o swoich problemach, nabyli nowe umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach”;
 - „Projekt wzbogaca warsztat pracy nauczycieli i rozwija kompetencje kluczowe u uczniów”;
 - „NWKP poprzez swoje wskazówki wymusiło, a potem jak się okazało zachęciło społeczność szkolną do poruszania tematów trudnych i rozmowy o swoich problemach. Nastąpiła autorefleksja wśród uczniów, nauczycieli, rodziców”;
 - „NWKP pomogła uczniom w nazywaniu swoich uczuć. Ułatwiła im również naukę planowania dnia tak, aby znalazło się miejsce na naukę, rozrywkę, czas spędzony przed komputerem oraz czas na spacer i rozmowy z bliskimi oraz przyjaciółmi.

Zajęcia realizowane w ramach projektu przyczyniły się do wypracowania modelu postępowania, aby »nie ugrzęznąć w sieci«. To dobry program, warto z niego korzystać»;

- o „Wzięcie udziału w NWKP pozwoliło lepiej poznać swoich wychowanków oraz problemów, które stoją na drodze młodego człowieka. Dzięki projektowi można znaleźć wiele rozwiązań, które odpowiednio przedstawione są kluczem w wielu trudnych sytuacjach”;
- o „Program to niejako pigułka/apteczka pierwszej pomocy w stanach zagubienia, błędzenia i sytuacji określanej jako trudnej”;
- o „Dzięki NWKP nasza młodzież przestaje być przezroczyista dla nas dorosłych”;
- Wpływ NWKP na środowisko szkolne:
 - o „Udział w NWKP przyczynił się do poprawy klimatu szkoły, zarówno po stronie uczniów, rodziców jak i nauczycieli”;
 - o „NWKP (...) wychodzi na przeciw uczniom i nauczycielom. Na nowo nawiązują się relacje między uczniami a wychowawcami, po pandemii”;
 - o „Projekt umożliwił zacieśnienie więzi między rodzicami, uczniami i wychowawcami. Dzieci potrafiły nazwać swoje uczucia, podejmowały próby szukania pomocy u dorosłych zarówno w rodzinie, jak i wśród nauczycieli”.

W kontekście korzyści relacjonowanych przez koordynatorów warto przyjrzeć się na ile trudne i obciążające okazało się dla nich to zadanie. Aż 2/3 z nich nie deklarowało żadnych trudności. Około 1/3, dokładnie 96 respondentów, uznało, że rola koordynatora szkolnego wiązała się dla nich z dużym dodatkowym obciążeniem.

Wykres 62. Przyczyny trudności w realizacji zadań koordynatora



Jako przyczynę koordynatorzy ci najczęściej wskazywali wielość zadań do wykonania i trudność z wygospodarowaniem dodatkowego czasu. Dla 41% trudne było przekonywanie innych do wzięcia udziału w NWKP. Jest to jednak 41% z 1/3 koordynatorów. Oznacza to, że większy wysiłek włożony w zachęcenie innych do włączenia się w NWKP był potrzebny w mniej niż 14% szkół biorących udział w programie.

W kontekście oceny programu NWKP ważne jest, iż jako powód takiego obciążenia rzadko uznawane były problemy techniczne oraz poruszanie się po dedykowanej programowi aplikacji.

I.3.5.4. Perspektywa wychowawców

Prezentacja grupy badanej

W badaniu wzięło udział 1253 wychowawców, a zdecydowaną większość z nich (85%) stanowiły kobiety. 81% wychowawców staż pracy jako nauczyciel miało dłuższy niż 10 lat.

Przeprowadzenie zajęć profilaktycznych dla uczniów

W ramach programu NWKP zajęcia profilaktyczne z uczniami prowadzili najczęściej wychowawcy.

Wykres 63. Sposób prowadzenia zajęć z NWKP dla młodzieży



Prowadzący zajęcia zwykle opierali się na gotowych scenariuszach udostępnionych w dedykowanej programowi NWKP aplikacji. Wykorzystanie zbioru inspiracji udostępnionych do prowadzenia zajęć było rzadsze. O ile z gotowe scenariusze były częściej wykorzystywane przez wychowawców ze szkół podstawowych, to z inspiracji korzystali w równym stopniu nauczyciele szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Znaczna część wychowawców wykorzystwała własne wcześniejsze doświadczenia w prowadzeniu zajęć z młodzieżą.

Wykres 64. Materiały najbardziej przydatne w prowadzeniu zajęć

Za materiały najbardziej przydatne w prowadzeniu zajęć w ramach programu NWKP wychowawcy najczęściej uznawali gotowe scenariusze (83%). Kolejne pod tym względem były gotowe prezentacje z wynikami badań (63%), zrealizowanych w danej szkole. W tym drugim przypadku jest to o tyle zaskakujące, że we wcześniejszym pytaniu jedynie 35% wychowawców deklarowało wykorzystanie wyników z własnej szkoły podczas realizacji zajęć w ramach programu NWKP. Być może występuje tu problem z precyzją pytań i właściwym rozumieniem odpowiedzi.. Pozostałe materiały znacznie rzadziej uznawane były za najbardziej przydatne w prowadzeniu takich zajęć.

Ogromna większość wychowawców (1196, to jest 95%) uznała przy tym, że program NWKP zawiera wystarczającą ilość materiałów do prowadzenia zajęć z młodzieżą. Pojawiające się nieliczne uwagi w tym obszarze dotyczyły:

- Braku materiałów dla określonych grup: młodszych uczniów, nastolatków, uczniów ze SPE;
- Braku konkretnych rodzajów materiałów, np. filmów, kart ćwiczeń, materiałów ilustracyjnych, gier, materiałów interaktywnych;
- Ilości materiałów: „Materiały zbyt ubogie, w zbyt małej ilości”; „Widziałem, że koordynator robiła wiele sama, więc sądzę, że nie były to materiały wystraszające”;
- Jakości i treści materiałów: „Większej ilości ćwiczeń, które można realizować w grupie”; „Listy dla rodziców nie były dostosowane do gotowych scenariuszy”; „[Brakowało-MŁ] materiałów (dokładnie sensownych materiałów)”; „Brakowało więcej wskazówek do pracy codziennej. Przydałyby się przykłady »z życia wzięte« żeby dzieci poczuły, że wskazówki są naprawdę pomocne i do wykorzystania w codziennym życiu”; „Bardziej rozbudowanych wątków, które były poruszane. Skupienie się może na mniejszej ilości wskazówek ale lepiej i dogłębniej poruszonych”; „Miałam problem z samodzielnym pogłębianiem wiedzy (szukanie w Internecie wiadomości).

Brakowało mi rozpisania krok po kroku co trzeba omówić i zrobić. Przydałby się krótki filmik z psychologiem do każdego tematu”.

W ramach realizacji NWKP wychowawcy mogli skorzystać z pomocy w postaci gotowych wzorów maili do rodziców. Możliwość tę wykorzystało 470 (38%) badanych.

1.1. Efektywność programu NWKP

Wykres 65. Korzyści dla młodzieży z udziału w zajęciach w ramach NWKP



Podobnie jak wśród szkolnych koordynatorów, tak i wśród wychowawców ogromna większość (98%) dostrzegła jakieś korzyści dla młodzieży z tytułu realizacji programu NWKP, a większość wskazywała po kilka korzyści jednocześnie. Ich odpowiedzi także rozkładają się dość równomiernie, choć w tym przypadku nieco wyraźniej zaznacza się dominacja dwóch kategorii korzyści: wzmacniania w uczniach pozytywnego obrazu siebie oraz ich aktywizacji.

Osobiste korzyści odnoszone z tytułu prowadzenia zajęć w programie NWKP, które wychowawcy deklarowali najczęściej, dotyczyły przede wszystkim ich pracy. Doceniano w szczególności przydatność gotowego narzędzia do pracy z młodzieżą (59%) oraz poprawę kontaktu ze swoimi uczniami (53%), co jest sprawą bardzo ważną w pracy wychowawcy. W znacznie mniejszym stopniu prowadzenie zajęć w ramach NWKP okazało się przydatne w życiu osobistym nauczycieli (31%), w najmniejszym zaś stopniu wpłynęło na ich relacje z rodzicami ich uczniów (21%).

Wykres 66. Korzyści szkolnych koordynatorów z prowadzenia zajęć w ramach NWKP



Podobnie jak koordynatorzy, także wychowawcy mieli możliwość swobodnego wyrażenia zdania o korzyściach płynących z realizacji NWKP. W ich wypowiedziach przewijają się kilka istotnych wątków:

- NWKP jako przydatne narzędzie pracy:
 - **„Warto skorzystać ze scenariuszy, są świetnym ułatwieniem do pracy z młodzieżą. W sytuacjach trudnych i kryzysowych można je łatwo przekształcić i dostosować do swoich potrzeb (u mnie integracja z uczniami z Ukrainy)”;**
 - **„Uważam, że Nawigacja w Każdą Pogodę to przede wszystkim świetne narzędzie diagnostyczne. Dziękuję za wsparcie i gotowe rozwiązania. To duża oszczędność czasu. Materiały bardzo ciekawie przygotowane. Uczniowie czuli, że o nich mowa, były autentyczne. Program uszyty na miarę!);”**
 - **„Materiały są przygotowane w sposób profesjonalny, nauczyciel ma do dyspozycji gotowe scenariusze, które można wykorzystać również po zakończeniu realizacji programu”;**
 - **„Dzięki tej inicjatywie, szybko diagnozowałam problem w klasie i od razu miałam narzędzia, które pomogły mi poradzić sobie w tej sytuacji. Okazało się, że dotąd za rzadko stwarzałam okazje (inne niż moje konkretne pytania) do tego, aby uczniowie przekazali mi z czym mają trudności”;**
- Diagnoza środowiska szkolnego:
 - **„Przygotowany przez Państwa raport w oparciu o informacje od rodziców, uczniów, nauczycieli zostanie wykorzystany przez mnie do opracowania programu wychowawczo- profilaktycznego w nowym roku szkolnym”;**
 - **„Możliwość wykorzystania gotowych wyników badań do dalszej pracy”;**

- Efektywność NWKP:
 - o *„NWKP umacnia, nadaje nowe spojrzenie, ukierunkowuje, wyzwala z utartych schematów, pobudza do twórczości i kreatywności oraz wyznacza nowe cele”;*
 - o *„Polecam skorzystanie z szkolnej inicjatywy profilaktycznej »Nawigacja w Każdą Pogodę«, ponieważ aktywizuje ona uczniów, uczy radzenia sobie z trudnościami, wyposaża w wiedzę bardzo przydatną w życiu nastolatków, m.in. niebezpieczeństwa związane z nadmiernym korzystaniem z »ekranów«”;*
 - o *„Poznajemy bardziej dzieci, ich sposób postrzegania aktualnej sytuacji, co myślą i czują. Możemy im pomóc, zaradzić złym nawykom. Polepszyć współpracę z rodzicami, dając im wskazówki i wspólnie przeciwdziałać problemom”;*
- Integracja środowiska szkolnego:
 - o *„**To dobra inicjatywa, korzystnie wpływająca na integrację uczniów i nauczycieli oraz rodziców**”;*
- *„Projekt wyraźnie poprawia atmosferę w klasie i integruje uczniów”.*

I.3.5.5. Perspektywa nauczycieli

Prezentacja grupy badanej

W badaniu wzięło udział 3141 nauczycieli. Zdecydowana większość z nich (84%) stanowiły kobiety. O ile koordynatorzy i wychowawcy klas objętych programem mieli konkretne zadania do wykonania, to aktywny udział pozostałych nauczycieli, w założeniu autorów NWKP miał się ograniczać do udziału w badaniach. Ponadto mogli oni uczestniczyć w spotkaniu przedstawiającym wyniki diagnozy.

Ocena diagnozy środowiska szkolnego

Wykres 67. Ciekawe aspekty w wynikach ankiety wg. nauczycieli



Zdecydowana większość nauczycieli (80%) wzięła udział w ankiecie wstępnej w ramach programu NWKP. Jeszcze więcej – bo aż 84% nauczycieli – uczestniczyło w spotkaniu, na którym zaprezentowano wyniki tej ankiety. 97% z nich uznała te wyniki za ciekawe. To bardzo ważne i budujące wskaźniki. Wart dostrzeżenia jest fakt, w jak wielu szkołach wyniki badań faktycznie zostały nauczycielom przedstawione. Istniała obawa, że część szkół zaangażuje się w NWKP w wariantcie minimalistycznym. Jak widać, tak się jednak nie stało.

Przede wszystkim zainteresował ich punkt widzenia różnych członków szkolnej społeczności – rodziców, innych nauczycieli, a zwłaszcza uczniów. Przy czym wyniki ankiety raczej nie były dla nich zaskoczeniem. Jeśli jednak ich zaskakiwały, to o wiele częściej pozytywnie (34%) niż negatywnie (14%). To ważny wynik, gdyż jednym z celów NWKP jest wzmacnianie świadomości pozytywnego potencjału danej społeczności szkolnej.

Realizacja programu NWKP

Pozytywnym zaskoczeniem jest fakt, że aż 43% nauczycieli było zaangażowanych w różne działania, związane z realizacją programu NWKP.

Wykres 68. Zaangażowanie nauczycieli w działania NWKP



Najczęściej nauczyciele ci, mówili ogólnie o wspieraniu koordynatora. Najrzadziej o współprowadzeniu warsztatów dla rodziców. Deklaracje co do pozostałych form zaangażowania w działania związane z NWKP rozkładały się dosyć równomiernie.

Nauczyciele mieli także możliwość wyrażenia swobodnie opinii o programie NWKP. W swoich wypowiedziach zwracali uwagę na wiele pozytywów, przede wszystkim:

- Przydatność NWKP:
 - o „Bardzo przydatny program w pracy nauczyciela”;

- o „Dobrze przygotowane materiały i bardzo pomocne”;
- o „To bardzo przydatny projekt. Jak będę miała klasę w przyszłym roku to wykorzystam scenariusze do lekcji”;
- o „Scenariusze zajęć są inspirujące”;
- Efektywność NWKP:
 - o „Jestem wdzięczna za kształtowanie u uczniów refleksyjności myślenia oraz motywowanie do określenia stanów emocjonalnych”;
- Formę zajęć:
 - o „Zajęcia były ciekawe, a poruszane problemy ważne w dzisiejszych czasach”;
 - o „Scenariusze zajęć NWKP dla młodzieży były ciekawe i zachęcały uczniów do współpracy podczas zajęć”;
- Przydatność diagnozy środowiska szkolnego:
 - o „Wyniki badań pokazały co jest istotne dla uczniów i na co powinniśmy, jako nauczyciele i wychowawcy, zwracać szczególną uwagę”;
 - o „Wyniki ankiety sprowokowały mnie do podjęcia refleksji – jakie działania podjąć w celu poprawy sytuacji uczniów”.

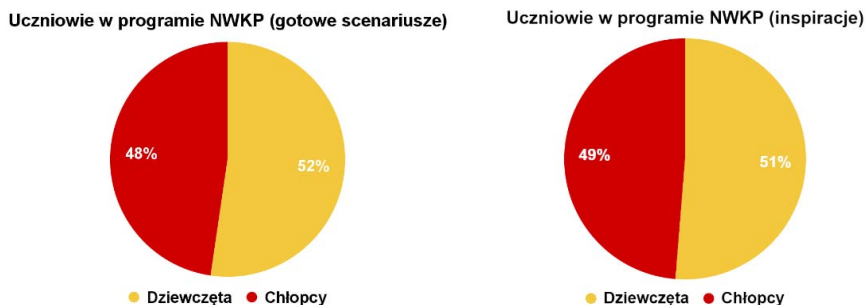
Wyrazili także kilka uwag i postulatów, szczególnie w aspekcie:

- Organizacji NWKP:
 - o „Program powinien być przeprowadzony w zeszłym roku zaraz po powrocie do szkoły ze zdalnego nauczania”;
 - o „Wydaje mi się, że niektóre zajęcia mogłaby poprowadzić osoba z zewnątrz, czasami dzieciom jest łatwiej rozmawiać i bardziej otwierają się wobec osób spoza swojego środowiska”;
 - o „Uważam, że nauka zdalna nie do końca sprzyja realizacji projektu, zwłaszcza w kwestii diagnozy”;
- Adresowania NWKP do różnych grup uczniów:
 - o „Program nie jest stworzony dla młodzieży szkół średnich”;
 - o „Dobrze byłoby tworzyć scenariusze zajęć dedykowane uczniom klas średnich. Również uwzględniając dojrzałą grupę. Sporo trzeba było modernizować”;
- Diagnozy środowiska szkolnego:
 - o „Mało precyzyjne wyniki ankiet – dotyczy pytań, w których można było wybrać więcej niż jedną odpowiedź”;
 - o „Odniosłam wrażenie, że część pytań pokrywała się”;
 - o „Ankieta wykonywane przez Państwa niczemu nie służy. Nauczycielom nie udziela się żadnego wsparcia ani pomocy”.

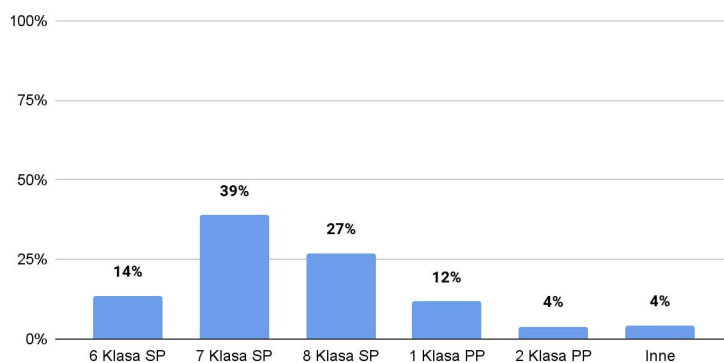
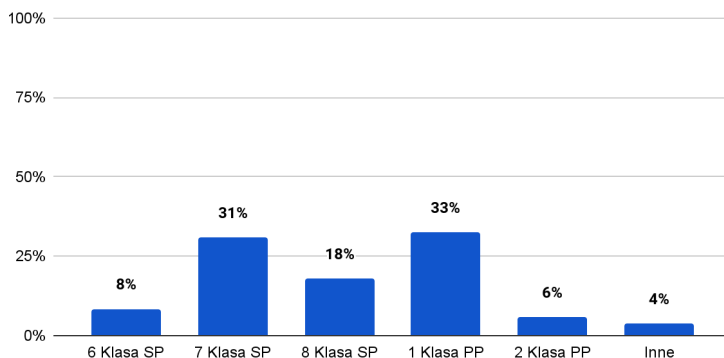
I.3.5.6. Perspektywa uczniów

Prezentacja grupy badanej

W badaniu wzięło udział 14940 uczniów. Uczestniczyli oni w programie NWKP w dwóch grupach. W pierwszej, zdecydowanie liczniejszej (11560 uczniów), zajęcia w ramach programu odbywały się na podstawie uprzednio przygotowanych scenariuszy. W drugiej (3380 uczniów) scenariusze zajęć tworzyli sami nauczyciele na podstawie inspiracji dostarczanych przez twórców programu.

Wykres 69. Proporcje dziewcząt i chłopców w uczestniczących programie NWKP

Proporcje płci są wśród badanych uczniów wyrównane, z bardzo nieznaczną przewagą dziewcząt.

Wykres 70. Do której klasy chodzisz? (gotowe scenariusze)**Wykres 71. Do której klasy chodzisz? (inspiracje)**

Zajęcia zrealizowane na podstawie gotowych scenariuszy odbywały się przede wszystkim w szkołach podstawowych (najczęściej w klasach 7.). W przypadku zajęć przygotowanych na

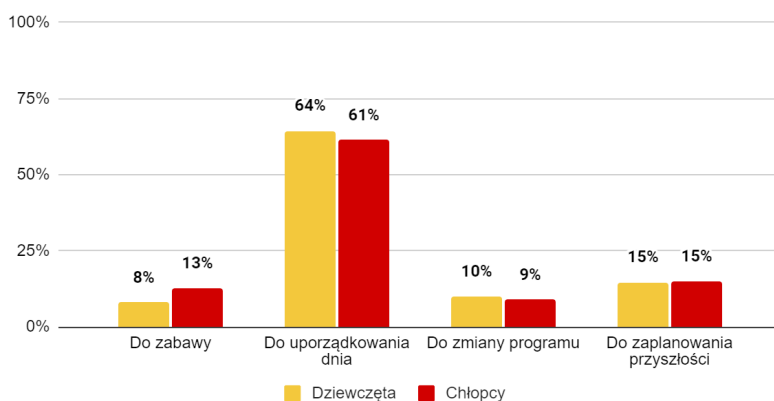
podstawie inspiracji proporcje były trochę bardziej wyrównane. Najczęściej odbywały się one w 1. klasach szkół ponadpodstawowych i 7. klasach szkół podstawowych.

Jeśli chodzi o frekwencję to, zarówno w przypadku zajęć z gotowymi scenariuszami, jak i zajęć ze scenariuszami opracowanymi na podstawie inspiracji, 63% uczniów wzięło udział we wszystkich spotkaniach programu.

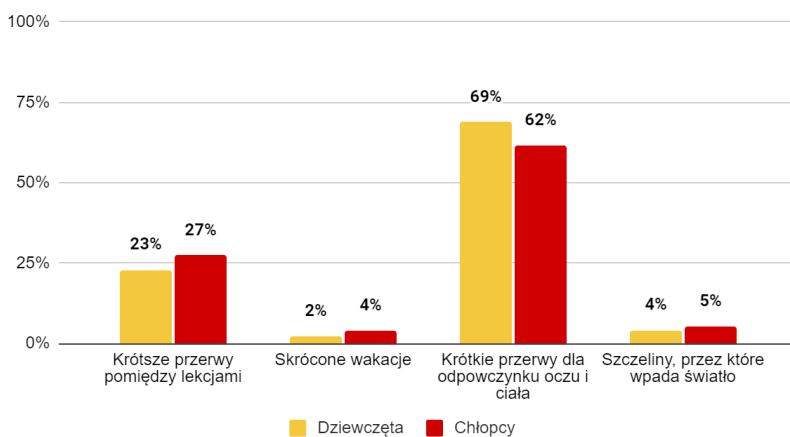
Test na znajomość materiału (gotowe scenariusze)

Uczniowie biorący udział w zajęciach przygotowanych na podstawie gotowych scenariuszy odpowiadali na dwa pytania, dotyczące zagadnień omawianych w ich trakcie. Celem tych pytań było upewnienie się, że zajęcia faktycznie zostały jakichś ślad pamięciowy u uczestników.

Wykres 72. Do czego służy AUTOPILOT w programie *Nawigacja w Każdą Pogodę*?



Wykres 73. Mikroprzerwy to:



Uczniowie bardzo dobrze poradzi sobie z oboma pytaniami. Za każdym razem nieco lepiej wypadły dziewczęta.

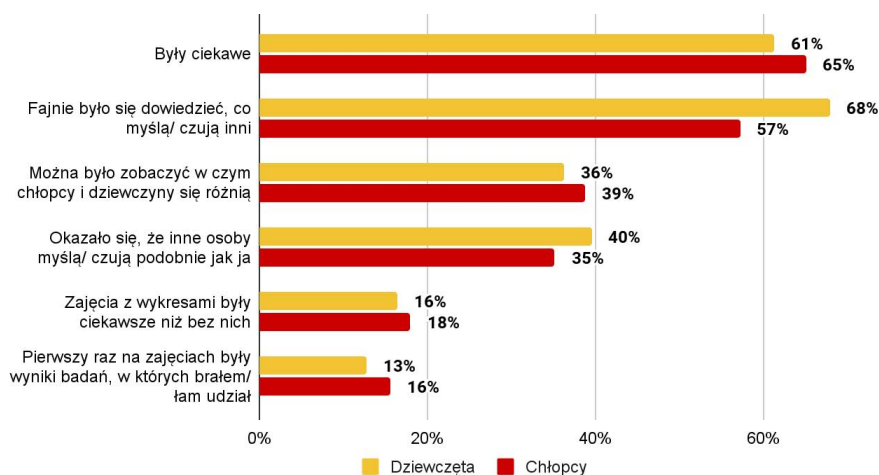
Opinie o diagnozie środowiska szkolnego

Wyniki wstępnej diagnozy środowiska szkolnego zaprezentowane zostały 59% uczniów biorących udział w zajęciach zrealizowanych na podstawie gotowych scenariuszy oraz 61% uczniów biorących udział w zajęciach przygotowanych na podstawie inspiracji.

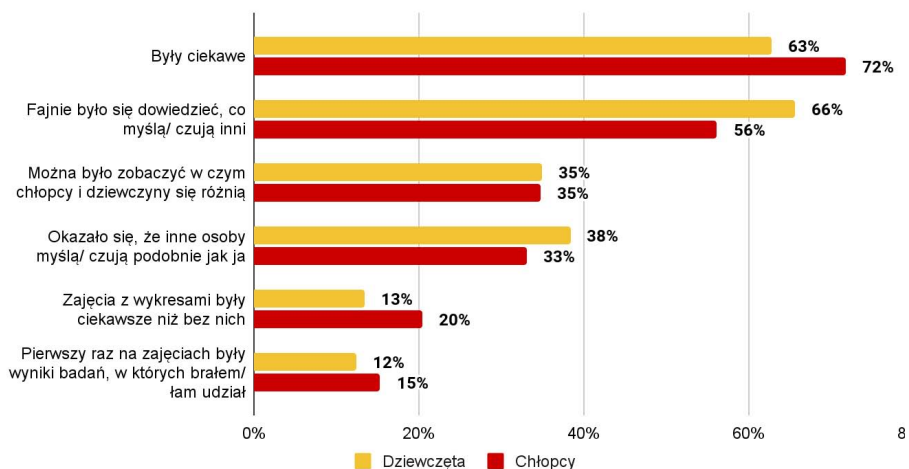
Większość uczniów, którzy zadeklarowali, że zapoznano ich z tymi wynikami, zarówno w jednej, jak i w drugiej grupie, uznała je za ważne dla siebie (odpowiednio 58% i 54%). W obu wypadkach częściej takie deklaracje składały dziewczęta.

Warto zobaczyć, z jakich przyczyn ci respondenci tak uważali (chodzi o uczniów, którzy podczas zajęć poznali wyniki diagnozy środowiska szkolnego i uznali je za ważne dla siebie).

Wykres 74. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (gotowe scenariusze)

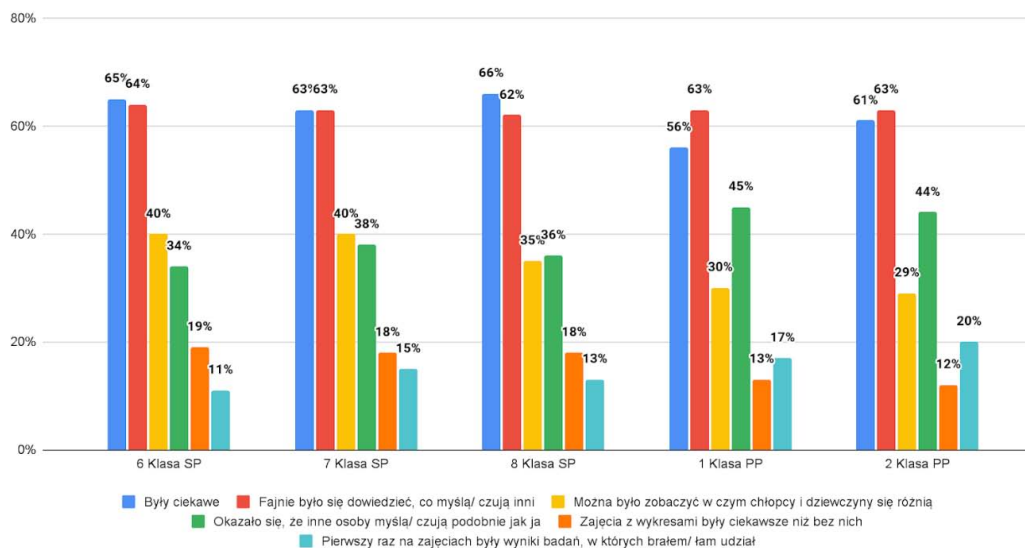


Wykres 75. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (inspiracje)

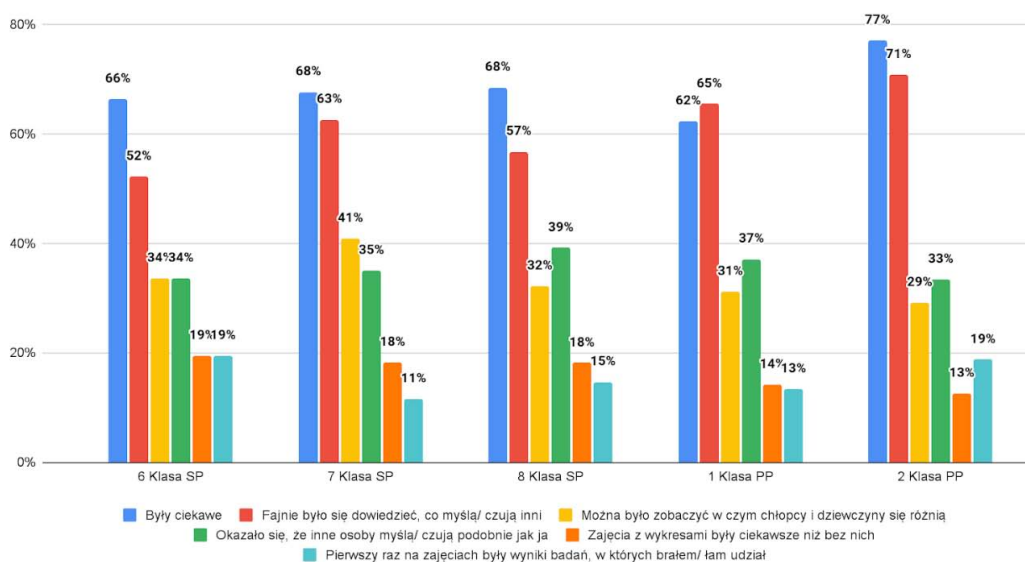


Okazuje się, że struktura ich odpowiedzi jest niezależna od tego co było podstawą przygotowania zajęć, w których wzięli udział (gotowe scenariusze czy inspiracje). Podobna była częstość wskazywania na poszczególne powody ważności wyników diagnozy środowiska szkolnego. W takiej sytuacji w obu grupach nie było też dużych różnic między odpowiedziami chłopców i dziewcząt – największe dotyczyły znaczenia zdobycia wiedzy o tym, co myślą i czują inni (ten powód częściej wskazywały dziewczęta) oraz tego, że wyniki były ciekawe (częściej wskazywali to chłopcy).

Wykres 76. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (gotowe scenariusze)

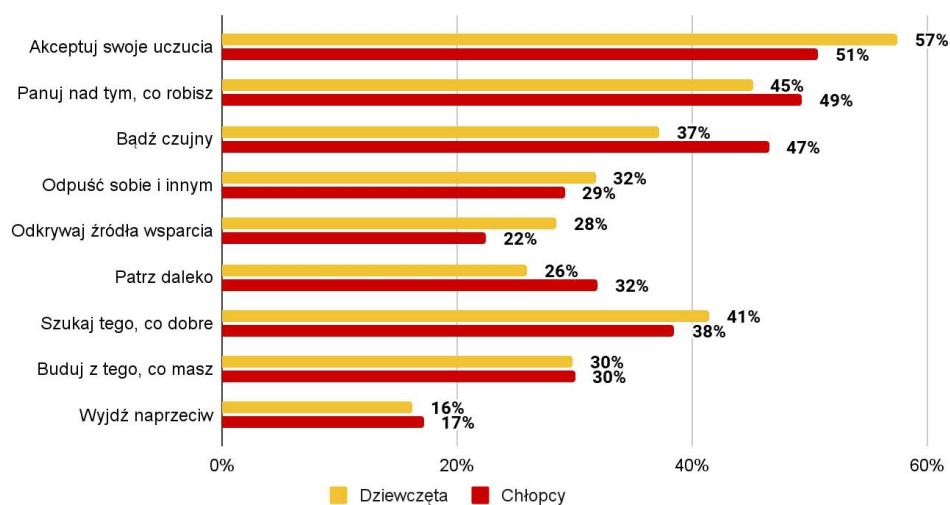


Wykres 77. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (inspiracje)

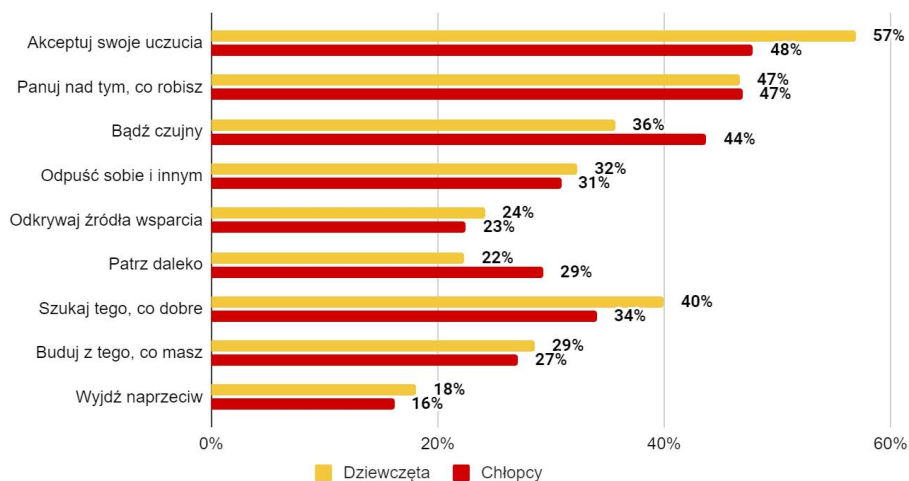


Bardzo podobna była także struktura odpowiedzi w klasach starszych i młodszych, choć tym razem dało się zauważyć kilka różnic. W przypadku osób biorących udział w zajęciach zrealizowanych na podstawie gotowych scenariuszy wyróżniali się uczniowie szkół ponadpodstawowych: nieco rzadziej ciekawiły ich różnice między opiniami chłopców i dziewcząt, nieco częściej to, że niektóre osoby myślą i czują podobnie jak oni. W przypadku osób uczestniczących w zajęciach przygotowanych na podstawie inspiracji wyróżniali się uczniowie klas 2 szkół ponadpodstawowych: znacznie częściej – w stosunku do innych odpowiedzi – jako powód ważności wyników diagnozy środowiska szkolnego wskazywali, że były ciekawe oraz że „fajnie było dzięki nim dowiedzieć się, co myślą i czują inni” (W pozostałych klasach ta różnica była mniejsza).

Wykres 78. Z jakich wskazówek udało Ci się skorzystać? (gotowe scenariusze)



Wykres 79. Z jakich wskazówek udało Ci się skorzystać? (inspiracje)

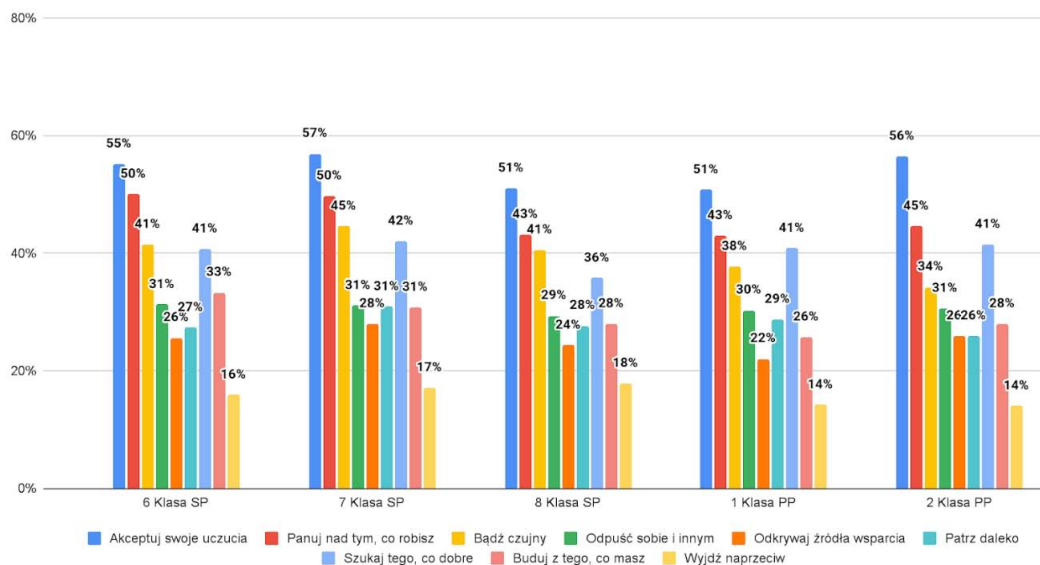


Korzystanie ze wskazówek profilaktycznych

W przypadku uczestników zajęć przygotowanych na podstawie gotowych scenariuszy 42% z nich udało się zastosować którąś z poznanych na nich wskazówek. Podobnie było w przypadku uczestników zajęć przygotowanych na podstawie inspiracji. Trochę częściej sztuka ta udawała się dziewczętom. Warto zobaczyć, z jakich wskazówek korzystali ci uczniowie.

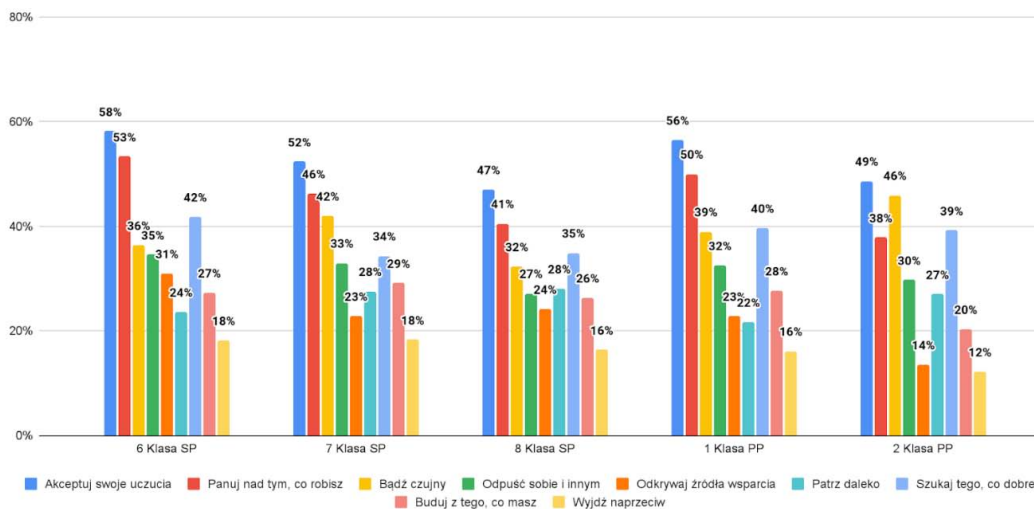
Struktura odpowiedzi uczniów biorących udział w zajęciach realizowanych na podstawie gotowych scenariuszy oraz w tych przygotowanych przy pomocy inspiracji jest tu bardzo podobna. Uczniowie najczęściej deklarowali zastosowanie wskazówki „Akceptuj swoje uczucia”. Generalnie, w przypadku poszczególnych wskazówek częstość deklaracji ich zastosowania przez dziewczęta i chłopców była zbliżona. Tym niemniej, w przypadku uczniów biorących udział w zajęciach zrealizowanych przy pomocy gotowych scenariuszy, zwraca uwagę różnica w częstości deklaracji stosowaniu wskazówki „Bądź czujny” (relatywnie częściej jej stosowanie deklarowali chłopcy). Z kolei w przypadku uczniów biorących udział w zajęciach przygotowanych na podstawie inspiracji stosowanie wskazówki „Akceptuj swoje uczucia” nieco częściej deklarowały dziewczęta.

Wykres 80. Z jakich wskazówek udało Ci się Skorzystać? (gotowe scenariusze)



Częstość deklaracji zastosowania poszczególnych wskazówek przez uczniów biorących udział w zajęciach opartych na gotowych scenariuszach jest zbliżona we wszystkich klasach. Także w przypadku uczniów biorących udział w zajęciach przygotowanych w oparciu o inspiracje z łatwością można dostrzec podobieństwa w strukturze odpowiedzi. Warto tu jednak zwrócić uwagę na klasy 2. szkół ponadpodstawowych. Wyróżnia je dość niski odsetek deklaracji wykorzystywania wskazówki „Odkrywaj źródła wsparcia” i relatywnie wysoki odsetek deklaracji wykorzystania wskazówki „Bądź czujny”.

Wykres 81. Z jakich wskazówek udało Ci się Skorzystać? (inspiracje)



Warto przytoczyć kilka przykładów tego, jak uczniowie opisywali okoliczności wykorzystywania poznanych na zajęciach wskazówek. Pozwalają one zrozumieć, w jaki sposób uczestnictwo w programie NWKP przełożyło się na codzienne życie uczniów.

1. Akceptuj swoje uczucia:

- „Wcześniej próbowałam na siłę wszystko w sobie gotować do czasu gdy nie wybuchłam, teraz bardziej się kontroluję i akceptuję co czuję”;
- „Kiedy czułem złość starałem się zrozumieć i poczuć co się tak naprawdę dzieje w mojej głowie. Analizowałem szczegóły moich myśli”;
- „**Kiedy nagle przestałam nad sobą panować, przypomniało mi się, co mówiliśmy na zajęciach i to właśnie było jednym z tematów. Dowiedziałam się, że nie tylko ja z moich rówieśników mogę się z tym zmagać, bo to pokazały statystyki i dzięki temu trochę mnie to uspokoiło**”;
- „Jeżeli mam jakiś gorszy dzień i źle się czuję, akceptuję to i nie obarczam siebie o to, że się tak czuję”;
- „Akceptuję że np. jestem zły i nie próbuję się na siłę uszczęśliwić”;

2. Panuj nad tym, co robisz:

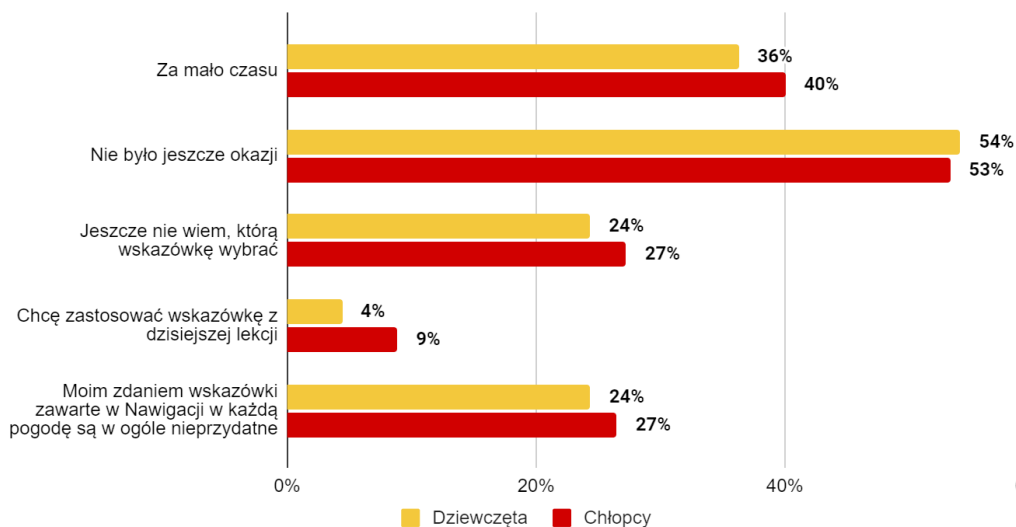
- „Zastanawiam się czy to co powiem nie urazi innej osoby”;
- „Podczas wielkiej frustracji z powodu błahostki byłam w stanie znaleźć szybkie rozwiązanie, aby zapobiec jej rozwojowi i się uspokoić”;
- „**Podczas zabawy mój brat zaczął mnie bić i rzucać we mnie klockami. Bardzo mnie to rozzłościło i chciałem go uderzyć jednak przypomniałem sobie, że muszę panować nad tym, co robię**”;
- „Wiem, że mam wpływ na swoje zachowanie. Gdy jestem zdenerwowana, to czekam aż emocje miną, dopiero później podejmuję rozmowę”;
- „**Byłem zdenerwowany na przegraną w grze. Wiem już, że mam prawo do negatywnych uczuć, najważniejsze, że wiem jak sobie z nimi poradzić. Odszedłem na chwilę od komputera, poszedłem do kuchni, oddychałem głęboko i wróciłem do gry na relaksie**”;

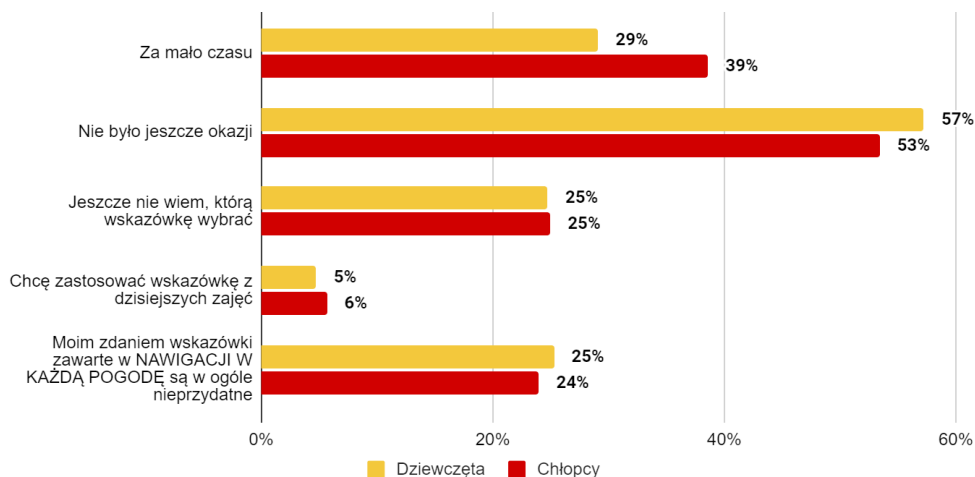
3. Bądź czujny
 - „Byłam czujna na relacje, w które wchodziłam”;
 - „Wiem, że nie zawsze koledzy mają dobre intencje”;
 - **„Jestem czujny np. w Internecie lub przy osobach, których nie znam”;**
 - „Bądź czujny czyli trzeba szybko reagować na sygnały swojego ciała i uczucia. Jak czułam, że jestem poddenerwowana, to starałam nie nakręcać i nie denerwować się dalej”;
 - „Jestem czujny co do otoczenia, które wybieram, osób z którymi wiąże się moja przyszłość”;
4. Opuść sobie i innym:
 - **„Gdy pokłóciłam się z mamą to postawiłam się w jej sytuacji i odpuściłam”;**
 - „Byłam zła na koleżankę, ale policzyłam do 10 i nic złego je nie powiedziałam”;
 - „Nie wymagam od siebie tak dużo jak wcześniej”;
 - „Kiedy się pokłóciłem z siostrą o byle co i postanowiłem odpuścić”;
 - **„Gdy siostra zepsuła mi pracę do szkoły nie nakrzyczałem na nią, tylko poprosiłem, by mi pomogła ją naprawić”;**
 - **„Wcześniej ciągle towarzyszyło mi poczucie, że jestem „niewystarczająca”, ciągle zawodzę, zawsze zrobię coś źle – powoli uczę się sobie odpuszczać”;**
 - „Zdenerwowałam się zachowaniem mojej siostry, ale zdecydowałam, że nie powinnam się tym denerwować ponieważ to niewarta stresu błażostka. Zwłaszcza że zarówno ja jak i moja siostra miałyśmy wystarczająco dużo innych sytuacjach, w których się denerwowałyśmy”;
5. Odkrywaj źródła wsparcia:
 - „Odkryłam źródło wsparcia w przyjaciółce”;
 - **„Wcześniej w sytuacjach dołka zamykałem się w sobie, potem zacząłem dostrzegać, że mam wsparcie w różnych osobach, zajęciach”;**
 - „Gdy miałam nieprzyjemną sytuację w relacjach koleżeńskich, zwróciłam się do koleżanki, która mi pomogła z rozwiązaniem tego”;
 - „Kiedy mam jakieś wątpliwości, bądź problemy, to rozmawiam z rodzicami czy wychowawcą”;
 - **„Kiedy brakowało mi przyjaciół postanowiłam, że zadzwonię do kuzynki aby z nią pogadać wtedy odkryłam w niej nie tylko kuzynkę ale również najlepszą przyjaciółkę jaką kiedykolwiek miałam. Od tamtej pory dzwonimy do siebie codziennie i rozmawiamy o tym jak nam minął dzień”;**
 - **„Miałem przykrą rozmowę z kolegą i opowiedziałem o tym bratu. Ten nie wyśmiał mnie tylko pocieszył”;**
6. Patrz daleko:
 - **„Nauczyłam się patrzeć na swoje zdolności i na ich podstawie chcę wybrać zawód. Wiem też, że nie mogę wymagać od siebie za dużo”;**
 - „Wyznaczyłem swoje cele w życiu”;
 - „Zacząłem marzyć o różnych rzeczach i je powoli realizować”;
 - „Wybierając szkołę do której pójde po 8 klasie patrzyłem w swoją przyszłość”;
7. Szukaj tego, co dobre:
 - „Nawet w trudnym dniu szukałem tego, co było w nim dobrego”;
 - **„Kiedy mama powiedziała mi, że wujek umarł i popłakałam się, było mi smutno i to jest normalne. Wsparcia udzieliła mi mama, wyplakałam się, wytłumaczyła mi, że mogę tak czuć, że dobre jest to, że wujek już nie cierpi, a ja mam z nim dobre wspomnienia”;**

- „Zaczęłam szukać dobrych rzeczy w moim dniu”;
 - „Chodzi o to żeby szukać to, co dobre w ludziach lub rzeczach”;
 - **„Zaczęłam szukać dookoła tego, co dobre – koncentruję się na tym, np. zamiast widzieć, że dwie koleżanki mnie obgadują widzę 24 te, które mnie nie obgadują”;**
8. Buduj z tego, co masz:
- „Nie narzekam na siebie”;
 - „Staram się nie myśleć nad rzeczami, których nie mam, tylko nad tymi które mam i bardzo je doceniam, jestem za nie wdzięczna”;
 - „Odkryłem swoją mocną stronę i na tym będę budował swoje poczucie wartości”;
 - **„Kiedyś chciałam mieć dużo przyjaciół i imponować wszystkim wokół. Wiem że nie trzeba mieć wielu przyjaciół, można mieć jednego ale takiego na którym zawsze można polegać”;**
 - **„Zauważyłem, że chcę zaczynać ciągle coś nowego, a teraz zacząłem wykorzystywać rzeczy, które już miałem”;**
9. Wyjdź naprzeciw:
- „Nie boję się już wyjść ze swojej strefy komfortu i w każdej stresującej sytuacji widzę nie zagrożenie, a wyzwanie, któremu sprostim w pozytywny sposób”;
 - **„Pomogłem siostrze w zadaniach”;**
 - „Wzięłam udział w szkolnej zbiórce na rzecz Ukrainy oraz brałam udział w akcjach charytatywnych na terenie szkoły”;
 - „Wyszedłem z inicjatywą podczas pracy w grupie”;
 - **„Wyszedłem ze swojej strefy komfortu i zrobiłem pierwszy krok w relacji z drugą osobą”;**
 - „Na polskim próbuje dostać ocenę za aktywność, ale wciąż nie dostałem”.

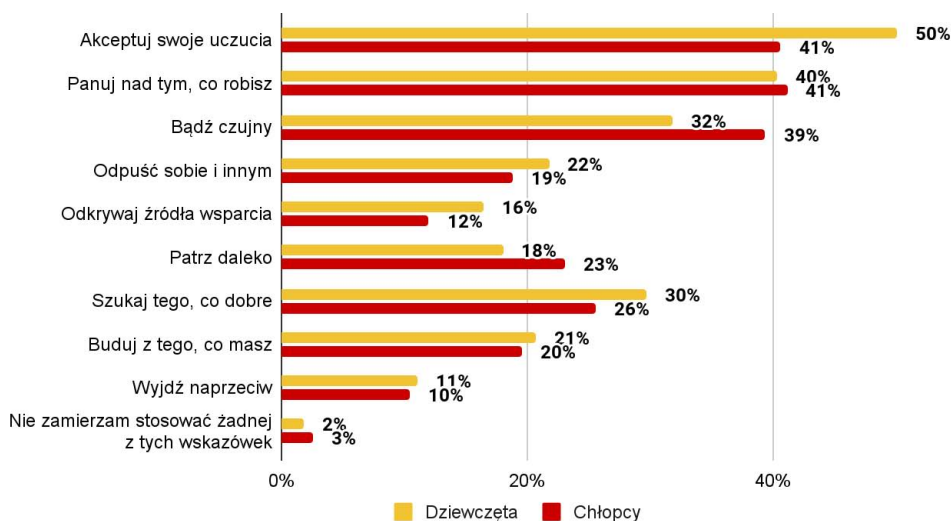
Osobną kwestią są powody, dla których część uczniów nie stosowała jeszcze wskazówek, poznanych na zajęciach.

Wykres 82. Jaki był powód niezastosowania wskazówek? (gotowe scenariusze)



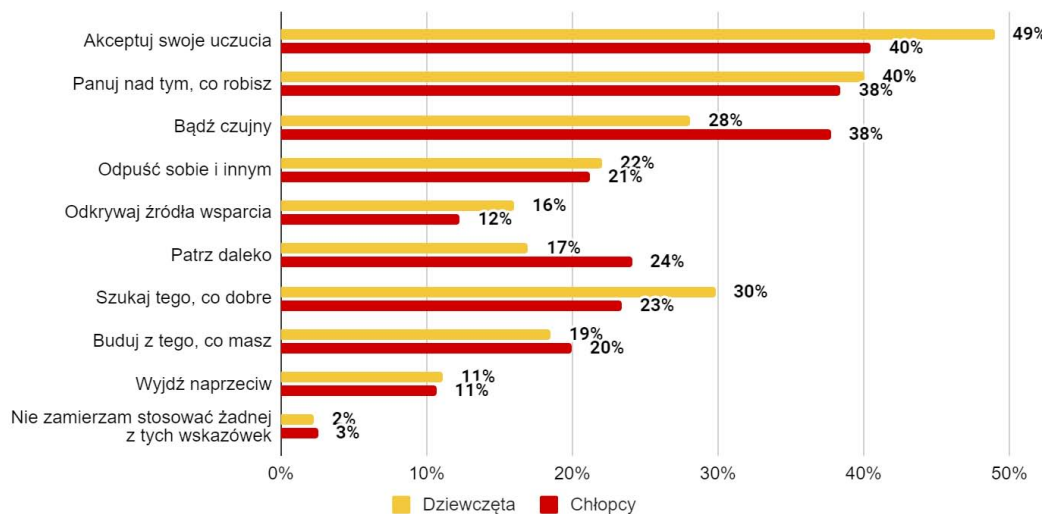
Wykres 83. Jaki był powód niezastosowania wskazówek? (inspiracje)

Struktura odpowiedzi uczniów, którzy nie wykorzystali jeszcze żadnej ze wskazówek poznanych na zajęciach nie zależy od tego, czy te zajęcia przygotowano na podstawie gotowych scenariuszy, czy też na podstawie inspiracji. W obu przypadkach częstość deklaracji poszczególnych powodów niezastosowania wskazówek jest podobna (najczęściej, bo w ponad połowie przypadków, mowa jest o dotychczasowym braku okazji do ich użycia; ¼ uczniów jako powód podaje nieprzydatność tych wskazówek). W obu grupach częstość deklarowania poszczególnych powodów niewykorzystania wskazówek przez chłopców i dziewczęta jest zbliżona. Wyjątkiem jest – wśród uczniów uczęszczających na zajęcia przygotowane w oparciu o inspiracje – brak czasu, o którym częściej wspominają chłopcy.

Wykres 84. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (gotowe scenariusze)

W przypadku uczestników zajęć przygotowanych na podstawie gotowych scenariuszy 57% z nich deklaruje chęć zastosowania w najbliższej przyszłości którejs z wskazówek poznanych na zajęciach. W przypadku uczestników zajęć przygotowanych na podstawie inspiracji jest to 59%. Taką deklarację składa odpowiednio 37% i 38% tych, którzy jeszcze takiej wskazówki nie zastosowali. Ogólnie częściej taką chęć deklarują dziewczęta. Warto zobaczyć, które konkretnie wskazówki mają na myśli te osoby.

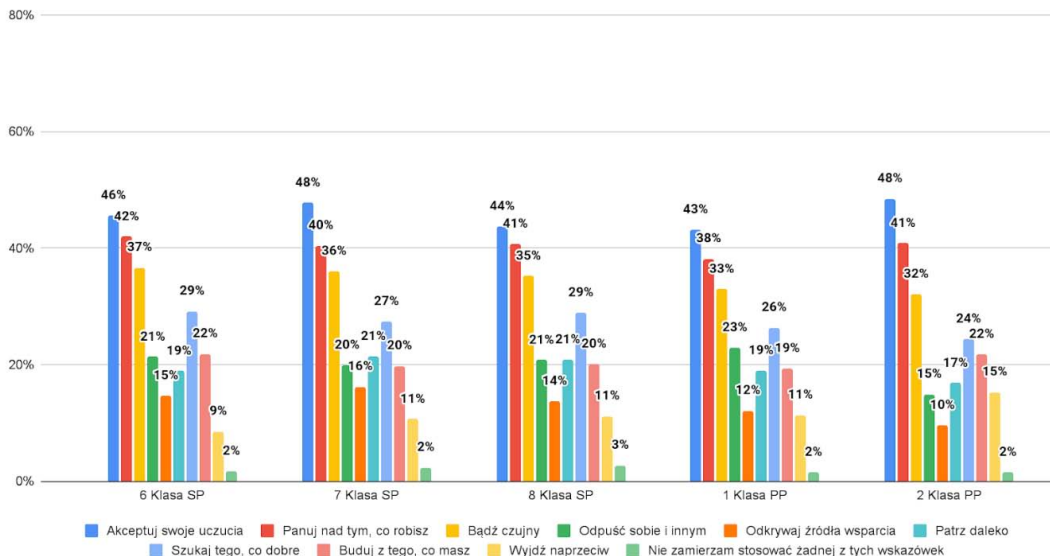
Wykres 85. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (inspiracje)



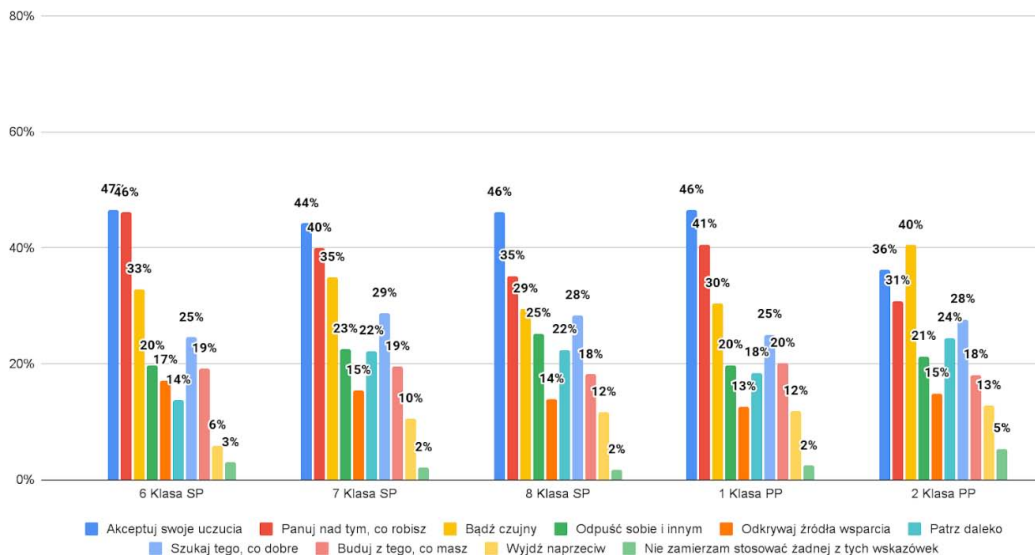
Sposób przygotowania zajęć, w których uczestniczyli uczniowie (na podstawie gotowych scenariuszy albo na podstawie inspiracji) nie jest istotnym determinantem ich planów co do wykorzystania w przyszłości wskazówek poznanych na zajęciach – odpowiedzi w obu grupach są podobne. Najczęściej deklarowano chęć wykorzystania wskazówki „Akceptuj swoje uczucia”. Częstość deklaracji wykorzystania poszczególnych wskazówek w przyszłości jest podobna wśród dziewcząt i chłopców. Istotne różnice zachodzą w przypadku wskazówki „Akceptuj swoje uczucia” (w obu grupach dziewczęta częściej deklarują jej wykorzystanie w przyszłości) oraz wskazówki „Bądź czujny” (wśród uczniów uczestniczących w zajęciach zrealizowanych na podstawie inspiracji relatywnie częściej chęć jej wykorzystania deklarowali chłopcy).

Wśród uczniów biorących udział w zajęciach przygotowanych na podstawie gotowych scenariuszy we wszystkich klasach, starszych i młodszych, struktura deklaracji wykorzystania w przyszłości poznanych na zajęciach wskazówek wyglądała podobnie. W przypadku uczestników zajęć przygotowanych na podstawie inspiracji wyróżniają się uczniowie klas 2 szkół ponadpodstawowych. Odpowiedzi są tu relatywnie mniej zróżnicowane. Odsetek deklaracji wykorzystania poszczególnych wskazówek w przyszłości w przypadku żadnej z nich nie przekracza 40%. Najczęściej deklarowana jest chęć wykorzystania wskazówki „Bądź czujny” (w przypadku uczniów pozostałych klas jest ona 3. pod tym względem).

Wykres 86. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (gotowe scenariusze)

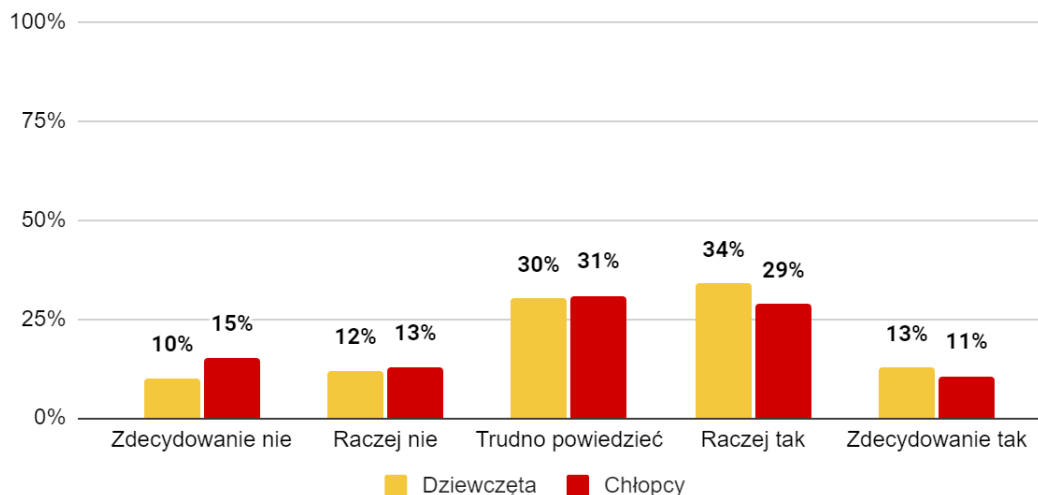


Wykres 87. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (inspiracje)

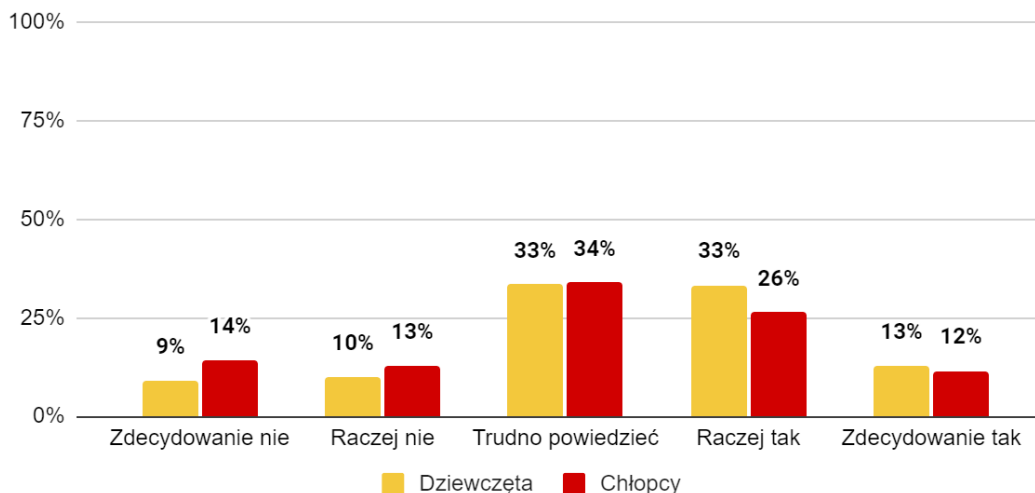


Ogólna opinia o programie NWKP

Wykres 88. Czy polecisz zajęcia *Nawigacja w Każdą Pogodę* swoim rówieśnikom (gotowe scenariusze)

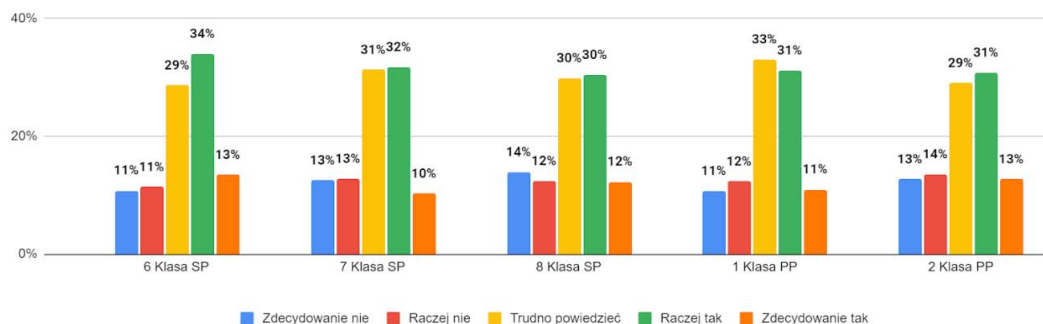


Wykres 89. Czy polecisz zajęcia *Nawigacja w Każdą Pogodę* swoim rówieśnikom (inspiracje)

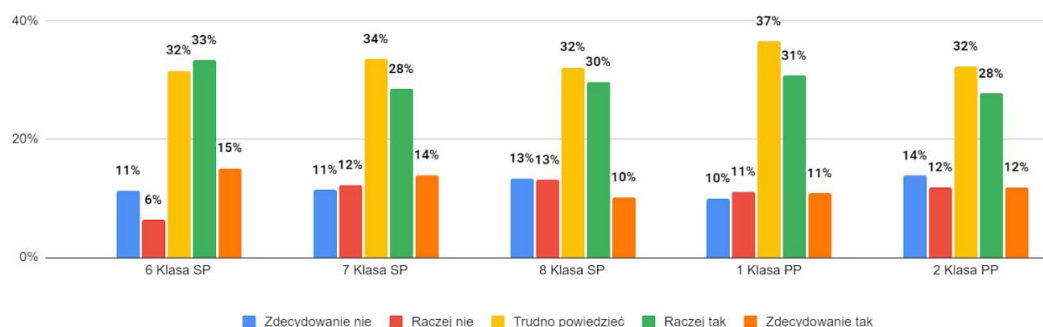


Odsetek uczniów, którzy poleciliby innym program NWKP jest podobny, niezależnie od tego w jaki sposób zostały przygotowane zajęcia, w których uczestniczyli (przy pomocy gotowych scenariuszy, albo inspiracji) i wynosi odpowiednio 43% i 42%. Trochę częściej taką deklarację składają dziewczęta. Uczestników, którzy by nie polecili jest dwukrotnie mniej. Uwagę zwraca znaczny odsetek odpowiedzi „trudno powiedzieć”.

Wykres 90. Czy polecisz zajęcia *Nawigacja w Każdą Pogodę* swoim rówieśnikom (gotowe scenariusze)



Wykres 91. Czy polecisz zajęcia *Nawigacja w Każdą Pogodę* swoim rówieśnikom (inspiracje)



Uczniowie poszczególnych klas, niezależnie od tego w jaki sposób przygotowano zajęcia, w których wzięli udział (z pomocą gotowych scenariuszy, czy też inspiracji), w podobnym stopniu deklarowali gotowość polecenia innym programu NWKP.

Respondenci mieli także możliwość wyrażenia swobodnej opinii o programie NWKP. Na wstępie trzeba zaznaczyć, że analiza tych opinii prowadzi do wniosku, iż część respondentów mogła nie brać udziału w zajęciach realizowanych w ramach NWKP (np. z powodu nieobecności). Takie osoby nie powinny oczywiście wypełniać tej ankiety, nie mogą bowiem rzetelnie odpowiedzieć na pytania w niej zawarte („Wmówiono mi, że te zajęcia się odbyły w mojej szkole ale nic takiego nie miało miejsca. Przykro mi z tego powodu, że muszę wypełnić tą ankietę i nawet nie wiem o czym jest”; „Zdaje się że wypełniali także nieobecni, w tym na polecenie nauczycieli”). Cytowane wypowiedzi wydają się świadczyć o tym, że w niektórych szkołach, a przynajmniej w niektórych klasach, doszło do fikcyjnej realizacji NWKP. W przyszłości należy zwrócić uwagę na to, by takie sytuacje spotykały się z szybkim wyjaśnieniem i reakcją, a jeśliby potwierdziły się jakiegokolwiek elementy fikcji lub nacisku na pisanie nieprawdy, przypadkom takim należałoby odpowiednio przeciwdziałać.

Osobną kwestią wartą rozważenia jest moment przeprowadzenia badania ewaluacyjnego. Na podstawie wypowiedzi części respondentów można wywnioskować, że chociaż uczestniczyli w zajęciach programu NWKP, to w momencie wypełniania niniejszego kwestionariusza niewiele z nich pamiętało za sprawą upływu czasu, co również odbijało się na rzetelności ich oceny tych zajęć.

W swoich ocenach uczniowie zwracali uwagę na zalety, ale także na niedostatki realizacji programu NWKP.

Jeśli chodzi o zalety mowa była o:

- Diagnozie środowiska szkolnego:
 - o „Myślę że takie ankiety są bardzo potrzebne ponieważ rodzice czy nauczyciele widzący te wyniki, mogą zrozumieć jak się czujemy i co myślimy”;
- Treści zajęć NWKP:
 - o „Ciekawie było poznać uczucia znajomych z klasy”;
 - o **„Fajnie jest rozmawiać na tematy, które nas dotyczą. Ludzie się otwierali na zajęciach”;**
- Efektywności NWKP:
 - o „Zajęcia te są ciekawe i pomogły mi odpuścić innym”;
 - o **„Według mnie te zajęcia są bardzo przydatne do rozwoju relacji z przyjaciółmi”;**
 - o „Uważam, że podane zajęcia są niezwykle potrzebne, gdyż pomagają nam zaakceptować własne uczucia, co jest niezwykle ważne w dzisiejszych czasach”;
 - o „Projekt »Nawigacja w Każdą Pogodę« bardzo pomaga się otworzyć na innych, dowiedzieć się o sobie więcej, uczyć się rozmawiać i pokazuje, że wystarczy dobra organizacja i trochę motywacji, aby przetrwać trudne dni”;
 - o **„Uważam że program ten jest bardzo pomocny w tych czasach. Pomogło mi to zrozumieć co jest w życiu ważne i jak organizować sobie czas”.**

Jeśli chodzi o niedostatki mowa była o:

- Treści zajęć NWKP:
 - o „Uważam, że tematyka mimo, że ważna, często się powtarzała i po jakimś czasie straciła na aktualności, ponieważ uczęszczaliśmy do szkoły”;
 - o „Nie rozumiem zasad nawigacji w każdą pogodę, są ciężkie do zrozumienia. Ciężko jest się stosować do zasad, których nie do końca się rozumie. Może to moja wina, że nie potrafię tego zrozumieć. Nie czuję również potrzeby stosowania się do niektórych zasad, często znajduję własne sposoby”;
 - o „Na prezentacji zostały pokazane tylko odpowiedzi wygodne dla nauczania a te złe zostały pominięte. Np. pytanie o zmęczenie komputerem i telefonem zostało w prezentacji zawarte ale już zmęczenie szkołą oraz nauką zostało pominięte bo byłoby to nie wygodne”;
 - o „Chciałbym w najbliższej przyszłości zobaczyć jakieś zajęcia z akceptacji i tolerancji zwłaszcza w kierunku osób transpłciowych, bo tych osób w szkole jest mimo wszystko sporo, sam jestem trans chłopakiem i ciekawi mnie jakby to wyglądało. Dodatkowo uczniowie mogliby się dowiedzieć o nas więcej”;
 - o „Ten kurs był przystosowany dla młodszych odbiorców”;
 - o „Moim zdaniem zajęcia były ciekawe, ale powinny być również jakieś dla wzmocnienia relacji w naszej klasie... Fajnie by było gdybyście pomyśleli o tym w przyszłości”;

- o „Bardziej skupiłabym się podczas tego projektu na wzajemnej akceptacji i zaufaniu oraz umiejętności pracowania razem”;
- Formie zajęć NWKP:
 - o „Zajęcia polegały głównie na monotonnym mówieniu i nikt zbytnio się nie koncentrował, a nawet gdyby chciał to się nie dało. Wskazówki może ciekawe, ale powinny być lepiej przedstawiane i bardziej angażować uczniów. Całe zajęcia powinny być bardziej skupione na wszystkich uczniach i na każdym z osobna, a tak to były mocno puste słowa rzucone w przestrzeń. Musicie jeszcze trochę nad tym popracować, a w sumie to trochę bardzo, ale fajnie, że ktokolwiek coś próbuje i mam nadzieję, że kiedyś dojdziecie do lepszych metod przekazywania tej wiedzy”;
 - o „Prezentacja była tak zrobiona, że ciągle powtarzano to samo (a zwłaszcza „buduj z tego, co masz,„) jakby w kółko puszczano ten sam slajd”;
 - o „Taki program zorganizowany w szkole jest jedynie początkiem długiej drogi. Cieszę się, że starcie się pokazać sposoby rozwiązywania różnych problemów. Niestety uważam, że nie za dużo to pomaga, a niektórych uczniów nawet irytuje. Dlatego oprócz takich zajęć, które mogą nas skłonić do przemyśleń zalecałabym projekt indywidualnych zajęć z dobrymi psychologami dla dzieci, które chciałyby się podzielić swoimi problemami. Nauczyciele często nie wiedzą jak poruszać ważne tematy takie jak problemy z używkami, czy nierozdzielenie sobie z emocjami oraz nie są wyspecjalizowani w tym zakresie. Wiemy również, że każde dziecko jest inne, dlatego rozmowa sam na sam z lekarzem specjalistą dałaby moim zadaniem lepsze skutki. Nie zmuszajmy też dzieci do otwartej rozmowy. Róbmy wszystko aby czuły się jak bezpiecznie i nie wywierajmy na nich presji”;
- Efektywność NWKP:
 - o „Według mnie wiele z tych rzeczy było »oklepanych«, rzeczy przedstawione nie zawsze można zastosować, trudno jest często pogodzić różne rzeczy bądź pogodzić rozsądek i uczucia. Niczego nowego się nie dowiedziałam, nie wpłynęło to jakoś na moje życie, wręcz co do niektórych sytuacji mam więcej problemów”.

Niektórzy uczniowie kontestowali samą ideę programu NWKP: „Wielka strata czasu, niczego nas to nie nauczyło i tylko zajęło kilka godzin wychowawczych, na których mogliśmy omawiać naprawdę istotne sprawy”; „Uważam, że powinno się zajmować ważniejszymi tematami na lekcjach wychowawczych, ponieważ z tematami prezentowanymi na nawigacji w każdą pogodę jesteśmy już dobrze zapoznani”.

Kończąc omówienie swobodnych opinii uczniów, chcielibyśmy przytoczyć jeszcze jedną, wielowątkową wypowiedź, która może być ciekawym przyczynkiem do refleksji nad programem NWKP: „Moim zdaniem takie zajęcia w dzisiejszych czasach nic nie dają. Młodzi ludzie są bardziej skupieni na pokazywaniu się w taki sposób, by nie odstawać od grupy, więc nikt raczej się nie będzie do tego stosował. Fajnie, że dorośli próbują robić coś w tym temacie, ale wydaje mi się, że nie odniosą takiego skutku, jaki by chcieli. Świat jest przepelniony ludźmi, których nie obchodzi zdanie lub uczucia innych osób, mimo iż prosi się ich, by na to patrzyli. Tacy ludzie niestety są i będą na tym świecie, co jest problematyczne dla tych, co starają się zrozumieć inne osoby. Robienie tego typu ankiet też wydaje mi się bezsensowne, gdyż niektórzy mogą podchodzić do tego z totalną ignorancją, klikając losowe odpowiedzi w celu zakończenia ankiety. Sam nie zaznaczyłem wielu odpowiedzi, ale jest to spowodowane tym, że na niektóre pytania nie da się odpowiedzieć tylko „tak” lub „nie”. Albo to pytanie »Czy polecilibyś te zajęcia rówieśnikom?«.... Zależy którym. Niektórych może to interesować,

a innych już nie. Dodajmy do tego, że raczej nikt by tego typu zajęć nie polecał, gdyż od razu zostałyby skrytykowane przez resztę swoich rówieśników, gdyż jak już wcześniej napisałem: Wiele ludzi już nie patrzy na zdanie i emocje innych ludzi. Także odpowiadając na pytanie »Czy poleciłbym te zajęcia?« odpowiedziałbym raczej »nie«, ale nie dlatego, że te zajęcia są słabe, czy coś, bo sam pomysł rozmawiania z ludźmi na takie tematy to nie jest zły pomysł, ale raczej bym tak odpowiedział ze względu na to, że moich rówieśników po prostu by to nie interesowało i bałbym się krytyki z ich strony oraz odrzucenia przez grupę znajomych”.

W tym miejscu warto zestawić całościowy kształt odpowiedzi uczniów z całą ideą i zamysłem programu NWKP. Inaczej należałoby oceniać zajęcia psychoedukacyjne prowadzone przez specjalnie przeszkolonych trenerów programów profilaktycznych, czy też przez szkolnych pedagogów lub psychologów. Inaczej, kiedy prowadzą je wychowawcy, którzy mieli podołać temu zadaniu bez specjalnego przeszkolenia. Główna idea NWKP polegała na tym, by dotrzeć z prostym narzędziem wsparcia do jak najszerszej grupy uczniów i przez to zmniejszyć odsetek uczniów, który będzie wymagał poważniejszego, profesjonalnego wsparcia. I to się niewątpliwie udało. Wyniki pokazują, że jest duży odsetek uczniów, którzy realnie skorzystali z zajęć. Jednocześnie cała koncepcja NWKP była tak opracowana, by program, w mniej umiejętnych rękach, nie mógł zaszkodzić. Program oparty na pozytywach może bardziej lub mniej zaciekać, bardziej lub mniej pomóc, ale nie wyrządzi krzywdy.

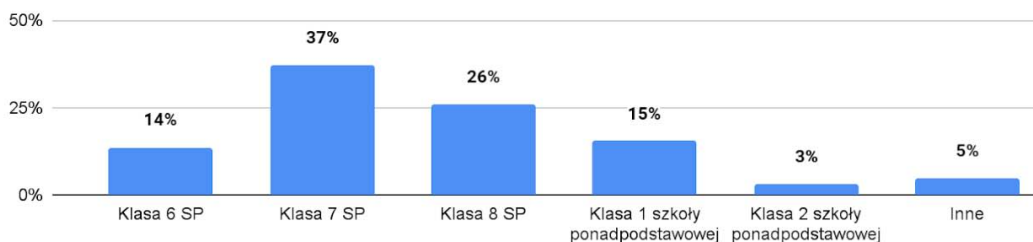
1.3.5.7. Perspektywa rodziców

W ramach badania ewaluacyjnego rodzice wypełniali dwa kwestionariusze. Pierwszy, skierowany był do ogółu, drugi tylko do uczestników warsztatów dla rodziców.

Prezentacja grupy badanej (ogółu rodziców)

W badaniu ogólnym wzięło udział 3871 rodziców. Większość z nich (86%) stanowiły kobiety.

Wykres 92. Do której klasy uczęszcza Państwa dziecko, które uczestniczy/uczestniczyło w zajęciach *Nawigacja w Każdą Pogodę* (NWKP)? (rodzice po wynikach)



Znakomitą większość uczestników badania stanowili rodzice uczniów szkół podstawowych (najczęściej klas 7.).

Opinie o diagnozie środowiska szkolnego

Prawie 2/3 rodziców wzięło udział w ankiecie wstępnej w ramach programu NWKP. Nieco mniej (59%) uczestniczyło w spotkaniu informacyjnym dotyczącym jej wyników. Spośród tych ostatnich 94% uznała te wyniki za ciekawe.

Wykres 93. Co było dla Państwa ciekawego w wynikach badań? (rodzice po wynikach)



Najciekawszymi kwestiami okazały się dla nich odpowiedzi uczniów (52%) oraz punkt widzenia innych rodziców (47%). Częstości większości pozostałych odpowiedzi były równomiernie rozłożone. Podobnie, jak w przypadku nauczycieli, wyniki ankiety zaskoczyły stosunkowo nie duży odsetek rodziców, ale ponad dwukrotnie większy pozytywnie (28%) niż negatywnie (13%).

Zaangażowanie rodziców w związku z realizacją programu NWKP

45% rodziców deklarowało jakieś zaangażowanie w związku z realizacją programu NWKP.

Rodzice ci zdecydowanie najczęściej (79%) jako formę takiego zaangażowania deklarowali wypełnienie ankiety wstępnej w ramach diagnozy sytuacji w szkole. Częstą i bardzo ważną od strony celów programu formą zaangażowania była rozmowa z dzieckiem o treściach zawartych w NWKP (50%). Około połowa rodziców (48%) odczytywała maile od wychowawcy dotyczące treści zajęć lub poszczególnych wskazówek. Pozostałe formy zaangażowania deklarowali znacznie rzadziej.

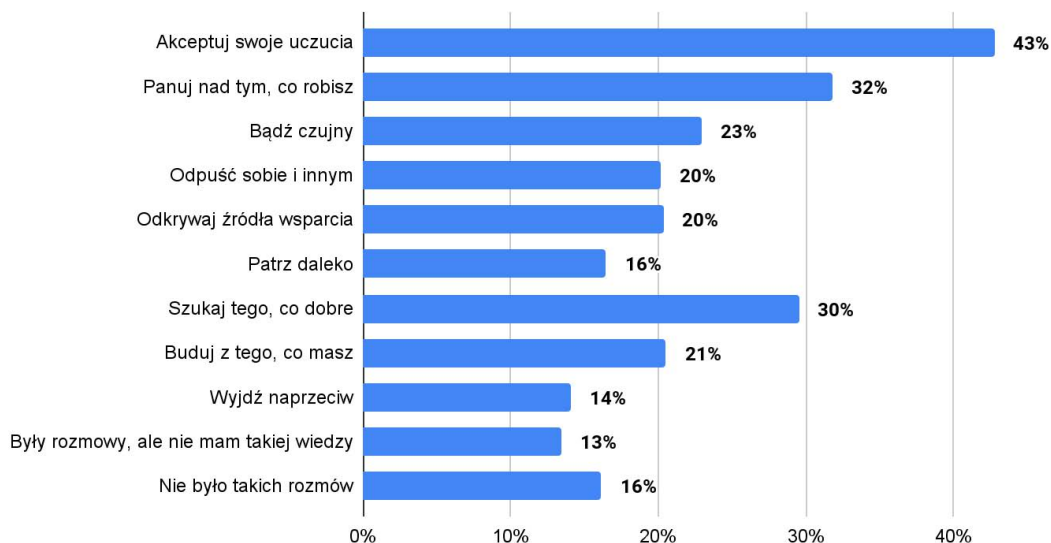
Wykres 94. Formy zaangażowania rodziców w działania związane z NWKP (rodzice po wynikach)



Przydatność programu NWKP oczami rodziców

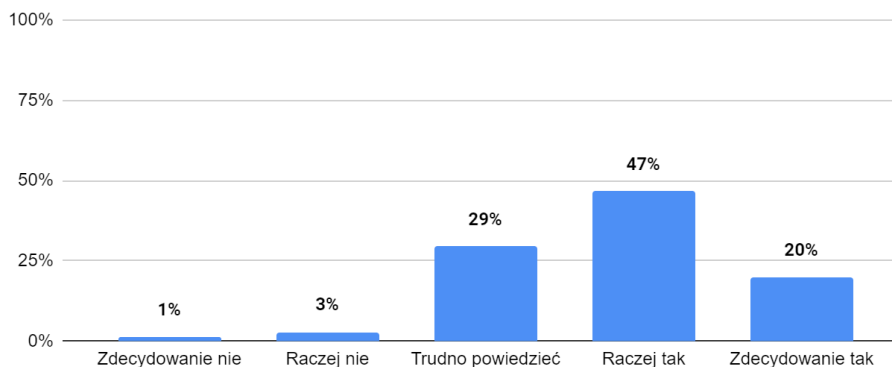
Wypełniając ankietę respondenci mogli ocenić przydatność dla ich dzieci poszczególnych wskazówek, które omawiane były na zajęciach realizowanych w ramach programu NWKP.

Wykres 95. Które wskazówki według Państwa były najbardziej przydatne dla dzieci? (rodzice po wynikach)

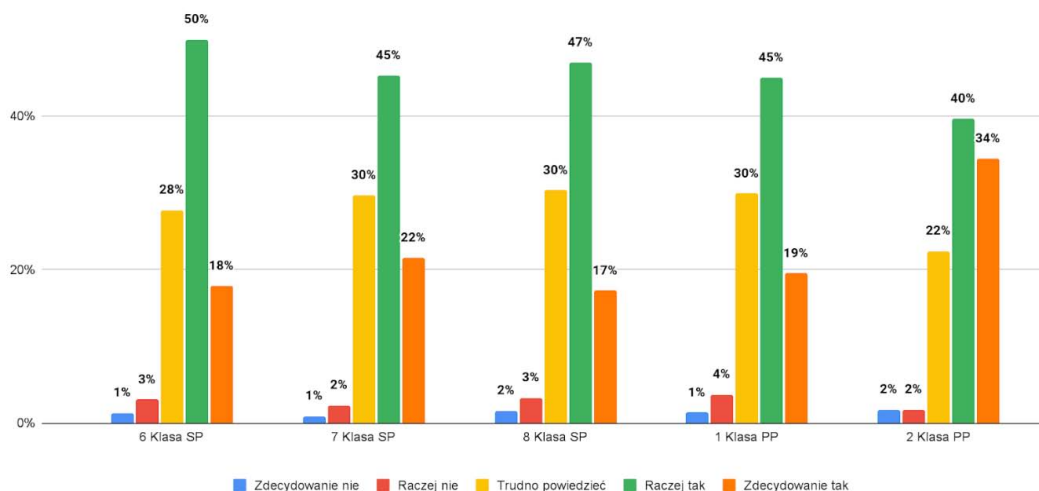


Rodzice, którzy skorzystali z tej możliwości najczęściej wymieniali wskazówkę: „Akceptuj swoje uczucia”. Relatywnie często wymieniali także wskazówki: „Panuj nad tym, co robisz” oraz „Szukaj tego, co dobre”. W przypadku pozostałych wskazówek, częstość deklaracji co do ich przydatności była nieco niższa.

Wykres 96. Czy Państwa zdaniem zajęcia w ramach NWKP były lub będą pomocą/ wsparciem dla dziecka w radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych (rodzice po wynikach)



Wykres 97. Czy Państwa zdaniem zajęcia w ramach NWKP były lub będą pomocą/ wsparciem dla dziecka w radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych (rodzice po wynikach)



Ogólnie rzecz ujmując większość rodziców (67%) uważa, że wiedza wyniesiona z zajęć w ramach NWKP jest przydatna dla ich dzieci. Prawie nikt nie neguje jej użyteczności, natomiast relatywnie duża grupa rodziców nie ma co do tego zdania. Opinie rodziców w tej materii są

niezależne od tego, do której klasy uczęszczały ich dzieci w momencie uczestnictwa w zajęciach w ramach NWKP.

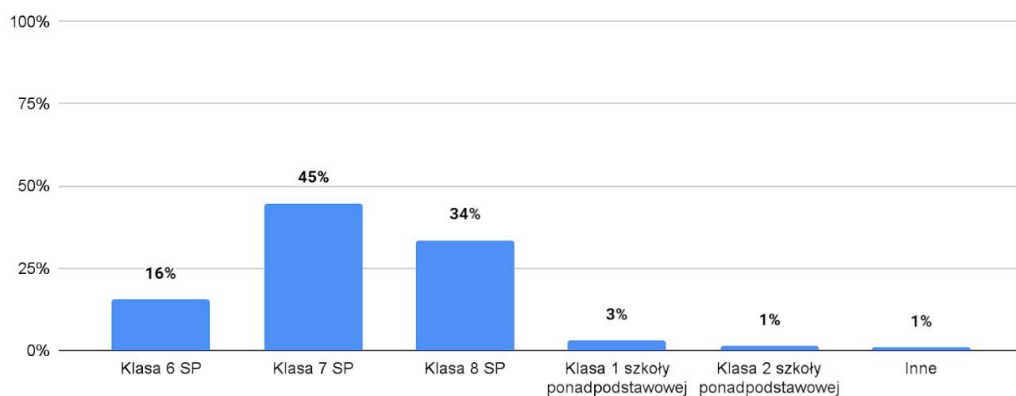
Rodzice mogli także wyrazić swoje zdanie o programie NWKP przy pomocy swobodnych wypowiedzi. Ich opinie dotyczyły następujących zagadnień:

- Diagnoza środowiska szkolnego:
 - o *„Dzięki tej ankiecie uczniowie mogli poczuć się bezpiecznie, wyrazić swoje emocje i uczucia w tak trudnych czasach jakie panują w obecnej chwili. Jest to dla nich wielkie wsparcie i dla nas rodziców także”;*
 - o **„Dobra inicjatywa. Nie byłam na prezentacji wyników badań, ale dostałam od koordynatora na e-dzienniku i się zapoznałam. Bardzo interesujące i dające do myślenia”;**
 - o *„W publikacji prezentującej wyniki badania za mało było wniosków z badania i ich interpretacji. Brakowało też podsumowania stanowiącego wskazówki dla rodziców na przyszłość”;*
- Efektywność NWKP:
 - o *„W naszym odczuciu zajęcia bardzo pomocne szczególnie dla dzieci, które dzięki nim mogą poczuć, że szkoła jest miejscem nie tylko pełniącym rolę edukacyjną, ale też wspierającą emocjonalnie. Marzeniem naszym jest, aby takie zajęcia odbywały się cyklicznie w ciągu całego roku szkolnego, nie tylko raz. A szczytem marzeń, aby psychologia stała się przedmiotem obowiązkowym od najmłodszych klas”;*
 - o *„Moje dziecko częściej z nami rozmawia”;*
 - o *„Moje dziecko w większym stopniu akceptuje swoje uczucia”;*
 - o *„Te zajęcia pomogły mojemu dziecku zastanowić się nad tym co robi i zaplanować swój dzień”;*
 - o *„Zajęcia wspomagające budowanie poczucia własnej wartości u dzieci”;*
 - o *„Wielu rodziców niestety nie rozmawia ze swoimi dziećmi a dzięki programowi i narzuconym tematом będzie im łatwiej znaleźć wspólny język”;*
 - o **„Bardzo podobało mi się, że projekt budował pewność siebie i samoakceptację, plus za prowadzącą w naszej szkole”;**
- Problemy organizacyjne:
 - o *„Córka niechętnie uczestniczyła w zajęciach i już więcej nie chce w nich uczestniczyć. Proszę, aby zajęcia odbywały się po lekcjach tylko dla chętnych. Otrzymałam informację, że nie mogę wypisać córki z tych zajęć bo są obowiązkowe i jestem tym faktem wzburzona”;*
 - o *„Zgodnie z informacją od córki zajęcia nie były realizowane, nic nie wskazuje aby miały być. Mamy 11 czerwca, co oznacza jeszcze 2 godziny wychowawcze do końca roku. Chyba nie jest to aż tak ekspresowy program”;*
 - o *„Informacje o zajęciach nie docierają do rodziców, jeżeli dziecko jest zamknięte i nie przywiązuje wagi do tych zajęć. Moim zdaniem wcześniej przydałoby się zapoznanie rodziców z przesłankami w formie choćby spotkania online, prezentacji itp. Dialog jest możliwy jeżeli mamy go na czym oprzeć”;*
- Kontestacja idei NWKP:
 - o *„Proszę zająć się konkretną nauką a nie jakimiś niepotrzebnymi programami, które zabierają czas i nic nowego nie wprowadzają do życia”.*

Prezentacja grupy badanej (uczestnicy warsztatów dla rodziców)

W tej części badania wzięło udział 761 rodziców. Większość z nich (84%) stanowiły kobiety.

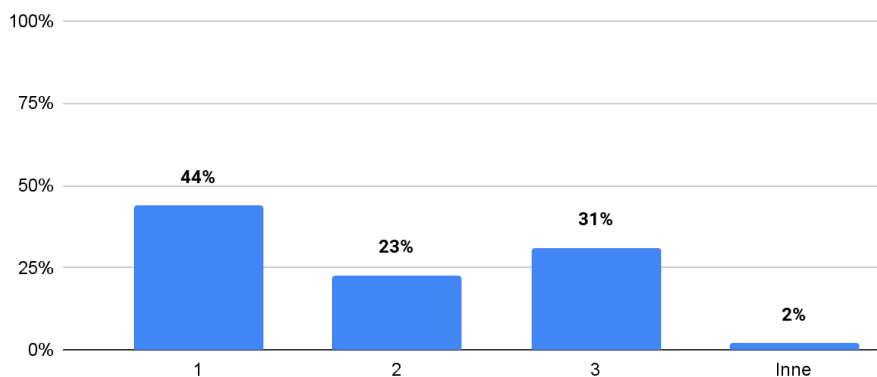
Wykres 98. Do której klasy uczęszcza Państwa dziecko, które uczestniczy/uczestniczyło w zajęciach *Nawigacja w Każdą Pogodę (NWKP)*? (rodzice po warsztatach)



Prawie wszyscy byli rodzicami uczniów szkół podstawowych (najczęściej klas 7.).

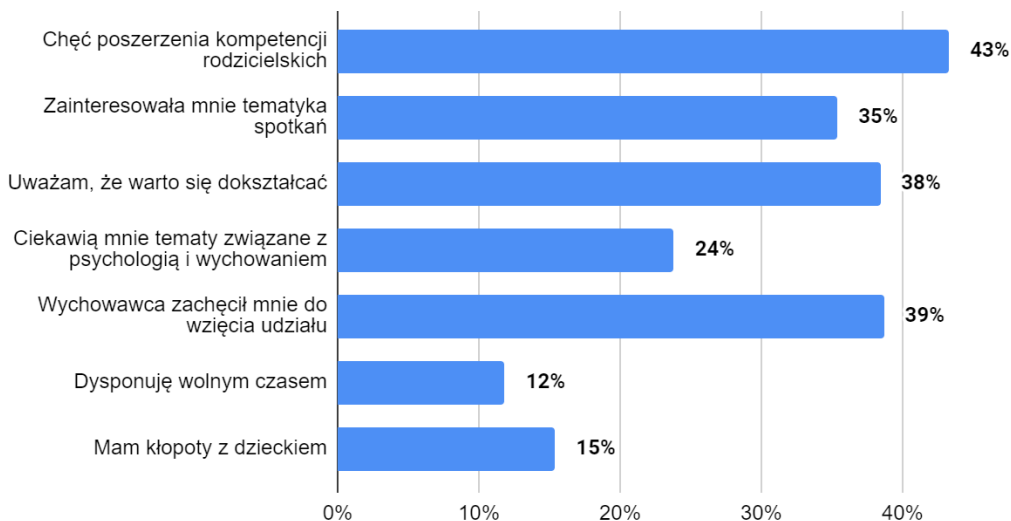
Uczestnictwo w warsztatach

Wykres 99. W ilu spotkaniach Państwo uczestniczyli? (rodzice po warsztatach)



Rodzice najczęściej deklarowali udział w jednym spotkaniu. Nie brakowało jednak tych, którzy uczestniczyli w większej ich liczbie. Warto przyjrzeć się motywacjom, które towarzyszyły ich udziałowi w tych spotkaniach.

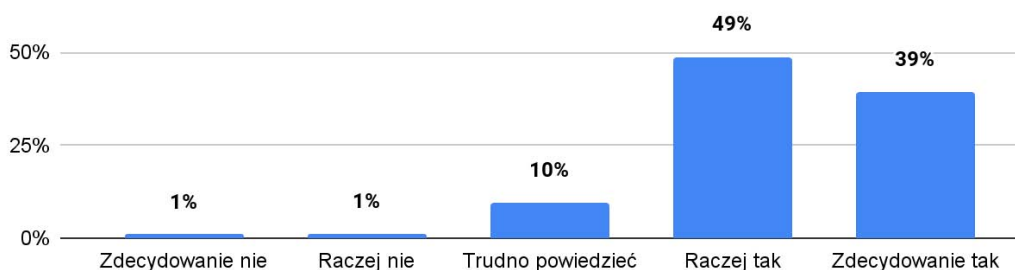
Wykres 100. Z jakich powodów zdecydowali się Państwo wziąć udział w warsztatach dla rodziców? (rodzice po warsztatach)



Rodzice podobnie często wymieniali kilka przyczyn udziału w warsztatach. Najczęściej kierowali się chęcią wzbogacenia swojego rodzicielskiego know-how, uważają że warto się dokształcać lub zainteresowała ich tematyka spotkań. To na co warto zwrócić uwagę, to duża rola wychowawców w zachęcaniu ich do udziału w warsztatach – aż dla 39% rodziców było to istotnym powodem decyzji o uczestnictwie.

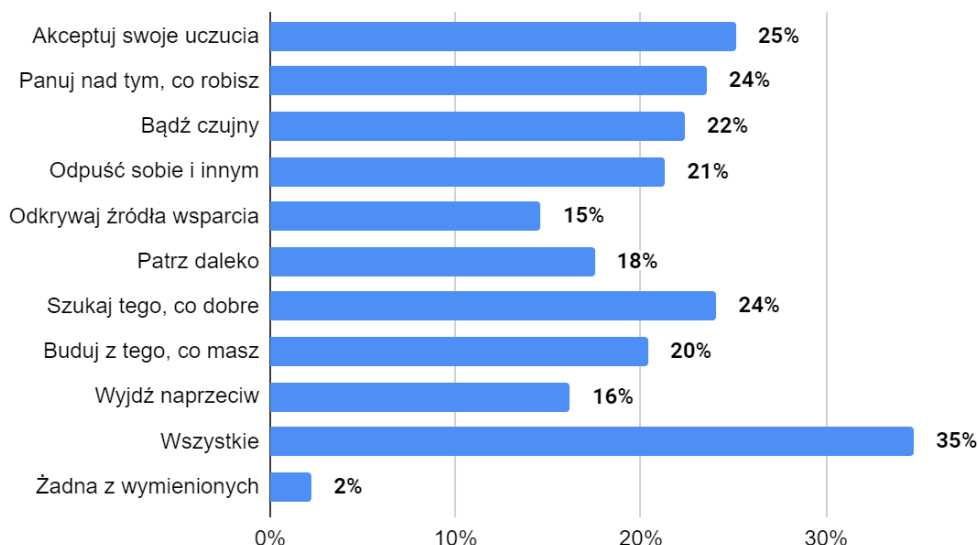
Przydatność warsztatów i wyniesione korzyści

Wykres 101. Czy treści przekazane podczas warsztatów były dla Państwa przydatne? (rodzice po warsztatach)



Na poziomie ogólnym rodzice bezsprzecznie byli zadowoleni z tego, czego dowiedzieli się w trakcie warsztatów, korzyści odniosło aż 78% z nich. Dość równomiernie oceniali oni przydatność poszczególnych wskazówek dotyczących radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

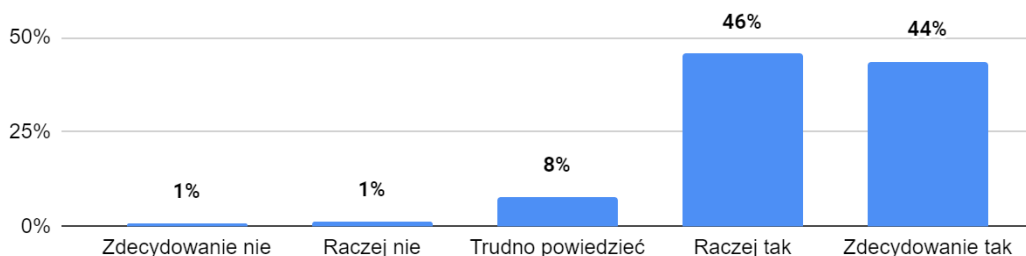
Wykres 102. Które wskazówki z warsztatów oceniają Państwo jako najbardziej użyteczne dla siebie? (rodzice po warsztatach)



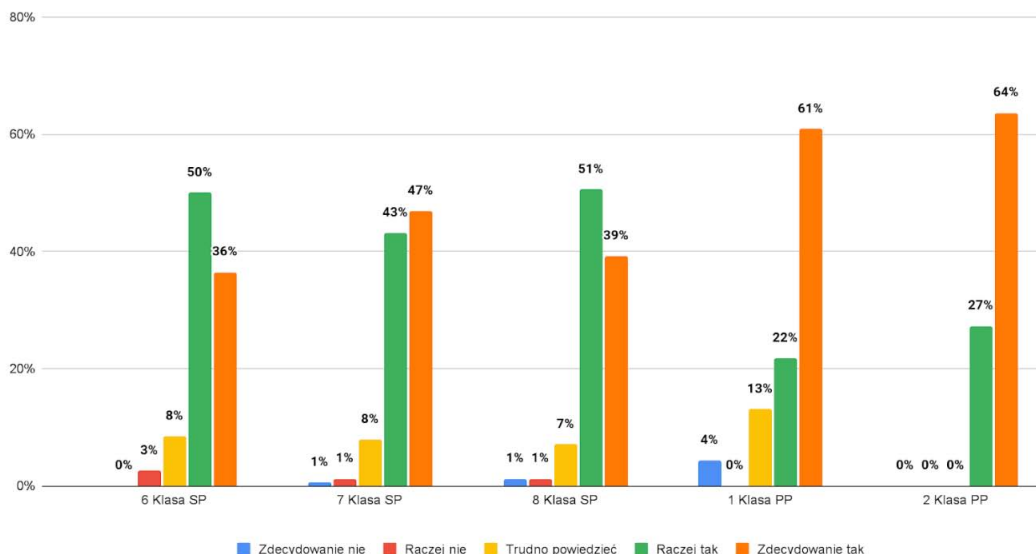
Ciekawe, że największą liczbę wskazań uzyskała odpowiedź mówiąca o przydatności wszystkich z przekazanych im wskazówek. Natomiast deklaracje co do użyteczności poszczególnych z nich były rozproszone. Najczęściej wymieniano wskazówkę „Akceptuj swoje uczucia”, z kolei najrzadziej wskazówkę „Odkrywaj źródła wsparcia”. Bardzo ważne jest, że prawie nikt nie negował przydatności wszystkich wskazówek.

Interesujące jest to, że wskazówka dotycząca akceptacji uczuć jest wysoko oceniana przez największy odsetek uczniów i rodziców, a wskazówka dotycząca źródeł wsparcia najniżej. Jest bardzo prawdopodobne, że na ocenę wartości wskazówki może wpływać to, na ile dobrze została ona opisana w materiałach i na ile dobrze jej znaczenie zrozumieli prowadzący spotkania wychowawcy.

Wykres 103. Czy poleciliby Państwo udział w warsztatach innym rodzicom? (rodzice po warsztatach)



Wykres 104. Czy poleciliby Państwo udział w warsztatach innym rodzicom? (rodzice po warsztatach)



W kontekście powyższych opinii nie dziwi fakt, że aż 90% rodziców poleciliby udział w takich warsztatach innym rodzicom. Takie przekonanie wyrażają rodzice uczniów wszystkich poziomów klas.

Także tym razem rodzice mogli wyrazić swoje opinie o programie NWKP za pomocą odpowiedzi na pytanie otwarte. Ich opinie dotyczyły:

- Diagnozy środowiska szkolnego:
 - o „*Bardzo pomocna była prezentacja wyników, do której wracam*”;
- Formy zajęć w ramach NWKP:
 - o „*Przemyślane scenariusze pokazujące zagrożenia*”;
 - o „*Scenariusze interesujące, ciekawe infografiki*”;
- Efektywności NWKP:
 - o „*Jestem bardzo zadowolona i dziękuję, że mogłam uczestniczyć w tej inicjatywie profilaktycznej. Dowiedziałam się w jaki sposób być uważnym i uodparniać moje dzieci na sytuacje trudne w których niejednokrotnie się znajduję*”;
 - o „*Jest to okazja do nawiązania lepszego kontaktu z dzieckiem, otworzenia się na jego sposób patrzenia na świat*”;
 - o „*Dzięki inicjatywie można poszerzyć swoje kompetencje rodzicielskie oraz zdobyć podstawy wiedzy psychologicznej*”;
 - o „*Jest to możliwość dowiedzenia się ciekawych rzeczy z zakresu psychologii, nauka rozmowy z uczniem, zwracania uwagi na rzeczy, które wcześniej były mniej istotne z punktu widzenia rodzica, a okazały się bardzo ważne dla dziecka*”;
 - o „*Poruszano ważne tematy dotyczące emocji, wsparcia. Dla dzieci również te tematy są bardzo ważne dla ich rozwoju*”;

- o „Zajęcia bardzo fajne, przydatne dla rodziców jak i dla dzieci. Dzieci potrzebują takich zajęć, aby uwierzyły w siebie, w swoje możliwości”;
- o **„Moje dziecko wreszcie mówi, że potrzebuje pomocy, że sobie z czymś nie radzi. Z moją pomocą ułożyło plan dnia, którego stara się przestrzegać”;**
- o „Doskonały sposób na poszerzenie własnych kompetencji rodzicielskich, poznanie sposobów na poprawę relacji z dzieckiem i otoczeniem, dzięki nauczeniu się rozpoznawania własnych uczuć i umiejętności radzenia sobie z nimi w sytuacjach trudnych”.

Konkluzją dla tych opinii niech będzie następująca wypowiedź jednego z rodziców: „My dorośli na pewne rzeczy nie zwracamy uwagi, a które dotyczą nasze dzieci. My dorośli inaczej postrzegamy banalne problemy, a jednak u naszych dzieci przez banalne problemy wali się cały świat. Warsztaty dla rodziców super sprawa ja dowiedziałam się bardzo dużo ciekawych rzeczy na które wcześniej nie zwracałam uwagi”.

I.3.5.8. Podsumowanie wyników

Szkolni koordynatorzy

- Szkolni koordynatorzy bardzo dobrze ocenili generowany przez aplikację NWKP raport z diagnozy środowiska szkolnego zrealizowanej w programie. Stanowił on dla nich nade wszystko szybką i aktualną ocenę kondycji psychicznej młodzieży oraz przyczyn do aktualizacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego.
- Koordynatorzy dobrze oceniali całościowe funkcjonowanie aplikacji internetowej NWKP. Uznali, że zawiera ona wystarczającą ilość materiałów do wdrożenia programu, a jej obsługa jest łatwa.
- Szkolni koordynatorzy w większości nie zgłaszali trudności w realizacji programu NWKP, a jeśli już o nich wspominali, to mówili o trudności w zaangażowaniu rodziców oraz trudnościach obiektywnych.
- Prawie wszyscy koordynatorzy dostrzegali różne korzyści dla uczniów, płynące z realizacji programu NWKP. Najczęściej mówili o wzmacnianiu u uczniów pozytywnego obrazu siebie.
- Ponad połowa szkolnych koordynatorów dostrzegała inne jeszcze korzyści, płynące z realizacji programu NWKP w ich szkole. Wśród nich najczęściej wskazywali na korzyści związane z diagnozą środowiska szkolnego.
- Koordynatorzy odczuwali także osobiste korzyści, z tytułu pełnienia swojej roli w programie NWKP. Najczęściej korzyści te wiązały się z ich życiem zawodowym.
- Około 1/3 szkolnych koordynatorów mówiła o trudnościach związanych ze swoją rolą w programie NWKP. Przyczyny tych trudności upatrywali najczęściej w wielości zadań do wykonania i trudności z wygospodarowaniem dodatkowego czasu.

Wychowawcy

- Wychowawcy prowadzili zajęcia z młodzieżą najczęściej w oparciu o gotowe scenariusze dostępne w aplikacji NWKP. Scenariusze te oraz gotowe prezentacje z wynikami szkolnej diagnozy były według nich najbardziej przydatne przy realizacji zajęć.
- Wychowawcy dostrzegali różne korzyści młodzieży z tytułu realizacji programu NWKP. Najczęściej mówili o wzmacnianiu w uczniach pozytywnego obrazu siebie oraz ich aktywizacji.
- Wychowawcy odczuwali także osobiste korzyści z tytułu zaangażowania w programie NWKP. Najczęściej mówili o korzyściach zawodowych oraz o poprawie relacji ze swoimi uczniami

Nauczyciele

- Znakomita większość nauczycieli uznała za ciekawe wyniki zrealizowanej w ramach NWKP diagnozy środowiska szkolnego. Najczęściej wskazywali, że mogli dzięki temu poznać punkt widzenia różnych członków szkolnej społeczności, przede wszystkim uczniów.
- Mniej niż połowa nauczycieli była zaangażowana w realizację programu NWKP. Ci którzy byli, najczęściej angażowali się poprzez wspieranie szkolnego koordynatora.

Uczniowie

- Odpowiedzi uczniów analizowano w dwóch grupach: tych uczestniczących w zajęciach zrealizowanych na podstawie gotowych scenariuszy oraz tych biorących udział w zajęciach przygotowanych na podstawie inspiracji. Odpowiedzi w obu grupach często były podobne.
- Niezależnie od powyżej opisanych grup (gotowe scenariusze/inspiracje) odpowiedzi dotyczące programu były zbliżone dla obu płci i dla różnych poziomów klas.
- W obu grupach uczniów około 60% poznało w ramach zajęć wyniki diagnozy środowiska szkolnego. Spośród nich, ponad połowa uznała wyniki tej diagnozy za ważne dla siebie. Najczęściej wymienianymi przez nich powodami tej ważności było to, że wyniki ankiet były ciekawe oraz że fajnie było dowiedzieć się co myślą i czują inni.
- W obu grupach 42% uczniów udało się zastosować którąś ze wskazówek radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, które poznali na zajęciach. Najczęściej uczniowie ci deklarowali zastosowanie wskazówki „Akceptuj swoje uczucia”.
- W obu grupach, wśród tych którzy nie zastosowali żadnej wskazówki najczęściej podawanym powodem tego stanu rzeczy był brak okazji. Około 1/4 spośród tych uczniów uznała poznane na zajęciach wskazówki za nieprzydatne.
- W obu grupach blisko 60% uczniów zadeklarowało chęć wykorzystania którejś ze wskazówek w przyszłości. I znów najczęściej wskazywano wskazówkę „Akceptuj swoje uczucia”.
- W obu grupach ponad 40% uczniów poleciłoby program NWKP innym. Tym, co zwraca uwagę jest niewiele niższy odsetek odpowiedzi trudno powiedzieć.

Rodzice – badanie ogólne

- Prawie 60% uczestniczyło w spotkaniu informacyjnym na temat wyników diagnozy środowiska szkolnego prowadzonej w ramach NWKP. Znakomita większość z nich uznała te wyniki za ciekawe. Najbardziej interesujące były dla nich informacje o tym jak odpowiedzieli uczniowie oraz to, że mogli poznać punkt widzenia innych rodziców.
- 45% rodziców deklarowało jakieś zaangażowanie w związku z realizacją programu NWKP. Zdecydowanie najczęściej wspominali, że było nim wypełnienie ankiety wstępnej.
- Część rodziców doceniła przydatność dla swoich dzieci wskazówek, które poznały one na zajęciach realizowanych w ramach NWKP. Najczęściej za przydatną uznawali wskazówkę „Akceptuj swoje uczucia”.
- Ponad 2/3 rodziców uważa, że zajęcia realizowane w ramach programu NWKP były lub będą pomocne dla ich dzieci.

Rodzice – uczestnicy warsztatów

- Decydując się na udział w oferowanych w ramach NWKP warsztatach rodzice najczęściej kierowali się chęcią wzbogacenia swojego rodzicielskiego know-how. Ważnym powodem udziału okazały się także zachęty ze strony wychowawców.

- Zdecydowana większość uznała treści przekazane im w trakcie warsztatów za przydatne. Pytani o ocenę przydatności wskazówek przekazanych im na warsztatach najczęściej deklarowali, że przydatne są wszystkie (35%), a pozostali w zdecydowanej większości wskazywali na przydatność jednej lub kilku wskazówek. Znakomita większość poleciłaby udział w tych warsztatach innym rodzicom.

I.3.5.9. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1

Aplikacja internetowa oraz program NWKP został bardzo wysoko oceniony przez szkolnych koordynatorów i wychowawców prowadzących zajęcia pod względem zawartości merytorycznej i intuicyjności w obsłudze.

- **97% koordynatorów i 95% wychowawców uważa, że aplikacja zawiera wystarczającą ilość materiałów merytorycznych**
- **96% koordynatorów uznało aplikację internetową za łatwą albo bardzo łatwą w obsłudze.**

Wyniki te potwierdzają, że nowatorski mariaż badań diagnostycznych i działań praktycznych wykorzystujący informatyczne narzędzie udostępniane przez Internet, okazał się formułą spełniającą oczekiwania szkół i w pełni dostosowaną do potrzeb oraz poziomu umiejętności informatycznych przedstawicieli szkół.

Wniosek 2

Szkolni koordynatorzy i wychowawcy prowadzący zajęcia NWKP wysoko ocenili przydatność wszystkich elementów pakietu materiałów zawartych w aplikacji.

- **Elementy uznane za szczególnie przydatne przez ponad połowę koordynatorów to: opis programu NWKP, poglądowe prezentacje wspierające prowadzenie zajęć dla młodzieży i spotkań z dorosłymi, Narzędziownik oraz nagranie szkolenia dla koordynatorów NWKP.**
- **97% szkolnych koordynatorów uznało raport z badań przeprowadzonych w szkole za przydatny. Najczęściej podkreślano dwa atuty raportu: „szybka i aktualna diagnoza kondycji psychicznej młodzieży”, „możliwość wykorzystania wyników do aktualizacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego”**
- **Elementy uznane za szczególnie przydatne przez wychowawców to: gotowe scenariusze i gotowe prezentacje pomagające w realizacji zajęć z uczniami.**

Wniosek 3

W opinii niemal wszystkich szkolnych koordynatorów (98%) i wychowawców (98%) uczniowie odnieśli korzyści z udziału w programie NWKP. Najczęściej wskazywane korzyści młodzieży (przez ponad 70% koordynatorów i ponad 50% wychowawców) to:

- **wzmacnianie u uczniów pozytywnego obrazu siebie**
- **wzmacnianie życzliwej atmosfery w szkole i klasie**

- **budowanie pozytywnych relacji z rówieśnikami i dorosłymi**
- **aktywizacja uczniów.**

Obserwacja koordynatorów i wychowawców, że NWKP wpływa pozytywnie na atmosferę klas i klimat szkoły ma szczególne znaczenie zważywszy, że są to potwierdzone czynniki chroniące wobec wielu zachowań ryzykownych i problemów dzieci i młodzieży. Aktywizacja uczniów w wyniku udziału w programie jest z kolei ważnym efektem z uwagi na bardzo obniżony poziom energii wśród uczniów po okresach zdalnego nauczania i izolacji.

Wniosek 4

W opinii ogromnej większości szkolnych koordynatorów i wychowawców prowadzących zajęcia zaangażowanie w realizację NWKP wiązało się z korzyściami zawodowymi i osobistymi. Wskazywano na to, że NWKP ułatwia realizację szeregu zadań wychowawczych, a wiedza o sposobach radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych jest przydatna w życiu także dorosłym.

Wniosek 5

W szkołach, które konsekwentnie przeprowadziły realizację NWKP aż do etapu ewaluacji program spowodował wysoki poziom zaangażowania i współpracy na rzecz wspierania dzieci i młodzieży w dużej części środowiska szkolnego. To zaangażowanie wyrażało się m.in. w następujących działaniach:

- udział w diagnozie uczniów, rodziców i nauczycieli
- udział wszystkich grup społeczności szkolnej w spotkaniach psychoedukacyjnych z przedstawieniem wyników diagnozy
- zaangażowanie w różne działania wspierające niemal połowy nauczycieli ze szkół objętych programem (a nie tylko samych koordynatorów i wychowawców prowadzących zajęcia)
- skuteczna realizacja warsztatów dla rodziców w aż 27% szkół uczestniczących w NWKP.

Wniosek 6

W świetle wyników ewaluacji program NWKP może być z powodzeniem stosowany dla bardzo szerokiego zakresu wiekowego uczniów od 6 klasy szkoły podstawowej do 2 klasy szkoły ponadpodstawowej. Niezależnie od wieku uczniów, przydatność aplikacji, diagnozy i zajęć jest oceniana przez różne grupy respondentów podobnie wysoko dla przedziału. Incydentalne wykorzystanie programu dla dzieci o rok młodszych lub starszych niż wyznaczony przedział także okazywało się owocne.

W pracy z uczniami młodszymi częściej korzystano z gotowych scenariuszy, a ze starszymi z bardziej otwartych propozycji zawierających inspiracje treściowe i metodyczne. Taka zróżnicowana formuła materiałów pozwalała na włączenie się w program zarówno wychowawców potrzebujących „gotowca”, jak i ceniących sobie możliwość twórczego zaangażowania i preferujących inspiracje.

Wniosek 7

Ewaluacja przeprowadzona wśród uczniów pokazuje, że konkretne wskazówki jak sobie radzić w sytuacji kryzysowej wykorzystało 42% uczniów. Ponad połowa spośród tych uczniów, którzy nie skorzystali z żadnej wskazówki deklaruje, że do czasu wypełnienia ankiety, nie zdarzyła się okazja, w której mogliby którąś z nich zastosować.

Jakość zajęć NWKP prowadzonych w poszczególnych szkołach i klasach była bardzo zróżnicowana. Ponad 40% uczestników zajęć NWKP poleciłoby je rówieśnikom, około 30% nie ma zdania, a ponad 20% nie poleciłoby takich zajęć. Jednocześnie wypowiedzi otwarte uczniów dostarczają bardzo wielu przykładów świadczących o osobistych korzyściach z uczestnictwa w zajęciach, pogłębionej refleksji życiowej i pozytywnej integracji grupy.

Szkolna inicjatywa profilaktyczna NWKP została opracowana z myślą o tym, by z oddziaływaniem wspierającym kondycję psychiczną uczniów i integrującym społeczność szkolną dotrzeć jak najszerszej. Szeroka implementacja była możliwa dzięki zastosowaniu formuły cechującej się jednocześnie prostotą i bezpieczeństwem psychologicznym. Z założenia programu nie prowadzili profesjonalni trenerzy wyszkoleni w zakresie profilaktyki, co bardzo ograniczyłoby zasięg działań, lecz wychowawcy dysponujący bardzo różnym zasobem umiejętności i doświadczeń. Dla wychowawców prowadzących zajęcia nie przewidywano obowiązkowych szkoleń. Wpłynęło to na taki wybór treści i metod programu, by zajęcia mogli prowadzić także najmniej doświadczeni wychowawcy. Oceniając odbiór zajęć przez uczniów i poziom zastosowania przez nich zdobytej w czasie zajęć wiedzy przez pryzmat powyżej opisanych założeń, uzyskane efekty można ocenić jako zadowalające.

Wniosek 8

Wyniki ewaluacji przeprowadzonej wśród rodziców uczniów pokazują, że zdecydowana większość rodziców ocenia program NWKP jako przydatny dla młodzieży i pomocny w nauce radzenia sobie w różnych sytuacjach życiowych. Jednocześnie program spowodował konkretne zaangażowanie niemal połowy rodziców. Ważne formy zaangażowania rodziców to:

- udział w ankiecie diagnostycznej
- rozmowy z dzieckiem o treściach zawartych w NWKP
- udział w zadaniach domowych dziecka
- udział w warsztatach dla rodziców w ramach NWKP
- refleksja nad wskazówkami jak radzić sobie w sytuacjach kryzysowych pod kątem ich wykorzystania w życiu własnym i rodziny.

W świetle wiedzy naukowej jednym z czynników zwiększających skuteczność programów profilaktycznych kierowanych do dzieci i młodzieży jest zaangażowanie rodziców. Z aktualnych doświadczeń praktyków zbieranych przez IPZIN wynika, że w ostatnich latach coraz trudniej jest zaangażować rodziców, coraz trudniej uzyskać frekwencję na spotkaniach dotyczących profilaktyki. Także koordynatorzy NWKP jako najczęściej zgłaszaną trudność w realizacji programu wskazywali na „trudność w zaangażowaniu rodziców”. Biorąc pod uwagę cały opisany kontekst należy uznać, że stopień włączenia rodziców w „Szkolną inicjatywę profilaktyczną Nawigacja w Każdą Pogodę” jaki udało się ostatecznie uzyskać był bardzo wysoki.

Wniosek 9

Rodzice, którzy uczestniczyli w dodatkowych warsztatach organizowanych w ramach NWKP wysoko ocenili ich przydatność, a 90% z nich poleciłaby warsztaty innym rodzicom.

Organizacja warsztatów była dodatkowym, opcjonalnym wysiłkiem, którego podjęcie wykraczało poza podstawowy zakres włączenia szkoły w program NWKP. Szkolni koordynatorzy mieli do dyspozycji komplet materiałów do warsztatów, który został zamieszczony w aplikacji NWKP. Fakt, że bardzo wiele szkół podjęło wysiłek przeprowadzenia warsztatów dla rodziców i były one wysoko ocenione wskazuje na to, że oferta programu NWKP dobrze odpowiadała na potrzeby rodziców, a formuła programu i jakość materiałów przygotowanych pod kątem rodziców motywowała do organizacji warsztatów.

Rekomendacja 1

W świetle wyników ewaluacji potwierdzającej przydatność i skuteczność „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej Nawigacja w Każdą Pogodę” rekomendujemy wykorzystanie tej nowatorskiej aplikacji internetowej do pracy wychowawczej i profilaktycznej. Program NWKP okazał się użytecznym, intuicyjnym i łatwym w obsłudze narzędziem wspierającym społeczność szkolną, które pomaga w przeprowadzeniu diagnozy środowiska szkolnego, umożliwia realizację działań wspierających kondycję psychiczną uczniów oraz aktywizuje społeczność szkolną i poprawia jakość współpracy.

Rekomendacja 2

Przydatność zawartego w programie Nawigacja w Każdą Pogodę zestawu uniwersalnych wskazówek radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych została praktycznie potwierdzona przez rodziców, nauczycieli i samych uczniów. Wskazówki te warto szerzej popularyzować wykorzystując je w codziennej pracy wychowawczej także poza kontekstem NWKP.

Rekomendacja 3

Aby zwiększyć efektywność programu NWKP i jego wpływ na wspieranie kondycji psychicznej i wzmacnianie odporności na sytuacje kryzysowe należy przykładać dużą wagę do jakości realizacji wszystkich elementów programu od etapu diagnozy po etap ewaluacji.

Skuteczność NWKP zależy w równej mierze od jakości samej aplikacji wraz z zawartymi w niej materiałami i od sposobu realizacji przez kadrę danej szkoły. Tam, gdzie zadanie zostanie podjęte z zaangażowaniem, troską o jakość i w dobrym klimacie współpracy, efekty będą większe i trwalsze.

Część II

**Budowanie odporności i umiejętności reagowania
na sytuacje kryzysowe jako forma adaptacji
do niestabilności współczesnego świata**

II.1. Interwencja kryzysowa w Przewodowie. Opis działań kluczowych instytucji i decydentów

Tragiczne wypadki są częścią tego, co niesie życie. Niektórych dramatycznych wydarzeń nie da się przewidzieć ani tym bardziej im zapobiec. Niektóre z takich wydarzeń dotyczą dzieci, młodzieży, a czasem całych środowisk szkolnych. W przygranicznym Przewodowie przyczyną takiego dramatycznego zdarzenia była wojna w sąsiednim państwie, Ukrainie. Nie dało się zapobiec uderzeniu rakiety, ale można było zrobić wiele dla złagodzenia psychicznych skutków traumy, którą przeżyła cała lokalna społeczność, a więc także całe lokalne środowisko szkolne: uczniowie, rodzice, nauczyciele i inni pracownicy szkoły.

Interwencja kryzysowa rozpoczęła się natychmiast. Kluczowe działania prowadziła dyrekcja szkoły w Przewodowie, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Hrubieszowie oraz Kuratorium Oświaty w Lublinie. Doświadczenia osób i instytucji, które nagle stanęły przed nieznanym wyzwaniem stanowią ważną lekcję dla każdego, kto chce być gotowy do poprowadzenia skutecznej interwencji w przypadku, gdyby zaszła taka konieczność. Wnioski mogą się przydać w różnych okolicznościach – czy to klęsk żywiołowych, czy wybuchów gazu, szkód górniczych czy innych, trudnych do przewidzenia zdarzeń. Na szczęście nie zdarzają się one często, ale jeśli się zdarzą, lepiej niech zastaną nas przygotowanymi.

Dziękujemy Kuratorium Oświaty w Lublinie i autorkom wszystkich trzech tekstów za dobrą współpracę i gotowość odpowiedzenia na naszą prośbę.

Teksty zostały ułożone w kolejności, która wydaje się najlepsza z punktu widzenia czytelnika. Najpierw szersze spojrzenie od strony Kuratorium, potem bliskie doświadczenie samej Szkoły, a na trzecim miejscu opis działań Poradni.

Na końcu rozdziału znajduje się krótkie podsumowanie i ocena działań z perspektywy pierwszych dni lutego 2023, a więc 2,5 miesiącach po zdarzeniu w Przewodowie. Podsumowanie to zostało opracowane przez p. Aleksandrę Sępoch z Kuratorium w Lublinie na podstawie rozmów z p. dyrektorem szkoły w Przewodowie, Ewą Byra.

II.1.1. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Kuratorium Oświaty w Lublinie

Przewodów to wieś położona w województwie lubelskim, w powiecie hrubieszowskim, w gminie Dołhobyczów, w niewielkiej odległości od granicy z Ukrainą. Od 24 lutego 2022 r. odgłosy toczącej się wojny w Ukrainie były tu niejednokrotnie słyszane. W dniu 15 listopada 2022 r., w wyniku zmasowanych rosyjskich ataków raketowych na Ukrainę, w Przewodowie doszło do eksplozji. Komentarze, analizy, spekulacje co do przyczyn i konsekwencji zdarzenia wzbudziły ogromny niepokój w całym społeczeństwie, a w szczególności wśród mieszkańców samego Przewodowa i innych miejscowościach przygranicznych.

Dla Kuratorium Oświaty w Lublinie najistotniejsza była kwestia uczniów i pracowników Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie, położonej w niewielkiej odległości od miejsca

wybuchu. Uczucie żalu, strachu, niepokoju towarzyszyło wszystkim, należało zatem podjąć działania, aby wspomóc uczniów Szkoły, jej pracowników, rodziców, a także innych dyrektorów szkół i nauczycieli z województwa lubelskiego, którzy także mogli mierzyć się ze strachem i niepokojem swoich uczniów, wywołanym zdarzeniem w Przewodowie.

Temat wojny w Ukrainie, rozgrywających się tam tragicznych wydarzeń, a przede wszystkim dramatu z jakim mierzą się ludzie jest obecny w naszym społeczeństwie od 24 lutego 2022 r. Bezpośrednio po ataku Rosji na Ukrainę Lubelski Kurator Oświaty podjął szereg działań, aby wesprzeć dyrektorów szkół w województwie, nauczycieli i rodziców. Teraz w obliczu kolejnej tragedii, która dotknęła uczniów z Przewodowa, a jednocześnie spowodowała wielki niepokój wśród całego społeczeństwa, należało podjąć natychmiastowe działania, aby pomóc zrozumieć i uporać się z traumą uczniom, ich rodzicom i pracownikom Szkoły Podstawowej w Przewodowie, a następnie innym dyrektorom i nauczycielom, gdyż istniało prawdopodobieństwo, że podobny strach i niepokój spowodowany zdarzeniem w Przewodowie mogą odczuwać także uczniowie innych szkół w województwie, szczególnie tych położonych w powiatach przygranicznych.

Informacja o wybuchu w Przewodowie dotarła do Kuratorium Oświaty w Lublinie w dniu zdarzenia. Lubelski Kurator Oświaty do późnych godzin pozostawał w stałym kontakcie telefonicznym z Ministrem Edukacji i Nauki, z Wojewodą Lubelskim oraz z dyrektorem Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie i Szkoły Podstawowej w Przewodowie.

Dzięki natychmiastowej reakcji władz lokalnych oraz Pani dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie już tego samego dnia podjęto kroki celem zabezpieczenia pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w pierwszej kolejności, rodzinom ofiar i mieszkańcom Przewodowa, szczególnie tym, których gospodarstwa także ucierpiały w wyniku eksplozji (połtuczone szyby, uszkodzone domy).

15 listopada 2022 r., tuż po wybuchu w Przewodowie, Pani dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie wraz z dwoma psychologami udała się na miejsce zdarzenia. Tego samego dnia w porozumieniu z Panią dyrektorem Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie opracowano także harmonogram zabezpieczenia wsparcia psychologicznego dla uczniów, rodziców, nauczycieli Szkoły, mieszkańców Przewodowa oraz Gminy Dołhobyczów.

Następnego dnia w Kuratorium Oświaty w Lublinie ustalono, iż w związku z zaistniałą sytuacją, doniesieniami medialnymi i spekulacjami wokół tematu wybuchu w Przewodowie, należy spotkać się z dyrektorami szkół w województwie. Głównym celem zaplanowanej wideokonferencji miało być uspokojenie emocji, zaapelowanie o rozwagę i rozsądek podczas komentowania zdarzenia czy rozmów z uczniami. Do udziału w wideokonferencji zaproszono psychologa, specjalizującego się w problematyce wspierania dzieci i młodzieży w rozwoju, wychowania oraz w psychoprofilaktyce zachowań problemowych. W kontakcie z Ministrem Edukacji i Nauki zdecydowano o wizycie Lubelskiego Kuratora Oświaty w Publicznej Szkole Podstawowej w Przewodowie. Wizyta wydawała się tym bardziej potrzebna, gdy okazało się, że obecni na miejscu dziennikarze utrudniają funkcjonowanie szkoły.

Po przyjeździe na miejsce Lubelski Kurator Oświaty spotkała się z dyrektorami Poradni i Szkoły, a także z nauczycielami. Okazało się, że rada pedagogiczna w tygodniu poprzedzającym zdarzenie odbyła szkolenie na temat reagowania w sytuacjach kryzysowych, co z pewnością okazało się bardzo pomocne w podejmowaniu decyzji i kontakcie z rodzicami uczniów w zaistniałych okolicznościach.

Z miejsca zdarzenia P. Kurator połączyła się zdalnie z dyrektorami szkół z województwa lubelskiego. W wideokonferencji wzięli także udział Minister Edukacji i Nauki, Rzecznik Praw Dziecka oraz Wojewoda Lubelski. Wszyscy apelowali o zachowanie spokoju, powstrzymanie się od komentarzy czy ferowania wyroków, co do sprawców tragedii w Przewodowie, które mogłyby wpłynąć niekorzystnie na relacje wśród uczniów (już wówczas pojawiły się doniesienia o ukraińskim pochodzeniu rakiety, która spadła na Przewodów, co mogło wywołać niepożądane reakcje uczniów wobec ich kolegów z Ukrainy). Minister Edukacji i Nauki poinformował o działaniach państwa, zmierzających do wyjaśnienia zdarzenia oraz zapewnił, że rząd i służby zrobią wszystko, aby zapewnić obywatelom bezpieczeństwo. Wojewoda Lubelski zrelacjonował fakty dotyczące eksplozji w Przewodowie oraz działania służb pracujących na miejscu, zaś Rzecznik Praw Dziecka zadeklarował pomoc psychologów, w przypadku gdyby zaistniała konieczność wsparcia uczniów czy rodziców w szkole w Przewodowie czy innych szkołach, szczególnie tych usytuowanych na terenach przygranicznych. W wideokonferencji znalazło się też miejsce na wystąpienie merytoryczne dr W. Poleszaka wskazujące na psychologiczne mechanizmy zachowań w sytuacji kryzysowej.

Z informacji zwrotnych wynika, że wystąpienie doktora Poleszaka okazało się bardzo pomocne, wielu dyrektorów zwróciło się o udostępnienie im nagrania, aby kolejny raz wysłuchać wypowiedzi lub zapoznać z nim nauczycieli.

Na miejscu w Przewodowie Panie dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i Szkoły Podstawowej w Przewodowie, najlepiej orientujące się w potrzebach uczniów, ale również uwrażliwione społeczności lokalnej, ustaliły plan udzielania pomocy psychologicznej. Zaplanowano stałe dyżury psychologów w Szkole w Przewodowie do 25.11.2022 r., a następnie od 28 listopada do 19 grudnia 2022 r. Poradnia przygotowała ofertę pn. "Poniedziałki z psychologiem". W każdy poniedziałek psychologowie z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie dostępni są w szkole dla dzieci, uczniów, nauczycieli, mieszkańców Przewodowa oraz Gminy Dołhobyczów.

Także obecnie, ponad miesiąc po zdarzeniu, Kuratorium Oświaty w Lublinie pozostaje w stałym kontakcie z dyrektorami Poradni w Hrubieszowie i Szkoły w Przewodowie, rozważana jest możliwość zorganizowania półkolonii połączonych z warsztatami psychologicznymi, które odbywałyby się w szkole podczas ferii zimowych.

Zdarzenie z Przewodowa pokazuje jak ważna jest współpraca, stanowi ona wielką wartość i pozwala na podejmowanie efektywnych działań, szczególnie w sytuacjach kryzysowych. Z pewnością zaplanowanie i zrealizowanie tych wszystkich działań nie byłoby możliwe bez wzajemnego szacunku, właściwych relacji i współdziałania. Dlatego Lubelski Kurator Oświaty dziękuje za tę współpracę wszystkim osobom bezpośrednio zaangażowanym w działania związane z wybuchem w Przewodowie, a także wszystkim podejmującym inne inicjatywy na rzecz lub w trosce o dzieci i młodzież.

Opracowała
Aleksandra Sępoch
Kuratorium Oświaty w Lublinie

II.1.2. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie

Zdarzenie z 15 listopada było sytuacją nagłą, nieoczekiwaną, a przede wszystkim drastyczną dla całej lokalnej społeczności, w tym również szkolnej. Nastąpiło ono po okresie pewnej adaptacji do trwającego konfliktu tuż za granicą, spowodowało ogromny niepokój, szok z powodu śmierci mieszkańców miejscowości, przygnębienie i strach.

Od początku, w Szkole obecni byli psychologowie z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie gotowi do niesienia pomocy. Niezmiernie ważnym było także wsparcie ze strony organu nadzoru pedagogicznego: rozmowa grona pedagogicznego z Lubelskim Kuratorem Oświaty Panią Teresą Misiuk, zaangażowanie w organizację pomocy psychologicznej, gotowość do niesienia pomocy i słowa otuchy.

Obecność specjalistów z Poradni bardzo pomogła nauczycielom szczególnie w pierwszym dniu po zdarzeniu. Wspólnie łatwiej było ustalić zasady działania, komunikacji z rodzicami, diagnozowania potrzeb, strategię wsparcia, organizację pomocy psychologicznej. Zespół nauczycieli drogą telefoniczną i za pośrednictwem Internetu kontaktował się z rodzicami uczniów zbierając informacje o poniesionych stratach i o potrzebach, informował o dostępności specjalistów w Szkole. Rozmowy prowadzone były w sposób nie pogłębiający kryzysu, nauczyciele tłumaczyli to zdarzenie w kategoriach nieszczęśliwego wypadku. Kluczowe okazały się kompetencje nauczycieli w zakresie działań profilaktyczno-wychowawczych, udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej, wiedza zdobyta w czasie narad i szkoleń, praca szkolnego mediatora. Dzięki tym doświadczeniom udało się stworzyć spokojną atmosferę, częściowo zredukować lęk, stopniowo zwiększać poczucie bezpieczeństwa.

Zebrane informacje dotyczące strat poniesionych w wyniku wybuchu zostały przekazane przedstawicielowi Ministerstwa Sprawiedliwości.

Dzięki podjętym działaniom, w drugim dniu od zdarzenia udało się zapewnić powrót do normalnych zajęć i rytmu dnia, jednocześnie kontynuowana była pomoc psychologiczna udzielana przez specjalistów. Większość dzieci przysłała do szkoły, ale były pełne niepokoju, zadawały pytania, chciały wiedzieć czy to wojna, czy będą kolejne wybuchy, mówiły o swoim lęku i obawach.

Bezpośrednio po zdarzeniu, najważniejszym było zdiagnozowanie potrzeb uczniów wymagających pomocy specjalistów i organizacja tej pomocy. Przez kolejne dni w Szkole obecni byli psycholodzy z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie. Ze wsparcia mogli skorzystać również rodzice, a także mieszkańcy Przewodowa. W pierwszym dniu z tej pomocy skorzystała jedna rodzina, w kolejnych dniach liczba uczniów, rodziców i mieszkańców wymagających wsparcia codziennie rosła. W trzecim dniu zgłosiło się 25 osób. Wszystkim udzielono wsparcia.

Zapewnienie natychmiastowej pomocy psychologicznej, reorganizacja pracy Szkoły, słuchanie uczniów, odpowiadanie na nurtujące ich pytania, stosowanie różnych strategii, opartych na działaniu, umożliwienie wyrażania emocji, zabawy integracyjne, ułatwiły adaptację do nowych warunków, wpłynęły na stopniową poprawę funkcjonowania uczniów. Efekty były

widoczne, uczniowie otwierali się przed psychologami i nauczycielami, chcieli rozmawiać, nie zamykali się.

W tym czasie również dorosłym trudno było rozmawiać o tym co się stało, zrozumieć, wrócić do tego, co było przedtem. Dlatego także dla nauczycieli ważnym była, możliwość rozmowy z psychologiem.

Dodatkowo zdarzenie stało się przedmiotem zainteresowania mediów z całego świata. Szkoła jako instytucja zaufania publicznego była zobligowana do komunikowania się z otoczeniem i zadbania o jasny, czytelny przekaz. Było to pierwsze doświadczenie z mediami na taką skalę. Należało temu sprostać, wygospodarować potrzebny czas, wyznaczyć ramy, lecz w pewnym momencie również poprosić media o to, by kończyły swoją misję, bo trzeba zapewnić dzieciom spokój. Do kontaktów z mediami została wyznaczona jedna osoba.

W tej konkretnej sytuacji bardzo ważne było wzajemne wsparcie, ze strony Szkoły dla lokalnej społeczności, a także ze strony władz samorządowych i lokalnej społeczności dla Szkoły. Ważna była świadomość, że wszyscy mogą na siebie liczyć.

Należało zrobić wszystko, aby powrócić do normalności, zapewnić uczniom poczucie stabilizacji i bezpieczeństwa poprzez realizację zaplanowanych wcześniej wydarzeń, uroczystości i imprez. Stosunkowo szybko w Szkole zorganizowano Mistrzostwa drużyn mieszanych w piłkę nożną z udziałem uczniów z innych szkół.

Podobne działania zostały skierowane także do społeczności lokalnej, po to, aby zaangażować mieszkańców, zająć ich czymś innym niż rozpamiętywanie tragicznego wydarzenia z 15 listopada, wzmocnić poczucie bezpieczeństwa, poprzez przynależność do wspólnoty. W Szkole odbył się XI Charytatywny Turniej Siatkówki Mężczyzn o puchar Wójta Gminy Dołhobyczów oraz kiermasz ciekawej książki dla uczniów i rodziców. Rodziny pięknie włączyły się w organizację „Wigilii Pokoleń”, na którą zaproszone zostały osoby samotne.

„Wspólnota jest naszą siłą, dzięki temu, że w tym dramatycznym czasie byliśmy razem, dziś wszyscy jesteśmy mocniejsi, czujemy jedność i wzruszenie, wiemy, że nawet w trudnych sytuacjach, które przecież zdarzają się każdemu z nas, może nie w takim wymiarze, ale na co dzień każdy mierzy się z różnymi trudnościami, wiemy, że nikt nie jest sam, że możemy liczyć na siebie nawzajem”.

Opracowała:

Ewa Byra

Dyrektor

Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie

II.1.3. Interwencja kryzysowa po zdarzeniu w Przewodowie – z perspektywy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie

15 listopada 2022 r. po otrzymaniu informacji o zdarzeniu w Przewodowie Dyrektor Poradni skontaktowała się telefonicznie z Wójtem Gminy Dołhobyczów, oferując wsparcie pracowników Poradni na miejscu zdarzenia. W obliczu tragedii do jakiej doszło, Pan wójt, z wdzięcznością przyjął pomoc. Po uzgodnieniu szczegółów ze Starostą Powiatu Hrubieszowskiego do Przewodowa udała się Dyrektor Poradni wraz z dwoma psychologami, aby objąć opieką rodziny ofiar oraz osoby, które zostały poszkodowane, ucierpiały po wybuchu rakiety w Przewodowie.

W tym samym czasie Dyrektor Poradni skontaktowała się z Kuratorium Oświaty w Lublinie na bieżąco informując o zdarzeniu w Przewodowie.

Po przybyciu na miejsce Dyrektor Poradni wraz z psychologami ustaliła z Komendantem Powiatowym Policji w Hrubieszowie formę i miejsce, w którym pomoc psychologiczna miała być zadysponowana.

W nocy z 15/16 listopada psycholodzy z Poradni udzielali wsparcia m.in. funkcjonariuszowi Policji, który jako jeden z pierwszych osób dotarł do miejsca eksplozji. Rodziny osób, które zginęły w wybuchu zostały poinformowane o możliwości skorzystania ze wsparcia psychologicznego, jednak na tamten moment nie wyraziły takiej woli.

Dyrektor Poradni pozostawała w stałym kontakcie telefonicznym ze Starostą Hrubieszowskim, Kuratorium Oświaty w Lublinie, Dyrektorem Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie oraz w bezpośrednim kontakcie z Wójtem Gminy Dołhobyczów.

Tego samego dnia, ok godz. 23:00, został przygotowany i zamieszczony na stronie internetowej Poradni komunikat z planem działań dotyczącym zabezpieczenia wsparcia psychologicznego skierowanego do dzieci, uczniów, rodziców, mieszkańców Przewodowa, Gminy Dołhobyczów oraz Rady Pedagogicznej Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie. Plan przewidywał zabezpieczenie pomocy psychologicznej do dnia 18 listopada.

16 listopada ok. godz. 8:00 po przybyciu do Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie Dyrektor Poradni wraz z 2 psychologami przeprowadziły rozpoznanie potrzeb wśród członków rady pedagogicznej, ustalając wspólnie kierunki dalszych działań oraz udzieliły wsparcia nauczycielom. Podkreślony został kluczowy aspekt dobrego pomagania, mówiący, że sam „pomagacz”, aby działania były skuteczne, musi zachować dobrostan psychiczny i dbać o własną kondycję psychiczną. Zaproponowana pomoc była ofertą, nie była nachalna. Dyrektor Poradni, po konsultacji z Kuratorium Oświaty oraz Dyrektorem Szkoły, przeprowadziła krótkie spotkanie z dziennikarzami przebywającymi na terenie placówki (szkoła była jedynym miejscem bliskim zdarzenia, gdzie mogli się zatrzymać). Przekazała informację o planie wsparcia psychologicznego zabezpieczonego w budynku szkoły. Poprosiła dziennikarzy o zachowanie dystansu wobec dzieci i rodziców, którzy chcą przybyć do Szkoły oraz o to, by w godzinach pracy Szkoły dziennikarze przenieśli swój sprzęt poza jej teren. Dziennikarze ze zrozumieniem podeszli do tematu, po chwili opuszczając teren Szkoły oraz wokół niej. Dyrektor Poradni skontaktowała się telefonicznie z Policją, poprosiła o zabezpieczenie terenu wokół placówki, tak by dzieci/rodzice/

mieszkańcy mogli swobodnie wejść do budynku Szkoły (także, by nie utrudniała tego liczna i widoczna obecność przybyszów z zewnątrz).

Dyrektor Poradni spotkała się z radą pedagogiczną, poprosiła o zatelefonowanie do rodziców i przekazanie im informacji o tym, że psychologzy z Poradni są na miejscu i służą pomocą. Sporządzono listę osób, których domy zostały naruszone przez wybuch. W tym dniu do szkoły przyszli rodzice z czwórką dzieci, których rodzina była spokrewniona z jedną z ofiar zdarzenia. Byli przestraszeni, a zarazem rozrzewnieni. 10-letni chłopiec przez łzy opowiadał o wujku, który zginął poprzedniego popołudnia. Dziecko związane było z mężczyzną, wspominał, że uwielbiał spędzać z Nim czas wolny „bo u wujka zawsze było coś ciekawego do roboty”, często powtarzał „on mnie lubił”. Starsza siostra nie wypowiadała się, nie była w stanie, ciągle płakała, tak jak obydwój jej rodzice. Byli wstrząśnięci. Każde z dzieci po rozmowie z psychologiem postanowiło napisać list do wujka, coś w nim narysować i pójść z tym listem na pogrzeb.

Dyrektor Poradni była w tym dniu w kontakcie telefonicznym z Rzecznikiem Urzędu Wojewódzkiego w Lublinie, przekazując na bieżąco ustalenia. Rodziny ofiar zostały poinformowane o gotowości psychologów do udzielenia wsparcia w miejscu zamieszkania lub na terenie Szkoły, lub w kontakcie telefonicznym.

W dniach 17–18 listopada psychologzy z Poradni spotkali się z dziećmi i uczniami w salach lekcyjnych. W sposób nienachalny, lecz spokojny, wywarzony i rzetelny rozmawiano o tym co wydarzyło się w Przewodowie. Zagospodarowano przestrzeń i organizację pracy tak, by dzieci poczuły się bezpiecznie, mogąc wyrazić swoje emocje, obawy, lęki. Podczas spotkań przeprowadzono zabawy integrujące grupę, tj. zabawy w kręgu, wykonywano prace plastyczne, zabawy ruchowe. Nie wprowadzano tematu zdarzenia na siłę. Rozmowy z psychologami ukierunkowane były na działanie. Podkreślano aspekt wzajemnego wsparcia koleżeńskigo – „bo (...) najlepszymi terapeutami są przecież rówieśnicy”. Rozmawiano o sytuacjach kryzysowych, o tym, że ten kryzys może przynieść również korzyści tj. zacieśnienie relacji koleżeńskich, wzajemna pomoc i wsparcie (...).

Jedna z psycholożek wspomina, że w jej pamięci najbardziej utkwiło spotkanie z dziewczynką, która od momentu wybuchu już nie śpi w swoim pokoju, boi się tam zostać sama, ponieważ w jej sypialni jest popękany sufit.

Dzieci i rodzice zostali poinformowani o stałych dyżurach psychologów na terenie szkoły, które zostały zaplanowane do 25 listopada.

Od 28 listopada do 19 grudnia w porozumieniu z Dyrektorem Szkoły Podstawowej w Przewodowie oraz Kuratorium Oświaty w Lublinie, Poradnia przygotowała ofertę pt. „Poniedziałki z psychologiem”. Oferta ta skierowana została do dzieci/uczniów/nauczycieli, mieszkańców Przewodowa i Gminy Dołhobyczów.

Informacje o tej ofercie zostały umieszczone w mediach społecznych oraz lokalnych stronach internetowych, tak aby dotarły do jak największej grupy osób zainteresowanych. Dyżury z psychologami cieszą się ogromnym zainteresowaniem ze strony dzieci, uczniów, nauczycieli i pracowników administracji i obsługi szkoły, a także mieszkańców Przewodowa/Gminy Dołhobyczów. W ciągu dnia z takiej pomocy w pierwszym i drugim tygodniu po zdarzeniu korzystało ok. 20–25 osób.

Dzieci, które zgłaszały się na rozmowę z psychologiem, w większości doświadczyły tego zdarzenia w bezpośrednim kontakcie, tj. wyraźnie słyszały, widziały wybuch, np. z okien lub bawiąc się przed domem. Część słyszała rozmowy rodziców lub informacje w mediach. Kilko dzieci, których mieszkania zostały naruszone poprzez falę uderzeniową wybuchu (uszkodzone zostały okna, drzwi, otwory wentylacyjne, pęknięcia w ścianach), zgłaszało lęk przed tym, „że sufit spadnie im na głowę (...), że zawała się ściany”. Dzieci zgłaszały, że mają trudności ze snem. Ich sen był płytki, czujny, miały koszmary. Często dzieci nie chciały rozmawiać o swoich lękach, wołały wykonać pracę plastyczną. W rysunkach dzieci pojawiał się „wywrócony ciągnik z przyczepą”, „dym oraz ogień unoszący się nad miejscowością”, „smutne twarze kolegów, rodziny”, „złość”. Dzieci opowiadały o atmosferze, jak teraz panuje w ich domach – dużo niepewności, obawy o przyszłość, smutek i strata wynikająca ze śmierci dwóch mieszkańców.

Wdrożone natychmiastowe oddziaływania, wsparcie i pomoc psychologiczna pomogła przejść okres adaptacji w nowych okolicznościach, zracjonalizować oraz zaplanować perspektywę na przyszłość. Podjęte działania okazały się adekwatne i skuteczne, czego wyrazem jest otrzymywana nieustannie informacja zwrotna od mieszkańców Przewodowa i okolic, w tym rodziców i dzieci oraz rady pedagogicznej Publicznej Szkoły Podstawowej w Przewodowie.

Opracowała:

Ilona Puszek

Dyrektor

Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej
w Hrubieszowie

II.1.4. Podsumowanie po 2,5 miesiącach od wydarzenia

Perspektywa czasu pozwala poddać analizie działania podjęte przez szkołę po wybuchu w Przewodowie.

Należy stwierdzić, iż bezspornie największe znaczenie miało przeszkolenie rady pedagogicznej w zakresie interwencji kryzysowych, które odbyło się dosłownie tydzień przed zdarzeniem. Z pewnością ułatwiło to koordynację wszystkich działań i wpłynęło na ich efektywność. Pomimo tego, że sytuacja była niezwykle trudna i stresująca, to każdy wiedział jakie są jego zadania, co i jak należy zrobić.

Drugim ważnym czynnikiem była obecność na miejscu pracowników Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Hrubieszowie, którzy posiadają zdecydowanie większe doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą, ale także osobami dorosłymi po traumatycznych przejściach. Ich obecność była ważna z kilku powodów, przede wszystkim udzielali profesjonalnej pomocy psychologicznej potrzebującym uczniom, rodzicom i mieszkańcom, ale także wspierali działania nauczycieli, udzielając wskazówek i porad. Dzięki możliwości rozmowy, konsultacji, wspólnego opracowania strategii postępowania nauczyciele czuli się pewniej i bezpieczniej.

Obserwując funkcjonowanie uczniów, wydaje się, że podjęte działania okazały się skuteczne.

Co teraz? Pozostały znakomite relacje z mieszkańcami, doskonała współpraca z Poradnią i Kuratorium. Część metod pracy, rozwiązań i strategii realizowanych z uczniami bezpośrednio po zdarzeniu jest nadal stosowanych. Zespoły klasowe są mocniej zintegrowane, nauczyciele z jeszcze większą uważnością obserwują uczniów, reagują.

Opracowała:

Aleksandra Sępoch

Kuratorium Oświaty w Lublinie

na podstawie rozmowy z

p. Ewą Byra, dyrektorem szkoły w Przewodowie

II.1.5. Kompetencje kluczowe w sytuacji kryzysowej

Kompetencje kluczowe w sytuacji kryzysowej – wnioski podsumowujące strategię działania, które z perspektywy czasu (po upływie 3 miesięcy od wydarzenia z dnia 15.11.2022r) okazały się przydatne:

1. Natychmiastowa ocena stanu psychicznego uczniów, rodziców – zebranie informacji i udzielenie pomocy specjalistów z poradni, lista potrzeb, współpraca z przedstawicielami Ministerstwa Sprawiedliwości.
2. Zadbanie o właściwe relacje emocjonalne pracowników, zapanowanie nad stresem, intuicyjne myślenie, twórcze rozwiązywanie problemów, rozmowy z kuratorem, psychologami.
3. Dostosowanie organizacji pracy do zmian – łączenie zajęć dydaktycznych z pomocą psychologiczną, bieżące monitorowanie sytuacji.
4. Właściwa komunikacja z mediami – krótkie, zwięzłe, konkretne wypowiedzi, przekierowanie zainteresowanych do punktu konsultacyjnego.

Opracowała:

p. Ewa Byra, dyrektor szkoły w Przewodowie

II.1.6. Wnioski i rekomendacje

Wniosek Ogólny:

Natychmiast po tragicznym wydarzeniu w Przewodowie, które dotknęło całą lokalną społeczność, w tym społeczność lokalnej szkoły podjęto sprawną, wielowymiarową interwencję kryzysową. Taka sprawność działania była możliwa dzięki wcześniejszemu

przeszkoleniu społeczności szkolnej oraz instytucji ją wspierających i nadzorujących w zakresie reagowania kryzysowego.

We współczesnym, niestabilnym świecie szkolenia w zakresie interwencji kryzysowej w reakcji na nieprzewidziane wypadki, zdarzenia i kryzysy powinny stanowić jeden z systemowych priorytetów.

Wniosek 1:

Decydujący wpływ na efektywność i dobrą koordynację działań podczas interwencji kryzysowej w Przewodowie miało wcześniejsze przeszkolenie społeczności szkolnej w zakresie interwencji kryzysowych. Równie ważne było merytoryczne przygotowanie przedstawicieli poradni w Hrubieszowie do profesjonalnego wspierania szkół w sytuacjach kryzysowych. Dzięki temu przeszkoleniu wszyscy byli przygotowani do podjęcia działań w sytuacji kryzysowej i wiedzieli co należy robić.

Wniosek 2

Kluczowe znaczenie przy pojawieniu się nagłego, kryzysowego wydarzenia miała sprawna komunikacja i dobre porozumienie wszystkich odpowiedzialnych za opanowanie sytuacji podmiotów. Dzięki sprawności współpracy i komunikacji osób i instytucji odpowiedzialnych, nadzorujących oraz służących wsparciem możliwa była natychmiastowa obecność profesjonalistów udzielających wsparcia i pomocy, a w konsekwencji natychmiastowe objęcie pomocą osób, które najbardziej tego potrzebowały.

Wniosek 3

Ważnym aspektem działań na poziomie regionalnym przeprowadzonych przez Kuratorium Oświaty w Lublinie była szybka organizacja spotkania informacyjnego dla wszystkich zainteresowanych podmiotów z regionu, które służyło przekazaniu rzetelnych, opartych na faktach informacji. Działanie to uspokoiło nastroje oraz zapobiegło panice, która mogłaby wybuchnąć na skutek zagubienia wywołanego sprzecznymi, emocjonalnymi i niepotwierdzonymi domysłami krążącymi w przestrzeni medialno-internetowej.

Wniosek 4

Działaniem, które zwiększyło sprawność działania było ustalenie krótko i długoterminowego planu udzielania pomocy różnym potrzebującym osobom ze społeczności szkolnej w Przewodowie. Dzięki odpowiedniemu planowi działania, podziałowi ról i organizacji współpracy wyeliminowano możliwość błędów polegających na powielaniu tych samych działań lub pominięciu jakichś istotnych działań. Szybkie stworzenie planu i działanie według planu zagwarantowało możliwość dostępu odpowiedniej pomocy jak największej grupie potrzebujących.

Rekomendacja 1

We współczesnym, niestabilnym świecie potrzebne jest traktowanie jako standardu gotowości kryzysowej, gotowości cywilnej umożliwiającej jak najlepsze przetrwanie dowolnego kryzysu uderzającego w społeczność lokalną, w region lub w całe państwo. Kadry wszystkich instytucji systemu edukacji, instytucji i organizacji wspierających szkoły oraz inne instytucje i organizacje zajmujące się dziećmi i młodzieżą powinny posiadać znajomość zasad zarządzania kryzysowego^{52/53} w jego wszystkich fazach – fazie zapobiegania, fazie przygotowania, fazie reagowania i fazie odbudowy.

Utrzymywanie gotowości kryzysowej powinno być realizowane zgodnie z profesjonalnymi zasadami, w sposób nie wywołujący paniki ani niepotrzebnych obaw w środowiskach szkolnych.

Organizacja szkoleń w zakresie interwencji kryzysowej w reakcji na nieprzewidziane wypadki, zdarzenia i kryzysy powinna stanowić jeden z priorytetów systemu edukacji.

Rekomendacja 2

Do kluczowych aspektów gotowości kryzysowej należy jasny podział ról i zadań wszystkich podmiotów i osób odpowiedzialnych za działania we wszystkich fazach zarządzania kryzysowego. Właściwy plan działania, podział ról i dobra organizacja współpracy gwarantuje efektywność reagowania i pomaga w dostrzeżeniu i uwzględnieniu wszystkich istotnych obszarów działania.

Rekomendacja 3

Z uwagi na charakterystyczną dla współczesnego świata szybkość rozprzestrzeniania się prawdziwych i nieprawdziwych informacji, plotek oraz pomówień, konieczna jest szybka reakcja kompetentnych osób odpowiedzialnych za reagowanie kryzysowe. Reakcja ta powinna z jednej strony obejmować kontakt z mediami, a z drugiej organizację spotkań informacyjnych dla wszystkich zainteresowanych instytucji i podmiotów, których potencjalnie dana sytuacja kryzysowa także może dotyczyć. Spotkania takie, w zależności od typu i skali zagrożenia, powinny być organizowane na poziomie środowiska lokalnego, regionu lub w wymiarze ponadregionalnym.

⁵² Terminu „zarządzanie kryzysowe” używamy tu traktując jako punkt odniesienia jego znaczenie określone w Art. 2. *Ustawy z dnia 26 kwietnia 2007r. o zarządzaniu kryzysowym*. Rozumienie tego terminu wymaga jednak dostosowania do zadań, potrzeb i realiów systemu edukacji. Oto pełnie brzmienie przywołanego artykułu ustawy:

Art. 2. Zarządzanie kryzysowe to działalność organów administracji publicznej będąca elementem kierowania bezpieczeństwem narodowym, która polega na zapobieganiu sytuacjom kryzysowym, przygotowaniu do przejmowania nad nimi kontroli w drodze zaplanowanych działań, reagowaniu w przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowych, usuwaniu ich skutków oraz odtwarzaniu zasobów i infrastruktury krytycznej.

⁵³ Przykładem źródła mówiącego o reagowaniu kryzysowym w szkole jest broszura Katarzyny Koszewskiej pt. *Budowanie strategii antykryzysowej na terenie szkoły/placówki oświatowej* (ORE, 2012). Pozycja ta odnosi się głównie do lokalnych sytuacji kryzysowych o ograniczonym zasięgu, <https://www.ore.edu.pl/wp-content/plugins/download-attachments/includes/download.php?id=6178>.

Przekazanie społeczeństwu i zainteresowanym podmiotom aktualnych, rzetelnych, opartych na faktach informacji zapobiega panice i pomaga w racjonalnym podejmowaniu działań. Zaniechania w tym zakresie prowadzić mogą do wybuchu niepokojów lub wręcz paniki na skutek zagubienia wywołanego sprzecznymi, emocjonalnymi i niepotwierdzonymi domysłami krążącymi w przestrzeni medialno-internetowej.

Rekomendacja 4

W epoce nagłych zmian i kryzysów bardzo potrzebne jest zbieranie dobrych praktyk dotyczących konkretnych działań z obszaru zarządzania kryzysowego, interwencji kryzysowej, wsparcia wychowawczego, a także działań profilaktycznych i pomocowych. Okazje do wymiany dobrych praktyk tworzone na poziomie ogólnopolskim, regionalnym i lokalnym wpłyną na większą efektywność działań poprzez możliwość szerszego wykorzystania i adaptacji przedstawianych rozwiązań. Szczególną wartość mają dobre praktyki wypracowane przez osoby, szkoły, organizacje lub społeczności lokalne, które jako pierwsze zetknęły się z danym zagrożeniem lub jako pierwsze skutecznie na nie odpowiedziały.

Wartość dobrych praktyk pozostaje bardzo wysoka także wtedy, gdy obok dobrych rozwiązań pojawiały się błędy. Możliwość uczenia się dzięki pomysłowości innych, ale także dzięki błędom innych jest lepsza niż powtarzanie tych błędów w kolejnych miejscach z powodu braku wiedzy, świadomości, doświadczenia.

Wymiana dobrych praktyk na poziomie dyrektorów szkół, nauczycieli, szkolnych specjalistów czy pracowników poradni PPP stawia ich, w danej sprawie, w roli ekspertów odślanając im ich własny potencjał, umacniając wiarę we własne możliwości i zachęcając do twórczej odwagi w podejmowaniu kolejnych sytuacji kryzysowych, ale także codziennych działań wychowawczych, profilaktycznych czy związanych ze wspieraniem psychicznym uczniów.

II.2. Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży jako wyzwanie naszych czasów

II.2.1. Ograniczenia podejścia opartego na reagowaniu post factum na kryzysy

Zaprezentowane w pierwszej części tego raportu wyniki badań jednoznacznie pokazują jak trudnym wyzwaniem dla dzieci i młodzieży są seryjnie następujące po sobie kryzysy, które powodują konieczność adaptacji do kolejnych zmian. Z wyników badań wynika, że pojedyncza, nawet bardzo poważna sytuacja kryzysowa powoduje mniejsze zagrożenie dla pogorszenia kondycji psychicznej niż gdy kolejne sytuacje kryzysowe układają się w serię o nieprzewidywalnym przebiegu i natężeniu.

Pojawiające się w ostatnich latach nieoczekiwane kryzysy takie, jak epidemia, wojna tuż za granicą naszego kraju, czy będąca konsekwencją tych czynników inflacja spowodowały, że całkowicie rozwiały się snute jeszcze w końcu XX wieku futurystyczne wizje „końca historii”, po którym następuje ogólnoswiatowy ład, pokój i stabilizacja.

Tak silnych i niespodziewanych zmian jak te, które nas dotknęły w ciągu ostatnich trzech lat nie było od czasu zakończenia epoki komunistycznej niewoli na przełomie lat 80. i 90. ubiegłego wieku. Trzeba zauważyć, że obecnie, oprócz epidemii, wojny i ich skutków równolegle występują także inne czynniki wpływające na dynamikę zmian współczesnych społeczeństw. Przykładem może być wpływ na życie codzienne kolejnych etapów rewolucji informacyjnej czy też szybko narastające skutki ekonomiczne, prawne i polityczne szeroko nagłaśnianych obaw dotyczących zagrożeń klimatycznych.

Stan współczesnego świata i tempo zmian w nim zachodzących sprawiają, że koniecznością jest ich uwzględnienie w wychowaniu młodego pokolenia, w trosce o jego zdrowie psychiczne i w profilaktyce problemów dzieci i młodzieży. Wychowanie jest odpowiedzialnością i zadaniem dorosłych, którzy mają obowiązek jak najlepiej przygotować nowe pokolenie do radzenia sobie ze światem, w którym będzie żyło. Wiele wskazuje na to, że może to być świat trudny i zmienny. W niedalekiej przyszłości mogą się pojawić się kolejne poważne kryzysy, których naturę trudno przewidzieć. Kolejne epidemie? Kolejne wojny? Drastyczny spadek stopy życiowej? Normalizacja wykorzystania metod informatycznych do kontroli społeczeństw? Jesienią 2022 pojawiły się w mediach głosy wyrażające obawę, że szkoły mogą być ponownie zagrożone powrotem do nauki zdalnej, jednak nie w związku z reżimem sanitarnym, a w wyniku ewentualnych trudności w ogrzaniu budynków. Póki co obawy te na szczęście się nie spełniły. Być może żaden w wymienionych czarnych scenariuszy się nie wydarzy. I oby się nie wydarzył. Nie zmienia to faktu, że **myśląc o wychowaniu młodego pokolenia nie możemy przyjmować założeń o naiwnie optymistycznym charakterze.** Nie w obliczu tych kryzysów, które nazaczyły nasze życie od roku 2020.

Czego zatem potrzebuje współczesny człowiek? Jakich narzędzi do radzenia sobie z życiem, ze światem, z samymi sobą najbardziej potrzebują dzieci i młodzież? Znany podróżnik i polarnik, Marek Kamiński, który od lat zajmuje się m.in. szkoleniami dla biznesu i działaniami na rzecz młodzieży, pisze następujące słowa:

Zmiany klimatu, pandemia, wojna zaburzyły życie nam wszystkim. Myślę, że młodzi ludzie odczuwają to najsilniej, bo nie znali dotąd innego świata. Ale osoby dorosłe też są bardzo zagubione. Zachwianie podstawami stabilności prowadzi do pesymizmu, depresji, a nawet myśli samobójczych (...).

Nastolatki świetnie znają nowe technologie. Nie wyobrażają sobie życia bez Internetu i smartfonów, ale poza tym mało o życiu wiedzą i są trochę przerażeni. Przytłacza ich to co się dzieje teraz, ale przyszłość wygląda jeszcze gorzej. Dlatego często obserwowane zachowania to lęk przed dorosłością, uciekanie do świata wirtualnego, tworzenie awatarów, wcielanie się w różne osobowości cyfrowe, niechęć do wchodzenia w relacje, do dzielenia się swymi uczuciami i lękami. To wszystko czasem sprowadza na manowce.

Trzeba naprawdę silnej odporności psychicznej, żeby przetrwać (...).

Odporność psychiczna jest jedną z najważniejszych kompetencji przyszłości. Świat się nam bardzo skomplikował i nie ma co liczyć na stabilizację⁵⁴.

Tezy wygłoszone przez Marka Kamińskiego dobrze pasują do przemyśleń zespołu pracującego nad niniejszym raportem. Dobrze też pasują do zintegrowanego podejścia do profilaktyki.

W podejściu opartym na *modelu profilaktyki zintegrowanej* szukamy szerokiego obrazu sytuacji i rozwiązań, które dadzą skuteczność w przeciwdziałaniu wielu różnym zagrożeniom jednocześnie. Działamy na podstawach naukowych wykorzystując autorską metodologię. Zatem gdy pojawia się nowe zjawisko, które w sposób zasadniczy wpływa na rzeczywistość – jak w przypadku wybuchu epidemii czy wybuchu wojny – jak najszybciej diagnozujemy sytuację poprzez badania prowadzone wśród młodzieży. Dzięki nabytemu doświadczeniu, sprawnej strukturze organizacyjnej, ogromnemu osobistemu zaangażowaniu zespołu IPZIN, jesteśmy w stanie bardzo szybko przejść od przebadania nowej sytuacji do praktyki. Cały proces planowania i realizacji badań oraz wdrożenia do działań praktycznych płynących z nich wniosków jesteśmy w stanie zamknąć w okresie od półtora do dwóch miesięcy po pojawieniu się danego zjawiska. To rekordowo krótki czas. Tak się stało po wybuchu epidemii COVID-19, tak się stało również po wybuchu wojny na Ukrainie. Jednak nawet tak szybko reagując nie jesteśmy w stanie nadążyć za rzeczywistością. Zawsze jesteśmy spóźnieni. Zawsze grozi nam to, że nawet rekordowo szybko formułując wnioski praktyczne, nie nadążymy za kolejnymi zmianami. Potrzebna jest zmiana podejścia, zmiana strategii z reaktywnej na bardziej uniwersalną i choćby częściowo proaktywną. Jeśli taka zmiana potrzebna jest niewielkim instytucjom eksperckim, w których proces decyzyjny przebiega szybko, to o ileż bardziej taka zmiana przydałaby się rozbudowanym instytucjom publicznym. Zwróćmy uwagę, że duże instytucje rządowe i samorządowe z reguły nie są w stanie połączyć szybkości reagowania z uwzględnieniem w tym procesie badań naukowych. Samo zgodne z procedurami zamówienie badań trwa tak dużo czasu, że w sytuacjach kaskadowo następujących zmian kompletnie nie da się nadążyć za rzeczywistością. Owszem, duże instytucje publiczne potrafią szybko zareagować, gdy potrzebna jest interwencja kryzysowa, do której istnieje określony protokół reagowania, albo gdy trzeba zadziałać poprzez natychmiastowe kroki administracyjne. Ale nie są to reakcje, w których procesie byłyby uwzględnione badania naukowe. Jeśli nie liczyć szybkiego trybu działania pojedynczych instytucji z sektora

⁵⁴ Kamiński M. *Power for Resilience – przygotowanie do drogi*. Dostęp: <https://think-tank.pl/power-for-resilience-przygotowanie-do-drogi/>.

pozarządowego, wyniki większości odgórnie zamawianych badań pojawiają się kilka miesięcy po zaistniałej sytuacji kryzysowej. Dodatkowo, badania te nie zawsze są zaplanowane, przeprowadzone i opracowane w sposób pozwalający łatwo przenieść ich wyniki na praktykę.

Jaki z tego wszystkiego wypływa wniosek? **Potrzebna jest zmiana sposobu myślenia i reagowania z podejścia reaktywnego na proaktywne, na takie, w którym nasze działania wyprzedzają rzeczywistość i dokonujące się w niej zmiany, nawet te nieoczekiwane.** Jak to zrobić? Nie jesteśmy w stanie przewidzieć charakteru nowych kryzysów ani ich przebiegu. A skoro tak, to znaczy, że powinniśmy zmienić wizję naszej pracy wychowawczej i profilaktycznej.

II.2.2. Znaczenie uprzedzającego nabywania odporności i hartowania

Skoro żyjemy w czasach wyjątkowo szybkich zmian i wyjątkowo gwałtownych wstrząsów, to zamiast z opóźnieniem wspierać dzieci i młodzież w przeżywaniu kolejnych konkretnych kryzysów po ich wystąpieniu, trzeba przestawić się na wychowywanie młodego pokolenia ku odporności na sytuacje kryzysowe w ogóle, ku zgeneralizowanej odporności na gwałtowne zmiany. *Model profilaktyki zintegrowanej* i całokształt wyników badań opartych na tym modelu będzie nam tu ogromną pomocą, bo może stanowić podstawę teoretyczną i empiryczną dla nowego podejścia. Powtórzmy raz jeszcze – istotą tego nowego podejścia jest wychowanie ku zgeneralizowanej odporności na gwałtowne zmiany, uczenie umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach kryzysowych, przygotowywanie młodych do radzenia sobie z trudami życia, w tym również nowymi i niespodziewanymi.

Zauważmy, że, w momencie historycznym przypadającym po burzliwych latach 2020–2022, realizacja postulatów, by wyraźnie włączyć w działania wychowawcze i profilaktyczne wyrabianie u dzieci i młodzieży odporności na kryzysy i zmiany, jest łatwiejsza, niż gdybyśmy postawili sobie podobny cel w roku 2018 lub 2019. Bo dziś odbiorcy naszych działań są grupą, która ma za sobą osobiste doświadczenie długiego ciągu nagłych zmian rozpoczętego wybuchem epidemii koronawirusa, a wzmocnionego wybuchem wojny. Nie mówimy tu więc o teoretycznym przygotowywaniu dzieci i młodzieży do zmian i kryzysów, które być może kiedyś się wydarzą, ale o uodpornianiu na kolejne możliwe kryzysy w trakcie trwania kryzysów aktualnych. I paradoksalnie ułatwia to nam sytuację. Dzięki temu, że nawracające zagrożenia epidemiczne i wojenne są tak namacalne, nie powinno być kłopotu u uczniów z motywacją do zdobywania wiedzy i umiejętności dających większą odporność. Dane z badań i monitoringu działań prowadzonych przez IPZIN wyraźnie potwierdzają zwiększoną gotowość dzieci i młodzieży do nauki radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych. Jednocześnie te obecnie trwające zagrożenia, mogą stanowić znakomitą okazję do hartowania się i bardzo praktycznego przygotowania się do innych kryzysów w przyszłości. Zwróćmy uwagę, że nawet gdyby seria nowych światowych kryzysów się skończyła, a obecne zagrożenia by wygasły, to i tak młodzież skorzysta z nauki radzenia sobie z trudnościami i kryzysami. Przecież trudności i przeciwności wydarzają się regularnie w życiu każdego człowieka – problemy w relacjach, problemy ze zdrowiem własnym lub bliskich, śmierć bliskiej osoby, utrata środków do życia, pożar, powódź... Jest więc po co się hartować. Taki czy inny problem wydarzy się każdemu. Pokolenie

współczesnych nastolatków, przywykłe do pewnej wygody, braku ubóstwa, uśpione ułudami świata wirtualnego i konsumpcjonizmu, potrzebuje hartowania może nawet bardziej, niż wcześniejsze pokolenia.

Ten właśnie termin, „hartować się”, jest kluczowy dla podejścia stawiającego za cel działań wychowawczych i profilaktycznych nabywanie odporności na wiele różnych zagrożeń. Warto nieco pogłębić jego rozumienie.

Słowo „hartować” pochodzi od niemieckiego „hart”, co po polsku znaczy „twardy”. *Wielki słownik języka polskiego* definiuje hasło „hartować się” wskazując trzy jego główne znaczenia.

Hartować się:

1. *Hartować organizm = podejmować czynności zwiększające odporność organizmu na działanie niekorzystnych warunków zewnętrznych*
2. *Hartować charakter = wyrabiać sobie umiejętność przezwycięzania kłopotów i życiowych trudności*
3. *Hartować stal = (techn.) nabierać twardości przez nagrzewanie do wysokiej temperatury i nagłe ochładzanie⁵⁵*

Hartowanie stali to bardzo dobry punkt odniesienia. Nabieranie twardości (a więc odporności) poprzez nagrzewanie do wysokiej temperatury i nagłe ochładzanie. Hartując stal, czynimy to w warunkach sztucznych, fabrycznych, ale docelowo chodzi nam o jej odporność w warunkach naturalnych. Na przykład o odpowiednią wytrzymałość, twardość czy udarność (odporność na pęknięcie) szyn kolejowych, by poradziły sobie z wielotonowymi obciążeniami w różnych warunkach atmosferycznych. Z hartowaniem, zwłaszcza tym w wymiarze hartowania organizmu, jest trochę podobnie jak ze szczepionką. Jak podaje na swojej stronie internetowej Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego „szczepionka to preparat, który w założeniu imituje naturalną infekcję i prowadzi do rozwoju odporności analogicznej do tej, którą uzyskuje organizm w czasie pierwszego kontaktu z prawdziwym drobnoustrojem”⁵⁶.

W czasach gwałtownych zawirowań, z jakimi mamy do czynienia od roku 2020, warunki do hartowania się pojawiają się same. Nie trzeba tworzyć sztucznych szczepionek. Wystarczy odpowiednio wykorzystać istniejące w danym momencie trudności, przeciwności, by stały się one okazją do zdobycia umiejętności radzenia sobie z różnymi innymi trudnościami i przeciwnościami, także tymi jeszcze nieznanymi. Hartować organizm to podejmować czynności zwiększające odporność organizmu na działanie niekorzystnych warunków zewnętrznych. Jakich? Najróżniejszych – mrozu, deszczu, upału, niedoboru jedzenia lub picia. W przypadku pilotów samolotów wojskowych potrzebna jest odporność na duże przeciążenia w trakcie startu, a w przypadku kontrolerów lotów czy saperów zdolność długotrwałego utrzymywania stuprocentowej uwagi.

Wielki słownik języka polskiego podaje cytaty objaśniające poszczególne znaczenia hasła „hartować się”. Tak się akurat składa, że jeden z cytatów pochodzi z zamieszczonego w czasopiśmie *Wychowawca* tekstu znanego eksperta od wychowania i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży, Ks. dr Marka Dziewieckiego:

⁵⁵ Por. <https://wsjp.pl/haslo/podglad/78468/hartowac>.

⁵⁶ *Co to jest szczepionka* <https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/co-to-jest-szczepionka/>.

Optymalne warunki rozwoju to te, które z jednej strony zapewniają niezbędne minimum zewnętrznej wolności i dóbr materialnych, ale z drugiej strony wymagają mierzenia się z własną słabością i hartowania się w konfrontacji z zewnętrznymi trudnościami.⁵⁷

W ślad za autorem cytatu możemy powiedzieć, że optymalne warunki do rozwoju nie są wtedy, gdy jest łatwo i dobrze, ale wtedy, gdy trzeba się mierzyć z trudnościami, bo dzięki temu można się zahartować. W wychowaniu ważne są oba aspekty hartowania – hartowanie organizmu i hartowanie charakteru. Hartowanie organizmu może przy okazji wzmacniać charakter. W hartowaniu się pomagają przeciwności, bo to właśnie one dają okazję do ćwiczenia umiejętności i zdobywania odporności – czy to fizycznej, czy psychicznej.

Schodząc na poziom praktyczny, wypracowaliśmy w Instytucie Profilaktyki Zintegrowanej wskazówkę, która wyraża ideę hartowania się, a która jest ułożona w formie hasła nadającego się do wykorzystania w bezpośredniej pracy z młodzieżą: **Wykorzystaj przeciwności – HARTUJ SIĘ!**

Rysunek 1. Ilustracje do wskazówki „Wykorzystaj przeciwności – HARTUJ SIĘ!”



Przedstawione ilustracje obrazują dwa wymiary hartowania się. Pierwszy przedstawia chłopca robiącego przysiady w bardzo zimnym pomieszczeniu, gdzie nawet kaloryfer jest pokryty lodem. Wymowa ilustracji jest taka, że nawet jeśli pojawiłby się przeciwność polegająca na braku ogrzewania, to można z nią sobie pozytywnie poradzić, a nawet wykorzystać dla zahartowania organizmu i przy okazji wzmocnić mięśnie. Drugi rysunek jest bardziej symboliczny. Dziewczyna idzie po wyjątkowo trudnej równoważni. Idzie w górę, ku uśmiechniętemu słońcu. Nie jest jej łatwo. Próbuje przezwyciężyć trudne uczucia symbolizowane przez emotikon ze smutną miną. Ten rysunek mówi o hartowaniu psychicznym, o radzeniu sobie z trudnymi uczuciami. I bynajmniej nie jest on zachętą do zaprzeczania uczuciom czy ich tłumienia. A to dlatego, że **hasło: „Wykorzystaj przeciwności – hartuj się” jest wskazówką nr 10 uzupełniającą wcześniej powstały zbiór dziewięciu wskazówek dotyczących radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.** A w zbiorze tym są inne wskazówki, które odnoszą się do trudnych uczuć, jak choćby: „Akceptuj to, co czujesz”.

W czasie lockdownu w pierwszych miesiącach epidemii COVID-19 opracowany został w IPZIN zbiór dziewięciu prostych wskazówek, których stosowanie pomaga w nauce radzenia sobie

⁵⁷ Dziewiecki M., *Dobrobyt i wychowanie*. Wychowawca nr 6(150) / 2005.

w sytuacjach kryzysowych. Ten zestaw wskazówek stał się podstawą treści programu online *Nawigacja w Kryzysie* (NWK), a rok później szeroko wdrażanej w setkach szkół „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” (NWKP). O pozytywnych wynikach ewaluacji programu NWK pisaliśmy w raporcie z 2021 roku pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?*⁵⁸ O efektach NWKP piszemy obszernie w jednym z rozdziałów niniejszego raportu. Informacje o obu programach można znaleźć na www.ipzin.org. W tym miejscu poprzestaniemy na przedstawieniu pełnej listy dziewięciu wskazówek pomagających w psychicznym radzeniu sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych:

1. **Akceptuj to, co czujesz**
2. **Panuj nad tym, co robisz**
3. **Bądź czujny / bądź czujna**
4. **Odpuść sobie i innym**
5. **Odkrywaj źródła wsparcia**
6. **Patrz daleko**
7. **Szukaj tego, co dobre**
8. **Buduj z tego, co masz**
9. **Wyjdź naprzeciw**



Od roku 2023 do zbioru wskazówek dopisujemy wskazówkę nr 10: **„Wykorzystaj przeciwności – hartuj się”**. Wcześniejszy zestaw doskonale sprawdził się w pracy z uczniami w wieku od 5 klasy szkoły podstawowej aż po starsze klasy szkoły ponadpodstawowej. Prosto ujęte wskazówki mogą być objaśniane w różny sposób w zależności od wieku uczniów. Prostota ujęcia nie stoi w sprzeczności z głębią treści. Troska o innych ujęta w proste hasło: **„Wyjdź naprzeciw”** czy też wyrozumiałość wyrażona w prostym: **„Odpuść sobie i innym”** dotyczą spraw głębokich, sięgających poziomu duchowego.

Wydaje się, że jedynym, czego brakowało w zestawie, by mógł być prawdziwie uniwersalnym narzędziem pracy wychowawczej i profilaktycznej na trudne czasy jest właśnie ta ostanía wskazówka. Dopóki świadomie lub nieświadomie liczyliśmy na to, że problemy skończą się w roku 2020, bo epidemia przeminie i nastanie czas spokoju, być może można sobie było dać spokój z hartowaniem się poprzez przeciwności. Ale gdy to przeciwności, trudności, zmiany i wyzwania stają się normą, znacznie mądrzej jest zaakceptować ten fakt, przystosować się do niego i użyć go jako budulca służącego do wzmacniania organizmu, psychiki, charakteru.

⁵⁸ Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

Od pewnego czasu w kręgach badaczy i praktyków coraz bardziej wzrasta zainteresowanie wzmocnieniem siły i odporności psychicznej. Od wielu lat badane są mechanizmy związane z pojęciem *resilience* (Ostaszewski, 2014)⁵⁹ tłumaczonym często jako odporność, odbojność lub sprężystość. Najpierw w badaniach poszukiwano czynników, które pomagają jednostkom skutecznie radzić sobie z wyzwaniami życiowymi, potem zaczęto także odnosić termin *resilience* do rodziny czy społeczności (*family resilience* oraz *community resilience*) próbując odpowiedzieć na pytanie jak to jest, że rodziny, czy całe społeczności potrafią zachowywać trend rozwoju i wzrostu, mimo przeciwności i trudności. Stopniowo poszerzane były obszary, do których można ową „sprężystość” odnieść: rozwój psycho-społeczny, zachowanie zdrowia psychicznego i fizycznego, osiąganie sukcesów edukacyjnych (*academic resilience*), realizacja celów życiowych.

Z punktu widzenia tego raportu ważne jest nie tylko pojęcie odporności indywidualnej, ale także zagadnienie nabierania odporności psychicznej przez całe społeczności. Norris i współpracownicy (2008)⁶⁰ piszą o rodzajach zdolności adaptacyjnych, które w obrębie społeczności są ze sobą połączone i wzajemnie na siebie oddziałują. W swoim podejściu uwzględniają m.in. znaczenie czynników ekonomicznych, związanych z różnymi wymiarami społecznego wsparcia (emocjonalnego, informacyjnego oraz rzeczowego, fizycznego), a także z różnymi źródłami tego wsparcia, jak rodzina, sąsiedzi, przyjaciele, współpracownicy, a także różne grupy formalnych oraz decydenci.

W nowszych badaniach nad odpornością psychiczną jednostek i społeczności (*community resilience*) prowadzonych w czasie pandemii COVID-19 we Włoszech, Fortuna Procentese i współpracownicy (2022)⁶¹ potwierdzają znaczenie odporności indywidualnej dla radzenia sobie psychicznego w trudnych warunkach lockdownu. W taki sposób opisują oni znaczenie zjawiska odporności (*resilience*) w czasach epidemii:

W szczególności odporność może być szczególnie ważna w redukowaniu negatywnego wpływu zmartwień i postrzeganych obaw, ponieważ zdolność do radzenia sobie ze stresem i szybkiej regeneracji po stresie może chronić jednostki przed nadmiernym zamartwianiem się o możliwość zakażenia lub doświadczenia negatywnych skutków reżimu sanitarnego. Badania nad wpływem osobistej odporności na zmartwienia powiązane z COVID-19 są wciąż nieliczne, ale zgromadzone dane empiryczne sugerują, że osoby o wyższej odporności psychicznej przeżywają mniej trosk i zmartwień związanych z zakażeniem i w ogóle z epidemią i jej skutkami, co czyni je mniej narażonymi na stresogenny wpływ epidemii i reżimu sanitarnego (Killgore et al., 2020; Megías-Robles et al., 2022).

Co więcej, odporność psychiczna (resilience) jest powiązana ze zjawiskiem post-traumatycznego wzrostu polegającego na doświadczaniu pozytywnych zmian życiowych jako skutku

⁵⁹ Ostaszewski K. *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*. IPIN Warszawa 2014.

⁶⁰ Norris, Fran & Stevens, Susan & Pfefferbaum, Betty & Wyche, Karen & Pfefferbaum, Rose. 2008. Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness. *American journal of community psychology*. 41. 127–50. 10.1007/s10464-007-9156-6.

⁶¹ Procentese F, Gatti F, Rochira A, Tzankova I, Di Napoli I, Albanesi C, Aresi G, Compare C, Fedi A, Gattino S, Guarino A, Marta E, Marzana D. *The selective effect of lockdown experience on citizens' perspectives: A multilevel, multiple informant approach to personal and community resilience during COVID-19 pandemic*. *J Community Appl Soc Psychol*. 2022 Sep 30:10.1002/casp.2651. doi: 10.1002/casp.2651. Epub ahead of print. PMID: 36249596; PMCID: PMC9538720.

zderzenia z przeciwnościami (Bernstein & Pfefferbaum, 2018; Levine, Laufer, Stein, Hamama-Raz, & Solomon, 2009). Odnajdywanie zysków lub podjęcie działania w kierunku odnajdywania pozytywnych zmian we własnym życiu wynikających z przeżycia traumatycznego doświadczenia jest szczególnie ważną strategią osobistego wzrostu (Felix et al., 2015; Folkman, 2008). W szczególności osobista odporność psychiczna może stanowić ważny komponent przyjęcia takiej reakcji na wydarzenia epidemii COVID-19, która charakteryzuje się oczekiwaniem wzrostu post-traumatycznego (Baños et al., 2022; Hyun et al., 2021). A to dlatego, że osoby o większej odporności psychicznej i większej zdolności do regeneracji psychicznej po przeżyciu stresującego doświadczenia mogą być bardziej skłonni do szukania pozytywnych stron i pozytywnych możliwości rozwojowych, jakie przynosi kontekst pandemii.

Odnosząc się do wyników badań własnych przeprowadzonych w czasie pandemii wśród N=3745 dorosłych mieszkańców Włoch, autorzy artykułu piszą:

Jeśli chodzi o osobistą odporność psychiczną, wyniki badań wskazują na to, że im więcej ktoś postrzega siebie jako zdolnego do konstruktywnej adaptacji w obliczu konfrontacji z przeciwnościami, tym bardziej skupia się na tych elementach przeżywanego doświadczenia, które mogą go wzbogacić na przyszłość – pomimo faktu, że aktualnie tak naprawdę jest mu ciężko. Dlatego też te osoby częściej potrafią patrzeć na przeciwności i nieprzychylnie okoliczności życiowe jako na szanse dla ich osobistego wzrostu.

Jakże bliskie jest to, co piszą włoscy autorzy, przesłaniu wyrażanemu przez hasło: „Wykorzystaj przeciwności – hartuj się”. Wskazówka ta stanowi wprost zachętę do poszukiwania w przeciwnościach okazji do treningu, do wzrostu.

Od odporności indywidualnej autorzy przechodzą do społecznej. Na podstawie badań określają cechy „odpornej społeczności” jako takie:

- (a) która rozpowszechnia dokładne informacje
- (b) w której władze lokalne są postrzegane jako zdolne do zarządzania kryzysem
- (c) która jest postrzegana przez jej członków jako zdolna do stawienia czoła trudnym okolicznościom.

Wymienione czynniki nie są może szczególnie odkrywcze, ale na etapie, gdy dziedzina badań nie jest jeszcze dojrzała, ważna jest sama odwaga pogłębienia tematu. W tym przypadku istotne więc jest samo podjęcie próby określenia czynników korelujących ze „społeczną odpornością psychiczną”. W miarę kolejnych badań obraz będzie się wzbogacał i pogłębiał. Szczególnie ważna będzie właściwa identyfikacja dwóch grup czynników. Jedna grupa to te, na które dana społeczność nie ma wpływu (np. sposób funkcjonowania ogólnokrajowych czy międzynarodowych mediów, wybuch wojny, wybuch pandemii). Trzeba sobie zdawać sprawę z ważnych zmiennych, na które wpływu nie mamy, by z tym większą determinacją móc się skupić na drugiej grupie czynników – tych, na które dana społeczność wpływ mieć może (rzetelny przekaz informacji w lokalnych mediach, elastyczne i twórcze podejście decydentów, wykorzystanie indywidualnych predyspozycji członków społeczności, rozbudowywanie złożonych sieci interakcji i wsparcia pomiędzy członkami społeczności).

W naszym raporcie staramy się skupiać na tych właśnie czynnikach, na które można mieć wpływ – czy to jako rodzic, czy jako nauczyciel lub wychowawca, czy jako profilaktyk, czy wreszcie jako ktoś, kto pełni funkcje zarządcze w systemie oświaty lub profilaktyki.

W jednym z wcześniejszych rozdziałów opisaliśmy obliczenia dotyczące czynników ryzyka i czynników chroniących liczonych na średnich dla indeksu kondycji psychicznej uczniów ze szkół, w których liczba badanej młodzieży była nie mniejsza niż 50 osób. Zmienne niezależne, wśród których szukaliśmy czynniki ryzyka i chroniących także były uwzględnione w formie średnich dla szkół. W ten sposób podjęliśmy próbę poszukiwania cech całych społeczności, które wiążą się z kondycją psychiczną uczniów w tej społeczności. Analizy te mają wiele ograniczeń, ale uważamy, że warto czynić kolejne kroki na drodze do poznania cech szkoły sprzyjających lepszej kondycji psychicznej uczniów, szkoły, która buduje i podtrzymuje odporność psychiczną także w niesprzyjających okolicznościach epidemii, wojny na Ukrainie i ich skutków.

Na koniec tego podrozdziału trzeba jeszcze zatrzymać się przy wątpliwościach, które mogą mieć osoby odpowiedzialne za funkcjonowanie szkół, a które dotyczą tematu wykorzystania przeciwności w celu hartowania fizycznego i psychicznego uczniów. Hartowanie wymaga pewnej dawki przeciwności, by pozwalało zdobywać dzieciom i młodzieży odporność. Gdy jednak dawka przeciwności będzie zbyt duża, zamiast zahartowania, można uzyskać efekt odwrotny – przeciążenia, osłabienia, choroby.

Dlatego bardzo ważny jest rozsądek w zachęcaniu uczniów do hartowania się, by nie odebrali tego jako zaproszenia do zachowań ryzykanckich. Ważne jest też zwiększanie świadomości społecznej dotyczącej znaczenia hartowania fizycznego i psychicznego. Im większe zrozumienie, tym lepsza współpraca w tym zakresie między profilaktykami, wychowawcami i rodzicami. Rodzice pragną dobra dzieci. Świadomość, że nadmiar komfortu i brak wyzwań może utrudnić dziecku rozwinięcie kompetencji do radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych, może przekonać rodziców, że hartowanie ma sens. Zwłaszcza, gdy wiemy, że młode pokolenie przeżywa swoje przygotowania do dorosłego życia w niestabilnych czasach, które nie wiadomo jak długo jeszcze będą trwać.

II.2.3. Przykładowy obszar naturalnego hartowania w warunkach szkolnych

W części raportu dotyczącej kondycji psychicznej młodzieży wśród potwierdzonych wynikami badań przyczyn jej wyraźnego obniżenia w okresie epidemii COVID-19 szczególną wagę miały zmiany trybu nauczania i trudności części uczniów w adaptowaniu się do tych zmian.

Nie ma wątpliwości, że ze względu na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, ale także ze względu na osiągnięcia edukacyjne uczniów należy unikać zamykania szkół i przechodzenia na tryb zdalny, o ile nie jest to absolutnie konieczne.

W latach 2020–2022 przyczyną zmian trybu nauczania były kolejne fale epidemii COVID-19. Jesienią roku 2022 pojawiły się obawy, że w wyniku wojny i wywołanych przez nią zaburzeń w dostawach surowców energetycznych niektóre szkoły mogą być okresowo niedogrzone, co spowoduje konieczność przejścia na nauczanie zdalne. Na szczęście zimą 2022/2023 obawy te się nie spełniły. Nie można jednak wykluczyć, że w przyszłości w niektórych szkołach może dochodzić do spadków temperatury w wyniku kłęski żywiołowej, konsekwencji wojny lub innych czynników.

W świetle aktualnych zapisów prawa, w przypadku obniżenia temperatury w budynkach szkolnych, szkoły oraz ich organy prowadzące i nadzorujące nie mają żadnego pola do elastycznych decyzji. Według przepisu zawartego w § 17 rozporządzenia MENiS z 31 grudnia 2002 r., dyrekcja jest zobowiązana do zawieszenia zajęć, jeżeli nie jest możliwe zapewnienie temperatury co najmniej 18°C w pomieszczeniach, gdzie odbywają się zajęcia⁶². Oto dosłowne brzmienie przepisu:

1. *W pomieszczeniach, w których odbywają się zajęcia, zapewnia się temperaturę co najmniej 18°C.*
2. *Jeżeli nie jest możliwe zapewnienie temperatury, o której mowa w ust. 1, dyrektor zawiesza zajęcia na czas oznaczony, powiadamiając o tym organ prowadzący.*

Istnienie tego typu standardów mające na celu ochronę bezpieczeństwa i zdrowia uczniów jest jak najbardziej potrzebne i zrozumiałe. Standardy mogą się jednak cechować mniejszą lub większą elastycznością. Zacytowane rozporządzenie nie pozostawia żadnej elastyczności. Gdy temperatura spadnie poniżej 18°C dyrektor szkoły nie ma prawa postąpić inaczej, musi zawiesić zajęcia.

Cytowany przepis sprawdzał się w stabilnych czasach, gdy nie było takich zagrożeń, jak te, które pojawiły się od roku 2020. W obecnym, niestabilnym świecie potrzebna jest większa elastyczność tego typu przepisów. Dziś wiemy już, że mogą zdarzyć się okoliczności, które powodują długookresowe zamykanie szkół, wiemy, że można prowadzić naukę w trybie zdalnym, ale wiemy także, że zmiany trybów nauczania są bardzo niekorzystne dla kondycji psychicznej uczniów. Doświadczenia ostatnich lat uczą nas, że elastyczność przepisów ogólnopolskich i pozostawienie pewnego zakresu decyzyjności lokalnym władzom edukacyjnym lepiej się sprawdzi niż narzucanie wszystkim placówkom jednolitych rozwiązań zmuszających do zero-jedynkowych decyzji.

W raporcie *Jak wspierać uczniów po roku epidemii* z marca 2021 zapisana została następującej treści rekomendacja dla systemu edukacji:

Rekomendacja 13

Wprowadzając rozwiązania systemowe umożliwiające realizację priorytetu związanego z wychowaniem, profilaktyką i wsparciem psychicznym uczniów należy dopuścić elastyczną możliwość decydowania o konkretnych formach i wariantach ich wdrażania przez poszczególnych dyrektorów szkół.

Zróżnicowana wielkość szkół, odmienna charakterystyka socjo-demograficzna społeczności lokalnych, różny stopień zagrożenia epidemicznego w różnych regionach, różny stopień wykluczenia cyfrowego uczniów w okresie nauki zdalnej – to tylko niektóre czynniki, które mogą istotnie rzutować na potrzebę zastosowania nietypowych rozwiązań. Dyrektorzy szkół powinni być rozliczani bardziej z realizacji „ducha” rekomendowanych rozwiązań niż ich „litery”.

⁶² Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (tekst jedn.: Dz.U. z 2020 r., poz. 1604), <https://www.portaloswiatowy.pl/bezpieczenstwo-w-szkole/rozporzadzenie-ministra-edukacji-narodowej-i-sportu-z-31-grudnia-2002-r.-w-sprawie-bezpieczenstwa-i-higieny-w-publicznych-i-niepublicznych-szkolach-i-placowkach-tekst-jedn.-dz.u.-z-2020-r.-poz.-1604-4258.html> (dostęp: 16 grudnia 2022).

Rekomendacja ta znalazła zrozumienie u zleceniodawcy raportu, jakim było Ministerstwo Edukacji i Nauki, a także w Ministerstwie Zdrowia i została uwzględniona „Wytycznych zachowania bezpieczeństwa zdrowotnego MEiN, MZ i GIS dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych na rok szkolny 2021/2022”. Oto obszerny cytat z preambuły do wytycznych, która pełni rolę nadrzędną w całym dokumencie:

„W ogólnych wytycznych nie jest możliwe uwzględnienie specyfiki każdej szkoły – małej i dużej, o zróżnicowanej infrastrukturze i liczebności oddziałów. Szkoły różnią się m.in. zasobami kadrowymi i związaną z tym samodzielnością w realizacji zadań wychowawczych, profilaktycznych oraz z obszaru pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

W obliczu zagrożeń psychicznych, na jakie narażone były i są dzieci i młodzież, dbałość o bezpieczeństwo zdrowotne musi być rozsądnie godzona z dbałością o zdrowie psychiczne. Należy brać obie te potrzeby pod uwagę i szukać rozwiązań.

Pozostawienie w tym względzie decyzyjności i autonomii dyrektorom, którzy najlepiej znają i rozumieją wszystkie uwarunkowania swojej szkoły, daje możliwość zastosowania optymalnych, czasem nietypowych rozwiązań. Są one gwarancją bezpieczeństwa, a jednocześnie wyrazem troski o zdrowie psychiczne uczniów.

Wobec powyższego dyrektor kierujący szkołą lub placówką – w zależności od istniejących warunków (w tym m.in. lokalowych, sanitarnych) i zasobów kadrowych – posiada kompetencje do podejmowania rozstrzygnięć w zakresie szczegółowych zasad bezpieczeństwa zdrowotnego na terenie szkoły lub placówki, w tym zorganizowanie higienicznych i bezpiecznych warunków na jej terenie.”

Jak widać na powyższym przykładzie, wytyczne mogą być formułowane w sposób, który pozostawia „decyzyjność i autonomię dyrektorom szkół”.

Podobna elastyczność byłaby potrzebna także w odniesieniu do dopuszczalnej i minimalnej temperatury w szkole. Przepis bardziej elastyczny zapobiegłby zawieszaniu zajęć lub przechodzeniu na tryb zdalny wszędzie tam, gdzie lokalne władze szkolne i lokalna społeczność potrafi i chce wprowadzić indywidualne, dostosowane do okoliczności rozwiązanie. Elastyczny przypis dotyczący dopuszczalnej temperatury pozwalałby samodzielnie decydować dyrekcji szkoły, organowi prowadzącemu i społeczności lokalnej czy w danych okolicznościach większym złem byłoby narażenie uczniów na zbyt niską temperaturę, czy też narażenie ich na negatywne konsekwencje dla procesu edukacji i zdrowia psychicznego wynikające ze zmiany trybów nauczania.

Przyjęcie w prawie granicy 18°C ma charakter arbitralny i nie wynika z tego, że prowadzenie nauczania w temperaturze 17°C lub 16°C w trybie natychmiastowym prowadzi do uszczerbku dla zdrowia. Wartościowe jest tutaj przyjrzenie się kilku przykładom z systemów prawnych innych krajów.

Od roku 2012 w Anglii nie ma prawnie ustalonej minimalnej temperatury w budynku szkolnym (wcześniej minimum dla szkół utrzymywanych przez władze lokalne, t.j. maintained schools, wynosiło, podobnie jak w Polsce, 18°C). Zarazem jednak angielskie prawo regulujące bezpieczeństwo i higienę miejsca pracy – The Workplace (Health, Safety and Welfare) Regulations 1992 – podaje wymóg, aby temperatury były „rozsądne” (ang. reasonable). Określenie to jest bardzo subiektywne i oddaje pole do decyzji dyrektorom szkół i władzom edukacyjnym niższego szczebla.

Dołączony to tej regulacji prawnej dokument podający wytyczne co do zastosowania prawa BHP – Approved Code of Practice – określa minimalną temperaturę używając sformułowania „normalnie przynajmniej 16°C”⁶³. Przy czym należy wiedzieć, że chociaż wytyczne te są uznawane przez sądy pracy za przyjęty standard, to nie są one same w sobie prawnie wiążące, a dyrektor, który w porozumieniu z lokalną społecznością i władzami zdecydowałby o prowadzeniu zajęć w niższej temperaturze (np. 15°) nie byłby ścigany prawem w oparciu o sam fakt utrzymania zajęć⁶⁴.

Z kolei w Szkocji, kraju o podobnie surowym klimacie, jak niektóre regiony Polski, przepisy dotyczące pomieszczeń szkolnych – The School Premises (General Requirements and Standards) (Scotland) Regulations 1967 – podają jako standard inne minimalne temperatury w zależności od typu pomieszczenia szkolnego. W klasach jest to 17°C, a w sali gimnastycznej, gdzie zazwyczaj zajęcia odbywają się w ciągłym ruchu, minimum wynosi zaledwie 13°C⁶⁵.

Innym ciekawym punktem odniesienia są kraje o ciepłym klimacie, w których z zasady nie ma w szkołach ogrzewania, a w zimie temperatury wewnątrz spadają nawet do poziomu 12°-14°C. Takim krajem jest Malta. Nie istnieje tam określony wymóg minimalnej temperatury w szkołach⁶⁶. Według maltańskich przepisów BHP pracodawca ma obowiązek zapewnić w miarę możliwości komfortowe warunki termiczne w miejscu pracy czy nauki, ale konkretne minimum nie jest podane⁶⁷. W latach 2020–2022 eksperci Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej odbywali liczne wizyty robocze w maltańskich szkołach na zaproszenie tamtejszych specjalistów. W szkołach tych przeprowadzane były badania naukowe z wykorzystaniem metodologii profilaktyki zintegrowanej, a także odbywały się realizacje programu Archipelag Skarbów prowadzone przez maltańskich trenerów pod nadzorem polskich instruktorów. W marcu 2022 temperatury na zewnątrz oscylowały wokół 10°C, a jednocześnie trwała czwarta fala epidemii COVID-19. Młodzież i pracownicy szkoły cały czas przebywali w pomieszczeniach, gdzie wszystkie okna były otwarte, panowały przeciągi, a zarówno uczniowie, jak nauczyciele ubrani byli w wiele warstw, aż po zimowe kurtki włącznie. Nauka w takich warunkach była przyjętą normą, nikogo nie dziwiła i nikt nie protestował.

Powyższe przykłady wskazują na dwa elementy, które są nieobecne w cytowanym powyżej polskim rozporządzeniu. Z jednej strony brakuje elastyczności co do minimalnych temperatur w szkole (z jednoczesnym podaniem zalecanych standardów), a z drugiej zróżnicowania zalecanych minimalnych temperatur w zależności od typu pomieszczenia szkolnego.

⁶³ *Cold weather and classroom temperature (England)*, <https://neu.org.uk/advice/cold-weather-and-classroom-temperature-england> (dostęp: 16 grudnia 2022).

⁶⁴ *Approved Code of Practice*, <https://www.oxfordreference.com/display/10.1093/oi/authority.20110803095420339;jsessionid=F7408244481CD5C5FDE34562B422502D#:~:text=Like%20other%20statutory%20codes%20of,by%20a%20court%20of%20law> (dostęp: 13 kwietnia 2023).

⁶⁵ *The EIS Health and Safety Handbook*, <https://www.eis.org.uk/Content/images/Health%20and%20Safety/Hs-HANDBOOK%20-%204th%20Edition%20April%202015%20-%20Copy%201.pdf> (dostęp: 16 grudnia 2022).

⁶⁶ *School environment: policies and current status*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2015. Raport dostępny pod linkiem: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/164594/WHO-EURO-2015-3207-42965-60038-eng.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.

⁶⁷ *WORK PLACE (MINIMUM HEALTH AND SAFETY REQUIREMENTS) SUBSIDIARY LEGISLATION 424.15* <https://legislation.mt/eli/sl/424.15/eng/pdf> (dostęp: 23 grudnia 2022).

W trosce o dobro uczniów, byłoby wskazane uwzględnienie w polskich przepisach tych dwóch kwestii. Wobec opisanych w tym raporcie wniosków z badań dotyczących istotnego wpływu zmian trybu nauczania (stacjonarny, hybrydowy, zdalny) na kondycję psychiczną uczniów proponujemy rozważyć możliwość dopuszczenia większej decyzyjności dla dyrektorów szkół w odniesieniu do utrzymania lub zawieszenia zajęć stacjonarnych w wyniku spadku temperatury poniżej 18°C. Władze szkół w zależności od regionu, środowiska (szkoła miejska, wiejska) i innych uwarunkowań mogłyby w porozumieniu z rodzicami i organem prowadzącym decydować w sposób indywidualny i dostosowany do okoliczności. Inne decyzje mogłyby być podejmowane, gdy niższa temperatura dotyczy tylko sali gimnastycznej, inne gdy spadek temperatury ma charakter krótkotrwały lub gdy, za zgodą i z pomocą rodziców, uda się zorganizować nietypowe środki zaradcze (np. podawanie uczniom gorących napojów, gorącej zupy).

Nie przypadkiem wątek ten poruszany jest w rozdziale, w którym mowa była o odporności i hartowaniu. Niższe temperatury można łatwiej przetrwać, gdy uczyni się to elementem hartowania, wzmacniania odporności, dbając zarazem o ciepłe stroje, ciepłe napoje lub rozgrzewające ćwiczenia ruchowe. Jednocześnie taka akcja hartowania wynikającego z trudnych okoliczności wymaga samoorganizacji lokalnej społeczności szkolnej, co samo w sobie jest wartością jako rodzaj treningu w zakresie adekwatnego reagowania w sytuacji kryzysowej.

II.2.4. Wnioski i rekomendacje

Wniosek 1

Odporność psychiczna jest jedną z najważniejszych kompetencji przyszłości w skomplikowanym i niestabilnym świecie. Znaczenie uczenia odporności jest tym większe, że pierwsze dwie dekady XXI wieku (przed wybuchem epidemii i wojny na Ukrainie) były czasem rosnącej zamożności i stosunkowo wysokiego bezpieczeństwa, w którym dzieci i młodzież nie były przygotowywane do radzenia sobie z poważnymi kryzysami i przeciwnościami.

Po roku 2022 realizacja postulatu, by wyraźnie włączyć w działania wychowawcze i profilaktyczne wyrabianie u dzieci i młodzieży odporności na kryzysy i zmiany, jest łatwiejsza, niż gdybyśmy postawili sobie podobny cel w roku 2018 lub 2019. Dzisiaj zarówno dzieci i młodzież, jak i wychowujący młode pokolenie dorośli mają za sobą osobiste doświadczenie długiego ciągu kryzysów i nagłych zmian rozpoczętego wybuchem epidemii koronawirusa, a wzmocnionego wybuchem wojny.

Wniosek 2

Niestabilność współczesnego świata oraz szybkość zachodzących w nim zmian powoduje konieczność zmiany strategii działania z reaktywnej na proaktywną polegającą na uczeniu odporności i hartowaniu. Reagowanie na sytuacje kryzysowe i udzielanie wsparcia nie wystarcza w sytuacji, gdy prawdopodobieństwo kolejnych kryzysów

i nieprzewidywanych zmian wpływających na zdrowie fizyczne i psychiczne młodego pokolenia jest bardzo wysokie.

Stan współczesnego świata i tempo zmian w nim zachodzących sprawiają, że koniecznością jest uwzględnienie tej zmienności i nieprzewidywalności w wychowaniu młodego pokolenia, w trosce o jego zdrowie psychiczne i w profilaktyce problemów dzieci i młodzieży. Wychowanie jest odpowiedzialnością i zadaniem dorosłych, którzy mają obowiązek jak najlepiej przygotować nowe pokolenie do radzenia sobie ze światem, w którym będzie żyło. Wiele wskazuje na to, że może to być świat trudny i zmienny. W niedalekiej przyszłości mogą się pojawić się kolejne poważne kryzysy, których naturę trudno przewidzieć. Powinny one zastać młode pokolenie w stanie możliwie wysokiej odporności i zahartowania.

Wniosek 3

Zamożność, wygoda i bezpieczeństwo połączone z brakiem przeciwności nie zapewniają młodemu pokoleniu optymalnych warunków rozwojowych. Więcej impulsów do wszechstronnego rozwoju pojawia się wtedy, gdy trzeba się mierzyć z trudnościami, których przewyciężenie (uzyskane samodzielnie lub ze wsparciem innych) hartuje na przyszłość, powoduje nabycie odporności psychicznej i uczy praktycznych umiejętności radzenia sobie w sytuacji trudnej (kryzysowej).

W wychowaniu ważne są wszystkie aspekty hartowania – hartowanie fizyczne i psychiczne, hartowanie organizmu i hartowanie charakteru. Hartowanie fizyczne może wzmacniać charakter. Hartowanie psychiczne może ułatwiać podejmowanie działań hartujących ciało. W hartowaniu się pomagają przeciwności, bo to właśnie one dają okazję do ćwiczenia umiejętności i zdobywania odporności.

Wniosek 4

Niestabilność współczesnego świata wiąże się z występowaniem nagłych, nieoczekiwanych zdarzeń wymagających szybkiego reagowania. Sprawne reagowanie kryzysowe nie może być blokowane przez zbyt sztywne, ogólnopolskie przepisy, które mogą się okazać nieadekwatne do zróżnicowania lokalnych warunków i okoliczności. Przykładem regulacji prawnej o nadmiernej sztywności jest minimalna temperatura we wnętrzu szkoły określona obecnie na 18°C.

Wydarzenia lat 2020–2022 zmieniły sposób postrzegania zagrożeń, co sprawia, że niektóre przepisy, sprawdzające się wcześniej, przestały być adekwatne i wymagają dostosowania. W niestabilnym świecie rozchwanianym przez światowe kryzysy takie, jak pandemia czy wojna, konieczna jest elastyczność przepisów umożliwiająca równoważenie wielu zagrożeń. Przepisy powinny zostawiać dyrektorom szkół przestrzeń do decydowania w sposób optymalny dla ich społeczności szkolnych, uwzględniający bilans różnych rodzajów zagrożeń i związanych z nimi czynników, takich jak np.: temperatura w szkole, lokalne wskaźniki epidemiczne, kondycja psychiczna uczniów, sprawność współdziałania w społeczności szkolnej, itp.

Rekomendacja 1:

Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży jako jednej z najważniejszych kompetencji umożliwiających funkcjonowanie w skomplikowanym i niestabilnym świecie jest obecnie podstawowym wyzwaniem dla pracy wychowawczej i profilaktycznej. Wzmacnianie psychiki, hartowanie ciała i ducha wymaga zrozumienia i akceptacji dla takiej potrzeby ze strony rodziców oraz wsparcia ze strony wychowawców, specjalistów szkolnych i profilaktyków.

Rekomendacja 2:

W działaniach budujących odporność psychiczną należy pamiętać o:

- uczeniu umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych
- nauce radzenia sobie z obawami i niepewnością dotyczącą przyszłości
- uczeniu korzystania z pomocy innych i proszenia o pomoc
- uwrażliwianiu na potrzebę wspierania innych w sytuacjach kryzysowych.

Rekomendacja 3:

Należy zadbać o to, by działania na rzecz kształtowania odporności ani działania prowadzone w ramach zarządzania kryzysowego nie były blokowane przez zbyt sztywne przepisy. Określone regulacje prawne tworzone w czasach stabilności i dobrobytu mogą okazać się niemożliwe do zastosowania w warunkach danej sytuacji kryzysowej lub nieadekwatne do zróżnicowanych uwarunkowań lokalnych.

Przykładem regulacji prawnej o nadmiernej sztywności jest minimalna temperatura we wnętrzu szkoły określona obecnie w polskich przepisach na 18°C. Rekomendujemy weryfikację tego typu regulacji prawnych z przesunięciem akcentu na pozostawienie dyrektorom szkół i organom prowadzącym przestrzeni do decydowania w sposób optymalny dla ich społeczności szkolnych.

Część III⁶⁸

Perspektywy demograficzne Polski w świetle badań nad młodzieżą, jej kondycją psychiczną, zagrożeniami współczesności i efektami działań profilaktycznych

⁶⁸ Część III raportu została opracowana na zlecenie Ośrodka Rozwoju Edukacji.

W ciągu ostatnich kilku lat przeciwdziałanie zapaści demograficznej kraju urosło do rangi jednego z kluczowych aspektów polskiej racji stanu. Uznaliśmy, że w raporcie *Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie* podjęcie tego wątku jest konieczne i że trzeba to uczynić w formie rozbudowanej. Stało się to możliwe dzięki uzyskaniu na ten cel osobnego wsparcia finansowego z Ośrodka Rozwoju Edukacji zainteresowanego wątkiem demograficznym z uwagi na realizację rządowego programu „Za życiem”.

Poważne problemy demograficzne związane z niską dzietnością, brakiem zastępowalności pokoleń i kurczeniem się populacji dotyczą większość krajów rozwiniętych od kilku dziesięcioleci. Starzenie się populacji powoduje rosnącą dysproporcję między malejącym odsetkiem ludności będącej w wieku produkcyjnym a rosnącym odsetkiem osób starszych, częściej wymagających opieki zdrowotnej i innych form pomocy. Niska dzietność jest także istotnym czynnikiem wpływającym na migracje ludności, co przynosi istotne zmiany w strukturze narodowościowej, kulturowej i religijnej wielu krajów. Osobnym problemem jest dodatkowe osłabienie demograficzne krajów średnio zamożnych (takich jak Polska), wynikające z emigracji ludzi młodych, wykształconych na koszt kraju ojczystego, do państw najbogatszych. W krajach najbardziej rozwiniętych uzupełnia to luki na rynku pracy wynikające z niskiej dzietności, a jednocześnie większa analogiczne luki w krajach mniej zamożnych utrudniając im rozwój.

Wśród teorii wyjaśniających problem niskiej dzietności leżący w centrum współczesnych problemów demograficznych szczególne miejsce zajmuje klasyczna teoria „drugiego przejścia demograficznego”⁶⁹ akcentująca między innymi znaczny wzrost postaw indywidualistycznych i związane z nim zmiany w hierarchii celów życiowych. W najnowszej literaturze nawiązującej do tej teorii zwraca się uwagę na znaczenie miejsca rodziny i pracy zawodowej w systemie wartości mężczyzn i kobiet⁷⁰. Czy praca służy głównie utrzymaniu rodziny, a rodzina pozostaje celem nadrzędnym, czy też sama praca i kariera zawodowa jest wartością dominującą? W literaturze przedmiotu ta pierwsza postawa jest często określana jako „familizm”, a ta druga jako „workism”. Analizy naukowe pokazują, że w tych krajach rozwiniętych, w których najbardziej rozpowszechnił się „workism”, nastąpiły największe spadki urodzeń. W im większym stopniu praca zawodowa jest głównym źródłem sensu życia, tym mniejsze jest znaczenie rodziny i tym niższa dzietność. Stone i inni⁷¹ wskazują, że polityki społeczne mające na celu zwiększenie dzietności poprzez koncentrację na rozwiązaniach równościowych sprzyjających lepszemu godzeniu pracy z rodziną (rozwój żłobków i przedszkoli, system urlopów rodzicielskich) mogą nie być skuteczne, gdyż de facto wzmacniają one styl życia oparty na „workismie”, a nie „familismie”.

W Polsce czynnikami zmniejszającymi dzietność w ostatnich dekadach były: spadek intensywności tworzenia trwałych związków heteroseksualnych (przede wszystkim małżeństw), rosnąca nietrwałość związków oraz odrzucanie decyzji o poczęciu dziecka⁷². Zmiany te wynikają

⁶⁹ Kaa van de D.J. 1987, *Europe's Second Demographic Transition*, "Population Bulletin", vol. 42, No. 1, Washington: Population Preference Bureau, Inc.

⁷⁰ Stone, L., Wilcox, W.B., De Rose, L. 2021, *More Work, Fewer Babies: What Does Workism Have to Do with Falling Fertility?* Institute for Family Studies, Charlottesville, VA, USA.

⁷¹ j.w.

⁷² Fihel, A., Kielkowska, M., Radziwinowiczówna, A., Rosińska, A. 2017, *Determinanty spadku płodności w Polsce. Próba syntezy*. Studia demograficzne 2(172) 2017

w znacznej części ze współczesnych trendów kulturowych wpływających na hierarchię wartości i celów życiowych kształtującą się w okresie dorastania.

Przyjęta przez Rząd Polski w 2022 roku *Strategia Demograficzna 2040*⁷³ wśród licznych celów i kierunków interwencji wymienia m.in. „wsparcie trwałości rodzin” (począwszy od wsparcia par chcących założyć rodzinę) oraz „popularyzację kultury sprzyjającej rodzinie”. Realizacja obu tych celów powinna uwzględniać wymiar związany z wychowaniem dzieci i młodzieży oraz wspierającą je profilaktyką.

Zanim przedstawione zostaną wyniki najnowszych badań z lat 2021–2022 konieczne jest omówienie wcześniejszego dorobku badań IPZIN w tym zakresie. Był on prezentowany fragmentarycznie na wielu konferencjach (m.in. w Kancelarii Prezydenta RP, Sejmie i Senacie RP, w KPRM i w trakcie wydarzeń resortowych), jednak nie został nigdzie opisany w formie odrębnego, całościowego tekstu. Tymczasem **dorobek ten urósł przez lata do poważnych rozmiarów, a zależności odkryte w pierwszych badaniach stały się fundamentem dla dalszych poszukiwań, co w rezultacie prowadzi do coraz lepszego rozumienia problemu** i formułowania coraz trafniejszych rekomendacji dla działań praktycznych.

Niektóre aspekty badań IPZIN są unikatowe i w tych zakresach stanowią one jedyne źródło dostępnej wiedzy naukowej.

III.1. Rozwój badań IPZIN nad młodzieżą w kontekście demografii przyszłości w latach 2014–2018

III.1.1. Czym jest wczesna profilaktyka problemów demograficznych? Geneza i znaczenie terminu

Deficycyjną cechą *modelu profilaktyki zintegrowanej* jest dostrzeganie szerokiego spektrum problemów dzieci i młodzieży w kontekście ich wzajemnych związków pomiędzy sobą oraz związków między problemami, a czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi, które są z tymi problemami powiązane (patrz: w Grzelak, 2009⁷⁴). Takie całościowe spojrzenie na problemy i czynniki pomaga w lepszym i ekonomiczniejszym planowaniu działań profilaktycznych, gdyż umożliwia przeciwdziałanie czynnikom ryzyka wspólnym dla wielu problemów i wzmacnianie wielu wspólnych czynników chroniących. Ramę dla planowania badań, a także tworzenia i wdrażania działań opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej stanowi strategia *Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki* opisana w *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów*

⁷³ Strategia Demograficzna 2040 <https://www.gov.pl/web/demografia/strategia>

⁷⁴ Grzelak S., Rozdział 11. *Model profilaktyki zintegrowanej w: Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, s. 322–362, Warszawa 2009.

młodzieży (IPZIN/ORE, 2015⁷⁵). Aby podejście zintegrowane do profilaktyki mogło pomagać w znajdowaniu szerokiego obrazu problemów, musi być otwarte na nowe problemy, nowe zagrożenia, nowe wyniki badań. Model profilaktyki zintegrowanej nie jest więc teorią statyczną lecz dynamiczną. Oznacza to, że jest nieustannie rozwijany i poszerzany o nową wiedzę o nowych problemach i związanych z nimi czynnikach.

W polu widzenia profilaktyki zintegrowanej pytania z obszaru demograficznego (dotyczące pragnień związanych z przyszłą dzietnością) pojawiły się po raz pierwszy w badaniach ewaluacyjnych nad skutecznością programu Archipelag Skarbów® zrealizowanych w latach 2007–2008⁷⁶. Do wyników tych badań wrócimy na końcu niniejszego rozdziału. Przeprowadzone wtedy analizy dotyczyły wyłącznie efektów programu. Nie podjęto żadnych obliczeń, które pomogłyby rozumieć powiązania zmiennych demograficznych z różnymi problemami młodzieży, nie poszukiwano też czynników ryzyka i czynników chroniących związanych z pragnieniem posiadania dzieci.

Jednak gdy kilka lat później wśród polskich ekspertów zaczęła narastać świadomość zbliżającego się kryzysu demograficznego wynikającego z bardzo niskiej dzietności Polek i Polaków, zespół IPZIN miał już pewne doświadczenie badawcze w tym zakresie. Od roku 2013/2014 do kwestionariusza używanego w badaniach nad młodzieżą na stałe dołączono zestaw sprawdzonych wcześniej pytań – o chęć posiadania dzieci w przyszłości i liczbę dzieci, które chcieliby respondenci mieć. Wychodziliśmy z założenia, że skoro w najbliższej przyszłości kwestie demograficzne nabiorą rangi racji stanu, to naszym obowiązkiem, jako badaczy zajmujących się młodzieżą, jest dostarczyć twórcom polityki społecznej danych dotyczących marzeń młodzieży związanych z rodziną i dzietnością. Pro-demograficzna polityka społeczna realizowana wśród osób dorosłych i wśród młodzieży to dwie różne sprawy – obie istotne. Jeśli dorosły, który od dziecka pragnął założyć rodzinę i mieć dzieci, napotyka na bariery materialne w realizacji tych marzeń, ułatwienie mu sytuacji poprzez wsparcie ekonomiczne czy mieszkaniowe jest ważne i potrzebne, i może pomóc w decyzji o kolejnym dziecku. Jeżeli by się jednak okazało, że wśród współczesnej młodzieży słabnie lub zanika marzenie o rodzinie i dzieciach, wtedy mielibyśmy problem, którego nie rozwiąże się poprzez wsparcie ekonomiczne czy mieszkaniowe. Potrzeba bowiem działań na zupełnie innym poziomie. Nazwalismy ten poziom „wczesną profilaktyką problemów demograficznych”.

Termin „wczesna profilaktyka problemów demograficznych” wprowadziliśmy po raz pierwszy w roku 2015 w naszej strategicznej publikacji *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży (IPZIN/ORE, 2015)*⁷⁷. Pojęcie „wczesnej profilaktyki” jest używane wtedy, gdy chodzi o ukształtowanie właściwych postaw wobec spraw i zagrożeń, które pojawiają się w życiu dziecka czy nastolatka o wiele później. Na przykład, wczesna profilaktyka uzależnień

⁷⁵ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problegow_mlodziemy.pdf.

⁷⁶ Grzelak S., Balcerzak A. Lipniacka M., Rozdział 12. *Model profilaktyki zintegrowanej w: Grzelak S. Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, s. 363–406, Warszawa 2009.

⁷⁷ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problegow_mlodziemy.pdf.

od substancji psychoaktywnych może być prowadzona wśród dzieci z najmłodszych klas szkoły podstawowej poprzez kształtowanie postaw prozdrowotnych w szerokim sensie tego słowa. Na tak wczesnym etapie dzieci zasadniczo nie są jeszcze namawiane do korzystania z alkoholu czy narkotyków przez rówieśników. Będą namawiane kilka lat później. Wczesna profilaktyka ma je w taki sposób wzmocnić i wyposażyć, by przygotować lepszy grunt pod radzenie sobie z pokusami okresu dojrzewania i występującą wtedy presją rówieśniczą.

Idąc za tą analogią, **wczesna profilaktyka problemów demograficznych, to profilaktyka kierowana do nastolatków w okresie, gdy kształtują się ich marzenia o przyszłości**. I chociaż perspektywa założenia rodziny i posiadania dzieci jest jeszcze bardzo odległa, to same marzenia odległe nie są – mogą być podsycane lub gaszone, doceniane lub krytykowane. A zatem **celem wczesnej profilaktyki problemów demograficznych jest stwarzanie dobrego klimatu dla marzeń o rodzinie i dzieciach**.

Niezręcznością terminu w proponowanym brzmieniu wydaje się to, że odwołuje się on nie tyle do zagrożeń dotyczących jednostki, jako podmiotu działań profilaktycznych, ale do zagrożenia społecznego czy nawet państwowego, jakim jest zapaść demograficzna i jej skutki. Celem profilaktyki wydaje się tutaj przeciwdziałanie zjawisku, które jest bardzo niekorzystne społecznie, ale neutralne z punktu widzenia jednostki i jej wolności sprawiającej, że może dzieci pragnąć i dążyć do realizacji tego celu lub przeciwnie – nie pragnąć i nie dążyć. Czy zapaść demograficzna jest jednak rzeczywiście sprawą neutralną dla jednostki? Przecież jej liczne i wielorakie konsekwencje i koszty ponosić będą wszyscy – całe społeczeństwo i każda jednostka. Oto w jaki sposób pisaliśmy o tej kwestii w roku 2015 w *Vademecum*⁷⁸:

Wydaje się, że „postawy związane z obszarem problemów demograficznych” nie do końca pasują do szerszego zbioru „zachowań ryzykownych i problemów młodzieży”. A jednak konsekwencje zapaści demograficznej bardzo silnie dotkną właśnie pokolenie obecnych gimnazjalistów. To na ich barki spadnie w przyszłych dziesięcioleciach utrzymywanie starzejącego się społeczeństwa. I wtedy mogą słusznie pytać starsze pokolenie, co zrobiło, by tej sytuacji zapobiec.

Potencjalny krytyk pojęcia „wczesna profilaktyka problemów demograficznych” mógłby też argumentować, że nie wolno narzucać jednostce marzeń o rodzinie i dzieciach – nawet w imię szerszego dobra społecznego. Zgoda, narzucać nie wolno, ale w dobrze prowadzonej profilaktyce w ogóle nie ma mowy o narzucaniu jakichkolwiek postaw. Skuteczna i zgodna ze standardami etycznymi profilaktyka opiera się na szacunku dla każdej osoby ludzkiej i jej wyborów. Jednak szacunek nie przeszkadza w pokazywaniu piękna i wartości raczej zdrowia niż choroby, raczej dobra niż zła, raczej prawdy niż fałszu. A zatem **piękno rodziny, posiadania dzieci, czy wręcz posiadania większej liczby dzieci może być promowane i ukazywane w ramach wczesnej profilaktyki problemów demograficznych, tylko trzeba to robić w sposób, który nie jest oparty na braku szacunku lub osądzaniu osób niechcących mieć dzieci, bezdziejnych, czy decydujących się na jedno dziecko**. Pamiętajmy zarazem, że warunek szacunku i nieosądzania nie jest czymś wyjątkowym dla tej akurat gałęzi profilaktyki. Raz jeszcze podkreślmy – każda dobra profilaktyka powinna być oparta na szacunku do człowieka i nieosądzaniu go.

III.1.2. Dzietność w marzeniach młodzieży w pionierskich badaniach IPZIN (przed 2015 r.)

Przygotowując dla ORE w 2014 roku raport z badań, który później stał się podstawą dla *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży* dokonaliśmy pierwszej analizy wyników istotnych z punktu widzenia wczesnej profilaktyki problemów demograficznych. Interesowała nas odpowiedź dwa pytania:

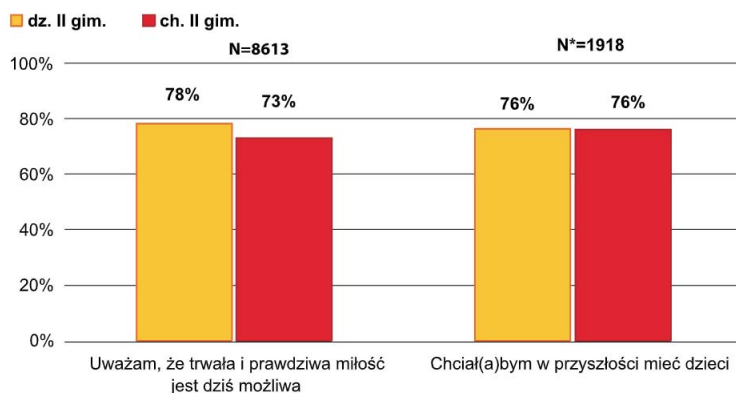
1. Jak wygląda dzietność w marzeniach młodzieży?
2. Jakie czynniki są powiązane z „niechęcią posiadania dzieci w przyszłości” u nastoletniej młodzieży?

Oto jak w tamtym czasie, po raz pierwszy, opisywaliśmy te zagadnienia w *Vademecum* (IPZIN/ORE, 2015)⁷⁹ biorąc za podstawę danych z badań z lat 2012–2014 wśród młodzieży w wieku 14–16 lat:

Wśród młodzieży dominują optymistyczne przekonania dotyczące miłości oraz pragnienie posiadania w przyszłości dzieci (wykres 1.8). Są to niezwykle ważne wskaźniki dla nowej dziedziny profilaktyki – wczesnej profilaktyki problemów demograficznych. W obliczu zapaści demograficznej naszego kraju najwyższy już czas, by temu obszarowi prewencji i prorodzinnego wychowania poświęcić należytą uwagę zarówno w badaniach, jak i działaniach ogólnokrajowych i lokalnych.

*Jak widać na wykresie, większość młodzieży uważa, że „prawdziwa i trwała miłość jest w dzisiejszych czasach możliwa”. Wyniki analiz przedstawione w dalszej części *Vademecum* pokażą, że takie przekonanie wiąże się z pragnieniem posiadania w przyszłości dzieci. Obawy związane z nieudanym związkiem i brak nadziei na trwałą miłość zakorzeniony już u nastoletniej młodzieży może się przekładać na plany życiowe i rezygnację z budowania trwałych związków, zawierania małżeństwa i zakładania rodziny. Widzimy, że wśród badanych gimnazjalistów 76% deklaruje, że chciałoby w przyszłości mieć dzieci. 10% stwierdza, że nie chciałoby ich mieć, a 13,8% nie ma zdania w tej sprawie.*

Wykres 105. Postawy i przekonania ważne dla wczesnej profilaktyki problemów demograficznych (badania IPZIN). Na podstawie wykresu 1.8. z *Vademecum* (...)

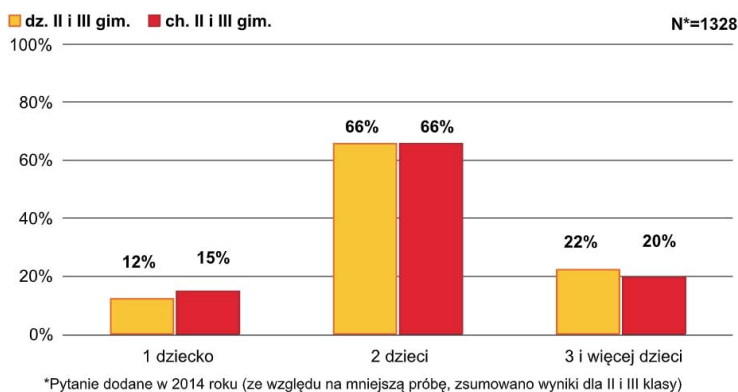


*Pytanie dodane w 2014 roku (ze względu na mniejszą próbę, zsumowano wyniki dla II i III klasy)

Te dane warto zestawić z deklaracjami co do liczby dzieci, które dzisiejsza młodzież chciałaby mieć w przyszłości.

Na wykresie 1.9 widzimy podsumowane wypowiedzi osób, które na pytanie o chęć posiadania w przyszłości dzieci odpowiedziały: „zdecydowanie tak”, „raczej tak” lub „trudno powiedzieć”. Spośród tej grupy, stanowiącej łącznie 90% badanej młodzieży, zdecydowana większość chciałaby mieć dwoje dzieci, a kilkanaście procent chciałoby mieć tylko jedno dziecko. O rodzinie z trójką dzieci lub więcej myśli zaledwie co piąty gimnazjalista, spośród tych, którzy w ogóle chcą mieć dzieci.

**Wykres 106. Postawa wobec przyszłej dzietności (badania IPZIN).
Na podstawie wykresu 1.8. z *Vademecum (...)***



Dane te pokazują gotowość znacznej części młodych ludzi do dzietności, **jednak tylko niewielkiego odsetka do dzietności na poziomie zapewniającym zastępowalność pokoleń (...)**.

Wykresy odsłaniają potencjał młodzieży, który wymaga wsparcia dorosłych, mogących już teraz kształtować w młodzieży pozytywny obraz trwałej miłości, małżeństwa i rodzicielstwa. Wyzwaniem pozostaje tworzenie pozytywnego klimatu wokół wyższej dzietności. Jeśli wśród badanych nastolatków 10% nie chce w przyszłości mieć dzieci, prawie 14% nie jest pewna czy chce mieć dzieci, a tylko 21% badanych pragnie mieć w przyszłości co najmniej troje dzieci, to szanse na uzyskanie zastępowalności pokoleń wyglądają mało optymistycznie. Z uwagi na znaczenie rosnących problemów demograficznych Polski temat ten wymaga poważnej refleksji badaczy, samorządowców i polityków, a także uwzględnienia w strategiach dotyczących wychowania i profilaktyki.

Ten opis nie pozostawia wątpliwości. Diagnoza, która wtedy wydawała się odważna i może trochę na wyrost, okazała się trafna, a jej znaczenie niestety potwierdziła przyszłość. Pogarszające się prognozy demograficzne dla Polski z późniejszych lat potwierdziły słuszność uwzględnienia w zbiorczej tabeli różnych problemów i zachowań ryzykownych młodzieży zawartej w *Vademecum* (Tabela 46, str. 42–43) odrębnej podkategorii: „Postawy związane z obszarem problemów demograficznych”. Umieściliśmy tam wówczas dwa problemy: „niechęć do posiadania w przyszłości dzieci” oraz „pesymistyczny obraz miłości i trwałych związków”. Ten drugi problem jest stwierdzonym w badaniach czynnikiem ryzyka tego pierwszego – młode osoby, które nie wierzą w trwałą i szczęśliwą miłość są także nastawione pesymistycznie do posiadania dzieci.

Analizy prowadzone na potrzeby *Vademecum* doprowadziły do odkrycia **jednego czynnika ryzyka, który koreluje istotnie i wyraźnie z niechęcią do posiadania⁸⁰ dzieci w przyszłości – są to myśli samobójcze.⁸¹ Osoby w złym stanie psychicznym, które mają myśli samobójcze, to osoby, które nie snują przyszłych wizji szczęśliwej rodziny mającej dzieci. Jest to logiczne i zrozumiałe. **Uzyskując taki wynik empiryczny po raz pierwszy w historii badań IPZIN dotknęliśmy empirycznie związku między demografią a zdrowiem psychicznym,** stanem psychicznym. Mówiąc językiem często używanym w niniejszym raporcie, **słaba kondycja psychiczna nie sprzyja pragnieniom dzietności.** I odwrotnie, **działania na rzecz podwyższenia kondycji psychicznej stwarzają lepsze warunki wstępne dla pojawienia się odważniejszych planów na przyszłość – w tym marzeń i planów o przyszłej rodzinie i dzieciach.****

Zbiorcza tabela czynników chroniących z *Vademecum* (str. 86) pokazuje szereg czynników, które przeciwdziałają niechęci do posiadania dzieci. Co ważne, pokazuje je w kontekście czynników chroniących różnych problemów i zachowań ryzykownych. Takie kontekstowe ujęcie jest charakterystycznym rysem *modelu profilaktyki zintegrowanej.*

Tabela 14. Wpływ czynników na problemy i zachowania ryzykowne przy kontroli innych zmiennych (z badań IPZIN) – część tabeli z czynnikami chroniącymi

N = 13 960 Wpływ czynników na problemy przy kontroli innych zmiennych		Myśli samobójcze	Upijanie się	Narkotyki	Przemoc fizyczna	Przemoc werbalna	Inicjacja seksualna	Nie chcą mieć dzieci
Czynniki chroniące	RODZINNE							
	Mama przewodnikiem	+		+	+			+
	Tata przewodnikiem	+	+	+			+	
	Rozmowy z wysłuchaniem	+			+	+		
	WIARA I RELIGIA							
	Praktyki religijne	+	+	+			+	
	Znaczenie wiary w życiu	+						+
	MIŁOŚĆ – WZORY I PRZEKONANIA							
	Kontakt ze wzorem małżeństwa	+						+
	Przekonanie, że prawdziwa miłość istnieje	+			+			+
	SZKOŁA I KLASA							
	Dobra atmosfera w klasie	+			+	+	+	
	Akceptacja w klasie	+						+
	Udział w WDŻ		+	+			+	+
Inne	INNE ZMIENNE NIEZALEŻNE							
Płeć – bycie dziewczyną	-	-		+	+	+		
Wiek – młodsza klasa	-	+		-		+		

⁸⁰ W tekście często używamy terminu „posiadanie dzieci”. Jest w tym terminie językowa niezręczność. Nam chodzi o znaczenie „posiadania dzieci”, które jest po prostu synonimem określenia „mieć dzieci”. Nie należy zatem odczytywać w słowie „posiadanie” sugestii, że traktujemy dzieci jako bezwolną własność swoich rodziców. Nie o to nam chodziło.

⁸¹ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemov_mlodziemy.pdf.

W ślad za wynikami ukazanymi w tabeli, **niechęć do tego, by mieć w przyszłości dzieci występuje istotnie rzadziej u nastolatków, którzy wskazują mamę jako przewodnika życiowego, dla których wiara/religia ma duże znaczenie, którzy mieli w swoim życiu kontakt z małżeństwami będącymi dla nich pozytywnym przykładem, którzy wierzą w istnienie prawdziwej i trwałej miłości, u tych, którzy czują się akceptowani w klasie, a także u tych, którzy brali udział w zajęciach WDŻ.**

Ze względu na praktyczne zastosowania niniejszego raportu warto na chwilę zatrzymać się przy zajęciach „Wychowania do życia w rodzinie” jako czynnika wzmacniającego chęć posiadania dzieci w przyszłości. Przytoczmy kolejny cytat z *Vademecum*:

„Okazuje się, że **młodzież, która uczestniczyła w zajęciach WDŻ, ma większą chęć, by w dorosłości posiadać dzieci i później podejmuje inicjację seksualną.** Dokładniejsze analizy ujawniły, że ten ostatni efekt dotyczy zwłaszcza młodzieży, dla której wiara/religia nie jest w życiu ważna. Jest to o tyle istotne, że wśród młodzieży, dla której wiara jest ważna, odsetek wczesnych inicjacji seksualnych jest znacznie niższy. Zajęcia WDŻ pełnią zatem funkcję uzupełniającą go czynnika chroniącego w stosunku do młodzieży obojętnej na sprawy wiary i religii. Z obliczeń wynika, że młodzież uczestnicząca w WDŻ rzadziej się upija i w mniejszym stopniu korzysta z narkotyków. Zajęcia WDŻ dotyczą tematyki miłości i seksualności, która leży w centrum zainteresowania dojrzewającej młodzieży.”⁸²

Refleksja nad szkolnymi zajęciami WDŻ jako czynnikiem chroniącym wprost prowadzi nas do szerszego zastanowienia nad rolą i zadaniami wychowania i profilaktyki w obszarze perspektyw demograficznych kraju. Zadania te zostały wyraźnie wskazane w *Vademecum*⁸³:

‘Niechęć do posiadania w przyszłości dzieci wyrażana przez wyraźną część młodzieży w wieku gimnazjalnym stanowi wyzwanie dla wychowania i profilaktyki. **Rozwijanie wrażliwości na nowy kierunek działań, jakim jest wczesna profilaktyka problemów demograficznych, wydaje się absolutnie niezbędne.** Tę dziedzinę profilaktyki należy definiować jako powiązaną z rodzinnym wychowaniem młodzieży, a także z promocją trwałych związków małżeńskich i wyższej dzietności. Jednym z jej celów powinno być wzmacnianie znaczenia rodziny i dzietności w systemie wartości młodzieży, a także kształtowanie pozytywnego obrazu przyszłego małżeństwa i rodziny połączone z przekazywaniem wiedzy i umiejętności niezbędnych do ich stworzenia. **W szczególności „Wychowanie do życia w rodzinie” i wszelkie programy edukacyjne dotyczące spraw seksualności nie powinny być odrywane od tego kontekstu.**’

A zatem ważne i potrzebne jest dbanie o jakość i możliwie szeroki udział uczniów w zajęciach WDŻ, ale także uwzględnianie wyzwań demograficznych w programach profilaktycznych i edukacyjnych różnego typu.

Zagadnienia te są z założenia uwzględniane w programach opartych na *modelu profilaktyki zintegrowanej*. Programy takie, jak „Archipelag Skarbów” czy „Gwiazda Mocy” były tworzone i aktualizowane ze świadomością wagi wpisywania tematów profilaktycznych w kontekst spraw rodziny. Obejmuje on m.in. ukazywanie piękna życia rodzinnego i drogi do takiego budowania relacji, które może w przyszłości zaowocować szczęśliwą i trwałą rodziną. Oczywiście afirmacja rodziny

⁸² J.w. s 96

⁸³ J.w. s 45

w profilaktyce nie powinna być i nie jest w tych programach realizowana w oderwaniu od współczesnych realiów, na które składa się stosunkowo wysoki odsetek uczniów mających dramatyczne doświadczenie rozvodu i rozpadu rodziny albo poważnych trudności w rodzinnych relacjach. Istnieją jednak sposoby na to, by osoby z takim doświadczeniem osobistym włączyć w proces pracy profilaktycznej. Przykład praktyki programów *profilaktyki zintegrowanej* dowodzi, że da się pogodzić pokazywanie szczęśliwej rodziny jako pięknego celu życiowego z okazywaniem empatii i zrozumienia wszystkim, dla których doświadczenie rodziny, z której pochodzą jest trudne. A przecież na włączeniu tej grupy osób w proces profilaktyczny szczególnie nam zależy.

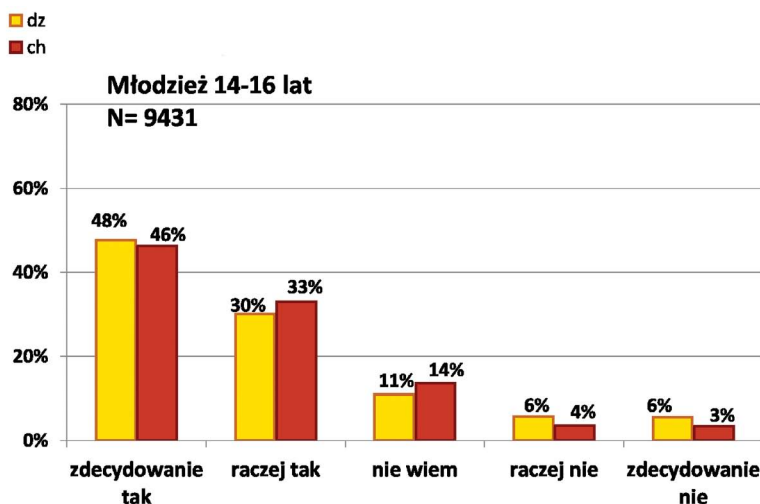
Także nowe inicjatywy podejmowane w ramach programu „Za życiem” powinny wskazywać kontekst uwzględniać. Nawiasem mówiąc, fakt, że niniejszy raport został dofinansowany ze środków programu „Za życiem” świadczy o żywotnym zainteresowaniu osób odpowiedzialnych za ten program wykorzystaniem wniosków z badań (w tym badań IPZIN) w ich działaniach praktycznych.

III.1.3. Dzietność w marzeniach młodzieży w badaniach IPZIN z lat 2014–2017

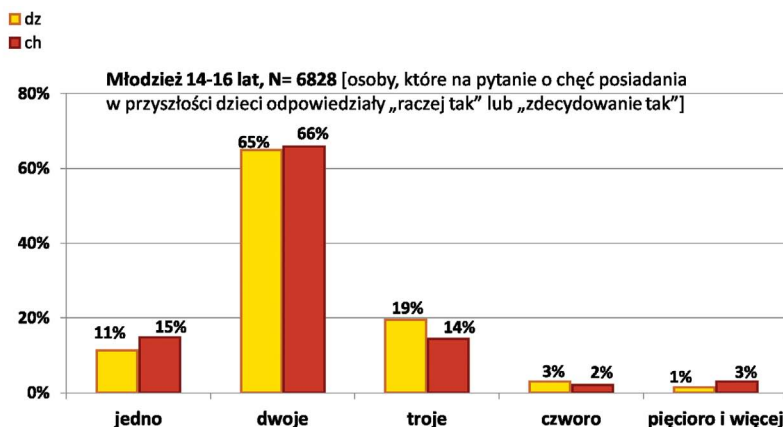
Od początku roku 2014 zmienne dotyczące wczesnej profilaktyki problemów demograficznych są już stałym elementem kwestionariuszy używanych przez IPZIN w badaniach nad młodzieżą. Kolejne badania prowadzone w latach 2015–2016 pozwoliły utworzyć pokaźną bazę danych z odpowiedziami N = 9431 w wieku 14–16 lat.

Oto wykresy pokazujące odpowiedzi na dwa interesujące nas pytania – chęć posiadania dzieci w przyszłości i ilość dzieci, które chcieliby mieć ci, którzy na pytanie o chęć odpowiedzieli twierdząco.

Wykres 107. Chciał(a)bym w przyszłości mieć dzieci



Wykres 108. Ile dzieci chciał(a)byś mieć w przyszłości



Obliczenie uwzględniające odsetek młodzieży, która chce mieć dzieci w przyszłości i liczbę upragnionych dzieci pokazuje, że **stan marzeń młodzieży o dzietności nie daje prostej zastępowalności pokoleń** (czyli jest niższy niż współczynnik 2,1).

Od czasu, gdy uzyskaliśmy ten wynik w badaniach, a więc od roku 2016, nagłaśnialiśmy tę informację na wielu ważnych konferencjach i spotkaniach (w Sejmie i Senacie RP, w Kancelarii Prezydenta RP, Kancelarii Prezesa Rady Ministrów, w MZ, MS, MEiN i MRPiPS). Mamy odczucie, że oddźwięk tych wystąpień był bardzo niewielki, a działania rządowe skupione były na wymiarze ekonomicznym problemów demograficznych a nie wychowawczo-profilaktyczno-kulturowym. Potrzeby działań prorodzinnych i prodemograficznych w wychowaniu, edukacji, profilaktyce są wielokrotnie większe, niż skala dotarcia do odbiorców za pomocą obecnej kadry, która realizuje aktualną ofertę programową. Tym istotniejsze znaczenie ma każdy dobrze przygotowany program, każda oparta na wiedzy naukowej inicjatywa.

Dzięki kolejnym badaniom prowadzonym w kolejnych latach powiększyła się znacznie próba badana do analiz. Sumaryczna baza danych⁸⁴ IPZIN z lat 2014–2017 rozrosła się do N = 13236 uczniów w wieku 14–16 lat. Tak duża wielkość bazy umożliwiła przeprowadzenie wielu cennych obliczeń. Analiza i opisanie wyników było możliwe dzięki dotacji na realizację przez IPZIN projektu zleconego przez Ministerstwo Zdrowia w ramach *Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016–2020*.

W tym ważnym rządowym dokumencie wykorzystanych zostało wiele sugestii i uwag zgłoszonych przez IPZIN w ramach konsultacji społecznych. Już sama preambuła *NPZ na lata 2016–2020* wskazuje na potrzebę zintegrowanego spojrzenia na problemy i czynniki z nimi powiązane (nota bene preambuła ta została w niemal niezmienionej postaci przeniesiona do *NPZ na lata 2021–2025*).

⁸⁴ Ponieważ w bazie danych wykorzystanych w obliczeniach opublikowanych w *Vademecum* najnowsze dane pochodziły z I połowy roku 2014, nowa baza danych obejmowała dane zbierane od jesieni 2014.

Owoce projektu finansowanego przez MZ było sporządzenie zbioru trzech raportów z badań IPZIN. Tematyka demograficzna została opisana w pierwszym z tych raportów pt.: *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi* (IPZIN/MZ, 2017)⁸⁵.

W NPZ na lata 2016–2020 zdrowie prokreacyjne zostało mocno wyeksponowane. Niestety niewystarczająco były w jego ramach finansowane działania wykraczające poza medycznie pojętą profilaktykę zdrowia prokreacyjnego. Oto, co pisaliśmy o tym w raporcie dla MZ:

„Problem niechęci do posiadania dzieci w przyszłości to temat istotny, gdyż **nawet najlepsze działania uświadamiające młodzież jak dbać o zdrowie prokreacyjne nie wpłyną na wzrost dzietności, jeśli młodzi ludzie po prostu nie będą chcieli mieć dzieci.** [W naszych badaniach] niechęć ta okazała się niepowiązana z innymi problemami, prawdopodobnie więc zmiany w skali innych zachowań problemowych nie przełożą się na zmiany w postawie wobec posiadania dzieci. Jednocześnie niewiele wiadomo o tym obszarze, w tym o jego czynnikach ryzyka i chroniących. Wymaga on więc badań i analiz, na bazie których będzie można konstruować odpowiednie działania.

Z drugiej strony obszar dla zintegrowanej profilaktyki mogą otworzyć wyniki poszukiwań czynników ryzyka i chroniących wspólnych dla zarówno niechęci do posiadania dzieci, jak i innych problemów. Jeżeli takie istnieją, otwiera to możliwość takiego konstruowania działań, by w ramach profilaktyki koncentrować się na inicjowaniu i wzmacnianiu tych czynników chroniących oraz ograniczaniu i redukowaniu tych czynników ryzyka, które są dla nich wspólne.”⁸⁶

Tak, jak podaje to powyższy cytat, w badaniach IPZIN z lat 2015–2017 okazało się, że niechęć do posiadania dzieci w przyszłości nie jest skorelowana z żadnym z badanych zachowań ryzykownych czy problemów. Tym razem, w odróżnieniu od wcześniejszych badań IPZIN, nawet korelacja⁸⁷ z **myślami samobójczymi była bardzo niska ($r=0,08$ wśród dziewcząt i $r=0,05$ wśród chłopców)**

W analizach regresji **wykryto tylko jeden ważny czynnik ryzyka niechęci do posiadania dzieci – brak osobistego kontaktu z małżeństwami, których miłość jest dla badanego nastolatka przykładem.** Ta ostatnia zmienna jest obecna w badaniach IPZIN od ponad 20 lat. Warto zatem na chwilę się przy niej zatrzymać.

Oto tabela pokazująca wyniki kolejnych naszych badań z wybranych lat. Podano w niej zsumowany odsetek uczniów, którzy mieli bliższy kontakt z pojedynczym małżeństwem lub wieloma „małżeństwami, których miłość jest dla nich przykładem”.

85 Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. Warszawa 2017. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniacych_mlodziem_przed_zachowaniami_ryzykownymi.pdf.

86 J.w. s 58.

87 W obliczeniach użyto współczynnika korelacji rangowej ρ (rho) Spearmana.

Tabela 15. Odsetki młodzieży, która miała w swoim życiu kontakt z małżeństwem będącym przykładem miłości (badania profilaktyki zintegrowanej 2002–2022)

Lata badań IPZIN ¹	Odsetek młodzieży, która miała bliższy kontakt z kochającym się małżeństwem
2002	66%
2007	65%
2010	64%
2011	60%
2014–2016	58%
2017–2019	56%
2021–2022	48%

Próby badane w kolejnych latach nie są takie same. Badania IPZIN miały często szeroką skalę, ale nie były reprezentatywne. Porównania należy więc traktować pogładowo.

To, co uderza w przedstawionych wynikach, to konsekwencja, z jaką maleje odsetek młodzieży deklarującej, że mieli bliższy kontakt z przykładowym, kochającym się małżeństwem – takim, które może sami chcieliby naśladować, na którym chcieliby się wzorować.

Wiedząc, że istnieje związek między chęcią/niechęcią posiadania w przyszłości dzieci, a doświadczeniem bliższego kontaktu z dobrymi małżeństwami uzyskujemy dwie cenne wskazówki praktyczne:

- **Troska o jakość i trwałość małżeństw jest działaniem prodemograficznym nie tylko ze względu na dzieci, które mogą się w tych małżeństwach począć, ale także ze względu na motywujący wzór, jakim one są dla młodzieży.**
- **W działaniach profilaktycznych i wychowawczych należy stwarzać młodzieży okazję do kontaktu bezpośredniego (lub w ostateczności w oparciu o przygotowane nagrania) z dobrymi, kochającymi się małżeństwami** lub chociażby z jednym małżonkiem gotowym z radością dzielić się swoim doświadczeniem i zarażać tym innych.

Ten drugi punkt istotny jest w szczególności ze względu na tę bardzo znaczną grupę nastolatków liczącą przecież około połowy, która nie miała nigdy kontaktu ze wzorem dobrego, kochającego się małżeństwa.

Raport IPZIN z 2017 roku (IPZIN/MZ, 2017)⁸⁸ zawiera tabelę czynników chroniących, w której przedstawione są wyniki analiz regresji obejmujących łącznie czynniki ryzyka i czynniki chroniące wielu problemów i zachowań ryzykownych. Zanim analizy te zostały przeprowadzone, problemy szczegółowe połączono w grupy problemów. Grupowanie było dokonane za pomocą odpowiednich narzędzi statystycznych (analiza czynnikowa) w taki sposób, by połączyć zmienne najsilniej ze sobą powiązane. Utworzono w ten sposób cztery czynni-

⁸⁸ Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. Warszawa 2017. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniacych_mlodzięz_przed_zachowaniami_ryzykownymi.pdf.

ki, cztery grupy problemów. I tak na przykład w grupie I znalazły się różne problemy związane z przemocą (bycie sprawcą przemocy fizycznej, werbalnej i cyberprzemocy, bycie ofiarą tych trzech typów przemocy, udział w bójkach). W grupie II znalazły się problemy związane z depresją (skala depresji i doświadczanie myśli samobójczych). Grupa III zebrała w sobie problemy nazwane nieoczywistym terminem „problemów eksternalizacyjnych”, gdzie oprócz korzystania z różnych substancji psychoaktywnych znalazły się także wagary i kontakty seksualne. Grupa IV to problemy związane z przedmiotowym podejściem do seksualności – seksualizacja i korzystanie z pornografii. Niektóre problemy diagnozowane w badaniach nie pasowały w sposób wyraźny do żadnej z czterech grup. W szczególności dotyczyło to hazardu oraz właśnie interesującej nas tutaj niechęci do posiadania dzieci w przyszłości.

Aby nie przytłaczać czytelnika nadmiarem danych prezentujemy tu tabelę w nieco okrojonej wersji w porównaniu z tą z (dostępnego wciąż online) raportu z roku 2017. W kolumnach znajdują się cztery główne czynniki (czyli grupy problemów), a jako osobną kolumnę dodano niechęć do posiadania dzieci w przyszłości. Jeśli chodzi o przedstawione w wierszach czynniki chroniące, wybrano jedynie te, które pojawiały się w obliczeniach dla większej liczby problemów i grup problemów.

Tabela 16. Wpływ czynników na grupy problemów w badaniach IPZIN 2014–2017 [N=13236]
Na podstawie tabeli 15 (IPZIN/MZ, 2017)

Wpływ czynników na grupy problemów przy kontroli innych zmiennych		Gr. I	Gr. II	Gr. III	Gr. IV	
		Przemoc	Depresja	Alkohol, narkotyki, papierosy, wagary, kontakty seksualne	Pornografia Seksualizacja	Nie chcę mieć dzieci
Czynniki chroniące	RODZINNE					
	Mama przewodnikiem	+	+	+	+	+
	Tata przewodnikiem	+	+	+		+
	Rozmowy z wysłuchaniem	+	+	+	+	+
	WIARA I RELIGIA					
	Praktyki religijne			+	+	+
	Znaczenie wiary w życiu		+	+	+	+
	SZKOŁA I KLASA					
	Dobra atmosfera w klasie	+	+		+	
	Akceptacja w klasie	+	+			+
	Lubienie szkoły	+	+	+	+	+
	Udział w WDŻ			+	+	
	PRZEKONANIA					
	Wiara w istnienie prawdziwej miłości	+	+			+

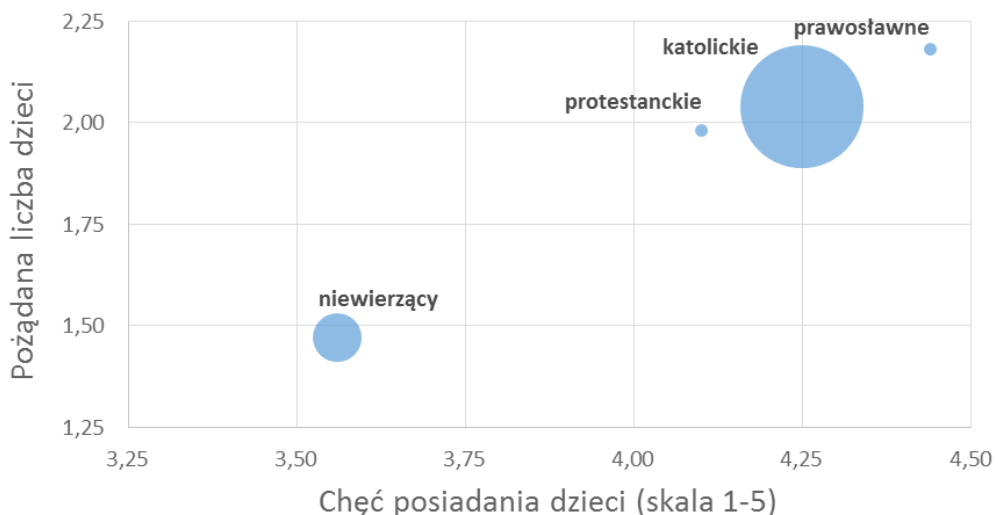
Większość komórek tabeli jest pokolorowana na zielono z białym plusem na środku. Tak oznaczyliśmy czynniki chroniące, których istotny statystycznie wpływ został wykazany w analizach regresji. Widzimy, że większość czynników chroniących zawartych w tabeli chroni przed wieloma problemami, a nawet wieloma grupami problemów jednocześnie. Taki obraz stanowi dodatkowe potwierdzenie dla zasadności zintegrowanego podejścia do profilaktyki. W kwestionariuszach bazujących na modelu profilaktyki zintegrowanej umieszczane są zawsze

wskaźniki szerokiej gamy problemów i zachowań ryzykownych oraz wiele zmiennych, które w świetle wiedzy naukowej i zdrowego rozsądku mogą się okazać czynnikami ryzyka lub chroniącymi. Nie szukamy więc na oślep, ale opieramy wskaźniki używane w badaniach na wiedzy naukowej i wynikach wcześniejszych badań. Dzięki temu kolejne wersje Kwestionariusza Pro-zint używanego przez IPZIN w badaniach nad młodzieżą zawierają wskaźniki coraz większej liczby sprawdzonych czynników ryzyka i czynników chroniących, a wycofywane są wskaźniki i zmienne, które są zbyt mało nasycone „profilaktycznym potencjałem”. Termin „profilaktyczny potencjał zmiennej” wprowadzamy tutaj po to, by móc różnicować zmienne w zależności od ich praktycznej przydatności dla profilaktyki. Przydatność ta jest tym większa, im silniejszym czynnikiem ryzyka lub chroniącym jest dana zmienna oraz z im większą liczbą problemów jest ona powiązana.

I tak, na przykład, wysoki potencjał profilaktyczny mają zmienne z grupy związanej z rodzicami i ich rolą. Wyniki przedstawione w tabeli mówią nam, że wzmacniając grupę czynników chroniących związanych z rolą rodziców zapobiegamy jednocześnie przemocy, depresji, korzystaniu z substancji psychoaktywnych, wczesnym kontaktom seksualnym i pornografii, a także niechęci do posiadania dzieci w przyszłości. **Niechęć do posiadania dzieci jest niższa u uczniów, którzy wskazują mamę i tatę jako swoich przewodników i którzy czują się wysłuchani w rozmowach z rodzicami.** Pozytywne doświadczenie własnych relacji z rodzicami przekłada się więc na chęć posiadania dzieci w przyszłości.

Również religijność jest silnym czynnikiem wiążącym się z większym pragnieniem posiadania dzieci. Dotyczy to zresztą nie tylko samej chęci, by mieć dzieci, ale także wymarzonej ilości dzieci w swojej przyszłej rodzinie. Bardzo dobrze ten związek pokazuje poniższy wykres z badań z lat 2014–2016 przeprowadzonych wśród 14–16 latków.

Wykres 109. Wyznanie religijne a chęć posiadania dzieci w przyszłości
[N=9833]



W badanej próbie nie było osób wierzących wyznających inne religie niż chrześcijaństwo. Wielkość koła odzwierciedla wielkość danej grupy wyznaniowej. Widzimy, że u młodzieży niewierzącej chęć posiadania dzieci jest najniższa, a wyliczony współczynnik dzietności na poziomie 1,5. Wśród młodzieży katolickiej, stanowiącej większość próby, chęć posiadania dzieci jest wyższa, a współczynnik dzietności lekko przekracza liczbę 2. Odsetki młodzieży protestanckiej i prawosławnej były bardzo niewielkie, jednak także u nich współczynnik dzietności jest bliski 2. Wśród prawosławnych nawet około 2,2, czyli powyżej poziomu zastępowalności pokoleń.

Pragnienie posiadania dzieci w przyszłości jest związane także z czynnikami z ważnego dla edukacji i profilaktyki poziomu szkoła/klasa. **Silniejsze pragnienie dzietności występuje u osób, które czują się akceptowane w swojej klasie i które lubią swoją szkołę.** Być może są to osoby, które w ogóle lepiej odnajdują się w relacjach społecznych, więc myśli i marzenia o przyszłej rodzinie nie napotykają u nich na barierę lęku, niewiary we własne siły. Ważne, by wychowawcy, pedagodzy, psycholodzy i profilaktycy pracujący w szkołach i prowadzący zajęcia dla młodzieży szkolnej mieli świadomość znaczenia dobrego klimatu szkoły, klasy oraz przyjaźności panujących tam relacji. Czynniki te chronią przed wieloma zagrożeniami – od przemocy, depresji i seksualizacji aż po niechęć do posiadania dzieci w przyszłości. Starania, by jak najmniej dzieci miało negatywne nastawienie do szkoły, jak najmniej czuło się w szkole nieakceptowanych, wyobcowanych – to działania nie tylko o doraźnym indywidualnym znaczeniu psychologicznym dla danego dziecka, ale także o szerszym wymiarze społeczno-demograficznym.

W odróżnieniu od badań z lat 2012–2014, których wyniki publikowaliśmy w *Vademecum skutecznej profilaktyki*, w analizach na próbie z lat 2014–2017 nie wykryto związku między udziałem w zajęciach „Wychowania do życia w rodzinie” a pragnieniem posiadania dzieci w przyszłości. Nadal jednak WDŻ okazał się mieć wpływ chroniący w obszarze profilaktyki korzystania z substancji psychoaktywnych, profilaktyki ryzykownych zachowań seksualnych i profilaktyki przedmiotowego podejścia do seksualności (grupa problemów obejmująca seksualizację i korzystanie z pornografii). Potwierdza się zatem ważny wkład zajęć WDŻ w profilaktykę problemów młodzieży, ale nie uzyskujemy potwierdzenia skuteczności WDŻ w obszarze wczesnej profilaktyki problemów demograficznych.

Wypływa stąd wniosek, że w treści samych zajęć WDŻ i w szkoleniu nauczycieli przedmiotu należy postawić silniejszy akcent na pozytywne pokazywanie trwałej miłości, małżeństwa, rodziny i dzietności. Niezależnie od WDŻ powinny być prowadzone inne programy wzmacniające postawy prorodzinne i ukazujące szczęśliwe i trwałe małżeństwo oraz szczęśliwą rodzinę i dzieci jako ważne i piękne cele życiowe. Taką rolę mogą spełnić zajęcia w ramach programu „Za życiem”, ale rolę tę już spełniają te programy profilaktyczne, które uwzględniają tematykę rodzinną. Tak jest chociażby w przypadku programów profilaktyki zintegrowanej, jak np. Archipelag Skarbów®, Gwiazda Mocy, czy Nawigacja w Kryzysie (przekształcona w „Szkolną inicjatywę profilaktyczną Nawigacja w Każdą Pogodę”).

Kolejnym czynnikiem chroniącym, który wzmacnia pragnienie posiadania dzieci w przyszłości, a przeciwdziała niechęci by mieć dzieci jest wiara w istnienie prawdziwej, trwałej miłości. To czynnik dający się bardzo konkretnie przełożyć na treści i metodykę działań wychowawczych i profilaktycznych: piękne przykłady trwałej miłości zarejestrowane na piśmie lub nagraniu, adekwatne do sytuacji dzielenie się własnym pozytywnym przykładem małżeństwa i trwałej miłości, rozmowy z uczniami o czynnikach, które zwiększają szanse powodzenia

związku i jego trwałości, omawianie z uczniami zwłaszcza tych czynników, które są zależne od nich samych, itp.

W dalszej części tego tekstu podamy przykład konkretnych efektów dotyczących zmiany przekonań o miłości, którą spowodował udział w programie profilaktycznym Archipelag Skarłów⁸⁹. Badania ewaluacyjne tego programu z lat 2007–2008 oraz 2019–2020 przyniosły w tym zakresie bardzo interesujące i obiecujące wyniki. Do tego wrócimy jednak później.

Na potrzeby raportu⁸⁹ dla Ministerstwa Zdrowia z 2017 r. wykonane zostały ciekawe obliczenia dotyczące chęci posiadania trojga dzieci lub więcej. Celem tych obliczeń było zidentyfikowanie tych czynników, które sprzyjają „dzietności w marzeniach” na poziomie dającym zastępowalność pokoleń. W tabeli pogrubiono wyniki współczynnika korelacji powyżej 0,090.

Tabela 17. Współczynniki korelacji między pożądaną liczbą dzieci (dwoje i poniżej vs troje i więcej) a czynnikami ryzyka i chroniącymi [N 13236]
Na podstawie tabeli 16 z Raportu IPZIN/MZ, 2017⁹⁰

Czynnik ryzyka/chroniący	Współczynnik korelacji rho Spearmana
Rozwód rodziców	-0,061
Towarzystwo alkoholowe	0,047
Towarzystwo narkotykowe	0,012
Akceptacja jazdy po pijanemu	-0,001
Wiara, że alkohol ułatwia poznanie dziewczyny/chłopaka	-0,010
Akceptacja alkoholu na randkach	-0,019
Niewiara, że istnieją małżeństwa, które mogą być wzorem	0,074
Liczba godzin przed komputerem dla przyjemności	-0,073
Mama przewodnikiem	-0,028
Tata przewodnikiem	-0,032
Rozmowa z wysłuchaniem	-0,004
Praktyki religijne	0,154
Znaczenie wiary w życiu	0,165
Przekonanie, że miłość istnieje	0,062
Przekonanie, że to ważne, by zacząć ze współżyciem do dorosłości	0,060
Przekonanie, że to ważne, by zacząć ze współżyciem do ślubu	0,095
Źródła wiedzy o seksualności: rodzice i nauczyciele	0,010

⁸⁹ Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. str 71–72 Warszawa 2017. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniach_mlodzi przed zachowaniami_ryzykownymi.pdf.

⁹⁰ Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. Warszawa 2017, s. 73 Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniaczych_mlodzi przed zachowaniami_ryzykownymi.pdf.

Czynnik ryzyka/chroniący	Współczynnik korelacji rho Spearmana
Źródła wiedzy o miłości: rodzice i nauczyciele	0,036
Przekonania normatywne dot. % rówieśników, którym zależy z czekaniem ze współżyciem do dorosłości	-0,002
Dobra atmosfera w klasie	-0,003
Akceptacja w klasie	-0,018
Lubienie szkoły	0,018
Udział w WDŻ	0,022
Osiągnięcia szkolne (średnia ocen)	0,095
Posiadanie hobby	-0,02

Najsilniej w tabeli wybija się **prodemograficzny wpływ praktyk religijnych i znaczenia wiary w życiu**. Kolejne dwa czynniki to **wyższa średnia ocen oraz przekonania, że warto czekać z kontaktami seksualnymi do ślubu**. Wyniki te są spójne z tymi uzyskanymi we wcześniejszych badaniach.

III.1.4. Wpływ polityki prorodzinnej rządu po roku 2015 na dzietność w marzeniach młodzieży w badaniach IPZIN z lat 2014–2017

Jednym z głównych punktów programu rządu Zjednoczonej Prawicy, który objął władzę jesienią 2015 r. były działania o charakterze prorodzinny. Większość podejmowanych działań miała wymiar ekonomiczny (ze sztandarowym 500+ włącznie). Celem tych działań było wsparcie rodzin wielodzietnych: zmniejszenie ubóstwa, poprawienie perspektyw – ale także ułatwienie decyzji o poczęciu kolejnych dzieci. Obok wymiaru ekonomicznego ważny był też wymiar aksjologiczny, godnościowy wprowadzanych programów społecznych. Wybrzmiewał przekaz, że dzieci to wartość, a rodzina wielodzietna zasługuje na podziw a nie kpiny i pogardę, gdyż ogromny wysiłek wychowania dzieci jest wkładem w przyszłość całego społeczeństwa. I chociaż już wcześniejszy rząd poczynił pierwsze kroki w dostrzeżeniu znaczenia rodzin wielodzietnych (wdrożenie ogólnopolskiej Karty Dużej Rodziny od stycznia 2015), to dopiero od roku 2016, gdy główne programy prorodzinne weszły w życie, możemy mówić o przełomie w kwestii docenienia przez państwo znaczenia dzietności nie tylko w wymiarze symbolicznym, ale także materialnym i to na szeroką skalę.

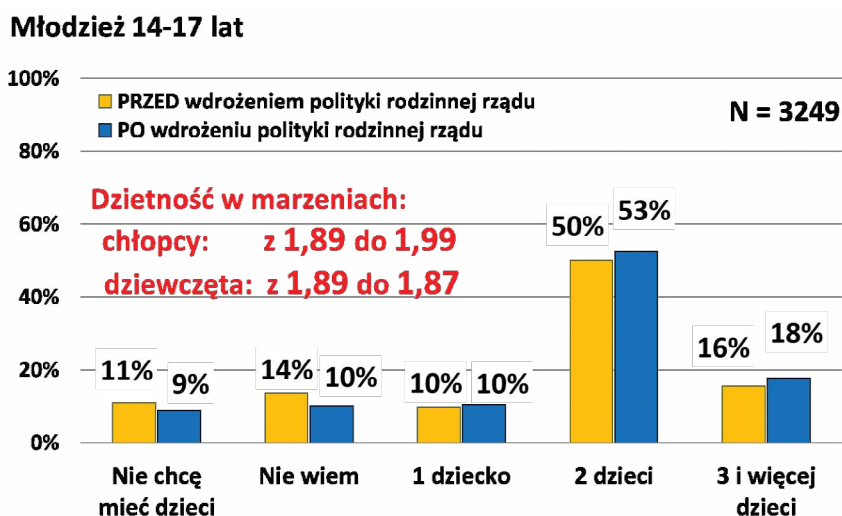
Patrząc jednak przez pryzmat wyników badań IPZIN, w realizowanym podejściu do polityki prorodzinnej zaniedbano wymiar wychowawczy, profilaktyczny, kulturowy. Jeśli chodzi o działania ogólnopolskie o szerokiej, powszechnej skali, skupiono się na zmniejszaniu barier ekonomicznych dla decyzji o kolejnych dzieciach, na zwiększaniu poczucia bezpieczeństwa matek i ojców poprzez konkretne znaki troski, wsparcia, opieki państwa. W programie prorodzinny państwa nie było jednak analogicznego rozmachu w dziedzinie edukacji czy kultury, a pojedyncze inicjatywy o ograniczonej skali nie mogą zmienić takiej oceny. **Świadomi tych**

zaniebnań uznaliśmy, że warto sprawdzić w badaniach czy samo wytworzenie pozytywnej atmosfery wokół rodziny i dietności poprzez zmiany w prawie, konkretne wsparcie finansowe, liczne informacje w mediach, czy to wszystko przełożyło się na wzrost pragnień dietności wśród młodzieży.

Aby to sprawdzić wyodrębniliśmy z próby badanej z lat 2014–2017 te szkoły, w których badania były przeprowadzone dwukrotnie – zarówno w roku szkolnym 2014/2015, gdy polityka prorodzinna nie weszła jeszcze w życie, jak i w roku szkolnym 2016/2017, gdy była już wdrożona. Chodziło nam o to, by mieć pewność, że porównujemy młodzież w tym samym wieku 14–17 lat i z tych samych środowisk, tych samych szkół. Zdecydowaliśmy, że wyniki badań z roku szkolnego 2015/2016 trzeba pominąć, gdyż wtedy polityka prorodzinna dopiero zaczynała wchodzić w życie i nie wiadomo czy związana z nią afirmacja dietności zdążyła już na młodzież wpłynąć.

Poniższy wykres pokazuje uzyskane wyniki badań.

Wykres 110. Porównanie postaw wobec posiadania dzieci przed i po wdrożeniu polityki rodzinnej rządu (badania w tych samych szkołach)



Jak widzimy, po wdrożeniu polityki prorodzinnej państwa nieco niższy odsetek uczniów deklaruje, że nie chcą mieć dzieci w przyszłości (spadek z 11% do 9%). Niższy jest także odsetek uczniów, którzy nie są pewni czy chcą mieć dzieci (z 14% do 10%). A zatem **pojawiają się pozytywne zmiany polegające na wzroście odsetka młodzieży, która chce mieć w przyszłości dzieci**. Jeśli chodzi o ilość dzieci, także zauważamy **wzrost odsetka młodzieży pragnącej mieć „dwoje dzieci” oraz „troje i więcej dzieci”**. Wydałoby się zatem, że uzyskaliśmy potwierdzenie hipotezy o pośrednim wpływie prorodzinnej polityki i życzliwej dla dietności atmosfery na wzrost prorodzinnych marzeń wśród nastolatków.

Niestety obraz ten pogarsza się, gdy dołączymy zmienną płci. Jeśli obliczymy współczynnik „dietetności w marzeniach” u chłopców, zaobserwujemy skok z 1,89 na 1,99. To całkiem spora

zmiana, chociaż wciąż daleka od oczekiwanego minimum zastępowalności pokoleń na poziomie 2,1. W końcu marzenia wskazują pewien szczyt dążeń, a życie nieco je później weryfikuje. Biorąc na to poprawkę, cieszyłaby nas dzietność w marzeniach młodzieży raczej na poziomie 2,5 niż 2,1 – z nadzieją, że gdy przyjdą różne trudności życia, ostatecznie wyjdziemy w skali społecznej na 2,1.

Tymczasem jednak wśród dziewcząt zachodzi zjawisko całkiem odmienne. Współczynnik „dzietności w marzeniach” stoi w miejscu, a nawet nieco spada z 1,89 na 1,87. Czy jest możliwy wzrost dzietności bez udziału obu płci? Nie jest możliwy ani w wymiarze biologicznym, ani żadnym innym. **Pozytywna atmosfera wokół rodzin wielodzietnych i dzietności wpływa w pewnym, choć niewystarczającym stopniu na pragnienia chłopców, ale już nie dziewcząt.** A jak wiemy gotowość kobiet do urodzenia większej liczby dzieci jest mimo wszystko istotniejsza niż gotowość mężczyzn.

Wnioski praktyczne z przedstawionych wyników badań są jasne. **Konieczne są prorodzinne i prodemograficzne działania w wymiarze wychowawczym, edukacyjnym i kulturowym. Działania te trzeba tak planować, by uzyskać oczekiwane efekty zarówno wśród chłopców, jak wśród dziewcząt. Droga do uzyskania tych efektów wymaga opracowania metod, które uwzględniają różnice we wrażliwości, potrzebach i przekonaniach współczesnych chłopców i dziewcząt.** W przypadku dziewcząt wyzwanie wydaje się trudniejsze i prawdopodobnie trudniej będzie uzyskać zadowalające efekty wczesnej profilaktyki problemów demograficznych.

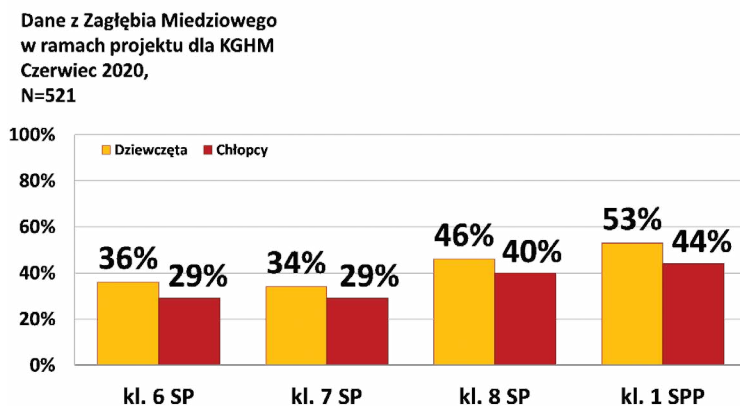
Problemem w pracy z dziewczętami mogą być m.in. nowe, współczesne stereotypy płciowe, które umieszczają sukces i samorealizację kobiety głównie w sferze osiągnięć zawodowych, a dyskredytują macierzyństwo i zajmowanie się rodziną jako zadanie niższej kategorii. Kryzys demograficzny dotyczy całego rozwiniętego świata. Patrząc całościowo i w sposób zintegrowany, w krajach rozwiniętych i w kulturach, w których różnica płci od dawna nie jest przedmiotem ostrej dyskryminacji prawnej czy obyczajowej, należałoby patrzeć na kolejne inicjatywy równościowe w szerszym kontekście problemów społecznych, w tym demograficznych. Nie leży w zasięgu naszych możliwości analizowanie szerszych procesów kulturowych w ramach niniejszego raportu. Poprzestaniemy więc na ogólnym stwierdzeniu, że **aspiracje przekazywane dziewczętom przez współczesną kulturę masową, a nawet te zakodowane we współczesnej polityce równościowej, mogą często stać w kolizji z marzeniami o rodzinie, macierzyństwie i dzieciach.** Nie jest łatwo odpowiedzieć na pytanie w jaki sposób w dzisiejszych czasach pokazywać dziewczętom możliwość wyboru różnych dróg życia, w tym tej rodzinnej, związanej z macierzyństwem i większą liczbą dzieci, aby nie odrzuciły tego przekazu przez sam fakt jego sprzeczności z najgłośniejszymi lansowanymi wzorcami. Wzorce te wcale nie muszą być zgodne z najgłębszymi pragnieniami znacznej części dziewcząt. Nie byłoby dobrze, gdyby dziewczęta mające głęboko w sercu pragnienia związane z macierzyństwem i większą liczbą dzieci, wstydziły się takich pragnień przed innymi czy wręcz przed samymi sobą.

III.2. Zmiany w marzeniach o posiadaniu dzieci w okresie światowych wstrząsów w świetle badań z lat 2019–2022

III.2.1. Dzietność w marzeniach młodzieży a czas epidemii w badaniach IPZIN z lat 2019–2020

Kolejne badania IPZIN przypadały na czas tuż przed wybuchem epidemii COVID-19 i pierwszy rok jej trwania. Był to czas wyjątkowy pod każdym względem, więc również trudniejszy, jeśli chodzi o zbieranie danych w badaniach. W okresach lockdownu możliwe były wyłącznie badania online, co powodowało konieczność zmian w kwestionariuszu. Potrzeba ówczesnej sytuacji wymuszała zwiększoną koncentrację na tematach związanych z budzącą niepokój kondycją psychiczną uczniów, a tego nie dało się zrobić bez ograniczenia innych zmiennych w badaniach. Jeśli chodzi o temat dzietności, to w badaniach IPZIN z tego okresu dostępne są wycinkowe dane na mniejszych próbach. Ciekawe wyniki pokazały pierwsze badania IPZIN z okresu epidemii, w których zadano pytanie o chęć posiadania dzieci w przyszłości. Były one przeprowadzone w regionie Legnicko-Głogowskiego Zagłębia Miedziowego w ramach projektu realizowanego przez IPZIN ze środków Fundacji KGHM. Wartością tych badań jest to, że były przeprowadzone w tym samym czasie (czerwiec 2020) w jednym regionie o określonej charakterystyce społeczno-demograficznej, ale za to na czterech poziomach wiekowych.

Wykres 111. Odsetek młodzieży zdecydowanie chętniej mieć dzieci w przyszłości



Dzięki tym badaniom widzimy rozkład pragnień dotyczących zdecydowanej chęci posiadania dzieci w przyszłości od klasy 6 szkoły podstawowej do klasy 1 szkoły ponadpodstawowej. Pragnienie by mieć dzieci systematycznie rośnie wraz z wiekiem. Jest logiczne i zrozumiałe, że 15–16-latki mają więcej takich marzeń niż 12-latki, gdyż sprawy relacji romantycznych, miłości i budowania związków stają w centrum zainteresowania w środkowej, a nie we wczesnej fazie okresu dojrzewania. Jednocześnie jednak obserwowany przyrost odsetka pragnących mieć dzieci wraz z wiekiem pokazuje nam na trzy fakty godne uwagi.

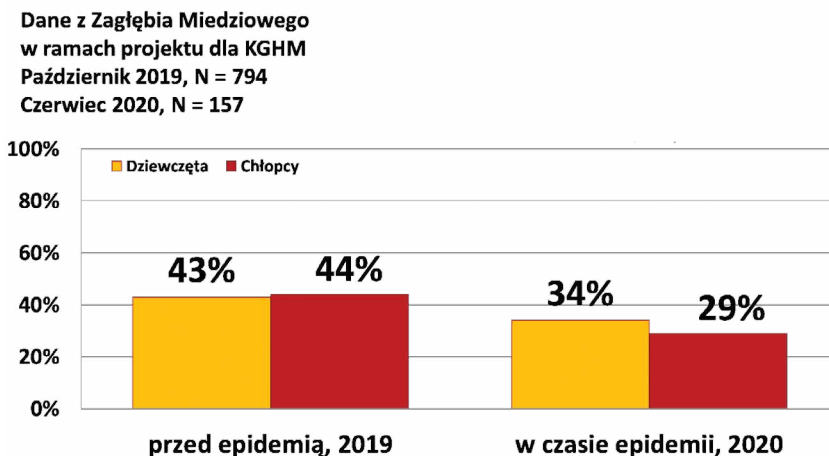
Pierwszy fakt, to że **już wśród dzieci z 6 klasy szkoły podstawowej (11–12 lat) bardzo znaczna grupa, bo około 1/3, zdecydowanie chce mieć dzieci**. To oznacza, że już w tym wieku warto umiejętnie i w sposób dostosowany do etapu rozwojowego podejmować temat marzeń o rodzinie i dzieciach, i budować pozytywny klimat wokół tych marzeń. Jest to zadanie dla wychowawców, nauczycieli WDŻ, profilaktyków, ale także twórców i dystrybutorów działających w obszarze kultury.

Drugi ważny fakt, to **dynamiczny przyrost pragnień dziecięcości w czasie między klasą 7 szkoły podstawowej a klasą 1 szkoły ponadpodstawowej**. Skoro w tym okresie życia młodzieży pragnienia związane z rodziną i dziećmi dynamicznie narastają, wydaje się to właściwy czas na ich docenienie i wzmacnianie.

Trzeci ważny fakt, to że **w wieku 1 klasy szkoły ponadpodstawowej około połowy badanej młodzieży zdecydowanie pragnie mieć dzieci**. To stwarza bardzo dobre warunki wstępne dla praktyków, którzy chcą podejmować tematykę rodziny i posiadania dzieci w ramach zajęć wychowawczych, edukacyjnych, profilaktycznych. Jeśli coś jest zdecydowanie ważne dla połowy grupy, to mamy doskonały grunt motywacyjny i emocjonalny do żywych rozmów, dyskusji, a także przekazywania wiedzy. Dlatego też można uznać ten wynik badań za potwierdzenie dla decyzji o skierowaniu pierwszego szerokiego wysiłku edukacyjnego w ramach programu „Za życiem” do młodzieży na zbliżonym poziomie wiekowym.

Badania z Zagłębia Miedziowego pozwalają nam też uzyskać wstępny wgląd na zmiany w marzeniach młodzieży dotyczących posiadania dzieci w przyszłości, które nastąpiły w pierwszych miesiącach epidemii COVID-19. Wyniki badań stacjonarnych przeprowadzonych w klasach 7 jesienią 2019 w tym regionie mogą być porównane z wynikami dla klas 7 z badań online z czerwca 2020. Ten sam poziom klas, ten sam region – główny czynnik różnicujący wiąże się z cezurą jaką stanowi czas epidemii i izolacji.

Wykres 112. Odsetek młodzieży z klas 7 zdecydowanie chcące mieć dzieci w przyszłości



Okazuje się, że odsetek chłopców i dziewcząt z klas 7 „zdecydowanie chcących mieć dzieci w przyszłości” był znacznie wyższy w roku 2019 niż w czasie pierwszej fali epidemii w czerwcu 2020. Spadek jest większy wśród chłopców.

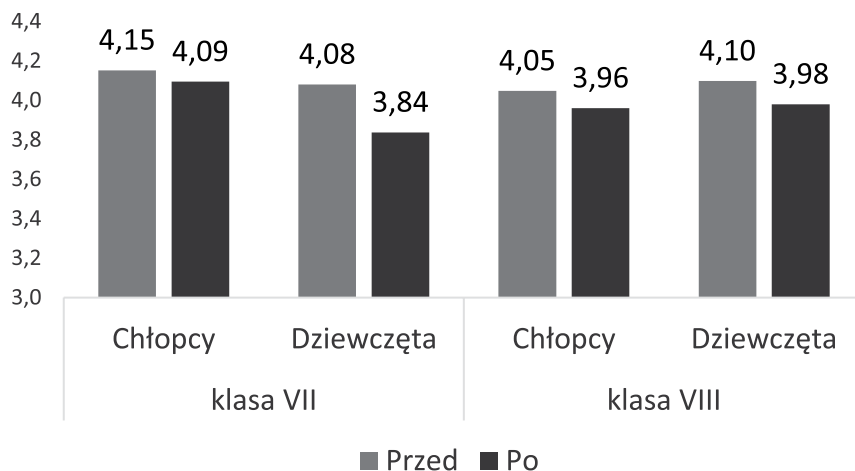
Zaskakujący i trudny do wyjaśnienia wynik dały w tych badaniach odpowiedzi na pytanie o ilość upragnionych dzieci. Wśród chłopców, tak jak można by się spodziewać, odsetek pragnących mieć w przyszłości troje i więcej dzieci spadł z 9% przed epidemią do 4% w trakcie. Czyli mniej chłopców w ogóle chce mieć dzieci, a także mniej chce mieć troje dzieci i więcej. U dziewcząt jednak nastąpił nieoczekiwany wzrost z 16% do 26%. Czyli mniej dziewcząt chce mieć dzieci, ale wśród tych, które chcą, wzrósł odsetek chcących mieć większą liczbę dzieci. Czyżby epidemia, izolacja, zamknięcie życia, innego niż online, do rodzinnego kręgu, popchnęły niektóre dziewczęta w stronę marzeń o większej rodzinie? Wiemy z badań IPZIN z początku epidemii, że jedynacy znosili gorzej izolację i mieli gorszą kondycję psychiczną niż dzieci i młodzież mające rodzeństwo. Czyżby zatem sytuacja kryzysowa, gdy świat relacji w większym stopniu ogranicza się do rodziny, powodowała że pojawia się grupa dziewcząt chcących mieć rodziny liczniejsze, z większym bogactwem wzajemnych relacji? A jeśli tak, to dlaczego tego efektu nie obserwujemy wśród chłopców? Niestety, zbyt mała grupa badana uczniów klas 7 z czerwca 2020 nie pozwala na silne przywiązywanie się do tego wyniku i jego znaczenia. Przytaczamy go więc nie po to, by udzielić wiążącej odpowiedzi na pytanie badawcze, ale by dać czytelnikowi możliwość samodzielnego zestawiania różnych faktów i różnych wyników badań oraz wyrobienia sobie własnego zdania.

Przejdźmy do kolejnych, bardzo ciekawych wyników. Na przełomie lat 2019–2020 prowadzone były trzyetapowe badania IPZIN, w których brała udział młodzież z klas 7 i 8 szkół podstawowych. Pierwsze dwa etapy tych badań zostały zrealizowane jesienią 2019r, a trzeci etap był planowany na wiosnę 2020 r. Wybuch epidemii skomplikował realizację trzeciego etapu, gdyż wiosną nie można było prowadzić ankietowych badań stacjonarnych z powodu zdalnego trybu funkcjonowania szkół. Ostatecznie więc trzeci etap zrealizowano w czerwcu 2020 w formie online w klasach 8. Była to ostatnia możliwość ich zbadania. Po ukończeniu szkoły podstawowej uczniowie rozproszyliby się po wielu szkołach ponadpodstawowych. Klasy 7 z roku szkolnego 2019/2020 zostały zbadane w trybie stacjonarnym w końcu września 2020. Dzięki temu dysponujemy odpowiedziami tych samych uczniów na dwóch poziomach wiekowych sprzed wybuchu epidemii i po kilku miesiącach jej trwania. Niestety nie wszystkie pytania były zadawane w wersji kwestionariusza online. Dlatego w klasach 8 dysponujemy wyłącznie odpowiedziami na pytanie o chęć posiadania dzieci, ale już nie o ilość dzieci, które chcieliby mieć.

Wartości na wykresie pokazują średnią „chęci posiadania w przyszłości dzieci”, gdzie „1” w pięciostopniowej skali oznaczał „zdecydowanie nie chcę”, a „5” „zdecydowanie chcę”. Według obliczeń za pomocą testu t dla prób zależnych (co jest właściwe w obliczeniach dla dwóch etapów badań tych samych osób przed i po wybuchu epidemii) **doszło do statystycznie istotnego spadku pragnienia posiadania dzieci w przyszłości wśród dziewcząt** zarówno z klas 7 ($p < 0,000$), jak i 8 ($p < 0,013$).

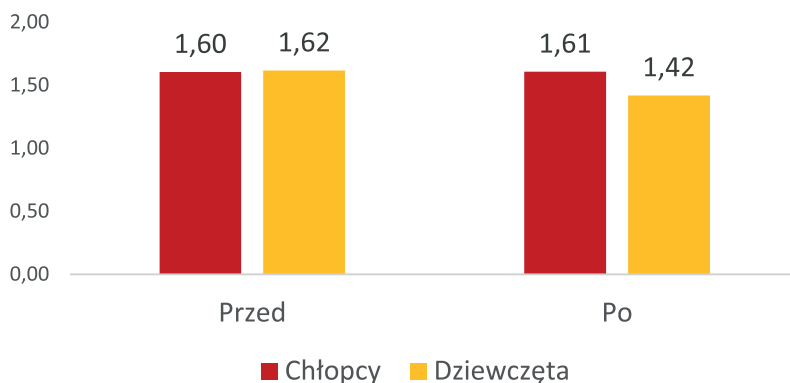
Niezależnie od zaobserwowanego spadku, bardzo wysokie były korelacje między odpowiedziami tych samych osób w obu etapach badań. W klasach 7 u chłopców $r = 0,53$, u dziewcząt $r = 0,65$. W klasach 8 u chłopców $r = 0,66$, u dziewcząt $r = 0,67$. Dziewczęta mają zatem nieco wcześniej, bo w klasie 7, w miarę ustabilizowaną opinię co do chęci posiadania dzieci. U chłopców dzieje się to z pewnym opóźnieniem.

Wykres 113. Chęć posiadania dzieci w klasach 7 i 8 przed i po wybuchu epidemii COVID-19 [N=1249]



Jeśli chodzi o marzenia o ilości dzieci i łączny współczynnik „dzietności w marzeniach”, możemy porównywać tylko dane dla klas umownie nazywanych tu klasami 7 (byli to uczniowie klas 7 w badaniach z jesieni 2019, którzy stali się uczniami klas 8 w badaniach z jesieni 2020). Przypominamy, że w klasach, które zaczęły badania jako ósme i wiosną 2020 były badane online, nie zadano pytania o ilość dzieci.

Wykres 114. Współczynnik „dzietności w marzeniach” w klasach 7 przed i po wybuchu epidemii COVID-19 [N=576]



Wykres pokazuje brak zmiany wśród chłopców z klas 7, gdzie współczynnik „dzietności w marzeniach” utrzymuje się na niskim poziomie 1,60–1,61. Ten brak zmiany, wydaje się być jednak de facto zmianą naturalnych tendencji rozwojowych, a dokładniej ich zahamowania. Jak widzieliśmy na jednym z wcześniejszych wykresów, w okresie między klasą 7 i 8 obserwujemy ponad 10% wzrostu odsetka „zdecydowanie chcących mieć dzieci w przyszłości”. A zatem **efekt**

braku zmiany wśród chłopców w badaniach zrealizowanych przed i w trakcie epidemii oznacza całkowite zahamowanie tego wzrostu.

Jednocześnie **wśród dziewcząt z klas 7 dochodzi do radykalnego spadku współczynnika dzietności z niskiego poziomu 1,62 do jeszcze niższego 1,42** ($t=-3,370$; $p<0,001$). Gdybyśmy uwzględnili oczekiwany trend wzrostu „dzietności w marzeniach” w okresie roku pomiędzy pierwszym i ostatnim etapem badań, to spadek współczynnika „dzietności w marzeniach” u dziewcząt staje się alarmująco duży.

Sprawdziliśmy także jak zmienił się w tej grupie badanej odsetek dziewcząt i chłopców pragnących mieć 3 i więcej dzieci – czyli tych, z którymi można wiązać największe „nadzieje demograficzne”. Okazuje się, że porównując czas przed epidemią i czas w trakcie epidemii, wśród chłopców odsetek pragnących mieć 3 i więcej dzieci wzrósł z 9,7% do 11,5%. W tym samym czasie wśród dziewcząt zmalał z 12,9% do 11,9%. Wynik ten wydaje się spójny z obrazem głównego trendu zmian w czasie epidemii. I zarazem odmienny od wcześniej cytowanego wyniku z Zagłębia Miedziowego. Potrzeba czasu i kolejnych badań by lepiej zrozumieć i spojrzeć z dystansu na zmiany, jakie zaszły pod wpływem epidemii, czy też łącznie epidemii i wojny na Ukrainie, a także czym się różni ich dynamika wśród dziewcząt i chłopców.

Tak czy inaczej, na podstawie omówionych wyników badań można postawić tezę, że **wybuch i pierwsze miesiące trwania epidemii COVID-19 doprowadziły do znacznego spadku „dzietności w marzeniach” wśród młodzieży**, przy czym zaznacza się to znacznie silniej wśród dziewcząt niż wśród chłopców.

W drugiej połowie października 2020 ogłoszono wyrok trybunału konstytucyjnego w sprawie ustawy „o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży”, po którym doszło do burzliwej dyskusji i protestów. Czynnikiem ten nie mógł jednak wpłynąć na odpowiedzi w ostatnim etapie omawianych tu badań IPZIN, gdyż były one zrealizowane parę tygodni przed tymi wydarzeniami.

III.2.2. Udana życie rodzinne i dzieci w badaniach CBOS

W badaniach CBOS prowadzonych na reprezentatywnych próbach 18-latków od lat powtarzane jest pytanie o dążenia i cele życiowe młodzieży. Zadaniem badanych jest wybór trzech najważniejszych dla nich spośród listy kilkunastu różnych celów życiowych. Ogromną wartością tych badań jest ich ciągłość na przestrzeni ponad 25 lat. Poniższą tabelę podajemy za raportem CBOS „Młodzi 2021”⁹¹ przygotowanym ze środków Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom.

Gdy prześledzimy zmiany w odpowiedziach kolejnych generacji 18-latków, widzimy, że „udane życie rodzinne, dzieci” jako jedno z trzech najważniejszych dążeń życiowych pozostawało w latach 1994–2013, czyli przez niemal 20 lat, na stabilnym, wysokim poziomie (nie mniej niż 48%). W dwóch kolejnych edycjach badań, w latach 2016 i 2018, odsetek młodych

⁹¹ Grabowska M., Gwiazda M., (red). *Młodzież 2021. Opinie i diagnozy nr 49*. s. 73 CBOS. Warszawa 2022.

wybijających ten cel życiowy spadł do 42%. Jednak w roku 2021 mamy do czynienia z dalszym, bardzo poważnym spadkiem – tylko 33% badanych wskazuje „udane życie rodzinne, dzieci” jako jeden z najważniejszych celów życiowych.

Tabela 18. Najważniejsze dążenia i cele życiowe 18-latków w badaniach CBOS 1994–2021

Ludzie mają w życiu różne cele i dążenia. Które z poniższych celów są najważniejsze dla Ciebie?	1994	1996	1998	2003	2008	2010	2013	2016	2018	2021
	w procentach									
Miłość, przyjaźń	39	41	35	46	55	50	49	48	52	57
Ciekawa praca, zgodna z Twoimi zainteresowaniami	52	43	42	43	40	39	41	40	40	38
Osiągnięcie wysokiej pozycji zawodowej, zrobienie kariery	19	28	33	34	33	34	35	34	33	35
Zdobycie majątku, osiągnięcie wysokiej pozycji materialnej	25	26	27	24	26	30	29	28	33	35
Udane życie rodzinne, dzieci	48	50	57	50	54	49	48	42	42	33
Spokojne życie bez kłopotów, konfliktów	34	30	31	26	28	29	28	27	29	28
Życie barwne, pełne rozrywek, bogate życie towarzyskie	17	16	19	21	15	17	15	17	16	19
Udane życie seksualne	9	9	10	9	9	12	12	11	10	11
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie nauki lub sztuki	7	9	7	11	8	7	9	9	10	10
Niezależność w pracy	10	10	6	6	6	5	7	7	7	9
Bycie użytecznym dla innych, „życie dla innych”	15	13	11	9	8	9	10	12	10	7
Życie zgodne z zasadami religijnymi	10	10	10	7	8	6	6	6	5	4
Zdobycie władzy politycznej – możliwość wywierania wpływu na życie społeczne i polityczne kraju	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1
Możliwość podejmowania ważnych decyzji w sferze gospodarczej	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
Inne	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1

Wyniki nie sumują się do 100%, ponieważ respondenci mogli wybrać trzy cele

Badania statutowe CBOS: 1994, 1996, 1998; badania KBPN: 2003, 2008, 2010, 2013, 2016, 2018, 2021

Jak dowiadujemy się z kolejnych tabel raportu CBOS, nie ma praktycznie różnic pod tym względem między dziewczętami i chłopcami. Różnice te występują natomiast między młodzieżą z różnych typów szkół ponadpodstawowych⁹²: w liceach „udane życie rodzinne, dzieci” jako cel życiowy wybie-

⁹² Jw. s 75’.

ra jedynie 30% młodzieży, w technikach 34%, a w szkołach branżowych 45%. A zatem wyższe aspiracje edukacyjne nie sprzyjają pragnieniom związanym z dziećmi. Taką tendencję dostrzegamy w wielu krajach świata – statystycznie rzecz biorąc wyżej wykształceni mają mniej dzieci.

Praktyczne znaczenie różnic między typami szkół w znaczeniu „udanego życia rodzinnego i dzieci” jako celu życiowego jest duże, jeśli spojrzeć na to od strony osób prowadzących zajęcia edukacyjne, wychowawcze czy profilaktyczne w szkołach ponadpodstawowych. Działania na rzecz ukazania dużej rodziny jako pięknego celu życiowego mogą napotkać na największy opór w liceach o najwyższych ocenach rankingowych, gdzie uczy się młodzież o najwyższych aspiracjach edukacyjnych, podczas gdy w szkołach branżowych ten opór może być znacznie niższy.

Jednocześnie, jak pokazują ostatnie badania CBOS, wzrosła liczba wyborów kategorii „miłość, przyjaźń” do bezprecedensowej wartości 57%. Odpowiedź tę wybierają znacznie częściej⁹³ dziewczęta (63%) niż chłopcy (50%). A zatem **czas epidemii i izolacji zwiększył pragnienia związane z miłością i przyjaźnią, ale zmniejszył te związane z rodziną i dziećmi**. Być może trudniejsze czasy sprzyjają poszukiwaniu bliskich relacji, które zaspokajają potrzeby młodych, ale nie sprzyjają planom, w których centrum jest dobro innych (realizacja marzeń o dzieciach wiąże się z licznymi trudami). Możliwe jest także to, że okres izolacji i ogromnej intensyfikacji korzystania z Internetu sprzyjał silniejszemu nasiąkaniu przez młodzież współczesnymi trendami kulturowymi, gdzie znaczenie swobodnej autoekspresji i nieograniczonej samorealizacji jest stawiane wysoko, podczas gdy dobro, które można w relacji dać innym schodzi na dalszy plan.

III.2.3. Włączenie pytania CBOS o dążenia i cele życiowe młodzieży do badań IPZIN

Wartościowe pytanie o dążenia i cele życiowe zadawane w badaniach CBOS 18-latkom stało się inspiracją do bardzo podobnego pytania w badaniach IPZIN wśród 13–17-latków. Kafeteria odpowiedzi została nieznacznie zmieniona, by lepiej dostosować ją do młodszych respondentów, ale z zachowaniem głównego sensu. Interesująca nas ze względów demograficznych odpowiedź „udane życie rodzinne, dzieci” z badań CBOS została lekko przeformułowana na „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”. Odpowiedź „miłość, przyjaźń” została wzmocniona na „trwała miłość, przyjaźń”.

Pytanie to zostało po raz pierwszy zadane w badaniach IPZIN w roku 2018. Respondentami byli uczniowie siódmych klas szkół podstawowych (wiek około 13 lat). Była to próba młodzieży z różnych regionów Polski (N=721).

Trzeba zaznaczyć, że wpływ na obraz wyników może mieć fakt, że próba nie była reprezentatywna a większość respondentów pochodziła z małych miejscowości. Widoczna na wykresie struktura marzeń jest podobna do tej, jaką obserwowano w badaniach CBOS wśród 18-latków do roku 2013. Marzenie o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” wybiera ponad połowa respondentów. Sprawy życia osobistego są częściej wybierane w grupie trzech najważniejszych dążeń niż te związane z pracą i rozwojem zawodowym.

⁹³ J.w. s 74.

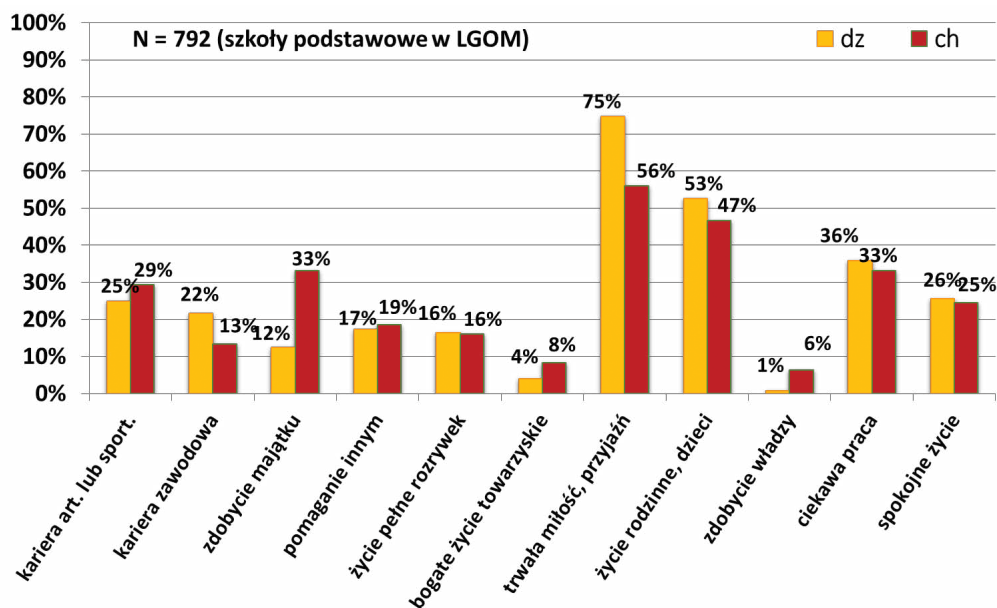
Wykres 115. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 13-latków w badaniach IPZIN z 2018 r. [N=721]



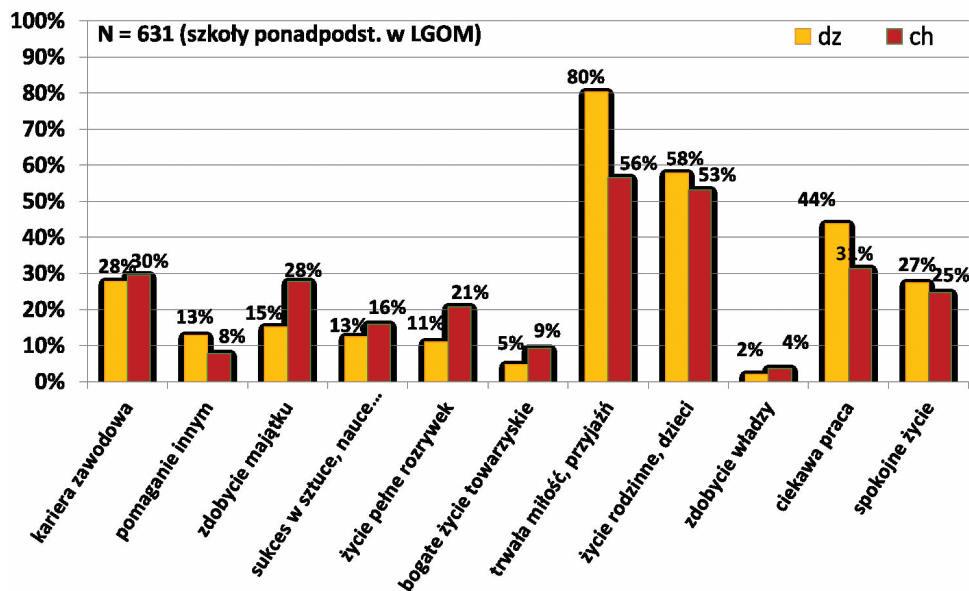
Interesująca seria badań IPZIN, w których wykorzystano pytanie o cele i dążenia życiowe została przeprowadzona w latach 2019–2020 na terenie Legnicko-Głogowskiego Okręgu Miedziowego (LGOM). Badania te były sfinansowane w ramach projektu zleconego przez Fundację KGHM.

W roku 2019 badaniami objęto dwie grupy młodzieży – uczniów klas 7 szkół podstawowych (N=792, czerwiec) oraz uczniów klas 1 szkół ponadpodstawowych (N=631, październik-listopad). Poniżej prezentujemy wykresy z odpowiedziami respondentów.

Wykres 116. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 13-latków w badaniach IPZIN z regionu LGOM z roku 2019 [N=792]



Wykres 117. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 15-latków w badaniach IPZIN z regionu LGOM z roku 2019 [N=631]



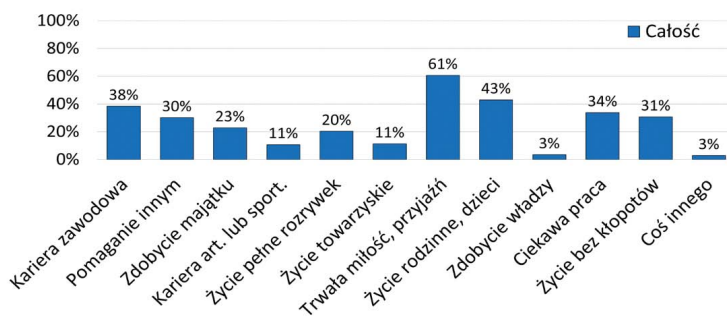
Oba powyższe wykresy pokazują wysokie odsetki wyborów celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” w roku 2019. Wśród 13-latków z Zagłębia Miedziowego jest to około 50%, wśród 15-latków ponad 55%.

Badania online prowadzone w tym samym regionie w czerwcu 2020, czyli po kilku miesiącach epidemii COVID-19, w szerokim przedziale wiekowym 12–16 lat pokazywały dość wysoki, choć już wyraźnie niższy odsetek wskazań marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” (43%).

Wykres 118. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 12–16-latków w badaniach IPZIN z czerwca 2020 r. [N=521]

Badania IPZIN z Zagłębia Miedziowego
w ramach projektu zleconego przez Fundację KGHM

N=521 (12-16 lat)



III.2.4. Wątki demograficzne w międzynarodowych badaniach EIIP nad młodzieżą 2021–2022.

W związku z międzynarodowym zainteresowaniem profilaktyką zintegrowaną w 2017r zespół IPZIN powołał nową, odrębną fundację European Institute for Integrated Prevention (EIIP), której celem jest międzynarodowy rozwój badań i działań praktycznych opartych na *modelu profilaktyki zintegrowanej*.

W latach 2019–2022 EIIP, jako lider merytoryczny, współrealizowało finansowany z funduszy UE w ramach programu Erasmus+ projekt „Pozytywny potencjał młodzieży” (Youth Positive Potential). Partnerami była organizacja Life Network Foundation z Malty (lider organizacyjny projektu), Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wilnie **będąca wiodącą placówką tego typu na Litwie** oraz Fundacja Ostoja z Nowego Sącza.

W ramach projektu przeprowadzono badania oparte na metodologii *profilaktyki zintegrowanej wśród młodzieży 14–15 lat na Malcie (N=1222), na Litwie w szkołach litewskich i polskich (N=469) oraz w Polsce*⁹⁴ (N=558). Próba maltańska miała charakter kwotowy i była reprezentatywna, jeśli chodzi o zróżnicowanie regionalne, typ szkoły i płeć.

W badaniach tych podjęte zostały wątki z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych: pragnienie posiadania dzieci w przyszłości, czynniki z nim powiązane, a także dążenia i cele życiowe młodzieży.

III.2.4.1. Czynniki związane z „dzietnością w marzeniach” młodzieży z Polski, Litwy i Malty

Ze względu na fakt, że jedynie próba z Malty miała charakter reprezentatywny, porównania międzynarodowe mają charakter poglądowy i należy zachować daleko idącą ostrożność, jeśli chodzi o zaobserwowane różnice natężeniu poszczególnych zjawisk pomiędzy krajami. Dlatego nie będziemy pokazywać porównawczych słupków z odsetkami, a poprzestaniemy na opisie ogólnego obrazu. Powyższe zastrzeżenie jest nieco mniej istotne, jeśli chodzi o wyniki analiz korelacji między problemami a związanymi z nimi czynnikami w każdym z krajów, choć tu z kolei przeszkodą jest relatywnie nieduża wielkość prób z Polski i Litwy (zjawiska rzadkie w populacji są reprezentowane przez niewielką grupę respondentów, przez co trudno uzyskać korelacje miarodajne i istotne statystycznie). Pod względem wiarygodności obliczeń korelacyjnych dane z Malty wydają się mieć najwyższą jakość dzięki większej i reprezentatywnej próbie. Trzeba pamiętać, że badania prowadzone były w okresie epidemii COVID-19, co utrudniło ich realizację. Dodatkowo zmniejsza to porównywalność wyników z uwagi na odmienną długość okresów lockdownu w poszczególnych krajach.

To, co rzuca się w oczy najbardziej, to że **„dzietność w marzeniach” młodzieży maltańskiej jest wyraźnie wyższa niż młodzieży polskiej i litewskiej**. Składa się na to zarówno wyższy odsetek nastolatków chcących mieć dzieci w przyszłości, jak i znacznie wyższy odsetek pragnących mieć troje i więcej dzieci.

⁹⁴ W Polsce ponad ¾ próby stanowiła młodzież w wieku 14–15 lat, ale wśród badanych było także 19% 13-latków.

W analizach statystycznych, których celem jest pogrupowanie problemów wzajemnie powiązanych (metodą analizy czynnikowej), wyniki dla każdego z trzech krajów pokazały brak korelacji „niechęci by w przyszłości mieć dzieci” z którymkolwiek czynnikiem. Jednocześnie **w każdym z trzech krajów obserwujemy korelację istotną, choć nie bardzo silną korelację „niechęci do posiadania dzieci” z depresją i myślami samobójczymi.**

Czynnikiem ryzyka, który wiąże się z większą niechęcią do posiadania dzieci we wszystkich trzech krajach i dla obu płci jest obawa przed przemocą w szkole. Im bardziej ktoś się tej przemocy obawia, tym bardziej nie chce mieć dzieci. A zatem praca nad dobrą atmosferą i życzliwością w klasie i przeciwdziałanie przemocy, z perspektywy wczesnej profilaktyki problemów demograficznych, jawi się jako istotny kierunek działania profilaktyczno-wychowawczego. W niektórych badaniach IPZIN zadawane jest pytanie o najczęstsze powody przemocy rówieśniczej w klasie (dosłownie pytanie dotyczy powodów wyśmiewania innych lub dokuczania innym w klasie). W najnowszych badaniach z roku szkolnego 2022/2023 prowadzonych wśród N=1114 uczniów klas 8 szkół podstawowych i klas 1 szkół ponadpodstawowych trzy⁹⁵ najczęściej wymieniane powody spośród 14 powodów wymienionych w kafeterii odpowiedzi to: wygląd (46% wskazań), otyłość (32% wskazań) i niezdarność fizyczna (18% wskazań). Wszystkie te trzy powody należą do sfery związanej z wyglądem, ciałem, fizycznością. Wiedza o najczęstszych powodach przemocy rówieśniczej jest bardzo ważna z punktu widzenia planowania działań wychowawczych i profilaktycznych.

Znaczenie drugiego wykrytego czynnika ryzyka – **rozvodu rodziców** – nie ma już tak powszechnego charakteru. Doświadczenie rozstania rodziców wyraźnie obniża chęć posiadania dzieci na Malcie, w Polsce dotyczy tylko dziewcząt, a na Litwie w ogóle nie widać związku. Znaczenie mogą tu mieć także mniejsze próby z Polski i Litwy.

Natomiast gama czynników chroniących, które okazały się istotne statystycznie w tych badaniach (co wiemy dzięki serii analiz regresji i analizom korelacji), jest szersza niż czynników ryzyka. **Najbardziej uniwersalne czynniki chroniące, które działają we wszystkich trzech krajach to:**

POZIOM RODZINY

- wskazanie mamy jako życiowego przewodnika
- wskazanie taty jako życiowego przewodnika
- poczucie wysłuchania w ostatniej rozmowie z rodzicami o ważnych dla siebie sprawach

POZIOM WIARY/RELIGII

- częstsze kierowanie swych myśli do Boga
- częstsze praktyki religijne

POZIOM SZKOŁY/KLASY

- dobra atmosfera w klasie
- poczucie akceptacji w klasie

WZORCE I PRZEKONANIA O MIŁOŚCI

- kontakt z małżeństwami, których miłość jest przykładem
- przekonanie, że w dzisiejszych czasach prawdziwa miłość jest możliwa

⁹⁵ Badani uczniowie mogli wskazać więcej niż 1 powód, więc wyniki nie sumują się do 100%.

- pogląd, że „prawdziwa miłość” to taka, która nigdy się nie kończy a z biegiem lat rośnie (w odróżnieniu od przeciwnego końca skali wyznaczonego przez pogląd, że nawet „prawdziwa miłość” jest nietrwała i szybko się kończy).

Ten szeroki zestaw czynników chroniących, to bardzo dobra wiadomość dla profilaktyków, dlatego że są na liście czynników takie, na które da się wpłynąć poprzez odpowiednio opracowane działania profilaktyczne.

Działaniem, w którym wiedzę o tych właśnie możliwych do modyfikacji czynnikach się uwzględnił jest program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®. Przeszkolenie trenerów, przetłumaczenie materiałów oraz adaptacja i wdrożenie tego programu na Malcie i na Litwie było jednym z głównych celów międzynarodowego projektu Erasmus+. Badania nad młodzieżą służyły m.in. temu, by przed realizacją programu w nowych krajach poznać lepiej ich młodzież i zorientować się które treści wymagają adaptacji. Im więcej można wykryć w danym kraju czynników ryzyka i czynników chroniących, które da się zmodyfikować poprzez działania profilaktyczne, tym większa szansa na skuteczność tych działań. Im więcej podobieństwa w tym zakresie pomiędzy różnymi krajami, tym mniej zmian trzeba wprowadzać w przetłumaczonych i adaptowanych programach. Gdyby jedynymi znaczącymi czynnikami były takie, na które w pracy z młodzieżą nie mamy wpływu, jak np. rozwód rodziców, stawiałoby to pod znakiem powodzenia możliwość uzyskania zmiany za pośrednictwem działań wychowawczych lub profilaktycznych. Tymczasem możemy mieć wpływ na atmosferę klasy i akceptację w klasie, na przekonania o miłości, a nawet, poprzez szkolenie rodziców, na to, by częściej starali się uważnie wysłuchiwać swoje dzieci w rozmowach o istotnych dla nich sprawach.

III.2.4.2. Czy „efekt babci” ma potencjał prodemograficzny?

Badania z Litwy i Malty potwierdziły międzykulturowy charakter „efektu babci” opisanego w *Vademecum skutecznej profilaktyki*⁹⁶ a nawet ukazały jego nowe oblicze.

„Efekt babci” to wynik analiz dotyczących ochronnej roli różnych przewodników życiowych wskazywanych przez młodzież. Podstawą dla obliczeń jest część próby badanej gromadząca respondentów nie wskazujących żadnego z rodziców jako życiowego przewodnika. Do takich analiz najlepsze są duże próby badane zważywszy, że tylko około 10% młodzieży nie wskazuje żadnego z rodziców jako przewodników.

Wyniki obliczeń prowadzonych przed kilku laty na potrzeby *Vademecum* (na dużej próbie liczącej N=13960 respondentów) pokazały, że jedynym przewodnikiem, który jest w stanie skutecznie zrekompensować rodziców w ochronie przed różnymi problemami i zachowaniami ryzykownymi jest babcia. **W badaniach z lat 2012–2014 wskazanie babci, jako jednego z trzech najważniejszych życiowych przewodników wiązało się z niższym poziomem myśli samobójczych, korzystania z alkoholu, korzystania z narkotyków, przemocy, a także z późniejszą inicjacją seksualną.** Jedyne, na co babcie wpływu nie miały, to pragnienia związane z posiadaniem dzieci w przyszłości. Tej zmiennej bowiem „efekt babci” nie obejmował.

⁹⁶ Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, s. 111–112. IPZIN/ ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemw_mlodziemy.pdf.

Co zatem pokazują nam badania z Litwy i Malty?

Początkowo wydawało się, że z powodu niedużej wielkości próby nie będzie możliwe uzyskanie żadnych istotnych statystycznych efektów. W próbie z Litwy było tylko 25 uczniów nie wskazujących żadnego z rodziców jako przewodników, spośród których 7 wskazało babcię. Ku zaskoczeniu statystyka i całego zespołu IPZIN, korelacja między wskazaniem babci jako przewodnika, a wskaźnikami depresji była istotna statystycznie. **Wskazanie babci wiąże się z mniejszym poziomem depresji wśród młodzieży litewskiej** (test Manna-Whitneya, $p=0,046$). I chociaż inne różnice nie są statystycznie istotne i wymagają potwierdzenia w kolejnych badaniach, to zarysowuje się jednolity, pozytywny kierunek związku – **wśród wskazujących babcię mniej jest myśli samobójczych, wczesnych inicjacji seksualnych i... większe jest pragnienie posiadania dzieci w przyszłości.**

Na Malcie próba była ponad dwukrotnie większa niż na Litwie. Nie wskazało żadnego z rodziców jako przewodników 91 uczniów, z czego 24 wskazało babcię. Obliczenia za pomocą testu Manna-Whitneya wykazały, że **wskazanie babci wiąże się z ochroną przed samookaleczeniem** ($p=0,023$), a ponadto zarysowuje się nieistotna statystycznie różnica wskazująca na **mniejsze korzystanie z alkoholu przez tych, dla których babcia jest przewodnikiem**. Wpływu na chęć posiadania dzieci w przeszłości nie zaobserwowano.

Biorąc pod uwagę możliwe różnice kulturowe poddaliśmy weryfikacji także rolę dziadków na Malcie. We wcześniejszych polskich badaniach na dużych próbach „efektu dziadka” nie było. W próbie maltańskiej mieliśmy 15 uczniów wskazujących dziadka, a nie wskazujących rodziców jako przewodników. Nieoczekiwanie okazało się, że na Malcie „efekt dziadka” istnieje na równi z „efektem babci”. **Dziadek przewodnik wiąże się z ochroną przed samookaleczeniem** ($p<0,000$), a ponadto zarysowuje się nieistotna statystycznie różnica wskazująca na **ochronny wpływ dziadka wobec myśli samobójczych i niechęci do posiadania dzieci w przyszłości.**

Wyniki uzyskane na Litwie i Malcie zachęcają do dalszych poszukiwań badawczych dotyczących roli babć i dziadków. Jeśli chodzi o wczesną profilaktykę problemów demograficznych może to być albo rola bezpośrednia (gdyby potwierdził się związek między wskazaniem babci lub dziadka a pragnieniem posiadania dzieci), albo rola pośrednia (gdyby potwierdziło się ochronne działanie babci lub dziadka wobec depresji, myśli samobójczych, tendencji do samouszkodzenia). Wiemy przecież z przedstawionych wcześniej danych empirycznych, że depresyjność nie sprzyja „dzietności w marzeniach”. Babcia i dziadek służąc wsparciem psychicznym mogą więc spełniać rolę osób, dzięki którym perspektywa prorodzinnych marzeń staje się nastolatkom bliższa, bo po prostu lepiej się czują otoczeni serdeczną miłością babć i dziadków.

III.2.5. Związki między wskaźnikami „dzietności w marzeniach” a wskaźnikami dążeń i celów życiowych w polskich i międzynarodowych badaniach IPZIN/EIIP

Utrudnienia i wyzwania wynikające z czasu epidemii wymuszały redukcję ilości stosowanych w badaniach IPZIN wskaźników demograficznych. W wielu badaniach nie było bezpośredniego pytania o chęć posiadania dzieci w przyszłości ani o ilość dzieci, które chciałoby się mieć. Zachowano natomiast dostosowane pytanie z badań CBOS o cele i dążenia życiowe. W kafeterii odpowiedzi była możliwość wybrania celu „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”. Skoro ten właśnie wskaźnik był jedynym wskaźnikiem z obszaru „demografii przyszłości” używanym w badaniach online czasu epidemii, szczególnego znaczenia nabrało to, by lepiej poznać jego trafność i znaczenie. Najlepiej służyć do tego mogły badania, w których użyto zarówno tego wskaźnika, jak i standardowych pytań z kwestionariuszy IPZIN dotyczących pragnień młodzieży związanych z dzietnością. Taką możliwość otwierały analizy danych zebranych w ramach dwóch projektów badawczych: badań EIIP z Malty, Litwy i Polski z lat 2021–2022 wśród 14–15-latków oraz wieloetapowych badań IPZIN z lat 2019–2020 w klasach 7 i 8.

III.2.5.1. Korelacje wskaźników w badaniach międzynarodowych IPZIN/EIIP

Dane z badań z Polski, Litwy i Malty przeanalizowano pod kątem korelacji między różnymi celami życiowymi wybieranymi przez młodzież a „pragnieniem by mieć dzieci w przyszłości”. Wyniki zostały zebrane w zbiorczej tabeli.

Tabela 19. Wpływ celu życiowego na „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach EIIP wśród 13–15-latków z Polski, Litwy i Malty z lat 2021/2022 [N=2249]

Cele życiowe	Korelacja celów życiowych z chęcią posiadania dzieci									
	Malta			Litwa			Polska			
	Ogół	Ch	Dz	Ogół	Ch	Dz	Ogół	Ch	Dz	Ogół
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	0,50	0,40	0,61	0,52	0,33	0,59	0,49	0,36	0,52	0,45
Trwała miłość, przyjaźń	0,09	0,04	0,05	0,03	0,15	0,21	0,17	0,20	0,15	0,16
Zrobienie kariery zawodowej	0,05	-0,02	0,12	0,05	0,06	0,04	0,05	0,03	-0,10	-0,03
Pomaganie innym	-0,01	-0,03	-0,05	-0,04	0,01	0,04	0,02	0,01	0,02	0,01
Bogate życie towarzyskie	-0,03	0,05	-0,06	-0,01	0,13	0,04	0,08	-0,15	-0,13	-0,13
Zdobycie władzy	-0,06	-0,07	-0,08	-0,08	-0,05	-0,05	-0,04	-0,13	-0,01	-0,07
Osiągnięcie sukcesu w sztuce, nauce, sporcie	-0,08	0,05	-0,25	-0,11	-0,02	-0,11	-0,07	0,04	-0,08	-0,02
Życie pełne rozrywek	-0,11	-0,02	-0,13	-0,09	-0,15	-0,16	-0,16	-0,15	-0,06	-0,10
Zdobycie dużego majątku	-0,12	-0,05	-0,03	-0,04	-0,12	-0,22	-0,17	-0,18	-0,18	-0,17
Spokojne życie bez kłopotów	-0,17	-0,18	-0,19	-0,18	-0,14	-0,30	-0,23	-0,11	-0,13	-0,11
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	-0,18	-0,18	-0,19	-0,18	-0,19	-0,22	-0,21	-0,09	-0,14	-0,12

Liczby w tabeli oznaczają wartość współczynnika korelacji rho Spearmana. Cele życiowe zostały uporządkowane według wartości z pierwszej kolumny, która podaje wartość rho dla całej próby międzynarodowej ogółem. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” koreluje na wyraźnie wysokim poziomie 0,50 z odpowiedziami na pytanie o pragnienie posiadania dzieci w przyszłości. Korelacja ta jest zdecydowanie wyższa wśród dziewcząt, a niższa wśród chłopców.

Drugim celem życiowym, który we wszystkich podgrupach badanych pozytywnie koreluje z pragnieniem posiadania dzieci jest „trwała miłość, przyjaźń”, jednak tu wartości są zdecydowanie niższe. „Pomaganie innym” to, według analiz korelacyjnych na tej konkretnej próbie, cel obojętny wobec pragnienia posiadania dzieci. Natomiast „bogate życie towarzyskie” sprzyja większej chęci by mieć dzieci na Litwie, a w Polsce stoi z nim w kolizji.

Cały szereg celów życiowych ujemnie koreluje z chęcią posiadania dzieci: „ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami”, „spokojne życie bez kłopotów”, „zdobycie dużego majątku”, „życie pełne rozrywek”, a wśród dziewcząt także „osiągnięcie sukcesu w sztuce, nauce, sporcie”. To ostatnie wydaje się ważne ze względów praktycznych. W działaniach wychowawczych i profilaktycznych dość często stawia się na zachęcanie młodzieży do rozwoju rozmaitych pasji i stawia za wzór ludzi, którzy osiągnęli sukces artystyczny czy sportowy. Tymczasem dodatkowe motywowanie dziewcząt do zdobywania osiągnięć w takich dziedzinach może w pewnym stopniu przenosić ich marzenia ze sfery marzeń o rodzinie w sferę marzeń o sukcesie w dziedzinach, w których nawet według potocznej wiedzy dla prawdziwego sukcesu trzeba bardzo wiele poświęcić – także inne marzenia.

Zastanawiające jest, że celem najbardziej kolidującym z chęcią posiadania dzieci jest „ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami”. Tak jest dla całej próby traktowanej łącznie, bo dla polskiego jej wycinka z pragnieniem by mieć dzieci silniej koliduje „zdobycie dużego majątku”. Wybór celów życiowych to nie tylko kwestia pragmatyczna: będę w życiu robić to lub tamto. To także sprawa związana z wyborem podstawowych wartości wpływających na kierunek drogi życiowej. Zahaczamy tu o sferę podstawowych dylematów egzystencjalnych „być” czy „mieć”. Do tej diady można by dodać trzeci element – „osiągnąć”. Wyniki badań zdają się wskazywać na to, że młode osoby nastawione na to by wiele „mieć” i by wiele „osiągać” w pozarodzinnych obszarach życia, jednocześnie w mniejszym stopniu skupiają się na celach związanych z dziećmi i rodziną, a cele rodzinne przesuwają na dalszy plan lub nawet tracą z oczu.

W konsekwencji, cała ta refleksja prowadzi do konstatacji, że nowoczesna „wczesna profilaktyka problemów demograficznych” powinna brać pod uwagę egzystencjalno-filozoficzno-aksjologiczny wymiar działań. Pobudzanie młodzieży do refleksji nad sensem życia i najważniejszymi wartościami (właśnie z poziomu „być” czy „mieć”) może się okazać bardzo ważnym ogniwem działań prodemograficznych. Bez refleksji nad podstawowymi wartościami w życiu, bez sięgnięcia na ten właśnie, w istocie swojej duchowy poziom, działania na rzecz zwiększenia pragnień związanych z dziećmi mogą się okazać nieskuteczne. Pragnień nie można i nie należy narzucać. Ale można i należy skłaniać młode, dojrzewające osoby do zastanowienia nad tym jakie wartości w życiu są dla nich naprawdę najważniejsze. W życiu nie można wybrać wszystkiego naraz. Coś trzeba odrzucić. Pobudzanie młodzieży do tego typu refleksji może po latach zapobiec rozczarowaniom życiowym wynikającym z postawienia na sprawy mało warte, mało trwałe.

Analizując wyniki badań z tabel korelacyjnych trzeba zwrócić uwagę, że na układ tabeli i wartości współczynników wpływ ma także sam mechanizm obliczeń statystycznych. Poszczególne cele życiowe są wybierane z bardzo różną częstością. Część spośród celów jest wybieranych przez spory, liczący powyżej 20% odsetek uczniów. Ale są też takie, które wybiera niewielki odsetek, poniżej 10% badanych. W szczególności takim celem jest „zdobycie władzy”. Wybiera go tylko kilka procent badanych. Fakt, że ten cel nisko koreluje z chęcią posiadania dzieci może wynikać nie z braku związku, ale po prostu z tego, że w pytaniu wielokrotnego wyboru cel rzadko wybierany z założenia nie może korelować wysoko. Niską korelację uzyskalibyśmy w obliczeniach także przypadku, gdyby związek między wyborem tego celu a chęcią posiadania dzieci był bardzo silny wśród tych nielicznych osób, które ten cel wskazały.

Tabela 20. Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci w badaniach EIIP wśród 13–15-latków z Polski, Litwy i Malty z lat 2021/2022 [N=2249]

	Korelacja celów życiowych z pożądaną liczbą dzieci									
		Malta			Litwa			Polska		
Cele życiowe	Ogół	Ch	Dz	Ogół	Ch	Dz	Ogół	Ch	Dz	Ogół
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	0,47	0,40	0,57	0,49	0,33	0,51	0,43	0,29	0,54	0,42
Trwała miłość, przyjaźń	0,07	0,05	0,03	0,03	0,11	0,21	0,15	0,21	0,07	0,13
Zrobienie kariery zawodowej	0,02	-0,06	0,08	0,02	-0,02	0,01	0,00	0,00	-0,14	-0,07
Pomaganie innym	0,01	-0,01	-0,04	-0,02	0,09	0,11	0,10	-0,03	0,05	0,01
Bogate życie towarzyskie	-0,05	-0,02	-0,05	-0,04	0,13	0,02	0,08	-0,18	-0,13	-0,15
Zdobycie władzy	-0,05	-0,08	-0,03	-0,05	-0,11	-0,06	-0,07	-0,08	-0,07	-0,07
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	-0,05	0,03	-0,19	-0,09	0,09	-0,06	0,01	0,04	-0,05	-0,01
Życie pełne rozrywek	-0,10	-0,01	-0,10	-0,06	-0,16	-0,18	-0,17	-0,14	-0,07	-0,10
Zdobycie dużego majątku	-0,13	-0,03	-0,03	-0,03	-0,03	-0,23	-0,13	-0,24	-0,20	-0,22
Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	-0,15	-0,17	-0,19	-0,18	-0,18	-0,18	-0,19	0,01	-0,07	-0,03
Spokojne życie bez kłopotów	-0,17	-0,21	-0,19	-0,19	-0,18	-0,30	-0,25	-0,07	-0,09	-0,08

Kolejna tabela pokazuje korelację celów życiowych z pożądaną liczbą dzieci. Układ w obu tabelach jest podobny. Wśród dziewcząt korelacja między wskazaniem celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a pożądaną liczbą dzieci jest znów w każdym z krajów znacznie wyższa niż wśród chłopców. Większej ilości dzieci sprzyjają w zasadzie tylko dwa cele życiowe – „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” oraz „trwała miłość, przyjaźń”. W próbie z Polski w największej kolizji z chęcią by mieć więcej dzieci stoi marzenie o „zdobyciu dużego majątku” oraz o „bogatym życiu towarzyskim”, a wśród chłopców dodatkowo „życie pełne rozrywek”.

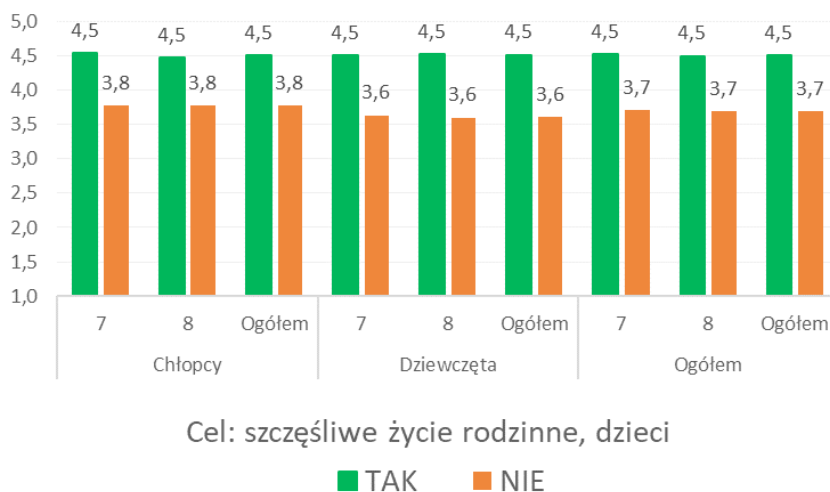
Podobnie, jak przy poprzedniej tabeli, tak i tutaj warto zauważyć, że same obliczenia korelacji nie dają nam wystarczającej wiedzy o sile związku między zmiennymi w przypadku odpowiedzi rzadko wybieranych. Nie wiemy, czy niska korelacja dla celu „zdobycie władzy” nie wynika po prostu z faktu, że cel ten jest generalnie rzadko wybierany. W kolejnym

podrozdziale użyjemy tabel z innym wskaźnikiem, co pomoże nam lepiej zrozumieć siłę obserwowanych powiązań.

III.2.5.2. Związki między różnymi wskaźnikami „demografii przyszłości” w polskich badaniach IPZIN

Przedstawione poniżej obliczenia z trzyetapowych badań IPZIN z lat 2019–2020 oparto na danych z pierwszego etapu badań (N=2226), który miał miejsce jesienią 2019, czyli przed początkiem epidemii. Powodem jest fakt, że w tym etapie cała próba – zarówno klasy 7 jak 8 – były badane w trybie stacjonarnym z użyciem tego samego kwestionariusza. Ze względu na fakt, że analizy przeprowadzone były na danych sprzed epidemii, wnioski nie mogą uwzględniać zmian, jakie wywołała pandemia i jej skutki. Jednak w tym momencie nie o te zmiany nam chodzi, a o zrozumienie związku między różnymi wskaźnikami demograficznymi.

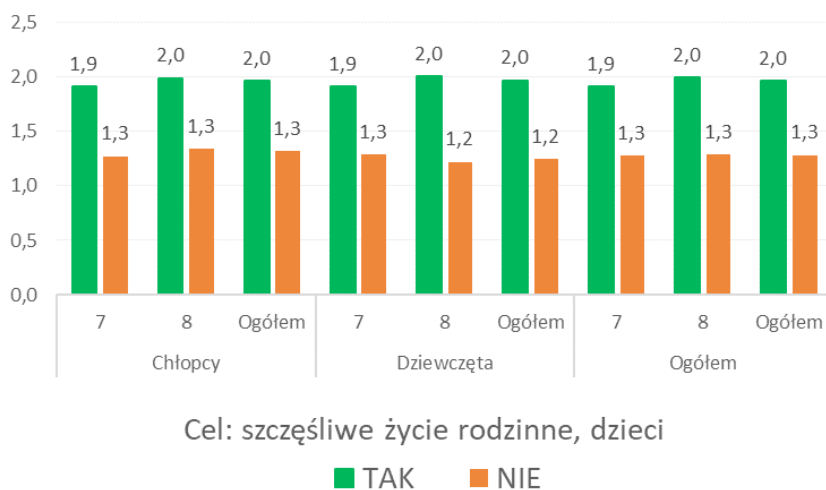
Wykres 119. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]



Chęć posiadania dzieci była mierzona w skali 1–5, gdzie 5 oznaczało kategorię „zdecydowanie tak”. Słupki zielone pokazują średnią chęć posiadania dzieci w przyszłości wśród uczniów, którzy jednocześnie wybrali cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” jako jeden z trzech najważniejszych; słupki brązowe pokazują chęć posiadania dzieci wśród tych, którzy takiego celu nie wybierają. Jak widzimy, dla każdej podgrupy próby badanej (chłopcy, dziewczęta, klasy 7 i 8) słupki zielone są wyższe od brązowych – chęć posiadania dzieci jest znacznie większa wśród osób, które wskazują cel życiowy związany z dziećmi i rodziną, jako szczególnie dla nich ważny. Jest to spójne, logiczne i pośrednio potwierdza trafność zastosowanych wskaźników.

W kolejnym kroku analiz sprawdziliśmy, jak różnią się współczynniki „dzietności w marzeniach”, a więc upragnionej liczby dzieci, w zależności od wybrania lub nie wybrania celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”.

Wykres 120. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a współczynnik „dzietności w marzeniach” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]



Wyniki znów są jednolite i jednoznaczne, a zarazem łatwo sobie zobrazować ich przełożenie na „demografię przyszłości”. Biorąc za przykład kategorię „ogółem” (ostatnia para słupków po prawej), możemy powiedzieć, że **wśród uczniów, którzy wybierają cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” jako jeden z trzech najważniejszych, współczynnik „dzietności w marzeniach” jest bliski zastępowalności pokoleń i wynosi 2,0**. Natomiast **wśród tych, dla których marzenie o rodzinie i dzieciach jest nieważne lub schodzi na dalszy plan, współczynnik „dzietności w marzeniach” wynosi zaledwie 1,3**.

Poszerzony i bardziej wielowymiarowy obraz dają nam tabele pokazujące związek między „dzietnością w marzeniach” a pełną kafeterią dążeń i celów życiowych.

Tabela 21. Wpływ celu życiowego na „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]

Cele życiowe	Wpływ celu życiowego na chęć posiadania dzieci								
	Chłopcy			Dziewczęta			Ogółem		
	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół
szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	0,76	0,71	0,73	0,87	0,92	0,90	0,81	0,81	0,81
trwała miłość, przyjaźń	0,34	0,26	0,29	-0,01	0,35	0,20	0,17	0,26	0,23
pomaganie innym	-0,01	0,37	0,23	0,02	-0,03	-0,02	0,00	0,11	0,07

Cele życiowe	Wpływ celu życiowego na chęć posiadania dzieci								
	Chłopcy			Dziewczęta			Ogółem		
	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół
osiągnięcie sukcesu w sztuce, nauce, sporcie	0,12	0,06	0,08	-0,05	-0,29	-0,18	0,04	-0,08	-0,03
zrobienie kariery zawodowej	-0,03	-0,09	-0,07	0,09	-0,06	-0,02	0,03	-0,07	-0,04
bogate życie towarzyskie	-0,15	-0,11	-0,12	-0,16	-0,04	-0,09	-0,15	-0,08	-0,10
ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	-0,36	-0,12	-0,20	-0,33	-0,05	-0,15	-0,35	-0,09	-0,18
życie pełne rozrywek	-0,15	-0,19	-0,17	-0,13	-0,55	-0,38	-0,13	-0,35	-0,27
zdobycie dużego majątku	-0,19	-0,25	-0,23	-0,15	-0,63	-0,47	-0,16	-0,34	-0,29
spokojne życie bez kłopotów	-0,43	-0,30	-0,35	-0,26	-0,32	-0,30	-0,35	-0,31	-0,32
zdobycie władzy	-0,95	-0,30	-0,40	-0,72	-0,27	-0,44	-0,83	-0,27	-0,40

Liczby w powyższej tabeli wymagają wyjaśnienia. Pragnienie, by w przyszłości mieć dzieci to zmienna o skali 1–5. Każda liczba w tabeli jest różnicą między średnią wartością pragnienia, by mieć w przyszłości dzieci wśród uczniów wskazujących dany cel życiowy, a średnią wartością tego pragnienia wśród uczniów, którzy danego celu nie wybrali.

Z kolei liczby w tabeli zamieszczonej poniżej oznaczają analogiczną różnicę dla zmiennej „dzietność w marzeniach”. „Dzietność w marzeniach” to liczba upragnionych dzieci, którą podali uczniowie, przy czym brano pod uwagę tylko odpowiedzi tych uczniów, którzy na generalne pytanie o chęć posiadania dzieci w przyszłości odpowiedzieli „raczej tak” lub „zdecydowanie tak”. W tabeli widzimy zatem różnicę między współczynnikiem „dzietności w marzeniach” wśród uczniów zaznaczających dany cel życiowy, jako jeden z trzech najważniejszych, a współczynnikiem „dzietności w marzeniach” wśród uczniów, którzy danego celu nie zaznaczają.

Tabela 22. Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci w przyszłości w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]

Cele życiowe	Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci								
	Chłopcy			Dziewczęta			Ogółem		
	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół
szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	0,64	0,65	0,64	0,62	0,79	0,72	0,63	0,71	0,68
trwała miłość, przyjaźń	0,24	0,15	0,18	-0,09	0,18	0,07	0,10	0,14	0,12
pomaganie innym	-0,10	0,37	0,20	0,06	0,03	0,04	0,00	0,15	0,10
osiągnięcie sukcesu w sztuce, nauce, sporcie	0,22	0,15	0,17	-0,10	-0,14	-0,12	0,06	0,03	0,04
zrobienie kariery zawodowej	-0,07	0,00	-0,02	0,05	-0,11	-0,07	-0,02	-0,05	-0,04
ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	-0,23	-0,25	-0,24	-0,17	0,07	-0,02	-0,19	-0,09	-0,13
bogate życie towarzyskie	-0,28	-0,03	-0,11	-0,26	-0,19	-0,21	-0,28	-0,08	-0,15

Cele życiowe	Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci								
	Chłopcy			Dziewczęta			Ogółem		
	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół	VII	VIII	Ogół
życie pełne rozrywek	-0,08	-0,11	-0,10	-0,06	-0,51	-0,33	-0,08	-0,29	-0,21
zdobycie dużego majątku	-0,04	-0,18	-0,13	-0,32	-0,49	-0,43	-0,14	-0,25	-0,22
spokojne życie bez kłopotów	-0,32	-0,32	-0,32	0,05	-0,27	-0,15	-0,15	-0,29	-0,24
zdobycie władzy	-0,78	-0,32	-0,37	-0,84	-0,20	-0,44	-0,81	-0,28	-0,38

Obie tabele ukazują prawie taki sam obraz powiązań. Z obu wynikają podobne wnioski.

Trzy cele życiowe, których wskazanie przez młodzież wspiera demografię przyszłości to: „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” oraz w o wiele mniejszym stopniu także „trwała miłość, przyjaźń” i „pomaganie innym”. Patrząc na kategorię „ogółem”, młodzież wybierająca te cele bardziej pragnie mieć dzieci (odpowiednio o 0,81, 0,23 i 0,07 jednostki). Jednocześnie badani wskazujący te trzy cele pragną mieć więcej dzieci – patrząc na średnie, jest to odpowiednio o 0,68, 0,12 i 0,10 dziecka więcej, niż młodzież ich nie wybierająca.

Jeśli jednak na ilość upragnionych dzieci spojrzymy z uwzględnieniem różnic płciowych i wiekowych, to okaże się, że jedynie cel „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” wyraźnie sprzyja lepszej demografii przyszłości we wszystkich kategoriach grupy badanej. Wybór celu „trwała miłość, przyjaźń” sprzyja pragnieniu dzieci i marzeniom o większej liczbie dzieci wśród chłopców i dziewcząt z klas 8, ale nie wśród dziewcząt z klas 7. Z kolei wybór celu „pomaganie innym” wiąże się całkiem silnie z większym pragnieniem dzieci i większą liczbą upragnionych dzieci wyłącznie wśród chłopców z klas 8. Wygląda to tak, jakby wraz z dojrzewaniem dziewcząt pragnienia miłości łączyły się stopniowo z pragnieniem założenia rodziny i posiadania dzieci, a w toku dojrzewania chłopców nastawienie na dawanie czegoś od siebie innym łączyło się z chęcią, by to dawanie kierunkowało się także ku rodzinie, dzieciom. Oba te procesy brzmią logicznie. I oba można wspierać w działaniach wychowawczych i profilaktycznych, przy czym u dziewcząt akcent należałoby kłaść na pokazywanie wartości miłości, która staje się budulcem rodziny (nie służy więc tylko zaspokojeniu własnych potrzeb), a wśród chłopców nacisk winien być na ukazywanie wartości męskiego wkładu w dobro przyszłej rodziny i dzieci. I tu, i tu chodzi o przekraczanie egoizmu i o postawy prospołeczne, jednak w pracy z dziewczętami ważne byłoby zatrzymanie się na uczuciowym wymiarze więzi rodzinnych, a w pracy z chłopcami na konkretnych działaniach służących rodzinie i dzieciom oraz roli i sprawczości mężczyzny w wymiarze tych praktycznych działań.

Celów życiowych, których wskazanie wiąże się z niższą „dzietnością w marzeniach” jest więcej. Patrząc na kategorię „ogółem”, **cztery cele życiowe, których wskazanie przez młodzież wiąże się z najniższą demografią przyszłości to: „zdobycie władzy”** (bardzo rzadko wskazywane – jedynie 2% respondentów), **„spokojne życie bez kłopotów”** (27% respondentów), **„zdobycie dużego majątku”** (20% respondentów) oraz **„życie pełne rozrywek”** (15% respondentów). Młodzież wybierająca te cele pragnie mieć mniej dzieci (odpowiednio o 0,42, 0,30, 0,29 i 0,27 jednostki). Zarazem badani wskazujący te cele pragną mieć mniej dzieci średnio o 0,38, 0,24, 0,22 i 0,21 dziecka.

Ciekawe informacje daje ogląd wyników w podziale na wiek i płeć. Pominiemy tu wyniki odnoszące się do celu „zdobycie władzy”, gdyż jest on wybierany przez tak znikomy odsetek badanych, że wnioski nie miałyby wystarczająco mocnej podstawy empirycznej.

Co zmienia się wraz z wiekiem młodzieży? Otóż **wybór „ciekawej pracy zgodnej z zainteresowaniami” stoi w kolizji z pragnieniem posiadania dzieci głównie wśród młodzieży młodszej, z klas 7, a już wśród uczniów klas 8 w o wiele mniejszym stopniu.** Być może także w tym przypadku mamy do czynienia ze stopniową integracją konstruktywnych celów życiowych (np. nabycie wraz z wiekiem perspektywy, że zdobycie ciekawej pracy może także służyć utrzymaniu rodziny). Również **wybór celu „bogate życie towarzyskie” stoi w kolizji z pragnieniem posiadania dzieci głównie wśród uczniów młodszych.** Uczniowie klas 8 w mniejszym stopniu niż o rok od nich młodsi dostrzegają konflikt między pragnieniem posiadania dzieci a „bogatym życiem towarzyskim”. Dlaczego tak się dzieje? Jest to spekulacja, dla której nie znajdziemy dowodu w wynikach badań, ale może z wiekiem młodzież staje się bardziej zdolna do wyobrażania sobie bardziej różnorodnych modeli rodziny? Młodszy częściej myślą, że chcąc mieć dzieci trzeba poświęcić życie towarzyskie, a nieco starsi są już w stanie wyobrazić sobie taki model relacji rodzinnej, w której przyjsie dzieci na świat nie musi się wiązać z odcięciem od towarzyskich kontaktów.

Z powyżej opisanych wyników płynie ważna konkluzja dla wychowania i profilaktyki. Warto rozmawiać z młodzieżą o różnych możliwych modelach rodziny i różnych sposobach łączenia życia zawodowego, a także towarzyskiego z wymaganiami życia rodzinnego. **W świetle przedstawionych badań takie poszerzenie umysłu na różne modele funkcjonowania rodziny może sprawiać, że zwiększy się odsetek młodzieży otwartej na posiadanie potomstwa, gdyż rozumieją, że między ważnymi dla nich celami w życiu nie trzeba wybierać albo-albo, ale można je pogodzić. Zachęcanie nastolatków do tego typu refleksji może w konsekwencji zwiększyć szanse na lepszy i bardziej przemyślany wybór życiowego partnera/partnerki. Pogłębiona refleksja osobista nad możliwymi modelami relacji rodzinnych i stylami życia rodzinnego powinna się przekładać na obecność tych tematów w rozmowach z sympatią, a później narzeczoną czy narzeczonym.**

Popatrzmy teraz na różnice między płciami, a zwłaszcza na to, co dzieje się wśród dziewcząt. Wybór „życia pełnego rozrywek” oraz „zdobycia dużego majątku” jako ważnych celów życiowych silnie wiąże się z niższymi wskaźnikami demografii przyszłości tylko **wśród dziewcząt z klas 8.** Wygląda to tak, jakby drogi dojrzewania rozchodziły się. **U części dziewcząt w toku dojrzewania krystalizuje się bardziej powierzchowne podejście do celów życiowych – pragnienia związane z rozrywką i majątkiem rozwijają się kosztem pragnień związanych z posiadaniem dzieci.** Jak pamiętamy z wcześniejszego opisu, **u innej części dziewcząt dokonuje się odmienny proces – z wiekiem pragnienia związane z miłością zaczynają się silniej wiązać z pragnieniami związanym z rodziną i dziećmi.**

Powstaje praktyczne pytanie co można zrobić, by dziewczęta orientujące się na rozrywkę i majątek zachęcić do uwzględnienia w planach życiowych także rodziny i dzieci. Rozrywka i bogactwo to cele życiowe typu konsumpcyjnego. Na zachęcanie do ich realizacji wydawane są ogromne środki przez najrozmaitsze gałęzie biznesu. Im większe pragnienia konsumpcyjne, tym więcej można sprzedać. Nie jest łatwo odwracać trendy kulturowe za pomocą niskobudżetowych działań wychowawczych lub profilaktycznych. Dlatego warto się zastanowić, gdzie można

znaleźć sojuszników. Naturalnym wydaje się szukanie ich w kościołach i organizacjach wyznaniowych, które z natury rzeczy nastawione są na zachęcanie ludzi do realizacji głębszych i poważniejszych celów życiowych niż zaspokajanie hedonistycznych pragnień. Sprzymierzeńcem może być kultura, o ile będzie skłaniała do pogłębionej refleksji. Bo kultura masowa często staje się niestety dodatkowym narzędziem promocji produktów i kosztownych, a powierzchownych pragnień. Sojusznikiem mogą być także lekcje szkolne, o ile w podstawach programowych pojawiają się zagadnienia skłaniające do refleksji na życiowymi celami, najgłębszymi wartościami i życiową misją. Można sobie wyobrazić bardzo wartościowe i głębokie dyskusje wokół wartościowych lektur z języka polskiego czy wokół wybranych postaci na lekcjach historii. Do tego potrzebna jednak szkoła, która daje przestrzeń do dyskusji i poszukiwań, i nie jest nastawiona na naukę w kluczu egzaminacyjnych schematów.

Wczesna profilaktyka problemów demograficznych powinna być realizowana w ostatnich klasach szkoły podstawowej, a potem w szkołach ponadpodstawowych. Powinna być nieco inaczej wyprofilowana wśród starszych i młodszych. Nieco inaczej wobec dziewcząt i wobec chłopców. Generalnie wydaje się, że **potrzebna jest taka profilaktyka, która stymuluje refleksję nad tym, co tak naprawdę jest w życiu ważne i która pokazuje zalety stawiania na wartości głębsze i bardziej długofalowe.** Tego typu cel stawiają sobie z założenia programy profilaktyki zintegrowanej (Archipelag Skarbów, Gwiazda Mocy, Nawigacja w Każdą Pogodę). Powinien on się znaleźć także w inicjatywach realizowanych w ramach programu „Za życiem”.

III.2.6. Prodemograficzne cele życiowe młodzieży a zachowania ryzykowne z różnych obszarów w badaniach międzynarodowych EIIP

W analizach danych z międzynarodowych badań w Polsce, Litwie i na Malcie po raz pierwszy podjęliśmy pytanie o to czy istnieje związek między wybieranymi przez młodzież celami życiowymi, a różnymi problemami i zachowaniami ryzykownymi. W szczególności chodziło nam o sprawdzenie na danych empirycznych czy marzenia i cele życiowe młodzieży są między sobą „równe” czy też może niektóre są bardziej konstruktywne i prozdrowotne, a inne powiązane ze ścieżkami ryzyka i problemów.

Omówimy tu tylko wyniki, które były istotne statystycznie.

Analizy dla próby z Litwy wykazały, że **wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach” wiąże się z niższym poziomem depresyjności oraz rzadszym pojawianiem się myśli samobójczych.**

Obliczenia na próbie z Malty dały nieco inne rezultaty wśród chłopców, a inne wśród dziewcząt. **U dziewcząt prorodzinne marzenia wiązały się z rzadszym pojawianiem się myśli samobójczych, niższym poziomem bycia sprawcą przemocy werbalnej oraz mniejszą chęcią porzucenia nauki szkolnej przed ukończeniem szkoły** (porzucanie szkoły to ważny problem dla Malty, więc dodano taką zmienną w badaniach). **Chłopcy mający prorodzinne pragnienia rzadziej korzystają z narkotyków i rzadziej sięgają po hazard.**

W obliczeniach na próbie z Polski okazało się, że **wśród dziewcząt wybór marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” idzie w parze z niższym poziomem depresji i myśli samobójczych. Chłopcy mający takie marzenie rzadziej korzystają z alkoholu.**

Prorodzinne marzenia w żadnym z trzech krajów nie wiążą się ze zwiększeniem natężenia jakiegokolwiek z badanych problemów lub zachowań ryzykownych, zaś w każdym z trzech krajów koreluje z ich niższym poziomem. Zależność może mieć charakter dwustronny. Na przykład osoby depresyjne mogą mniej marzyć o rodzinie i dzieciach z powodu swojego obniżonego nastroju i niewiary w konstruktywną przyszłość.

Możliwy jest jednak także przeciwny wektor oddziaływania, za którym mogliby argumentować na przykład specjaliści od logoterapii⁹⁷ czy opartej na jej założeniach logoprofilaktyki⁹⁸ wdrażający myśl Viktora Frankla. Zgodnie z ich spojrzeniem posiadanie głębszego celu, który nadaje życiu sens, zmniejsza tendencje depresyjne, ale także ogranicza potrzebę zapełnienia pustki egzystencjalnej w niezdrowy sposób. Takim sposobem może być uzyskanie chwilowej poprawy nastroju dzięki substancjom psychoaktywnym, dreszczykowi gry hazardowej czy innym uzależniającym zachowaniom.

Nie możemy na podstawie przedstawionych danych korelacyjnych przesądzić, jaki jest charakter związku między posiadaniem marzeń o rodzinie i dzieciach, a problemami młodzieży. Możemy natomiast popatrzeć na ten cel życiowy w kontekście pozostałych celów z listy i sprawdzić czy znajdziemy tam takie, które okażą się tak samo lub bardziej jeszcze powiązane ze zdrowym stylem życia młodzieży. Okazuje się, że nie. **Porównując z innymi celami życiowymi to właśnie marzenie o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” jest w najbardziej uniwersalny sposób prozdrowotne** w każdym z 3 krajów.

Na Malcie wyraźnie prozdrowotne postawy mają młodzi ludzie marzący o „pomaganium innym”. Uczniowie wskazujący taki cel życiowy rzadziej mają myśli samobójcze, rzadziej piją alkohol, rzadziej chcą porzucić szkołę. Ale już na Litwie ani w Polsce takich związków nie dostrzegamy.

Powtórzmy to: **Nie ma w naszych badaniach celu życiowego, który byłby bardziej jednoznacznie powiązany ze zdrowym stylem życia młodzieży niż „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”.**

Wskazanie większości celów życiowych daje wyniki niejednoznaczne – albo brak związku między wyborem danego celu a problemami, albo związki nie układają się w żaden konsekwentny wzór, który mógłby zachęcać do promowania danego marzenia, jako prozdrowotnego. W niektórych przypadkach zaś widać wyraźnie, że wybór danego celu życiowego może mieć źródło w konkretnym problemie ucznia. Na przykład chłopcy z polskiej części badań, którzy są ofiarami przemocy fizycznej, wśród trzech najważniejszych celów życiowych istotnie częściej wybierali „spokojne życie bez kłopotów” oraz „zdobycie władzy”. Można się domyśleć, że ofiara przemocy albo marzy, by mieć święty spokój, albo by zdobyć przewagę i wreszcie się odkuć.

⁹⁷ Frankl.V.E. *Wola sensu. Założenia i zastosowania logoterapii*. Warszawa 2010.

⁹⁸ Kmieciak-Jusięga, K. W. *Logoprofilaktyka. Nowa koncepcja zapobiegania zachowaniom ryzykownym dzieci i młodzieży oparta o założenia logoterapii Viktora E. Frankla*. *Studia Paedagogica Ignatiana* [online]. 15 grudnia 2022, T. 25, nr 4, s. 19–32. [udostępiono 12.4.2023]. DOI 10.12775/SPI.2022.4.001.

Na przeciwnym biegunie wobec prozdrowotnego marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach” jest inny cel życiowy, wyraźnie antyzdrowotny. Okazuje się, że **marzenie o „życiu pełnym rozrywek” konsekwentnie wiąże się z podejmowaniem zachowań ryzykownych** w każdym z 3 krajów. Na Litwie uczniowie wskazujący taki cel życiowy więcej korzystają z alkoholu i narkotyków, a chłopcy częściej korzystają z pornografii i stosują przemoc. Na Malcie marzenie to wiąże się z piciem alkoholu i chęcią porzucenia szkoły, a dodatkowo wśród chłopców z korzystaniem z narkotyków i hazardem. Dane z próby z Polski pokazują, że wskazujący „życie pełne rozrywek” częściej stosują przemoc fizyczną, a ponadto dziewczęta częściej korzystają z alkoholu i częściej są po inicjacji seksualnej.

„Życie pełne rozrywek” to marzenie o doraźnym, łatwo osiągalnym zadowoleniu, o przyjemności osiąganego bez wysiłku. „Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” to marzenie długofalowe, wymagające przygotowań, trudu, dawania z siebie. Gdyby był wybór między docenianiem w działaniach profilaktycznych i wychowawczych jednego z tych dwóch marzeń, jest oczywiste, że lepiej wspierać to drugie. Są jednak inne pozytywne marzenia – choćby te związane z ciekawą pracą zawodową, sukcesem zawodowym, a także artystycznym i sportowym. Nie są to cele doraźne, nie są łatwe do osiągnięcia i trudno znaleźć powody, by zniechęcać młodzież do tego typu dążeń. Zniechęcać nie ma sensu. Ale czy warto dodatkowo do ich realizacji zachęcać, jeśli działoby się to kosztem marzeń o rodzinie i dzieciach? W obliczu problemów demograficznych dotyczących Polskę i cały rozwinięty ekonomicznie świat powstaje poważne pytanie dla współczesnego wychowania i profilaktyki. Jest to pytanie o to czy cele życiowe związane z rodziną i dziećmi nie pozostały całkiem zapomniane i zaniedbane. Czy nie jest tak, że w domu, w szkole i w mediach wiele mówi się o ciekawej pracy, karierze, osiągnięciach w różnych dziedzinach, optymalnym wyborze pracy zawodowej zgodnej z zainteresowaniami i predyspozycjami, a... temat przyszłej rodziny, dzieci, wychowania pomija się niemal zupełnie? Co więcej, czy nie jest tak, że o celach życiowych związanych z rodziną i dziećmi nie wypada rozmawiać z dziewczętami, bo groziłoby to osądem, że wzmacnia się przestarzałe stereotypy? Czy nie jest tak, że współczesna nastolatka, która marzy o rodzinie i dzieciach, czyni to poniekąd na przekór dominującym trendom i być może ma trudność, by znaleźć życzliwego słuchacza lub rozmówcę, przy którym mogłaby swoje marzenia pogłębiać?

Refleksję tę kończymy apelem do wychowawców i profilaktyków. Wspierajcie prorodzinne marzenia młodzieży. Dzięki temu nie tylko wspieracie demografię przyszłości, ale także wzmacnacie w młodzieży to jedno marzenie, które najsilniej koreluje ze zdrowym stylem życia.

III.2.7. Prorodzinne marzenia młodzieży w badaniach IPZIN z okresu jesień 2021 – jesień 2022

Najnowsze badania, których wynikami dysponujemy w trakcie pracy nad tym raportem to badania online przeprowadzone w ramach realizacji „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*”. Obejmują one czas od jesieni 2021 do jesieni 2022. Grupa badana z całego tego okresu obejmuje uczniów klas 6–8 szkoły podstawowej i klas 1–2 szkoły ponad

podstawowej sumując się na łączną wielkość $N=28676^{99}$ (w tym $N=26643$ w roku szkolnym 2021/2022 i $N=2033$ z jesieni roku szkolnego 2022/2023).

Wyniki tych badań przedstawimy w kilku punktach tematycznych.

Najpierw ogólne spojrzenie na cele życiowe uczniów w kolejnych badanych okresach ze szczególną uwagą na cezurę, jaką stanowi wybuch wojny na Ukrainie. Spojrzenie to zostanie pogłębione o dokładniejsze analizy dla wybranych roczników, które pozwalają bardziej miarodajnie określić zmiany zachodzące w czasie.

W kolejnych podrozdziałach omówimy związek między wskazaniem celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a kondycją psychiczną, a dalej także związek wyboru tego celu ze wskaźnikami zachowań ryzykownych.

Następnie zrelacjonujemy wyniki dotyczące związków pomiędzy wskazaniami prorodzinnego celu życiowego a wskazaniami innych celów życiowych.

Ostatnią część rozdziału poświęcimy na omówienie barier w realizacji marzeń, jakie widzi młodzież ze szkół podstawowych i ze szkół ponadpodstawowych oraz związku między marzeniami prorodzinnymi a barierami.

Całość tego ważnego rozdziału służyć ma refleksji nad doбором właściwych akcentów w pracy wychowawczej i profilaktycznej. Jak pokażą wyniki badań nieco inaczej trzeba podejść do młodzieży starszej, młodszej, do chłopców i do dziewcząt.

Szerszy zbiór wyników badań z tego zakresu można znaleźć w Załączniku 3¹⁰⁰ do niniejszego raportu.

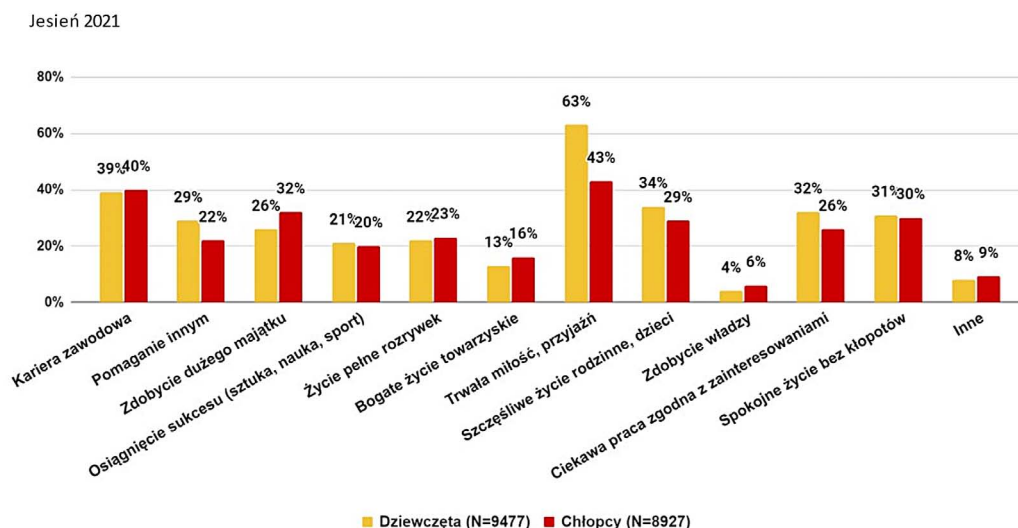
III.2.7.1. Cele życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu jesień 2021 – jesień 2022

Przyjrzyjmy się celom i dążeniom życiowym badanej młodzieży w kolejnych podokresach objętych badaniami. Zaczniemy od okresu 1 – jesieni i zimy 2021 (do wybuchu wojny na Ukrainie). Oto wykres, który przedstawia ogółem wybory uczniów klas 6–8 szkół podstawowych i 1–2 szkół ponadpodstawowych ($N=18404$).

⁹⁹ Na poszczególnych wykresach i w poszczególnych analizach najczęściej uwzględniane są określone podgrupy całej grupy badanej. W prowadzonych obliczeniach statystycznych trzeba było czasem odrzucić pewną część danych z powodu braku odpowiedzi na któreś z pytań albo z powodu wykrytej wady elektronicznego kwestionariusza. Wielkość próby, która posłużyła do przygotowania konkretnego wykresu lub wykonania konkretnych analiz będzie więc podawana każdorazowo.

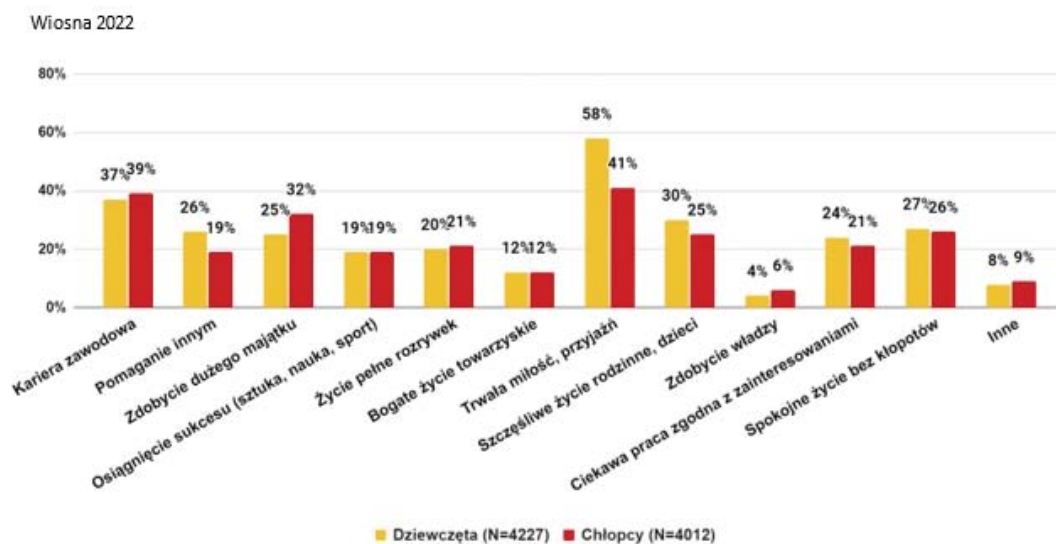
¹⁰⁰ Załącznik nr 3. *Dążenia i cele życiowe młodzieży a demografia. Wyniki analiz statystycznych.*

Wykres 121. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 1 – jesień-zima 2021 (do 23 lutego 2022)



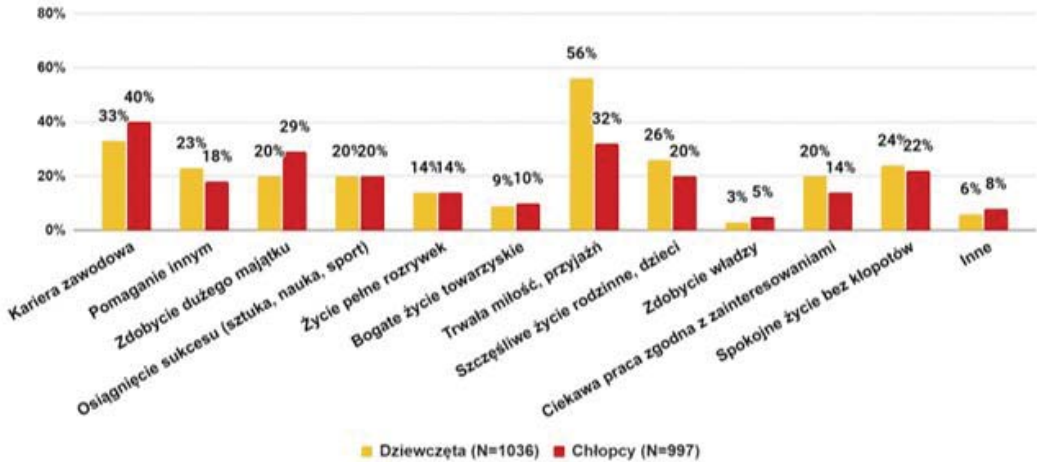
Kolejny wykres pokazuje cele i dążenia życiowe wskazywane przez młodzież w okresie 2 – od 24 lutego 2022 do końca czerwca 2022 (N=8239)

Wykres 122. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 2 – zima-wiosna 2022, od 24 lutego do 30 czerwca 2022 [N=8239]



Ostatni wykres to cele i dążenia życiowe wskazywane przez młodzież w okresie 3 – jesienią 2022 (N=2033). Próba badana jest tu najmniejsza, gdyż w czasie prowadzenia prac nad raportem nie był dostępny komplet danych z jesieni 2022.

Wykres 123. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 3 – jesień 2022 [N=2033]



Przeglądając się wykresom widać ogromne podobieństwo w rozkładzie odpowiedzi w każdym z trzech okresów. Są pewne różnice, ale w znacznej mierze są one skutkiem zmiany technicznej wprowadzonej do elektronicznego kwestionariusza. Pytanie o cele i dążenia życiowe jest pytaniem wielokrotnego wyboru, w którym prosimy badanych o zaznaczenie trzech i nie więcej niż trzech najważniejszych dla nich celów. W pierwszych okresach badań – do 20 marca 2022 – kwestionariusz nie miał założonej blokady i osoba, która zaznaczyła więcej niż trzy cele (czyniąc to niezgodnie z instrukcją), technicznie rzecz biorąc, mogła to zrobić. Okazuje się, że dopóki nie było blokady, tak uczyniło ponad 10% badanych, przy czym niektórzy zaznaczali nawet 5 czy 6 celów. Od 20 marca nie było to możliwe, gdyż osoby próbujące wskazać czwarty cel były zwracane do pytania z przypomnieniem, że mogą wybrać tylko 3 cele. Więcej celów po prostu nie dało się wskazać. Z tego właśnie względu w okresie nazwanym okresem 3 widzimy spadek liczby zaznaczeń szeregu celów życiowych. Widzimy też nieco mniejszy spadek w okresie 2, gdyż zmiana w kwestionariuszu została wprowadzona w trakcie zbierania danych z tego okresu. Piśzemy tutaj o tym tak dokładnie, aby uczulić czytelnika na to, jak łatwo jest błędnie przypisać znaczenie danym. Dokonując w szybkim tempie szeregu zmian w kwestionariuszu po wybuchu wojny na Ukrainie, wprowadziliśmy jednocześnie tę techniczną zmianę w pytaniu o marzeniach nie mając świadomości, jak duże będzie miała znaczenie dla obrazu wyników. „Odkryliśmy” ten fakt dopiero w momencie porównywania danych z trzech okresów. Oto jak ważna jest metodologia badań i odpowiednio szczegółowy jej opis w publikacji. W wielu publikowanych w przestrzeni medialnej raportach z badań różne szczegóły metodologiczne są pomijane – od

opisu próby, poprzez sposób zbierania danych, aż po metody analiz statystycznych. Tymczasem wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu badań podpowiada, że jeśli pojawia się jakiś dziwny, szokujący wynik, to bardzo często wcale nie oznacza równie szokujących zmian w badanej rzeczywistości, a jedynie jakiś błąd w metodzie badań, analizie, doborze próby.

Powróćmy, po tej dygresji, do interesującego nas zagadnienia. Czy pomimo zmiany sposobu odpowiadania na pytanie o dążenia i cele życiowe da się w jakiś sposób ocenić ewentualne trendy zmian w całym okresie objętym badaniami od jesieni 2021 do jesieni 2022? Było to możliwe dla danych z roku szkolnego 2021/2022, które znajdują się w jednej, zintegrowanej bazie danych (dane z kolejnego roku szkolnego 2022/2023 zostaną do tej bazy dołączone dopiero po jego zakończeniu).

W celu odpowiedzenia na to pytanie wykonano następujące zabiegi. Po pierwsze przed rozpoczęciem analiz ze zbioru danych z okresu do 20 marca 2022 wyłączono respondentów, którzy zaznaczyli więcej niż 3 cele życiowe. Dzięki temu we wszystkich okresach roku szkolnego 2021/2022 znalazły się wyłącznie dane pochodzące od osób, które wybrały co najwyżej 3 cele. Następnie dokonano porównań dla dwóch wybranych roczników, które były licznie reprezentowane w grupie badanej każdego z okresów roku szkolnego – były to klasy 7 szkoły podstawowej (N=7002) i klasy 1 szkoły ponadpodstawowej (N=3892). Dodatkowo, jeśli chodzi o szkoły ponadpodstawowe dokonano sprawdzenia czy w poszczególnych okresach badań mamy zbliżone proporcje różnych typów szkół. Okazało się, że tak.

A oto tabele z wynikami. Zaczniemy od klas 7. W kolumnach tabeli są wyróżnione trzy podokresy roku szkolnego 2021/2022. W wierszach znajdują się cele życiowe. Dążenia życiowe, dla których uzyskano istotne statystycznie różnice między okresami zostały pogrubione. Ponadto dodano litery „a” i „b” dla wskazania która konkretnie różnica była istotna statystycznie. Jeśli w dwóch kolumnach danego wiersza mamy dopisane „a”, a w trzeciej „b”, oznacza to, że różnica występuje pomiędzy okresami oznaczonymi „a”, a okresem oznaczonym „b”. Natomiast pomiędzy dwoma okresami oznaczonymi literą „a” istotnej różnicy nie ma.

Tabela 23. Najważniejsze cele i dążenia życiowe uczniów klas 7 szkół podstawowych w badaniach IPZIN z trzech podokresów roku szkolnego 2021/2022 [N=7002]

	Okres						Statystyki		
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca		χ^2	p	V
Wskazywane marzenia	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	1628a	35,3	378a,b	36,4	532b	39,5	7,93	0,019	0,03
Pomaganie innym	1011a	21,9	257a	24,7	294a	21,8	4,15	0,125	0,02
Zdobycie dużego majątku	1116a	24,2	237a	22,8	353a	26,2	3,88	0,144	0,02
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	856a	18,5	220b	21,2	283b	21,0	6,42	0,040	0,03
Życie pełne rozrywek	807a	17,5	166a	16,0	246a	18,2	2,16	0,339	0,02

	Okres						Statystyki		
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
Wskazywane marzenia	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
Bogate życie towarzyskie	447a	9,7	105a	10,1	128a	9,5	0,26	0,878	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	2176a	47,2	481a	46,3	642a	47,6	0,42	0,809	0,01
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	1213a	26,3	254a	24,4	337a	25,0	2,01	0,367	0,02
Zdobycie władzy	150a	3,3	27a	2,6	70b	5,2	14,66	0,001	0,05
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	1040a	22,5	218a,b	21,0	250b	18,5	10,05	0,007	0,04
Spokojne życie bez kłopotów	1188a	25,7	237a	22,8	318a	23,6	5,41	0,067	0,03
Inne	445a	9,6	104a	10,0	110a	8,2	3,20	0,202	0,02

W poszczególnych okresach roku szkolnego 2021/2022 w klasach 7 nie odnotowano zmian odsetka młodzieży wybierającej cele życiowe sprzyjające pragnieniu posiadania dzieci i „dzietności w marzeniach”. Nie ma efektów istotnych statystycznie ani dla celu „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, ani dla celu „trwała miłość, przyjaźń”. Nie pokazały takich efektów także odrębne obliczenia wykonane dla chłopców i dla dziewcząt.

Odnotowano natomiast wzrost wyborów celu „zrobienie kariery zawodowej” w trzecim, ostatnim okresie, na który przede wszystkim złożyły się zmiany w grupie chłopców. Z podobnym zjawiskiem mamy do czynienia, jeśli chodzi o cel „zdobycie władzy”, który jest zaznaczany częściej w trzecim okresie i także w większym stopniu za sprawą chłopców. Istotne zmiany polegające na wzroście wyborów „osiągnięcia sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu” dokonały się w drugim okresie wśród dziewcząt, a w trzecim okresie wśród chłopców. Równoległe pojawił się spadek wyborów celu „ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami” – silniejszy wśród chłopców niż wśród dziewcząt.

Czy zmiany te mają znaczenie z punktu widzenia wczesnej profilaktyki problemów demograficznych? Patrząc na to w kontekście wcześniej przedstawionych wyników badań ukazujących ujemne korelacje między chęcią posiadania dzieci i pożądaną ilość dzieci a niektórymi celami życiowymi, wydaje się, że znaczenie może mieć wzrost wyborów celu „zdobycie władzy”. Jest to cel o najsilniejszym ujemnym związku z prorodzinnymi pragnieniami. Wybiera go, co prawda, niewielki odsetek badanych, ale w trzecim okresie osiąga on już wartość 5,2%. Wśród chłopców możemy mówić o podwojeniu wskazań tego celu, gdyż w pierwszym okresie wybierało go 3,8% chłopców, a w trzecim 7,1%. Czy jest to zmiana związana z wybuchem i przedłużaniem się wojny? Czy w świecie, w którym rosną zagrożenia militarne, rosnąć będzie odsetek młodzieży, a zwłaszcza chłopców marzących o władzy i wpływie, jaki ona daje? A jeśli tak, to jak ocenić to zjawisko? Bo może w niebezpiecznym świecie potrzebnych jest więcej odważnych generałów, pełnych poświęcenia burmistrzów, bohaterskich przywódców misji pomocowych...

Wróćmy jednak do oceny z punktu widzenia demografii przyszłości. **Przedstawione dane nie uzasadniają tezy o dalszym obniżeniu pragnień związanych z „dzietnością marzeń” jako skutku wojny na Ukrainie. Jak na razie wydaje się, że wydarzenia za wschodnią granicą nie miały istotnego wpływu na młodzież z klas 7 w tym obszarze.**

Przyjrzyjmy się wynikom dla klas 1 szkół ponadpodstawowych.

Tabela 24. Najważniejsze cele i dążenia życiowe uczniów klas 1 szkół ponadpodstawowych w badaniach IPZIN z trzech podokresów roku szkolnego 2021/2022 [N=3892]

Wskazywane marzenia	Okres						Statystyki		
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca		χ^2	p	V
	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	780a	36,6	212a	33,5	388a	34,4	2,82	0,244	0,03
Pomaganie innym	396a	18,6	122a	19,3	195a	17,3	1,34	0,513	0,02
Zdobycie dużego majątku	588a	27,6	162a	25,6	338a	29,9	4,04	0,133	0,03
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	308a	14,5	83a	13,1	162a	14,3	0,72	0,697	0,01
Życie pełne rozrywek	347a	16,3	119a, b	18,8	248b	22,0	16,03	0,001	0,06
Bogate życie towarzyskie	227a	10,7	65a	10,3	117a	10,4	0,11	0,948	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	1105a	51,9	311a	49,2	571a	50,6	1,51	0,470	0,02
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	541a	25,4	155a	24,5	263a	23,3	1,75	0,418	0,02
Zdobycie władzy	94a	4,4	30a	4,7	51a	4,5	0,13	0,937	0,01
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	510a	23,9	94b	14,9	229a	20,3	24,96	0,001	0,08
Spokojne życie bez kłopotów	515a	24,2	147a	23,3	293a	26,0	1,94	0,380	0,02
Inne	170a	8,0	50a	7,9	81a	7,2	0,70	0,705	0,01

W klasach 1 szkół ponadpodstawowych również nie obserwujemy istotnych zmian w zakresie wskazań celów „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” i „trwała miłość, przyjaźń”. Nie widać ich także przy odrębnych analizach dla chłopców i dziewcząt.

Dwie widoczne zmiany to spory wzrost wskazań celu „życie pełne rozrywek” oraz umiarkowany spadek wyborów celu „ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami”. Nie widać tu jakichś zasadniczych różnic między chłopcami i dziewczętami.

„Życie pełne rozrywek” to cel, którego wybranie ujemnie koreluje z chęcią posiadania dzieci i upragnioną ilością dzieci. O ile więc charakterystyczną cechą zmian w klasach 7 był wzrost wskazań „zdobycia władzy”, o tyle u pewnego odsetka dwa lata starszej młodzieży widzimy reakcję

polegającą na „ucieczkę w rozrywki”. Czy ta „ucieczka” ma swoje źródło w wojnie i poczuciu zagrożenia, które wzbudza? Być może tak, ale nie wiemy tego na pewno, bo nie dysponujemy danymi, które pozwoliłyby porównać wahania najważniejszych dążeń młodzieży w obrębie roku szkolnego. Może wraz z wiosną, zmęczeniem rokiem szkolnym i zbliżaniem się wakacji więcej się myśli i marzy o rozrywce?

Podsumowując wyniki dla klas 1, podobnie jak w przypadku klas 7 możemy stwierdzić, że brak jest w naszych badaniach dowodów na pojawienie się zmian wynikających z wybuchu wojny na Ukrainie w zakresie prorodzinnych dążeń i celów życiowych młodzieży.

Na koniec tego podrozdziału warto zatrzymać się chwilę przy wynikach badań z jesieni 2022. Nie możemy jeszcze przeprowadzić analiz statystycznych, gdyż zbiór danych z roku szkolnego 2022/2023 jest w trybie ciągłym uzupełniany i nie jest przygotowany do obliczeń. Możemy jednak dokonać porównań poglądowych dających wstępną orientację. Jeśli zestawimy dane z wiosny 2022 dla klas 7 z danymi z jesieni/zimy 2022/2023¹⁰¹ (N=602) okaże się, że wśród dziewcząt „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” wskazywało 28% badanych w obu tych okresach, a wśród chłopców w pierwszym z tych okresów 19%, a w drugim 22%. Z kolei w grupie uczniów klas 1 wiosną 2022 wśród dziewcząt było to 25%, a jesienią 2022 29%, zaś wśród chłopców wiosną 22%, a jesienią 20%. Różnice te wymagałyby potwierdzenia po zebraniu większej liczby danych i wykonania porównań statystycznych. **Wydaje się, że po spadku prorodzinnych marzeń zaobserwowanym w ostatnich latach i nasilonym w okresie epidemii mamy do czynienia z utrzymaniem się niekorzystnego dla demografii przyszłości stanu rzeczy, ale już nie z dalszym jego pogłębianiem się.**

III.2.7.2. Prorodzinne cele życiowe młodzieży w kontekście innych celów.

Młodzież zaznaczała w badaniach trzy najważniejsze dla siebie cele życiowe. Interesującą kwestią jest to, jakie inne cele życiowe zaznaczali badani, którzy wybrali „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” jako jeden z najważniejszych celów. Analizy przeprowadzone zostały osobno dla chłopców i dla dziewcząt na całej próbie badanej z roku szkolnego 2021/2022 (N=23236).

Poniżej tabela z wynikami dla chłopców.

W grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach niemal dwukrotnie częściej wskazywano „trwałą miłość, przyjaźń”, a wyraźnie częściej wskazywano „ciekawą pracę zgodną z zainteresowaniami”. Ponadto, istotnie statystycznie częściej wskazywano „pomaganie innym”, „osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu”, „życie pełne rozrywek”, „bogate życie towarzyskie” i „spokojne życie bez kłopotów”. Jednocześnie w grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano zrobienie kariery zawodowej, zdobycie dużego majątku i marzenia określane jako inne.

¹⁰¹ Aby uzyskać nieco większą liczbę badanych do porównań sięgnięto do danych dla klas 7 szk. podst. i klas 1 szk. ponadpodst. z nowo roku szkolnego dostępnych na dzień 11.01.2023.

Tabela 25. Cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a wybór innych celów życiowych wśród chłopców w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022

Inne marzenia	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci						
	nie		tak				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
Zrobienie kariery zawodowej	3336	41,4	1230	39,2	4,55	0,033	0,02
Pomaganie innym	1636	20,3	771	24,6	24,35	0,001	0,05
Zdobycie dużego majątku	2761	34,3	935	29,8	20,41	0,001	0,04
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	1560	19,4	752	24,0	29,21	0,001	0,05
Życie pełne rozrywek	1818	22,6	770	24,5	4,96	0,026	0,02
Bogate życie towarzyskie	1077	13,4	586	18,7	50,31	0,001	0,07
Trwała miłość, przyjaźń	2976	36,9	1887	60,2	494,87	0,001	0,21
Zdobycie władzy	505	6,3	208	6,6	0,49	0,482	0,01
Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	1738	21,6	1067	34,0	185,94	0,001	0,13
Spokojne życie bez kłopotów	2186	27,1	1177	37,5	115,76	0,001	0,10
Inne	942	11,7	130	4,1	148,62	0,001	0,12

Skupiając się na najbardziej wyrazistych różnicach wśród chłopców, można powiedzieć, że stosunkowo największa grupa chłopców, dla których ważnym celem życiowym jest rodzina i dzieci, pragnie w swoim życiu trwałej miłości i chciałaby mieć ciekawą pracę zgodną z zainteresowaniami. Jednocześnie w nieco mniejszej mierze niż innym chłopcom zależy im na karierze zawodowej i zdobyciu dużego majątku.

Poniżej tabela pokazująca wyniki wśród dziewcząt.

W grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach znacznie częściej wskazywana była „trwała miłość i przyjaźń”. Ponadto, istotnie statystycznie częściej wskazywano „pomaganie innym”, „ciekawą pracę...” i „spokojne życie bez kłopotów”. Jednocześnie w grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano „zrobienie kariery zawodowej”, „zdobycie dużego majątku”, „zdobycie władzy” i marzenia określane jako inne.

Jakie są zatem największe różnice wśród dziewcząt? **Dziewczęta, dla których ważnym celem życiowym jest rodzina i dzieci, równolegle z tym marzeniem pragną przede wszystkim trwałej miłości. Ponadto chciałyby one także mieć ciekawą, zgodną z zainteresowaniami pracę. Nieco rzadziej niż inne dziewczęta wskazują jako ważne zdobycie dużego majątek i karierę zawodową.**

Tabela 26. Cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a wybór innych celów życiowych wśród dziewcząt w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2022

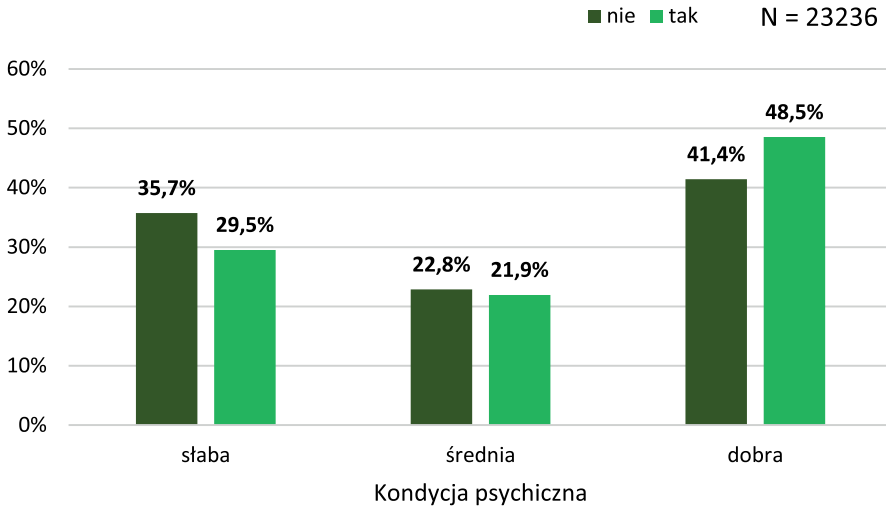
Inne marzenia	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci						
	nie		tak				
	N	%	n	%	χ^2	p	V
Zrobienie kariery zawodowej	3286	40,7	1441	36,4	20,36	0,001	0,04
Pomaganie innym	2118	26,2	1256	31,7	39,96	0,001	0,06
Zdobycie dużego majątku	2421	30,0	781	19,7	142,66	0,001	0,11
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	1668	20,6	799	20,2	0,35	0,553	0,01
Życie pełne rozrywek	1811	22,4	803	20,3	7,11	0,008	0,02
Bogate życie towarzyskie	1075	13,3	546	13,8	0,54	0,464	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	4572	56,6	2935	74,1	348,09	0,001	0,17
Zdobycie władzy	366	4,5	144	3,6	5,22	0,022	0,02
Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	2234	27,6	1406	35,5	77,83	0,001	0,08
Spokojne życie bez kłopotów	2298	28,4	1401	35,4	60,16	0,001	0,07
Inne	844	10,4	121	3,1	196,81	0,001	0,13

Podsumowując wyniki dla obu płci możemy stwierdzić, że prorodzinne pragnienia łączą się najczęściej z marzeniami o trwałej miłości, a w dalszej kolejności o ciekawej pracy, a zarazem z mniejszymi ambicjami co do zdobycia dużego majątku i zrobienia kariery zawodowej. Innymi słowy, **młodzież nastawiona na rodzinę, nastawiona jest także na miłość i przyjaźń. W sferze zawodowej częściej zależy jej na ciekawej pracy niż na karierze i majątku.**

III.2.7.3. Prorodzinne cele życiowe a kondycja psychiczna młodzieży

Wyniki innych, omówionych wcześniej badań IPZIN, pokazały, że młodzież wybierająca „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, jako jeden z trzech najważniejszych celów życiowych w mniejszym stopniu angażuje się w zachowania ryzykowne. Nie sprawdzano jednak czy wybór prorodzinnego celu życiowego jest powiązany z kondycją psychiczną młodzieży. W obliczeniach wykonanych na całej próbie badanej z roku szkolnego 2021/2022 (N=23236), że **wśród osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej takich, które charakteryzowały się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej takich, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.**

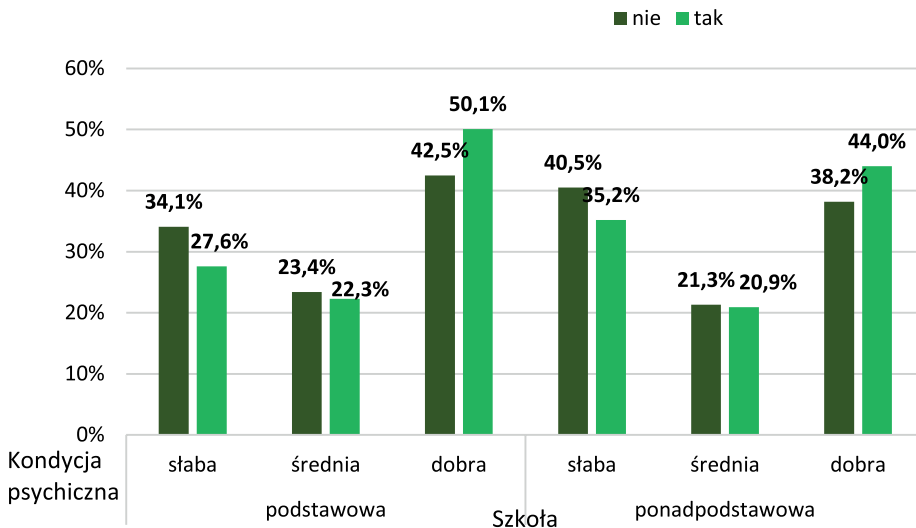
Wykres 124. Kondycja psychiczna w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń w całej badanej próbie



Zależność pomiędzy prorodzinnymi marzeniami a kondycją psychiczną w całej grupie badanej była istotna statystycznie ($\chi^2(2)=114,72, p<0,001, V=0,07$).

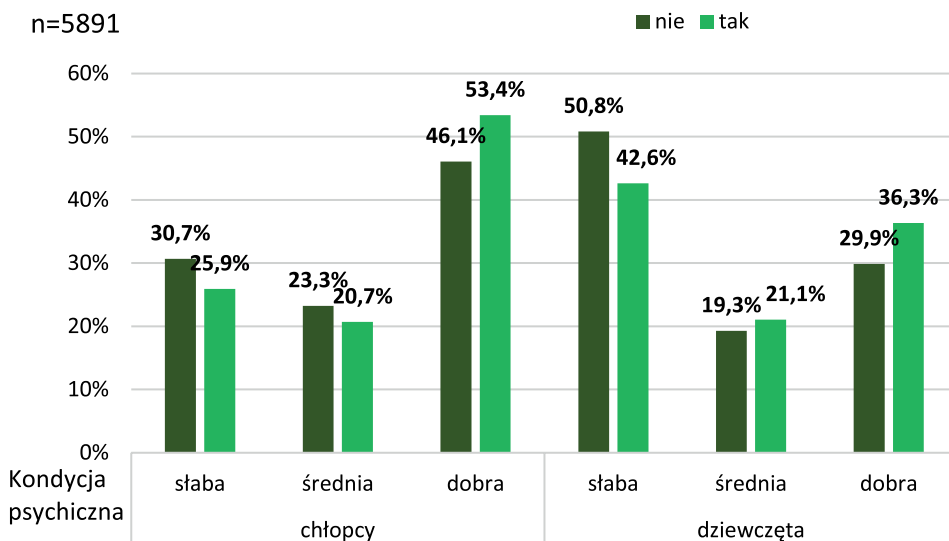
Obserwowany efekt dotyczył zarówno uczniów szkół podstawowych ($\chi^2(2)=98,27, p<0,001, V=0,08$), jak i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=20,05, p<0,001, V=0,06$), co ilustruje poniższy wykres.

Wykres 125. Kondycja psychiczna a wskazanie marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach w grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych



Podobne, istotne statystycznie związki, zaobserwowano w obliczeniach dla obu płci. Kolejny wykres, umieszczony poniżej, przedstawia wyniki dla szkół ponadpodstawowych. Wśród chłopców efekt był istotny statystycznie ($\chi^2(2)=12,87, p<0,01, V=0,07$) chociaż nieco słabszy niż wśród dziewcząt ($\chi^2(2)=19,31, p<0,001, V=0,08$). W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych, którzy mieli marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.

Wykres 126. Kondycja psychiczna a wskazanie marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach w grupie chłopców i dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych



Nie możemy jednoznacznie przesądzić kierunku zależności między kondycją psychiczną a prorodzinnymi marzeniami. Prawdopodobną możliwością jest wzajemny wpływ tych zmiennych. Osoby o słabszej kondycji psychicznej mogą rzadziej wskazywać prorodziny, długofalowy cel życiowy, którego realizacja jest odległa i niełatwa. Jednocześnie osoby, które mają wykrystalizowany pozytywny cel życiowy, jakim jest rodzina i dzieci, mogą się mniej borykać z problemami egzystencjalnymi i mieć lepszą kondycję psychiczną.

III.2.7.4. Prorodzinyne cele życiowe a zachowania ryzykowne młodzieży

Na wstępie trzeba przypomnieć, że zasady etyczne prowadzenia badań online wśród młodzieży nakładają istotne ograniczenia w zakresie zadawania pytań o zachowania ryzykowne i problemy. Nie wiedząc w jakich okolicznościach badani wypełniają ankietę, nie chcemy pytać o sprawy, które mogłyby badanym stwarzać kłopotliwe sytuacje lub powodować, że będą zatajać fakty. Dodatkowo ankietę online używaną w ramach „Szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w Każdą Pogodę*” z założenia jest narzędziem uniwersalnym, które jest stosowane od klasy 6

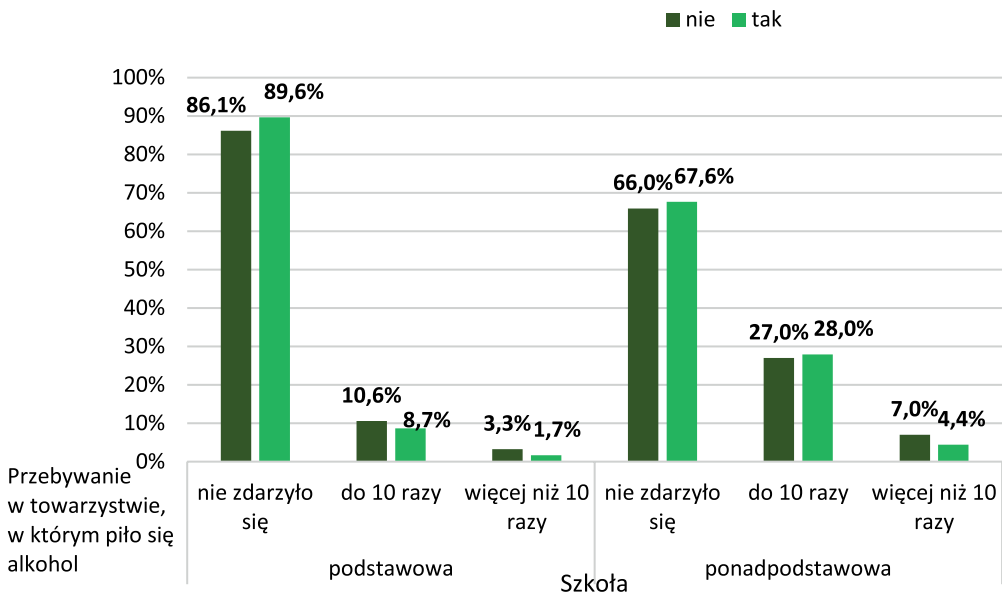
szkoły podstawowej do klasy 2 szkoły ponadpodstawowej. Jest zrozumiałe, że niektóre pytania, które można zadać 15-latkowi nie są właściwe dla 11-latka.

Zespół IPZIN zdecydował, że zamiast zadawać pytania o korzystanie z substancji psychoaktywnych, wstawimy do kwestionariusza jedynie pytanie o przebywanie w towarzystwie młodzieżowym, w którym piło się alkohol, korzystało z narkotyków, paliło papierosy. Wiemy bowiem, że zmienna ta jest bardzo silnie korelującym czynnikiem ryzyka korzystania z substancji psychoaktywnych. Podobnie, zamiast pytania o korzystanie z pornografii (co dokonuje się najczęściej za pośrednictwem Internetu) w kwestionariuszu znalazło się pytanie o wchodzenie na strony internetowe, których zawartość może być nieodpowiednia lub szkodliwa dla osób w wieku respondenta.

A oto wyniki.

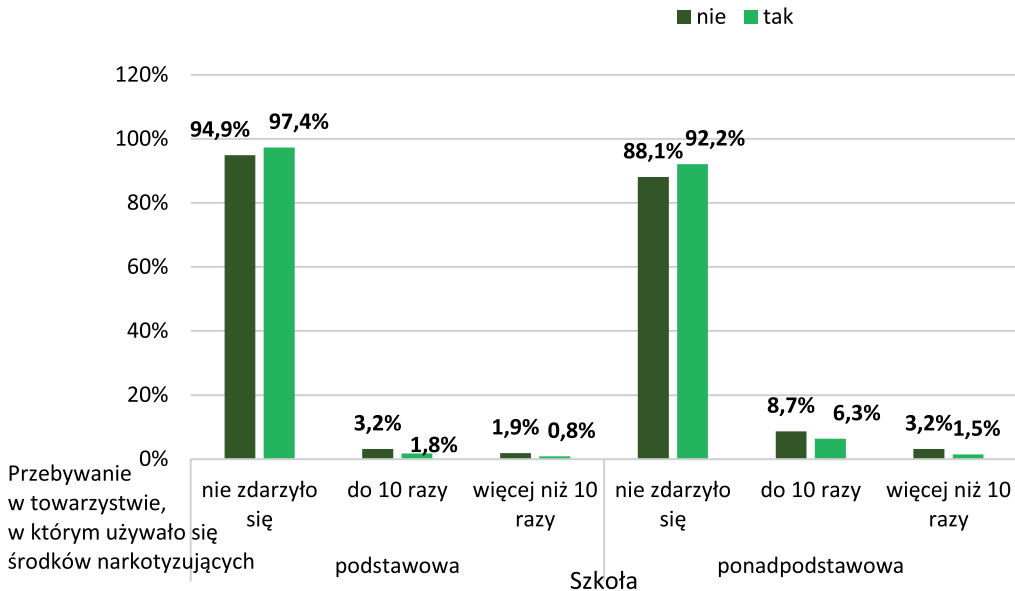
Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” wiąże się w sposób istotny statystycznie z rzadszym przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w rówieśniczym towarzystwie alkoholowym. Dotyczy to zarówno szkół podstawowych ($\chi^2(2)=50,74, p<0,001$), jak i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=14,52, p<0,001, V=0,05, V=0,05$). W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym piło się alkohol i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 10 razy. W szkołach ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców ($\chi^2(2)=7,44, p<0,05, V=0,05$), jak i dziewcząt ($\chi^2(2)=7,67, p<0,001, V=0,05$).

Wykres 127. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym piło się alkohol



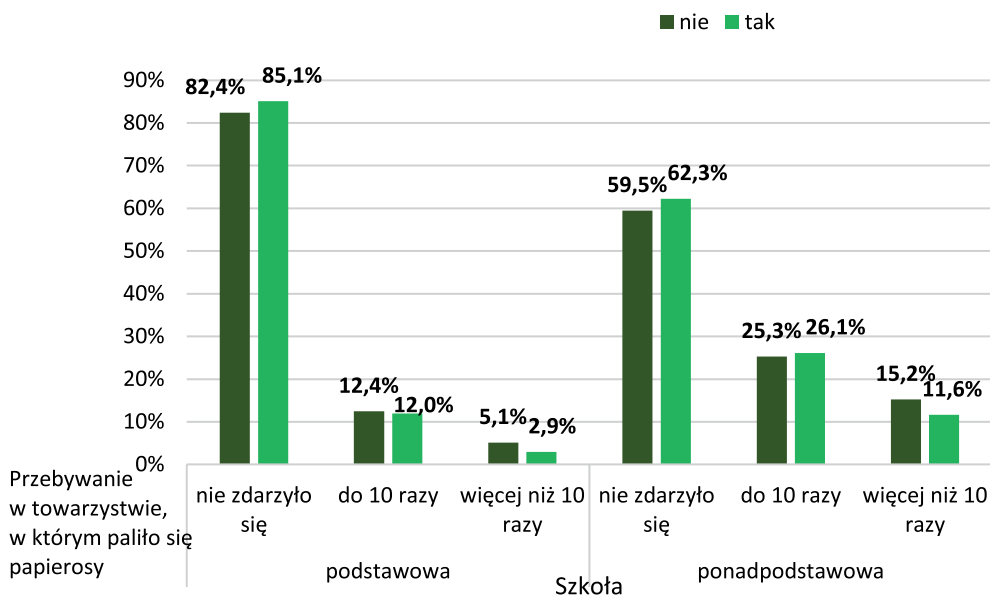
Marzenia prorodzinne wiążą się też z rzadszym przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym używało się środków narkotyzujących. Istotny statystycznie efekt uzyskano zarówno w szkołach podstawowych ($\chi^2(2)=52,37$, $p<0,001$, $V=0,06$), jak i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=23,66$, $p<0,001$, $V=0,06$). W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym używało się środków narkotyzujących i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie. W szkołach ponadpodstawowych istotny efekt pojawił się zarówno wśród chłopców ($\chi^2(2)=13,13$, $p<0,01$, $V=0,07$), jak i wśród dziewcząt ($\chi^2(2)=9,39$, $p<0,01$, $V=0,06$).

Wykres 128. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym korzystało się z narkotyków



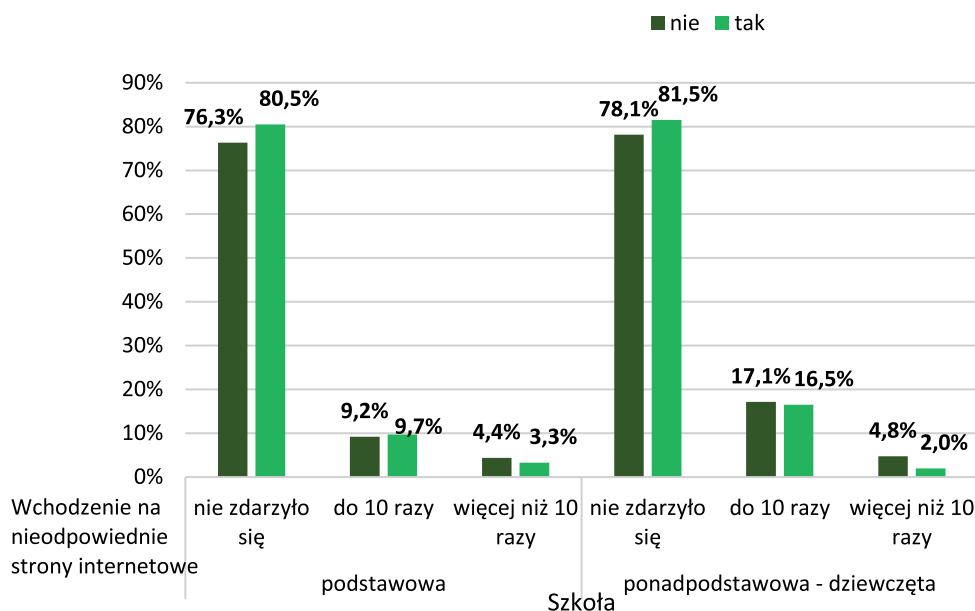
Istotna statystycznie jest także zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym paliło się papierosy. Efekt jest widoczny zarówno w szkołach podstawowych ($\chi^2(2)=42,94$, $p<0,001$, $V=0,05$), jak ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=13,64$, $p<0,001$, $V=0,05$). W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym paliło się papierosy i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 10 razy. W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt ten utrzymuje istotność statystyczną i wśród chłopców ($\chi^2(2)=8,69$, $p<0,05$, $V=0,06$), i wśród dziewcząt ($\chi^2(2)=5,45$, $p<0,05$, $V=0,04$).

Wykres 129. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym paliło się papierosy



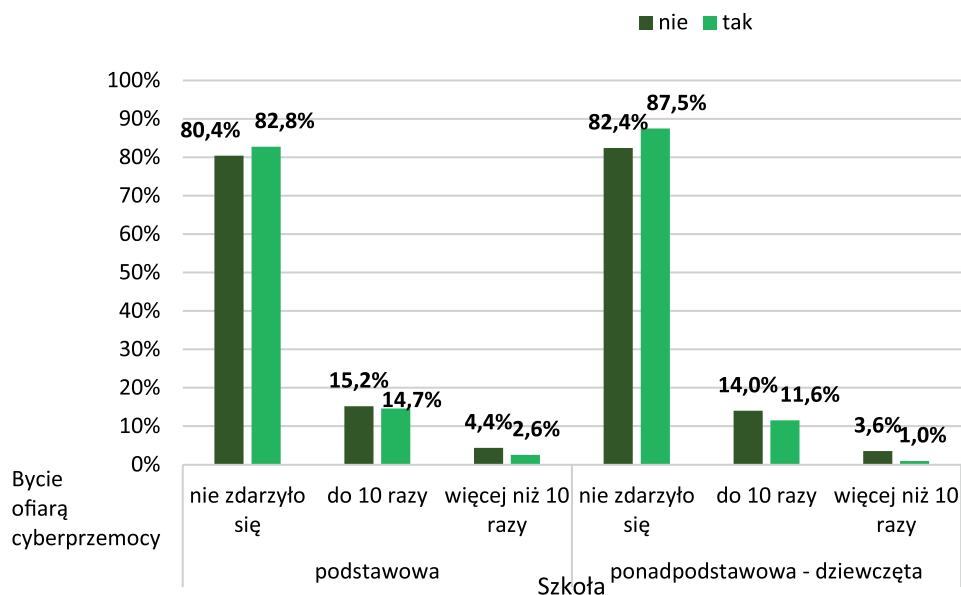
Marzenia prorodzinne są powiązane także z rzadszym wchodzeniem w ciągu ostatnich 30 dni na strony internetowe, które są nieodpowiednie lub szkodliwe dla osób w wieku respondentów. Istotny statystycznie efekt zaobserwowano w szkołach podstawowych ($\chi^2(2)=16,21$, $p<0,001$, $V=0,03$). Na poziomie szkół ponadpodstawowych efekt był nieistotny statystycznie ($\chi^2(2)=5,25$, $p>0,05$), ale jak pokazały dalsze analizy zależność istnieje i jest nawet dość silna, jednak wyłącznie wśród dziewcząt ($\chi^2(2)=14,37$, $p<0,001$, $V=0,07$). Wśród uczniów szkół podstawowych oraz wśród dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych mających marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach więcej było osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści i jednocześnie mniej osób, które wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści 3–5 razy, 11–30 razy i więcej niż 30 razy.

Wykres 130. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a wchodzenie na strony internetowe zawierające nieodpowiednie/szkodliwe treści



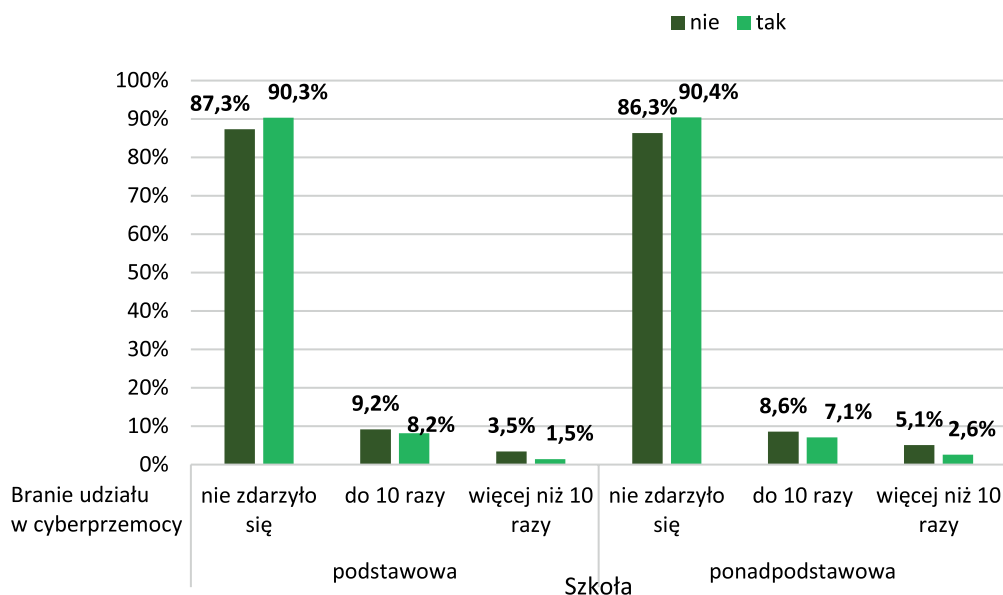
Marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach wiążą się z rzadszym byciem ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni. Istotny statystyczny efekt był obserwowany w szkołach podstawowych ($\chi^2(2)=34,85$, $p<0,001$, $V=0,05$) i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=22,17$, $p<0,001$, $V=0,06$). Jednak dalsze analizy z uwzględnieniem zmiennej płci wykazały, że w szkołach ponadpodstawowych istotna statystycznie zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a byciem ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni zachodziła wyłącznie w grupie dziewcząt ($\chi^2(2)=21,75$, $p<0,001$, $V=0,09$), a nie zachodziła w grupie chłopców ($\chi^2(2)=4,02$, $p>0,05$). Uwzględniono to na poniższym wykresie, gdzie jeśli chodzi o szkoły ponadpodstawowe, wykres ilustruje różnice wyłącznie w grupie dziewcząt.

Wykres 131. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a bycie ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni



Marzenia prorodzinne wiążą się z rzadszym braniem udziału, czyli de facto byciem sprawcą, cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych ($\chi^2(2)=58,84$, $p<0,001$, $V=0,06$) i ponadpodstawowych ($\chi^2(2)=24,22$, $p<0,001$, $V=0,06$). W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie brały udziału cyberprzemocy i jednocześnie mniej osób, które brały udział w cyberprzemocy do 10 razy albo ponad 10 razy w ciągu ostatnich 30 dni. Tym razem w grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców ($\chi^2(2)=13,49$, $p<0,01$, $V=0,07$), jak i dziewcząt ($\chi^2(2)=7,01$, $p<0,05$, $V=0,05$).

Wykres 132. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a bycie sprawcą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni



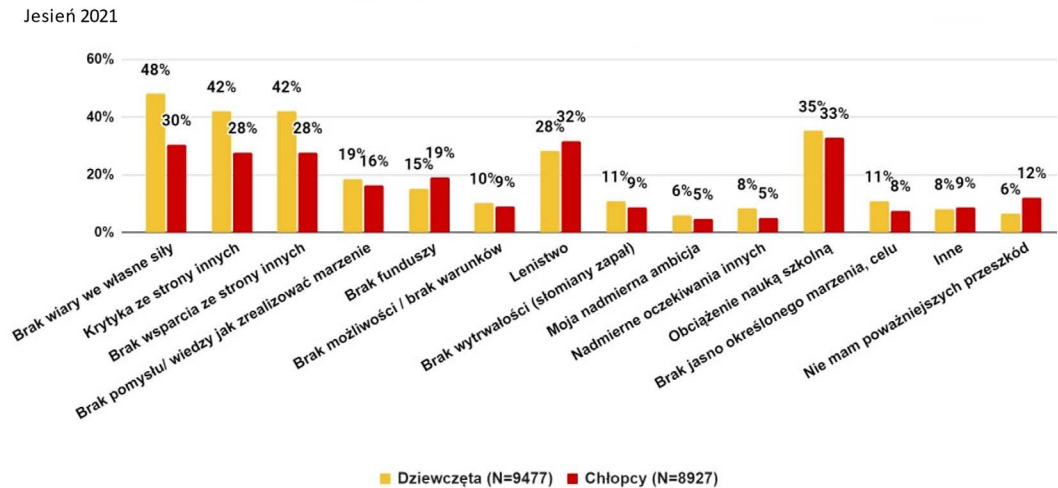
Podsumowanie tych wyników wypada bardzo jednoznacznie.

Dla wszystkich zawartych w badaniach wskaźników, które odnoszą się do bezpośrednio do zachowań ryzykownych lub są ich silnymi czynnikami ryzyka, wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” pełni funkcję czynnika chroniącego. Dotyczy to przebywania w towarzystwie rówieśniczym korzystającym z każdej z trzech uwzględnionych w badaniach substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki, papierosy), bycia ofiarą i sprawcą cyberprzemocy oraz odwiedzania szkodliwych dla młodzieży stron internetowych.

III.2.7.5. Marzenia prorodzinne a bariery w realizacji marzeń

W badaniach IPZIN zadawane jest pytanie o najważniejsze bariery w realizacji marzeń i celów życiowych. Zaznaczyć można było co najwyżej trzy wybrane bariery. Poniższy wykres pokazuje odpowiedzi młodzieży w wieku 11–16 lat z okresu od jesieni 2021 do 23 lutego 2022, czyli do wybuchu wojny na Ukrainie. Widzimy, że kilka barier jest wyraźnie częściej wskazywanych przez dziewczęta niż przez chłopców, zwłaszcza: „brak wiary we własne siły”, „krytyka ze strony innych”, „brak wsparcia ze strony innych”. Chłopcy natomiast częściej wskazują na „lenistwo” i „brak funduszy”, a poza tym chłopcy dwukrotnie częściej niż dziewczęta stwierdzają, że „nie ma poważniejszych przeszkód” w realizacji marzeń i celów życiowych. Zbliżony a zarazem wysoki jest odsetek chłopców i dziewcząt, którzy wskazują na „obciążenie nauką szkolną” jako na ważną barierę. Wszystkie powyżej opisane cechy widać również w wynikach z wiosny 2022 i z jesieni 2022.

Wykres 133. Bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież w okresie jesień 2021 – 23 luty 2022 [N=18404]



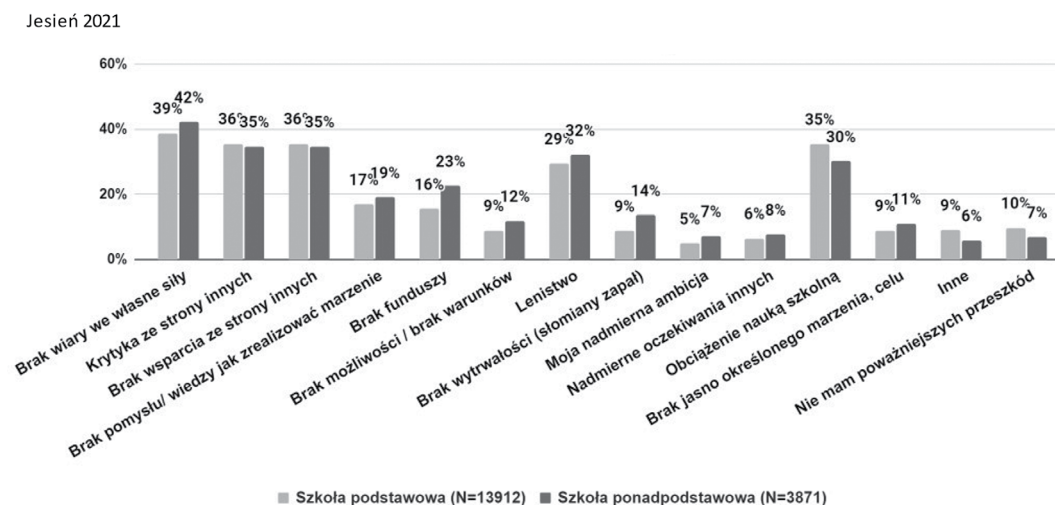
Ogólnie można powiedzieć, że odsetek uczniów wskazujących poszczególne bariery nie zmienia się w wyraźny sposób, gdy porównujemy przedstawione wyniki sprzed wybuchu wojny na Ukrainie z tymi po 24 lutego – czy to z wiosny, czy z jesieni 2022. Jeśli są jakieś niewielkie różnice, to nie takie, które dałoby się przypisać zmianie sytuacji wynikającej z wybuchu wojny i przybycia fali uchodźców. Aby dokładniej sprawdzić wpływ tych wydarzeń na bariery w realizacji marzeń od marca 2022 do listy została dodana dodatkowa bariera – „ogólna sytuacja na świecie i w Polsce”. Wiosną, w okresie 21 marca – 30 czerwca 2022 wskazywało ją 4% dziewcząt i 4% chłopców (N=4052), a więc bardzo niewiele. Jesienią 3% dziewcząt i 4% chłopców (N=2033), a więc średnio biorąc tyle samo.

Kolejny wykres pokazuje na przykładzie danych z jesieni 2021 (do wybuchu wojny w lutym 2022) w jaki sposób różnią się wskazania największych barier przez uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Różnice wydają się bardzo nieduże. Uczniowie ze szkół ponadpodstawowych nieco częściej wskazują „brak wiary we własne siły”, „lenistwo”, „brak funduszy” i „brak wytrwałości”, rzadziej zaś „obciążenie nauką szkolną” i brak „poważniejszych przeszkód”. Co ciekawe, „brak jasno określonego marzenia, celu” wcale nie występuje częściej wśród uczniów młodszych, a wręcz przeciwnie, nieznacznie częściej wśród respondentów ze szkół ponadpodstawowych.

Ten wstępny przegląd barier jest przydatnym tłem dla przedstawienia wyników analiz, które łączą kwestię wyboru prorodzinnego marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” z postrzeganiem barier w realizacji marzeń. Analizy te przeprowadzono na zbiorze danych z całej próby zebranej w roku szkolnym 2021/2022 (N=23236).

Wykres 134. Bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych w okresie jesień 2021 – 23 luty 2022 [N=17788]



W poniższej tabeli przedstawiono rozkład spostrzeganych barier w realizacji własnych marzeń i celów życiowych w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach, i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . Różnice istotne statystycznie zostały zaznaczone pogrubioną czcionką. Wśród osób, które wybrały marzenie o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” jako jedno z trzech najważniejszych, istotnie więcej respondentów wskazywało cały szereg barier, niż wśród osób, które tego marzenia nie wybrały.

Oto lista tych barier:

- 1) brak wiary we własne siły,
 - 2) krytyka ze strony innych,
 - 3) brak wsparcia ze strony innych,
 - 4) brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie,
 - 5) brak możliwości / brak warunków,
 - 6) lenistwo,
 - 7) brak wytrwałości (słomiany zapal),
 - 8) nadmierne oczekiwania innych,
 - 9) obciążenie nauką szkolną,
- a także...
- 10) brak jasno określonego marzenia, celu.

Tabela 27. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]

Bariery	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci						
	nie		tak				
	n	%	n	%	χ^2	p	V
Brak wiary we własne siły	6158	38,2	3150	44,4	75,71	0,001	0,06
Krytyka ze strony innych	4404	27,3	2312	32,6	64,14	0,001	0,05
Brak wsparcia ze strony innych	2315	14,3	1231	17,3	32,84	0,001	0,04
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	2598	16,1	1451	20,4	62,56	0,001	0,05
Brak funduszy	2791	17,3	1296	18,3	2,70	0,100	0,01
Brak możliwości / brak warunków	1364	8,5	792	11,2	41,65	0,001	0,04
Lenistwo	4715	29,2	2358	33,2	35,12	0,001	0,04
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	1458	9,0	907	12,8	73,85	0,001	0,06
Moja nadmierna ambicja	853	5,3	421	5,9	3,69	0,055	0,01
Nadmierne oczekiwania innych	949	5,9	562	7,9	32,74	0,001	0,04
Obciążenie nauką szkolną	5045	31,3	2849	40,1	168,43	0,001	0,09
Brak jasno określonego marzenia, celu	1385	8,6	721	10,2	14,14	0,001	0,03
Inne	1180	7,3	465	6,6	4,68	0,031	0,01
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	120	0,7	40	0,6	2,41	0,121	0,01
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	1510	9,4	621	8,7	2,47	0,116	0,01

Jak widzimy w tabeli, **osoby mające marzenie o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” widzą generalnie więcej barier dla realizacji swoich marzeń niż osoby, które na swojej liście najważniejszych celów życiowych takiego marzenia nie mają.** Jaki wniosek praktyczny można stąd wyprowadzić? Jeśli chcemy realizować cele wczesnej profilaktyki problemów demograficznych, powinniśmy być świadomi mentalnych barier, które w dzisiejszych czasach wyrastają przed młodzieżą mającą, zdawałoby się, tak zwyczajne marzenie, jak stworzenie kiedyś szczęśliwej rodziny i wychowania w niej dzieci. Czy to marzenie jest trudniejsze niż inne marzenia? Co jest powodem tej mentalnej bariery? Może obserwacje świata dorosłych, gdzie tak wiele małżeństw i rodzin się rozpada? A może presja w kierunku sukcesu w innych obszarach życia, która powoduje, że osoby mające „zwykłe marzenia o rodzinie” mają pod górkę? Takie hipotezy mogłyby potwierdzać wyraźnie częstsze, wśród marzących o rodzinie, zaznaczanie

barier „niewiara we własne siły” oraz „krytyka ze strony innych”. Jak takim barierom przeciwdziałać w profilaktyce? Opracowanie konkretnych treści profilaktycznych i metod działania wydaje się całkowicie realne. Trzeba ośmielać i dodawać odwagi do tego, by marzyć o rodzinie. Trzeba pokazywać pozytywne przykłady szczęśliwych rodzin. I trzeba się skupiać na przekazywaniu wiedzy i umiejętności, których zdobycie realnie zwiększa szanse na budowanie trwałych relacji. Wiedza o budowaniu trwałych związków, o zasadach dobrej komunikacji, o rozwiązywaniu konfliktów... Jej zdobycie przez młodzież mogłoby nieco zmniejszyć wymienione bariery. Dodatkowo w pracy z rodzicami należałoby zachęcać do unikania krytyki młodzieńczych marzeń i do tego, by rodzice potrafili dostrzec wartość marzeń niezwiązanych z wielkimi sukcesami i prestiżem, ale po prostu z dobrym, uczciwym, pięknym życiem, w którym człowiek daje to, co może tym, których ma najbliżej, których najbardziej kocha – a więc rodzinie.

Warto zwrócić uwagę na barierę „brak pomysłu/wiedzy jak zrealizować marzenie”. Tej wiedzy i tego pomysłu częściej nie mają osoby marzące o szczęśliwej rodzinie. Czyż nie jest to dodatkowym zaproszeniem do działania dla wychowawców, profilaktyków i nauczycieli WDŻ gotowych podjąć temat?

Ważną pomoc w rozumieniu wyników omawianych analiz da nam ich ogląd w podziale wg. zmiennej płci. – osobno wśród chłopców, osobno wśród dziewcząt.

Oto wyniki w grupie chłopców.

Tabela 28. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez chłopców w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]

Bariery w grupie chłopców	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci						
	Nie		tak				
	n	%	n	%	χ^2	p	V
Brak wiary we własne siły	2365	29,4	1081	31,1	29,75	0,001	0,05
Krytyka ze strony innych	1735	21,5	831	24,0	33,69	0,001	0,06
Brak wsparcia ze strony innych	866	10,8	442	9,0	27,26	0,001	0,05
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	1191	14,8	639	18,8	53,79	0,001	0,07
Brak funduszy	1530	19,0	670	2,4	11,04	0,004	0,03
Brak możliwości / brak warunków	649	8,1	358	15,7	33,93	0,001	0,06
Lenistwo	2493	30,9	1099	25,4	19,73	0,001	0,04
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	640	7,9	398	22,1	62,92	0,001	0,08
Moja nadmierna ambicja	363	4,5	176	2,4	9,42	0,009	0,03
Nadmierne oczekiwania innych	333	4,1	212	7,5	36,64	0,001	0,06

Bariery w grupie chłopców	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci						
	Nie		tak				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
Obciążenie nauką szkolną	2433	30,2	1253	75,4	98,05	0,001	0,09
Brak jasno określonego marzenia, celu	561	7,0	296	3,1	22,60	0,001	0,05
Inne	598	7,4	228	7,3	3,80	0,149	0,02
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	66	0,8	15	0,5	7,42	0,025	0,03
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	982	12,2	358	11,4	5,19	0,075	0,02

Chłopcy, którzy mają marzenie prorodzinne, w porównaniu z tymi, którzy go nie mają, w wielokrotnie mniejszym stopniu postrzegają jako barierę „brak funduszy”. A zatem **fundusze przydałyby się głównie tym chłopcom, którzy mają inne marzenia, a jeśli chodzi o rodzinę i dzieci, to „brak funduszy” nie przeszkadza**. Dlaczego? Być może dlatego, że chłopcy ci nie obawiają się, że nie zdołają utrzymać rodziny. Wierzą, że tyle będą umieli zarobić. Najwidoczniej to inne marzenia wymagałyby znacznie większych zasobów, a ich brak staje się barierą w osiągnięciu celu. Wyróżniającą się przeszkodą dla marzeń prorodzinnych nie jest też „lenistwo” ani „nadmierna ambicja” – a przynajmniej bariery te mniej przeszkadzają w realizacji marzeń o rodzinie, niż w realizacji innych marzeń.

Natomiast **bariery 2–3-krotnie częściej wybierane przez chłopców marzących o rodzinie i dzieciach to: „brak wytrwałości”, „brak możliwości/ brak warunków” oraz „nadmierne oczekiwania innych”**. To prawda, że realizacja marzeń o szczęśliwej rodzinie wymaga wytrwałości i stałości – stworzenie trwałego związku samo w sobie jest już wyzwaniem, które dla dojrzewającego nastolatka jest rozwojowo bardzo odległe. Młodemu chłopakowi doświadczającemu zmienności pierwszych zakochań może być trudno wyobrazić sobie wieloletnią miłość. Brak możliwości i warunków, gdyby wskazywali na niego ludzie dorośli, mógłby oznaczać np. brak warunków materialnych, mieszkaniowych. Ale w przypadku nastolatków sprawa może wyglądać inaczej. Skoro nie mam żony, a pewnie nawet nie mam jeszcze dziewczyny, to co tu mówić o rodzinie i dzieciach. Może nikomu się nie spodobam? Może nie znajdę właściwej partnerki? I to wszystko można określić jako „brak możliwości i warunków”, bo warunkiem wstępnym dla marzeń o rodzinie jest to, by mieć osobę, z którą się tę rodzinę będzie tworzyć. Nieco inną sprawą są „nadmierne oczekiwania innych”. Może inni (rodzice? nauczyciele?) mają dla mnie plan, który nie pasuje ani do moich możliwości, ani, co ważniejsze, do moich pragnień? Może oczekują kariery, świetnego zawodu, a wcześniej dobrych stopni?

W pewnej harmonii z tą ostatnią barierą jest ogromny, naprawdę **ogromny odsetek chłopców, którzy jednocześnie mają prorodzinne marzenia i wskazują jako barierę „obciążenie nauką szkolną”**. Ponad 75% w porównaniu do zaledwie 30% wśród chłopców niemających prorodzinnych marzeń (przynajmniej wśród trzech wybranych jako najważniejsze). Jak to rozumieć? Wydaje się, że **o rodzinie i dzieciach bardziej myślą ci chłopcy, którzy gorzej się**

uczą i nie widzą dla siebie przyszłości w jakiejś olśniewającej karierze edukacyjnej, a potem zawodowej. Badania CBOS pokazują, że cel życiowy dotyczący życia rodzinnego i dzieci najczęściej wskazuje młodzież ze szkół branżowych, nieco rzadziej z techników, a najrzadziej z liceów. Nie mamy w tym raporcie miejsca, by zająć się innym ważnym tematem, jakim są pragnienia emigracyjne polskiej młodzieży, ale warto wspomnieć, że z badań IPZIN wynika, iż wyższy poziom pragnień związanych z rodziną i dziećmi jest częścią profilu „lokalnego patrioty”, podczas gdy ich niższy poziom częścią profilu „przyszłego emigranta”. Analizy badań IPZIN z lat 2019–2022 pokazały także „przyszłym emigrantem” częściej są dziewczęta, a „lokalnym patriotą” częściej chłopcy. Dodać tu trzeba, że w kategorii „lokalny patriota” mieściły się osoby, które swoją przyszłość widzą nie tylko w Polsce, nie tylko w swoim regionie, ale wręcz w swoim najbliższym środowisku lokalnym.

Wylania nam się tu obraz grupy chłopców, którzy nie są orłami w szkole, marzą o rodzinie i dzieciach, i chcą żyć, i pracować w swojej małej ojczyźnie. Czy nie jest to grupa, o którą lokalne władze i lokalne społeczności powinny szczególnie dbać? Bo to ci chłopcy będą nie tylko budować dobrobyt swojej miejscowości i regionu, ale także zapewnią mu przyszłość poprzez założenie rodziny i wychowanie dzieci.

Wyniki badań, które tu przedstawiamy dają dużo do myślenia także rodzicom. Czy warto kłaść aż taki nacisk na wyniki szkolne? Czy nie można by się w większym stopniu pogodzić z różnorodnością pragnień chłopców i cieszyć się tym, że staną się uczciwymi obywatelami mającymi praktyczny zawód pozwalający im utrzymać rodzinę, a rodzicom cieszyć się wnukami, które będą mieszkać w pobliżu?

Spójrzmy na tabelę z wynikami dziewcząt.

Tabela 29. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez dziewczęta w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]

Bariery w grupie dziewcząt	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	p	V
	Nie		tak				
	n	%	n	%			
Brak wiary we własne siły	3793	46,9	2069	52,2	31,10	0,001	0,05
Krytyka ze strony innych	2669	33,0	1481	37,4	23,97	0,001	0,05
Brak wsparcia ze strony innych	1449	17,9	789	19,9	8,98	0,011	0,03
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	1407	17,4	812	20,5	18,75	0,001	0,04
Brak funduszy	1261	15,6	626	15,8	2,38	0,305	0,01
Brak możliwości / brak warunków	715	8,8	434	11,0	15,74	0,001	0,04
Lenistwo	2222	27,5	1259	31,8	25,43	0,001	0,05

Bariery w grupie dziewcząt	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	p	V
	Nie		tak				
	n	%	n	%			
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	818	10,1	509	12,9	22,13	0,001	0,04
Moja nadmierna ambicja	490	6,1	245	6,2	2,38	0,305	0,01
Nadmierne oczekiwania innych	616	7,6	350	8,8	7,47	0,024	0,03
Obciążenie nauką szkolną	2612	32,3	1596	40,3	75,37	0,001	0,08
Brak jasno określonego marzenia, celu	824	10,2	425	10,7	3,06	0,216	0,02
Inne	582	7,2	237	6,0	8,72	0,013	0,03
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	54	0,7	25	0,6	2,38	0,304	0,01
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	528	6,5	263	6,6	2,36	0,308	0,01

Pierwsze, co rzuca się w oczy, to że wśród dziewcząt widzimy praktycznie tylko jeden kierunek różnic. **Więcej barier dostrzegają te dziewczęta, które marzą o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach”, niż te, które tego marzenia nie wskazują.**

Gdybyśmy mieli wybrać bariery wyraźnie częściej wskazywane przez dziewczęta o prorodzinnych pragnieniach, nie znajdziemy aż tak dużych różnic, jak wśród chłopców. **Dwie bariery, które są wyraźnie częściej wskazywane przez dziewczęta marzące o rodzinie i dzieciach to „brak wiary we własne siły” i „obciążenie nauką szkolną”.** Czemu to zwyczajne, ludzkie pragnienie związane z pięknem macierzyństwa, by mieć rodzinę i dzieci, wiąże się z „brakiem wiary we własne siły”? Czy nie jest tak, że współczesny świat ukazuje macierzyństwo i rodzicielstwo w szczególny sposób, który powoduje, że podjęcie tych ról wydaje się trudniejsze niż powinno? Idealne matki z portali i blogów internetowych, które są szczupłe, piękne, spełnione zawodowo, a ich dzieci są perfekcyjnie realizowanym „projektem” ... A jeśli mi się tak nie uda? Może nie sprostam „nadmiernym oczekiwaniom innych” i spotka mnie „krytyka ze strony innych”, które to bariery są także częściej wskazywane przez dziewczęta, dla których pragnienie rodziny i dzieci jest jednym z najważniejszych.

Dziewczętom nie przeszkadza brak funduszy, nie przeszkadza ogólna sytuacja na świecie, tak trudna w czasach epidemii i wojny. Bariery, jak się wydaje, leżą głównie na poziomie mentalności, a istotna ich część może mieć źródło w trendach współczesnej kultury. Ale jeśli tak, to antidotum trzeba szukać na tym samym poziomie, na którym rozwija się problem – na poziomie kulturowym, edukacyjnym, profilaktycznym.

III.2.8. Pragnienia emigracyjne a pragnienia prodemograficzne młodzieży – doniesienie wstępne

Charakterystyczną cechą *modelu profilaktyki zintegrowanej* i badań na nim opartych jest gotowość do poszerzania katalogu zagrożeń i czynników z nimi powiązanych, jeśli istnieją przesłanki, że dany problem lub dany czynnik odgrywa istotną rolę w strukturze zmiennych istotnych dla zagadnień wychowania i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży. Dążenie do uzyskania całościowego obrazu powoduje, że projektując kolejne badania zespół IPZIN przywiązuje szczególną wagę do eksploracyjnego dołączania w badaniach nowych zmiennych i analizowania ich związków z szerokim kontekstem zmiennych należących do kanonu badań opartych na *modelu profilaktyki zintegrowanej*.

Takim nowym, ważnym wątkiem, który został dołączony w celach eksploracyjnych było pytanie o plany życiowe dotyczące wymarzonego miejsca zamieszkania w dorosłości. Zespół IPZIN doszedł do wniosku, że skoro podejmujemy w badaniach demograficzny wątek dotyczący pragnień związanych z dzietnością, to logiczne jest także włączenie zmiennej pozwalającej wykryć skalę pragnień związanych z emigracją zagraniczną, migracją z regionu lub migracją, migracją z miejscowości zamieszkania, ale także wielkość odsetka młodzieży wiążącej plany na przyszłość z pozostaniem we własnej lokalnej społeczności. Sprawa wydaje się istotna z punktu widzenia polskiej racji stanu, dla której, w obliczu niskiej dzietności, kwestia emigracji młodych za granicę jest bardzo ważna. Ważna jest także dla społeczności lokalnych, dla których istotny jest nie tylko odsetek pragnących wyjechać za granicę, ale także odsetek młodych zamierzających opuścić społeczność lokalną i zamieszkać np. w stolicy regionu lub w innym regionie Polski. W każdym z tych przypadków pragnienia migracyjne wiążą się dla danej społeczności lokalnej z niebezpieczeństwem depopulacji.

Oprócz zbadania skali pragnień migracyjnych, celem dołączenia tej tematyki do badań było sprawdzenie jej miejsca w kontekście całokształtu problemów dzieci i młodzieży oraz czynników z nimi związanych.

Szersza analiza wyników badań IPZIN, a także badań EIIP¹⁰², dotyczących tematu emigracji nie jest możliwa w tym miejscu. Wymagałoby to wykonania szeregu dodatkowych analiz na danych z kilku różnych badań z ostatnich lat oraz szerszego opisanie wyników, co wymagałoby utworzenia odrębnego, sporego objętościowo rozdziału.

Zdecydowaliśmy się na zaprezentowanie tutaj w formie „doniesienia wstępnego” przynajmniej tej części opracowanych już wyników, które wpisują się w tematykę niniejszego rozdziału, gdyż pokazują związek między pragnieniami emigracyjnymi a pragnieniami związanymi z dzietnością. Wyniki te są bardzo interesujące i niezwykle przydatne dla praktycznej refleksji dotyczącej nie tylko wychowania i profilaktyki, ale także polityki społecznej.

Po raz pierwszy temat pragnień migracyjnych młodzieży został włączony do badań w 2019 roku, w ramach projektu IPZIN realizowanego na zlecenie Fundacji KGHM w ramach strategii społecznej KGHM dla regionu Legnicko-Głogowskiego Zagłębia Miedziowego. Jest

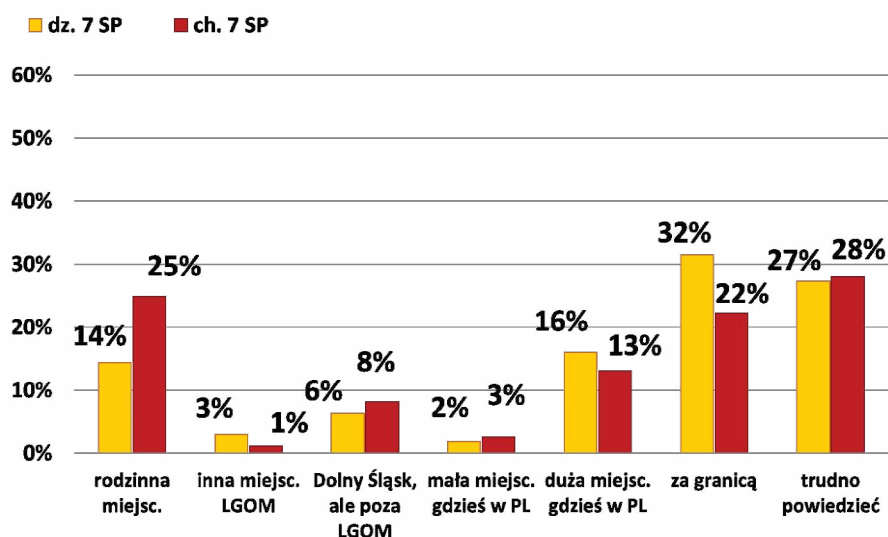
¹⁰² EIIP to skrót od European Institute for Integrated Prevention – odrębnej fundacji powołanej przez kadrę IPZIN w 2017 roku w celu rozwijania działalności międzynarodowej.

to region silnie uprzemysłowiony i dzięki złożom miedzi eksploatowanym przez KGHM, region relatywnie bogaty, intensywnie się rozwijający i oferujący wiele atrakcyjnych miejsc pracy. Przedstawione wyniki badań pochodzą z raportu końcowego¹⁰³ opisującego rezultaty tego projektu.

Badania przeprowadzone zostały w klasach 7 z 12 **szkół podstawowych (N = 792)** w czerwcu 2019 roku, a w klasach 1 z 5 szkół ponadpodstawowych (N = 631) w październiku 2019.

Poniżej przedstawione są odpowiedzi uczniów na pytanie „gdzie najbardziej chcieliby mieszkać w dorosłości”. Skrót LGOM użyty na wykresie oznacza Legnico-Głogowski Okręg Miedziowy.

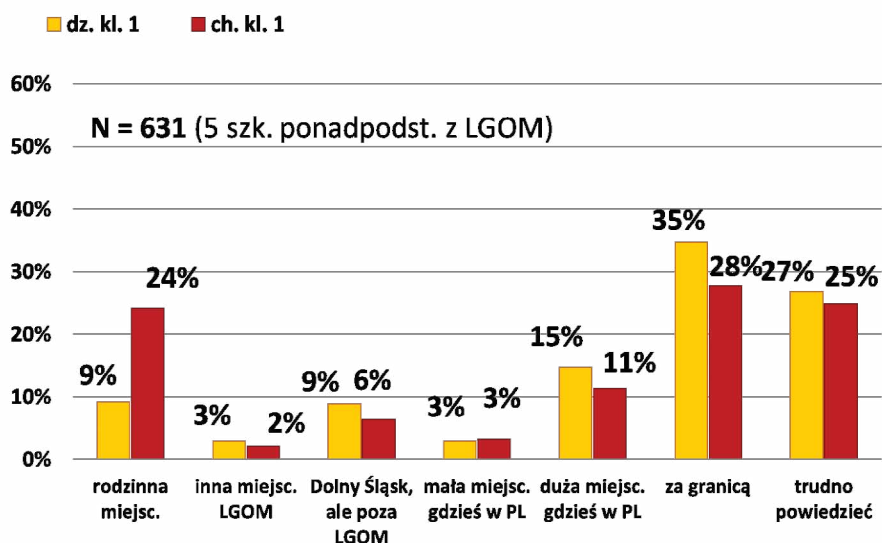
Wykres 135. Wymarzone miejsce zamieszkania w dorosłości uczniów 7 klas szkół podstawowych z Zagłębia Miedziowego



Wyniki pokazują bardzo wysoki odsetek pragnień emigracyjnych u młodzieży z klas 7 szkół podstawowych i z klas 1 szkół ponadpodstawowych. Mniej więcej co trzecia nastolatka (33–35%) chciałaby mieszkać zagranicą i co czwarty chłopak (22–28%). O ile również około ¼ chłopców chciałoby w dorosłości mieszkać w rodzinnej miejscowości (24–25%), to wśród dziewcząt odsetek „lokalnych patriotek” jest bardzo niski (9–14%). Około ¼ badanych uczniów nie ma wyrobionego zdania, gdzie pragnęliby mieszkać w dorosłości.

¹⁰³ Balcerzak, A., Grzelak, S., Siellawa-Kolbowska, E., Świerzeńska, K., Żyro, D. (2019). *Wspieranie rozwoju i zapobieganie problemom młodzieży w gminach Legnicko-Głogowskiego Okręgu Miedziowego w oparciu o model profilaktyki zintegrowanej*. Raport końcowy z projektu edukacyjno-profilaktycznego realizowanego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej finansowanego przez Fundację KGHM.

Wykres 136. Wymarzone miejsce zamieszkania w dorosłości uczniów 1 klas szkół ponadpodstawowych z Zagłębia Miedziowego



W oparciu o grupę badaną ze szkół podstawowych (N = 792) przeprowadzono serię analiz korelacji, które doprowadziły do wyłonienia profilu „przyszłego emigranta” oraz profilu „lokalnego patrioty”. „Przyszły emigrant”, to osoba, która zadeklarowała chęć mieszkania za granicą w dorosłości. „Lokalny patriota” to ktoś, kto chciałby w dorosłości mieszkać w rodzinnej miejscowości lub innej miejscowości Zagłębia Miedziowego.

„Przyszły emigrant” to częściej dziewczyna niż chłopak. Ponadto z pragnieniem życia za granicą w dorosłości wiąże się:

- Większa depresyjność i myśli samobójcze
- Wyższe aspiracje edukacyjne i oceny szkolne
- Wyższy poziom stresu szkolnego
- Mniejsza religijność
- Mniej wysłuchany i rozumiany przez rodziców
- Rzadziej rozmawia z matką o planach na przyszłość
- Nie widzi wokół siebie wzoru szczęśliwego małżeństwa
- Mniejsze pragnienie by mieć dzieci w przyszłości
- Niskie poczucie więzi ze swoją szkołą, regionem i Polską

Z kolei „lokalny patriota” to częściej chłopak niż dziewczyna. A ponadto z pragnieniem mieszkania w aktualnie zamieszkiwanej miejscowości lub mikroregionie wiąże się:

- Silniejsza więź ze swoją szkołą, miejscowością, regionem i Polską
- Częściej ocenia atmosferę w klasie jako życzliwą
- Częściej wskazuje, że miał(a) w swoim życiu wychowawcę, nauczyciela, któremu wiele zawdzięcza
- Większe zaufanie do nauczycieli, rodziców, sąsiadów

- Większe znaczenie religii
- Widzi wokół siebie wzory szczęśliwych małżeństw
- Większe znaczenie „rodziny” jako wartości
- Silniejsze pragnienie by mieć dzieci w przyszłości
- Pragnienie większej liczby dzieci w przyszłości
- Częstszy wybór „szczęśliwego życia rodzinnego i posiadania dzieci” jako ważnego celu życiowego
- Rzadszy wybór celu życiowego „zdobycie dużego majątku”

Pomimo ograniczeń, jakie są związane z zastosowaniem analizy korelacji¹⁰⁴, w zakresie, który interesuje nas w rozdziale o pragnieniach dzieciństwa, wyniki są uderzające.

„Przyszły emigrant” ma mniejsze pragnienie posiadania dzieci. „Przyszły emigrant” to osoba bardziej depresyjna, bardziej zestresowana szkołą i mająca wyższe aspiracje edukacyjne. Wiemy z wcześniej przedstawionych w tym rozdziale analiz, że depresyjność jest powiązana z niechęcią do posiadania dzieci w przyszłości. Tu jednak widzimy depresyjność na tle stresu szkolnego i aspiracji szkolnych. Ci, którym bardziej zależy na nauce, którzy też bardziej się nauką stresują mają silniejsze pragnienia emigracyjne i słabsze pragnienia prorodzinne. „Przyszły emigrant” jest mniej religijny – a jak wiemy, mniejsze znaczenie wiary/religii w życiu jest czynnikiem obniżającym pragnienia prorodzinne. „Przyszły emigrant” ma niższe poczucie więzi ze szkołą, regionem i Polską, czuje się mniej wysłuchany i rozumiany przez rodziców, a także rzadziej rozmawia z matką o planach na przyszłość. Wyraźnie widzimy, że „przyszłego emigranta” nie trzymają na miejscu bliskie, ciepłe więzi. „Przyszły emigrant” rzadziej widzi wokół siebie przykład wzoru szczęśliwego małżeństwa, a wiemy przecież, że kontakt z takimi małżeństwami jest w świetle badań czynnikiem sprzyjającym chęci posiadania dzieci w przyszłości.

W przeciwieństwie do obrazu „przyszłego emigranta”, obraz „lokalnego patrioty” jest bardzo prorodzinny. „Lokalny patriota” bardziej chce mieć dzieci w przyszłości i chce mieć tych dzieci więcej. Rodzina jest dla niego bardziej centralną wartością, a „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” często wybieranym celem życiowym. „Lokalny patriota” nie goni za majątkiem, nie stawia na cele materialne, a zarazem jest bardziej religijny. Jest otoczony przyjaznymi ludźmi i na wielu poziomach ma bliskie więzi z otoczeniem: klasę ocenia jako życzliwą, ufa rodzicom, nauczycielom i sąsiadom, ma silniejszą więź ze swoją szkołą, miejscowością, regionem i Polską, częściej wskazuje, że miał w swoim życiu nauczyciela/wychowawcę, któremu wiele zawdzięcza. Ponadto, „lokalny patriota” widzi wokół siebie wzory szczęśliwych małżeństw. Z takiego miejsca nie chce się wyjeżdżać! Z takim miejscem chce się wiązać przyszłość, założyć tu rodzinę i mieć dzieci!

Temat pragnień emigracyjnych był podjęty także w kolejnych, wieloetapowych badaniach IPZIN przeprowadzonych wśród młodzieży z 7 i 8 klas szkół podstawowych (N=2638) w latach 2019–2020. Pierwszy etap badań był realizowany jesienią 2019, czyli jeszcze przed wybuchem epidemii COVID-19, a ostatni etap w roku 2020, po kilku miesiącach trwania epidemii. W oparciu

¹⁰⁴ Podstawowym ograniczeniem jest to, że analizy nie dają odpowiedzi na pytanie na ile wykryte czynniki są wzajemnie powiązane. Na przykład fakt, że przyszłymi emigrantkami są częściej dziewczęta w dość oczywisty sposób może wiązać się z faktem, że przyszłymi emigrantkami częściej są osoby depresyjne i mające myśli samobójcze. Wiadomo bowiem, że depresyjność znacznie częściej występuje wśród nastoletnich dziewcząt niż chłopców.

o bazę danych z tych badań nie przeprowadzono analizy czynników powiązanych z pragnieniami emigracyjnymi. Odnotowano w nich natomiast wzrost pragnień emigracyjnych z poziomu 25% do poziomu 28%. Wzrost ten może być skutkiem epidemii i związanego z nią pogorszenia kondycji psychicznej i wzrostu stresu szkolnego. Obie te zmienne są czynnikami wpływającymi na pragnienia emigracyjne. Jak pisaliśmy wcześniej, z wielu badań wiemy, że pragnienia związane z dzietnością spadły w okresie epidemii. Rysuje się więc spójny, pesymistyczny obraz, w świetle którego okres epidemii i izolacji spowodował jednocześnie pogorszenie kondycji psychicznej, spadek marzeń prorodzinnych i wzrost pragnień emigracyjnych.

Wątek pragnień emigracyjnych był uwzględniony także w międzynarodowych badaniach realizowanych przez EIPP w ramach projektu Erasmus+ wśród 14–15-latków na Malcie (N=1222), na Litwie (N=469) i w Polsce (N=558) w latach 2021–2022. Wyniki tych badań przyniosły podobne rezultaty, co wyniki badań z Zagłębia Miedziowego. Jeśli chodzi o temat pragnień dzietności i emigracji to został on opisany w raporcie dotyczącym wyników z Malty¹⁰⁵.

Badanie na Malcie było oparte o próbę reprezentatywną. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” jako jednego z trzech najważniejszych, okazał się tym czynnikiem, który najsilniej ze wszystkich koreluje z chęcią pozostania w przyszłości na Malcie, podczas gdy wśród osób marzących o emigracji pragnienie wybór tego celu życiowego był o wiele rzadszy. „Lokalny patriota” z Malty ma większą chęć posiadania dzieci w przyszłości, a także jest bardziej religijny i mniej depresyjny niż „przyszły emigrant”. „Lokalny patriota” ma lepsze relacje z rodzicami, których częściej niż „przyszły emigrant” wskazuje jako swoich głównych życiowych przewodników. Także stres szkolny występuje na Malcie częściej wśród „przyszłych emigrantów”. Tyle tylko, że wydaje się on powiązany bardziej z obawą przed przemocą w szkole niż z aspiracjami szkolnymi. Na Malcie, podobnie jak w Polsce, o emigracji częściej myślą dziewczęta.

Wyniki badań z Litwy są bardzo zbliżone. „Przyszły emigrant” rzadziej chce mieć dzieci w przyszłości i istotnie rzadziej niż „lokalny patriota” stawia sobie szczęśliwą rodzinę i dzieci za ważny cel życiowy. „Przyszli emigranci” są rzadziej religijni, a zarazem częściej mają myśli samobójcze i myśli o samookaleczeniu. Jednocześnie „przyszli emigranci” rzadziej wskazują swoich rodziców jako swoich życiowych przewodników. No i wśród „przyszłych emigrantów” więcej jest dziewcząt, a wśród „lokalnych patriotów” więcej chłopców.

Związek między pragnieniem emigracji, a niechęcią posiadania dzieci oraz związek między lokalnym patriotyzmem a nastawieniem prorodzinnym wydaje się być ponadnarodową cechą współczesnej młodzieży. Świat dorosłych kładzie nacisk na naukę i karierę. Kultura masowa promuje sukces i bogactwo. Rodzina i dzieci jako cel życiowy nie są przedmiotem uwagi ani dominującego nurtu kultury. Może jedynie w środowiskach religijnych więcej mówi się o znaczeniu rodziny i wskazuje ją jako wartość. W rezultacie, znaczna część marzących o zamożności i karierze nastolatków woli tę karierę robić zagranicą i nie myśli o rodzinie. Charakterystyczne jest to,

¹⁰⁵ Siellawa-Kolbowska, E., Grzelak, S., Balcerzak, A. (2022) *Jak wspierać nastolatki w wędrówce w dorosłe życie? Pozytywny potencjał i zachowania ryzykowne nastolatków na Malcie. Omówienie wyników badania ankietowego z rekomendacjami*. Raport opracowany przez ekspertów EIPP w ramach projektu Youth Positive Potential finansowanego przez program Erasmus+. Dostęp: https://ipzin.org/wp-content/uploads/2023/04/ENG_National-Report-for-Malta_U.Kowalczyk.pdf.

że ci, którzy chcą wyjechać, zdają się szukać szczęścia gdzieś daleko, gdyż tu, gdzie żyją nie jest im dobrze, nie mają wartościowych relacji, nie czują więzi.

Z wyników przedstawionych badań wynika, że, myśląc o profilaktyce w sposób zintegrowany, należałoby wspólnie patrzeć trzy pozornie rozdzielne dziedziny, jakimi są: (1) wspieranie kondycji psychicznej młodzieży, w tym zapobieganie depresji i samobójstwom; (2) wczesna profilaktyka problemów demograficznych; (3) promocja patriotyzmu, lokalnego patriotyzmu i profilaktyka emigracji.

Potrzebne są dalsze badania w tym obszarze. Potrzebne są także dalsze analizy wyników badań IPZIN pod kątem znaczenia wymiaru emigracja-lokalny patriotyzm w profilaktyce problemów młodzieży. Ważne jest, by wychowywać młodzież ku dobru i szczęściu, ważne, by miała pragnienia rodzinne, ale dla Polski, polskiej racji stanu oraz dla społeczności lokalnych ważne jest także, aby chciała pozostać w kraju **i wiązać swoją przyszłość nie tylko** z metropoliami, ale także z małymi miastami i regionami wiejskimi. Naturalnym sojusznikiem w zapobieganiu nadmiernej migracji młodych są JST, dla których lokalny patriotyzm i gotowość budowania lokalnej społeczności są podstawowymi nadziejami na przyszłość.

III.2.9. Efekty prodemograficzne programów profilaktyki zintegrowanej w badaniach ewaluacyjnych z lat 2007–2020

Określając cele i oczekiwane efekty programów profilaktycznych lub działań wychowawczych stajemy wobec niepewności, w jakim stopniu uda się założone cele zrealizować a oczekiwane efekty osiągnąć. Doświadczenia z różnych dziedzin profilaktyki uczą, że nawet programy opracowane z wielką starannością, oparte na podstawach naukowych i stosujące cały zestaw skutecznych strategii profilaktycznych często przynoszą efekty częściowe, nie w pełni satysfakcjonujące, a bywa, że nie przynoszą żadnych mierzalnych efektów. **O tym czy działanie jest skuteczne, czy nie dowiedzieć możemy się jedynie wtedy, gdy to zweryfikujemy przy pomocy dobrze przeprowadzonych badań ewaluacyjnych.**

Wspomnieć tu trzeba, że bynajmniej nie chodzi o potocznie rozumianą „ewaluację”, która często jest zbiorem dokumentów i odpowiedzi na rozmaite ankiety zadawane po realizacji grupie, która w niej uczestniczyła. Taka ewaluacja też jest potrzebna, jednak tak naprawdę jest ona formą monitoringu lub ewaluacją procesu. To bardzo potrzebny sposób kontroli nad jakością prowadzonych działań oraz doskonalenia programów będących w fazie pilotażu. Nie jest jednak tym samym, co kontrolowane badania ewaluacyjne (nazywane także ewaluacją wyniku lub ewaluacją sumatywną), które dają miarodajną odpowiedź na pytanie o skuteczność programu i jej zakres.

Gdy powstaje nowa dziedzina profilaktyki, a taką jest wczesna profilaktyka problemów demograficznych, brakuje punktów odniesienia, bo nie ma ani programów, ani wyników badań, ani siłą rzeczy, poważnych empirycznych podstaw do podejmowania rozmaitych decyzji, które trzeba podjąć tworząc programy i planując badania. O wiele łatwiej jest w dziedzinach, w których badania ewaluacyjne prowadzone są od ponad 40 lat, jak na przykład w profilaktyce

przeciwalkoholowej, czy od ponad 30 lat, jak w profilaktyce ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Lektura artykułów i książek opisujących wcześniejsze badania ewaluacyjne z danej dziedziny pomaga zaplanować własne badania, ale także pomaga przyjąć realistyczne oczekiwania co do efektów programu. Tymczasem w badaniach prowadzonych w nowym obszarze profilaktyki mamy bardzo dużo niewiadomych, bo dopiero kolejne wysiłki badawcze doprowadzą do wypracowania odpowiednich narzędzi badawczych. Mając takie narzędzia możemy mierzyć skuteczność programów. A widząc jak wyszły wyniki badań możemy lepiej zrozumieć, gdzie znajdują się mocne, a gdzie słabe strony badanych programów.

Model profilaktyki zintegrowanej jest bardzo pomocną podstawą teoretyczną w sytuacji, gdy powstaje potrzeba rozwoju nowego obszaru profilaktyki. Ułatwia projektowanie działań praktycznych, badawczych i ewaluacyjnych. Jest to koncepcja z założenia otwarta na nowe problemy i przygotowana do tego, by umieszczać nowe problemy i zjawiska w poznanym już wcześniej kontekście wielu innych problemów i powiązanych z nimi czynników.

Zaprezentowane w tym podrozdziale table to, wedle naszego rozeznania, pierwsza próba zebrania i przedstawienia efektów działań profilaktycznych dotyczących wczesnej profilaktyki problemów demograficznych. Jeśli chcemy coś realnie zrobić dla uzyskania zastępowalności pokoleń, jeśli naprawdę chcemy przeciwdziałać zapaści demograficznej – musimy podejmować twórczy wysiłek polegający na tworzeniu jak najskuteczniejszych programów i oddziaływać, a następnie bardzo sumiennie badać ich efekty. Każde inne podejście jest albo marzycielstwem, albo pozorantwem.

Elementy prodemograficzne pojawiają się, w mniejszym lub większym stopniu, w czterech programach profilaktyki zintegrowanej. Najszerzej omówimy program Archipelag Skarbów®, gdyż ma największą skalę realizacji i został najlepiej przebadany. Chwilę uwagi poświęcimy dwóm programom online: Nawigacja w Kryzysie i Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców. Pominiemy zaś całkowicie program Gwiazda Mocy, gdyż badania ewaluacyjne nad jego skutecznością nie zostały jeszcze przeprowadzone.

III.2.9.1. Czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z „dzietnością w marzeniach” jako płaszczyzna odniesienia dla badań ewaluacyjnych

Zanim przyjrzymy się konkretny programom i wynikom przeprowadzonych badań ewaluacyjnych, musimy jasno określić jaki jest zbiór zmiennych zależnych, które mogą pomóc w ocenie prodemograficznej skuteczności programu. Z pewnością będą to zmienne odnoszące się do chęci posiadania dzieci i do ilości upragnionych dzieci. Ale oprócz tych dwóch podstawowych miar „dzietności w marzeniach” ważna jest także ocena efektów programów w zakresie wpływu na czynniki ryzyka i czynniki chroniące tych dwóch zmiennych.

W poniższej tabeli zebrane zostały wszystkie czynniki ryzyka i czynniki chroniące, które w sposób istotny statystycznie korelowały z pragnieniem posiadania dzieci w przyszłości lub ilością upragnionych w przyszłości dzieci w którymkolwiek z badań IPZIN na przestrzeni lat. W tabeli zebrano zarówno wyniki analiz korelacji, jak i analiz regresji. Niektóre z czynników ryzyka wypisanych w pierwszej kolumnie tabeli same w sobie są poważnymi problemami (np. myśli samobójcze). W tym miejscu jednak interesują nas one nie same w sobie, ale jako czynniki powiązane z niechęcią do posiadania dzieci w przyszłości. W kolumnie „miejsce”

oznaczono czy chodzi o badania IPZIN przeprowadzone w Polsce, czy też o badania IPZIN/EIIP przeprowadzone w Polsce, Litwie i na Malcie.

Tabela 30. Czynniki powiązane z „dzietnością w marzeniach” w różnych badaniach IPZIN z lat 2014–2022

Czynniki powiązane z pragnieniem posiadania dzieci w przyszłości i/lub liczbą upragnionych dzieci w badaniach IPZIN		
Czynniki ryzyka	Lata badań	Miejsce
Myśli samobójcze	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Depresja	2021–2022	PL, LT, MT
Słaba kondycja psychiczna ²	2021–2022	PL
Obawa przed przemocą w szkole	2021–2022	PL, LT, MT
Rozwód rodziców	2021–2022	PL, MT
Czynniki chroniące (sprzyjające pragnieniom dzietności)		
Mama wskazana jako ważny przewodnik życiowy	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Tata wskazany jako ważny przewodnik życiowy	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Doświadczenie bycia zrozumianym i wysłuchanym w ostatniej rozmowie z rodzicami o ważnych sprawach	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Częstość praktyk religijnych	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Znaczenie wiary w życiu	2014, 2015–2017	
Kierowanie swych myśli do Boga	2021–2022	PL, LT, MT
Lubienie szkoły	2015–2017	PL
Dobra atmosfera w klasie	2014, 2021–2022	PL; PL, LT, MT
Poczucie bycia akceptowanym w klasie	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Uczestnictwo w zajęciach WDŻ	2014	
Doświadczenie kontaktu z małżeństwem, którego miłość jest przykładem	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Przekonanie, że prawdziwa miłość istnieje	2014, 2015–17, 2021–22	PL; PL, LT, MT
Przekonanie, że prawdziwa miłość rośnie i się nigdy nie kończy	2021–2022	PL, LT, MT
Przekonanie, że to ważne, by zacząć ze współżyciem seksualnym do dorosłości ³	2015–2017	PL
Przekonanie, że to ważne, by zacząć ze współżyciem seksualnym do zawarcia małżeństwa (do ślubu)	2015–2017	PL
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci – jako jeden z 3 najważniejszych celów życiowych	2019–2020, 2021–2022	PL; PL, LT, MT
Trwała miłość, przyjaźń – jako jeden z 3 najważniejszych celów życiowych	2019–2020, 2021–2022	PL; PL, LT, MT

Powyższa tabela podsumowuje wyniki różnych badań IPZIN. W wielu badaniach wykorzystywane były podobne lub identyczne wskaźniki zmiennych. Wynik, który się potwierdził w wielu badaniach ma wyższą trafność i jest bardziej bezdyskusyjny. Wynik, który pojawił się pojedynczy raz też jest cenny, ale ma słabszą wymowę. W tabeli znajdziemy takie czynniki, na które nie da się wpłynąć poprzez działania wychowawcze i profilaktyczne, ale są też czynniki, na które

wpływ jest możliwy. I to te drugie są najważniejsze przy planowaniu i ewaluacji konkretnych oddziaływań kierowanych do młodzieży. I to na nie zwłaszcza zwrócimy uwagę omawiając wyniki badań ewaluacyjnych konkretnych programów profilaktycznych.

Nie wszystkie zawarte w powyższej tabeli zmienne są przydatne do oceny efektów ewaluacyjnych. Na niektóre, obiektywnie rzecz biorąc, nie da się na nie wpłynąć poprzez działania profilaktyczne skierowane do młodzieży. Przykładem zmiennej, na którą nie da się wpłynąć za pomocą programu profilaktycznego kierowanego do nastolatka jest np. rozwód jego rodziców. Podobnie rzecz ma się ze zmienną, jaką jest wskazywanie mamy lub taty jako życiowego przewodnika. Za pośrednictwem działań profilaktycznych nie da się wywrzeć dużego wpływu na to, kogo nastolatek uważa za swojego życiowego przewodnika. Można jednak i należy pamiętać, że relacja z rodzicami i autorytet rodziców to jeden z najsilniejszych czynników chroniących. A zatem w działaniach profilaktycznych nie należy działać przeciwko roli rodziców ani osłabiać ich relacji z dziećmi. W programach opracowanych przez IPZIN, takich jak Archipelag Skarbów® czy Gwiazda Mocy, jest duża dbałość o to, by generalnie wzmacniać autorytet rodziców w oczach dzieci. Czynione jest to jednak w taki sposób, by nie odbijało się negatywnie na dzieciach z rodzin dysfunkcyjnych, które z jednej strony mają prawo kochać i szanować swoich rodziców, a z drugiej w pewnych sprawach nie powinny ich naśladować.

Inne z kolei zmienne nie mogą być traktowane jako miara efektów programu, gdyż wpływ na nie nie mieści się w ramach „kontraktu” między realizatorami programu profilaktycznego a rodzicami czy opiekunami prawnymi uczniów. Dotyczy to na przykład praktyk religijnych. Ich częstość ma związek z pragnieniem posiadania dzieci, ale wzrost tej częstości nie może być celem programu profilaktycznego realizowanego w szkole publicznej i będącego programem świeckim, nie odnoszącym się do zagadnień religijnych. Z reguły, prowadząc działania profilaktyczne umawiamy się z rodzicami na profilaktykę właśnie, a nie na wychowanie religijne. Wzrost religijności nie może być więc celem programu. Jednocześnie program może i powinien być prowadzony w sposób, który uwzględnia znajomość chroniącej roli czynników związanych z religijnością i odniesieniem do Boga w profilaktyce. Profilaktyk powinien więc mieć postawę szacunku wobec religii, która będzie odbierana pozytywnie przez wierzących (a przynajmniej nie będzie uderzać w ich odczucia religijne), a zarazem szacunku wobec osób niewierzących.

III.2.9.2. Program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® i wyniki badań nad jego skutecznością w kontekście zagadnień demograficznych

Programem, w którym najwcześniej podjęte zostały elementy wczesnej profilaktyki problemów demograficznych, był Archipelag Skarbów®.

Pierwsza, oryginalna wersja programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® powstała w 2006 roku w ramach projektu Fundacji Homo Homini im. K. de Foucauld finansowanego przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Pierwsze badania ewaluacyjne nad skutecznością programu przeprowadzono w latach 2007–2008 w ramach projektu współfinansowanego przez szereg centralnych instytucji publicznych: PARPA, MEN, ORE (wówczas pod nazwą CMPPP) i Krajowe Centrum ds. AIDS. Na przestrzeni kolejnych lat powstała struktura szkolenia trenerów i nadzoru nad jakością programu – najpierw pod opieką Fundacji Homo Homini im. Karola de Foucauld, a od roku 2012 w ramach nowo powstałej Fundacji

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej. Program Archipelag Skarbów® był wpisany do „Systemu rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego” od początku istnienia tego systemu.

Rok po roku programem obejmowanych było i jest od 25000 do 35000 uczniów rocznie, a także po kilka tysięcy rodziców i nauczycieli. Program jest nieustannie modyfikowany i doskonalony w odpowiedzi na zmiany w strukturze systemu edukacji (likwidacja gimnazjów), zmiany zachodzące w świecie (pandemia i reżim sanitarny, wojna na Ukrainie i przybicie uchodźców, itp.) czy zmieniającą się wrażliwość młodzieży. Ponadto liczne aktualizacje i niektóre zmiany treściowe wynikają z doniesień z najnowszych badań naukowych.

Kwestie demograficzne nie stały i nie stoją w centrum programu, jednak jest w nim sporo treści dotyczących miłości, budowania związków, seksualności – a więc tematów bardzo bliskich kwestii związanych z planami młodzieży na przyszłość związanych z rodziną i posiadaniem dzieci. W badaniach ewaluacyjnych opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej nie interesuje nas tylko i wyłącznie zakres najważniejszych celów programu. Owszem, osiągnięcie tych celów jest ważne, a weryfikacja skuteczności programu w zakresie tych celów jest także bardzo ważna. Ale to nie wszystko. W badaniach opartych na podejściu zintegrowanym szukamy także odpowiedzi na dwie dodatkowe grupy pytań:

1. **Czy doszło do generalizacji prozdrowotnych efektów? Czy są jakieś ważne obszary profilaktyki, w których program okazał się skuteczny, chociaż wykracza to poza jego podstawowe cele?** [taka generalizacja jest możliwa, skoro w podejściu zintegrowanym celuje się w czynniki ryzyka i czynniki chroniące wspólne dla wielu problemów]
2. **Czy realizacja programu nie powoduje szkodliwych skutków ubocznych w jakimkolwiek obszarze profilaktyki?** W profilaktyce zintegrowanej nie wystarcza nam uzyskanie efektów w obszarach związanych z celami programu. Chcemy się także upewnić, że program nie powoduje szkodliwych skutków ubocznych w innych obszarach profilaktyki.

Tematyka związana z wczesną profilaktyką problemów demograficznych, to potencjalny kierunek generalizacji efektów. Możemy przypuszczać, że program, który wiele mówi o miłości i drodze do budowania trwałych związków, może wytwarzać pozytywny klimat wokół rodziny, dzieci, a zatem może sprzyjać „dzielności w marzeniach” młodzieży o przyszłości.

W latach 2019–2022 realizowany był cykl kolejnych badań ewaluacyjnych programu w ramach projektu finansowanego przez Fundusz Sprawiedliwości nadzorowany przez Ministra Sprawiedliwości. Cykl ten miał w założeniu obejmować badania w klasach 7–8 w latach 2019–2020, badania w klasach 1 szkół ponadpodstawowych w latach 2020–2021 oraz badania w ośrodkach MOS i MOW w latach 2021–2022 (w związku z rozwojem odrębnej wersji programu adaptowanej do potrzeb młodzieży zagrożonej niedostosowaniem społecznym i realizowanej od roku 2018).

Plany ewaluacyjne zostały częściowo pokrzyżowane i zmienione przez wybuch epidemii i zamknięcie szkół. Ewaluacji w szkołach ponadpodstawowych w ogóle nie dało się przeprowadzić, gdyż wypadła ona na czas lockdownu. Zamiast niej zrealizowane były wartościowe badania dwóch programów online (Nawigacja w Kryzysie i Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców), które potwierdziły swoją skuteczność, jednak które nadają się do szerszego stosowania wyłącznie w okresach zdalnego nauczania. Ewaluacja w ośrodkach MOS i MOW została

przeprowadzona, ale ze względu na fakt, że ostatnie badania prowadzone były w grudniu 2022, nie ma jeszcze jej wyników. Dysponujemy natomiast częściowymi wynikami badań ewaluacyjnych przeprowadzonych w latach 2019–2020 w klasach 7–8 szkół podstawowych. Częściowymi, gdyż ostatni, trzeci etap badań w szkołach eksperymentalnych i kontrolnych został zakłócony przez epidemię i okazał się bardzo niemiarodajny.

Przyjrzymy się tutaj tym jedynie wynikom przeprowadzonych badań ewaluacyjnych, które są powiązane z wczesną profilaktyką problemów demograficznych. Interesować nas będą efekty dotyczące zarówno samej „dzietności w marzeniach”, jak i przedstawionych w tabeli w poprzednim podrozdziale czynników, które w świetle badań są z nią związane.

Kolejna, poniżej zamieszczona tabela pokazuje wybrane efekty programu Archipelag Skarbów®.

W pierwszej kolumnie tabeli zebrane zostały tylko te czynniki powiązane z „dzietnością w marzeniach”, na które teoretycznie da się wpływać poprzez działania profilaktyczne. W drugiej kolumnie tabeli wpisane zostały informacje o wynikach badań pokazujących wpływ programu Archipelag Skarbów® na daną zmienną – czy to w badaniach z lat 2007–2008, czy z lat 2019–2020. Te pierwsze prowadzone były wśród 14–16-latków (N=947), a te drugie wśród 13–15-latków (N=1836). W obu zastosowano schemat badawczy 2x3 z grupą eksperymentalną i kontrolną i wieloetapową procedurą obejmującą pretest (przed realizacją programu w grupie eksperymentalnej) i dwa posttesty – miesiąc po realizacji programu i pół roku po jego realizacji. Niestety drugi posttest w badaniach z lat 2019–2020, który miał badać trwałość efektów po pół roku od realizacji programu został zakłócony przez wybuch epidemii i dał miarodajne wyniki tylko dla pojedynczych zmiennych. Tabelę rozpoczyna pojedynczy wiersz pokazujący jedyny bezpośredni efekt zmiany w zakresie „dzietności w marzeniach” uzyskany dzięki działaniom profilaktycznym. Pozostała część tabeli pokazuje efekty dla czynników powiązanych z „dzietnością w marzeniach”. Wszystkie wymienione w tabeli efekty są istotne statystycznie na poziomie $p < 0,05$, a jeśli istotność statystyczna mieści się w przedziale 0,05–0,10 opisano je jako śladowe.

Uzyskanie bezpośredniego wzrostu „dzietności w marzeniach” wśród młodzieży poprzez program profilaktyczny wydaje się zadaniem trudnym. Udało się uzyskać taki efekt w latach 2007–2008. Co więcej, wśród chłopców, miał on dość dużą trwałość. Świadczy to o dobrym dopasowaniu ówczesnej wersji programu do ówczesnej młodzieży. Niestety nie uzyskano podobnych wyników w badaniach z lat 2019–2020. Nie jest jasne, dlaczego tak się stało. Jednym z możliwych wyjaśnień jest to, że uzyskanie tego efektu jest obecnie znacznie trudniejsze, niż było kilkanaście lat temu. Być może w obecnych czasach ten wątek powinien być mocniej wyakcentowany i lepiej dostosowany treściowo oraz lepiej opracowany metodycznie, by pasował do wrażliwości dzisiejszej młodzieży. Warto zauważyć, że w badaniach z lat 2007–2008 efekt ten nie był przedmiotem specjalnych zabiegów twórców i realizatorów programu. Liczono na to, że sam pozytywny klimat wokół miłości, małżeństwa, rodziny i dzieci panujący w trakcie programu może „zarazić” prorodzinną postawą młodzież. I że warto to zweryfikować w badaniach. Wydaje się jednak, że uzyskanie analogicznego efektu kilkanaście lat później, w latach 2019–2020 nie było już możliwe „przy okazji”. Brak tego efektu w nowszych badaniach pokazuje, że obecna forma realizacji programu nie wystarcza. Jeśli chcemy dążyć do wzrostu „dzietności w marzeniach”, musimy temat podjąć dużo mocniej i wyraźniej. Potrzeba pomysłów, pilotaży, ewaluacji formatywnej zmienionych elementów. To poważne zadanie i cenny wniosek praktyczny z badań.

Tabela 31. Wpływ programu Archipeląg Skarbów® na „dzietność w marzeniach” i czynniki z nią powiązane wykazany w badaniach ewaluacyjnych

Dzietność w marzeniach a efekty programu Archipeląg Skarbów®	
Zmienne zależne związane z „dzietnością w marzeniach”	Efekty programu Archipeląg Skarbów®
Wzrost deklarowanej liczby dzieci w przyszłości	Badania 2007–2008: 1 miesiąc po programie: efekt dla całej grupy; 6 miesięcy po programie: śladowy efekt wśród chłopców
Czynniki ryzyka „dzietności w marzeniach”	
Spadek myśli samobójczych	Badania 2007–2008: 6 miesięcy po programie: efekt wśród dziewcząt
Depresja	Nie odnotowano efektów
Obawa przed przemocą w szkole	Nie odnotowano efektów
Czynniki chroniące (sprzyjające pragnieniom dzietności)	
Doświadczenie bycia zrozumianym i wysłuchanym w ostatniej rozmowie z rodzicami o ważnych sprawach	Nie odnotowano efektów
Lubienie szkoły	Nie odnotowano efektów
Dobra atmosfera w klasie	Badania 2007–2008: 6 miesięcy po programie: efekt dla całej grupy badanej.
Poczucie bycia akceptowanym w klasie	Nie odnotowano efektów
Doświadczenie kontaktu z małżeństwem, którego miłość jest przykładem	Nie odnotowano efektów
Przekonanie, że prawdziwa miłość istnieje	Badania 2007–2008: 1 miesiąc po programie: efekt śladowy wśród dziewcząt
Przekonanie, że prawdziwa miłość rośnie i się nigdy nie kończy	Badania 2007–2008: 1 i 6 miesięcy po programie: efekty istotne statystycznie w całej grupie badanej. Badania 2019–2020: 1 i 6–11 miesięcy: efekty istotne statystycznie w całej grupie badanej.
Przekonanie, że to ważne, by zaczekać ze współżyciem seksualnym do dorosłości ⁴	Badania 2007–2008: 1 i 6 miesięcy po programie: efekt istotny statystycznie w całej grupie Badania 2019–2020: 1 miesiąc po programie: efekt istotny statystycznie w całej grupie
Przekonanie, że to ważne, by zaczekać ze współżyciem seksualnym do zawarcia małżeństwa (do ślubu)	Badania 2019–2020: 1 i 6 miesięcy po programie: efekt istotny statystycznie w całej grupie Badania 2019–2020: 1 miesiąc po programie: efekt istotny statystycznie w całej grupie
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci – jako jeden z 3 najważniejszych celów życiowych	Badano tylko w ewaluacji 2019–2020 i nie wykryto efektów
Trwała miłość, przyjaźń – jako jeden z 3 najważniejszych celów życiowych	Badania 2019–2020: 1 miesiąc po programie: efekt istotny statystycznie w klasach 8

Jeśli chodzi o czynniki sprzyjające „dzietności w marzeniach”, to wpływ programu na kilka z nich został potwierdzony w obydwu badaniach. Zmiana w zakresie przekonania, że prawdziwa miłość to taka, która z biegiem lat rośnie i nigdy się nie kończy została uzyskana nie tylko w obu badaniach, ale w obu efekty miały wysoką trwałość i były istotne statystycznie nawet po wielu miesiącach. Oba badania przyniosły też istotne efekty dotyczące przekonania, że warto zacząć ze współżyciem seksualnym do dorosłości oraz bardziej radykalnego przekonania, że warto zaczekać do zawarcia małżeństwa.

Przekonanie, że prawdziwa miłość istnieje oraz dobra atmosfera w klasie to zmienne, w zakresie których udało się uzyskać pozytywne efekty w badaniach z lat 2007–2008. Nowsza wersja programu Archipelag Skarbów® poddana ewaluacji w latach 2019–2020 skutecznie wpłynęła na wzrost marzeń o „trwałej miłości i przyjaźni”. Nie uzyskano jednak żadnego efektu dla silniej korelującej z pragnieniem posiadania dzieci zmiennej – marzeń o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach”. Ta zmienna nie była obecna w badaniach 2007–2008, a w nowszych nie przyniosła efektów.

Jeśli chodzi o czynniki ryzyka „dzietności w marzeniach” nie powtórzyły się niestety efekt z badań 2007–2008 dotyczący spadku myśli samobójczych. Wówczas efekt ten uzyskano dopiero w drugim postteście, czyli w badaniu prowadzonym pół roku po realizacji programu (podobnie zresztą jak efekt dotyczący poprawy atmosfery w klasie). Niestety drugi posttest z lat 2019–2020 był generalnie niemiarodajny z powodu zakłóceń w życiu uczniów i w samych badaniach wywołanych przez epidemię COVID-19. Badania ewaluacyjne to dosyć czuła i delikatna metoda pomiaru dostosowana do stabilnego i spokojnego okresu historii. W czasach zawirowań dziejowych wstrząsających życiem całego społeczeństwa wpływ działań profilaktycznych sprzed kilku miesięcy dużo szybciej zanika i staje się niewykrywalny. Gdyby epidemię można było przewidzieć, to należałoby całe przedsięwzięcie ewaluacyjne przełożyć na spokojniejsze czasy. Patrząc na wydarzenia lat 2020–2022 wydaje się, że trzeba byłoby naprawdę długo czekać...

Podsumowując, wyniki badań ewaluacyjnych programu Archipelag Skarbów® zawierają optymistyczne akcenty, ale nie są satysfakcjonujące. Dla podniesienia dzietności w marzeniach młodzieży potrzeba większej skuteczności działań. Obecnie nie da się pożądaných efektów uzyskać „przy okazji”, jak udało się kilkanaście lat wcześniej. Aby uzyskać prodemograficzną zmianę postawach młodzieży trzeba uczynić z tego istotny cel, zawrzeć odnoszące się do niego treści i opracować metody uwzględniające odmienne spojrzenie i odmienne potrzeby chłopców i dziewcząt.

Jednocześnie program Archipelag Skarbów® pozostaje jedynym programem profilaktycznym, którego efekty były dwukrotnie badane w zakresie tematyki demograficznej.

III.2.9.3. Prodemograficzne efekty programów online czasu epidemii

Poniżej zamieszczona tabela pokazuje efekty uzyskane w badaniach online w okresie drugiej fali epidemii, jesienią 2020. Przeprowadzone wtedy badania dotyczyły programów Nawigacja w Kryzysie (N=342) i Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców (N=526). Najważniejszym celem tych programów było podniesienie kondycji psychicznej uczniów. Badania ewaluacyjne prowadzone w zmiennych warunkach nauczania zdalnego były zredukowane do schematu

pretest-posttest bez grupy kontrolnej. Ich wyniki zostały opisane szerzej w raporcie IPZIN z marca 2021 pt. *Jak wspierać uczniów po roku epidemii?*¹⁰⁶.

Tabela 32. Wpływ programów online na czynniki ryzyka „dzietności w marzeniach” wykazany w badaniach ewaluacyjnych.

Czynnik ryzyka „dzietności w marzeniach”	Efekty wykryte w badaniach programów online w 2020 r.
Słaba kondycja psychiczna ² , współczynnik opracowany w oparciu o dwa wskaźniki: – samopoczucie w ostatnim tygodniu – radzenie sobie psychicznie w ostatnim tygodniu	Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców: istotny efekt poprawy samopoczucia. Nawigacja w Krzysie: istotny efekt poprawy radzenia sobie psychicznie

Słaba kondycja psychiczna jest czynnikiem ryzyka wobec pragnień związanych z dzietnością. Wśród młodzieży o słabszej kondycji psychicznej niższy jest odsetek osób, które chcą mieć w przyszłości dzieci. W okresie pogarszania się kondycji psychicznej spowodowanego izolacją wynikającą z reżimu sanitarnego działania skutecznie poprawiające kondycję psychiczną pełnią pośrednio funkcję prodemograficzną w tym sensie, w jakim prodemograficzne mogą być same marzenia o przyszłości, przyszłej rodzinie i dzieciach.

Oba badane programy miały pozytywny wpływ. Każdy z nich na inny z dwóch składowych aspektów indeksu kondycji psychicznej. Efekty te nie są tak dobrze udowodnione, jak te z badań Archipelagu Skarbów®, gdyż tam mieliśmy możliwość porównań między zmianą w grupie eksperymentalnej i w grupie kontrolnej. Brak grupy kontrolnej osłabia wnioskowanie. W okresach nauki stacjonarnej organizacja badań ewaluacyjnych nad skutecznością programów online mija się z celem i generalnie jest niemożliwa. Okresy nauki zdalnej, jeśli się pojawiają, są albo zbyt krótkie, albo zbyt nieprzewidywalne, by udało się zorganizować badania z udziałem grupy kontrolnej. Dlatego nie wysuwamy tu postulatu przeprowadzenia nowych badań o wyższym standardzie w przyszłości. Taki postulat ma sens w odniesieniu do działań stacjonarnych lub do takich form działań online, których prowadzenie jest merytorycznie uzasadnione także w okresie normalnego funkcjonowania szkół. Programy online opracowane przez IPZIN są kołem ratunkowym rzucanym szkołom i młodzieży, gdy nie ma warunków do prowadzenia stacjonarnych zajęć profilaktycznych. I jako takie koło ratunkowe sprawdzają się dobrze, a słabsze metodologicznie potwierdzenie ich skuteczności można uznać za adekwatne do ich pomocniczej, zastępczej roli.

Podsumowując dwa ostatnie podrozdziały należy docenić fakt, że udało się potwierdzić kilka prodemograficznych efektów programu Archipelag Skarbów® oraz pojedyncze, ale ważne efekty programów profilaktyki zintegrowanej przeznaczonych do wykorzystania online. Jednocześnie wyniki te budzą niedosyt. Jeśli chcemy zmienić trend polegający na spadku odsetka młodzieży marzącej o stworzeniu wielodzietnej rodziny oraz na spadku odsetka tych,

¹⁰⁶ Grzelak S., Żyro D., *Rozdział 1.6 Przykłady programów profilaktycznych skutecznie wzmacniających kondycję psychiczną uczniów w czasie epidemii COVID-19 W: Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, s.69- 82 Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images//pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.

którzy w ogóle pragną mieć w przyszłości dzieci, to potrzebujemy efektów znacznie silniejszych. Konieczne jest doskonalenie istniejących programów i tworzenie nowych. Potrzebna jest synchronizacja działań na poziomie medialno-kulturowym, edukacyjnym i profilaktycznym. Sprzymierzeńcem w tych działaniach w odniesieniu do części młodzieży mogą być kościoły i organizacje religijne, gdyż stosunkowo najlepszą „dietetność w marzeniach” mamy wśród młodzieży biorącej udział w praktykach religijnych i przywiązującej wagę do wiary/religii w swoim życiu. Dotarcie z prodemograficznym przekazem do młodzieży niewierzącej jest większym wyzwaniem. Badania IPZIN z lat 2012–2014 pokazały, że właśnie na tę grupę młodzieży najbardziej wpływają zajęcia „Wychowania do życia w rodzinie”. Tyle, że w badaniach późniejszych z lat 2014–2017 udział w WDŻ nie był już – w odróżnieniu od tego, co wcześniej – czynnikiem zwiększającym pragnienie, by w przyszłości mieć dzieci. Czyżby więc WDŻ padł ofiarą tego samego zjawiska, co Archipelag Skarbów®? Potwierdzają to terenowe obserwacje trenerów prowadzących programy profilaktyczne. Od kilku lat zmiany w mentalności i wrażliwości młodzieży uległy przyspieszeniu. Stało się ono jeszcze większe w okresie pandemii i lockdownów, który wiązał się z gwałtownym wzrostem ilości czasu spędzanego w Internecie.

Głębsza refleksja nad przemianami kulturowymi i społecznymi współczesności nie jest możliwa w ramach tego rozdziału. Przytoczone wyniki badań mogą pomóc w stawianiu trafniejszych pytań, a także mogą i powinny inspirować do dalszego rozwoju dziedziny profilaktyki potrzebnej Polsce i całemu rozwiniętemu światu, w którym równolegle do relatywnie dużych możliwości życiowych i zamożności umacnia się trend dążenia do samo-realizacji pozostawiającej coraz mniej miejsca dla rodziny i dzieci, a zwłaszcza dla licznego potomstwa.

III.3. Wnioski i rekomendacje

Definicja wczesnej profilaktyki problemów demograficznych

Wczesna profilaktyka problemów demograficznych, to profilaktyka kierowana do nastolatków w okresie, gdy kształtują się ich marzenia i wyobrażenia o przyszłości, której celem jest budowanie dobrego klimatu dla marzeń o rodzinie i dzieciach. Realizacja zadań wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymaga prowadzenia badań dotyczących postaw prorodzinnych, marzeń i celów życiowych związanych z rodziną i dietetnością oraz przestrzeganych przez młodzież barier utrudniających realizację tych celów. Ważnym aspektem badań z tego obszaru jest poznawanie czynników ryzyka i czynników chroniących powiązanych z pragnieniem posiadania dzieci. Wyniki tych badań powinny stanowić istotne źródło naukowe służące planowaniu działań z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych i opracowywaniu programów profilaktycznych. Realizacja tych programów powinna być objęta ścisłym monitoringiem, a ich efekty w zakresie wzmacniania postaw prorodzinnych powinny być weryfikowane za pomocą badań ewaluacyjnych.

Wniosek podstawowy dotyczący wczesnej profilaktyki problemów demograficznych:

W świetle badań słaba kondycja psychiczna nie sprzyja pragnieniom dzietności, a działania na rzecz podwyższenia kondycji psychicznej stwarzają lepsze warunki wstępne dla pojawienia się odważniejszych planów na przyszłość – w tym marzeń i planów o przyszłej rodzinie i dzieciach.

Patrząc z perspektywy zintegrowanego podejścia do profilaktyki, cele i obszary wczesnej profilaktyki problemów demograficznych oraz promocji zdrowia psychicznego mają istotną część wspólną.

Wniosek 1:

Wyniki kolejnych badań IPZIN prowadzonych w latach 2014–2022 jednoznacznie pokazują, że poziom marzeń młodzieży w wieku 13–17 lat o przyszłej dzietności jest wyraźnie niższy niż próg zastępowalności pokoleń. Okres wdrażania polityki prorodzinnej w latach 2016–2017, który wiązał się z intensyfikacją w przestrzeni publicznej przekazów podkreślających znaczenie dzietności, wpłynął nieznacznie na wzrost pragnień dzietności wśród chłopców, ale nie zmienił ich poziomu wśród dziewcząt. Średni poziom „dzietności w marzeniach” w latach 2017–2018 wynosił około 1,9 dziecka. W roku 2020, czyli w pierwszym roku epidemii, doszło do dalszego, skokowego obniżenia tych pragnień (do poziomu współczynnika „dzietności w marzeniach” około 1,5). Spadek był wyraźnie większy wśród dziewcząt niż wśród chłopców.

Poziom dzietności dający zastępowalność pokoleń to 2,1 dziecka na parę. Od ponad trzech dekad współczynnik dzietności w Polsce (faktyczna ilość rodzących się dzieci) nie osiąga takiego poziomu, a aktualnie wynosi około 1,3. Dalsze utrzymywanie się takiego współczynnika oznaczałoby całkowitą zapaść demograficzną, z którą wiąże się szereg skutków społecznych, ekonomicznych, a także związanych z bezpieczeństwem. Aby kiedykolwiek w przyszłości możliwa była zmiana tego stanu rzeczy, potrzebne jest wyraźne podwyższenie poziomu „dzietności w marzeniach” młodzieży. Powinien on być na tyle wysoki, aby udało się osiągnąć zastępowalność pokoleń nawet po weryfikacji marzeń w wyniku zderzenia z trudnościami dorosłego życia (a więc wyraźnie wyższy niż 2,1).

Wniosek 2:

Wyniki badań świadczą o tym, że istnieje wysoka korelacja między „dzietnością w marzeniach” młodzieży a wskazaniem celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, jako jednego z trzech najważniejszych. W badaniach z roku 2019 nastolatki wybierający ten prorodzinny cel życiowy pragnęli mieć średnio 2,0 dziecka, a pozostali zaledwie 1,3 dziecka.

Bardzo wysoka korelacja między wskazaniem celu „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a „dzietnością w marzeniach” pozwala na traktowanie tej pierwszej zmiennej jako wskaźnika „dzietności w marzeniach”. Ułatwia to interpretację wyników tych badań, w których nie zastosowano

bezpośrednich wskaźników „dzietności w marzeniach” (np. nie było pytań o pragnienia co do ilości dzieci w przyszłości), ale pytano o cele życiowe młodzieży.

Wniosek 3:

Wyniki badań CBOS dotyczące dążeń i celów życiowych młodzieży prowadzone wśród 18-latków pokazują wyraźny spadek odsetka młodzieży, dla której jednym z najważniejszych celów życiowych jest „udane życie rodzinne, dzieci”. Spadek z poziomu 54% do 33% dokonał się trzystopniowo – w latach 2008–2010, 2013–2016, a następnie w latach 2018–2021. Jednocześnie cel ten przesunął się z drugiego na piąte miejsce w kolejności wyborów różnych celów życiowych.

Badania IPZIN z lat 2018–2022 wśród 13–16-latków również pokazują relatywny spadek znaczenia celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”. Spadek ten miał miejsce w latach 2020–2021, czyli w okresie epidemii. Wyniki badań z okresu po 24 lutego 2022 pokazują, że po wybuchu wojny na Ukrainie nie doszło do dalszego pogłębienia tego trendu.

Wniosek 4:

W badaniach zaobserwowano, że wraz z wiekiem u młodzieży w okresie dojrzewania dochodzi do powolnego, naturalnego wzrostu odsetka młodzieży mającej pragnienia związane z rodziną i dzietnością.

Jednocześnie wśród dziewcząt nieco wcześniej niż wśród chłopców kształtuje się względnie ustabilizowany poziom „dzietności w marzeniach”.

Oznacza to, że zadaniem wczesnej profilaktyki problemów demograficznych jest nie tyle inspirowanie pragnień, których wśród młodzieży nie ma, ile wzmacnianie procesu, który i tak dokonuje się w toku dojrzewania. Biorąc pod uwagę, że naturalny wzrost pragnień związanych z dzietnością zachodzi w wieku 13–15 lat, działania wzmacniające ten wzrost powinny być rozpoczynane nie później niż na poziomie 7 klasy szkoły podstawowej. Zgodnie z tym, co mówią wyniki badań, wśród dziewcząt warto te działania rozpocząć nawet nieco wcześniej.

Wniosek 5:

Analiza wyników szeregu badań z lat 2010–2022 doprowadziła do wykrycia szeregu czynników ryzyka i czynników chroniących mających związek z „dzietnością w marzeniach” młodzieży. Umożliwiło to konstrukcję pierwszej zbiorczej listy takich czynników. Jest to bardzo istotny krok na drodze do tworzenia skutecznych działań i programów z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych.

Wiedza o czynnikach powiązanych z danym problemem lub zagrożeniem jest punktem odniesienia i tworzywem umożliwiającym budowanie programów profilaktycznych opartych na podstawach naukowych. Konstrukcja pierwszej listy czynników powiązanych z „dzietnością w marzeniach” jest ważnym przyczynkiem do rozwoju działań praktycznych w tym obszarze.

W badaniach ewaluacyjnych programów profilaktycznych ważne są nie tylko wskaźniki samych problemów, którym chcemy zapobiec, ale także wskaźniki czynników z nimi związanych.

Wniosek 6:

W świetle badań z lat 2010–2022 czynnikiem ryzyka, który najsilniej wpływa na obniżenie chęci do posiadania dzieci jest depresyjność. W kolejnych badaniach IPZIN, polskich i międzynarodowych (Polska, Malta, Litwa) niechęć by w przyszłości mieć dzieci w szczególności cechowała osoby mające myśli samobójcze, wysokie wyniki na skali depresji, słabą kondycję psychiczną. Zależność ta dotyczy zarówno dziewcząt, jak i chłopców, młodzieży ze szkół podstawowych, jak i ponadpodstawowych.

Młodzi ludzie, którzy mają obniżoną kondycję psychiczną, są depresyjni lub wręcz mają myśli samobójcze, nie snują wizji przyszłości, a w niej marzeń o szczęśliwej rodzinie mającej dzieci. Wspieranie kondycji psychicznej młodzieży oraz pomoc nastolatkom borykającym się z depresją jest ważne przede wszystkim ze względu na ich dobrostan psychiczny. W świetle przedstawionych wyników badań, cennym skutkiem poprawy kondycji psychicznej młodzieży może być otwarcie nowej przestrzeni dla marzeń o rodzinie i pragnieniach związanych z dziećmi. Oznacza to, że we wczesnej profilaktyce problemów demograficznych warto wykorzystać wiedzę o czynnikach powiązanych z kondycją psychiczną, depresją i myślami samobójczymi.

Wniosek 7:

Wyniki badań polskich i międzynarodowych pokazują istnienie wzajemnego związku między słabą kondycją psychiczną, niechęcią do posiadania dzieci i pragnieniami emigracyjnymi.

Z punktu widzenia demografii problemem jest zarówno niechęć do posiadania dzieci, jak i pragnienia emigracyjne, gdyż oba czynniki przyczyniają się do pogłębiania się kryzysu demograficznego. Oba te problemy są ze sobą powiązane, a dodatkowo każdy z nich jest skorelowany ze słabą kondycją psychiczną. Stanowi to silny argument do **łączenia tych trzech elementów w refleksji nad skutecznym zapobieganiem** każdemu z wymienionych problemów.

Wniosek 8:

Wykrytymi w badaniach czynnikami ryzyka wiążącymi się z niechęcią do posiadania dzieci w przyszłości są:

- **obawa przed przemocą w szkole**
- **wyбір jako ważnego celu życiowego „zdobycia władzy”, „zdobycia dużego majątku” lub „życia pełnego rozrywek”.**

Ponadto, wyniki badań pokazują, że u części dziewcząt z upływem czasu umacnia się profil dążeń życiowych, w którym „zdobycie dużego majątku” oraz „życie pełne rozrywek” i dzieje się to kosztem celu życiowego związanego ze szczęśliwą rodziną i posiadaniem dzieci.

Z badań wiadomo, że doświadczanie przemocy w szkole wiąże się z gorszą kondycją psychiczną. Jednocześnie nastolatki będące ofiarami przemocy rówieśniczej częściej wskazują „zdobycie władzy” jako ważny cel życiowy, a rzadziej „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”. Profilaktyka przemocy rówieśniczej oraz odpowiednie wsparcie dla ofiar tej przemocy może pośrednio wspomagać realizację celów wczesnej profilaktyki problemów demograficznych.

Przykładanie dużej wagi w życiu do materialnych celów życiowych (duży majątek) lub hedonistycznych celów życiowych (życie pełne rozrywek) nie sprzyja planom życiowym dotyczącym stworzenia rodziny i posiadania dzieci. Kolizja między wyborem tych celów życiowych jest większa wśród dziewcząt.

Wniosek 9:

W świetle wyników badań wybór niektórych celów życiowych wyraźnie nie sprzyja „dzietności w marzeniach” wśród młodzieży młodszej, a z upływem czasu efekt ten ulega osłabieniu. Oznacza to, że niektóre postawy i pragnienia życiowe będące czynnikami ryzyka obniżającymi chęć posiadania dzieci w przyszłości mogą się zmieniać w toku dojrzewania bez interwencji z zewnątrz. Takie zjawisko obserwowane jest wśród dziewcząt dla wyboru „ciekawej pracy zgodnej z zainteresowaniami”, a wśród chłopców dla wyboru „bogatego życia towarzyskiego”.

W refleksji nad skuteczną wczesną profilaktyką problemów demograficznych warto wziąć tę wiedzę pod uwagę. Odpowiednio pomyślane działania wychowawcze i profilaktyczne mogą pomóc młodzieży w takim kształtowaniu wizji przyszłego życia rodzinnego, które pozwoli pogodzić realizację pragnień rodzinnych z realizacją innych pragnień i potrzeb osobistych.

Odrębny wniosek

o potrzebie uwzględnienia różnic wrażliwości chłopców i dziewcząt

W świetle wyników badań działania w obszarze wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymagają odrębnego dostosowania do wrażliwości chłopców i dziewcząt.

Patrząc całościowo i w sposób zintegrowany, w krajach rozwiniętych i w kulturach, w których różnica płci od dawna nie jest przedmiotem ostrej dyskryminacji prawnej czy obyczajowej, należałoby patrzeć na kolejne inicjatywy równościowe w szerszym kontekście problemów społecznych, w tym demograficznych. Nie leży w zasięgu naszych możliwości analizowanie szerszych procesów kulturowych w ramach niniejszego raportu. Poprzestaniemy więc na ogólnym stwierdzeniu, **że aspiracje przekazywane dziewczętom przez współczesną kulturę masową, a nawet te zakodowane we współczesnej polityce równościowej, mogą często stać w kolizji z marzeniami o rodzinie, macierzyństwie i dzieciach.**

Wniosek 10:

Szereg badań z lat 2010–2022 doprowadził do wyłonienia grupy czynników mających pozytywny wpływ na pragnienia młodzieży związane z dzietnością. „Dzietność w marzeniach” jest wyższa u nastolatków, którzy:

- wskazują mamę jako ważnego przewodnika życiowego
- wiara/religia ma dla nich duże znaczenie
- mieli w swoim życiu kontakt z małżeństwami będącymi dla nich pozytywnym przykładem
- wierzą w istnienie prawdziwej i trwałej miłości
- uważają, że warto czekać z podejmowaniem kontaktów seksualnych do małżeństwa
- czują się akceptowani w klasie
- są „lokalnymi patriotami”

Świadomość znaczenia powyższych czynników chroniących jest ważna dla skuteczności wczesnej profilaktyki problemów demograficznych. Szczególnie ważne dla planowania programów profilaktycznych są te czynniki, na które wpływ za pośrednictwem takich działań jest możliwy (pozytywne przykłady szczęśliwych małżeństw, przekazywanie wiedzy o budowaniu trwałej miłości, dostrzeganie wartości bliskości seksualnej wpisanej w kontekst trwałego związku, troska wychowawcza o atmosferę życzliwości i akceptacji w klasie).

Wniosek 11:

Z wyższą „dzietnością w marzeniach” wiąże się wskazywanie przez młodzież jako najważniejszych, następujących celów życiowych:

- szczęśliwe życie rodzinne, dzieci
- trwała miłość, przyjaźń
- pomaganie innym.

Wyniki badań pokazują, że wraz z wiekiem dochodzi do integracji powyższych celów życiowych, co dzieje się w sposób nieco odmienny wśród dziewcząt i wśród chłopców.

Jak wynika z badań, spośród wielu celów i dążeń życiowych młodzieży jedynie wskazanie trzech celów sprzyja wyższej „dzietności w marzeniach”. Są to cele związane ze znaczeniem trwałych relacji oraz z nastawieniem prospołecznym – gotowością dawania innym czegoś od siebie.

Wyniki badań uzyskane w wyniku analiz biorących pod uwagę różnice płci i wieku odsłoniły różnicę między chłopcami a dziewczętami w procesie integracji celów życiowych. Wśród dziewcząt zarysowuje się zjawisko polegające na łączeniu się z upływem czasu pragnień związanych z miłością z pragnieniem rodziny i dzieci. Wśród chłopców zaś obserwujemy, że z upływem czasu, prospołeczne nastawienie na pomaganie innym łączy się z chęcią budowania szczęśliwego życia rodzinnego i posiadania dzieci. A zatem u części badanej młodzieży pragnienia miłości u dziewcząt i pragnienia pomagania innym u chłopców spotykają się w dążeniu do stworzenia szczęśliwej rodziny i posiadania dzieci. Ta ważna obserwacja może być wykorzystana przy planowaniu działań z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych.

Wniosek 12:

Wyniki polskich i międzynarodowych badań IPZIN wskazują, że posiadanie prorodzinnych marzeń jest czynnikiem chroniącym wobec szeregu zachowań ryzykownych i problemów młodzieży. „Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” to jedyny cel życiowy, którego wybór ma tak jednoznaczny wymiar profilaktyczny.

Na przeciwnym biegunie znajduje się najbardziej antyprofilaktyczny cel życiowy – „życie pełne rozrywek”. Jego wskazanie wiąże się z podwyższonym ryzykiem wielu różnych zachowań ryzykownych.

Marzenia o rodzinie i posiadaniu dzieci wiążą się z niższymi wskaźnikami na skali depresji, rzadszym występowaniem myśli samobójczych, a także niższymi wskaźnikami korzystania substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki, papierosy), cyberprzemocy (bycie sprawcą lub ofiarą) czy korzystania ze szkodliwych dla młodzieży treści internetowych (pornografia, hazard, itp.). Ochronna funkcja posiadania prorodzinnego celu życiowego nie ulega wątpliwości, nawet jeśli weźmiemy pod uwagę, że najprawdopodobniej zależność między prorodzinnymi marzeniami a depresją ma charakter dwukierunkowy. Z kolei marzenia o „życiu pełnym rozrywek” wiążą się z wyższymi wskaźnikami zachowań ryzykownych takich, jak przemoc fizyczna, korzystanie z alkoholu czy wczesna inicjacja seksualna.

Opisane wyniki badań uwypuklają różnicę między dwiema grupami młodzieży. Ci, u których kształtuje się długofalowe, wiążące się z daniem czegoś innym oraz ponoszeniem trudów marzenie o „szczęśliwej rodzinie, dzieciach” są mniej narażeni na zachowania ryzykowne i problemy. Ci, którzy za cel życiowy stawiają sobie poszukiwanie wrażeń i przyjemności, czyli „życie pełne rozrywek”, stanowią grupę ryzyka. Wypływa stąd wniosek dla działań praktycznych, że w wychowaniu i profilaktyce warto stwarzać okazje do pogłębionej refleksji nad celami życiowymi i ukazywać wartość dążenia do celów konstruktywnych i długofalowych, w tym w szczególności prorodzinnych.

Wniosek 13:

Z badań wynika, że młodzież, dla której ważne jest marzenie o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” widzi generalnie więcej barier dla realizacji swoich marzeń niż osoby, które na swojej liście najważniejszych celów życiowych prorodzinnego marzenia nie mają.

Wśród barier dla realizacji marzeń, które częściej wskazują osoby marzące o szczęśliwej rodzinie i dzieciach znajduje się „krytyka ze strony innych”, „nadmierne oczekiwania innych”, „nie-wiara we własne siły” oraz „brak pomysłu/wiedzy jak zrealizować marzenie”. Powstaje pytanie, dlaczego współcześnie tak zwyczajne ludzkie marzenie, jak pragnienie założenia rodziny i posiadania dzieci jest postrzegane przez młodzież jako napotykające na liczne bariery. Odnalezienie odpowiedzi na to pytanie jest istotne z punktu widzenia skuteczności wczesnej profilaktyki problemów demograficznych, której jednym z zadań powinna być pomoc młodzieży w przewyżnianiu mentalnych barier.

Wniosek 14:

Wpływ działań profilaktycznych na pragnienie posiadania dzieci w przyszłości udało się zaobserwować w badaniach ewaluacyjnych jednego programu profilaktyki zintegrowanej – programu Archipelag Skarbów®.

Wpływ działań profilaktycznych na czynniki związane z „dzietnością w marzeniach” młodzieży udało się uzyskać w badaniach ewaluacyjnych trzech programów profilaktyki zintegrowanej: Archipelag Skarbów® oraz programów do realizacji zdalnej Nawigacja w Kryzysie i Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców.

Wyniki kolejnych badań ewaluacyjnych pokazują, że uzyskanie bezpośredniego wpływu na wzrost „dzietności w marzeniach” jest z biegiem lat coraz trudniejsze. Wpływ badanych programów profilaktycznych na czynniki powiązane z „dzietnością w marzeniach” stwierdzono dla następujących czynników:

Czynniki związane z kondycją psychiczną

- Spadek myśli samobójczych
- Poprawa kondycji psychicznej

Czynniki związane z przekonaniem z obszaru miłości i seksualności

- Przekonanie, że prawdziwa miłość istnieje
- Przekonanie, że prawdziwa miłość rośnie i się nigdy nie kończy
- Przekonanie, że warto poczekać ze współżyciem seksualnym do pełnej dorosłości
- Przekonanie, że warto poczekać ze współżyciem seksualnym do zawarcia małżeństwa
- Trwała miłość, przyjaźń – jako jeden z 3 najważniejszych celów życiowych

Czynniki środowiskowe, na które możliwy jest wpływ wychowawczo-profilaktyczny

- Dobra atmosfera w klasie

Wniosek 15:

Potwierdzone w badaniach efekty programów z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych pokazują, że uzyskanie wpływu na „dzietność w marzeniach” jest możliwe, ale bardzo trudne. Znacznie więcej wyników badań potwierdza wpływ programów profilaktycznych na czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z prorodzinnymi pragnieniami.

Uzyskanie wymiernego wpływu na poprawę demografii przyszłości za pomocą programów profilaktycznych wymaga poprawy skuteczności istniejących programów, tworzenia nowych i maksymalnego wzrostu skali tych oddziaływań, które okażą się skuteczne.

W badaniach IPZIN z lat 2014–2015 udział w zajęciach „Wychowania do życia w rodzinie” był czynnikiem istotnie zwiększającym „dzietność w marzeniach”. W późniejszych badaniach tego efektu nie zaobserwowano. Analogicznie, we wcześniejszych badaniach ewaluacyjnych programu Archipelag Skarbów® z lat 2007–2008 uzyskano istotny efekt dotyczący „dzietności w marzeniach”. Efektu tego nie zaobserwowano w badaniach ewaluacyjnych tego programu z lat 2019–2020.

Wydaje się bardzo prawdopodobne, że w miarę zachodzących zmian kulturowych potrzeba coraz obszerniejszego i bardziej centralnego uwzględnienia celów prorodzinnych w programach profilaktycznych. Potrzebne jest doskonalenie metodyki tych programów i stałe dostosowywanie ich do zmieniającej się wrażliwości młodzieży. W tym celu należy wykorzystać wyniki badań dotyczących czynników powiązanych z „dzietnością w marzeniach” młodzieży. Realizacja programów obejmujących cele z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych powinna być objęta monitoringiem, a tworzone i doskonalone programy należy poddawać kolejnym badaniom ewaluacyjnym. Programy skuteczne powinny być wdrażane na jak najszerszą skalę.

Rekomendacja 1:

Przeciwdziałanie pogłębianiu się w kolejnych dziesięcioleciach kryzysu demograficznego jest ważnym elementem polskiej racji stanu. Wobec niskiego i wciąż obniżającego się poziomu pragnień z związanych z rodziną i posiadaniem dzieci wśród młodzieży konieczne jest włączenie tej tematyki do działań edukacyjnych, wychowawczych i profilaktycznych. Kierowane do dzieci i młodzieży działania z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych powinny być oparte na podstawach naukowych, mieć jak najszerszą skalę i korzystać z wpływu, jaki na życie dzieci i młodzieży mają różne grupy osób (rodzina, nauczyciele, profilaktycy, twórcy dzieł kultury, dziennikarze, itp.).

Rekomendacja 2:

Racjonalne i ekonomiczne planowanie działań z zakresu wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymaga wykorzystania wiedzy o istniejących zależnościach pomiędzy pragnieniem posiadania dzieci, a kondycją psychiczną i podejmowaniem zachowań ryzykownych. Dzięki temu wczesna profilaktyka problemów demograficznych budząca wrażliwość na piękno prorodzinnych celów życiowych stanie się nie tyle odrębną dziedziną prewencji, co świadomie włączanym elementem lub aspektem zintegrowanych działań profilaktycznych.

Rekomendacja 3:

We wczesnej profilaktyce problemów demograficznych należy uwzględnić oba wymiary demografii – ten związany z dzietnością i ten związany z pragnieniami emigracyjnymi. Wykazany w badaniach związek między obydwojma wymiarami powoduje, że w planowaniu działań profilaktycznych można łączyć akcenty prorodzinne z budowaniem przyjaznego klimatu w społeczności lokalnej i promocją lokalnego patriotyzmu.

Rekomendacja 4:

Warunkiem skuteczności działań z obszaru wczesnej profilaktyki problemów demograficznych jest wykorzystanie wiedzy o czynnikach powiązanych z pragnieniem

posiadania dzieci w przyszłości. Jeśli chodzi o osłabianie czynników ryzyka, szczególnie znaczenie ma wzmacnianie kondycji psychicznej i budowanie odporności psychicznej oraz przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej. Czynniki chroniące sprzyjające pragnieniom prorodzinnym, na których można bazować i które – w świetle badań – warto wzmacniać, to:

Czynniki niespecyficzne

- Rola matki jako przewodnika życiowego
- Dobry klimat klasy, szkoły
- Więzy ze środowiskiem lokalnym
- Prospołeczne postawy nacechowane empatią i gotowość do dawania innym w relacjach
- Znaczenie wiary/religijności w życiu

Czynniki specyficzne

- Kontakt z małżeństwami, które są wzorem trwałej i szczęśliwej relacji
- Wiara w istnienie prawdziwej miłości na całe życie
- Przekonanie, że z kontaktami seksualnymi warto czekać do dorosłości/malżeństwa
- Znaczenie bliskich relacji z innymi wśród dążeń życiowych (trwała miłość, przyjaźń, rodzina)

Rekomendacja 5:

Uzyskanie wymiernego wpływu na poprawę demografii przyszłości za pomocą programów profilaktycznych wymaga szerokiej realizacji działań cechujących się maksymalnie wysoką skutecznością.

W obecnej sytuacji należy:

- Stworzyć warunki dla poszerzenia skali realizacji istniejących programów profilaktycznych, które mają pewną, udowodnioną skuteczność w obszarze profilaktyki wczesnych problemów demograficznych.
- Prowadzić działania rozwojowe zwiększające skuteczność istniejących programów i nakierowanych na tworzenie nowych oddziaływań przeznaczonych dla odbiorców z różnych grup wiekowych.
- Uwzględnić w działaniach profilaktycznych inspirowanie młodzieży do pogłębionej refleksji nad celami życiowymi i sensem życia (można tu wykorzystać elementy logoterapii i logoprofilaktyki opartej na koncepcji Victora Frankla).

Rekomendacja 6:

Aby wczesna profilaktyka problemów demograficznych mogła osiągnąć maksymalną skuteczność wśród młodzieży różnej płci, w różnym wieku i w różnej sytuacji życiowej w treściach i metodyce działań należy wykorzystać szereg konkretnych wyników i wniosków z badań. W szczególności, w świetle wyników badań działania w obszarze wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymagają odrębnego dostosowania do wrażliwości chłopców i dziewcząt.

Różnice między dziewczętami a chłopcami obserwowane w badaniach, które warto wziąć pod uwagę to:

- Większy spadek pragnień dzietności w okresie epidemii wśród dziewcząt niż wśród chłopców
- Mniejsza podatność dziewcząt niż chłopców na elementy oficjalnego, ekspercko-państwowego przekazu dowartościowującego rodziny wielodzietne i znaczenie dzietności dla społeczeństwa
- Wcześniejsza względna stabilizacja pragnień życiowych (w tym prorodzinnych) wśród dziewcząt niż wśród chłopców
- Odmienny przebieg dojrzewania prorodzinnych pragnień wśród dziewcząt i wśród chłopców (np. u dziewcząt częściej obserwujemy stopniowe łączenie się pragnienia miłości z pragnieniem rodziny i dzieci, podczas gdy u części chłopców nastawienie prospołeczne kierunkuje się z czasem na rodzinę i dzieci).

Badania pokazują także, że nastolatki mający prorodzinne marzenia widzą więcej barier w realizacji marzeń, niż pozostali. Częściej wskazują na takie bariery, jak: „krytyka ze strony innych”, „nadmierne oczekiwania innych”, „niewiara we własne siły”. Powstaje pytanie czy aspiracje przekazywane przez świat dorosłych dziewczętom i chłopcom nie stoją często w kolizji z marzeniami o rodzinie, macierzyństwie, ojcostwie i dzieciach. Dotyczyć to może zarówno aspiracji przekazywanych przez najbliższe otoczenie, jak i przez współczesną kulturę masową, w tym aspiracje zakodowane we współczesnej równościowej narracji obecnej w mediach, kulturze i polityce.

Rekomendacja 7:

Realizacja celów wczesnej profilaktyki problemów demograficznych wymaga stworzenia odpowiednich warunków dla dalszego rozwoju badań (w tym badań reprezentatywnych) dotyczących postaw młodzieży wobec rodziny i przyszłej dzietności, a także dążeń emigracyjnych wraz z szerokim kontekstem związanych z tymi postawami czynników. Potrzebne jest lepsze zdiagnozowanie przyczyn tych zjawisk, opracowanie strategii przeciwdziałania uwzględniającej zadania dla wychowania, profilaktyki i dla instytucji kultury.

Bibliografia

- Balcerzak, A., Grzelak, S., Siellawa-Kolbowska, E., Świerzevska, K., Żyro, D. (2019). *Wspieranie rozwoju i zapobieganie problemom młodzieży w gminach Legnicko-Głogowskiego Okręgu Miedziowego w oparciu o model profilaktyki zintegrowanej*. Raport końcowy z projektu edukacyjno-profilaktycznego realizowanego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej finansowanego przez Fundację KGHM.
- Bersia M., Koumantakis E., Berchiolla P., Charrier L., Ricotti, A., Grimaldi P., Dalmasso P., Comoretto R. I., *Suicide spectrum among young people during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis* vol. 54, December 2022 <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2589-5370%2822%2900435-7>.
- Brzezińska A. *Profilaktyka zaburzeń funkcjonowania i rozwoju oraz promocja zdrowia dzieci i młodzieży*. w: Grzegorzewska, I., Cierpiałkowska, L., Borkowska, A.R. (red). *Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży*, PWN, Warszawa 2020, str.: 773–776.
- Bundy J., Pfarrer M., Short C., Coombs T. (2017). „*Crisis and Crisis Management: Integration, Interpretation, and Research Development*”. *Journal of Management*. 43 (6): 1661–1692.
- Co to jest szczepionka* <https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/co-to-jest-szczepionka/>
- Cold weather and classroom temperature (England) <https://neu.org.uk/advice/cold-weather-and-classroom-temperature-england> (dostęp: 16 grudnia 2022).
- Dziewiecki M., *Dobrobyt i wychowanie*. Wychowawca nr 6(150) / 2005.
- The EIS Health and Safety Handbook <https://www.eis.org.uk/Content/images/Health%20and%20Safety/HS-HANDBOOK%20-%204th%20Edition%20April%202015%20-%20Copy%201.pdf> (dostęp: 16 grudnia 2022).
- Fihel, A., Kielkowska, M., Radziwinowiczówna, A., Rosińska, A. 2017, *Determinanty spadku płodności w Polsce. Próba syntezy*. *Studia demograficzne* 2(172) 2017.
- Frankl.V.E. *Wola sensu. Założenia i zastosowania logoterapii*. Warszawa 2010.
- Grabowska M., Gwiazda M., (red). *Młodzież 2021. Opinie i diagnozy nr 49*. CBOS. Warszawa 2022.
- Grzelak S., *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Warszawa 2009.
- Grzelak S. (red). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*, IPZIN/ORE, Warszawa 2015 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/vademecum_skutecznej_profilaktyki_problegow_mlodziy.pdf.

- Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2-7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. Dostęp: https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_2020_IPZIN.pdf.
- Grzelak S., Siellawa-Kolbowska E., Łuczka M. i in. *Młodzież w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej? Wyniki sondażu „Akcja nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych” przeprowadzonego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w 2-7 kwietnia 2020*. Warszawa 2020. (https://www.ipzin.org/images/dokumenty/RAPORT_Modziez_w_czasie_epidemii_Komu_jest_najtrudniej_2020_IPZIN_Czesc_2.pdf).
- Grzelak S., Żyro D., *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Warszawa 2021 dostęp: https://ipzin.org/images/pdf/Raport_jak_wspierac_uczniow_po_roku_epidemii.pdf.
- Grzelak S., Żyro D., Siellawa-Kolbowska E., Szawiński L. *Profilaktyka na czas epidemii. Potrzeby, priorytety i rekomendacje dotyczące działań w zakresie profilaktyki używania substancji psychoaktywnych oraz innych problemów dzieci i młodzieży w czasie epidemii COVID-19*. Ekspertyza na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Warszawa, 2020 https://ipzin.org/wp-content/uploads/2022/01/Ekspertyza_IPZIN_pod_kierunkiem_dr_Sz_Grzelaka_.pdf.
- Kaa van de D.J. 1987, *Europe's Second Demographic Transition*, "Population Bulletin", vol. 42, No. 1, Washington: Population Preference Bureau, Inc.
- Kamiński M. *Power for Resilience – przygotowanie do drogi*, <https://think-tank.pl/power-for-resilience-przygotowanie-do-drogi/>.
- Kicińska L., Palma J. *Zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży*. Raport za lata 2012-2021. Portal Życie warte jest rozmowy. Dostęp: <https://zwrj.pl/artykuly/raport-dotyczacy-zachowan-samobojczych-mlodziezy>.
- Kmieciak-Jusięga, K. W. *Logoprofilaktyka. Nowa koncepcja zapobiegania zachowaniom ryzykownym dzieci i młodzieży oparta o założenia logoterapii Viktora E. Frankla*. *Studia Paedagogica Ignatianae* [online]. 15 grudzień 2022, T. 25, nr 4, s. 19–32. [udostępniono 12.4.2023]. DOI 10.12775/SPI.2022.4.001.
- Komenda Główna Policji, https://statystyka.policja.pl/st/wybrane-statystyki/zamachy-samobojcze/63803,Zamachy-samobojcze-od-2017-roku.html?fbclid=IwAR3hgCSwAorZbNBAMa8ilW-1uz7G5uokmH_43bFB9-Xp8ovxPQXHEIX04AY.
- Koszewska K., *Budowanie strategii antykrzysowej na terenie szkoły/placówki oświatowej* (ORE, 2012). <https://www.ore.edu.pl/wp-content/plugins/download-attachments/includes/download.php?id=6178>.
- Łoś M., Hawrot A., Grzelak S., Balcerzak A. *Mapa czynników ryzyka i chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi*. Warszawa 2017. Dostęp: https://ipzin.org/images/dokumenty/raporty_ipzin/raport_01_mapa_czynnikow_ryzyka_i_chroniacych_mlodzię przed zachowaniami_ryzykownymi.pdf.
- Moskalewicz J., Wciórka J. (red.) *Stan zdrowia psychicznego osób w wieku 65 lat i więcej; Kondycja psychiczna mieszkańców Polski: raport z badań „Kompleksowe badanie stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań - EZOP II”* s. 469-481, IPIN, Warszawa 2021.
- Norris, Fran & Stevens, Susan & Pfefferbaum, Betty & Wyche, Karen & Pfefferbaum, Rose. *Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness*. *American journal of community psychology* 2008. 41. 127-50. 10.1007/s10464-007-9156-6.

- Ostaszewski K. *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*. IPIN Warszawa 2014.
- Procentese F, Gatti F, Rochira A, Tzankova I, Di Napoli I, Albanesi C, Aresi G, Compare C, Fedi A, Gattino S, Guarino A, Marta E, Marzana D. *The selective effect of lockdown experience on citizens' perspectives: A multilevel, multiple informant approach to personal and community resilience during COVID-19 pandemic*. *J Community Appl Soc Psychol*. 2022 Sep 30;10.1002/casp.2651. doi: 10.1002/casp.2651. Epub ahead of print. PMID: 36249596; PMCID: PMC9538720.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (tekst jedn.: Dz.U. z 2020 r., poz. 1604) <https://www.portaloswiatowy.pl/bezpieczenstwo-w-szkole/rozporzadzenie-ministra-edukacji-narodowej-i-sportu-z-31-grudnia-2002-r.-w-sprawie-bezpieczenstwa-i-higieny-w-publicznych-i-niepublicznych-szkolach-i-placowkach-tekst-jedn.-dz.u.-z-2020-r.-poz.-1604-4258.html> (dostęp: 16 grudnia 2022).
- School environment: policies and current status*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2015. Dostęp <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/164594/WHO-EURO-2015-3207-42965-60038-eng.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.
- Siellawa-Kolbowska, E., Grzelak, S. Balcerzak, A. *Jak wspierać nastolatki w wędrówce w dorosłe życie? Pozytywny potencjał i zachowania ryzykowne nastolatków na Malcie. Omówienie wyników badania ankietowego z rekomendacjami*. Warszawa 2022. Dostęp: https://ipzin.org/wp-content/uploads/2023/04/ENG_National-Report-for-Malta_U.Kowalczyk.pdf.
- Stone, L., Wilcox, W.B., De Rose, L. 2021, *More Work, Fewer Babies: What Does Workism Have to Do with Falling Fertility?* Institute for Family Studies, Charlottesville, VA, USA.
- Strategia Demograficzna 2040, <https://www.gov.pl/web/demografia/strategia>.
- Strategia Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki https://www.ipzin.org/images/dokumenty/Siedem_Dwigni_-_krtki_opis.pdf.
- Suicide death rate by age group* Eurostat Data Browser: <https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tps00202/default/bar?lang=en>.
- Wielki słownik języka polskiego (www.wsjp.pl).
- WORK PLACE (MINIMUM HEALTH AND SAFETY REQUIREMENTS) SUBSIDIARY LEGISLATION 424.15* <https://legislation.mt/eli/sl/424.15/eng/pdf> (dostęp: 23 grudnia 2022).
- Wytyczne MEiN, MZ i GIS dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych – tryb pełny stacjonarny <https://www.gov.pl/web/edukacja-i-nauka/wytyczne-mein-mz-i-gis-dla-szkol-podstawowych-i-ponadpodstawowych-obowiazujace-od-1-wrzesnia-2021-r>.

Spis tabel

Tabela 1. Korelacje między uczuciami a kondycją psychiczną uczniów w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23219]	63
Tabela 2. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną młodzieży w badaniu „Nawigacja w kryzysie – Młodzież” z listopada-grudnia 2020 [N= 1709]	71
Tabela 3. Czynniki wpływające na kondycję psychiczną młodzieży w badaniu „Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców”, listopad–grudzień 2020 [N = 2207]	72
Tabela 4. Czynniki wiążące się z obniżoną kondycją psychiczną młodzieży w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N = 23 219]	73
Tabela 5. Czynniki wiążące się z wyższym indeksem kondycji psychicznej młodzieży w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N = 23 219]	78
Tabela 6. Czynniki chroniące i czynniki ryzyka względem kondycji psychicznej liczonej dla szkół [N=193 szkoły z liczbą co najmniej 50 badanych uczniów]	95
Tabela 7. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród nauczycieli w tych samych szkołach ponadpodstawowych	99
Tabela 8. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród rodziców w tych samych szkołach podstawowych	101
Tabela 9. Kondycja psychiczna uczniów, a wskaźniki z badań wśród rodziców w tych samych szkołach ponadpodstawowych	101
Tabela 10. Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców ze szkół podstawowych [N=8918]	119
Tabela 11. Czynniki powiązane z lepszą kondycją psychiczną rodziców ze szkół podstawowych [N=8918]	120
Tabela 12. Czynniki powiązane ze słabą kondycją psychiczną rodziców ze szkół ponadpodstawowych [N=2799]	121
Tabela 13. Czynniki powiązane z lepszą kondycją psychiczną rodziców ze szkół ponadpodstawowych [N=2799]	123
Tabela 14. Wpływ czynników na problemy i zachowania ryzykowne przy kontroli innych zmiennych (z badań IPZIN) – część tabeli z czynnikami chroniącymi	242

Tabela 15. Odsetki młodzieży, która miała w swoim życiu kontakt z małżeństwem będącym przykładem miłości (badania profilaktyki zintegrowanej 2002–2022)	247
Tabela 16. Wpływ czynników na grupy problemów w badaniach IPZIN 2014–2017 [N=13236]. Na podstawie Tabeli 15 (IPZIN/MZ, 2017)	248
Tabela 16 z raportu IPZIN dla MZ. Współczynniki korelacji między pożądaną liczbą dzieci (dwoje i poniżej vs troje i więcej) a czynnikami ryzyka i chroniącymi	251
Tabela 18.	260
Tabela 19. Wpływ celu życiowego na „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach EIIP wśród 13–15-latków z Polski, Litwy i Malty z lat 2021/2022 [N=2249]	268
Tabela 20. Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci w badaniach EIIP wśród 13–15-latków z Polski, Litwy i Malty z lat 2021/2022 [N=2249]	270
Tabela 21. Wpływ celu życiowego na „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]	272
Tabela 22. Wpływ celu życiowego na pożądaną liczbę dzieci w przyszłości w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]	273
Tabela 23. Najważniejsze cele i dążenia życiowe uczniów klas 7 szkół podstawowych w badaniach IPZIN z trzech podokresów roku szkolnego 2021/2022 [N=7002]	282
Tabela 24. Najważniejsze cele i dążenia życiowe uczniów klas 1 szkół ponadpodstawowych w badaniach IPZIN z trzech podokresów roku szkolnego 2021/2022 [N=3892]	284
Tabela 25. Cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a wybór innych celów życiowych wśród chłopców w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022	286
Tabela 26. Cel życiowy „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a wybór innych celów życiowych wśród dziewcząt w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2022	287
Tabela 27. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]	298
Tabela 28. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez chłopców w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]	299
Tabela 29. Wybór marzenia „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci”, a bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez dziewczęta w okresie roku szkolnego 2021/2022 [N=23236]	301
Tabela 30. Czynniki powiązane z „dzietnością w marzeniach” w różnych badaniach IPZIN z lat 2014–2022	310
Tabela 31. Wpływ programu Archipelag Skarbów® na „dzietność w marzeniach” i czynniki z nią powiązane wykazany w badaniach ewaluacyjnych	314
Tabela 32. Wpływ programów online na czynniki ryzyka „dzietności w marzeniach” wykazany w badaniach ewaluacyjnych.	316

Spis wykresów

Wykres 1. Indeks kondycji psychicznej. Listopad – grudzień 2020	45
Wykres 2. Indeks kondycji psychicznej. Październik 2021 – 23 luty 2022 [N = 15 791]	46
Wykres 3. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie stacjonarne. Październik 2021 – 23 luty 2022 [N = 8 574]	47
Wykres 4. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie hybrydowe. Październik 2021 – 23 luty 2022. N = 706	47
Wykres 5. Indeks kondycji psychicznej. Nauczanie zdalne. Październik 2021 – 23 luty 2022 [N = 6 445]	48
Wykres 6. Indeks kondycji psychicznej. 24 luty – 20 marca 2022 [N = 3 887]	49
Wykres 7. Indeks kondycji psychicznej. 21 marca – 30 czerwca 2022 [N = 3 923]	49
Wykres 8. Kondycja psychiczna jesienią 2022 do 18 listopada	50
Wykres 9. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt	51
Wykres 10. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt ze szkół podstawowych	53
Wykres 11. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie chłopców ze szkół podstawowych	54
Wykres 12. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych	55
Wykres 13. Kondycja psychiczna w okresach roku szk. 2021/2022 w grupie chłopców ze szkół ponadpodstawowych	55
Wykres 14. Kondycja psychiczna w okresie 24 lutego – 20 marca 2022 w 3 województwach ściany wschodniej i pozostałej części kraju	57
Wykres 15. Kondycja psychiczna w okresie 21 marca – 30 czerwca 2022 w 3 województwach ściany wschodniej i pozostałej części kraju	57
Wykres 16. Uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w czasie epidemii. Kwiecień 2020 [N=2475]	59
Wykres 17. Uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w czasie epidemii. Listopad – grudzień 2020 [N=1709]	59
Wykres 18. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów na przełomie jesieni 2021 i zimy 2022	61

Wykres 19. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów wiosną 2022 [N = 4096]	61
Wykres 20. Najczęściej przeżywane uczucia uczniów jesienią 2022 [N = 2033]	62
Wykres 21. Największe obawy uczniów od 21 marca do 30 czerwca 2022 [N=4096]	64
Wykres 22. Największe obawy uczniów z jesieni 2022 [N = 2033]	65
Wykres 23. Największe uciążliwości w życiu uczniów od 21 marca do 30 czerwca 2022 [N=4096]	66
Wykres 24. Największe uciążliwości w życiu uczniów jesienią 2022 [N=2033]	67
Wykres 25. Potrzeby uczniów dotyczące rozmów o sytuacji w świecie, jesień 2022 [N = 2033]	68
Wykres 26. Z kim rozmawiali ci, którzy takiej rozmowy potrzebowali, jesień 2022 [N = 351 spośród N = 2033]	68
Wykres 27. Indeks kondycji psychicznej a problemy nauki zdalnej	70
Wykres 28. Kondycja psychiczna uczniów szkół podstawowych w zależności od doświadczania przewyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania w całym roku szkolnym 2021/2022 [N = 17607]	79
Wykres 29. Kondycja psychiczna uczniów szkół ponadpodstawowych w zależności od doświadczania przewyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania w całym roku szkolnym 2021/2022 [N = 5994]	80
Wykres 30. Kondycja psychiczna uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych a wskazanie rodziców jako przewodników życiowych w całej próbie badanej 2021/2022 [N = 23219]	81
Wykres 31. Znaczenie wiary i religii a kondycja psychiczna w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]	82
Wykres 32. Znaczenie wiary wśród dziewcząt i chłopców w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]	83
Wykres 33. Zwracanie myśli do Boga wśród dziewcząt i chłopców w całej badanej próbie 2021/2022 [N=23219]	84
Wykres 34. Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w całej badanej próbie 2021/2022 [N = 23219]	84
Wykres 35. Przewodnicy życiowi młodzieży szkolnej w badaniach IPZIN z jesieni 2022 [N=2033]	87
Wykres 36. Poczucie wystarczającego wsparcia młodzieży ze strony przewodników życiowych (jesień 2022)	88
Wykres 37. Trudności i problemy młodzieży w ciągu ostatnich 30 dni	89
Wykres 38. Osoby, z którymi młodzież rozmawiała o trudności/ problemie (jesień 2022)	90
Wykres 39. Ocena przydatności rozmowy w przeżywaniu problemu przez młodzież (jesień 2022)	90

Wykres 40. Procent osób, które oceniły, że rozmowa o problemie lub trudności była pomocna w zależności od rodzaju szkoły i grup osób, z którymi uczniowie i uczennice rozmawiały [N = 6565]	91
Wykres 41. Powody niepodejmowania rozmów o problemach przez młodzież	93
Wykres 42. Średnia indeksu kondycji psychicznej liczona dla szkół [N=193 szkoły z liczbą co najmniej 50 badanych uczniów]	95
Wykres 43. Indeks kondycji psychicznej nauczycieli w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N=6493]	115
Wykres 44. Indeks kondycji psychicznej rodziców w badaniach IPZIN z roku szkolnego 2021/2022 [N=11717]	118
Wykres 45. Skala i jakość działania AS w latach 2015–2022	131
Wykres 46. Odsetek zmotywowanych do unikania poszczególnych zachowań lub substancji psychoaktywnych wśród [N=1300] uczestników programu Gwiazda Mocy	139
Wykres 47. Realizacja zadania polegającego na wyłączeniu telefonu na 2 godziny [N=1067] przez uczniów uczestniczących w programie Gwiazda Mocy	140
Wykres 48. Zainteresowanie młodzieży uczestnictwem w kolejnym programie profilaktycznym prowadzonym przez trenerów profilaktyki zintegrowanej w roku szkolnym 2021/2022	143
Wykres 49. Oczekiwania młodzieży dotyczące tematów zajęć profilaktycznych kierowane do trenerów profilaktyki zintegrowanej w roku szkolnym 2021/2022	144
Wykres 50. Oczekiwania rodziców dotyczące tematów zajęć profilaktycznych dla ich dzieci w świetle danych z monitoringu programów profilaktyki zintegrowanej z roku szkolnego 2021/2022	146
Wykres 51. Oczekiwania rodziców dotyczące tematów spotkań dla rodziców prowadzonych przez specjalistów w świetle danych z monitoringu programów profilaktyki zintegrowanej z roku szkolnego 2021/2022	148
Wykres 52. W szkole pełni Pani/Pan funkcję	157
Wykres 53. Materiały najbardziej pomocne w zapoznaniu się ze szkolną inicjatywą profilaktyczną Nawigacja w Każdą Pogodę i koordynowaniu działań w szkole	157
Wykres 54. Które materiały wykorzystali Państwo do przekazania informacji o NWKP kadrze pedagogicznej?	158
Wykres 55. Które materiały wykorzystali Państwo do przekazania informacji o NWKP rodzicom?	158
Wykres 56. Co było dla Państwa najbardziej przydatne w raporcie?	159
Wykres 57. Ocena obsługi aplikacji dedykowanej NWKP przez szkolnych koordynatorów	160
Wykres 58. Odpowiedzi 27% koordynatorów, którzy w ogóle wskazali jakieś trudności	161
Wykres 59. Korzyści dla młodzieży z relacji szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP	163
Wykres 60. Inne korzyści z realizacji szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP	164
Wykres 61. Jakie korzyści odnieśli Państwo z koordynowania szkolnej inicjatywy profilaktycznej NWKP?	165
Wykres 62. Przyczyny trudności w realizacji zadań koordynatora	167

Wykres 63. Sposób prowadzenia zajęć z NWKP dla młodzieży	168
Wykres 64. Materiały najbardziej przydatne w prowadzeniu zajęć	169
Wykres 65. Korzyści dla młodzieży z udziału w zajęciach w ramach NWKP	170
Wykres 66. Korzyści szkolnych koordynatorów z prowadzenia zajęć w ramach NWKP	171
Wykres 67. Ciekawe aspekty w wynikach ankiety wg. nauczycieli	172
Wykres 68. Zaangażowanie nauczycieli w działania NWKP	173
Wykres 69. Proporcje dziewcząt i chłopców w uczestniczącym programie NWKP	175
Wykres 70. Do której klasy chodzisz? (gotowe scenariusze)	175
Wykres 71. Do której klasy chodzisz? (inspiracje)	175
Wykres 72. Do czego służy AUTOPILOT w programie <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> ?	176
Wykres 73. Mikroprzerwy to:	176
Wykres 74. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (gotowe scenariusze)	177
Wykres 75. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (inspiracje)	177
Wykres 76. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (gotowe scenariusze)	178
Wykres 77. Z jakiego powodu wyniki ankiety były dla Ciebie ważne? (inspiracje)	178
Wykres 78. Z jakich wskazówek udało Ci się skorzystać? (gotowe scenariusze)	179
Wykres 79. Z jakich wskazówek udało Ci się skorzystać? (inspiracje)	179
Wykres 80. Z jakich wskazówek udało Ci się Skorzystać? (gotowe scenariusze)	180
Wykres 81. Z jakich wskazówek udało Ci się Skorzystać? (inspiracje)	181
Wykres 82. Jaki był powód niezastosowania wskazówek? (gotowe scenariusze)	183
Wykres 83. Jaki był powód niezastosowania wskazówek? (inspiracje)	184
Wykres 84. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (gotowe scenariusze)	184
Wykres 85. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (inspiracje)	185
Wykres 86. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (gotowe scenariusze)	186
Wykres 87. Którą wskazówkę zamierzasz wykorzystać w przyszłości? (inspiracje)	186
Wykres 88. Czy polecisz zajęcia <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> swoim rówieśnikom (gotowe scenariusze)	187
Wykres 89. Czy polecisz zajęcia <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> swoim rówieśnikom (inspiracje)	187
Wykres 90. Czy polecisz zajęcia <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> swoim rówieśnikom (gotowe scenariusze)	188
Wykres 91. Czy polecisz zajęcia <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> swoim rówieśnikom (inspiracje)	188
Wykres 92. Do której klasy uczęszcza Państwa dziecko, które uczestniczy/uczestniczyło w zajęciach <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> (NWKP)? (rodzice po wynikach)	191
Wykres 93. Co było dla Państwa ciekawego w wynikach badań? (rodzice po wynikach)	192
Wykres 94. Formy zaangażowania rodziców w działania związane z NWKP (rodzice po wynikach)	193

Wykres 95. Które wskazówki według Państwa były najbardziej przydatne dla dzieci? (rodzice po wynikach)	193
Wykres 96. Czy Państwa zdaniem zajęcia w ramach NWKP były lub będą pomocą/ wsparciem dla dziecka w radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych (rodzice po wynikach)	194
Wykres 97. Czy Państwa zdaniem zajęcia w ramach NWKP były lub będą pomocą/ wsparciem dla dziecka w radzeniu sobie w różnych sytuacjach życiowych (rodzice po wynikach)	194
Wykres 98. Do której klasy uczęszcza Państwa dziecko, które uczestniczy/uczestniczyło w zajęciach <i>Nawigacja w Każdą Pogodę</i> (NWKP)? (rodzice po warsztatach)	196
Wykres 99. W ilu spotkaniach Państwo uczestniczyli? (rodzice po warsztatach)	196
Wykres 100. Z jakich powodów zdecydowali się Państwo wziąć udział w warsztatach dla rodziców? (rodzice po warsztatach)	197
Wykres 101. Czy treści przekazane podczas warsztatów były dla Państwa przydatne? (rodzice po warsztatach)	197
Wykres 102. Które wskazówki z warsztatów oceniają Państwo jako najbardziej użyteczne dla siebie? (rodzice po warsztatach)	198
Wykres 103. Czy poleciliby Państwo udział w warsztatach innym rodzicom? (rodzice po warsztatach)	198
Wykres 104. Czy poleciliby Państwo udział w warsztatach innym rodzicom? (rodzice po warsztatach)	199
Wykres 105. Postawy i przekonania ważne dla wczesnej profilaktyki problemów demograficznych (badania IPZIN). Na podstawie wykresu 1.8. z <i>Vademecum</i> (...)	240
Wykres 106. Postawa wobec przyszłej dzieciności (badania IPZIN). Na podstawie wykresu 1.8. z <i>Vademecum</i> (...)	241
Wykres 107. Chciał(a)bym w przyszłości mieć dzieci	244
Wykres 108. Ile dzieci chciał(a)byś mieć w przyszłości	245
Wykres 109. Wyznanie religijne a chęć posiadania dzieci w przyszłości [N=9833]	249
Wykres 110. Porównanie postaw wobec posiadania dzieci przed i po wdrożeniu polityki rodzinnej rządu (badania w tych samych szkołach)	253
Wykres 111. Odsetek młodzieży zdecydowanie chętniej mieć dzieci w przyszłości	255
Wykres 112. Odsetek młodzieży z klas 7 zdecydowanie chcącej mieć dzieci w przyszłości	256
Wykres 113. Chęć posiadania dzieci w klasach 7 i 8 przed i po wybuchu epidemii COVID-19 [N=1249]	258
Wykres 114. Współczynnik „dzieciności w marzeniach” w klasach 7 przed i po wybuchu epidemii COVID-19 [N=576]	258
Wykres 115. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 13-latków w badaniach IPZIN z 2018 r. [N=721]	262

Wykres 116. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 13-latków w badaniach IPZIN z regionu LGOM z roku 2019 [N=792]	262
Wykres 117. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 15-latków w badaniach IPZIN z regionu LGOM z roku 2019 [N=631]	263
Wykres 118. Najważniejsze marzenia i cele życiowe 12–16-latków w badaniach IPZIN z czerwca 2020 r. [N=521]	263
Wykres 119. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a „pragnienie posiadania dzieci w przyszłości” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]	271
Wykres 120. Wybór celu życiowego „szczęśliwe życie rodzinne, dzieci” a współczynnik „dzietności w marzeniach” w badaniach IPZIN wśród 13–14-latków z jesieni 2019 r. [N=2226]	272
Wykres 121. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 1 – jesień-zima 2021 (do 23 lutego 2022)	280
Wykres 122. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 2 – zima-wiosna 2022, od 24 lutego do 30 czerwca 2022 [N=8239]	280
Wykres 123. Najważniejsze cele i dążenia życiowe młodzieży w badaniach IPZIN z okresu 3 – jesień 2022 [N=2033]	281
Wykres 124. Kondycja psychiczna w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń w całej badanej próbie	288
Wykres 125. Kondycja psychiczna a wskazanie marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach w grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych	288
Wykres 126. Kondycja psychiczna a wskazanie marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach w grupie chłopców i dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych	289
Wykres 127. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym piło się alkohol	290
Wykres 128. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym korzystało się z narkotyków	291
Wykres 129. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie młodzieżowym, w którym paliło się papierosy	292
Wykres 130. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a wchodzenie na strony internetowe zawierające nieodpowiednie/szkodliwe treści	293
Wykres 131. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a bycie ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni	294

Wykres 132. Wskazanie marzenia o „szczęśliwym życiu rodzinnym, dzieciach” a bycie sprawcą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni	295
Wykres 133. Bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież w okresie jesień 2021 – 23 luty 2022 [N=18404]	296
Wykres 134. Bariery w realizacji marzeń i celów życiowych wskazywane przez młodzież ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych w okresie jesień 2021 – 23 luty 2022 [N=17788]	297
Wykres 135. Wymarzone miejsce zamieszkania w dorosłości uczniów 7 klas szkół podstawowych z Zagłębia Miedziowego	304
Wykres 136. Wymarzone miejsce zamieszkania w dorosłości uczniów 1 klas szkół ponadpodstawowych z Zagłębia Miedziowego	305

RODZINA JEST ZBYT WAŻNA, BY O NIEJ NIE MÓWIĆ



INSTYTUT WIEDZY O RODZINIE I SPOŁECZENSTWIE

media rodzinne | badania naukowe | warsztaty
produkcja medialna | ekspertyzy

POLSKIE
FORUM
RODZICÓW



A red heart with a white crack running through it, positioned above the text 'SOS rozwód'.

SOS
rozwód

Piękna
Dziew
czyzna.

 511 091 742

 kancelaria@iworis.pl

 www.iworis.pl

Załącznik nr 1

Kondycja psychiczna uczniów – wyniki analiz statystycznych

Osoby badane

Z analiz wykluczono 3133 osoby, którym nie można było jednoznacznie przypisać kodu a w konsekwencji szkoły, miejscowości i województwa, a więc realizacji w ramach, której uczestniczyły w projekcie oraz 106 osób, które w polu klasa lub płeć, lub w obu miały adnotację „wypełniał rodzic”. Do analizy włączono wyniki 23601 osób. Wykluczono również 269 uczniów i uczennic klas piątych szkół podstawowych ze względu na małą liczebność tej grupy.

Podaj swoją płeć biologiczną

		Częstość	Procent	Procent ważnych	Procent skumulowany
Ważne	chłopak	11447	48,5	48,5	48,5
	dziewczyna	12154	51,5	51,5	100,0
	Ogółem	23601	100,0	100,0	

Crosstab

		okres.3						Total	
		do 23 lutego		24 lutego do 20 marca		od 21 marca do końca roku		Count	%
		Count	%	Count	%	Count	%		
chłopak		7638	48,4%	1916	49,3%	1893	48,3%	11447	48,5%
dziewczyna		8153	51,6%	1971	50,7%	2030	51,7%	12154	51,5%
Total		15791	100,0%	3887	100,0%	3923	100,0%	23601	100,0%

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 nie stwierdzono istotnej statystycznie zależności pomiędzy fazą badania w podziale na trzy okresy a płcią osób badanych, $\chi^2(2)=1,18$, $p>0,05$. Proporcje dziewcząt i chłopców były na każdym etapie badania zbliżone do siebie.

		Klasa			
		Częstość	Procent	Procent ważnych	Procent skumulowany
Ważne	VI podst.	2830	12,0	12,0	12,0
	VII podst.	8205	34,8	34,8	46,8
	VIII podst.	6572	27,8	27,8	74,6
	I ponadpodst.	4621	19,6	19,6	94,2
	II ponadpodst.	1373	5,8	5,8	100,0
	Ogółem	23601	100,0	100,0	

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność między fazą badania w podziale na trzy okresy a poziomem nauczania była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=536,59$, $p<0,05$. W okresie do 23 lutego w badaniu wzięło udział mniej uczniów klas VI i uczniów klas I szkół ponadpodstawowych. W okresie od 21 marca do końca roku w badaniu wzięło udział mniej uczniów klas VIII i klas II szkół ponadpodstawowych. W okresie od 24 lutego do 20 marca w badaniu wzięło udział mniej uczniów klas VII. W związku z odnotowanymi różnicami w kolejnych analizach porównywano całe próby ze szkół podstawowych i całe próby ze szkół ponadpodstawowych łącznie bez przeprowadzania analiz w poszczególnych klasach szkół podstawowych i w poszczególnych klasach szkół ponadpodstawowych.

		Crosstab						Total	
		okres.3							
		do 23 lutego		24 lutego do 20 marca		od 21 marca do końca roku			
		Count	%	Count	%	Count	%	Count	%
Klasa	VI podst.	1786	11,3%	501	12,9%	543	13,8%	2830	12,0%
	VII podst.	5623	35,6%	1218	31,3%	1364	34,8%	8205	34,8%
	VIII podst.	4643	29,4%	1114	28,7%	815	20,8%	6572	27,8%
	I ponadpodst.	2650	16,8%	826	21,3%	1145	29,2%	4621	19,6%
	II ponadpodst.	1089	6,9%	228	5,9%	56	1,4%	1373	5,8%
Total		15791	100,0%	3887	100,0%	3923	100,0%	23601	100,0%

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność między fazą badania w podziale na trzy okresy a województwem była istotna statystycznie, $\chi^2(30)=2385,06$, $p<0,05$. W okresie do 23 lutego najwięcej osób badanych pochodziło z województw śląskiego i wielkopolskiego. W okresie 24 lutego do 20 marca najwięcej osób badanych pochodziło z województw śląskiego i mazowieckiego. W okresie od 21 marca najwięcej osób badanych również pochodziło z województw śląskiego i mazowieckiego.

Województwo

		Częstość	Procent	Procent ważnych	Procent skumulowan y
Ważne	dolnośląskie	2700	11,4	11,4	11,4
	kujawsko-pomorskie	247	1,0	1,0	12,5
	lubelskie	1044	4,4	4,4	16,9
	lubuskie	1581	6,7	6,7	23,6
	łódzkie	587	2,5	2,5	26,1
	małopolskie	456	1,9	1,9	28,0
	mazowieckie	3431	14,5	14,5	42,6
	opolskie	149	,6	,6	43,2
	podkarpackie	1748	7,4	7,4	50,6
	podlaskie	209	,9	,9	51,5
	pomorskie	670	2,8	2,8	54,3
	śląskie	7417	31,4	31,4	85,8
	świętokrzyskie	232	1,0	1,0	86,7
	warmińsko-mazurskie	172	,7	,7	87,5
	wielkopolskie	2689	11,4	11,4	98,9
	zachodniopomorskie	269	1,1	1,1	100,0
	Ogółem	23601	100,0	100,0	

Tabela krzyżowa Województwo * okres.3

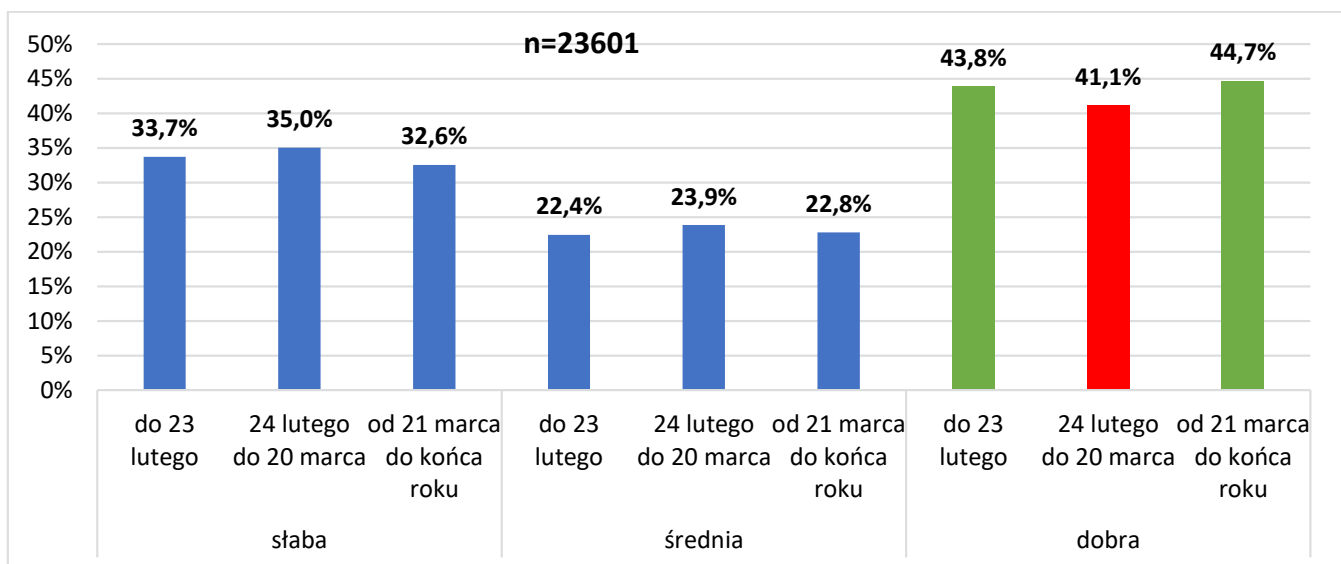
		okres.3			Ogółem	
		do 23 lutego	24 lutego do 20 marca	od 21 marca do końca roku		
Województwo	inne	n	13757	3411	3432	20600
		%	87,1%	87,8%	87,5%	87,3%
	podlaskie, lubelskie lub podkarpackie	n	2034	476	491	3001
		%	12,9%	12,2%	12,5%	12,7%
Ogółem		n	15791	3887	3923	23601
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

W oparciu o wartości testu niezależności χ^2 nie stwierdzono istotnej statystycznie zależności pomiędzy okresem, w którym przeprowadzono badanie a udziałem osób badanych z województw podlaskiego, lubelskiego i podkarpackiego w całości badanej próby, $\chi^2(4)=13,15$, $p<0,05$, $V=0,02$.

Dynamika zmian

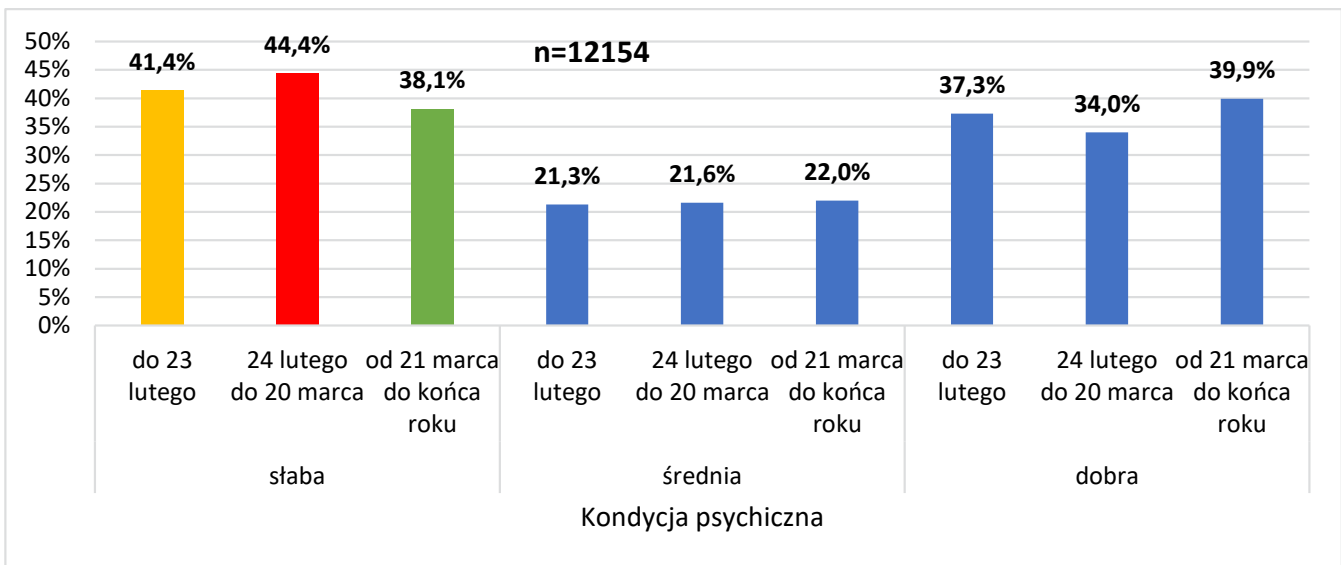
Ogółem, dziewczęta i chłopcy

Dynamika zmian w zakresie indeksu kondycji psychicznej w trzech wyróżnionych okresach, choć niewielka jest istotna statystycznie, $\chi^2(4)=13,15$, $p<0,05$, $V=0,02$. Testy porównań parami przeprowadzone dla całej grupy badanej łącznie pokazują niejednoznaczne wyniki. Różnica polega na tym, że w okresie od 24 lutego do 20 marca jest mniej osób, których kondycję psychiczną można określić jako dobrą, tak jak na poniższym wykresie.



Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w całej badanej próbie.

Dopiero po rozbiciu na płeć otrzymujemy jednoznaczne wyniki, tzn. dynamika zmian w grupie chłopców jest nieistotna statystycznie, $\chi^2(4)=6,89$, $p>0,05$, natomiast jest istotna statystycznie w grupie dziewcząt, $\chi^2(4)=19,37$, $p<0,001$, $V=0,04$. Dynamika zmian polega na tym, że wśród dziewcząt w okresie 24 lutego do 20 marca było więcej osób ze słabą kondycją psychiczną a w okresie od 21 marca do końca roku było ich mniej niż w okresie do 23 lutego i mniej niż w okresie 24 lutego do 20 marca, tak jak na poniższym wykresie.

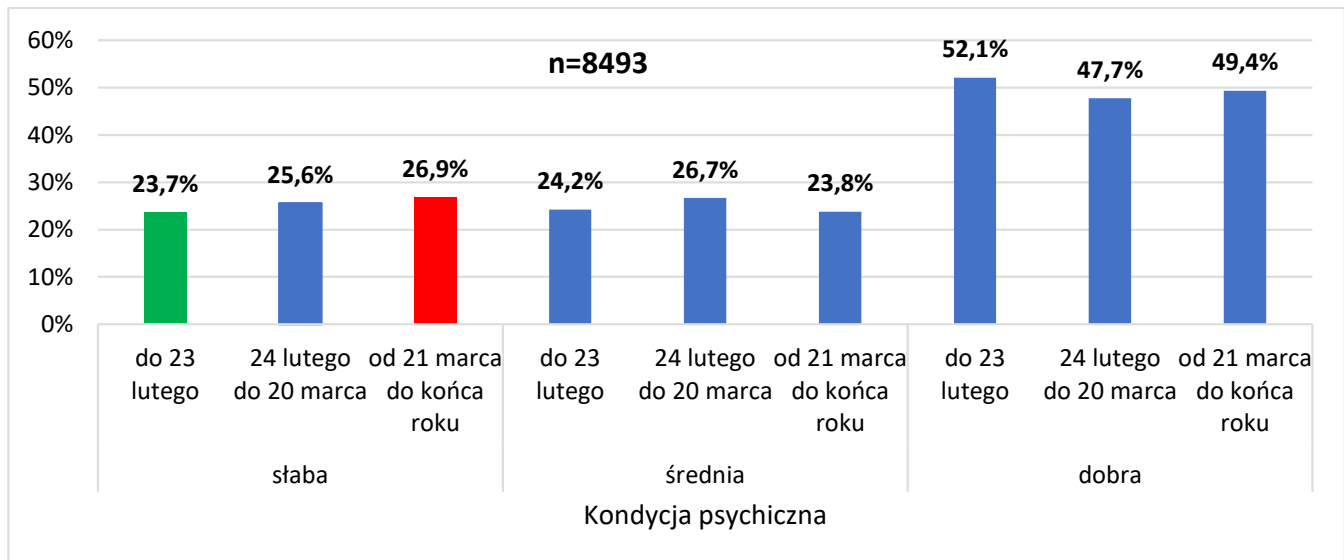


Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w grupie dziewcząt

Szkoły podstawowe

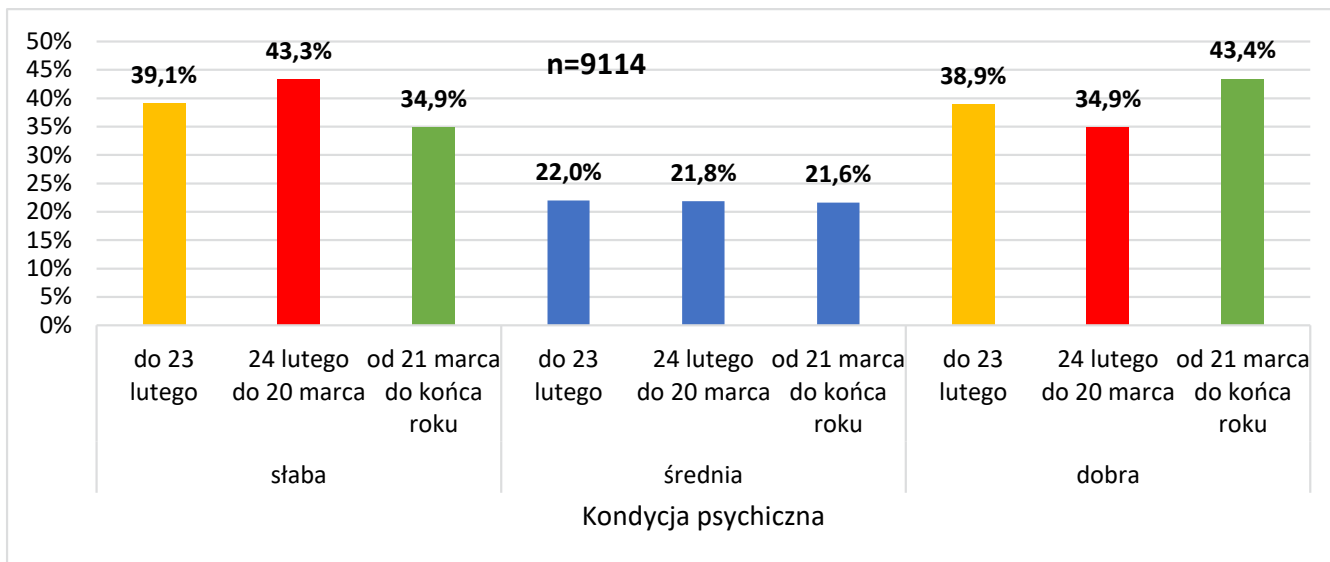
W szkołach podstawowych (klasy VI – VIII) otrzymujemy istotne statystycznie różnice zarówno w grupie chłopców, $\chi^2(4)=19,39$, $p<0,05$, $V=0,04$, jak i w grupie dziewcząt, $\chi^2(4)=26,61$, $p<0,001$, $V=0,04$.

W grupie chłopców ze szkół podstawowych stwierdzamy, że w okresie od 21 marca do końca roku było więcej osób ze słabą kondycją psychiczną niż w okresie do 23 lutego



Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w całej badanej próbie w grupie chłopców ze szkół podstawowych.

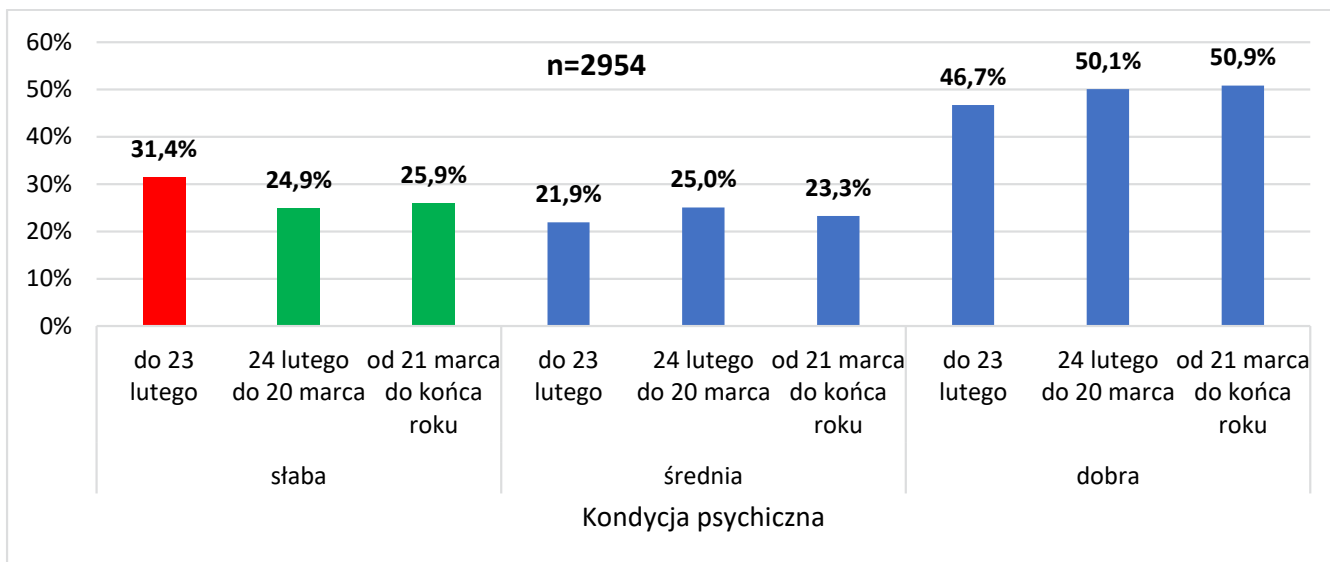
W grupie dziewcząt ze szkół podstawowych stwierdzamy, że w okresie od 24 lutego do 20 marca było więcej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie mniej osób z dobrą kondycją psychiczną a w okresie od 21 marca do końca roku było mniej osób o słabej kondycji psychicznej i więcej osób z dobrą kondycją psychiczną niż w poprzednich dwóch okresach.



Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w całej badanej próbie **w grupie dziewcząt ze szkół podstawowych.**

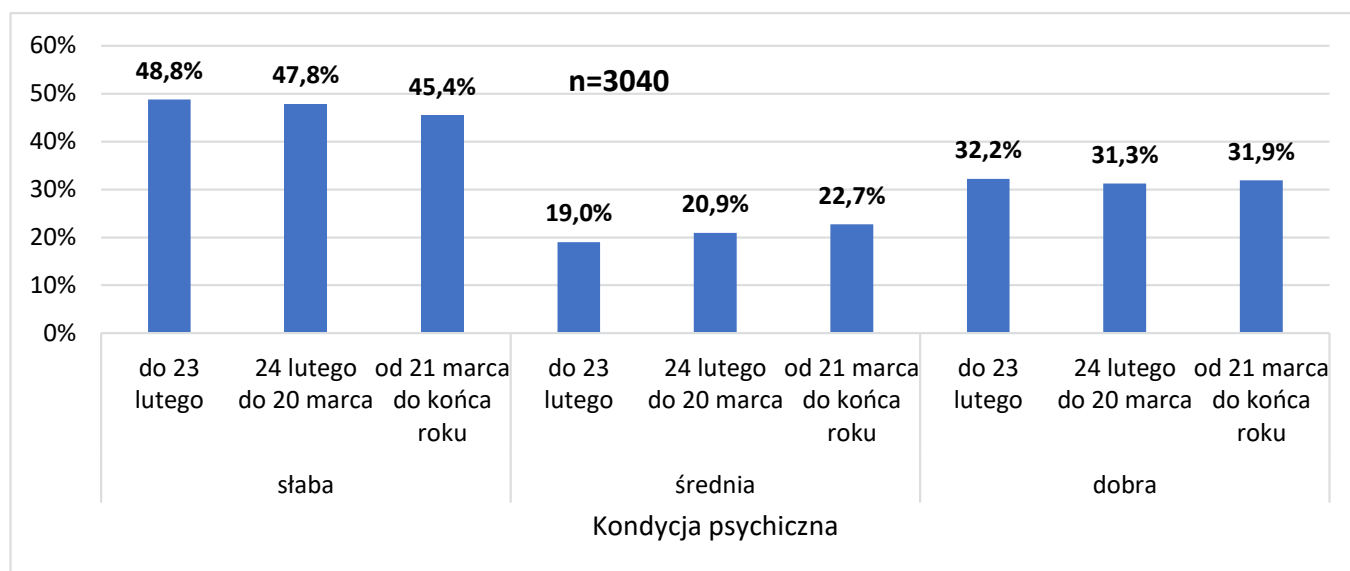
Szkoły ponadpodstawowe

W szkołach ponadpodstawowych otrzymujemy różnice tylko w grupie chłopców, $\chi^2(4)=13,06$, $p<0,001$, $V=0,05$. W grupie chłopców ze szkół ponadpodstawowych stwierdzamy, że liczba chłopców ze słabą kondycją psychiczną w okresach 24 lutego do 20 marca i od 21 marca do końca roku była niższa niż w okresie do 23 lutego.



Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w całej badanej próbie **w grupie chłopców ze szkół ponadpodstawowych.**

W grupie dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych różnice są nieistotne statystycznie, $\chi^2(4)=4,65$, $p>0,05$.

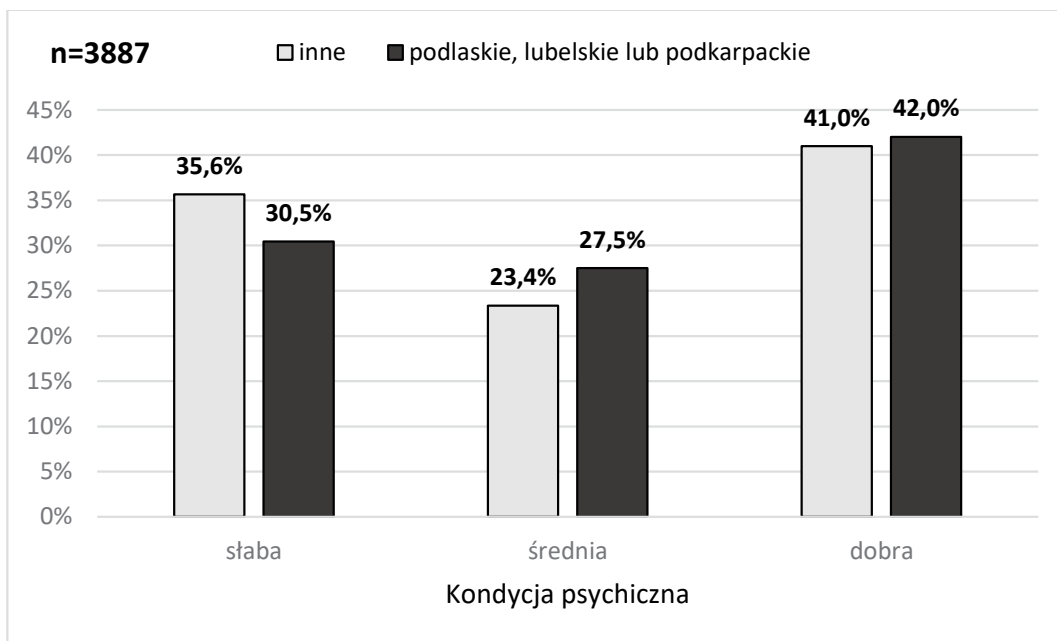


Dynamika zmian w zakresie kondycji psychicznej w całej badanej próbie **w grupie dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych**

Województwa

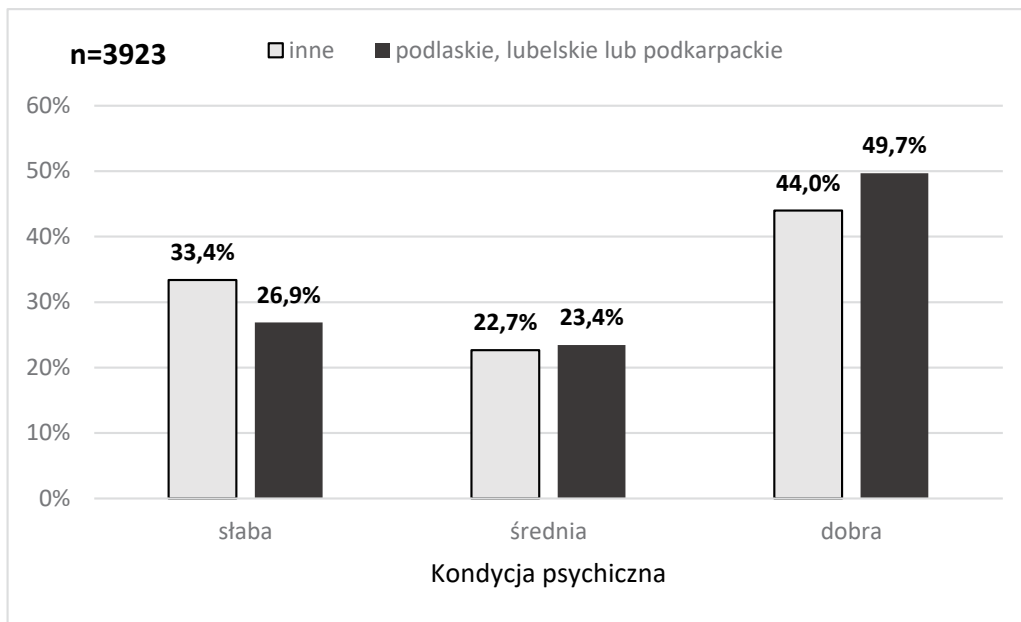
Porównując województwa podlaskie, lubelskie i podkarpackie z pozostałymi województwami stwierdzamy brak istotnych statystycznie różnic dla okresu do 23 lutego, $\chi^2(2)=3,80$, $p>0,05$. Są natomiast istotne statystycznie różnice dla okresu 24 lutego do 20 marca, $\chi^2(2)=6,34$, $p<0,001$, $V=0,04$ oraz od 21 marca do końca roku, $\chi^2(2)=8,80$, $p<0,05$, $V=0,05$.

W okresie 24 lutego do 20 marca w województwach podlaskim, lubelskim i podkarpackim było więcej osób o średniej kondycji psychicznej niż w pozostałych województwach oraz mniej osób o słabej kondycji psychicznej niż w pozostałych województwach ($p=0,06$).



Indeks kondycji psychicznej w okresie 24 lutego do 20 marca w grupie osób z województw podlaskiego, lubelskiego i podkarpackiego i w pozostałych województwach

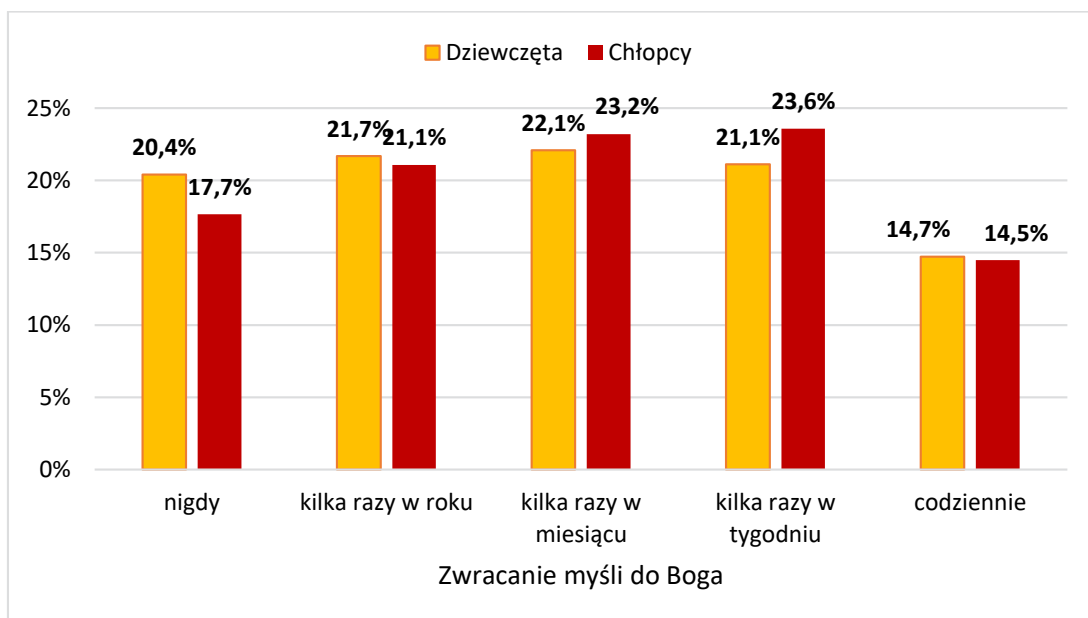
W okresie 21 marca do końca roku w województwach podlaskim, lubelskim i podkarpackim było więcej osób o dobrej kondycji psychicznej i mniej osób o słabej kondycji psychicznej niż w pozostałych województwach.



Indeks kondycji psychicznej w okresie od 21 marca w grupie osób z województw podlaskiego, lubelskiego i podkarpackiego i w pozostałych województwach

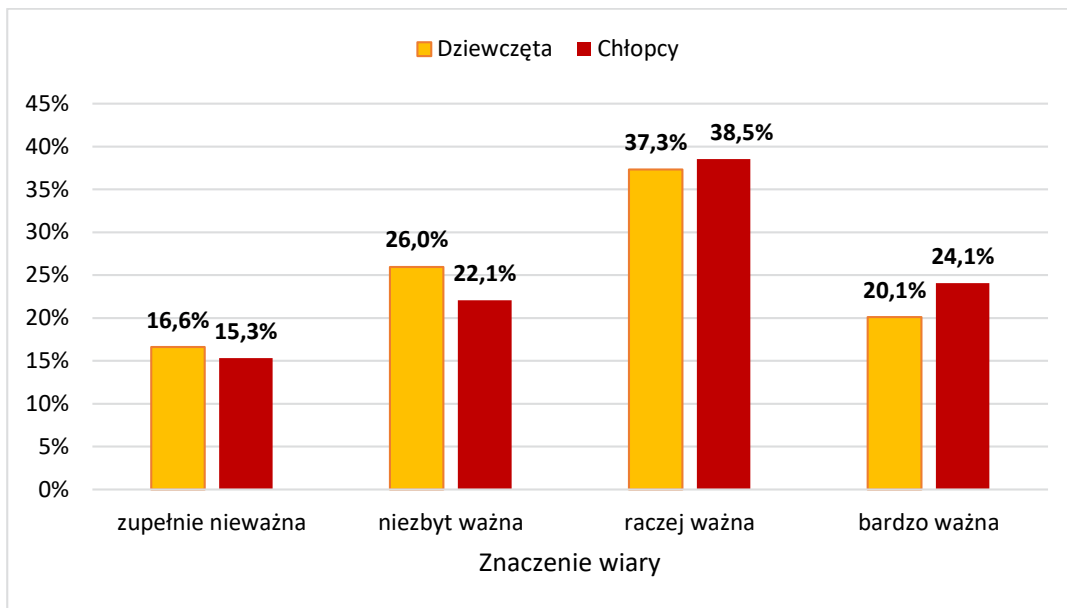
Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna

Na poniższym wykresie przedstawiono rozkład częstości zwracania myśli do Boga w grupie dziewcząt i w grupie chłopców. Zależność pomiędzy płcią osób badanych a zwracaniem myśli do Boga była istotna statystycznie, $\chi^2(4)=43,20$, $p<0,001$, $V=0,04$. W grupie chłopców było więcej osób zwracających myśli do Boga kilka razy w miesiącu lub kilka razy w tygodniu niż w grupie dziewcząt.



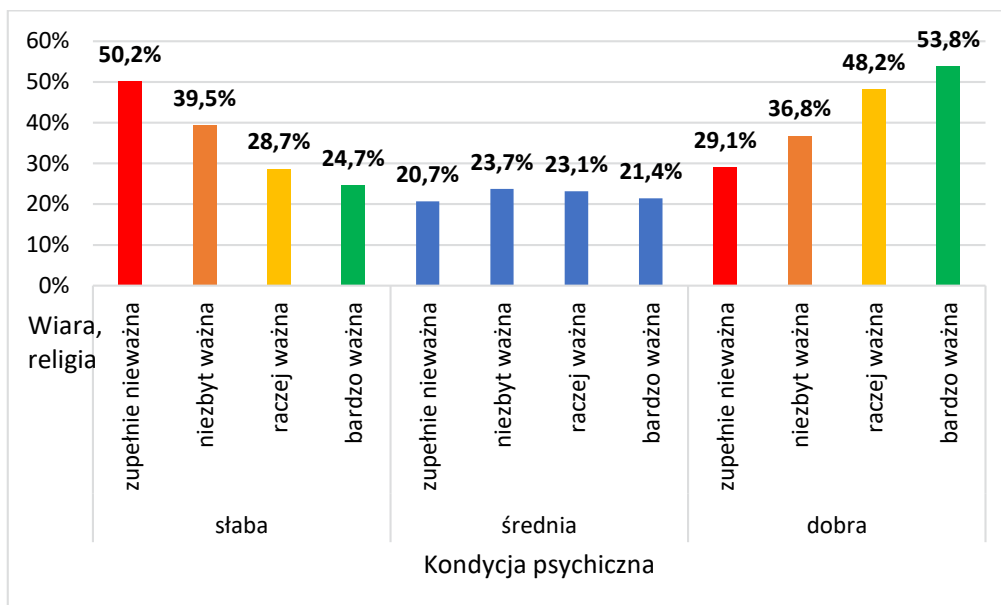
Zwracanie myśli do Boga w grupie dziewcząt i w grupie chłopców

Na poniższym wykresie przedstawiono rozkład znaczenia wiary w grupie dziewcząt i w grupie chłopców. Zależność pomiędzy płcią osób badanych a zwracaniem myśli do Boga była istotna statystycznie, $\chi^2(3)=84,95$, $p<0,001$, $V=0,06$. W grupie chłopców było więcej osób, dla których wiara była bardzo ważna niż w grupie dziewcząt.



Znaczenie wiary w grupie dziewcząt i w grupie chłopców

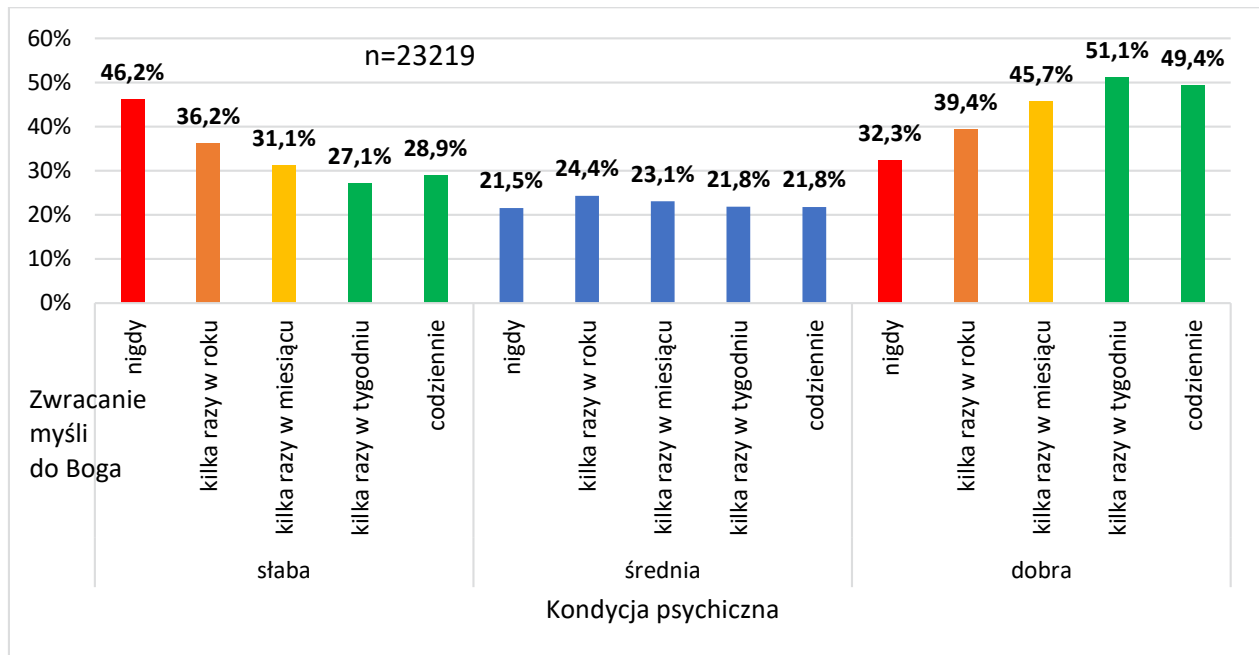
W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 w całej badanej próbie stwierdzono, że zależność pomiędzy oceną ważności wiary i religii a kondycją psychiczną uczniów była istotna statystycznie, $\chi^2(6)=954,47$, $p<0,001$, $V=0,14$. Im większa waga wiary i religii tym więcej osób o dobrej kondycji psychicznej i tym mniej osób o słabej kondycji psychicznej.



Ocena ważności wiary i religii a kondycja psychiczna w całej badanej próbie

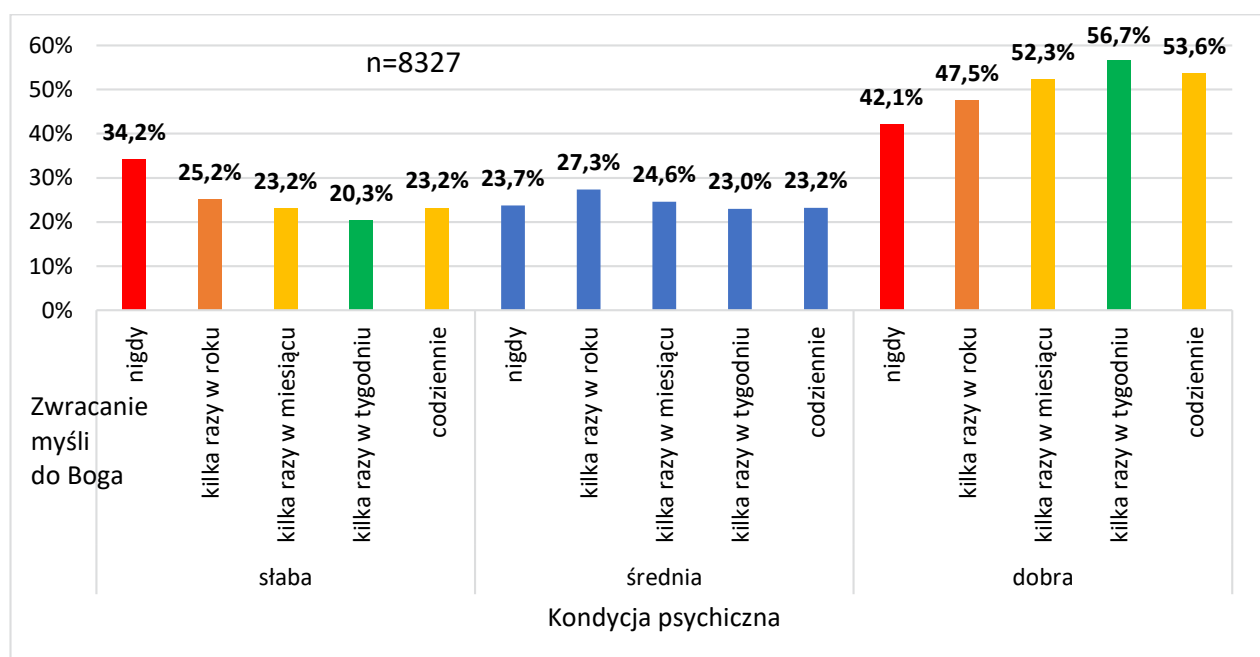
W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy zwracaniem myśli do Boga a kondycją psychiczną uczniów była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=574,71$, $p<0,001$, $V=0,11$. Im częstsze zwracanie myśli do Boga tym mniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie tym więcej osób o dobrej kondycji psychicznej. Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej i

jednocześnie najmniej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy nigdy nie zwracali swoich myśli do Boga. Najmniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najwięcej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy zwracali swoje myśli do Boga przynajmniej kilka razy w tygodniu.



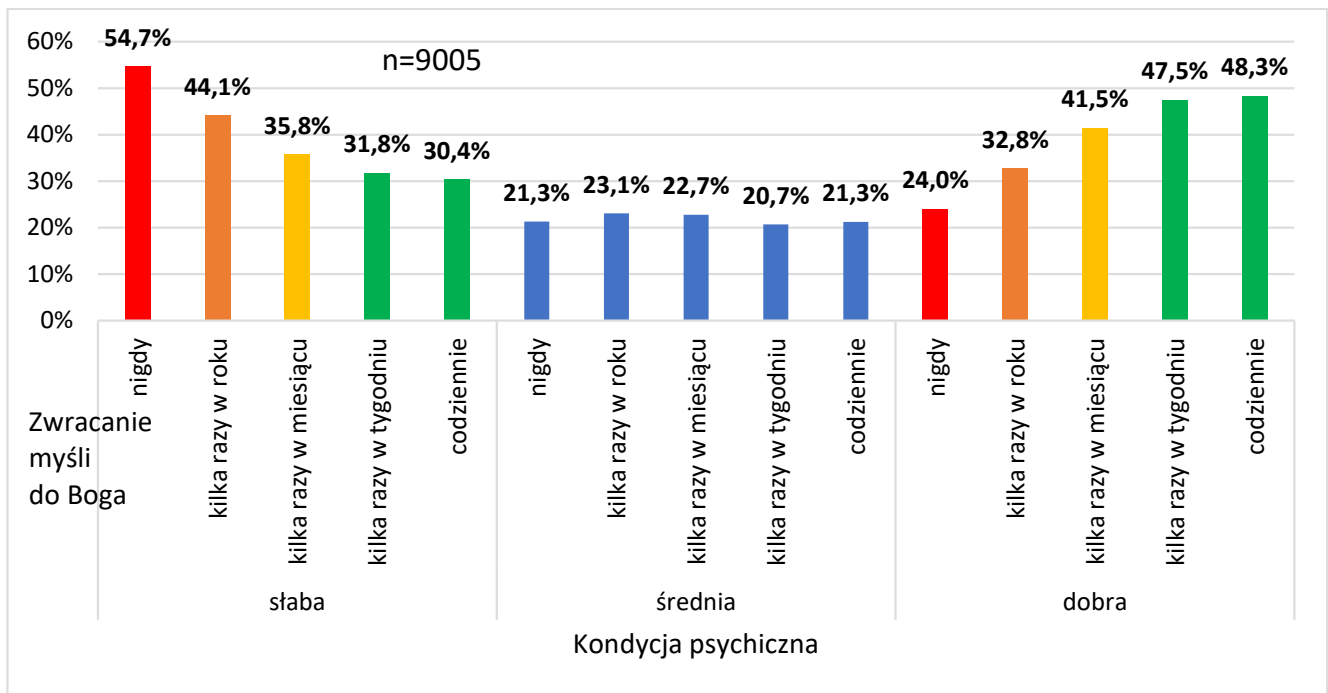
Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w całej badanej próbie

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy zwracaniem myśli do Boga a kondycją psychiczną chłopców ze szkoły podstawowej była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=114,15$, $p<0,001$, $V=0,08$. Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najmniej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy nigdy nie zwracali swoich myśli do Boga. Najmniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najwięcej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród uczniów, którzy zwracali swoje myśli do Boga kilka razy w tygodniu.



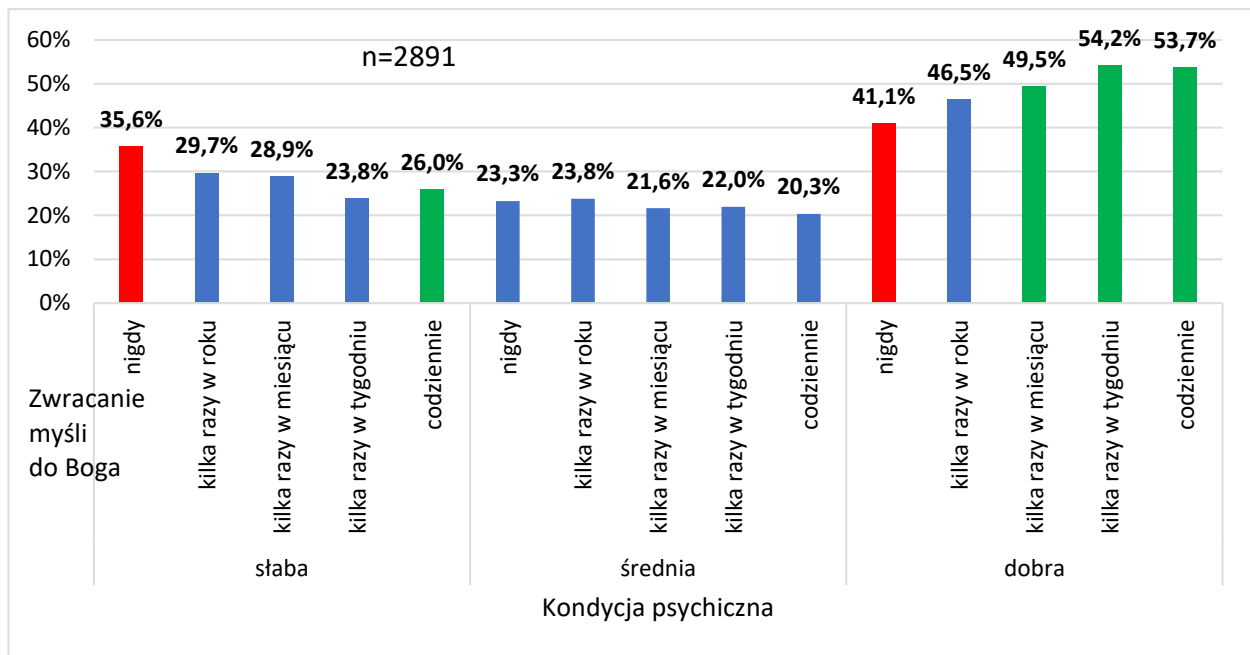
Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w grupie chłopców ze szkoły podstawowej

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy zwracaniem myśli do Boga a kondycją psychiczną dziewcząt ze szkoły podstawowej była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=359,88$, $p<0,001$, $V=0,14$. Im częstsze zwracanie myśli do Boga tym mniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie tym więcej osób o dobrej kondycji psychicznej. Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najmniej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród dziewcząt, które nigdy nie zwracały swoich myśli do Boga. Najmniej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najwięcej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród dziewcząt, które zwracały swoje myśli do Boga przynajmniej kilka razy w tygodniu.



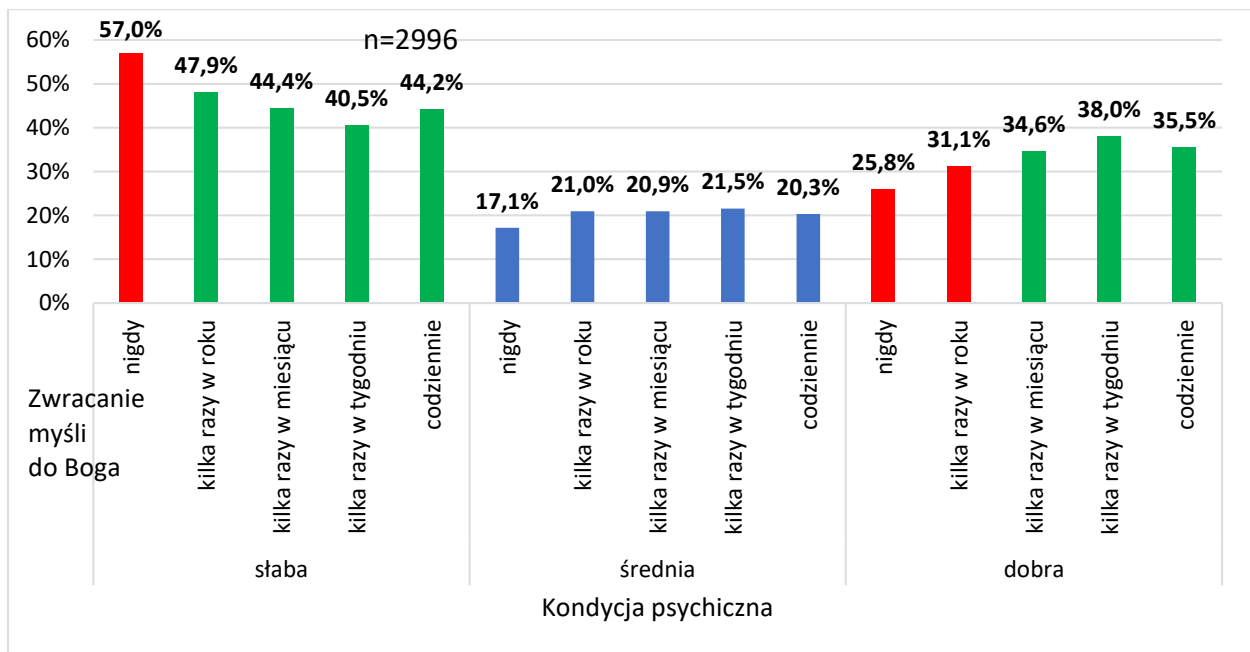
Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w grupie dziewcząt ze szkoły podstawowej

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy zwracaniem myśli do Boga a kondycją psychiczną chłopców ze szkoły ponadpodstawowej była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=33,28$, $p<0,001$, $V=0,08$. Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej i jednocześnie najmniej osób o dobrej kondycji psychicznej było wśród chłopców, którzy nigdy nie zwracali swoich myśli do Boga. Najmniej osób o słabej kondycji było wśród chłopców, którzy zwracali swoje myśli do Boga codziennie. Najwięcej osób o dobrej kondycji było wśród chłopców, którzy zwracali swoje myśli do Boga co najmniej kilka razy w miesiącu.



Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w grupie chłopców ze szkoły ponadpodstawowej

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy zwracaniem myśli do Boga a kondycją psychiczną dziewcząt ze szkoły ponadpodstawowej była istotna statystycznie, $\chi^2(8)=45,23$, $p<0,001$, $V=0,09$. Najwięcej osób o słabej kondycji psychicznej było wśród dziewcząt, które nigdy nie zwracały swoich myśli do Boga. Najwięcej osób o dobrej kondycji było wśród dziewcząt, które zwracały swoje myśli do Boga co najmniej kilka razy w miesiącu.



Zwracanie myśli do Boga a kondycja psychiczna w grupie dziewcząt ze szkoły ponadpodstawowej

Rodzice jako przewodnicy życiowi a kondycja psychiczna

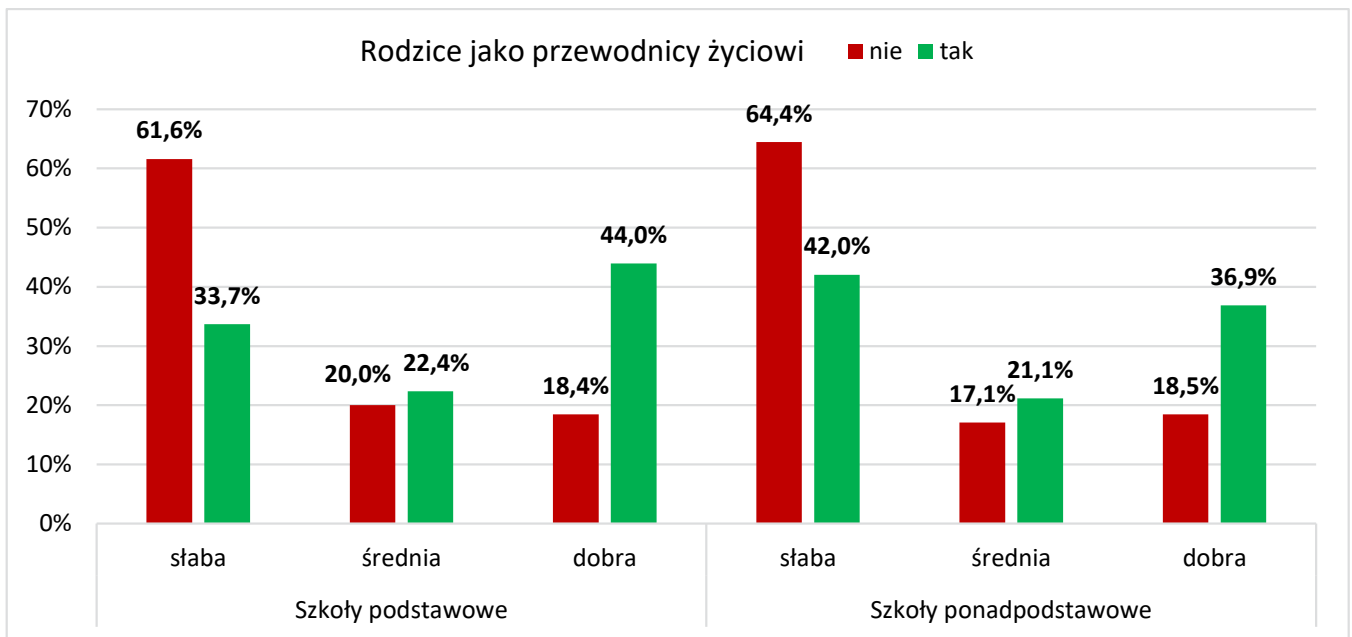
Osoby, które w odpowiedzi na pytanie o najważniejszych przewodników w życiu wskazały matkę, ojca lub oboje rodziców włączono do grupy osób, które wskazały rodziców jako swoich przewodników życiowych. Osoby, które w odpowiedzi na to pytanie nie wskazały matki ani ojca włączono do grupy osób, które nie wskazały rodziców jako swoich przewodników życiowych. W poniższej tabeli

przedstawiono rozkład poziomu kondycji psychicznej w zależności od wskazywania rodziców jako swoich przewodników życiowych ogółem w całej badanej próbie oraz w grupach chłopców i dziewcząt ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych. W każdej z porównywanych grup stwierdzono, że wśród osób spostrzegających swoich rodziców jako przewodników życiowych było więcej osób o dobrej kondycji psychicznej i mniej osób o słabej kondycji psychicznej.

Rodzice jako przewodnicy życiowi a kondycja psychiczna ogółem oraz w grupach wyróżnionych ze względu na płeć i poziom szkoły

Grupa		Rodzice jako przewodnicy				χ^2	p	V
		nie		tak				
		n	%	n	%			
Ogółem	słaba	2422 _a	53,0%	5540 _b	29,1%	1060,25	0,001	0,21
	średnia	992 _a	21,7%	4372 _a	23,0%			
	dobra	1155 _a	25,3%	9120 _b	47,9%			
Chłopcy szkoła podstawowa	słaba	509 _a	40,5%	1569 _b	21,7%	244,79	0,001	0,17
	średnia	328 _a	26,1%	1756 _a	24,3%			
	dobra	421 _a	33,5%	3910 _b	54,0%			
Dziewczęta szkoła podstawowa	słaba	1103 _a	61,6%	2465 _b	33,7%	531,30	0,001	0,24
	średnia	358 _a	20,0%	1639 _b	22,4%			
	dobra	330 _a	18,4%	3219 _b	44,0%			
Chłopcy szkoła ponadpodstawowa	słaba	290 _a	40,7%	568 _b	25,3%	74,04	0,001	0,16
	średnia	168 _a	23,6%	505 _a	22,5%			
	dobra	255 _a	35,8%	1168 _b	52,1%			
Dziewczęta szkoła ponadpodstawowa	słaba	520 _a	64,4%	938 _b	42,0%	129,71	0,001	0,21
	średnia	138 _a	17,1%	472 _b	21,1%			
	dobra	149 _a	18,5%	823 _b	36,9%			

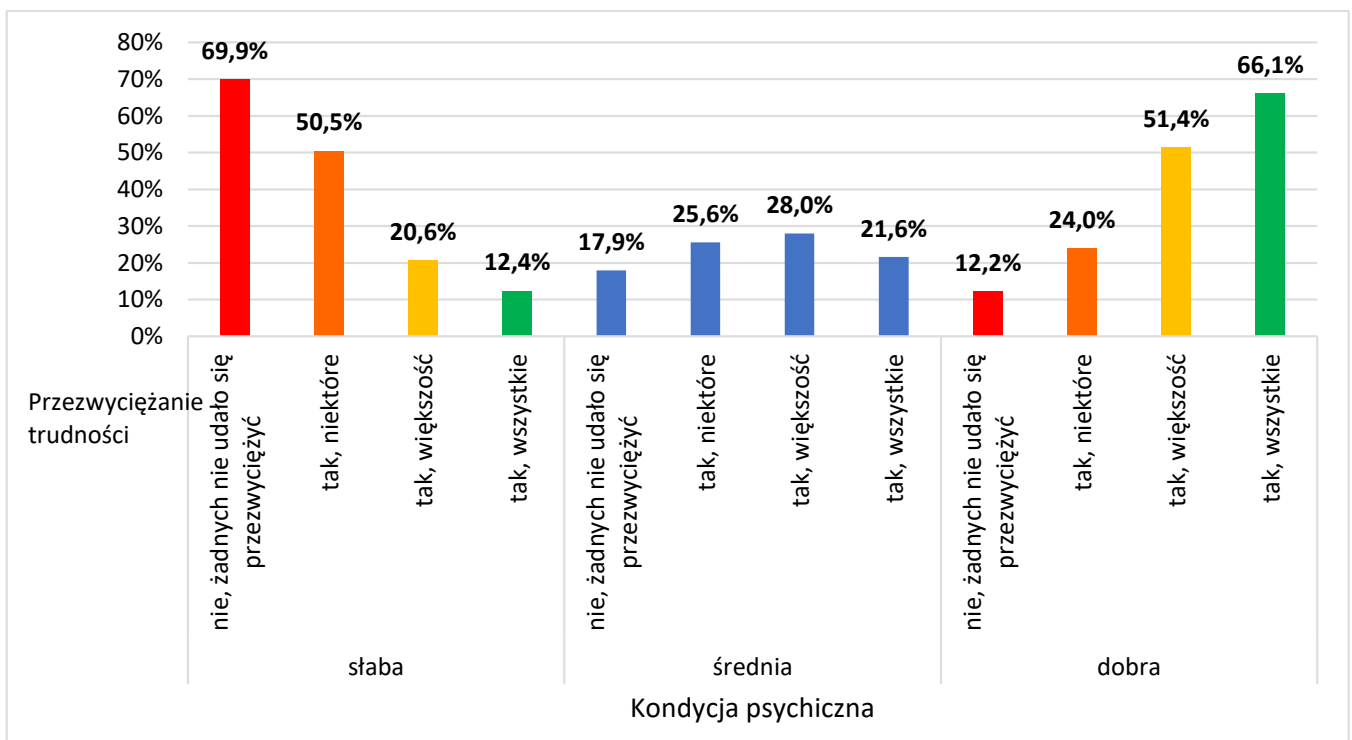
Zależności pomiędzy wskazywaniem rodziców jako przewodników życiowych a kondycją psychiczną były również istotne statystycznie wśród uczniów i uczennic łącznie. Dotyczy szkół podstawowych, $\chi^2(2)=531,30$, $p<0,001$, $V=0,24$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=129,71$, $p<0,001$, $V=0,21$. W grupie uczniów i uczennic, którzy wskazywali rodziców jako przewodników życiowych było więcej osób z dobrą kondycją psychiczną, w grupie uczniów i uczennic, którzy nie wskazywali rodziców jako przewodników życiowych było więcej osób ze słabą kondycją psychiczną.



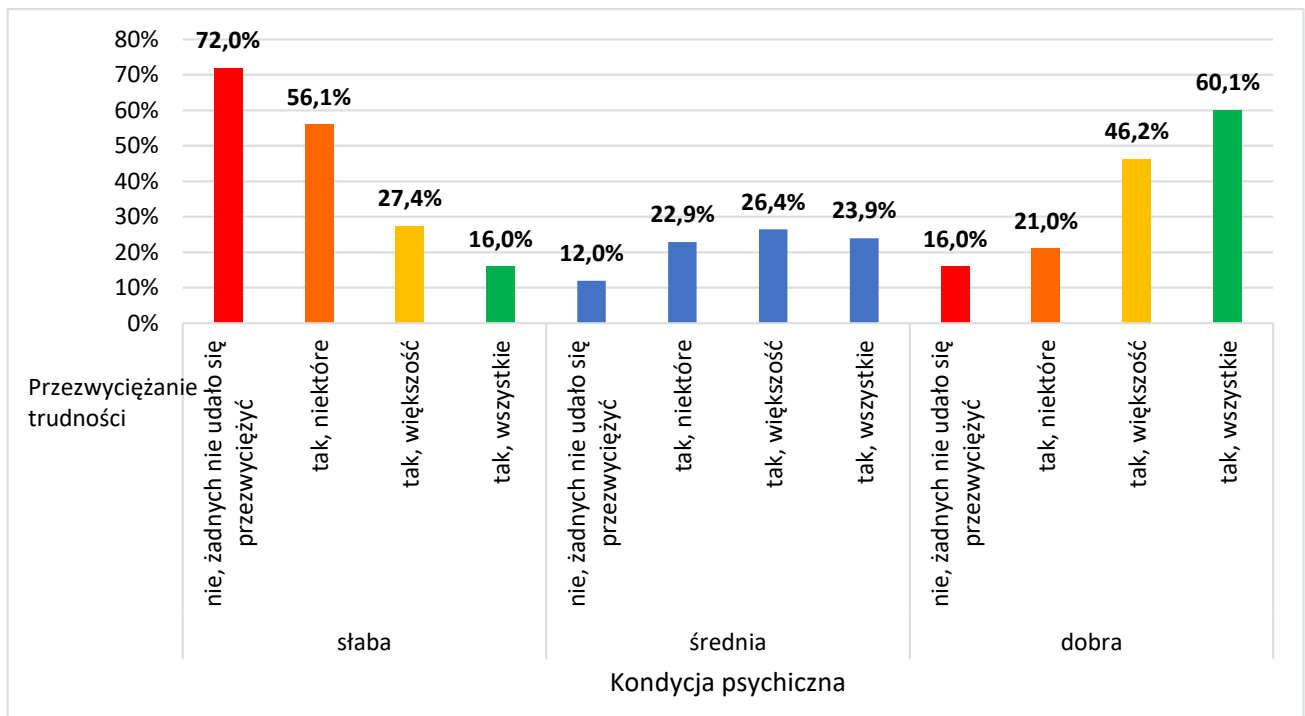
Kondycja psychiczna wśród uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych, którzy wskazywali rodziców jako przewodników życiowych i wśród uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych, którzy nie wskazywali rodziców jako przewodników życiowych

Przezwyciężanie trudności a kondycja psychiczna

Zależność pomiędzy doświadczeniem przezwyciężenia trudności związanych ze zmianą trybu nauczania a kondycją psychiczną była istotna statystycznie. Dotyczy szkół podstawowych, $\chi^2(6)=1416,20$, $p<0,001$, $V=0,30$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(6)=403,82$, $p<0,001$, $V=0,27$.



Kondycja psychiczna wśród uczniów i uczennic **szkół podstawowych** w zależności od doświadczania przezwyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania



Kondycja psychiczna wśród uczniów i uczennic **szkół ponadpodstawowych** w zależności od doświadczania przewyciężania trudności związanych ze zmianą trybu nauczania

Wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli

Do analizy włączono procent uczniów, którzy charakteryzowali się słabą kondycją psychiczną i procent uczniów, którzy charakteryzowali się dobrą kondycją psychiczną w poszczególnych szkołach, w których pracowali nauczyciele. W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **podstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli	Kondycja psychiczna uczniów	
	słaba	dobra
p24W_d Przewidywane trudności w sprostaniu nowym zaleceniom władz oświatowych w związku z sytuacją na Ukrainie	0,052	-0,128
p24W_f Przewidywane trudności w związku z przeładowaniem klas w związku z sytuacją na Ukrainie	0,153	-0,197
p24W_g Przewidywane trudności w związku z pogorszeniem warunków dydaktyczno-wychowawczych w szkole w związku z sytuacją na Ukrainie	0,157	-0,162
p25W_d Zwiększenie czasu na opiekę wychowawczo-pedagogiczną nad uczniami jako proponowane działanie do podjęcia przez nauczycieli	0,104	-0,052

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **ponadpodstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

	Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli	Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
p2ol	Wystąpienie trudności z ponownym przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,124	-0,068
p3s_c	Trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	-0,113	0,124
p3s_d	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,079	-0,105
p3s_e	Zła kondycja psychiczna uczniów w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,136	-0,109
p3ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,157	-0,123
p3ol_f	Rozregulowanie rytmu dnia w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,106	-0,085
p3ol_i	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów w związku z przejściem do nauki hybrydowej/zdalnej	0,137	-0,162
p6s_c	Trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole podczas nauki stacjonarnej	-0,096	0,139
p6s_d	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych podczas nauki stacjonarnej	0,100	-0,106
p6s_e	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki stacjonarnej	0,172	-0,081
p6ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,138	-0,118
p6ol_f	Rozregulowanie rytmu dnia podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,104	-0,076
p6ol_i	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów podczas nauki hybrydowej/zdalnej	0,090	-0,121
p7_b	Obawa, że uczniowie nie podążają obowiązkom szkolnym	0,106	-
p11ol_i	Nauka sposobów radzenia sobie ze stresem jako element pomocny dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie	0,122	-0,166
p11ol_l	Nauka jak sobie radzić z ilością czasu spędzanego przed komputerem jako element pomocny dla uczniów uczących się hybrydowo/zdalnie	0,103	-0,116
p12_kW	Zaangażowanie w pomoc innym organizowaną w szkole przez rodziców	0,112	-0,085
p16ol_e	Przewidywanie złej kondycji psychicznej uczniów w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,156	-0,122
p18s_c	Wdrażanie uczniów do nauki stacjonarnej i integrowanie zespołów klasowych jako uciążliwość	0,106	-0,072
p20ol_g	Trudności techniczne - niewystarczający dostęp do komputera, Internetu lub nie w pełni sprawny sprzęt jako uciążliwość	0,107	-0,149

Wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców

Do analizy włączono procent uczniów, którzy charakteryzowali się słabą kondycją psychiczną i procent uczniów, którzy charakteryzowali się dobrą kondycją psychiczną w poszczególnych szkołach,

do których chodziły dzieci rodziców, od których pozyskano odpowiedzi na pytania ankietowe. W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół **podstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców		Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
p2	Zajęcia w trybie innym niż stacjonarny	-0,201	0,223
p3_f	Korzystanie z płatnego korepetytora	0,102	-0,080
p23W_f	Obawy rodziców o możliwość uzależnienia dziecka/dzieci od Internetu	0,110	-0,054

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy proporcją uczniów ze słabą i z dobrą kondycją psychiczną a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół **ponadpodstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli		Kondycja psychiczna uczniów	
		słaba	dobra
p6s_e	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) jako trudność w związku z nauczaniem zdalnym	0,111	-0,090
p6ol_b	Rozregulowanie rytmu dnia w związku z nauczaniem on-line	0,104	-0,097
p6ol_h	Trudności w utrzymaniu przez dziecko dobrych relacji z koleżankami/kolegami w związku z nauczaniem on-line	0,095	-0,122
p8s_e	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,123	-0,110
p8ol_h	Trudności w utrzymaniu przez dziecko dobrych relacji z koleżankami/kolegami w związku z nauczaniem on-line	0,105	-0,061
p11s_d	Pogorszenie kondycji psychicznej dziecka/dzieci w związku z nauczaniem on-line	0,116	-
p11ol_e	Trudność z powrotem do szkolnego rytmu w związku z powrotem do nauki stacjonarnej	0,107	-0,102
p15_jW	Docenienie mojego dziecka jako doświadczenie w kontakcie z nauczycielami w ostatnim czasie	-0,115	0,093

Zależności z pozostałymi zmiennymi

Ogółem

Zależności wyliczono dla n=23601 uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,23$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,23$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,22$, $p<0,001$

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,31$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,43$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej wśród osób, które miały trudności związane z powrotem do nauki zdalnej w ciągu roku szkolnego, $r=-0,21$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,39$, $p<0,001$,
- Tym wyższy poziom kondycji psychicznej im większy stopień przezwyciężenia trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,40$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,30$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,27$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,33$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,35$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,27$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,41$, $p<0,001$.

do 23 lutego

Zależności wyliczono dla $n=15791$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,23$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,23$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,22$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,32$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,44$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,39$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przezwycięzeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,40$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,30$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,26$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,32$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,34$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,26$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,36$, $p<0,001$.
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,42$, $p<0,001$.

do 23 lutego tryb stacjonarny

Zależności wyliczono dla $n=8574$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,21$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,22$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,22$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,32$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,45$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,35$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przewyciężeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,37$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,31$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,27$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,33$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,35$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,26$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,37$, $p<0,001$, i przy braku wsparcia w nauce szkolnej, $r=-0,22$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,41$, $p<0,001$.

do 23 lutego tryb hybrydowy

Zależności wyliczono dla $n=706$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeciążeniu materiałem szkolnym, $r=-0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,31$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,30$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,32$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,30$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,44$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przewyciężeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,43$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,32$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,23$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,33$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,39$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,23$, $p<0,001$,

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,25$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,39$, $p<0,001$, i przy braku wsparcia w nauce szkolnej, $r=-0,20$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,40$, $p<0,001$.

do 23 lutego tryb zdalny

Zależności wyliczono dla $n=6445$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,27$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,24$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,21$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,32$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,42$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,24$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,40$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przezwycięzeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,39$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,27$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,24$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,30$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,34$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,25$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,33$, $p<0,001$, i przy braku wsparcia w nauce szkolnej, $r=-0,23$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,42$, $p<0,001$.

24 lutego – 20 marca

Zależności wyliczono dla $n=3887$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,21$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,26$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,22$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,32$, $p<0,001$,

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,40$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,36$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przezwycięzeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,42$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,31$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,28$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,33$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,36$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,20$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,26$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,37$, $p<0,001$, i braku wsparcia w nauce szkolnej, $r=-0,24$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,39$, $p<0,001$.

od 21 marca

Zależności wyliczono dla $n=3923$ uczniów.

- Niższy poziom kondycji psychicznej przy nerwowej atmosferze w domu wskazywanej jako czynnik najbardziej uciążliwy ogółem, $r=-0,26$, $p<0,001$, i obecnie, $r=-0,21$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach związanych z problemami ze szkołą, $r=-0,27$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy trudnościach związanych z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,27$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki stacjonarnej, $r=-0,43$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy złym nastroju i przygnębieniu jako trudności związanej z powrotem do nauki zdalnej, $r=-0,48$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy przekonaniu o przezwycięzeniu trudności z przejściem do nauki zdalnej, $r=0,38$, $p<0,001$,
- Wyższy poziom kondycji psychicznej przy wsparciu w klasie, $r=0,33$, $p<0,001$, atmosferze życzliwości w klasie, $r=0,27$, $p<0,001$, poczuciu bycia akceptowanym, $r=0,39$, $p<0,001$, poczuciu, że wsparcie ze strony rówieśników jest wystarczające, $r=0,37$, $p<0,001$, posiadaniu przyjaciół, $r=0,22$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy obawach przed skrzywdzeniem, nastraszeniem, $r=-0,29$, $p<0,001$,
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy odczuwaniu stresu z powodu obowiązków szkolnych w ostatnim tygodniu, $r=-0,32$, $p<0,001$, i braku wsparcia w nauce szkolnej, $r=-0,21$, $p<0,001$
- Niższy poziom kondycji psychicznej przy przeżywaniu poważnego problemu w ciągu ostatnich 30 dni, $r=-0,40$, $p<0,001$.

Cała badana próba łącznie ($n=23601$) Korelacje powyżej $r>0,10$

Pytanie	Treść	r	p
p6_a	Osamotnienie	-0,360**	0,001
p6_b	Bliskość przyjaznych ludzi	0,185**	0,001
p6_c	Smutek, przygnębienie	-0,497**	0,001
p6_d	Pogoda ducha	0,360**	0,001
p6_e	Brak energii	-0,387**	0,001
p6_f	Dużo energii	0,367**	0,001
p6_g	Nerwowość, poirytowanie	-0,381**	0,001
p6_h	Pokój	0,319**	0,001
p6_i	Obawy	-0,340**	0,001
p6_j	Beztroska		
p9_e	Że będę miał/a problemy ze szkołą	-0,228**	0,001
p9_j	Ogólna niepewność co do przyszłości	-0,142**	0,001
p21_0	Nie przypominam sobie niczego pozytywnego	-0,154**	0,001
p23_0	Nie przypominam sobie niczego pozytywnego	-0,205**	0,001
p33_0	Nie przypominam sobie niczego pozytywnego	-0,146**	0,001
p24	Czy zdarzyło Ci się doświadczyć W OSTATNIM TYGODNIU jakiejś miłej rzeczy od KOGOŚ INNEGO Z RODZINY (babcia, dziadek, rodzeństwo, itp.)?	0,194**	0,001
p26	Czy W CIĄGU OSTATNIEGO MIESIĄCA zdarzało Ci się pomóc osobom SPOZA Twojej rodziny lub brać udział w jakichś działaniach na ich rzecz (sąsiadów, znajomych, kolegów/koleżanek ze szkoły...)?		
p28	Czy masz poczucie, że ich wsparcie jest dla Ciebie w obecnej sytuacji wystarczające?	0,368**	0,001
p8s_jW	Natłok informacji wokół sytuacji na Ukrainie		
p8s_kW	Niepokój związany z sytuacją na Ukrainie, w Polsce, na świecie		
p29	Jak ważna dla Ciebie jest WIARA, RELIGIA?	0,197**	0,001
p31	Czy miałeś/łaś kiedykolwiek w swoim życiu NAUCZYCIELA, WYCHOWAWCĘ, KTÓREMU WIELE ZAWDZIĘCZASZ [który Ci pomógł, dodał wiary w siebie, nauczył czegoś ważnego o życiu]?	0,135**	0,001
p38_a	Zrobienie kariery zawodowej		
p38_b	Pomaganie innym		
p38_c	Zdobycie dużego majątku		
p38_d	Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu		
p38_e	Życie pełne rozrywek		
p38_f	Bogate życie towarzyskie		
p38_g	Trwała miłość, przyjaźń		
p38_h	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci		
p38_i	Zdobycie władzy		
p38_j	Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami		
p38_k	Spokojne życie bez kłopotów		
p38_l	Inne		
p44a	piło się piwo, wino, wódkę?	-0,114**	0,001
p44b	używało się środków narkotyzujących?		
p44c	paliło się papierosy?	-0,133**	0,001

p45	Jak często W CIĄGU OSTATNICH 30 DNI byłeś/łaś ofiarą cyberprzemocy? Czyli np. zostałeś/łaś ośmieszony/a lub oczerniony/a przez kogoś w Internecie lub za pomocą komórki.	-0,159**	0,001
p46	Jak często W CIĄGU OSTATNICH 30 DNI brałeś/łaś udział w cyberprzemocy? Na przykład ośmieszając lub oczerniając kogoś w Internecie lub za pomocą komórki.		
p47	Czy zdarzało Ci się W CIĄGU OSTATNIEGO MIESIĄCA wchodzić na strony internetowe, których treści mogą być nieodpowiednie albo szkodliwe dla osób w Twoim wieku?	-0,119**	0,001
p48	Czy W OSTATNIM TYGODNIU czułeś(aś) się PRZEMĘCZONY(A) korzystaniem z komputera, smartfona, Internetu?	-0,162**	0,001
p30	Myśli do Boga	0,09*	0,01
p27r	Rodzice jako przewodnicy	0,211**	0,001

Pomiędzy otrzymanymi korelacjami nie ma różnic pomiędzy okresami badania/trybami nauczania o wartości przekraczającej 0,10.

Pytanie	Treść	Kondycja psychiczna			
		Chłopcy (n=11447)		Dziewczęta (n=12154)	
		r	p	r	p
p38_a	Zrobienie kariery zawodowej	0,049**	0,001	0,007	0,427
p38_b	Pomaganie innym	0,037**	0,001	0,052**	0,001
p38_c	Zdobycie dużego majątku	-0,044**	0,001	-0,077**	0,001
p38_d	Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	0,057**	0,001	0,026**	0,004
p38_e	Życie pełne rozrywek	0,031**	0,001	0,022*	0,016
p38_f	Bogate życie towarzyskie	-0,002	0,860	0,003	0,723
p38_g	Trwała miłość, przyjaźń	-0,008	0,380	0,011	0,209
p38_h	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	0,064**	0,001	0,093**	0,001
p38_i	Zdobycie władzy	-0,031**	0,001	-0,034**	0,001
p38_j	Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	0,027**	0,004	0,013	0,146
p38_k	Spokojne życie bez kłopotów	0,003	0,735	-0,017	0,065
p38_l	Inne	-0,050**	0,001	-0,041**	0,001

Widoczny jest brak istotnych korelacji, zarówno w grupie chłopców jak i w grupie dziewcząt.

Załącznik nr 2

Czynniki związane z kondycją psychiczną rodziców i nauczycieli. Wyniki analiz.

Wybrane korelacje między kondycją psychiczną nauczycieli a pozostałymi wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli

Analizy przeprowadzono na 4321 nauczycielach szkół podstawowych i 2172 nauczycielach ze szkół ponadpodstawowych, łącznie na 6493 nauczycielach. W poniższej tabeli przedstawiono korelacje o wartości powyżej 0,10 pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **podstawowych**.

Tabela 1. Korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół podstawowych.

	Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli	Kondycja psychiczna nauczycieli
p2s	Trudności uczniów z powrotem do nauki stacjonarnej w szkole	-0,106
p3s_d	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych po powrocie do nauki stacjonarnej	-0,101
p3ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów po przejściu do nauki zdalnej	-0,136
p3ol_h	Pogorszenie kondycji fizycznej uczniów po przejściu do nauki zdalnej	-0,106
p3ol_i	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów po przejściu do nauki zdalnej	-0,120
p4	Ilość uczniów z trudnościami	-0,139
p5	Niepowodzenie w przewyżnianiu trudności przez uczniów	-0,114
p6s_c	Trudności z przestrzeganiem przez uczniów ogólnych zasad zachowania w szkole podczas nauki stacjonarnej	-0,102
p6ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki zdalnej	-0,165
p6ol_c	Niska motywacja uczniów do nauki podczas nauki zdalnej	-0,112
p6ol_i	Pogłębienie izolacji społecznej uczniów podczas nauki zdalnej	-0,100
p10_a	Uśmiech, miły gest (na żywo lub na spotkaniu online) ze strony uczniów	0,101
p10_e	Zaangażowanie uczniów na lekcji (stacjonarnie lub online)	0,106
p11	Trudności w budowaniu relacji z uczniami	-0,204
p12_a	Uśmiech, miły gest (na żywo lub na spotkaniu online) ze strony rodziców	0,110
p16ol_e	Przewidywanie złej kondycji psychicznej uczniów przy powrocie do nauki stacjonarnej	-0,105
p16ol_g	Przewidywanie niskiej motywacji uczniów do nauki przy powrocie do nauki stacjonarnej	-0,141
p16	Stres z powodu obowiązków zawodowych w okresie ostatniego tygodnia	-0,512
p18s_c	Wdrażanie uczniów do nauki stacjonarnej i integrowanie zespołów klasowych jako odczuwana uciążliwość	-0,140
p20ol_e	Brak wsparcia w prowadzeniu zdalnego nauczania jako uciążliwość	-0,173
p20ol_f	Prowadzenie e-lekcji czyli lekcji online rozumianych jako połączenie się z uczniami przez video-spotkanie prowadzonych w czasie rzeczywistym jako uciążliwość	-0,146
p20ol_g	Trudności techniczne - niewystarczający dostęp do komputera, Internetu lub nie w pełni sprawny sprzęt jako uciążliwość	-0,124

p20ol_h	Duża ilość godzin spędzonych przed komputerem jako uciążliwość	-0,131
p20ol_j	Brak czasu dla bliskich jako uciążliwość	-0,211
p20ol_k	Brak przewidywalności sytuacji (dot. formy egzaminów, zaliczenia roku, trwania zakazów, przyszłości zawodowej, itp.) jako uciążliwość	-0,115
p24W_d	Przewidywane trudności w sprostaniu nowym zaleceniom władz oświatowych	-0,129

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół **ponadpodstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Tabela 2. Korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej nauczycieli a wskaźnikami pozyskanymi w grupie nauczycieli szkół ponadpodstawowych.

	Wskaźniki otrzymane w grupie nauczycieli	Kondycja psychiczna nauczycieli
p3s_d	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych po powrocie do nauki stacjonarnej	-0,115
p3ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów po przejściu do nauki zdalnej	-0,103
p3ol_h	Pogorszenie kondycji fizycznej uczniów po przejściu do nauki zdalnej	-0,109
p5	Niepowodzenie w przewyżnianiu trudności przez uczniów	-0,128
p6s_a	Zaległości uczniów w nauce podczas nauki stacjonarnej	-0,106
p6s_d	Nieprzestrzeganie przez uczniów zasad sanitarnych podczas nauki stacjonarnej	-0,135
p6ol_a	Zła kondycja psychiczna uczniów podczas nauki zdalnej	-0,118
p6ol_d	Trudności w budowaniu dobrych relacji między uczniami podczas nauki zdalnej	-0,108
p6ol_k	Brak kontaktu z niektórymi uczniami i ich rodzicami podczas nauki zdalnej	-0,116
p7_b	Obawa, że uczniowie nie podołają obowiązkom szkolnym	-0,105
p10_0	Brak pozytywnych doświadczeń w kontaktach z uczniami	-0,118
p11	Trudności w budowaniu relacji z uczniami	-0,219
p12_0	Brak pozytywnych doświadczeń w kontaktach z rodzicami	-0,107
p13	Trudności w budowaniu relacji z rodzicami uczniów	-0,194
p16	Stres z powodu obowiązków zawodowych w okresie ostatniego tygodnia	-0,486
p18s_c	Wdrażanie uczniów do nauki stacjonarnej i integrowanie zespołów klasowych jako odczuwana uciążliwość	-0,143
p20ol_e	Brak wsparcia w prowadzeniu zdalnego nauczania jako uciążliwość	-0,118
p20ol_h	Duża ilość godzin spędzonych przed komputerem jako uciążliwość	-0,127
p20ol_j	Brak czasu dla bliskich jako uciążliwość	-0,170
p23W_b	Rozmowy z uczniami o sytuacji na Ukrainie na godzinie wychowawczej	-0,107
p23W_d	Rozmowy z uczniami o sytuacji na Ukrainie na godzinie wychowawczej i na innych lekcjach	-0,121
p24W_d	Przewidywane trudności w sprostaniu nowym zaleceniom władz oświatowych	-0,121
p24W_g	Przewidywane pogorszenie warunków dydaktyczno-wychowawczych w szkole	-0,260
p24W_h	Przewidywany wzrost konfliktów rówieśniczych na różnym tle	-0,134

p24W_0	Brak przewidywanych trudności	0,184
p25W_a	Rozmowy z uczniami i wyjaśnianie sytuacji na Ukrainie jako pomysł na działania nauczycieli	0,103

Wybrane korelacje między kondycją psychiczną rodziców a pozostałymi wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców

Analizy przeprowadzono na 8918 rodzicach uczniów szkół podstawowych i 2799 rodzicach szkół ponadpodstawowych. W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół **podstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Tabela 3. Korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół podstawowych.

	Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców	Kondycja psychiczna rodziców
p4	Czas poświęcany na pomaganie dzieciom w lekcjach	-0,112
p5s	Trudności dziecka związane z powrotem do nauki stacjonarnej w szkole	-0,196
p5ol	Trudności dziecka miało związane z ponownym przejściem do nauki zdalnej	-0,208
p6s_a	Zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,110
p6s_e	Zła kondycja psychiczna (pogorszenie nastroju, większy stres) po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,163
p6s_f	Trudności ze skupieniem się na lekcjach po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,143
p6s_g	Niska motywacja do nauki po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,132
p6ol_a	Zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,100
p6ol_c	Trudności dziecka ze skupieniem się na e-lekcjach po przejściu do nauki zdalnej	-0,133
p6ol_d	Trudności w samodzielnej organizacji nauki po przejściu do nauki zdalnej	-0,142
p6ol_e	Zła kondycja psychiczna dziecka (pogorszenie nastroju, większy stres) po przejściu do nauki zdalnej	-0,199
p6ol_f	Trudności ze zrozumieniem nauczanego materiału po przejściu do nauki zdalnej	-0,163
p6ol_g	Niska motywacja do nauki po przejściu do nauki zdalnej	-0,129
p6ol_j	Pogłębienie izolacji społecznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,127
p6ol_k	Pogorszenie kondycji fizycznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,117
p7x	Doświadczenie przezwyciężenia trudności przez dziecko	0,251
p8s_a	Trudności z przezwyciężeniem zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,106
p8s_e	Trudności z przezwyciężeniem złej kondycji psychicznej po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,139
p8s_f	Trudności ze skupieniem się na lekcjach po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,109
p8s_g	Trudności z przezwyciężeniem niskiej motywacji do nauki po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,112
p8ol_a	Trudności z przezwyciężeniem zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,125
p8ol_b	Trudności z przezwyciężeniem rozregulowania rytmu dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,114
p8ol_c	Trudności dziecka ze skupieniem się na e-lekcjach dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,138

p8ol_d	Trudności w samodzielnej organizacji nauki dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,150
p8ol_e	Trudności z przewyciężeniem złej kondycji psychicznej dziecka dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,185
p8ol_f	Trudności ze zrozumieniem nauczanego materiału dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,121
p8ol_g	Trudności z przewyciężeniem niskiej motywacji do nauki dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,109
p8ol_j	Trudności z przewyciężeniem pogłębienia izolacji społecznej dziecka dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,110
p10_0	Brak obaw o dziecko	0,171
p11s_0	Brak przewidywanych trudności przy przejściu do nauki zdalnej	0,112
p11ol_0	Brak przewidywanych trudności związanych z powrotem do nauki stacjonarnej	0,180
p13_a	Uśmiech, przytulenie, miły gest w kontaktach z dzieckiem	0,124
p13_b	Dobre słowo, komplement w kontaktach z dzieckiem	0,113
p13_f	Pomoc w obowiązkach domowych w kontaktach z dzieckiem	0,100
p13_g	Miła lub ciekawa rozmowa w kontaktach z dzieckiem	0,117
p13_j	Wspólne żarty w kontaktach z dzieckiem	0,108
p14	Czas epidemii i zmian, jakie spowodowała w życiu codziennym, przyniósł także jakieś dobre rzeczy w relacji z dzieckiem	0,185
p17	Stres z powodu obowiązków rodzicielskich w okresie ostatniego tygodnia	-0,418
p19s_b	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki stacjonarnej	-0,180
p19s_c	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki stacjonarnej	-0,304
p19ol_c	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki zdalnej	-0,183
p19ol_d	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki zdalnej	-0,318
p19ol_h	Duża ilość godzin spędzonych przed komputerem podczas nauki zdalnej	-0,133
p19ol_j	Brak czasu dla bliskich podczas nauki zdalnej	-0,141
p23W_f	Obawy o uzależnienie dziecka/dzieci od Internetu	-0,187
p23W_g	Obawy o pogorszenie relacji z rówieśnikami	-0,116
p23W_0	Brak obaw	0,172

W poniższej tabeli przedstawiono wybrane korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół **ponadpodstawowych**. Wyróżniono korelacje o wartości powyżej 0,10.

Tabela 4. Korelacje pomiędzy indeksem kondycji psychicznej rodziców a wskaźnikami pozyskanymi w grupie rodziców, których dzieci chodziły do szkół ponadpodstawowych.

	Wskaźniki otrzymane w grupie rodziców	Kondycja psychiczna rodziców
p5s	Trudności dziecka związane z powrotem do nauki stacjonarnej w szkole	-0,223
p5ol	Trudności dziecka miało związane z ponownym przejściem do nauki zdalnej	-0,213
p6s_b	Trudności z powrotem do szkolnego rytmu po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,133
p6s_e	Zła kondycja psychiczna po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,185
p6s_f	Trudności ze skupieniem się na lekcjach po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,125

p6ol_a	Zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,151
p6ol_c	Trudności dziecka ze skupieniem się na e-lekcjach po przejściu do nauki zdalnej	-0,126
p6ol_d	Trudności w samodzielnej organizacji nauki po przejściu do nauki zdalnej	-0,204
p6ol_e	Zła kondycja psychiczna dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,232
p6ol_j	Pogłębienie izolacji społecznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,186
p6ol_k	Pogorszenie kondycji fizycznej dziecka po przejściu do nauki zdalnej	-0,135
p7x	Doświadczenie przewyciężenia trudności przez dziecko	0,267
p8s_e	Trudności z przewyciężeniem złej kondycji psychicznej po przejściu do nauki stacjonarnej	-0,227
p8ol_a	Trudności z przewyciężeniem zaległości dziecka w nauce po przejściu do nauki zdalnej	-0,152
p8ol_c	Trudności dziecka ze skupieniem się na e-lekcjach dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,123
p8ol_d	Trudności w samodzielnej organizacji nauki dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,157
p8ol_e	Trudności z przewyciężeniem złej kondycji psychicznej dziecka dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,161
p8ol_f	Trudności ze zrozumieniem nauczanego materiału dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,175
p8ol_g	Trudności z przewyciężeniem niskiej motywacji do nauki dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,147
p8ol_j	Trudności z przewyciężeniem pogłębienia izolacji społecznej dziecka dnia po przejściu do nauki zdalnej	-0,119
p9	Opinia o potrzebie zajęć, których celem byłoby wsparcie emocjonalne uczniów	-0,146
p10_b	Obawa, że dzieci nie podołają obowiązkom szkolnym	-0,187
p10_c	Obawa, że obecna sytuacja wpłynie negatywnie na psychikę dzieci	-0,189
p10_d	Obawa, że dzieci uzależnią się od Internetu	-0,167
p10_e	Obawa, że dzieci będą podejmować zachowania ryzykowne/niewłaściwe dla nich	-0,143
p10_0	Brak obaw o dziecko	0,211
p11s_a	Kolejne rozregulowanie rytmu dnia jako trudność przy przejściu do nauki zdalnej	-0,119
p11s_b	Trudność w samodzielnej organizacji nauki przy przejściu do nauki zdalnej	-0,127
p11s_c	Spadek motywacji do nauki przy przejściu do nauki zdalnej	-0,109
p11s_d	Pogorszenie kondycji psychicznej dziecka/dzieci przy przejściu do nauki zdalnej	-0,222
p11s_e	Pogorszenie kondycji fizycznej dziecka/dzieci przy przejściu do nauki zdalnej	-0,123
p11s_g	Większe zaległości dziecka/dzieci w nauce przy przejściu do nauki zdalnej	-0,113
p11s_0	Brak przewidywanych trudności przy przejściu do nauki zdalnej	0,164
p11ol_a	Zaległości w nauce przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,127
p11ol_b	Słabe oceny po powrocie przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,198
p11ol_c	Dużo materiału do przerobienia przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,148
p11ol_f	Trudności ze skupieniem się na lekcjach przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,124

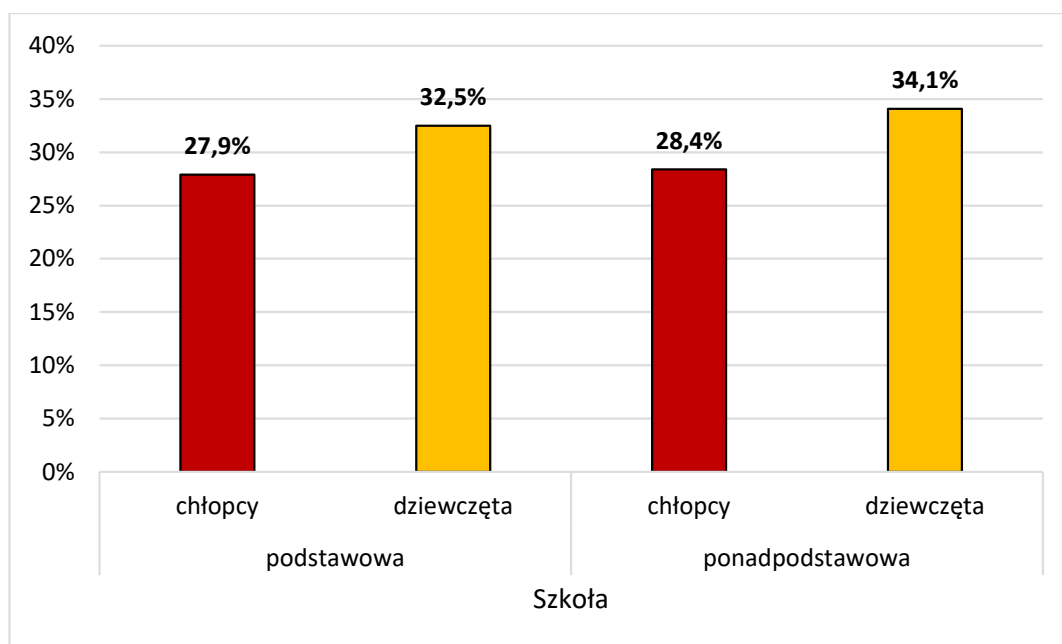
p11ol_g	Zła kondycja psychiczna dziecka/dzieci przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,262
p11ol_h	Niska motywacja dziecka/dzieci do nauki przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,223
p11ol_i	Trudność w odbudowaniu dobrych relacji między uczniami w klasie przy przejściu do nauki stacjonarnej	-0,115
p11ol_0	Brak trudności związanych z powrotem do nauki stacjonarnej	0,152
p12	Rozmowa z dzieckiem o tym, jak się czuje, jak sobie radzi	0,114
p13_a	Uśmiech, przytulenie, miły gest w kontaktach z dzieckiem	0,126
p13_b	Dobre słowo, komplement w kontaktach z dzieckiem	0,110
p13_c	Docenienie mojej pracy, wysiłku w kontaktach z dzieckiem	0,127
p13_f	Pomoc w obowiązkach domowych w kontaktach z dzieckiem	0,128
p13_g	Miła lub ciekawa rozmowa w kontaktach z dzieckiem	0,139
p13_j	Wspólne żarty w kontaktach z dzieckiem	0,157
p13_k	Wspólne wyjście lub wspólne uprawianie sportu w kontaktach z dzieckiem	0,112
p13_0	Brak pozytywnych doświadczeń w kontaktach z dzieckiem	-0,165
p14	Czas epidemii i zmian, jakie spowodowała w życiu codziennym, przyniósł także jakieś dobre rzeczy w relacji z dzieckiem	0,217
p15_0	Brak pozytywnych doświadczeń w kontaktach z nauczycielami	-0,112
p17	Stres z powodu obowiązków rodzicielskich w okresie ostatniego tygodnia?	-0,418
p19s_b	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki stacjonarnej	-0,190
p19s_c	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki stacjonarnej	-0,306
p19ol_c	Trudności w połączeniu pracy zawodowej z pomocą dzieciom podczas nauki zdalnej	-0,239
p19ol_d	Nerwowa atmosfera w domu podczas nauki zdalnej	-0,391
p19ol_h	Duża ilość godzin spędzonych przed komputerem podczas nauki zdalnej	-0,124
p19ol_i	Trudności w komunikacji z nauczycielami podczas nauki zdalnej	-0,149
p19ol_j	Brak czasu dla bliskich podczas nauki zdalnej	-0,190
p19ol_k	Brak przewidywalności sytuacji podczas nauki zdalnej	-0,105
p23W_f	uzależnienie dziecka/dzieci od Internetu	-0,117
p23W_h	Obawy o podjęcie przez dziecko zachowań ryzykownych, takich jak palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie narkotyków	-0,109
p23W_0	Brak obaw	0,180
p27W_d	Zwiększenie czas na opiekę wychowawczo-pedagogiczną nad uczniami jako pomysł na działanie, które mogliby podjąć nauczyciele	-0,252

Załącznik nr 3

Dążenia i cele życiowe młodzieży a demografia. Wyniki analiz statystycznych.

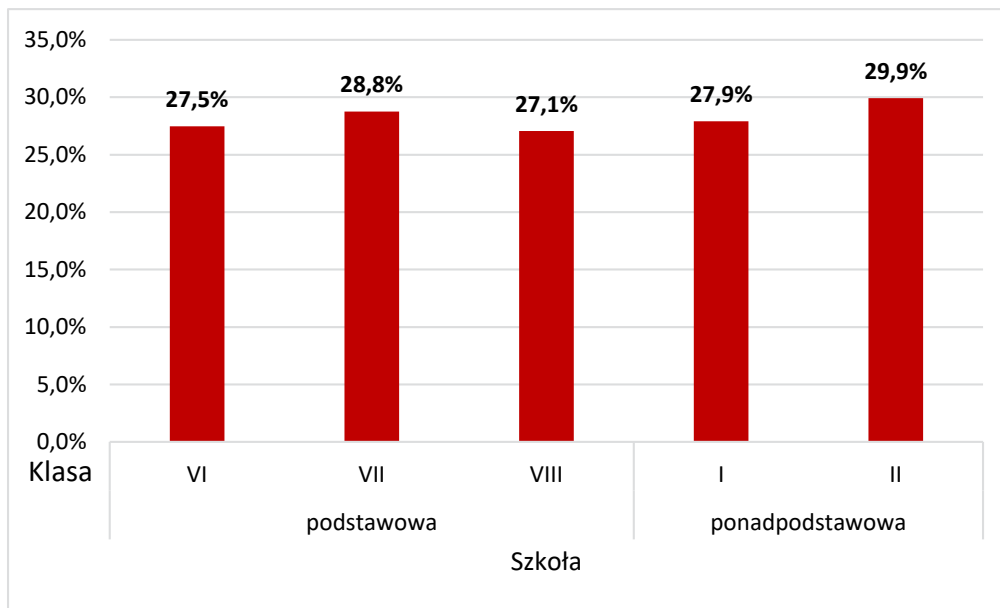
Marzenie o szczęśliwym życiu rodzinnym

Posiadanie marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej deklarowały dziewczęta niż chłopcy. Dotyczy to zarówno dziewcząt i chłopców ze szkół podstawowych, $\chi^2(2)=114,72$, $p<0,001$, $V=0,07$, jak i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=114,72$, $p<0,001$, $V=0,07$.



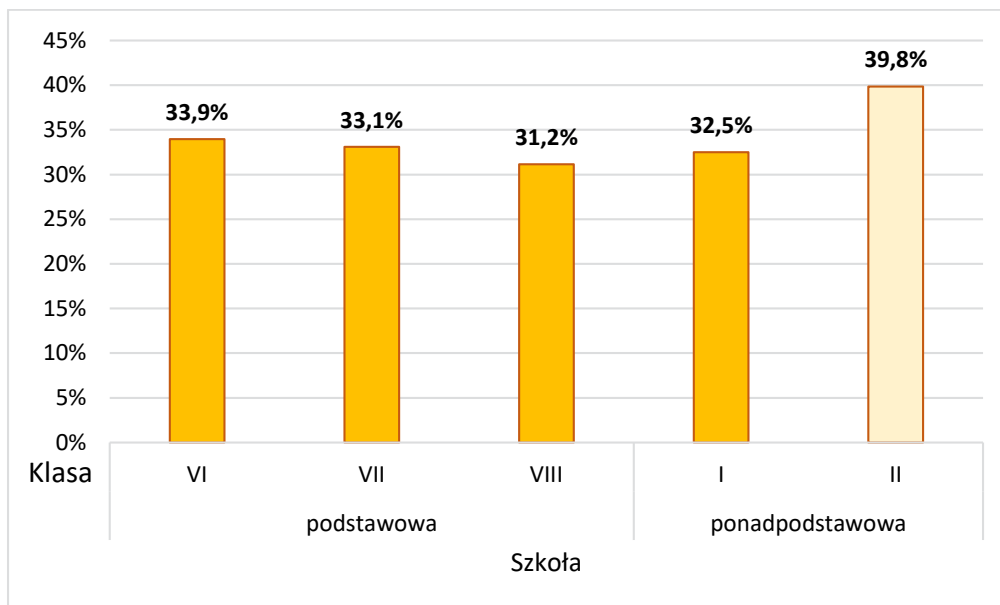
Rysunek 1. Posiadanie marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach wśród chłopców i dziewcząt ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych

Nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic pomiędzy klasami, w których uczyli się badani chłopcy a posiadaniem marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach. Dotyczy to zarówno szkół podstawowych, $\chi^2(2)=2,63$, $p>0,05$, jak i szkół ponadpodstawowych, $\chi^2(1)=1,06$, $p>0,05$.



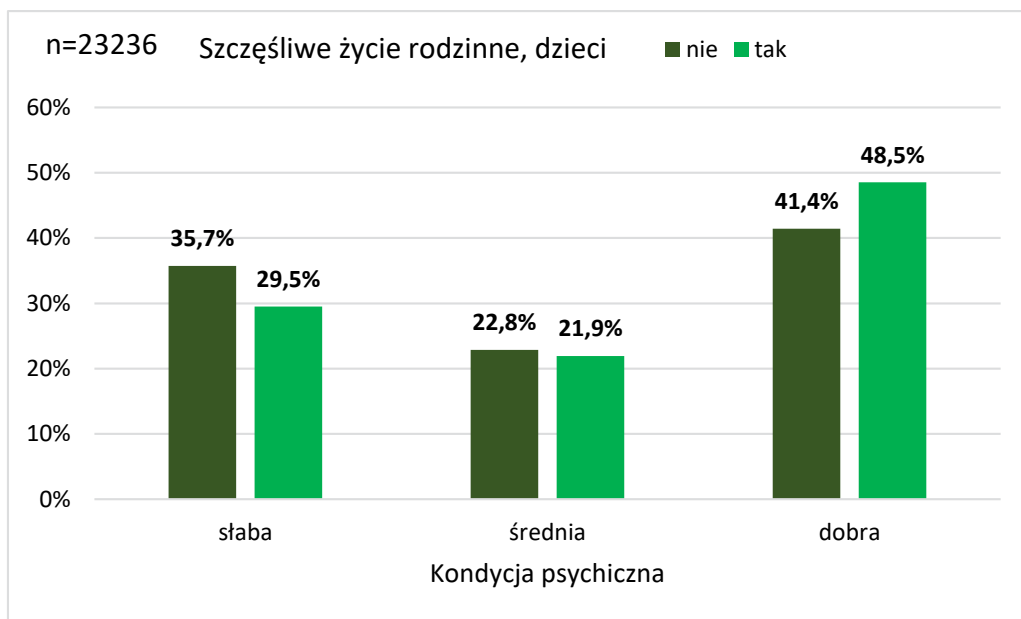
Rysunek 2. Posiadanie marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach wśród **chłopców** uczących się w kolejnych klasach szkół podstawowych i ponadpodstawowych

Nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic pomiędzy klasami szkół podstawowych, w których uczyły się badane dziewczęta a posiadaniem marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach, $\chi^2(2)=4,76$, $p>0,05$. Stwierdzono natomiast, że marzenie o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach pojawiało się istotnie częściej wśród dziewcząt uczących się w II klasach szkół ponadpodstawowych niż wśród dziewcząt uczących się w I klasach szkół ponadpodstawowych, $\chi^2(1)=12,29$, $p<0,001$, $V=0,06$.



Rysunek 3. Posiadanie marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach wśród **dziewcząt** uczących się w kolejnych klasach szkół podstawowych i ponadpodstawowych

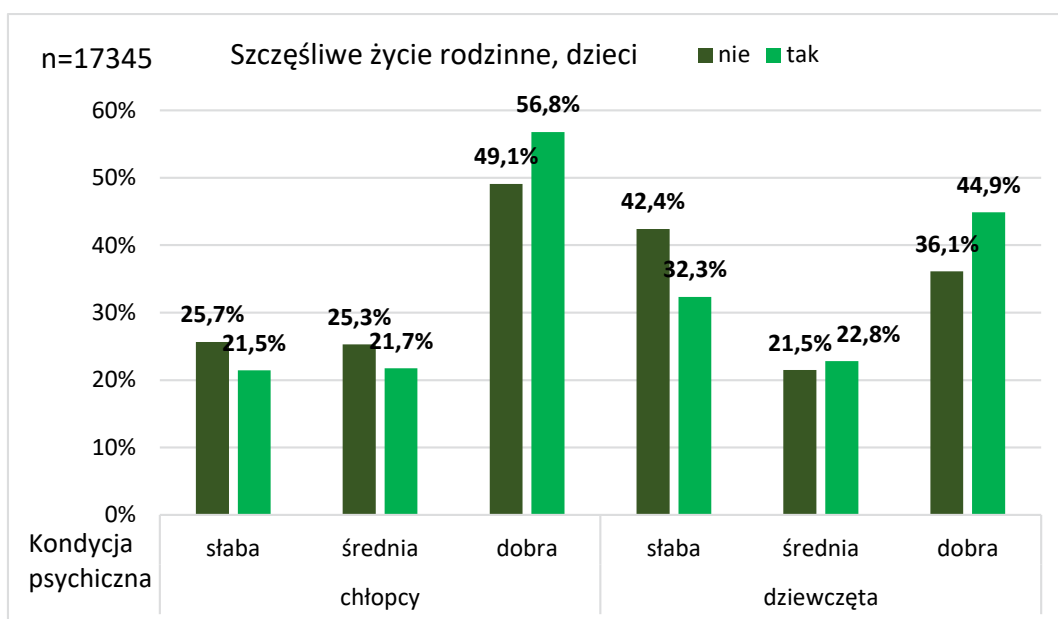
W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną w całej badanej próbie była istotna statystycznie, $\chi^2(2)=114,72$, $p<0,001$, $V=0,07$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.



Rysunek 2. Kondycja psychiczna w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń **w całej badanej próbie**.

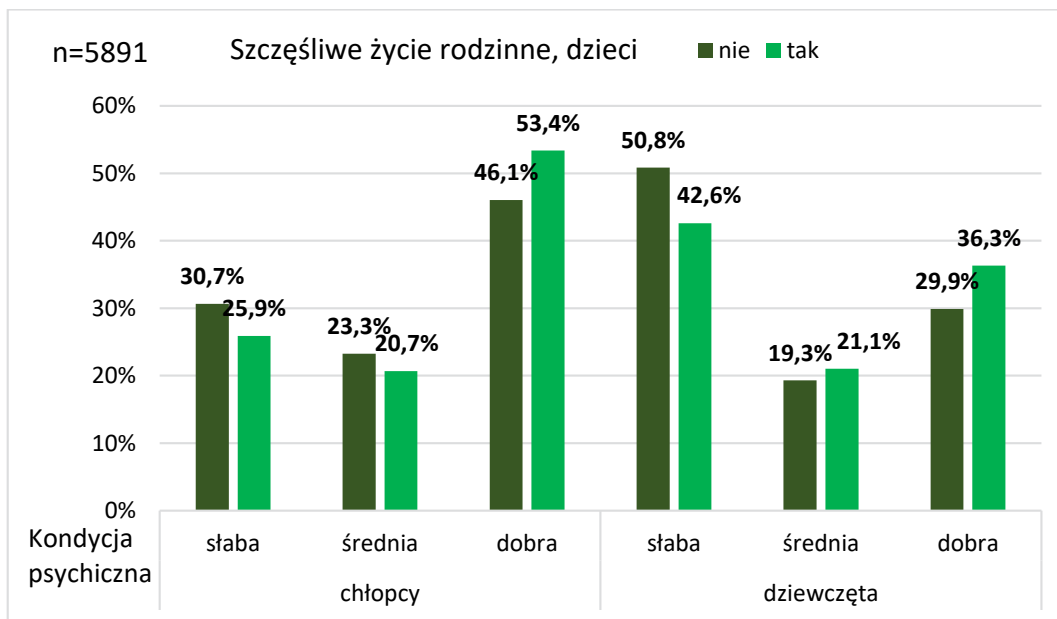
W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną w grupie chłopców była istotna statystycznie, $\chi^2(2)=52,69$, $p<0,001$, $V=0,07$. W grupie chłopców, którzy mieli marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą lub średnią kondycją psychiczną.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną uczniów i uczennic szkół podstawowych była istotna statystycznie. Dotyczy to zarówno chłopców, $\chi^2(2)=40,14$, $p<0,001$, $V=0,07$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=92,13$, $p<0,001$, $V=0,10$. W grupie uczniów i uczennic, którzy mieli marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.



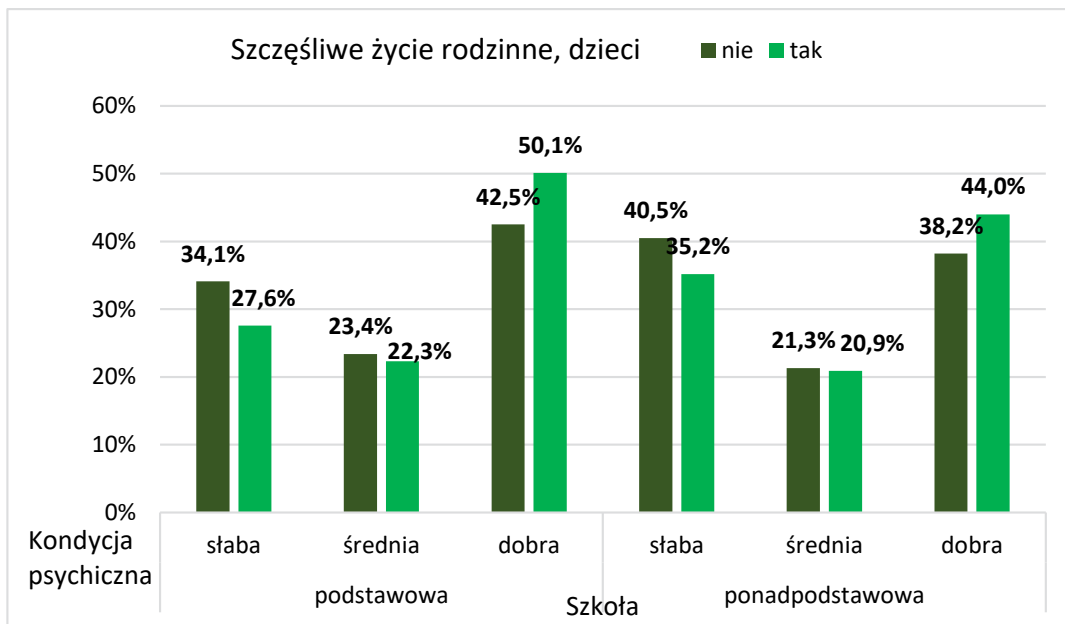
Rysunek 3. Kondycja psychiczna w grupie chłopców i dziewcząt ze szkół podstawowych, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie chłopców, którzy nie wskazywali takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych również była istotna statystycznie. Dotyczy to zarówno chłopców, $\chi^2(2)=12,87$, $p<0,01$, $V=0,07$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=19,31$, $p<0,001$, $V=0,08$. W grupie uczniów i uczennic, którzy mieli marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.



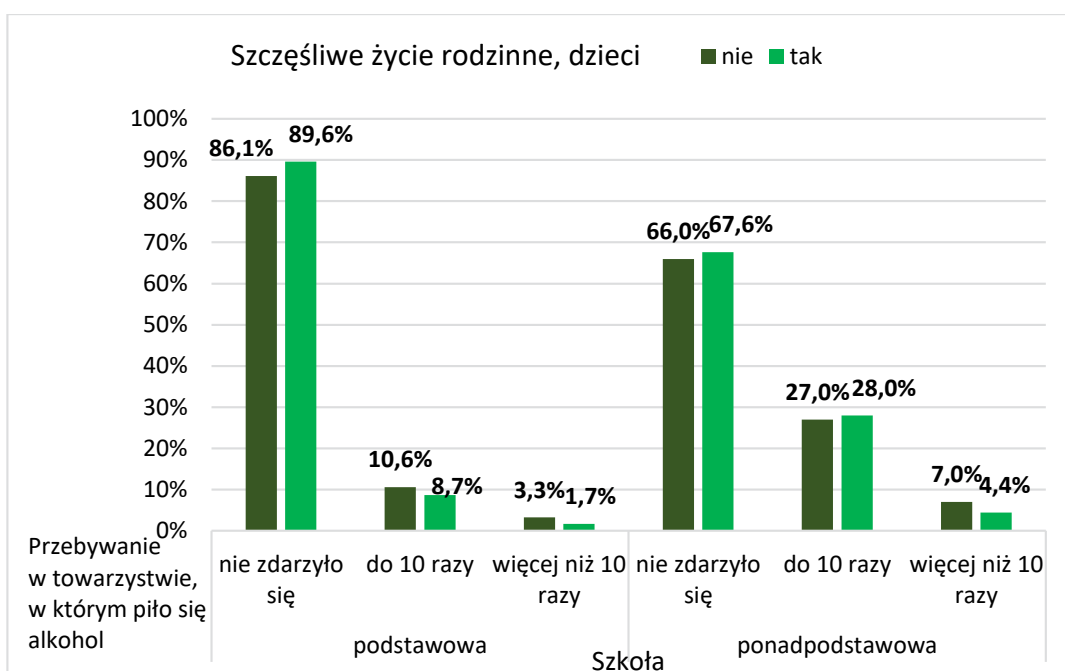
Rysunek 4. Kondycja psychiczna w grupie chłopców i dziewcząt ze szkół ponadpodstawowych, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie chłopców, którzy nie wskazywali takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną uczniów i uczennic szkół podstawowych była istotna statystycznie, $\chi^2(2)=98,27$, $p<0,001$, $V=0,08$. W grupie uczniów i uczennic, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną. Stwierdzono również, że zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a kondycją psychiczną uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych była istotna statystycznie, $\chi^2(2)=20,05$, $p<0,001$, $V=0,06$. W grupie uczniów i uczennic, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną.



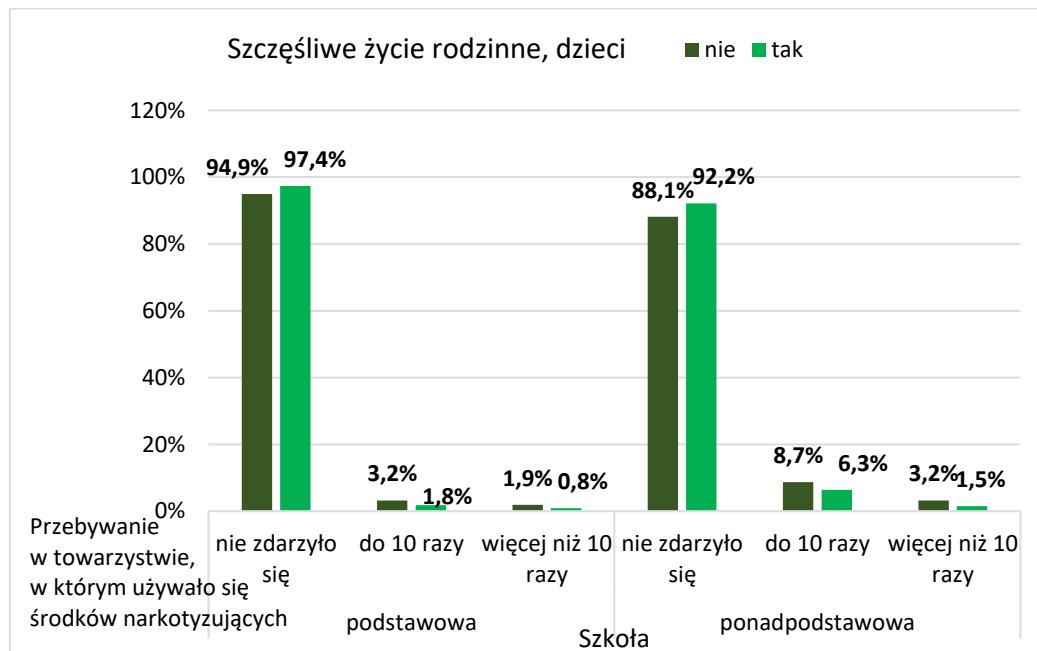
Rysunek 5. Kondycja psychiczna w grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie uczniów i uczennic, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym piło się alkohol. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=50,74$, $p<0,001$, $V=0,05$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=14,52$, $p<0,001$, $V=0,05$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym piło się alkohol i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 10 razy. W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców, $\chi^2(2)=7,44$, $p<0,05$, $V=0,05$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=7,67$, $p<0,001$, $V=0,05$.



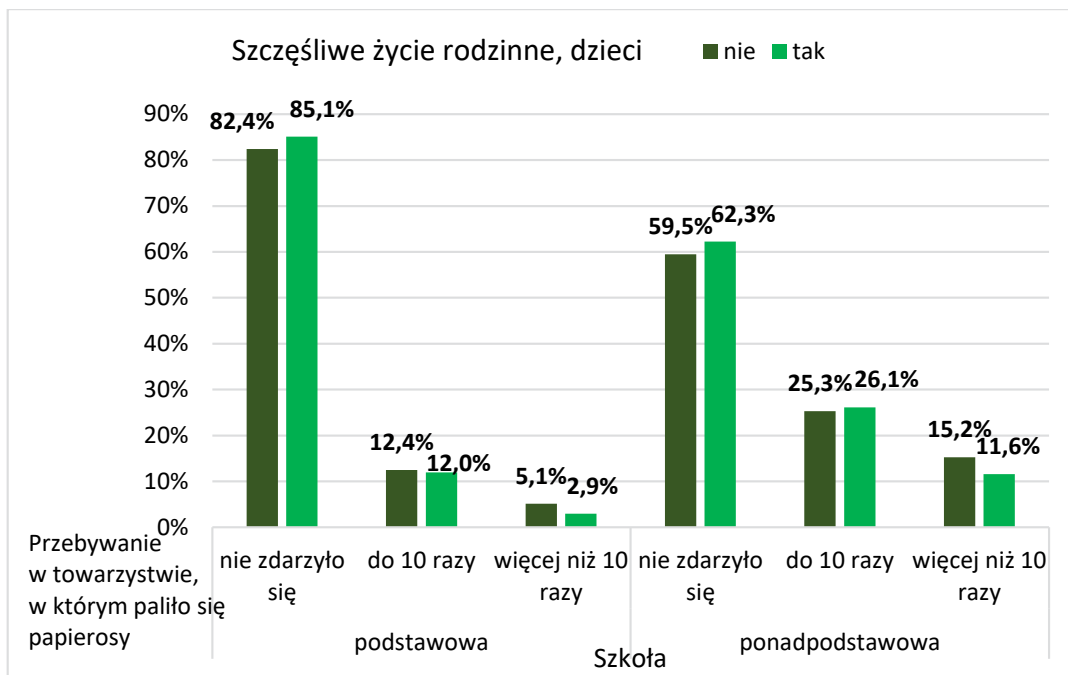
Rysunek 6. Przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym piło się alkohol w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym używało się środków narkotyzujących. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=52,37$, $p<0,001$, $V=0,06$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=23,66$, $p<0,001$, $V=0,06$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym używało się środków narkotyzujących i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie ogółem, bez względu na liczbę takich sytuacji. W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców, $\chi^2(2)=13,13$, $p<0,01$, $V=0,07$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=9,39$, $p<0,01$, $V=0,06$.



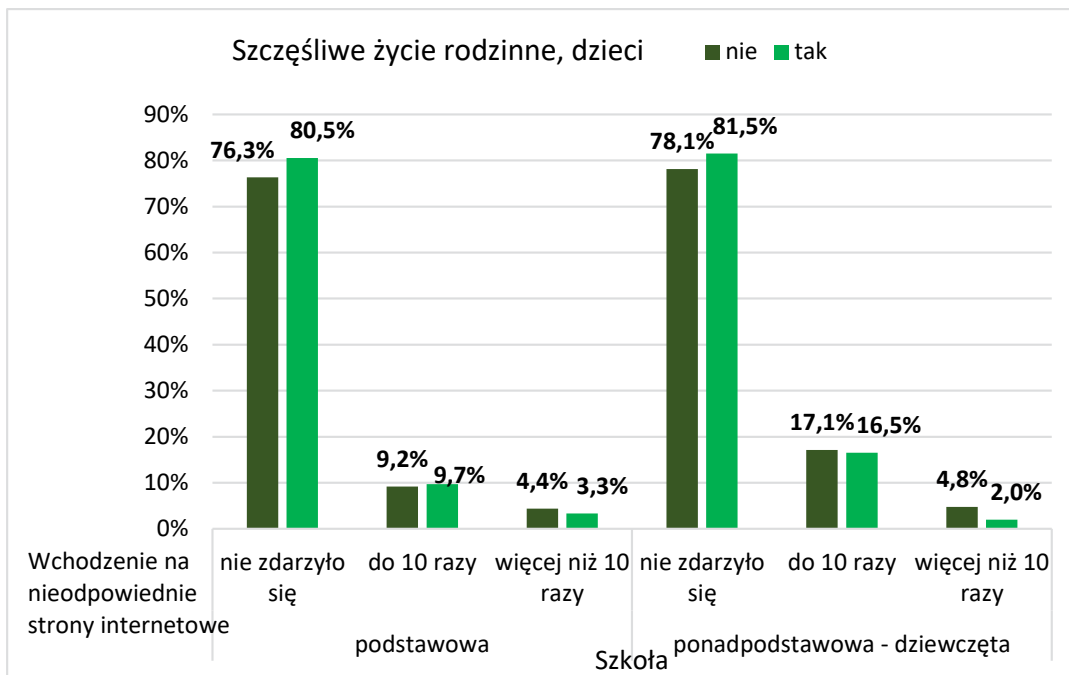
Rysunek 8. Przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym używało się środków narkotyzujących w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a przebywaniem w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym paliło się papierosy. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=42,94$, $p<0,001$, $V=0,05$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=13,64$, $p<0,001$, $V=0,05$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym paliło się papierosy i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 10 razy. W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców, $\chi^2(2)=8,69$, $p<0,05$, $V=0,06$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=5,45$, $p<0,05$, $V=0,04$.



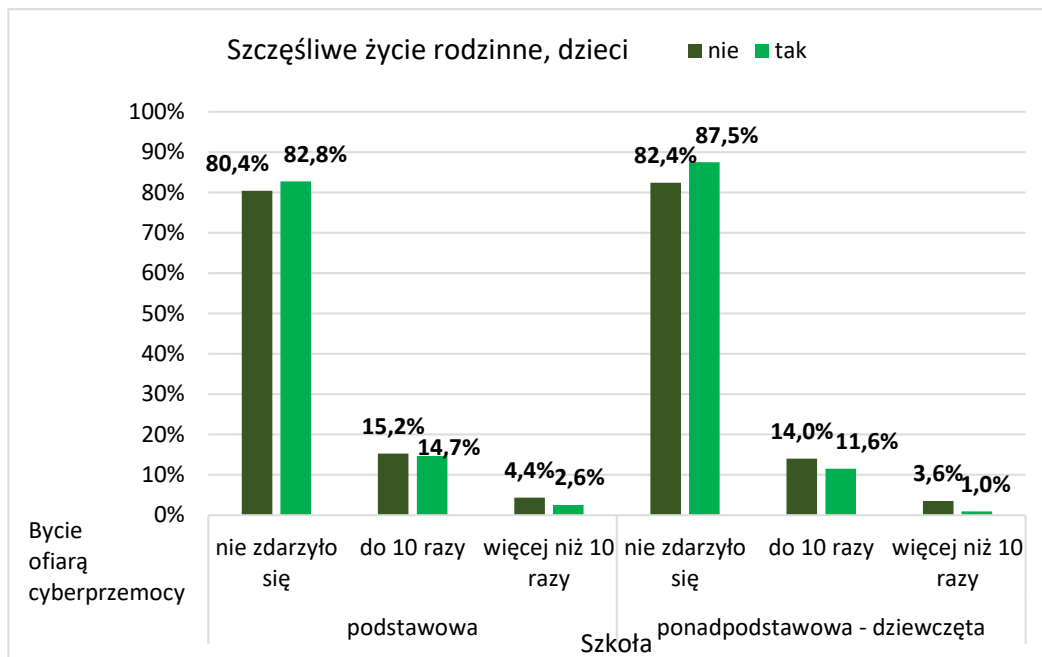
Rysunek 9. Przebywanie w ciągu ostatnich 30 dni w towarzystwie, w którym paliło się papierosy w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a wchodzeniem na strony internetowe, które mogą być nieodpowiednie lub szkodliwe w ciągu ostatnich 30 dni. Jednak efekt ten był istotny statystycznie wyłącznie w grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=16,21$, $p<0,001$, $V=0,03$, a nieistotny statystycznie w grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=5,25$, $p>0,05$. Po przeprowadzeniu analizy odrębnie w grupie chłopców i w grupie dziewcząt uczących się w szkołach ponadpodstawowych stwierdzono, że istotna statystycznie zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a wchodzeniem na strony internetowe, które mogą być nieodpowiednie lub szkodliwe w ciągu ostatnich 30 dni zachodziła wyłącznie w grupie dziewcząt, $\chi^2(2)=14,37$, $p<0,001$, $V=0,07$, a nie zachodziła w grupie chłopców, $\chi^2(2)=0,44$, $p>0,05$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści i jednocześnie mniej osób, które wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści 3-5 razy, 11-30 razy i więcej niż 30 razy.



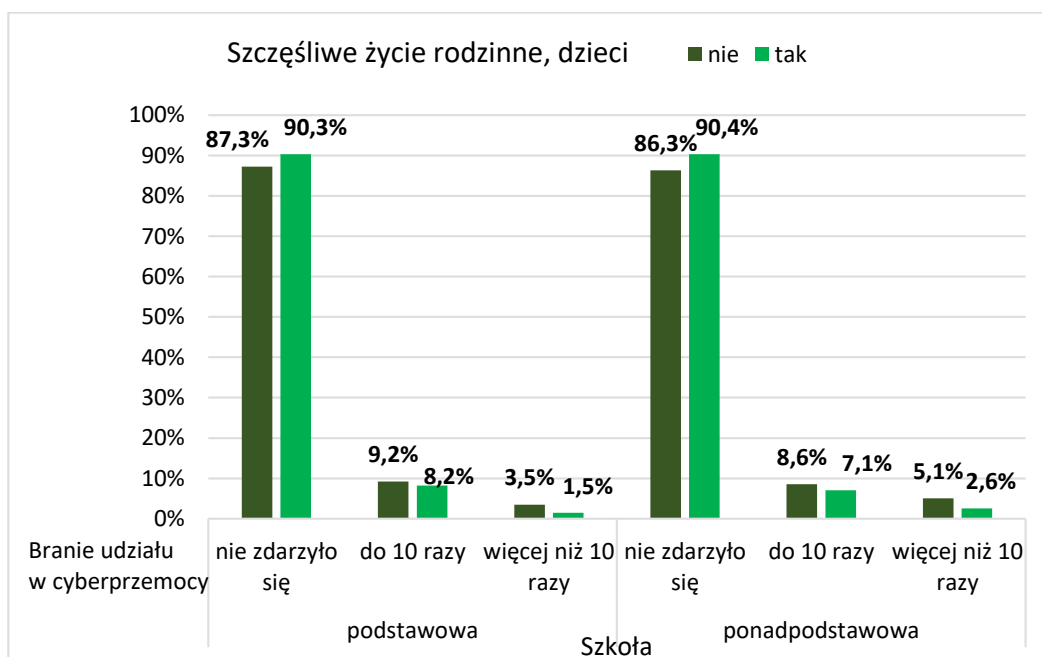
Rysunek 10. Wchodzenie na strony internetowe zawierające nieodpowiednie treści w grupie uczniów i uczennic szkół **podstawowych**, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie uczniów i uczennic szkół **podstawowych**, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a byciem ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=34,85$, $p<0,001$, $V=0,05$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=22,17$, $p<0,001$, $V=0,06$. Po przeprowadzeniu analizy odrębnie w grupie chłopców i w grupie dziewcząt uczących się w szkołach ponadpodstawowych stwierdzono, że istotna statystycznie zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a byciem ofiarą cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni zachodziła wyłącznie w grupie dziewcząt, $\chi^2(2)=21,75$, $p<0,001$, $V=0,09$, a nie zachodziła w grupie chłopców, $\chi^2(2)=4,02$, $p>0,05$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie były ofiarą cyberprzemocy i jednocześnie mniej osób, które były ofiarą cyberprzemocy do 10 razy albo ponad 10 razy w ciągu ostatnich 30 dni.



Rysunek 11. Bycie ofiarą cyberprzemocy w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń.

W oparciu o wartość testu niezależności χ^2 stwierdzono, że istotna statystycznie była również zależność pomiędzy marzeniami o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach a braniem udziału w cyberprzemocy w ciągu ostatnich 30 dni. Dotyczy to uczniów i uczennic szkół podstawowych, $\chi^2(2)=58,84$, $p<0,001$, $V=0,06$, i ponadpodstawowych, $\chi^2(2)=24,22$, $p<0,001$, $V=0,06$. W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie brały udziału w cyberprzemocy i jednocześnie mniej osób, które brały udział w cyberprzemocy do 10 razy albo ponad 10 razy w ciągu ostatnich 30 dni. W grupie uczniów i uczennic szkół ponadpodstawowych efekt dotyczył zarówno chłopców, $\chi^2(2)=13,49$, $p<0,01$, $V=0,07$, jak i dziewcząt, $\chi^2(2)=7,01$, $p<0,05$, $V=0,05$.



Rysunek 12. Branie udziału w cyberprzemocy w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład spostrzeganych barier w realizacji własnych marzeń i celów życiowych w grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie osób, które nie wskazywały takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . W grupie osób, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej jako bariery wskazywano brak wiary we własne siły, krytykę ze strony innych, brak wsparcia ze strony innych, brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie, brak możliwości / brak warunków, lenistwo, brak wytrwałości (słomiany zapał), nadmierne oczekiwania innych, obciążenie nauką szkolną i brak jasno określonego marzenia, celu.

Tabela 1

Bariery	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	p	V
	nie		tak				
	n	%	n	%			
Brak wiary we własne siły	6158	38,2	3150	44,4	75,71	0,001	0,06
Krytyka ze strony innych	4404	27,3	2312	32,6	64,14	0,001	0,05
Brak wsparcia ze strony innych	2315	14,3	1231	17,3	32,84	0,001	0,04
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	2598	16,1	1451	20,4	62,56	0,001	0,05
Brak funduszy	2791	17,3	1296	18,3	2,70	0,100	0,01
Brak możliwości / brak warunków	1364	8,5	792	11,2	41,65	0,001	0,04
Lenistwo	4715	29,2	2358	33,2	35,12	0,001	0,04
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	1458	9,0	907	12,8	73,85	0,001	0,06
Moja nadmierna ambicja	853	5,3	421	5,9	3,69	0,055	0,01
Nadmierne oczekiwania innych	949	5,9	562	7,9	32,74	0,001	0,04
Obciążenie nauką szkolną	5045	31,3	2849	40,1	168,43	0,001	0,09
Brak jasno określonego marzenia, celu	1385	8,6	721	10,2	14,14	0,001	0,03
Inne	1180	7,3	465	6,6	4,68	0,031	0,01
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	120	0,7	40	0,6	2,41	0,121	0,01
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	1510	9,4	621	8,7	2,47	0,116	0,01

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład spostrzeganych barier w realizacji własnych marzeń i celów życiowych w grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie chłopców, którzy nie wskazywali takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . W grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej jako bariery wskazywano brak wiary we własne siły, krytykę ze strony innych, brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie, brak możliwości / brak warunków, lenistwo, brak wytrwałości (słomiany zapał), nadmierne oczekiwania innych, obciążenie nauką szkolną a istotnie statystycznie rzadziej wskazywano brak wsparcia ze strony innych, brak

funduszy, lenistwo, nadmierną ambicję, brak jasno określonego marzenia, celu oraz ogólną sytuację w Polsce i na świecie

Tabela 2

Bariery	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	nie		tak				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Brak wiary we własne siły	2365	29,4	1081	31,1	29,75	0,001	0,05
Krytyka ze strony innych	1735	21,5	831	24,0	33,69	0,001	0,06
Brak wsparcia ze strony innych	866	10,8	442	9,0	27,26	0,001	0,05
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	1191	14,8	639	18,8	53,79	0,001	0,07
Brak funduszy	1530	19,0	670	2,4	11,04	0,004	0,03
Brak możliwości / brak warunków	649	8,1	358	15,7	33,93	0,001	0,06
Lenistwo	2493	30,9	1099	25,4	19,73	0,001	0,04
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	640	7,9	398	22,1	62,92	0,001	0,08
Moja nadmierna ambicja	363	4,5	176	2,4	9,42	0,009	0,03
Nadmierne oczekiwania innych	333	4,1	212	7,5	36,64	0,001	0,06
Obciążenie nauką szkolną	2433	30,2	1253	75,4	98,05	0,001	0,09
Brak jasno określonego marzenia, celu	561	7,0	296	3,1	22,60	0,001	0,05
Inne	598	7,4	228	7,3	3,80	0,149	0,02
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	66	0,8	15	0,5	7,42	0,025	0,03
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	982	12,2	358	11,4	5,19	0,075	0,02

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład spostrzeganych barier w realizacji własnych marzeń i celów życiowych w grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie dziewcząt, które nie wskazywały takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . W grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej jako bariery wskazywano brak wiary we własne siły, krytykę ze strony innych, brak wsparcia ze strony innych, brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie, brak możliwości / brak warunków, lenistwo, brak wytrwałości (słomiany zapał), nadmierne oczekiwania innych i obciążenie nauką szkolną a istotnie statystycznie rzadziej wskazywano bariery określone jako inne.

Tabela 3

Bariery	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	nie		tak				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Brak wiary we własne siły	3793	46,9	2069	52,2	31,10	0,001	0,05

Krytyka ze strony innych	2669	33,0	1481	37,4	23,97	0,001	0,05
Brak wsparcia ze strony innych	1449	17,9	789	19,9	8,98	0,011	0,03
Brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie	1407	17,4	812	20,5	18,75	0,001	0,04
Brak funduszy	1261	15,6	626	15,8	2,38	0,305	0,01
Brak możliwości / brak warunków	715	8,8	434	11,0	15,74	0,001	0,04
Lenistwo	2222	27,5	1259	31,8	25,43	0,001	0,05
Brak wytrwałości (słomiany zapał)	818	10,1	509	12,9	22,13	0,001	0,04
Moja nadmierna ambicja	490	6,1	245	6,2	2,38	0,305	0,01
Nadmierne oczekiwania innych	616	7,6	350	8,8	7,47	0,024	0,03
Obciążenie nauką szkolną	2612	32,3	1596	40,3	75,37	0,001	0,08
Brak jasno określonego marzenia, celu	824	10,2	425	10,7	3,06	0,216	0,02
Inne	582	7,2	237	6,0	8,72	0,013	0,03
Ogólna sytuacja w Polsce i na świecie	54	0,7	25	0,6	2,38	0,304	0,01
Nie mam poważniejszych przeszkód w realizacji marzeń, celów	528	6,5	263	6,6	2,36	0,308	0,01

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład pozostałych marzeń w grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie chłopców, którzy nie wskazywali takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . W grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej wskazywano pomaganie innym, osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu, życie pełne rozrywek, bogate życie towarzyskie, ciekawą pracę i spokojne życie bez kłopotów, jednak najsilniejszy efekt dotyczył istotnie statystycznie częściej wskazywanej trwałej miłości i przyjaźni. Jednocześnie w grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano zrobienie kariery zawodowej, zdobycie dużego majątku i marzenia określane jako inne.

Tabela 4

	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	nie		tak				
Inne marzenia	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Zrobienie kariery zawodowej	3336	41,4	1230	39,2	4,55	0,033	0,02
Pomaganie innym	1636	20,3	771	24,6	24,35	0,001	0,05
Zdobycie dużego majątku	2761	34,3	935	29,8	20,41	0,001	0,04
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	1560	19,4	752	24,0	29,21	0,001	0,05
Życie pełne rozrywek	1818	22,6	770	24,5	4,96	0,026	0,02
Bogate życie towarzyskie	1077	13,4	586	18,7	50,31	0,001	0,07
Trwała miłość, przyjaźń	2976	36,9	1887	60,2	494,87	0,001	0,21

Zdobycie władzy	505	6,3	208	6,6	0,49	0,482	0,01
Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	1738	21,6	1067	34,0	185,94	0,001	0,13
Spokojne życie bez kłopotów	2186	27,1	1177	37,5	115,76	0,001	0,10
Inne	942	11,7	130	4,1	148,62	0,001	0,12

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład pozostałych marzeń w grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach i w grupie dziewcząt, które nie wskazywały takich marzeń. Zestawienie uzupełniono wartościami testu niezależności χ^2 . W grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej wskazywano pomaganie innym, ciekawą pracę i spokojne życie bez kłopotów, jednak najsilniejszy efekt dotyczył istotnie statystycznie częściej wskazywanej trwałej miłości i przyjaźni. Jednocześnie w grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano zrobienie kariery zawodowej, zdobycie dużego majątku, zdobycie władzy i marzenia określane jako inne.

Tabela 5

	Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci				χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	nie		tak				
Inne marzenia	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Zrobienie kariery zawodowej	3286	40,7	1441	36,4	20,36	0,001	0,04
Pomaganie innym	2118	26,2	1256	31,7	39,96	0,001	0,06
Zdobycie dużego majątku	2421	30,0	781	19,7	142,66	0,001	0,11
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	1668	20,6	799	20,2	0,35	0,553	0,01
Życie pełne rozrywek	1811	22,4	803	20,3	7,11	0,008	0,02
Bogate życie towarzyskie	1075	13,3	546	13,8	0,54	0,464	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	4572	56,6	2935	74,1	348,09	0,001	0,17
Zdobycie władzy	366	4,5	144	3,6	5,22	0,022	0,02
Ciekawa praca zgodna z Twoimi zainteresowaniami	2234	27,6	1406	35,5	77,83	0,001	0,08
Spokojne życie bez kłopotów	2298	28,4	1401	35,4	60,16	0,001	0,07
Inne	844	10,4	121	3,1	196,81	0,001	0,13

Wnioski

- Posiadanie marzeń o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej deklarowały dziewczęta niż chłopcy (rys. 1)
- W grupie chłopców, którzy mieli marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą lub średnią kondycją psychiczną (rys. 3)

- W grupie dziewcząt, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną (rys. 4)
- W grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną (rys. 5)
- W grupie uczniów i uczennic szkół podstawowych i ponadpodstawowych, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób charakteryzujących się dobrą kondycją psychiczną i jednocześnie mniej osób, które charakteryzowały się słabą kondycją psychiczną (rys. 6)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym piło się alkohol i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 20 razy (rys. 7)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym używano się środków narkotyzujących i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie ogółem, bez względu na liczbę takich sytuacji (rys. 8)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie przebywały w towarzystwie, w którym paliło się papierosy i jednocześnie mniej osób, które przebywały w takim towarzystwie więcej niż 20 razy (rys. 9)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści, w którym paliło się papierosy i jednocześnie mniej osób, które wchodziły na strony zawierające nieodpowiednie treści 3-5 razy, 11-30 razy i więcej niż 30 razy (rys. 10)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni nie były ofiarą cyberprzemocy i jednocześnie mniej osób, które były ofiarą cyberprzemocy 6-10 razy albo ponad 10 razy w ciągu ostatnich 30 dni (rys. 11)
- W grupie osób, które miały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach było więcej osób, które w ciągu ostatnich 30 dni brały udział w cyberprzemocy i jednocześnie mniej osób, które brały udział w cyberprzemocy 3-5 razy, 6-10 razy albo ponad 10 razy w ciągu ostatnich 30 dni (rys. 12)
- W grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej jako bariery wskazywano brak wiary we własne siły, krytykę ze strony innych, brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie, brak możliwości / brak warunków, lenistwo, brak wytrwałości (słomiany zapał), nadmierne oczekiwania innych, obciążenie nauką szkolną a istotnie statystycznie rzadziej wskazywano brak wsparcia ze strony innych, brak funduszy, lenistwo, nadmierną ambicję, brak jasno określonego marzenia, celu oraz ogólną sytuację w Polsce i na świecie (tab. 2)
- W grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej jako bariery wskazywano brak wiary we własne siły, krytykę ze strony innych, brak wsparcia ze strony innych, brak pomysłu/ wiedzy jak zrealizować marzenie, brak możliwości / brak warunków, lenistwo, brak wytrwałości (słomiany zapał), nadmierne oczekiwania innych i obciążenie nauką szkolną a istotnie statystycznie rzadziej wskazywano bariery określone jako inne (tab. 3)

- W grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej wskazywano pomaganie innym, osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu, życie pełne rozrywek, bogate życie towarzyskie, ciekawą pracę i spokojne życie bez kłopotów, jednak najsilniejszy efekt dotyczył istotnie statystycznie częściej wskazywanej trwałej miłości i przyjaźni. Jednocześnie w grupie chłopców, którzy wskazywali marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano zrobienie kariery zawodowej, zdobycie dużego majątku i marzenia określane jako inne (tab. 4)
- W grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie częściej wskazywano pomaganie innym, ciekawą pracę i spokojne życie bez kłopotów, jednak najsilniejszy efekt dotyczył istotnie statystycznie częściej wskazywanej trwałej miłości i przyjaźni. Jednocześnie w grupie dziewcząt, które wskazywały marzenia o szczęśliwym życiu rodzinnym i dzieciach istotnie statystycznie rzadziej wskazywano zrobienie kariery zawodowej, zdobycie dużego majątku, zdobycie władzy i marzenia określane jako inne (tab. 5)

Marzenia wskazywane w trzech kolejnych falach badania

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład liczby marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas VII szkół podstawowych w trzech kolejnych okresach.

Tabela 6

Liczba marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas VII szkół podstawowych trzech kolejnych okresach

Liczba marzeń	Okres							
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca		Ogółem	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1	626	11,3	160	13,3	176	13,0	962	11,9
2	516	9,3	113	9,4	129	9,5	758	9,4
3	3473	62,8	766	63,6	1043	77,2	5282	65,3
4	251	4,5	46	3,8	0	0,0	297	3,7
5	200	3,6	31	2,6	0	0,0	231	2,9
6	155	2,8	29	2,4	1	0,1	185	2,3
7	118	2,1	22	1,8	0	0,0	140	1,7
8	93	1,7	15	1,2	0	0,0	108	1,3
9	48	0,9	8	0,7	2	0,1	58	0,7
10	34	0,6	7	0,6	0	0,0	41	0,5
11	13	0,2	5	0,4	0	0,0	18	0,2
12	7	0,1	2	0,2	0	0,0	9	0,1
Ogółem	5534	100	1204	100	1351	100	8089	100

W okresach do 23 lutego i 24 lutego-20 marca wskazywano znacznie więcej marzeń niż w okresie od 21 marca.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład liczby marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas I szkół ponadpodstawowych w trzech kolejnych okresach.

Tabela 7

Liczba marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas I ponadpodstawowych w trzech kolejnych okresach

Liczba marzeń	Okres							
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca		Ogółem	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1	294	11,3	134	16,5	161	14,2	589	13,0
2	224	8,6	78	9,6	129	11,4	431	9,5
3	1613	62,0	420	51,7	839	74,1	2872	63,2
4	113	4,3	53	6,5	0	0,0	166	3,7
5	94	3,6	45	5,5	1	0,1	140	3,1
6	85	3,3	29	3,6	1	0,1	115	2,5
7	74	2,8	22	2,7	1	0,1	97	2,1
8	43	1,7	12	1,5	0	0,0	55	1,2
9	22	0,8	7	0,9	0	0,0	29	0,6
10	18	0,7	7	0,9	0	0,0	25	0,5
11	13	0,5	4	0,5	0	0,0	17	0,4
12	9	0,3	1	0,1	0	0,0	10	0,2
Ogółem	2602		812		1132		4546	

W okresach do 23 lutego i 24 lutego-20 marca wskazywano znacznie więcej marzeń niż w okresie od 21 marca.

Z kolejnych analiz wykluczono osoby, które zaznaczyły więcej niż trzy marzenia.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład liczby osób, które były uczniami klas I szkół ponadpodstawowych i uczyły się w szkołach branżowych w trzech kolejnych okresach.

Tabela 8

Liczba osób, które były uczniami klas I szkół ponadpodstawowych i uczyły się w zespołach szkół w trzech kolejnych okresach

		Okres					
do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca		Ogółem	
<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
924	43,4	233	36,9	401	35,5	1558	40,0

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas VII (n=7002) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 9

Rozkład marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas VII (n=7002) w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Zrobienie kariery zawodowej	1628a	35,3	378a, b	36,4	532b	39,5	7,93	0,019	0,03
Pomaganie innym	1011a	21,9	257a	24,7	294a	21,8	4,15	0,125	0,02
Zdobycie dużego majątku	1116a	24,2	237a	22,8	353a	26,2	3,88	0,144	0,02
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	856a	18,5	220b	21,2	283b	21,0	6,42	0,040	0,03
Życie pełne rozrywek	807a	17,5	166a	16,0	246a	18,2	2,16	0,339	0,02
Bogate życie towarzyskie	447a	9,7	105a	10,1	128a	9,5	0,26	0,878	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	2176a	47,2	481a	46,3	642a	47,6	0,42	0,809	0,01
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	1213a	26,3	254a	24,4	337a	25,0	2,01	0,367	0,02
Zdobycie władzy	150a	3,3	27a	2,6	70b	5,2	14,66	0,001	0,05
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	1040a	22,5	218a, b	21,0	250b	18,5	10,05	0,007	0,04
Spokojne życie bez kłopotów	1188a	25,7	237a	22,8	318a	23,6	5,41	0,067	0,03
Inne	445a	9,6	104a	10,0	110a	8,2	3,20	0,202	0,02

Zrobienie kariery zawodowej było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego, natomiast ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami była wskazywana istotnie statystycznie rzadziej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresach 24 lutego – 20 marca i od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Zdobycie władzy było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresach do 23 lutego i 24 lutego – 20 marca.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez dziewczęta z klas VII (n=3698) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 10

Rozkład marzeń wskazywanych przez dziewczęta z klas VII w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	p	V
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	815a	33,7	196a	34,5	261a	36,8	2,32	0,314	0,03
Pomaganie innym	598a	24,7	155a	27,3	173a	24,4	1,84	0,398	0,02
Zdobycie dużego majątku	498a	20,6	120a	21,1	163a	23,0	1,87	0,394	0,02
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	448a	18,5	131b	23,1	135a, b	19,0	6,16	0,046	0,04
Życie pełne rozrywek	404a	16,7	88a	15,5	123a	17,3	0,78	0,676	0,01
Bogate życie towarzyskie	216a	8,9	53a	9,3	67a	9,4	0,22	0,895	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	1377a	56,9	317a	55,8	405a	57,0	0,25	0,882	0,01
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	692a	28,6	151a	26,6	196a	27,6	1,03	0,599	0,02
Zdobycie władzy	66a	2,7	10a	1,8	25a	3,5	3,68	0,159	0,03
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	588a	24,3	127a	22,4	148a	20,8	4,02	0,134	0,03
Spokojne życie bez kłopotów	603a	24,9	128a	22,5	163a	23,0	2,14	0,344	0,02
Inne	217a	9,0	49a	8,6	57a	8,0	0,62	0,735	0,01

Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie 24 lutego – 20 marca niż w okresie do 23 lutego.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez chłopców z klas VII (n=3304) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 11

Rozkład marzeń wskazywanych przez chłopców z klas VII w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	p	V
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	813a	37,0	182a, b	38,6	271b	42,5	6,21	0,045	0,04
Pomaganie innym	413a	18,8	102a	21,7	121a	19,0	2,05	0,358	0,02
Zdobycie dużego majątku	618a	28,2	117a	24,8	190a	29,8	3,36	0,186	0,03
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	408a	18,6	89a, b	18,9	148b	23,2	6,82	0,033	0,05
Życie pełne rozrywek	403a	18,4	78a	16,6	123a	19,3	1,37	0,505	0,02

Bogate życie towarzyskie	231a	10,5	52a	11,0	61a	9,6	0,72	0,696	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	799a	36,4	164a	34,8	237a	37,1	0,65	0,721	0,01
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	521a	23,7	103a	21,9	141a	22,1	1,25	0,534	0,02
Zdobycie władzy	84a	3,8	17a	3,6	45b	7,1	13,04	0,001	0,06
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	452a	20,6	91a, b	19,3	102b	16,0	6,69	0,035	0,04
Spokojne życie bez kłopotów	585a	26,7	109a	23,1	155a	24,3	3,32	0,191	0,03
Inne	228a	10,4	55a	11,7	53a	8,3	3,71	0,157	0,03

Zrobienie kariery zawodowej i osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu były wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego, natomiast ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami była wskazywana istotnie statystycznie rzadziej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Zdobywanie władzy było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w pozostałych dwóch okresach.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas I szkół ponadpodstawowych (n=3892) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 12

Rozkład marzeń wskazywanych przez osoby badane z klas I szkół ponadpodstawowych w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	p	V
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	780a	36,6	212a	33,5	388a	34,4	2,82	0,244	0,03
Pomaganie innym	396a	18,6	122a	19,3	195a	17,3	1,34	0,513	0,02
Zdobycie dużego majątku	588a	27,6	162a	25,6	338a	29,9	4,04	0,133	0,03
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	308a	14,5	83a	13,1	162a	14,3	0,72	0,697	0,01
Życie pełne rozrywek	347a	16,3	119a, b	18,8	248b	22,0	16,03	0,001	0,06
Bogate życie towarzyskie	227a	10,7	65a	10,3	117a	10,4	0,11	0,948	0,01
Trwała miłość, przyjaźń	1105a	51,9	311a	49,2	571a	50,6	1,51	0,470	0,02
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	541a	25,4	155a	24,5	263a	23,3	1,75	0,418	0,02
Zdobycie władzy	94a	4,4	30a	4,7	51a	4,5	0,13	0,937	0,01
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	510a	23,9	94b	14,9	229a	20,3	24,96	0,001	0,08
Spokojne życie bez kłopotów	515a	24,2	147a	23,3	293a	26,0	1,94	0,380	0,02
Inne	170a	8,0	50a	7,9	81a	7,2	0,70	0,705	0,01

Życie pełne rozrywek było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami była wskazywana istotnie statystycznie rzadziej w okresie 24 lutego – 20 marca niż w okresach do 23 lutego i od 21 marca.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez dziewczęta z klas I szkół ponadpodstawowych (n=1939) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 13

Rozkład marzeń wskazywanych przez dziewczęta z klas I szkół ponadpodstawowych w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	p	V
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	n	%	n	%	n	%			
Zrobienie kariery zawodowej	404a	37,2	79a	29,6	191a	32,6	7,07	0,059	0,06
Pomaganie innym	229a	21,1	57a	21,3	122a	20,9	0,03	0,986	0,00
Zdobycie dużego majątku	271a	24,9	56a	21,0	155a	26,5	3,00	0,223	0,04
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	143a	13,2	32a	12,0	70a	12,0	0,61	0,739	0,02
Życie pełne rozrywek	177a	16,3	47a, b	17,6	127b	21,7	7,61	0,022	0,06
Bogate życie towarzyskie	101a	9,3	31a	11,6	60a	10,3	1,41	0,494	0,03
Trwała miłość, przyjaźń	671a	61,7	152a	56,9	343a	58,6	2,85	0,241	0,04
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	286a	26,3	75a	28,1	146a	25,0	0,97	0,617	0,02
Zdobycie władzy	38a	3,5	5a	1,9	21a	3,6	1,99	0,370	0,03
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	284a	26,1	39b	14,6	133a	22,7	16,10	0,001	0,09
Spokojne życie bez kłopotów	258a	23,7	69a	25,8	155a	26,5	1,71	0,425	0,03
Inne	67a	6,2	22a	8,2	43a	7,4	1,85	0,398	0,03

Życie pełne rozrywek było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami była wskazywana istotnie statystycznie rzadziej w okresie 24 lutego – 20 marca niż w okresach do 23 lutego i od 21 marca.

W poniższej tabeli przedstawiono rozkład marzeń wskazywanych przez chłopców z klas I szkół ponadpodstawowych (n=1953) w trzech kolejnych okresach.

Tabela 14

Rozkład marzeń wskazywanych przez chłopców z klas I szkół ponadpodstawowych w trzech kolejnych okresach

Wskazywane marzenia	Okres						χ^2	<i>p</i>	<i>V</i>
	do 23 lutego		24 lutego – 20 marca		od 21 marca				
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%			
Zrobienie kariery zawodowej	376a	36,0	133a	36,4	197a	36,2	0,02	0,989	0,00
Pomaganie innym	167a	16,0	65a	17,8	73a	13,4	3,44	0,179	0,04
Zdobycie dużego majątku	317a	30,4	106a	29,0	183a	33,6	2,62	0,270	0,04
Osiągnięcie sukcesu w dziedzinie sztuki, nauki, sportu	165a	15,8	51a	14,0	92a	16,9	1,42	0,491	0,03
Życie pełne rozrywek	170a	16,3	72a, b	19,7	121b	22,2	8,78	0,012	0,07
Bogate życie towarzyskie	126a	12,1	34a	9,3	57a	10,5	2,38	0,304	0,03
Trwała miłość, przyjaźń	434a	41,6	159a	43,6	228a	41,9	0,45	0,801	0,02
Szczęśliwe życie rodzinne, dzieci	255a	24,4	80a	21,9	117a	21,5	2,09	0,351	0,03
Zdobycie władzy	56a	5,4	25a	6,8	30a	5,5	1,15	0,562	0,02
Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami	226a	21,6	55b	15,1	96a, b	17,6	8,84	0,012	0,07
Spokojne życie bez kłopotów	257a	24,6	78a	21,4	138a	25,4	2,10	0,351	0,03
Inne	103a	9,9	28a	7,7	38a	7,0	4,30	0,116	0,05

Życie pełne rozrywek było wskazywane istotnie statystycznie częściej w okresie od 21 marca niż w okresie do 23 lutego. Ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami była wskazywana istotnie statystycznie rzadziej w okresie 24 lutego – 20 marca niż w okresach do 23 lutego i od 21 marca.

Opracował mgr Szymon Szumiół