



## **List Pani Anny Korfel-Jasińskiej Zastępcy Prezydenta Miasta Krakowa ds. Edukacji, Sportu i Turystyki do Rodziców/Opiekunów Uczennic i Uczniów Klas Ambasadorów Projektu Miejskiego #OGARNIAM ŻYCIE.**

2023-02-21

**Drodzy Rodzice/Opiekunowie**

**Uczennic i Uczniów**

**Klas Ambasadorów Projektu Miejskiego #OGARNIAM ŻYCIE**

niezwykle rzadko przedstawiciele Gminy Miejskiej Kraków jako Organu Prowadzącego szkoły samorządowe korzystają z możliwości komunikowania się z Państwem poprzez dziennik elektroniczny. Robią to w szczególnych sytuacjach i z ważnych powodów.

Nie mam najmniejszych wątpliwości, że sprawa, z którą się dzisiaj do Państwa zwracam wypełnia i jedno i drugie wskazanie.

Niemal codziennie docierają do nas informacje o zwiększającej się skali depresji wśród dzieci i młodzieży i zjawisko to dotyczy coraz młodszej grupy wiekowej. Coraz głośniej też o próbach samobójczych – niestety często skutecznych. W zastraszającym tempie słabnie kondycja psychiczna uczniów, a dzieje się tak między innymi dlatego, że do problemów charakterystycznych dla wieku dojrzewania, z jakimi na przykład mierzyli się nasi rodzice czy my sami, doszły - niezwykle obciążające młody organizm - wydarzenia związane ze światową pandemią, kryzysem klimatycznym czy wojną za naszą wschodnią granicą. Jakby tego było mało, mamy też do czynienia z zapaścią psychiatrii dziecięcej.

W obecnej sytuacji, w której młodzi ludzie coraz gorzej radzą sobie z otaczającą ich rzeczywistością, a ciężar z którym się zmagają określają często jako nie do zniesienia, lokowanie wszystkich nadziei w realizacji programów profilaktyczno-wychowawczych przez szkoły, wsparciu poradni psychologiczno-pedagogicznych czy psychologa szkolnym może okazać się zdecydowanie niewystarczające.

Właśnie dlatego – z inicjatywy Prezydenta Miasta – Kraków, który od lat stara się podejmować działania mające na celu osiągnięcie jak najlepszego dobrostanu uczniów, zaproponował dodatkowe „pospolite ruszenie” - wsparcie dla swoich uczniów przez jednostki miejskie i partnerów. I taka jest geneza miejskiej kampanii #OGARNIAM ŻYCIE.



Jej głównym celem jest wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów krakowskich szkół, tak, aby jak najlepiej radzili oni sobie i teraz i w przyszłości z różnego rodzaju wyzwaniami i problemami. Jak napisałam tuż po feriach do Państwa dzieci:” Wiatru nie zmienimy, ale możemy inaczej postawić żagle” i to właśnie zamierzamy zrobić, by pomóc młodym ludziom radzić sobie z wszelkimi sztormami.

W działaniu projektowym będzie chodziło nam o jak najbardziej wartościowe wypełnienie czasu, umysłów i emocji młodych ludzi. O wszelkie oddziaływania, które będą w stanie zminimalizować występowanie zachowań ryzykownych. Obszary, w których chcielibyśmy się poruszać ilustruje załączony plakat programowy projektu. O szczegółach zostali poinformowani dyrektorzy szkół oraz nauczyciele - Pedagogiczni Koordynatorzy projektu.

Obecnie jest on w fazie w pilotażu, w którym bierze udział 40 krakowskich szkół samorządowych, zgłoszonych przez Dyrektorów i wyłonionych w procesie rekrutacji. Pilotaż potrwa do czerwca, a od września planowane jest jego rozszerzenie uwzględniające również szkoły ponadpodstawowe, które już dziś zgłaszają swoje zainteresowanie udziałem w nim.

W każdej w tych szkół jedna klasa VII pełni rolę AMBASADORA PROJEKTU #OGARNIAM ŻYCIE, jeśli Państwo czytają te słowa, to znaczy, że Państwa dziecko jest uczniem takiej właśnie wybranej klasy VII.

Klasa będzie współpracowała z wylosowaną jednostką miejską, a ta współpraca będzie miała na celu zainspirowanie młodych ludzi do twórczych działań na terenie szkoły w realizacji idei projektu.

Bardzo chciałabym, abyśmy byli w tym projekcie razem z Państwem.

Oczywiście jestem przekonana, że pomagają Państwo swoim dzieciom „ogarniać życie” każdego dnia. Współpraca jednak zawsze jest większym gwarantem sukcesu niż samotna czasami wyboista droga.

Różne są też relacje na linii rodzic- dziecko i różne wyobrażenia o nich. Specjaliści mówią, że jednym z najczęściej popełnianych przez dorosłych błędów jest wykluczanie z góry, że tego typu problemy dotyczą mojego dziecka albo, że dziecko nie może mieć problemów np. dlatego, że się uśmiecha.

Nie każdy problem wymaga ścisłej terapii, często wystarczy rozmowa. Pamiętajmy, że nawet najbardziej inteligentne dziecko nie ma, bo nie może mieć doświadczenia, które pozwoliłoby mu sobie poradzić z problemem, który jego zdaniem go przerasta. Inteligencja nie blokuje depresji i



nie wyklucza jej. Im więcej rozmów, tym mniejsze ryzyko zagrożenia. Rozmawiajmy więc z nimi, nie uciekajmy od trudnych tematów.

Zwracajmy uwagę na symptomy, które powinny nas niepokoić, nigdy też nie kierujmy się fałszywym wstydem przed skorzystaniem z pomocy specjalistów. Gra jest wszak o najwyższą stawkę.

Co powinno wzmóc naszą czujność?

Nagła zmiana zachowania, apatia rezygnacja z dotychczasowych zainteresowań, dotychczasowych więzi koleżeńskich, odosobnienie, radykalna zmiana diety, ubioru. Być może to oznaki poszukiwania swojej tożsamości, ale powinno niepokoić, gdy dziecko idzie w kierunku, w którym zagraża sobie i innym.

Nie dajmy się też na dłuższą metę zwieść zdawkowym „dobrze” na nasze pytanie: jak tam w szkole? Dowiedzmy się, co się za tym „dobrze” kryje. Nie obawiajmy się również stawiać granic naszym dzieciom. Mimo, że dziś nie będzie się im to podobało, to jednak docelowo pomoże w ich rozwoju. Pomyślmy, jeśli my dorośli nie stawiamy im takich granic, to skąd nasze oczekiwanie, że młodzi ludzie postawią je sobie sami, że będą się samodyscyplinować i w ogóle wiedzieć gdzie jest dobro, a co jest złem.

Spróbujmy się dowiedzieć co dziecko myśli na tematy, które dziś nurtują dorosłych?

Rozmawiajmy też z koleżankami i kolegami swojego dziecka. Nadzwyczaj często, to właśnie oni – przed rodzicami czy nauczycielem – są powiernikami problemów Państwa dzieci.

Jeden z młodych uczestników projektu powiedział niedawno mediom, że nie ma nic gorszego niż obserwowanie swojego rówieśnika w depresji, że Jego zdaniem część młodzieży sobie z tym jakoś radzi, ale coraz częściej jest tak, że młodzi ludzie muszą z kimś pogadać, bo inaczej nie dadzą sobie rady z tym, co Ich przeraża.

Muszą zatem mieć pewność, że w trudniejszych czy beznadziejnych Ich zdaniem sytuacjach mają kogoś takiego i wówczas wpuszczają nas do swojego świata.

Tylko tyle i aż tyle.



**Magiczny  
Kraków**

Bądźmy w tym razem, bo poza główną ideą projektu, warto pamiętać – im piękniejsza wiosna dzisiejszych nastolatków, tym pogodniejsza jesień ich rodziców.

A w Krakowie...młody człowiek dostaje alternatywę, „ogarnia życie”, wie jak być ze sobą i innymi, ma pomysł na siebie i na swoją przyszłość.

*Serdecznie Państwa pozdrawiam*

**Anna Korfel-Jasińska**

**Zastępca Prezydenta Miasta Krakowa ds. Edukacji, Sportu i Turystyki**