

KIERUNEK ZMIANA: Profilaktyka jutra w Dzielnicy Bielany

**Raport z lokalnej diagnozy potrzeb
na rzecz skutecznych działań
profilaktycznych w Dzielnicy Bielany
m.st. Warszawy**



projekt finansuje
dzielnica
Bielany

Projekt KIERUNEK ZMIANA realizowany
jest dzięki dofinansowaniu ze środków
m.st. Warszawy – Dzielnicy Bielany



projekt finansuje
dzielnica
Bielany

© Prawa autorskie zastrzeżone.
FUNDACJA „WYZWANIA” 2025



FUNDACJA „WYZWANIA”
KRS 0001110506
Pruszków ul. Sadowa 4,
05-802 Pruszków

KIERUNEK ZMIANA:

Profilaktyka jutra

w Dzielnicy Bielany

**Raport z lokalnej diagnozy potrzeb
na rzecz skutecznych działań
profilaktycznych w Dzielnicy Bielany
m.st. Warszawy**



Zespół opracowujący raport:

Marta Jadwiga Pietrusińska
Monika Jakubowska-Mirek
Maciej Ciechomski
Wiktoria Kowalska
Marek Smulczyk

Warszawa 2025

Spis treści

Słowo wstępu	6
Najważniejsze wnioski	8
Słowniczek najważniejszych terminów	14
I Metodologia badań	22
I.1 Cele i pytania badawcze	23
I.2 Ramy teoretyczne projektu	24
I.3 Przebieg badania	27
I.4 Ograniczenia badawcze, kwestie etyczne i bezpieczeństwo danych	36
II Problemy i wyzwania, z którymi mierzą się młodzi mieszkańcy Bielany	38
III Działania profilaktyczne w dzielnicy Bielany	46
III.1 Rodzina jako podstawowe miejsce profilaktyki	47
III.2 Rola szkół w działaniach profilaktycznych	53
III.3 Pozaszkolne placówki wspierające profilaktykę dzieci i młodzieży	57
III.4 Rola Urzędu Dzielnicy w kształtowaniu profilaktyki w Dzielnicy Bielany	60
III.5 Mapowanie wyzwań związanych z profilaktyką – perspektywa miejscowa	66
III.6 Mocne strony profilaktyki w Dzielnicy Bielany oraz aspekty do rozwoju	69
IV Kształtowanie działań profilaktycznych – potrzeby i oczekiwania	76
IV.1 Potrzeby dzieci, młodzieży oraz rodziców	77
IV.2 Potrzeby instytucjonalne	84
IV.3 Potrzeby związane z tworzeniem lokalnych rozwiązań w zakresie profilaktyki społecznej	87
Rekomendacje	92
Bibliografia	106

Słowo wstępu

Szanowni Państwo,

Z ogromną satysfakcją przekazuję Państwu raport powstały w ramach projektu „KIERUNEK ZMIANA – lokalna diagnoza potrzeb podstawą skutecznych działań profilaktycznych w Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy”, realizowanego przez Fundację „Wyzwania”. To dla nas szczególnie ważny dokument – nie tylko podsumowanie szeroko zakrojonego procesu badawczego, lecz przede wszystkim głos młodych mieszkańców Dzielnicy Bielany, ich rodzin, nauczycieli oraz specjalistów tworzących lokalną sieć wsparcia.

Od początku przyświecała nam myśl, że skuteczna profilaktyka społeczna powinna wyrastać z realnych potrzeb społeczności, a nie z teoretycznych założeń. Dlatego zależało nam na tym, aby poznać różne perspektywy i lepiej zrozumieć świat codziennych doświadczeń młodych ludzi – ich wyzwania, ale też potencjały i zasoby. Badanie, które mają Państwo przed sobą, jest efektem wieloetapowej pracy, w której staraliśmy się połączyć wnikliwą analizę z uważnością na to, co najważniejsze: na głos osób, których projekt dotyczy.

Wierzymy, że niniejszy raport stanie się impulsem do tworzenia jeszcze skuteczniejszych i bardziej adekwatnych rozwiązań w obszarze profilaktyki społecznej. Mamy nadzieję, że raport będzie służył zarówno jako narzędzie wspierające decyzje samorządu, jak i inspiracja dla szkół, instytucji pomocowych oraz organizacji pracujących z młodzieżą. Zawarte tu wnioski i rekomendacje pozwalają nie tylko lepiej reagować na obecne potrzeby, ale też projektować działania, które będą wzmacniać dobrostan młodych mieszkańców Bielany w przyszłości.

Dziękuję wszystkim osobom i instytucjom, które wzięły udział w badaniu oraz tym, którzy wspierali nas na etapach jego realizacji. Mam nadzieję, że lektura raportu stanie się dla Państwa ważnym krokiem w stronę budowania środowiska, w którym młodzi ludzie mogą doświadczać bezpieczeństwa, sprawczości i rozwoju.

Z wyrazami szacunku,

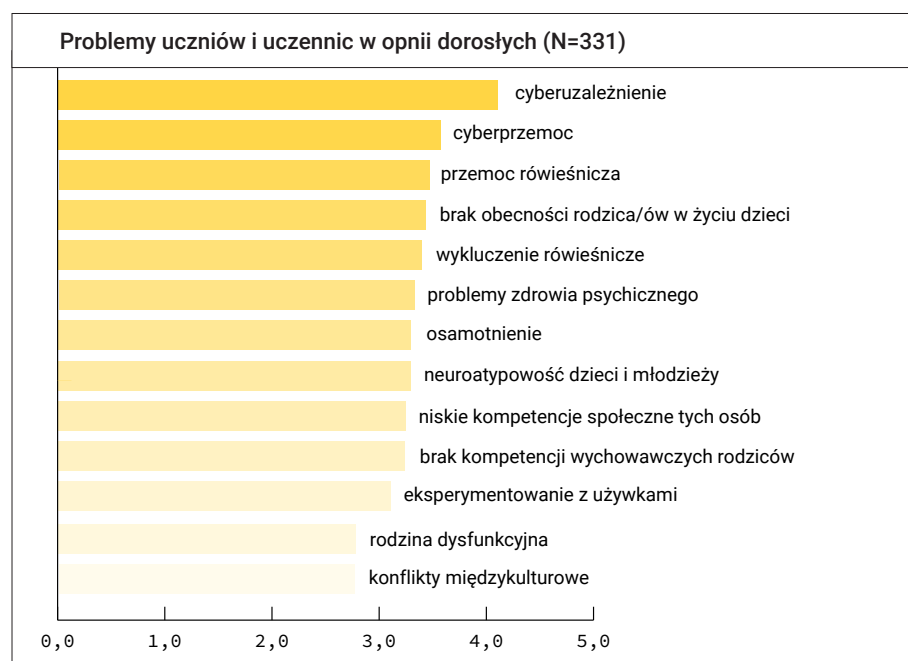


Maciej Ciechomski
Prezes Fundacji „Wyzwania”

Najważniejsze wnioski

1.

Wśród wyzwań, z którymi mierzą się dzieci i młodzież z Dzielnicy Bielany najczęstszymi są: **cyberuzależnienie i cyberprzemoc, przemoc i wykluczenie rówieśnicze, brak obecności rodziców, niewystarczające kompetencje wychowawcze oraz problemy ze zdrowiem psychicznym.**



Wykres 1. Zestawienie wspólne dla obydwu grup wiekowych (n=331). Odpowiedzi na skali 1–5 (1 – występuje bardzo rzadko; 5 – występuje bardzo często).

2.

Problemy zaprezentowane na wykresie 1. zostały wymienione przez wszystkie grupy badanych – dzieci i młodzież, rodziców, nauczycieli i specjalistów z lokalnych instytucji. Ponadto badana młodzież wskazała także, że mierzy się na co dzień z takimi problemami jak: **kłótnie rodziców i sytuacje okołorozwodo-we, przeciążenie nauką, a w konsekwencji brak czasu na życie pozaszkolne, hałas i przebodźcowanie w domu i szkole, brak komunikacji i zrozumienia ze strony rodziców oraz złe relacje z nauczycielami i nauczycielkami.**

3.

Mimo że rodzina stanowi naturalne miejsce kształtowania wzorców zachowań i mechanizmów radzenia sobie z trudnościami, to wielu bielańskim **rodzicom brakuje kompetencji wychowawczych**, aby móc lepiej wspierać swoje dzieci. Dużym wyzwaniem dla rodziców jest zdaniem samych rodziców jak i specjalistów stawianie granic dzieciom, a także wspieranie ich zdrowia psychicznego.

4.

Rodzice mają także trudności z otwartą komunikacją ze swoimi dziećmi w niektórych obszarach. Bardzo rzadko podejmują tematy związane z **radzeniem sobie z trudnymi emocjami oraz tym, co robią w internecie**, a także tematy związane z **problemami z nastrojem, antykoncepcją czy strategiami reagowania i szukania pomocy w trudnej sytuacji**.

5.

Rodzice nie mają wystarczającej wiedzy dotyczącej oferty działań profilaktycznych w Dzielnicy Bielany. W rezultacie kontaktują się głównie tylko ze szkołą i Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną.

6.

Także bielańskie szkoły działają w dość hermetycznym kręgu – współpracując głównie w obszarze profilaktyki z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną, Policją, Strażą Miejską, OPSEM oraz Wydziałem Oświaty.

7.

Ze względu na przeciążenie kadry pedagogicznej bieżącymi obowiązkami w bielańskich szkołach **ograniczona jest możliwość systematycznego planowania, realizowania i ewaluowania działań** profilaktycznych. Wiele działań prowadzonych jest w sytuacjach kryzysowych.

8.

Rodzice dość często postrzegają szkoły jako **źródło napięcia i kontroli, a nie wsparcia**, co przejawia się obawą przed kontaktem ze szkołą oraz niechęcią do otwartego zgłaszania problemów dotyczących dzieci. Z kolei nierzadko deklarują **niski poziom zaufania wobec pedagogów i innych specjalistów szkolnych**, co utrudnia im korzystanie z dostępnych form pomocy oraz otwarte komunikowanie swoich trudności.

9.

Na terenie Dzielnicy Bielany funkcjonuje **rozbudowana sieć pozaszkolnych placówek i instytucji realizujących działania profilaktyczne** skierowane do dzieci, młodzieży oraz rodziców. Realizowane działania odpowiadają na istotne potrzeby lokalnej społeczności, jednak ich **dostępność jest**



zróżnicowana – głównie ze względu na chaos informacyjny, lub brak wiedzy na temat aktualnej oferty działań.

10.

W Dzielnicy Bielany **nie prowadzono do tej pory szerzej zakrojonych konsultacji** związanych z planowaniem polityki w obszarze profilaktyki społecznej, w tym ze specjalistami i specjalistami z lokalnych instytucji, mieszkańcami, czy samą młodzieżą i dziećmi.

11.

W Dzielnicy Bielany **nie prowadzi się także systematycznych działań mających na celu sieciowanie instytucji związanych z profilaktyką społeczną**. Instytucje nie znają wzajemnie swoich ofert, co prowadzi do dublowania się działań lub braku ich komplementarności. Ponadto brak systematycznych kontaktów i wymiany doświadczeń sprawia, że instytucje nie wykorzystują dobrych praktyk związanych z profilaktyką wypracowanych w innych instytucjach.

12.

Problemem jest **brak przewidywalności co sposobu i terminu otrzymania środków na działania profilaktyczne**. Osoby badane wskazywały, że szkoły nie wiedzą kiedy i jakie środki otrzymają. Nie znają też kryteriów ich przydzielania.

13.

W Dzielnicy przydałaby się, zdaniem osób badanych, **jedna placówka wsparcia dziennego na dwie szkoły** – czyli około 20 placówek (obecnie jest ich 5). Placówki szczególnie przydałyby się w takich częściach Bielan jak: Wrzeciono, Młociny, Piaski, Wawrzyszew, Chomiczówka.

14.

Wśród potrzeb młodych mieszkańców Dzielnicy Bielany najbardziej wybrzmiały cztery główne potrzeby:

- 1) rozwój działań podnoszących ich **kompetencje społeczno-emocjonalne**;
- 2) posiadanie w swoim otoczeniu **wspierających dorosłych** – zarówno w szkole jak i poza nią, nie tylko w postaci rodziców;
- 3) **wsparcie ich w nauce** lub zorganizowanie jej w taki sposób, by nie byli nią już tak bardzo przeciążeni;

4) **powstanie miejsc dla starszej młodzieży**, gdzie mogliby oni spędzać wolny czas – szczególnie w sposób, który nie wiązałby się z ciągłym nadzorem osób dorosłych.

15.

Główną potrzebą **rodziców**, poza **wzmocnieniem ich kompetencji wychowawczych** było stworzenie jednego miejsca, gdzie w łatwy i przystępny sposób będą mogli **znaleźć aktualne i sprawdzone informacje dotyczące działań profilaktycznych** prowadzonych w Dzielnicy Bielany.

16.

Uczniowie i rodzice sygnalizowali potrzebę przeprowadzenia zajęć profilaktycznych dla młodszych uczniów szczególnie z takich tematów jak:

- 1) *Jak powiedzieć „nie”, gdy ktoś chce, żebym zrobił coś, na co nie mam ochoty*
- 2) *Jak myśleć o sobie dobrze, nawet gdy coś mi się nie uda*
- 3) *Co robić, gdy czuję się niepewnie albo zgubię się.*

Z kolei starsi uczniowie i uczennice wskazywali za cenne zajęcia:

- 1) *Sposoby zapamiętywania nowych informacji oraz trening koncentracji i zarządzania stresem*
- 2) *Co jeść, żeby mieć koncentrację*
- 3) *Nauka efektywnego wypoczynku*
- 4) *Jak myśleć o sobie dobrze, nawet gdy coś mi się nie uda*
- 5) *Jak używać telefonu i komputera by nie tracić czasu.*

17.

Za najważniejsze obszary tematyczne **zajęć dla rodziców**, zarówno rodzice jak i specjaliści uznali **wspieranie dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży (w tym radzenie sobie ze stresem, przeciwdziałanie samobójstwom, przeciwdziałanie hejtowi), podnoszenie kompetencji wychowawczych rodziców (np. efektywna komunikacja) a także bezpieczeństwo i funkcjonowanie w Internecie**. Obszary te pokrywają się także z obszarami wskazanymi zarówno przez młode osoby i rodziców jako te, w których ci drudzy mają najmniejsze kompetencje.

18

Jeśli chodzi o obszary, w których osoby pracujące w bielańskich instytucjach chciałyby podnieść swoje kompetencje w pierwszej kolejności wskazywali oni na potrzebę **rozwijania kompetencji komunikacyjnych, pracy z rodziną i środowiskiem młodzieży, umiejętności związane z zarządzaniem emocjami**

i z zakresu przeciwdziałania samobójstwom dzieci i młodzieży, a także praca z uczniem neuroatypowym.

19.

Wielu specjalistów podkreślało także że ważne jest dla nich to, żeby wymienione powyżej szkolenia odbywały się w ramach **wspólnych szkoleń** z pracownikami innych instytucji – realizowanych w formie stacjonarnej umożliwiającej poznanie się i rozwijanie sieci współpracy w Dzielnicy.

20.

Oprócz podnoszenia swoich kompetencji, pracownicy szkół widzą potrzebę wypracowania **długoterminowej i skoordynowanej strategii działań** profilaktycznych (w perspektywie min. kilku lat).

21.

Innym postulatem, który pojawił się było **wzmocnienie roli Urzędu Dzielnicy jako instytucji sieciującej** istniejące instytucje, organizacje, a także formy wsparcia z Dzielnicy Bielany. Badane osoby wyrażały potrzebę by Urząd sieciował lokalne instytucje i organizacje na przykład w postaci cyklicznych spotkań organizowanych na terenie Urzędu. Według osób badanych bardziej proaktywna rola Urzędu Dzielnicy w obszarze powinna też polegać na **bardziej partycypacyjnym planowaniu działań** w obszarze polityki społecznej.

22.

Kolejną bardzo ważną potrzebą zgłaszaną zarówno przez rodziców i opiekunów jak i osoby z lokalnych instytucji i szkół jest powstanie jednego miejsca – **platformy informacyjnej** – gdzie gromadzone byłyby wszystkie, zaktualizowane informacje o działaniach i instytucjach, które zajmują się profilaktyką społeczną w Dzielnicy Bielany.

23.

Osoby ze wszystkich badanych grup wskazywały także na **ogromną potrzebę stworzenia ogólnodzielnicowej sieci w obszarze profilaktyki w postaci miejsc, gdzie dzieci i młodzież mogłyby spędzać czas, a rodzice mogliby rozwijać swoje kompetencje wychowawcze**. Wśród miejsc, które warto stworzyć wskazywano przede wszystkim: placówki wsparcia dziennego kluby rodzinne i kluby młodzieżowe.

Słowniczek najważniejszych terminów

W badaniach społecznych posługujemy się czasami bardziej naukowym językiem, żeby w sposób dokładny móc zaplanować to co chcemy zbadać, oraz to, w jaki sposób to chcemy zrobić, żeby móc dokładnie opisać uchwyconą przez nas rzeczywistość. Wiemy, że czasem używane przez badaczki i badaczy terminy naukowe mogą powodować, że raporty mogą być trudne do zrozumienia.

Ponieważ zależy nam na tym, żeby wyniki analiz z uzyskanych przez nas informacji dotarły do jak najszerszego grona osób i były jak najbardziej przystępne, poniżej przedstawiamy listę terminów, którymi będziemy posługiwać się w tym raporcie. Mamy nadzieję, że dzięki temu słowniczкови informacje, które zawarliśmy w tym raporcie będą dla Państwa bardziej przystępne.

badania partycypacyjne

Badania, w których osoby i środowiska objęte diagnozą aktywnie uczestniczą w procesie zbierania, analizowania i interpretowania danych. Celem jest włączenie społeczności w tworzenie rozwiązań odpowiadających jej realnym potrzebom.

badania ilościowe

Badania, w których używane są narzędzia, takie jak ankiety czy kwestionariusze, pozwalająca na analizę danych wyrażonych w postaci liczbowej. Dzięki temu można wykonać analizy statystyczne, które pozwalają na identyfikację tendencji, zależności oraz ocenę skali zjawisk w badanej grupie.

badania jakościowe

Badania, które koncentrują się na pogłębionym poznaniu doświadczeń, opinii i motywacji uczestników za pomocą wywiadów indywidualnych, grupowych czy obserwacji. Umożliwiają poznanie badanego tematu w sposób dogłębny, a także zrozumienie kontekstu i znaczeń stojących za zachowaniami oraz zjawiskami społecznymi.

cyberprzemoc

Działania o charakterze przemocowym podejmowane z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych, takich jak internet, media społecznościowe czy komunikatory. Obejmują m.in. wyśmiewanie, ośmieszanie, groźby, nękanie lub rozpowszechnianie szkodliwych treści. Ich celem jest zaszkodzenie, upokorzenie lub wywołanie stresu u osoby pokrzywdzonej.

czynniki chroniące

Właściwości, zasoby lub okoliczności, które zmniejszają prawdopodobieństwo wystąpienia zachowań ryzykownych lub problemów społecznych. Wzmacniają dobrostan psychiczny, odporność psychiczną i społeczną, wspierają prawidłowy rozwój oraz pomagają skuteczniej radzić sobie z trudnościami.

czynniki ryzyka

Właściwości, doświadczenia lub okoliczności zwiększające prawdopodobieństwo wystąpienia zachowań ryzykownych, trudności rozwojowych lub problemów społecznych. Mogą wynikać z uwarunkowań indywidualnych, rodzinnych, szkolnych lub środowiskowych.

dane zastane

Informacje, które już istnieją i zostały zebrane wcześniej przez inne osoby, instytucje lub w innym celu niż bieżące badanie. Nie są więc pozyskiwane bezpośrednio od uczestników badania, lecz korzysta się z gotowych źródeł. Dodałbym przykłady: raporty, dokumentacja szkolna, sprawozdania, protokoły.

desk research (analiza danych zastanych)

Metoda badawcza polegająca na analizie już istniejących źródeł informacji. Pozwala na szybkie i efektywne pozyskanie wiedzy o badanym obszarze bez prowadzenia nowych badań terenowych.

diagnoza potrzeb

Proces systematycznego identyfikowania braków, oczekiwań i wyzwań występujących w danej grupie, społeczności lub instytucji. Obejmuje analizę danych, obserwację i konsultacje, a jego celem jest określenie, jakie działania, wsparcie lub zasoby są niezbędne, aby poprawić funkcjonowanie danej osoby lub środowiska.

dobrostan psychiczny

Stan wewnętrznej równowagi umożliwiający prawidłowe funkcjonowanie emocjonalne, społeczne i poznawcze. Obejmuje umiejętność radzenia sobie ze stresem, budowania satysfakcjonujących relacji, odczuwania sensu i sprawczości oraz wykorzystywania własnych zasobów w codziennym życiu.

ewaluacja

Systematyczny proces oceny jakości, skuteczności i adekwatności działań lub programów. Polega na gromadzeniu i analizie danych, aby sprawdzić, w jakim stopniu założone cele zostały osiągnięte oraz jakie zmiany lub ulepszenia są potrzebne.

higiena cyfrowa

Zbiór zasad i nawyków umożliwiających bezpieczne, świadome i zrównoważone korzystanie z technologii cyfrowych. Obejmuje m.in. kontrolę czasu ekranowego, dbałość o prywatność i bezpieczeństwo danych, krytyczne podejście do treści online oraz utrzymywanie równowagi między aktywnością w świecie cyfrowym a offline.

instytucje

W raporcie posługujemy się tym terminem odwołując się do wszystkich publicznych instytucji działających na terenie Dzielnicy Bielany, w tym także do szkół.

instytucje lokalne

Termin zbiorczy, którego używamy, aby odróżnić szkoły od innych instytucji pozaszkolnych, które wzięły udział w naszych badaniach. Są to m.in. placówki wsparcia dziennego, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, Policja, Straż Miejska, biblioteki, MALe, Ośrodek Pomocy Społecznej, Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii, parafie. Pełna lista instytucji znajduje się w Tabeli 1.

interesariusze lokalni

Osoby, grupy lub instytucje funkcjonujące na terenie danej społeczności, które mają wpływ na jej rozwój lub same są pod wpływem podejmowanych tam działań. Mogą to być m.in. przedstawiciele administracji publicznej, organizacji pozarządowych, szkół, instytucji kultury, podmiotów leczniczych, przedsiębiorców, a także mieszkańcy, których potrzeby, opinie i aktywność kształtują lokalne decyzje i polityki społecznej.

interwencja profilaktyczna

Zaplanowane i ukierunkowane działanie mające na celu zmniejszenie ryzyka wystąpienia problemów społecznych, zdrowotnych lub zachowań ryzykownych. Obejmuje zarówno działania edukacyjne, wspierające rozwój kompetencji, jak i wsparcie środowiskowe lub terapeutyczne.

kompetencje komunikacyjne

Umiejętności umożliwiające skuteczne porozumiewanie się z innymi, obejmujące jasne wyrażanie myśli i emocji, aktywne słuchanie, dostosowywanie sposobu komunikacji do sytuacji oraz budowanie zrozumienia i współpracy w relacjach społecznych.

kompetencje społeczne

Umiejętności umożliwiające skuteczne funkcjonowanie w relacjach z innymi ludźmi, takie jak współpraca, respektowanie norm społecznych, rozwiązywanie konfliktów, empatia oraz odpowiedzialne uczestnictwo w życiu grupy. Kompetencje te wspierają budowanie pozytywnych relacji i adekwatne reagowanie w zróżnicowanych sytuacjach społecznych.

kompetencje wychowawcze

Umiejętności i wiedza pozwalające dorosłym (np. rodzicom, opiekunom, nauczycielom) skutecznie wspierać rozwój dzieci i młodzieży. Obejmują umiejętność stawiania granic, wspierania samodzielności, motywowania do nauki i pozytywnego kształtowania postaw oraz radzenia sobie z trudnymi zachowaniami.

konsultacje społeczne

Proces dialogu między instytucjami publicznymi a społecznością lokalną, którego celem jest uzyskanie opinii, potrzeb i propozycji dotyczących planowanych działań, programów lub decyzji. Umożliwiają mieszkańcom współuczestnictwo w kształtowaniu lokalnych polityk i zwiększają ich przejrzystość oraz skuteczność.

mapowanie potrzeb i wyzwań

Metoda analizy polegająca na systematycznym identyfikowaniu i porządkowaniu kluczowych problemów, zasobów oraz obszarów wymagających wsparcia w danej społeczności lub instytucji. Ułatwia zrozumienie, jak różne czynniki wpływają na funkcjonowanie grupy oraz w jakie konkretnie miejsca należy ukierunkować działania profilaktyczne lub rozwojowe.

metodologia badań

Uporządkowany zestaw zasad, technik i procedur określających sposób prowadzenia badań. Obejmuje wybór podejścia badawczego, dobór próby, narzędzi i metod analizy danych, a także zasady interpretacji wyników, tak aby cały proces był rzetelny, spójny i możliwy do odtworzenia.

Miejsce Aktywności Lokalnej (MAL)

Przestrzeń w środowisku lokalnym, w której dzieci, młodzież i mieszkańcy mogą uczestniczyć w zajęciach edukacyjnych, kulturalnych, rekreacyjnych i społecznych. MAL wspiera rozwój kompetencji, integrację społeczną oraz aktywne uczestnictwo w życiu społeczności dzielnicy.

monitorowanie potrzeb

Systematyczne zbieranie, analizowanie i śledzenie informacji dotyczących potrzeb społeczności lub określonej grupy osób. Celem jest bieżąca identyfikacja problemów, zmian w sytuacji i luk w dostępnych usługach, aby skutecznie planować i dostosowywać działania wsparcia.

neuroatypowość

Termin opisujący różnorodność funkcjonowania mózgu i układu nerwowego, obejmujący osoby, których sposób myślenia, uczenia się i przetwarzania informacji różni się od typowego wzorca rozwojowego. Dotyczy m.in. osób z autyzmem, ADHD czy dysleksją, i podkreśla potrzebę indywidualnego wsparcia i zrozumienia.

ograniczenia badawcze

Czynniki lub warunki, które mogą wpływać na zakres, dokładność lub interpretację wyników badania. Mogą wynikać m.in. z dostępności danych, wielkości próby, zastosowanych metod, czasu realizacji czy specyfiki badanej grupy, i należy je uwzględniać przy formułowaniu wniosków oraz rekomendacji.

organizacja pozarządowa (skrót angielski – NGO)

Niezależny od administracji publicznej podmiot działający w interesie społecznym, którego celem jest realizacja zadań społecznych, kulturalnych, edukacyjnych lub charytatywnych. Organizacje pozarządowe wspierają społeczność lokalną poprzez projekty, programy i działania profilaktyczne.

polityka w zakresie profilaktyki społecznej

Zbiór celów, zasad i działań opracowanych przez instytucje publiczne lub samorządowe w celu zapobiegania problemom społecznym, promowania zdrowego funkcjonowania jednostek i społeczności oraz wzmacniania zasobów ochronnych w grupach ryzyka.

profilaktyka społeczna

Działania podejmowane w celu zapobiegania problemom społecznym, takim jak przemoc, uzależnienia czy wykluczenie, poprzez wzmacnianie zasobów indywidualnych i środowiskowych oraz wspieranie prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży w społeczności lokalnej.

programy profilaktyczne

Zaplanowane i systematyczne działania mające na celu zmniejszenie ryzyka wystąpienia problemów społecznych, zdrowotnych lub zachowań ryzykownych. Obejmują edukację, rozwój kompetencji, wsparcie psychologiczne i środowiskowe, a ich skuteczność opiera się na jasno określonych celach i metodach realizacji.

rekomendacje

Propozycje działań lub kierunków rozwoju opracowane na podstawie analizy danych i diagnozy potrzeb. Mają na celu wspieranie podejmowania decyzji, planowanie efektywnych interwencji oraz optymalne wykorzystanie zasobów w celu poprawy funkcjonowania społeczności lub realizacji określonych celów strategicznych.

rodzina dysfunkcyjna

Rodzina, w której występują trwałe trudności w pełnieniu podstawowych funkcji wychowawczych i emocjonalnych, np. przemoc, uzależnienia, brak stabilności czy zaniedbanie. Takie środowisko rodzinne zwiększa ryzyko problemów rozwojowych i zachowań ryzykownych u dzieci i młodzieży.

specjaliści i specjaliści

w raporcie używamy tego terminu na określenie wszystkich osób pracujących w bielańskich instytucjach publicznych. Czasami, chcąc wyróżnić kadrę pedagogiczną jako specyficzną grupę specjalistów piszemy o nich, jako o nauczycielach i nauczycielkach. Czasami także wyróżniamy szczególnie inne grupy specjalistów i specjalistek, jeśli chcemy pokazać ich w konkretnym kontekście (np. wychowawcy w świetlicach środowiskowych, pracownicy i pracownice OPS).

strategia lokalna

Dokument lub plan określający cele, priorytety i działania ukierunkowane na rozwój danej społeczności lub obszaru. Uwzględnia lokalne potrzeby, zasoby i wyzwania, wskazując spójne kierunki działań instytucji publicznych, organizacji pozarządowych i mieszkańców w perspektywie średnio- i długoterminowej.

światlica środowiskowa

Placówka wsparcia dziennego dla dzieci i młodzieży, oferująca zajęcia edukacyjne, rekreacyjne i wychowawcze w bezpiecznym środowisku. Światlica ma za zadanie wspierać rozwój społeczny, emocjonalny i poznawczy uczestników oraz przeciwdziałać wykluczeniu społecznemu.

Trening Umiejętności Społecznych (TUS)

Program zajęć ukierunkowany na rozwijanie kompetencji potrzebnych do skutecznego funkcjonowania w relacjach z innymi, takich jak komunikacja, współpraca, rozwiązywanie konfliktów czy radzenie sobie w trudnych sytuacjach interpersonalnych. Zajęcia te wspierają budowanie pozytywnych relacji oraz zwiększają sprawność społeczną uczestników.

trzecie miejsce

Ogólnodostępna przestrzeń społeczna, inna niż dom i miejsce pracy lub nauki, sprzyjająca nieformalnym spotkaniom, budowaniu relacji i integracji społecznej. Pełni funkcję miejsca wspólnego spędzania czasu, wzmacniania więzi lokalnych oraz aktywnego uczestnictwa w życiu społeczności.

uczniowie i uczennice ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

Osoby wymagające dodatkowego wsparcia edukacyjnego, wychowawczego lub terapeutycznego z powodu trudności w uczeniu się, niepełnosprawności, zaburzeń rozwojowych, szczególnych uzdolnień lub innych indywidualnych uwarunkowań, aby mogły w pełni uczestniczyć w procesie edukacyjnym i społecznym.

Wydział Oświaty Dzielnicy Bielany

Jednostka samorządowa Miasta St. Warszawy odpowiedzialna za organizację, nadzór i wsparcie systemu edukacji na terenie dzielnicy. Prowadzi działania związane z funkcjonowaniem szkół i przedszkoli, programami edukacyjnymi, kadrą pedagogiczną oraz inicjatywami wspierającymi rozwój dzieci i młodzieży.

Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia Dzielnicy Bielany

Jednostka samorządowa Miasta St. Warszawy zajmująca się koordynacją polityki społecznej i zdrowotnej w dzielnicy. Odpowiada za wsparcie rodzin, osób potrzebujących, realizację programów profilaktycznych, opiekę socjalną, ochronę zdrowia oraz współpracę z instytucjami i organizacjami działającymi w obszarze pomocy społecznej i profilaktyki.

**wywiad grupowy**

Metoda badawcza polegająca na prowadzeniu moderowanej dyskusji grupowej w celu poznania opinii, doświadczeń i potrzeb uczestników. Umożliwia zgłębienie motywacji, postaw i postrzegania określonych zjawisk w kontekście społecznym oraz identyfikację tematów wymagających dalszej analizy

zachowania ryzykowne

Działania lub postawy zwiększające prawdopodobieństwo wystąpienia negatywnych konsekwencji zdrowotnych, społecznych lub prawnych. Mogą obejmować m.in. agresję, używanie substancji psychoaktywnych, niebezpieczne korzystanie z internetu, zachowania autodestrukcyjne czy nieodpowiedzialne decyzje życiowe.

zasoby lokalne

Wszystkie dostępne w społeczności elementy, które mogą wspierać rozwój, bezpieczeństwo i dobrostan mieszkańców. Obejmują instytucje edukacyjne, opiekuńcze i kultury, organizacje pozarządowe, specjalistów, infrastrukturę, a także kapitał społeczny i aktywność mieszkańców.

I

Metodologia badań

I.1 Cele i pytania badawcze

Projekt „Kierunek Zmiana” został przygotowany jako kompleksowa diagnoza zarządcza – czyli taka, która ma pomóc Urzędowi Dzielnicy Bielany w lepszy sposób odpowiadać na potrzeby mieszkańców w obszarze profilaktyki społecznej. Głównym celem badania jest rozpoznanie potrzeb dzieci i młodzieży w obszarze profilaktyki społecznej oraz określenie działań, które mogą najskuteczniej odpowiedzieć na te potrzeby. W centrum naszego zainteresowania znajdują się zarówno problemy, z jakimi mierzą się młodzi mieszkańcy Dzielnicy Bielany, jak i zasoby oraz rozwiązania, które wzmacniają ich zdrowie, bezpieczeństwo i rozwój społeczno-emocjonalny. Interesowało nas także to, co można zrobić w przyszłości, aby zwiększać dobrostan młodych mieszkańców Dzielnicy Bielany. Główne pytanie badawcze jest następujące:

Jakie są potrzeby dzieci i młodzieży w Dzielnicy Bielany w obszarze profilaktyki społecznej oraz jakie działania mogą najlepiej na nie odpowiedzieć?

Aby precyzyjniej uchwycić istotę zjawiska, sformułowaliśmy szczegółowe pytania dotyczące czterech kluczowych grup: uczniów i uczennic z bielańskich szkół, ich rodziców i opiekunów, nauczycieli i nauczycielek oraz osób w publicznych instytucjach edukacyjnych i pomocowych. Perspektywę uczniów, rodziców, nauczycieli i profesjonalistów potraktowaliśmy równorzędnie – każda z tych grup wskazuje na potrzeby, bariery i inne propozycje ulepszeń. Wspólna analiza tych głosów jest podstawą do budowania rekomendacji dla Dzielnicy Bielany oraz instytucji edukacyjnych i pomocowych. Pytaliśmy ich o to:

- Jakie problemy, trudności i wyzwania są najczęściej doświadczane przez dzieci i młodzież w Dzielnicy Bielany oraz w jaki sposób każda z tych grup interpretuje ich przyczyny i konsekwencje?
- Jakie formy wsparcie w zakresie profilaktyki społecznej w Dzielnicy Bielany są im znane i jak oceniają ich działania i ofertę?
- Jakie są ich potrzeby i oczekiwania wobec przyszłych działań w obszarze profilaktyki społecznej na Bielanach?

I.2. Ramy teoretyczne projektu

I.2.1 Podejścia teoretyczne do badania

Ramy teoretyczne badania oparto na trzech komplementarnych podejściach: teorii rezyliencji (Borucka i Ostaszewski, 2008), teorii salutogenezy Aarona Antonovsky'ego (Antonowski, 1987, za: Kruk i inn, 2017) oraz teorii zachowań problemowych Richarda Jessora (1991). Te trzy perspektywy umożliwiają spojrzenie na profilaktykę nie tylko jako na zapobieganie ryzykownym zachowaniom, ale jako na proces wzmacniania dobrostanu, zasobów i odporności psychicznej młodych ludzi. Punktem wspólnym tych teorii jest przekonanie, że rozwój dzieci i młodzieży zależy zarówno od czynników ryzyka (czyli okoliczności i doświadczeń zwiększających prawdopodobieństwo trudności rozwojowych), jak i czynników chroniących (a więc zasobów oraz warunków, które wzmacniają dobrostan i sprzyjają prawidłowemu rozwojowi). Rolą szkoły i środowiska lokalnego jest równoczesne minimalizowanie czynników ryzyka i „wzmacnianie” czynników chroniących.

Teoria rezyliencji (Ostaszewski, 2014) podkreśla zdolność jednostki do radzenia sobie w trudnych warunkach dzięki zasobom wewnętrznym (takim jak kompetencje osobiste, poczucie własnej skuteczności czy umiejętności radzenia sobie ze stresem) oraz zewnętrznym (obejmującym m.in. wsparcie społeczne, relacje z bliskimi i sprzyjające środowisko). W kontekście badań bielańskich szczególne znaczenie mają czynniki chroniące, takie jak: wspierające relacje z dorosłymi, poczucie sprawczości, możliwość uczestniczenia w życiu społecznym szkoły oraz przekonanie, że trudności można pokonywać przy pomocy dostępnych zasobów. Nauczyciel, wychowawca, pedagog szkolny czy psycholog są w tym modelu jednymi z kluczowych osób wzmacniających odporność psychiczną młodzieży.

Salutogeneza koncentruje się na tym, co sprzyja zdrowiu i dobrostanowi, a nie jedynie na tym, co zagraża. Kluczową kategorią jest poczucie koherencji, czyli przekonanie, że świat jest zrozumiały, możliwy do opanowania i sensowny. W odniesieniu do działań profilaktycznych na warszawskich Bielanych oznacza to, że skuteczność profilaktyki wzrasta, gdy młodzi ludzie wiedzą, gdzie szukać wsparcia, czują, że mają wpływ na swoje funkcjonowanie oraz że podejmowane działania są przewidywalne i logiczne. Innymi słowy takie działania są spójne wewnętrznie, oparte na jasno określonych celach, wynikające z rzetelnej diagnozy potrzeb oraz zgodne z aktualną wiedzą naukową i dobrymi praktykami. Perspektywa salutogenetyczna zachęca więc do projektowania działań systemowych, które podkreślają zasoby uczniów, nauczycieli i instytucji.

Zgodnie z teorią Jessora zachowania ryzykowne są często odpowiedzią młodych ludzi na niezaspokojone potrzeby rozwojowe, takie jak pragnienie autonomii, uznania, przynależności czy emocjonalnego ukojenia, co może przejawiać się m.in. w sięganiu po substancje psychoaktywne, angażowaniu

się w zachowania agresywne lub podejmowaniu ryzykownych zachowań seksualnych. W tym ujęciu zachowanie problemowe jest sygnałem – komunikatem wskazującym, że młodzież potrzebuje wsparcia, alternatywnych sposobów radzenia sobie lub bardziej sprzyjającego środowiska. Działania profilaktyczne oparte na tej teorii nie koncentrują się na karaniu zachowań, lecz na oferowaniu młodym ludziom konstruktywnych alternatyw: udziału w zajęciach pozaszkolnych, możliwości współdecydowania, rozwijania kompetencji społecznych i emocjonalnych, bezpiecznych przestrzeni relacyjnych oraz wsparcia specjalistycznego.

1.2.2 Model społeczno-emocjonalnego uczenia się (Social and Emotional Learning – SEL)

Model społeczno-emocjonalnego uczenia się (ang. Social and Emotional Learning – SEL) stanowi spójną, opartą na dowodach naukowych koncepcję wspierania zdrowia psychicznego, dobrostanu oraz prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży. W niniejszej diagnozie lokalnej model ten został przyjęty jako rama teoretyczna porządkująca zarówno interpretację wyników badań, jak i formułowane rekomendacje. Zgodnie z założeniami SEL, skuteczna profilaktyka nie ogranicza się do przekazywania wiedzy ani realizacji jednorazowych interwencji, lecz obejmuje długofalowe, systemowe działania wzmacniające kompetencje jednostek oraz jakość relacji i środowisk, w których funkcjonują dzieci i młodzież. Model ten integruje oddziaływania na poziomie indywidualnym, rodzinnym, szkolnym oraz lokalnym, co czyni go szczególnie adekwatnym do diagnozy i planowania działań w skali dzielnicy.

Kluczowe założenia modelu SEL

SEL opiera się na rozwijaniu pięciu wzajemnie powiązanych obszarów kompetencji:

- **Samoświadomość** – rozpoznawanie własnych emocji, myśli, wartości i mocnych stron.
- **Samoregulacja** – umiejętność zarządzania emocjami, stresem i zachowaniami.
- **Świadomość społeczna** – empatia, rozumienie perspektywy innych, wrażliwość społeczna.
- **Umiejętności relacyjne** – budowanie i podtrzymywanie relacji opartych na zaufaniu i współpracy.
- **Odpowiedzialne podejmowanie decyzji** – dokonywanie wyborów uwzględniających dobro własne i innych.

Badania wskazują, że rozwój tych kompetencji przyczynia się do zmniejszenia ryzyka zachowań problemowych, poprawy funkcjonowania emocjonalnego, relacyjnego i edukacyjnego dzieci i młodzieży, a także do wzrostu ich odporności psychicznej.



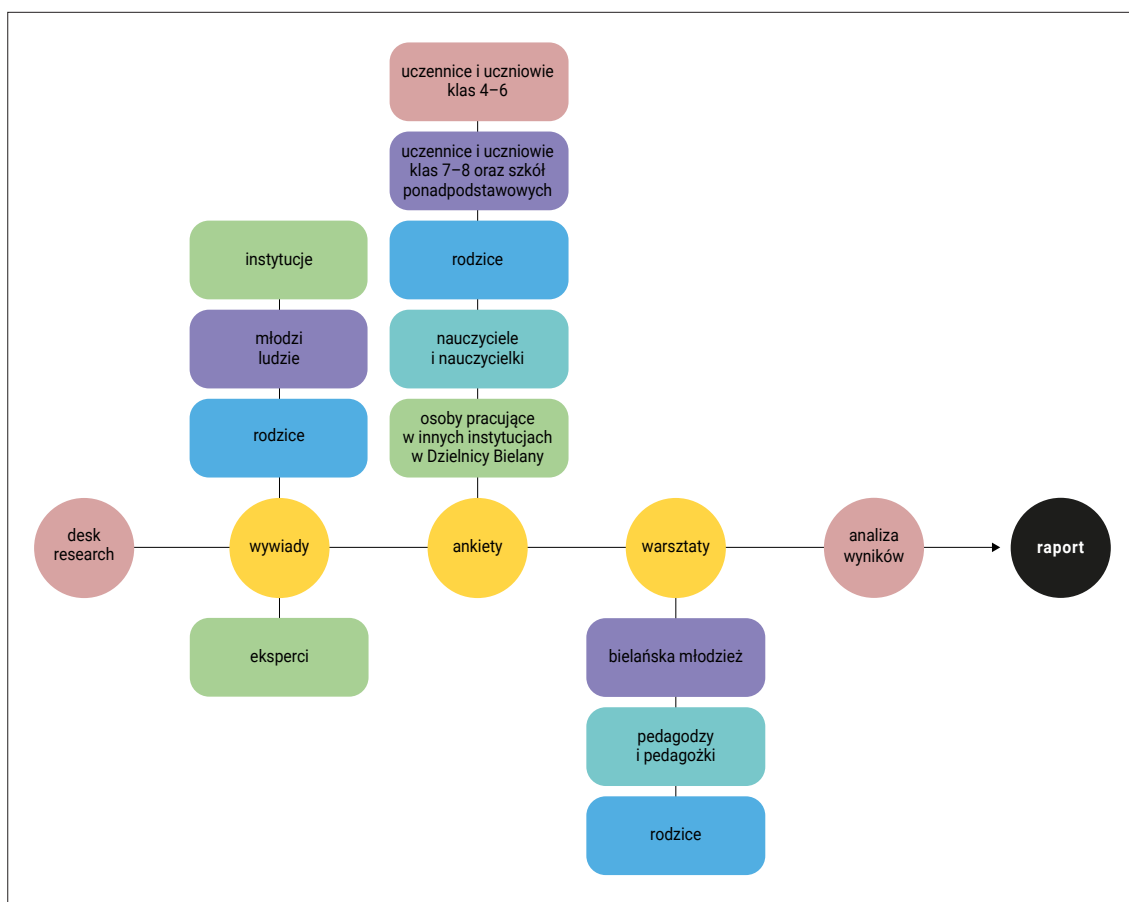
Rys. 1. Wizualizacja modelu SEL (ang. Social and Emotional Learning). Opracowanie własne.

I.3. Przebieg badania

W projekcie „Kierunek Zmiana” zastosowaliśmy metody mieszane: analizę danych zastanych, badania jakościowe, badania ilościowe oraz badania partycypacyjne. Dzięki temu możliwe było zarówno zrozumienie kontekstu i doświadczeń osób badanych, jak i oszacowanie skali zjawisk oraz identyfikację wzorców i trendów. Nasze badanie składało się z pięciu, następujących po sobie etapów:

- Analiza danych zastanych (ang. *desk research*) – czyli analiza materiałów wytworzonych już wcześniej w ramach innych badań lub działań profilaktycznych i edukacyjnych w Dzielnicy Bielany. Zrobiliśmy również analizę dokumentów dotyczących Dzielnicy
- Badania jakościowe w postaci wywiadów z przedstawicielami różnych grup
- Badania ilościowe realizowane za pomocą ankiet w 5 grupach interesariuszy (uczniowie, rodzice, instytucje....)
- Warsztaty partycypacyjne
- Analiza wyników i opracowanie raportu podsumowującego badanie

Przebieg naszych działań pokazany jest na Rysunku 1.



Rys. 2. Etapy badania w projekcie „Kierunek zmiana” (opracowanie własne)

1.3.1 Desk research – analiza danych zastanych

W ramach analizy danych zastanych – czyli takich, które już wcześniej zostały przez kogoś przygotowane, zapoznaliśmy się z następującymi materiałami:

- ogólnopolskimi raportami dotyczącymi problemów dzieci i młodzieży w obszarze profilaktyki społecznej,
- wcześniejszymi diagnozami przeprowadzanymi w Dzielnicy Bielany,
- miejskimi i dzielnicowymi dokumentami określającymi działania w zakresie profilaktyki społecznej,
- wykazami lokalnych placówek oświatowych oraz placówek działających w obszarze szeroko rozumianej polityki społecznej,
- stronami internetowymi i mediami społecznościowymi w w. instytucji.

Zebrane w ten sposób dane pozwoliły nam dowiedzieć się jakie instytucje i organizacje działają na terenie Dzielnicy Bielany oraz jaka jest ich oferta w zakresie profilaktyki. Ponadto zmapowaliśmy także wyzwania dotyczące dzieci, młodzieży oraz rodzin z Dzielnicy Bielany pojawiające się w poprzednich latach. Określiliśmy także liczbę szkół oraz uczniów i uczennic potrzebną do przeprowadzenia ankiet oraz zidentyfikowaliśmy instytucje i organizacje, które zaprosiliśmy do udziału w wywiadach.

1.3.2 Badania jakościowe

W ramach części jakościowej naszego badania przeprowadziliśmy wywiady z różnymi grupami i osobami, związanymi z Dzielnicą Bielany. Celem tej części badania było mapowanie wyzwań i potrzeb dzieci i młodzieży mieszkających na warszawskich Bielanych w zakresie profilaktyki społecznej. Informacje uzyskane podczas wywiadów grupowych posłużyły nam następnie do przygotowania ankiet dla poszczególnych grup. Ponadto mogliśmy także pogłębić naszą wiedzę dotyczącą zidentyfikowanych problemów czy wyzwań.

Łącznie w wywiadach wzięło udział 95 osób. Po pierwsze spotkaliśmy się podczas wywiadów grupowych z przedstawicielami i przedstawicielkami różnych instytucji i organizacji realizującymi profilaktykę społeczną na obszarze Dzielnicy. Zależało nam na tym, by podczas tych spotkań mogli wymieniać się i konfrontować swoje doświadczenia w obszarze profilaktyki społecznej, a także by pozyskać ich opinie nt. problemów dzieci i młodzieży w Dzielnicy Bielany.

Instytucje i organizacje, które zaprosiliśmy do uczestnictwa w wywiadach grupowych zostały wytypowane zarówno przez Urząd Dzielnicy Bielany, jak i przez nasz zespół badawczy podczas analizy danych zastanych. Do każdej z instytucji wysłaliśmy zaproszenie do uczestnictwa. Z kolei osoby, które bezpośrednio brały udział w wywiadach były do nich zgłoszone przez swoich przełożonych, albo same zdecydowały się wziąć udział w badaniu.

Tabela 1. Wywiady grupowe – instytucje działające w Dzielnicy Bielany

Lp.	Reprezentowane instytucje	Liczba osób biorących udział w wywiadzie
1	OPS, Policja, poradnia rodzinna	8
2	bielańskie placówki wsparcia dziennego, NGO	5
3	bielańskie szkoły ponadpodstawowe	6
4	bielańskie szkoły podstawowe	15
5	biblioteka, MAL, straż miejska, WCPR	6
łącznie liczba osób		40

Ponieważ tematyka naszych badań dotyczy dzieci i młodzieży, zależało nam także na poznaniu ich perspektywy. Dlatego też przeprowadziliśmy wywiady z uczniami i uczennicami w 3 grupach wiekowych: 1) 10–12; 2) 13–15; 3) 15–20 lat. Dodatkowo przeprowadziliśmy dwa wywiady grupowe z rodzicami młodszych i starszych uczniów i uczennic, żeby mieć pełny obraz wyzwań i potrzeb młodych ludzi z Dzielnicy w zakresie profilaktyki społecznej. Do młodszych uczniów dotarliśmy poprzez kontakt z jedną ze szkół podstawowych (ze względu na poufność badania, nie podajemy, która to była szkoła). Z kolei starsza młodzież to osoby korzystające z bielańskich placówek wsparcia dziennego (również ze względu na zasadę poufności nie podajemy nazw placówek). Wywiady trwały średnio ok. 2 godzin i prowadzone były w oparciu o dyspozycje tj. listę tematów ważnych do omówienia podczas każdego z wywiadów. Listy tematów różniły się nieco pomiędzy poszczególnymi grupami badanymi.

Tabela 2. Wywiady grupowe – grupy ze społeczności lokalnej Dzielnicy Bielany

Lp.	Osoby uczestniczące	Liczba osób biorących udział w wywiadzie
1	uczniowie i uczennice w wieku 13–15 lat	4 osoby
2	uczniowie i uczennice w wieku 15–20 lat	6 osób
3	uczniowie i uczennice w wieku 10–12 lat	26 osób
4	rodzice młodzieży uczącej się w Dzielnicy Bielany	7 osób
5	rodzice młodszych uczniów i uczennic z Dzielnicy Bielany	6 osób
łącznie liczba osób		49 osób

Ostatnim elementem badania jakościowego, które miało nam pomóc zebrać informacje potrzebne do przygotowania ankiet i pogłębić pojawiające się w czasie wywiadów grupowych wątki były wywiady z ekspertami i ekspertkami, posiadającymi ogląd działań i wyzwań w zakresie profilaktyki społecznej, które mają miejsce na terenie Dzielnicy Bielany. Ich perspektywa pogłębia nasze badania o kwestie związane z systemowymi wyzwaniami i potrzebami w Dzielnicy Bielany. Osoby do wywiadów eksperckich zostały wyłonione podczas analizy danych zastanych jak również podczas wywiadów grupowych. Osoby te zaprosiliśmy do wzięcia udziału w badaniu (część z nich odmówiła).

Tabela 3. Wywiady eksperckie

Lp.	Osoby uczestniczące	Instytucja i funkcja osoby uczestniczącej
1	Patryk Utowka	Wydział Spraw Społecznych i Zdrowia Dzielnicy Bielany – naczelnik
2	Zofia Gajewicz	Wydział Oświaty Dzielnicy Bielany – naczelniczka
3	Urszula Klimkowicz	Bieleńska Sieć Pedagogów i Psychologów Szkolnych – koordynatorka
4	Kinga Kipa	Poradnia Pedagogiczno-Psychologiczna nr 10 – dyrektorka
5	Marta Podgórska	Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii – dyrektorka
6	ks. Mikołaj Dobosz	Parafia Rzymskokatolicka na Wrzecionie – prowadzący działania profilaktyczne w parafii

1.3.3 Badania ilościowe

Badanie ilościowe zrealizowaliśmy w formie anonimowej ankiety online, przygotowanej w osobnych wersjach dla uczniów, rodziców, nauczycieli oraz przedstawicieli instytucji realizujących działania profilaktyczne. Celem tego etapu było zebranie danych pozwalających na diagnozę potrzeb, doświadczeń i opinii różnych grup funkcjonujących w środowisku szkolnym i lokalnym Dzielnicy Bielany. Zastosowanie wieloźródłowego podejścia umożliwiło nam uchwycenie zróżnicowanych perspektyw oraz porównanie ocen i obserwacji dotyczących bezpieczeństwa, dobrostanu i działań profilaktycznych. Badanie miało charakter przekrojowy i stanowiło jeden z kluczowych elementów lokalnej diagnozy potrzeb. Wyniki ankiet zestawiliśmy następnie z danymi jakościowymi i omówiliśmy podczas warsztatów partycypacyjnych.

► ► ► Dobór próby i organizacja badania poszczególnych grup w badaniu ilościowym

Badanie przeprowadziliśmy na terenie szkół i instytucji Dzielnicy Bielany i miało ono charakter wieloźródłowy. Obejmowało uczniów starszych i młodszych z bieleńskich szkół publicznych, ich rodziców, nauczycieli oraz przedstawicieli instytucji realizujących działania profilaktyczne. Oprócz tego do badania zaprosiliśmy osoby z Ukrainy – przygotowaliśmy ukraińską wersję językową ankiety dla uczniów oraz ich rodziców.

Badanie uczniów

W badaniu uczniów zastosowano losowy, warstwowy dobór próby. Uwzględniliśmy trzy grupy uczniów:

- uczniów klas IV–VI szkół podstawowych
- uczniów klas VII–VIII szkół podstawowych
- uczniów szkół ponadpodstawowych

W projekcie zaplanowaliśmy objęcie badaniem 1000 uczniów. Losowanie oddziałów przeprowadzono na podstawie pełnej listy szkół i oddziałów funkcjonujących na terenie Dzielnicy Bielany. W każdej szkole wylosowano jedną klasę oraz drugą klasę zapasową. Dodatkowo wytypowano za pomocą losowania klasy uzupełniające w celu zapewnienia odpowiedniej liczebności próby. Badanie zrealizowano w listopadzie 2025 roku. Szkoły otrzymały szczegółową instrukcję dotyczącą realizacji badania, materiały informacyjne, listy do rodziców oraz materiały dla nauczycieli odpowiedzialnych za przeprowadzenie ankiety wśród uczniów.

Badanie rodziców

Równolegle przeprowadziliśmy badanie ankietowe wśród rodziców naszych badanych uczniów. Ankieta została rozesłana za pośrednictwem systemu elektronicznego Librus, co umożliwiło dotarcie do szerokiej grupy odbiorców oraz zapewniło wygodną i anonimową formę udziału w badaniu.

Badanie nauczycieli

Badanie ilościowe objęło również nauczycieli wszystkich szkół podstawowych i ponadpodstawowych z terenu Dzielnicy Bielany. Ankieta została przesłana do nauczycieli drogą elektroniczną i dotyczyła zagadnień związanych z realizacją działań profilaktycznych oraz obserwowanymi potrzebami uczniów.

Badanie instytucji

Ta ankieta została skierowana do wszystkich instytucji działających na terenie Dzielnicy Bielany, które są odpowiedzialne za realizację lub współrealizację działań profilaktycznych. Chcieliśmy pozyskać informacje na temat prowadzonych działań, zakresu współpracy oraz identyfikowanych problemów i potrzeb w obszarze profilaktyki.

► ► ► Procedura badania uczniów i rola szkoły

Proces komunikacji spraw związanych z tym etapem badania obejmował trzy grupy odbiorców. Szkoły były informowane o harmonogramie i otrzymywały materiały organizacyjne. Rodzice otrzymali list wyjaśniający cele badania oraz informujący o możliwości zgłoszenia sprzeciwu wobec udziału dziecka w ankiecie. Uczniowie natomiast mieli dostęp do krótkiego filmu wyjaśniającego cel badania, jego przebieg oraz zasady dobrowolności i anonimowości w projekcie.

Badanie uczniów przeprowadziliśmy w warunkach szkolnych, w pracowniach komputerowych lub innych salach z dostępem do komputerów na terenie szkół. Przeprowadzali je nauczyciele na co dzień pracujący z uczniami, według scenariusza. Nauczyciele otrzymali instrukcję zawierającą treść wprowadzającą, którą należało odczytać uczniom przed rozpoczęciem ankiety. Wyjaśniano w niej cele projektu, zasady anonimowości oraz czas trwania badania. Następnie uczniowie otrzymywali link do ankiety. Cała sesja trwała około 30 minut.

► ► ► Narzędzia badawcze

Do badania ilościowego przygotowaliśmy zestaw kwestionariuszy ankietowych, opracowanych oddzielnie dla poszczególnych grup badanych. Tabela 4 przedstawia zastosowane ankiety wraz z informacjami dotyczącymi okresu ich realizacji oraz liczby respondentów w każdej z grup. Łącznie w badaniu ankietowym wzięło udział 1430 osób, co zapewniło szeroką i zróżnicowaną perspektywę na badane zagadnienia.

Uczniowie wypełniali ankietę w pracowniach komputerowych pod opieką nauczyciela, natomiast rodzice, nauczyciele oraz specjaliści otrzymali link do ankiety w wersji online. Kwestionariusze zawierały głównie pytania zamknięte oraz kilka pytań otwartych, odnoszących się do kluczowych obszarów badawczych, takich jak bezpieczeństwo, dobrostan, relacje społeczne, zachowania ryzykowne, korzystanie z internetu, jakość wsparcia szkolnego, sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach oraz oczekiwania wobec przyszłych działań profilaktycznych.

Tabela 4. Narzędzia badawcze, czas realizacji i liczba uczestników badania.

Lp.	Rodzaj ankiety Lokalna diagnoza potrzeb "Kierunek Zmiana"	Okres realizacji	Liczba uczestników
1	Ankieta dla pracowników instytucji	16.10–31.10.2025	31
2	Ankieta dla pracowników szkół	3.11–14.11.2025	63
3	Ankieta dla rodziców. (wersja PL i UA)	6.11–21.11.2025	237 (w tym 10 osób narodowości ukraińskiej)
4	Ankieta dla uczniów klas 4–6. (wersja PL i UA)	14.11–27.11.2025	475 (w tym 8 osób narodowości ukraińskiej)
5	Ankieta dla klas 7–8 oraz uczniów szkół ponadpodstawowych.	14.11–26.11.2025	624
		Łącznie	1430

1.3.4 Warsztaty partycypacyjne

Ostatnią częścią zbierania przez nas danych były warsztaty partycypacyjne – czyli takie, podczas których pokazaliśmy wstępne wyniki i wnioski z badań reprezentantom badanych grup prosząc ich, by je skomentowali, a także spróbowali wyjaśnić nam niejasności, które pojawiły się w wynikach. Celem tych warsztatów jest zebranie informacji zwrotnej dotyczącej najważniejszych rezultatów badania, dzięki czemu możemy urealnić wyniki badań, uniknąć nadinterpretacji lub pominięcia istotnych elementów oraz skonsultować je ze społecznością lokalną. Drugim, tak samo ważnym celem tych warsztatów, jest wypracowanie przez osoby, których dotyczyła diagnoza, wstępnych rekomendacji działań wynikających ze zidentyfikowanych potrzeb i wyzwań.

Uczestnicy i uczestniczki warsztatów zostali zrekrutowani wśród osób biorących udział w wywiadach fokusowych i eksperckich, a także ankietach. Przeprowadziliśmy trzy warsztaty dla trzech różnych grup: rodziców i opie-

kunów uczniów i uczennic z bielańskich szkół, młodzieży w wieku 13–19 lat oraz specjalistów z bielańskich szkół podstawowych i ponadpodstawowych. Łącznie w warsztatach wzięło udział trzydzieści sześć osób.

Tabela 5. Warsztaty partycypacyjne		
Lp.	Grupa warsztatowa	Liczba osób uczestniczących w warsztatach
1	Rodzice	9
2	Bieleńska młodzież	5
3	Pedagodzy i pedagodżki	22
Łącznie		36

1.3.5 Analiza zebranych danych

Po każdym etapie badań tworzyliśmy ich podsumowania z analizą najważniejszych wyników. Następnie wyniki pochodzące z analizy danych zastanych, wywiadów, oraz ankiet zostały ze sobą porównane i połączone. Jeśli pojawiły się jakieś nieścisłości lub zaskakujące wnioski omawialiśmy je z osobami reprezentującymi różne grupy badane podczas warsztatów partycypacyjnych.

Podczas opracowywania raportu zdecydowaliśmy się końcowego zdecydowaliśmy się na przedstawienie wyników w sposób przekrojowy tj. zamiast pisać osobno o wynikach z poszczególnych etapów badawczych wraz z podziałem na konkretne grupy biorące udział w badaniu, postanowiliśmy opisać najpierw różne wyzwania, z którymi mierzą się młodzi ludzie. Następnie pokazaliśmy jakie są prowadzone działania profilaktyczne na warszawskich Bielanach i kto je prowadzi. Na koniec przedstawiliśmy potrzeby i oczekiwania odnośnie wzmocnienia działań profilaktycznych w Dzielnicy. Cała przeprowadzona analiza pozwoliła na przygotowanie rekomendacji, które znajdują się w ostatniej części tego raportu.

I.4. Ograniczenia badawcze, kwestie etyczne i bezpieczeństwo danych

We wszystkich etapach badania przestrzegaliśmy zasad etycznych obowiązujących w badaniach społecznych, w szczególności zasady dobrowolności udziału, anonimowości oraz poufności danych. Wszystkie osoby biorące udział w badaniu – uczniowie, rodzice, nauczyciele, dyrekcja szkół, personel szkolny oraz pracownicy instytucji realizujących lub współrealizujących działania profilaktyczne na terenie Dzielnicy Bielany – otrzymały informację o celu i przebiegu badania oraz wyraziły świadomą zgodę na udział, najczęściej poprzez wypełnienie formularza online.

Udział w badaniu był całkowicie dobrowolny. Uczniowie mogli w dowolnym momencie zrezygnować z udziału lub pominąć wybrane pytania ankiety. Rodzice zostali poinformowani o badaniu i mieli możliwość zgłoszenia sprzeciwu wobec udziału dziecka w badaniu. W przypadku dorosłych respondentów (rodziców, nauczycieli, pracowników szkół i instytucji) ankiety miały charakter anonimowy i nie zawierały pytań umożliwiających identyfikację konkretnej osoby lub miejsca pracy. Osoby zaproszone do udziału w ankietach mogły nie decydować się na jej wypełnienie lub też przerwać jej wypełnianie w każdym momencie.

Wszystkie dane – z wywiadów a także z ankiet były gromadzone i przetwarzane wyłącznie w formie zbiorczej z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i ochrony danych osobowych. Wywiady zostały nagrane, ale po sporządzeniu z nich notatek, nie pozwalających zidentyfikować osób badanych, nagrania zostały zniszczone¹. Wyniki prezentowane w raporcie nie pozwalają na identyfikację pojedynczych uczestników, szkół ani instytucji. Wywiady grupowe oraz warsztaty partycypacyjne prowadzono z zachowaniem zasady poufności – informacje uzyskane w ich trakcie były analizowane i prezentowane w sposób zagregowany, bez przypisywania wypowiedzi do konkretnych osób.

Narzędzia badawcze zostały dostosowane do specyfiki i wieku uczestników. Szczególną uwagę poświęcono ankietom i dyspozycjom do wywiadów kierowanym do uczniów i uczennic, tak aby pytania były zrozumiałe, bezpieczne i adekwatne do ich poziomu rozwojowego. W ramach przygotowań do badania ankietowego przygotowano także krótki film informacyjny skierowany do uczniów, w którym przedstawiciel zespołu badawczego wyjaśniał cele projektu, znaczenie udziału w badaniu oraz za-

1. Jedyne w przypadku wywiadów eksperckich, dane ekspertów i ekspertek – za ich zgodą – zostały upublicznione. Jednocześnie nagrania z wywiadów z nimi zostały zniszczone, a w raporcie nie ujawniamy ich wypowiedzi, wskazując kto jest ich autorem.

sady anonimowości i dobrowolności. Film przekazaliśmy do szkół w formie linku internetowego.

Ograniczeniem badania był jego ankietowy aspekt oparty na samoopisie respondentów, co może wiązać się z ryzykiem subiektywności odpowiedzi. Dodatkowo, mimo szerokiego zasięgu badania nie wszystkie zaproszone osoby zdecydowały się na udział, co mogło wpłynąć na strukturę próby. Zastosowanie wieloźródłowego podejścia badawczego oraz uzupełnienie badań ilościowych o wywiady i warsztaty partycypacyjne pozwoliło jednak na ograniczenie tych trudności i lepsze zrozumienie kontekstu lokalnego

Dodatkowym ograniczeniem badania może być jego przekrojowy charakter, który pozwala na opis aktualnej sytuacji, lecz nie umożliwia analizy zmian w czasie ani identyfikacji zależności przyczynowo-skutkowych. Na trafność wniosków mogła również wpłynąć nierówna reprezentacja poszczególnych grup respondentów oraz zróżnicowany poziom zaangażowania szkół i instytucji w realizację badania. Ponadto ograniczony czas realizacji badania mógł wpłynąć na poziom refleksji respondentów oraz zakres udzielanych odpowiedzi, zwłaszcza w pytaniach otwartych.

Istnieje także ryzyko wystąpienia efektu społecznej aprobaty, szczególnie w odpowiedziach uczniów i pracowników szkół, co mogło prowadzić do zaniżania deklaracji dotyczących trudnych lub wrażliwych tematów. Jest to zjawisko polegające na tym, że osoby biorące udział w badaniu udzielają odpowiedzi, które ich zdaniem są społecznie akceptowane, pożądane lub „właściwe”, zamiast odpowiadać w pełni zgodnie z własnymi doświadczeniami i opiniami. Respondenci mogą w ten sposób zaniżać deklaracje dotyczące zachowań postrzeganych negatywnie (np. zachowań ryzykownych) lub zawyżać te, które są oceniane pozytywnie (np. przestrzeganie zasad, korzystanie ze wsparcia). Zjawisko to występuje szczególnie często w badaniach poruszających wrażliwe tematy oraz wtedy, gdy respondenci obawiają się oceny lub konsekwencji swoich odpowiedzi.

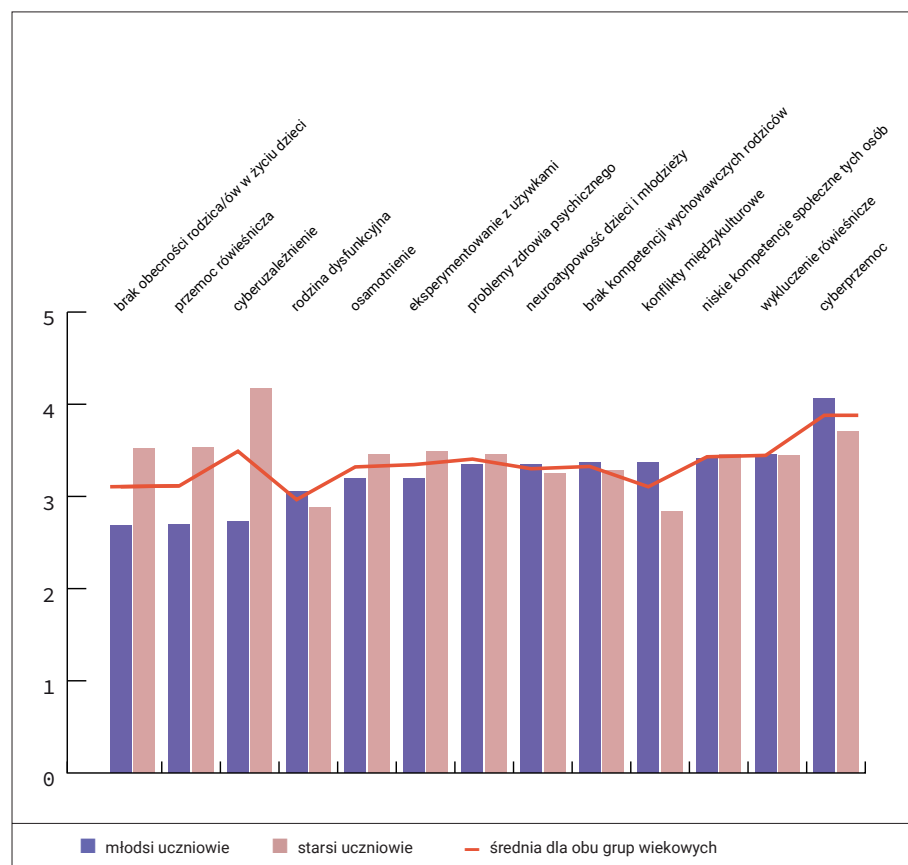
Warto także podkreślić, że naszym badaniem nie zostały objęte szkoły niepubliczne funkcjonujące w Dzielnicy Bielany. Mimo iż w Dzielnicy funkcjonuje ich kilkanaście, Urząd Dzielnicy zlecając nam przeprowadzenie tego badania nie przewidział środków na włączenie ich do próby badanej. Warto podkreślić, że pomimo iż do większości tych szkół uczęszcza wiele uczniów i uczennic spoza Dzielnicy Bielany, to stanowią oni do pewnego stopnia społeczność lokalną, gdyż spędzają na terenie Dzielnicy wiele czasu.

Należy pamiętać, że zebrane podczas badań informacje dotyczące problemów dzieci i młodzieży mają wyłącznie charakter badania opinii. Nie należy ich traktować jako wskaźnika poziomu dobrostanu, czy zdrowia populacji (tzw. screening objawów) mieszkańców Dzielnicy Bielany.

II

Problemy i wyzwania, z którymi mierzą się młodzi mieszkańcy Dzielnicy Bielany

Badanie problemów i wyzwań, z jakimi mierzą się młodzi mieszkańcy Dzielnicy Bielany rozpoczęliśmy od rozmów z poszczególnymi grupami. Podczas tych spotkań przedstawiliśmy listę problemów, które pojawiają się w różnych innych badaniach. Lista została skonsultowana z osobami uczestniczącymi w wywiadach grupowych – niektóre problemy zostały dodane, a niektóre były wskazywane jako niewystępujące. Na podstawie tych rozmów stworzyliśmy ostateczne zestawienie problemów, które następnie zweryfikowaliśmy za pomocą ankiet. W ankietach do rodziców i pracowników instytucji znalazła się prośba dotycząca wskazania największych wyzwań, z jakimi mierzą się obecnie dzieci i młodzież. Uczestnicy zaznaczali odpowiedzi w skali 1–5, gdzie 1 oznacza, że dany problem występuje bardzo rzadko, a 5 – bardzo często. Z kolei młode osoby miały za zadanie wpisać 3 najważniejsze problemy, z jakimi mierzą się ich rówieśnicy. Poniżej prezentujemy Wykres 1 przedstawiający, z jakimi problemami, zdaniem osób dorosłych, mierzą się młodsi (10–13 lat) oraz starsi (13–19 lat) uczniowie i uczennice.



Wykres 1. Problemy uczniów w opinii osób dorosłych. Zestawienie wspólne dla obydwu grup wiekowych (n=331). Odpowiedzi na skali 1–5 (1 – występuje bardzo rzadko; 5 – występuje bardzo często).

Chcąc pokazać te wyzwania w sposób jak najbardziej przejrzysty zdecydowaliśmy, że każdemu z nich poświęcimy kilka zdań omówienia.

► Cyberuzależnienia

Jest to wyzwanie zdecydowanie częściej wskazywane przez osoby dorosłe w odniesieniu do starszej młodzieży (średnia ze wskazań 4,17 – czyli problem pojawiający się często) niż u młodszej (średnia ze wskazań 2,73 – czyli problem pojawiający się w przeciętny sposób). Dorośli wskazywali, że młodzież „nawet, gdy fizycznie jest razem, to siedzi z nosem w telefonie”. Zdaniem dorosłych powoduje to, że młode osoby nie potrafią budować ze sobą relacji w świecie poza internetem i w związku z tym mają bardzo niskie kompetencje społeczne. Co ciekawe, w rozmowach dotyczących cyberuzależnienia bardzo rzadko podejmowano wątek związany z negatywnym wpływaniem braku higieny cyfrowej na dobrostan (np. bardzo mała ilość snu, problem z uzależnieniem behawioralnym). Należy podkreślić, że problem cyberuzależnienia był znacznie częściej wskazywany przez rodziców. Rodzice mają lepszy wgląd w ilość czasu, jaki ich dzieci spędzają przed ekranami, co może tłumaczyć dysproporcję.

W tym miejscu także warto zaznaczyć, że młode osoby praktycznie NIE wskazały cyberuzależnień jako znaczącego dla nich problemu. Wręcz przeciwnie, pojawiały się głosy, że dla nich życie w dwóch równoległych światach – cyfrowym i analogowym jest czymś zwyczajnym. Uczniowie zgadzali się jednocześnie w opinii, że higiena cyfrowa stanowi ważne wyzwanie i potrzebują w tym obszarze wsparcia np. w kwestii alternatywnych dla świata cyfrowego form spędzania czasu wolnego.

► Cyberprzemoc

Jedno z najczęściej wskazywanych przez dorosłych problemów wśród młodszych i starszych uczniów i uczennic. Także starsza młodzież wskazywała w odpowiedziach na pytania otwarte, że jedną (a praktycznie jedyną) z najczęściej pojawiających się w ich otoczeniu form przemocy jest hejt.

► Przemoc rówieśnicza

Wskazywana była w ankietach przez osoby dorosłe, szczególnie wśród starszej młodzieży. Jednocześnie niepokojąca była natomiast stosunkowo niska liczba wskazań pracowników instytucji dotycząca przemocy rówieśniczej (średnia wskazań 2,53 – oznaczająca, że problem ten występuje raczej rzadko), w stosunku do wskazań rodziców (średnia wskazań 3,38 – oznaczająca, że problem ten występuje w średnim nasileniu). Dodatkowo warto też zwrócić uwagę, że sami starsi uczniowie, wspominali o przemocy rówieśniczej praktycznie tylko w kontekście **hejtu internetowego** czy też **wyzywania** lub **wyśmiewania się z nich**. Jednocześnie podczas rozmów z pracownikami szkół, ale także młodszą i starszą młodzieżą, temat przemocy rówieśniczej praktycznie nie pojawiał się w badaniach ankietowych.

Dopytaliśmy uczniów o ten problem i dowiedzieliśmy się, że prawdopodobną przyczyną tego stanu jest normalizacja problemu przemocy oraz odmienne rozumienie terminów związanych z działaniami przemocowymi w środowisku uczniowskim. Uczniowie i nauczyciele informowali nas, że przemoc rówieśnicza stała się zjawiskiem na tyle powszechnym, że część osób przestała na nią reagować. Dodatkowym czynnikiem zgłaszanym przez osoby badane była kwestia wyuczonej bezradności – uczniowie i rodzice nie zgłaszają sytuacji przemocy, bo nie widzą możliwości zmiany sytuacji na lepszą. Kolejną informacją uzyskaną podczas badań było rozumienie zjawiska przemocy rówieśniczej: uczniowie sygnalizowali, że problemy takie, jak agresja werbalna, hejt, cyberprzemoc nie jest często zaliczana do zjawiska przemocy rówieśniczej (część uczniów kojarzy ten termin wyłącznie z agresją fizyczną).

► **Wykluczenie rówieśnicze**

Problem ten wskazywany przez osoby dorosłe, także wskazywany był przez uczniów i uczennice. Wszystkie grupy wskazywały, że głównie jego źródło znajduje się w wykluczeniu w świecie cyfrowym (np. nie dodawanie do grup, wybieranie w social mediach „kozła ofiarnego na dany tydzień”), a następnie przenosi się do świata offline.

► **Niskie kompetencje społeczne młodych osób**

Zdaniem osób dorosłych są jednym z ważniejszych czynników, które powodują, że młode osoby mają problemy także w innych obszarach. Zdaniem badanych dorosłych, szczególnie z instytucji młodym osobom z Dzielnicy Bielany, szczególnie brakuje kompetencji związanych z budowaniem zdrowych relacji i rozwiązywaniem konfliktów. Jednocześnie zarówno młodszą jak i starszą młodzież w ankietach wskazywała, że posiadają takie kompetencje – potrafią stawiać granice oraz wiedzą co robić w sytuacjach konfliktów rówieśniczych (więcej na ten temat w rozdz. 4.1.1).

► **Problemy ze zdrowiem psychicznym**

Szczególnie kryzysy suicydalne (związane z próbami samobójczymi) były wskazywane zarówno przez osoby pracujące w szkołach jak i w innych instytucjach lokalnych. Sama młodzież nie wskazywała bezpośrednio by był to problem. Jednocześnie wskazywała, że jednym z najbardziej przytłaczających problemów jest **przeciążenie obowiązkami szkolnymi**

i **presja w domu związana z nauką**, co jest bardzo stresujące i obciążające. Wskazywała także, że hejt, którego doświadcza zarówno online jak i offline, także obciąża ją psychicznie.

► **Eksperymentowanie z substancjami psychoaktywnymi**

Pojawiło się zdaniem dorosłych jako relatywnie częsty problem w obu grupach wiekowych. Na uwagę zwraca jednak fakt, że podczas wywiadów grupowych jak i warsztatów partycypacyjnych z osobami dorosłymi, w odpowiedziach na pytania otwarte problem z używkami praktycznie się nie pojawiał. Co więcej, rodzice negowali ten problem, a osoby pracujące w szkołach i lokalnych instytucjach (w tym w Policji) wskazywały na znaczne zmniejszenie się problemu z używkami w ostatnich latach na rzecz uzależnień behawioralnych (od Internetu, gier). W prowadzonych przez nas wywiadach z młodzieżą uczniowie wskazywali, że picie alkoholu, palenie papierosów (szczególnie e-papierosów) oraz eksperymentowanie z innymi używkami (szczególnie marihuaną), to nadal powszechny problem i wyzwanie profilaktyki (por. badania Sierosławski, Sierosławska 2024).

► **Neuroatypowość dzieci i młodzieży**

Problem ten wskazywany był bardzo często podczas wywiadów grupowych z przedstawicielami i przedstawicielkami bielańskich szkół, którzy są przeciążeni dokumentacją i pracą z bardzo dużą liczbą dzieci z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego (np. autyzm, zagrożenie niedostosowaniem społecznym, ADHD). Także ankiety wypełniane przez osoby dorosłe – rodziców i osoby pracujące w bielańskich szkołach i instytucjach lokalnych – pokazały, że problem ten występuje dość często. Należy tu jednak podkreślić, że nie było on praktycznie zauważalny ani przez młodszych ani też starszych uczniów czy uczennice. W naszej ocenie, jest to bardziej wyzwanie dla osób dorosłych, które nie wiedzą w jaki sposób wspierać neuroatypowe dzieci i młodzież, niż dla samych neuroróżnorodnych młodych ludzi. Co więcej, podczas weryfikacji wyników usłyszeliśmy głos jednej z młodych osób, która powiedziała, że dzięki „etykiecie” ucznia czy uczennicy ze specjalnymi potrzebami, nareszcie takie osoby mogą uzyskać wsparcie, a nie są traktowane po prostu jako osoby sprawiające problemy.

► Brak kompetencji wychowawczych rodziców

To jeden z najważniejszych problemów wskazywanych przez osoby dorosłe, głównie pracujące w instytucjach, podczas wywiadów grupowych i eksperckich. Dzieci i młodzież pytana o ten problem wskazywały głównie na brak czasu osób dorosłych i potrzebę rozmowy o ważnych dla młodych ludzi problemach i wyzwaniach. Mimo, że w ankietach wypełnianych przez osoby dorosłe problem ten nie pojawił się jako wiodący, z odpowiedzi młodych ludzi na pytania otwarte z ankiet wynika, że brak kompetencji wychowawczych skutkujący **przemocą psychiczną w postaci kłótni i krzyków** jest jednym z najczęściej wskazywanych problemów.

► Brak obecności w życiu dziecka

Problem ten wskazywany był przede wszystkim w kontekście starszej młodzieży, która czuje, że pozostawiona jest sama sobie. Warto zwrócić uwagę, że o braku obecności rodziców wspominali zarówno rodzice jak i osoby pracujące w lokalnych instytucjach. Także sama młodzież wskazywała, że rodzice nie mają dla niej czasu, nie rozmawiają, a ich komunikacja sprowadza się głównie do kontrolowania, wywierania presji na ciągłe uczenie się lub kłótni.

► Osamotnienie

Poczucie osamotnienia – zarówno w domu jak i w szkole – wskazywane było także jako dość znaczny problem. Osamotnienie – czyli poczucie, że jest się zdany na samego siebie – albo ze względu na brak wspierających dorosłych, albo wykluczenie rówieśnicze pojawiało się także w wypowiedziach młodych osób podczas wywiadów grupowych.

► Rodziny dysfunkcyjne

Wbrew obiegowej opinii, rodziny dysfunkcyjne (np. niewydolne wychowawczo, z alkoholizmem jednego z członków, z Niebieską Kartą), były jednym z najrzadziej wskazywanych problemów dzieci i młodzieży z Dzielnicy Bielany. Zdecydowanie częściej, także w wypowiedziach młodych osób, pojawiał się wątek dysfunkcji związanych z napięciami pomiędzy rodzicami. Specjaliści i specjalistki podkreślali, że coraz częściej to właśnie wnikanie dzieci w konflikty okołorozwodowe/ rozstaniowe przekładają się na pojawianie się kolejnych problemów u młodych osób. Młode osoby, pisały, że bardzo trudne i stresujące jest dla nich, gdy są świadkami kłótni rodziców lub doświadczają ciągłego napięcia płynącego z trwałego konfliktu w rodzinie.

► **Konflikty międzykulturowe**

Był to problem najrzadziej wskazywany przez osoby badane niezależnie od grupy. Częściej pojawiał się w kontekście uczniów i uczennic młodszych, prawdopodobnie dlatego, że w bielańskich szkołach ponadpodstawowych jest niewiele uczniów i uczennic cudzoziemskich, a w niektórych szkołach podstawowych, takich osób jest nawet do 10% ogółu osób uczących się. Częściej jednak niż o napięciach między polskimi a ukraińskimi uczniami i uczennicami wspomniano o wyzwaniach związanych z komunikacją pomiędzy ukraińskimi rodzicami a szkołami. Uczniowie biorący udział w badaniu nie przypominali sobie żadnych form wsparcia uczniów w procesie międzykulturowej integracji. Mówili, że brakuje im wiedzy na temat różnic kulturowych i potrzeb osób z doświadczeniem migracji. Podczas pogłębionej rozmowy na ten temat respondenci przyznali, że często bazują na stereotypach zaczerpniętych od osób dorosłych i powielają nieświadomie uprzedzenia do osób innej narodowości.

Na koniec warto podkreślić, że wśród innych bardzo znaczących problemów młodych osób wskazywanych przez nich samych (podczas wywiadów lub i odpowiedzi na pytania otwarte) a nie ujętych w ankietach znalazły się:

► **Kłótnie rodziców i sytuacje okołorozwodowe**

Jednym z najczęściej wskazywanych przez starszą młodzież problemów były kłótnie rodziców. Także z rozmów ze specjalistami wiemy, że młode osoby często angażowane są w konflikty okołorozwodowe/ rozstaniowe, co ma negatywny wpływ na ich dobrostan emocjonalny. Warto podkreślić ten fakt ponownie, gdyż z naszych badań wynika, że właśnie napięcia pomiędzy małżonkami/ partnerami wywierają bardzo duży wpływ na pogarszanie się zdrowia psychicznego młodych mieszkańców i mieszkanki Dzielnicy Bielany.

► **Przeciążenie nauką, a w konsekwencji brak czasu na życie pozaszkolne**

Jak wynika z naszych badań prawie 60% uczniów i uczennic korzysta z korepetycji, lub zajęć związanych z umiejętnościami uczenia się i zapamiętywania. Co więcej, wiele młodych osób wskazywało, że są przeciążone podstawą programową, ilością kartkówek i sprawdzianów, a także późno kończącymi się lekcjami. Wszystko to, zdaniem uczniów, bardzo ich stresuje i ma negatywny wpływ na ich dobrostan.

► Hałas i przebudźcowanie

Młodzi ludzie wskazywali, że jest dla nich za głośno zarówno w domu jak i w szkole ze względu na rodzeństwo, rówieśników jak i kłócących się rodziców. Pisali także o braku własnej przestrzeni (w domu i szkole) jak i prywatności związanej często z przepełnionymi klasami i szkołami lub z warunkami lokalowymi, w których mieszkają.

► Presja związana z nauką wywierana przez rodziców

Wiele młodych osób wskazywało, że presja wywierana przez ich rodziców w kontekście nauki, połączona z przeciążeniem obowiązkami szkolnymi i brakiem czasu wolnego, negatywnie odbija się na ich dobrostanie.

► Brak komunikacji i zrozumienia ze strony rodziców

Część młodych ludzi wskazywała, że rodzice nie chcą lub potrafią z nimi rozmawiać (więcej o temacie rozmów rodziców z dziećmi w rozdz. 3.1.1.) albo nie mają na takie rozmowy czasu. Część młodych osób wskazywała także, że nawet jeśli rodzice z nimi rozmawiają, to nie potrafią zrozumieć ich potrzeb i emocji, a także narzucają własny punkt widzenia. Wiele osób pisało o kłótniach z rodzicami.

► Złe relacje z nauczycielami i nauczycielkami

Młodzi ludzie mają poczucie, że nie są traktowani przez kadrę pedagogiczną sprawiedliwie (np. niektóre osoby są faworyzowane, a inne dyskryminowane). Wskazują także na przemoc słowną ze strony nauczycieli i nauczycielek. Uczniowie wskazywali także, że często są świadkami konfliktowych rozmów i interakcji wyrażających brak szacunku między pracownikami szkoły. Część ma także poczucie, że w szkole nie mają wsparcia ze strony dorosłych.

III

Działania profilaktyczne w Dzielnicy Bielany

III.1. Rodzina jako podstawowe miejsce profilaktyki

III.1.1 Komunikacja rodzic-dziecko

Rodzina stanowi naturalne miejsce kształtowania wzorców zachowań i mechanizmów radzenia sobie z trudnościami. Trwałe więzi i autentyczne relacje rodzinne stanowią budulec zasobów odpornościowych, takich jak poczucie własnej wartości czy sprawstwa, a uważna obecność i otwarta komunikacja rodziców/opiekunów pozwala wychwycić sygnały ostrzegawcze wysyłane przez dzieci i zapewnić im emocjonalne bezpieczeństwo. To właśnie w rodzinie dziecko powinno poznawać wartości chroniące je przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Dlatego też planując i przeprowadzając badania byliśmy zainteresowani, w jaki sposób rodzice mieszkający w Dzielnicy Bielany realizują działania związane z profilaktyką społeczną.

W badaniu, interesowało nas w jaki sposób uczniowie i instytucje postrzegają kondycję rodziny. Szczególną uwagę zwraca fakt, że **w obliczu różnych problemów, młodzi ludzie, najczęściej zwracają się do rodzica lub rodziców** (tak zadeklarowało 67% starszych i 82% młodszych uczniów). **Drugim wyborem w obu kategoriach wiekowych był kolega/koleżanka.** W przypadku młodszych uczniów często wskazywano także innego członka rodziny (39%) oraz wychowawcę (37%). Wysoki odsetek deklaracji wskazuje na to, że mimo przemian społecznych, rodzina pozostaje dla młodzieży najważniejszą grupą odniesienia i bezpieczną bazą w sytuacjach kryzysowych. Jednocześnie warto wspomnieć, że młode osoby wśród swoich największych problemów wskazywały brak wystarczającej obecności rodziców i ich życia.

Rodzina powinna zapewnić bezpieczną przestrzeń, w której młody człowiek czuje się wysłuchany i zrozumiany, co w trudnych sytuacjach pozwala na szybką interwencję. Kluczowe znaczenie ma systematyczna rozmowa, oparta na akceptacji i pozwalająca młodemu człowiekowi uczestniczyć w procesach decyzyjnych, kanalizować trudne emocje i rozeznaczyć konsekwencje możliwych wyborów. Młode osoby w ankietach, a także podczas wywiadów wskazywały, że dużym problemem jest dla ich rówieśników brak zrozumienia i komunikacji ze strony rodziców.

Prowadząc badania postanowiliśmy sprawdzić jakie tematy pojawiają się a jakich brakuje w rozmowach dzieci z rodzicami. W Tabeli 6 przedstawiamy rozkład odpowiedzi dotyczących częstotliwości rozmów na poszczególne tematy wskazanych przez młode osoby. Zestawienie obejmuje odsetek uczniów, którzy deklarują, że w ogóle nie rozmawiają lub bardzo rzadko rozmawiają z rodzicem/rodzicami na dany temat.²

2. Część zagadnień była uwzględniona wyłącznie w ankiecie dla starszych uczniów, dlatego w kolumnie dla młodszej grupy oznaczono je jako „nie dotyczy” – (nd).

Tabela 6. Odsetek uczniów, którzy w ogóle nie rozmawiają lub bardzo rzadko rozmawiają z rodzicem/rodzicami na dany temat

(niektóre propozycje odpowiedzi pojawiły się jedynie w ankiecie dla starszych uczniów – w ostatniej kolumnie nd)

Brak rozmowy lub bardzo rzadka rozmowa z rodzicem/rodzicami na temat:	Uczniowie starsi	Uczniowie młodsi
rozpoznawania i radzenia sobie w sytuacji pogorszenia nastroju (np. lęków, depresji)	56%	nd
antykoncepcji, odpowiedzialności seksualnej i profilaktyce chorób przenoszonych drogą płciową	56%	nd
strategii szukania pomocy w kryzysie psychicznym	50%	nd
akceptacji ciała i krytycznym podejściu do nierealistycznych standardów urody narzucanych przez media	50%	nd
aktywności w internecie	49%	41%
postępowaniu w sytuacjach, gdy inni rówieśnicy stosują używki	47%	nd
radzeniu sobie z emocjami w trudnych sytuacjach	41%	32%
wyglądu i ubioru	38%	48%
sytuacji w domu (np. o problemach rodzinnych)	35%	nd
pieniędzy (kieszonkowe, wydawanie i oszczędzanie pieniędzy)	27%	40%
spędzania wolnego czasu (w tym planowaniu)	24%	23%
relacji z kolegami i koleżankami (o przyjaźni, kłótniach, o wspólnym spędzaniu czasu)	22%	20%
obowiązków domowych (wynoszenie śmieci, sprzątanie pokoju)	15%	23%
obowiązków szkolnych	13%	18%

Badani uczniowie ocenili, że bardzo rzadko podejmują tematy związane z **radzeniem sobie z trudnymi emocjami oraz tym, co robią w internecie**. Starsi uczniowie (którzy mieli bardziej rozbudowaną kafenię odpowiedzi) ocenili dodatkowo, że najrzadziej rozmawiają z rodzicem/rodzicami na temat: **problemów z nastrojem, antykoncepcji czy strategiach reagowania i szukania pomocy w trudnej sytuacji**.

Odpowiedzi uczniów pokrywają się z odpowiedziami rodziców, którzy ocenili, że nie rozmawiają (lub bardzo rzadko rozmawiają) ze swoimi dziećmi na temat: wchodzenia w interakcje o charakterze seksualnym, modzie czy **zachowaniach ryzykownych w internecie**. Podczas wywiadów, a także podczas wypełniania ankiet rodzice wskazywali, iż nie podejmują takich rozmów gdyż brak im kompetencji oraz brakuje im języka, którym młodzież rozmawia w kontekście ww. tematów. Brak rozmowy na powyższe tematy może skutkować brakiem świadomości ze strony rodziców, że ich dziecko podejmuje działania ryzykowne oraz brakiem świadomości nastolatków, że podejmowane przez nich działania są/mogą być ryzykowne. Z kolei brak rozmów na tematy, które są dla młodych ludzi bardzo ważne (np. wygląd) może powodować brak konfrontacji ich opinii (często zradyzalizowanych) z opinią rodzica i w konsekwencji brakiem poczucia akceptacji.

Należy także zaznaczyć, że pracownicy instytucji wskazują problemy zdrowia psychicznego jako istotne wyzwanie nastolatków w wieku 15–19 lat (jeden z czterech najczęściej wskazywanych problemów). Brak rozmowy z rodzicem na temat zdrowia psychicznego i strategii pomocy sprawia, że młodzi ludzie tracą wsparcie rodziców w kluczowym i wyjątkowo wrażliwym aspekcie.

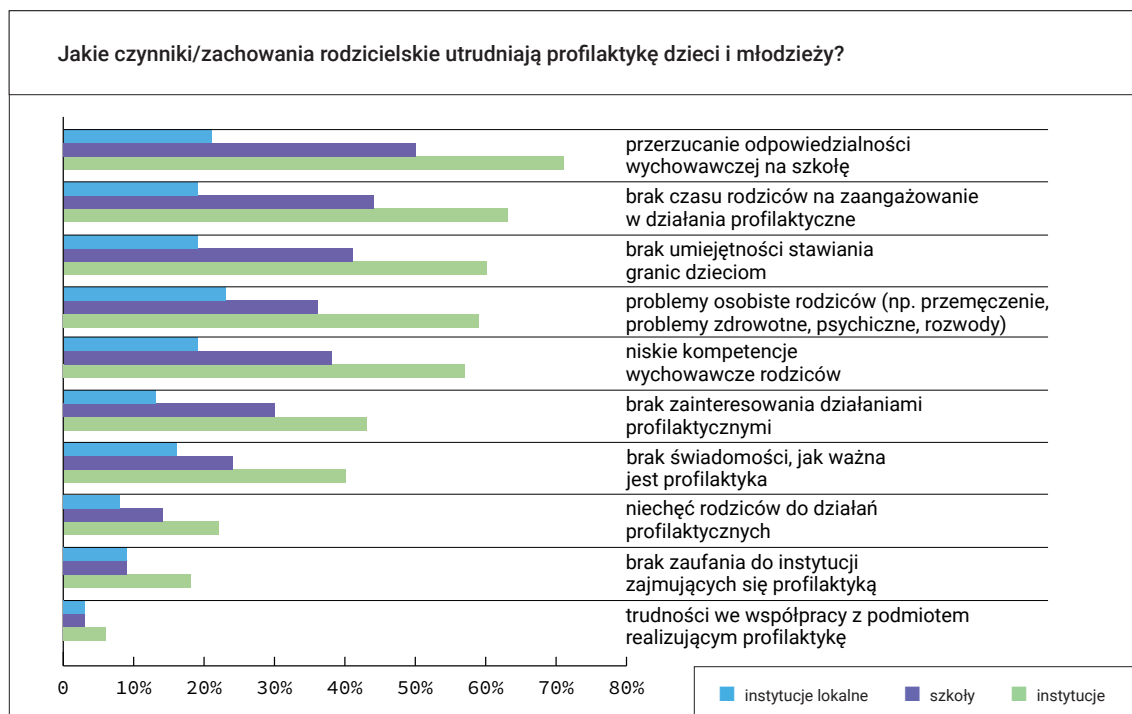
Jednym z istotnych problemów dzieci i młodzieży jest, zdaniem dorosłych, cyberuzależnienie i cyberprzemoc. Dlatego istotne jest poznanie jak często dzieci i młodzież rozmawiają ze swoimi rodzicami na temat ich aktywności w sieci. Wielu rodziców (63%) deklaruje, że często lub bardzo często rozmawia z dziećmi na temat czasu, jaki spędzają one w internecie. Jednak już znacznie mniej (43%) rodziców często i bardzo często rozmawia z dziećmi na temat cyberprzestępczości, bezpieczeństwa danych, itd. (24% rodziców w ogóle na ten temat nie rozmawia lub rozmawia bardzo rzadko). Ponad 40% rodziców często lub bardzo często rozmawia z dzieckiem na temat zachowań ryzykownych w internecie (równocześnie ponad 30% w ogóle na ten temat nie rozmawia lub rozmawia bardzo rzadko).

Młodszy uczniowie przyznają, że stosunkowo rzadko rozmawiają z rodzicami na temat tego, co robią w internecie (35% rozmawia na ten temat często i bardzo często, ponad 40% w ogóle nie rozmawia na ten temat lub rozmawia bardzo rzadko). Ponad 30% starszych uczniów wskazało w ogóle nie rozmawia z rodzicami na temat tego co robią w internecie, 18% rozmawia o tym bardzo rzadko a 29% rozmawia często lub bardzo często. **Niski poziom komunikacji w obszarze cyfrowej aktywności** wskazuje, że część młodych ludzi jest pozbawiona wsparcia w obliczu zagrożeń sieciowych. Brak dialogu

na temat życia online sprawia, że rodzice tracą realny wpływ na kształtowanie krytycznych postaw i bezpiecznych nawyków swoich dzieci w internecie.

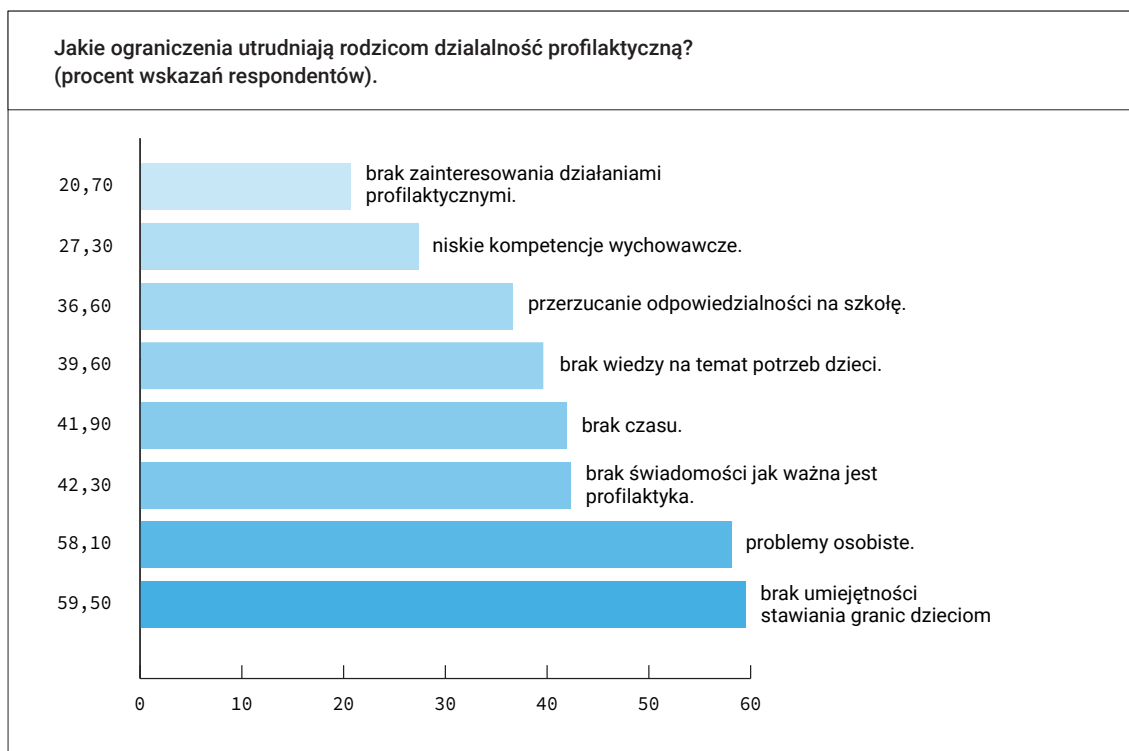
III.1.2 Kompetencje wychowawcze rodziców

Skuteczna realizacja funkcji profilaktycznej i budowanie dojrzałych relacji wymagają od rodziców kompetencji wychowawczych, które pozwalają na świadome wspieranie rozwoju dziecka. Pracownicy instytucji (głównie szkół) wskazywali, że rodzicom brakuje takich kompetencji – na **niskie kompetencje wychowawcze rodziców** wskazało 61% pracowników instytucji. Ich zdaniem rodzice **przerzucają odpowiedzialność wychowawczą na szkołę** (76%), **nie mają czasu na zaangażowanie w działania profilaktyczne** (67%), **nie potrafią stawiać dzieciom granic** (64%), oraz mają **problemy osobiste** (63%). Także w wywiadach ze specjalistami i specjalistkami podkreślano, że obecnie wielu rodziców ze względu na pracę czy problemy osobiste zdecydowanie za mało czasu poświęca swoim dzieciom. Wskazywali oni także, że z jednej strony rodzice mają rozległą, chociaż płytką wiedzę dotyczącą wychowania dzieci, ale nie potrafią jej zastosować w praktyce. Z kolei młodzi ludzie wskazywali, że jednym z częstych problemów pojawiających się w ich domach jest przemoc psychiczna ze strony rodziców – przede wszystkim w formie krzyków, nieliczenia się ze zdaniem młodych osób, wyśmiewania ich. Ponadto wiele młodych osób wskazywało na to, że ich rodzice nie potrafią zrozumieć ich emocji.



Wykres 2. Opinie pracowników instytucji na temat barier, utrudniających rodzicom skuteczną profilaktykę. Pytanie wielokrotnego wyboru.

Z kolei rodzice uznali, że największą trudność stanowi dla nich umiejętność stawiania granic dzieciom (prawie 60% wskazań), własne problemy osobiste (58%) oraz **brak całościowego wsparcia dla rodzin mierzących się z trudnościami** (ponad 49%).



Wykres 3. Opinie rodziców na temat trudności, z jakimi spotykają się chcąc uchronić swoje dzieci przed zagrożeniami. Pytanie wielokrotnego wyboru.

Osobiste trudności rodziców stają się bezpośrednią barierą w pełnieniu funkcji ochronnych wobec dzieci. Zjawisko przerwania odpowiedzialności na szkołę, przy jednoczesnym poczuciu bezradności opiekunów w stawianiu granic wskazuje na pilną **potrzebę systemowego wsparcia rodziców w odbudowywaniu ich roli i autorytetu**. Zbieżność opinii obu grup co do problemów osobistych i trudności w stawianiu granic, sygnalizuje niewydolność wychowawczą, która w znacznym stopniu obniża skuteczność profilaktyki domowej. Wysoki odsetek rodziców, wskazujących na brak systemowego wsparcia, pokazuje jak bardzo mogą czuć się osamotnieni w trudnych sytuacjach oraz bezradni wobec złożonych wyzwań wychowawczych.

III.1.3 Współpraca rodziców z instytucjami

W sytuacji, kiedy rodzice chcą uzyskać wsparcie dla swojego dziecka, najczęściej kontaktują się ze szkołą (60% badanych rodziców) oraz Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną (57% rodziców). Warto jednak zaznaczyć, że są to praktycznie jedyne instytucje, z którymi rodzice podejmują współpracę. Kolejnym wyborem były dużo rzadziej wskazywane organizacje pozarządowe (wskazało na nie 17%). Jednocześnie prawie 20% rodziców zadeklarowało, że w podobnej sytuacji **nie kontaktuje się z żadną instytucją**. Także szkoły wskazały, że jedną z bardziej znaczących barier w prowadzeniu przez nie profilaktyki jest brak zaangażowania rodziców w te działania (więcej o tym problemie w rozdz. 3.2.1).

Z informacji uzyskanych podczas wywiadów z samymi rodzicami wiemy, że brak podejmowania kontaktów z instytucjami lub ograniczanie się tylko do kontaktów ze szkołą lub poradnią może wynikać z kilku powodów. Po pierwsze wskazywali oni, że **brakuje im informacji** o tym, z jakich działań w obszarze profilaktyki w Dzielnicy Bielany mogliby skorzystać.

Po drugie część osób mówiła o tym, że **nie ufają w dobre intencje instytucji** (szczególnie szkół). Rodzice wskazywali, że zdarza się iż w szkole czują się lekceważeni, oceniani lub nie traktowani w sposób partnerski. Badani rodzice podzielili się z nami swoimi obawami, że mają poczucie iż jeśli będą uczestniczyć w warsztatach z danego tematu, mogą zostać ocenieni jako mało kompetentni w danym obszarze.

Kolejnym powodem braku kontaktów z instytucjami była obawa rodziców o to, że gdy poinformują instytucje o swoich problemach wychowawczych **może zostać to gdzieś zgłoszone**, co będzie wiązało się dla nich z konsekwencjami (np. założenie Niebieskiej Karty, objęcie opieką asystenta rodziny, odebraniem świadczeń).

Część rodziców wspominała także, że nie angażują się w działania profilaktyczne oferowane przez szkoły, gdyż **działania te są słabej jakości**.

III.2. Rola szkół w działaniach profilaktycznych

III.2.1 Współpraca w obszarze profilaktyki społecznej szkół

Szkoły podstawowe i ponadpodstawowe pełnią istotną rolę w systemie profilaktyki dzieci i młodzieży, stanowiąc jedno z najważniejszych środowisk oddziaływań wychowawczych i zapobiegawczych. Ich zadania w tym zakresie wynikają bezpośrednio z przepisów prawa oświatowego oraz z przyjętych w danej placówce dokumentów wewnętrznych, w szczególności **programu wychowawczo-profilaktycznego**. Program ten, który powinien być opracowywany i realizowany we współpracy rady pedagogicznej, rady rodziców oraz samorządu uczniowskiego, określa kierunki i formy działań służących wspieraniu prawidłowego rozwoju uczniów, kształtowaniu postaw prozdrowotnych i społecznych oraz zapobieganiu zachowaniom ryzykownym, takim jak przemoc, używanie substancji psychoaktywnych czy problemowe korzystanie z mediów cyfrowych.

Do podstawowych obowiązków szkoły należy także zapewnienie uczniom bezpiecznych warunków nauki i wychowania, zarówno w wymiarze fizycznym, jak i psychicznym. Obejmuje to monitorowanie sytuacji wychowawczej, reagowanie na przejawy przemocy, demoralizacji i kryzysów emocjonalnych oraz podejmowanie działań interwencyjnych adekwatnych do rozpoznanych potrzeb. Profilaktyka powinna być **realizowana w sposób ciągły i zintegrowany z procesem dydaktycznym**, m.in. poprzez zajęcia edukacyjne, godziny wychowawcze, projekty szkolne oraz działania wzmacniające kompetencje emocjonalno-społeczne uczniów.

Istotnym elementem systemu profilaktycznego szkoły jest organizacja i udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej realizowanej przez specjalistów zatrudnionych w placówce lub we współpracy z poradniami psychologiczno-pedagogicznymi. Działania te ukierunkowane są zarówno na wsparcie uczniów doświadczających trudności rozwojowych i wychowawczych, jak i na wczesne rozpoznawanie czynników ryzyka. Równocześnie szkoła pozostaje w stałej współpracy z rodzicami oraz instytucjami działającymi na rzecz dziecka i rodziny, co umożliwia spójne i kompleksowe podejście do profilaktyki. Tak rozumiana rola szkoły stanowi punkt odniesienia dla analizy zakresu i form działań profilaktycznych podejmowanych w placówkach oświatowych na terenie Dzielnicy Bielany.

Mając świadomość znaczenia roli szkoły w profilaktyce uczniów i uczeńnic chcieliśmy przyjrzeć się temu, w jaki sposób w bielańskich szkołach planowana, wdrażana i ewaluowana jest profilaktyka społeczna. Wyniki ankiet przeprowadzonych wśród osób pracujących w szkołach wskazują, że podczas planowania i realizacji działań profilaktycznych szkoły najczęściej korzystają ze współpracy z instytucjami lokalnymi działającymi na rzecz

wsparcia dzieci i młodzieży. Zdecydowanie najczęściej wskazywanym partnerem była Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, z którą współpracę zadeklarowało niemal 94% osób badanych, co potwierdza jej kluczową rolę w diagnozowaniu potrzeb uczniów oraz wspieraniu szkół w obszarze profilaktyki i pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Istotne znaczenie ma również współpraca z Policją wskazana przez 84% badanych pracowników szkół, szczególnie w kontekście działań związanych z bezpieczeństwem, przeciwdziałaniem przemocy oraz zachowaniom ryzykownym. Wysoki odsetek wskazań dotyczył także Straży Miejskiej, z którą współpracuje blisko 78% szkół, co świadczy o częstym angażowaniu tej formacji w działania profilaktyczne o charakterze prewencyjnym i edukacyjnym. Jednocześnie warto zwrócić uwagę na fakt, że poza w/w instytucjami szkoły rzadko podejmują współpracę z innymi lokalnymi instytucjami (np. placówkami wsparcia dziennego). Jak wynika z wywiadów grupowych wynika to w dużej mierze z braku znajomości oferty tych organizacji przez osoby pracujące w szkołach. Wiemy także, że rodzice dość rzadko współpracują ze szkołami w obszarze działań profilaktycznych skierowanych do ich dzieci i poprzestają najczęściej na indywidualnych kontaktach ze szkołami w sytuacjach kryzysowych (więcej na ten temat w rozdz. 3.1.3).

III.2.2 Poznanie potrzeb w zakresie profilaktyki

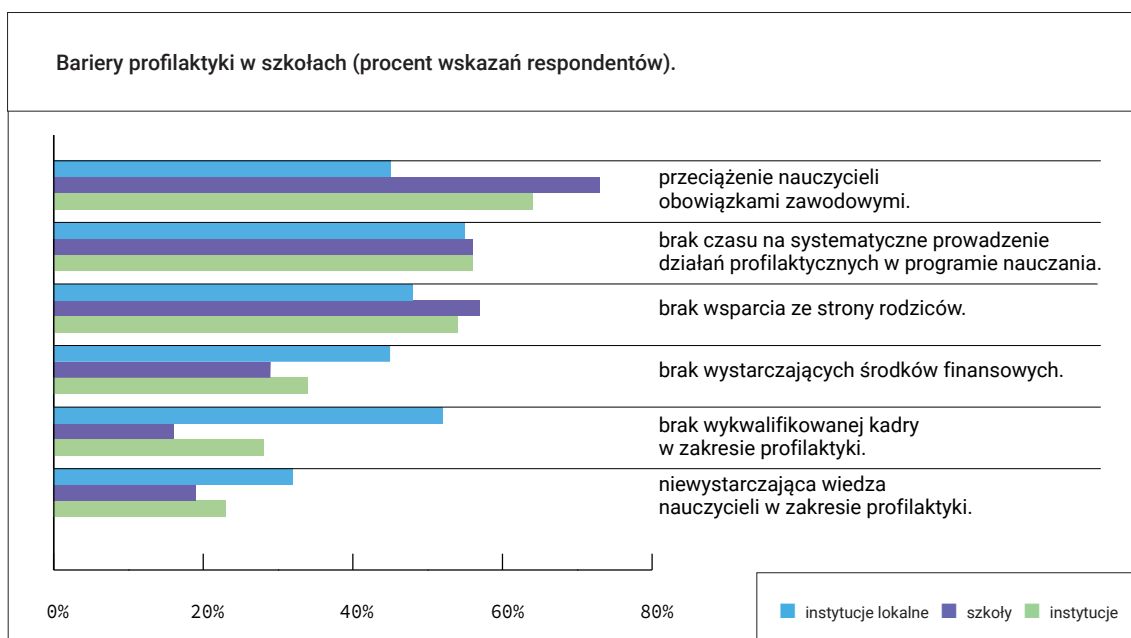
Zapytaliśmy pracowników szkół, jakie metody lub narzędzia stosuje ich placówka, aby poznać potrzeby dzieci i młodzieży w zakresie profilaktyki. Analiza wypowiedzi pracowników szkół dotyczących metod rozpoznawania potrzeb dzieci i młodzieży w obszarze profilaktyki pokazuje, że placówki **najczęściej sięgają po bezpośrednie formy kontaktu i diagnozy**. Zdecydowana większość respondentów wskazała rozmowy indywidualne z dziećmi i młodzieżą (90%) jako podstawowe narzędzie pozwalające na identyfikację trudności, zagrożeń oraz aktualnych potrzeb uczniów. Równie istotną rolę odgrywają rozmowy z rodzicami, które zadeklarowało 89% badanych, co podkreśla znaczenie współpracy szkoły z rodziną w procesie planowania działań profilaktycznych. Często wykorzystywanym narzędziem są także ankiety kierowane do dzieci i młodzieży, stosowane w 81% szkół, umożliwiające zebranie szerszych, usystematyzowanych informacji na temat problemów i oczekiwań uczniów. Wyniki te wskazują na łączenie metod jakościowych i ilościowych w diagnozie potrzeb profilaktycznych realizowanej przez szkoły.

Analiza jakościowa wywiadów przeprowadzonych z przedstawicielami instytucji lokalnych oraz młodzieżą ujawnia powtarzający się wątek **poczucia braku wysłuchania i realnego wpływu na kształt działań profilaktycznych realizowanych w szkołach**. Zarówno młodzi rozmówcy, jak i reprezentanci instytucji współpracujących ze szkołami wskazywali, że głos uczniów rzadko stanowi punkt wyjścia do projektowania działań profilaktycznych, a inicjatywy podejmowane przez szkoły mają często charakter odgórny i formalny. Uczniowie podkreślali, że ich potrzeby, doświadczenia i trudności nie zawsze

są traktowane jako istotne, co sprzyja dystansowi wobec szkoły i ogranicza gotowość do korzystania z oferowanego wsparcia. O ile młodszy uczniowie wskazywali, że w trudnej sytuacji dość często (37%) zwracają się o pomoc do swojego wychowawcy lub wychowawczynie, to starsi uczniowie czynią to dość rzadko (16%). Do innych osób pracujących w szkołach młodzi ludzie zwracają się zdecydowanie rzadziej – do nauczycieli i nauczycielek młodszy uczniowie 22% a starsi 7%, a do pedagogów lub psychologów szkolnych tylko 9% w przypadku młodszych uczniów i uczennic i 11% spośród ich starszych kolegów i koleżanek.

III.2.3 Bariery związane z prowadzeniem profilaktyki w szkole

Istotnym kontekstem dla tych ocen są bariery, z jakimi mierzą się szkoły w realizacji działań profilaktycznych. Z perspektywy pracowników szkół jedną z kluczowych trudności jest **przeciążenie obowiązkami zawodowymi**, które **ogranicza możliwość systematycznego planowania, realizowania i ewaluowania działań** profilaktycznych. Na przeciążenie wskazywało ponad 70% osób badanych z grupy pracowników szkół. Wskazywano również na utrudniony kontakt z rodzicami (58%) oraz niski poziom ich zaangażowania w działania wychowawcze i profilaktyczne, co znajduje odzwierciedlenie w wynikach ankiety rodzicielskiej dotyczącej częstotliwości uczestnictwa w inicjatywach profilaktycznych organizowanych przez szkoły lub Dzielnicę Bielany w roku szkolnym 2024/2025. Ograniczona współpraca z rodziną utrudnia budowanie spójnych oddziaływań i osłabia skuteczność podejmowanych działań.



Wykres 4. Bariery realizacji profilaktyki w szkołach w opinii pracowników instytucji i szkół. Rozkład procentowy (pytanie wielokrotnego wyboru).

Z kolei przedstawiciele innych instytucji lokalnych zwracali uwagę na bariery o charakterze organizacyjnym i kadrowym. W ich ocenie kluczowym problemem jest brak czasu na systematyczne włączanie profilaktyki w codzienny proces dydaktyczny oraz niedostateczna liczba pracowników posiadających specjalistyczne przygotowanie w zakresie profilaktyki. Wskazywano, że **działania profilaktyczne są często realizowane incydentalnie** w formie pojedynczych akcji lub projektów, co utrudnia osiąganie trwałych efektów. Zestawienie perspektyw szkół, rodziców, młodzieży i instytucji lokalnych pozwala wskazać, że bariery te wzajemnie się wzmacniają, tworząc systemowe ograniczenia dla skutecznej, partycypacyjnej i długofalowej profilaktyki.

III.2.4 Ocena działań profilaktycznych bielańskich szkół

Oceny działań profilaktycznych podejmowanych przez szkoły różnią się w zależności od perspektywy poszczególnych grup interesariuszy, co wskazuje na istnienie istotnych barier w ich odbiorze i skuteczności. **Z perspektywy rodziców** działania szkoły często postrzegane są jako **źródło napięcia i kontroli, a nie wsparcia**, co przejawia się obawą przed kontaktem ze szkołą oraz niechęcią do otwartego zgłaszania problemów dotyczących dzieci. Taki sposób postrzegania może ograniczać współpracę szkoły z rodziną i osłabiać efektywność działań profilaktycznych (więcej na ten temat w rozdz. 3.1.3).

Z kolei **uczniowie i uczennice** nierzadko deklarują **niski poziom zaufania wobec pedagogów i innych specjalistów szkolnych**, co utrudnia im korzystanie z dostępnych form pomocy oraz otwarte komunikowanie swoich trudności. Brak poczucia poufności i obawa przed konsekwencjami ujawnienia problemów sprawiają, że młodzież nie zawsze traktuje szkołę jako bezpieczną przestrzeń do rozmowy o zagrożeniach i potrzebach rozwojowych. Młode osoby wskazywały także, że szkoła kojarzy im się głównie ze **stresem wynikającym z przeciążenia nauką i przebodźcowaniem**. W konsekwencji może nie zachęcać ich to do brania udziału w zajęciach profilaktycznych prowadzonych w szkole po lekcjach. Co więcej, niektóre młode osoby podczas rozmów wskazywały, że działania profilaktyczne prowadzone w szkołach często są nudne – podejmowane tematy są im już znane albo zaproponowane formy działań są dla nich mało atrakcyjne.

Również z perspektywy innych **instytucji lokalnych** działania szkół w obszarze profilaktyki oceniane są jako **mało spójne i niewystarczająco skoordynowane**. Rzadkie podejmowanie systematycznej współpracy między szkołami a podmiotami działającymi na rzecz dzieci i młodzieży ogranicza możliwość budowania kompleksowego, środowiskowego systemu profilaktyki. W efekcie działania te mają często charakter rozproszony i doraźny, co wpływa na ich ograniczoną widoczność i skuteczność w skali lokalnej.

III.3. Pozaszkolne placówki wspierające profilaktykę dzieci i młodzieży

III.3.1 Działania profilaktyczne oferowane w Dzielnicy Bielany poza szkołami

Na terenie Dzielnicy Bielany funkcjonuje **rozbudowana sieć pozaszkolnych placówek i instytucji realizujących działania profilaktyczne** skierowane do dzieci, młodzieży oraz rodziców. Uczestnicy wywiadów wskazywali na szeroką ofertę działań. W działania te zaangażowane są zarówno podmioty publiczne (m.in. Policja, Straż Miejska, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, placówki ochrony zdrowia), jak i organizacje pozarządowe oraz ośrodki wsparcia dziennego, w tym świetlice środowiskowe i socjoterapeutyczne.

Szczególnie często wskazywane jako efektywne były działania Policji i Straży Miejskiej, oferta zajęć świetlicowych oraz zajęcia dla dzieci i młodzieży (szczególnie dla dzieci w młodszym wieku). Zakres realizowanych działań wskazywanych przez osoby badane dotyczył:

- zajęć opiekuńczo-wychowawczych i świetlicowych,
- działań profilaktycznych i socjoterapeutycznych dla dzieci i młodzieży,
- zajęć rozwijających kompetencje społeczne i społeczno-emocjonalne (m.in. TUS),
- wsparcie terapeutyczne dla dzieci, młodzieży i rodzin,
- warsztaty, spotkania psychoedukacyjne oraz grupy wsparcia dla rodziców.

Mimo szerokiej oferty działań profilaktycznych prowadzonych w Dzielnicy Bielany, w odpowiedziach osób badanych widać, że **rodzice głównie kontaktują się z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną lub ze szkołą**, a rzadziej korzystają ze wsparcia lokalnych instytucji (więcej na ten temat w rodz. 3.1.3.). Z ankiet przeprowadzonych wśród osób pracujących w instytucjach lokalnych wiemy, że współpracują one głównie z Policją, Strażą Miejską, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną oraz Urzędem Dzielnicy Bielany. Ważną rolę w realizacji działań profilaktycznych stanowią także organizacje pozarządowe. Instytucje rzadko współpracują ze szkołami, MALami, czy bibliotekami oraz Specjalistycznym Punktem Konsultacyjnym przy Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii. Szkoły współpracują najczęściej z PPP oraz NGO oraz Policją – najrzadziej z MALami, bibliotekami, Specjalistycznym Punktem Konsultacyjnym oraz Interdyscyplinarnym Zespołem ds. Przemocy Domowej.

Analiza jakościowa pozwoliła na identyfikację zasobów lokalnych, które do pewnego stopnia są lub mogą być wykorzystywane w systemie

pozaszkolnych działań profilaktycznych. Zidentyfikowane zasoby lokalne to przede wszystkim:

- istniejąca sieć placówek i organizacji realizujących działania profilaktyczne,
- doświadczenie kadry pracującej z dziećmi, młodzieżą i rodzinami,
- wysoka gotowość części placówek do współpracy i wymiany doświadczeń,
- potencjał infrastrukturalny ogólnodostępnych instytucji, takich jak biblioteki, MAL-e, postrzeganych jako miejsca neutralne i łatwo dostępne (tz. „trzecie miejsce” które wzmacnia relacje w rodzinie, ale także relacje sąsiedzkie).

III.3.2 Ocena oferty profilaktycznej

Zebrany materiał badawczy wskazuje, że realizowane działania odpowiadają na istotne potrzeby lokalnej społeczności, jednak ich **dostępność jest zróżnicowana** – głównie ze względu na chaos informacyjny, lub brak wiedzy na temat aktualnej oferty działań. Dużym zainteresowaniem cieszą się zajęcia świetlicowe – wysoka frekwencja i przepełnienie świetlic wskazują na niedobór miejsc, zbyt małą liczbę osób w nich pracujących oraz niewystarczającą skalę oferty w stosunku do potrzeb mieszkańców.

W opinii osób badanych **brakuje oferty dla starszej młodzieży oraz dla rodziców**. Szczególnie w obszarze wsparcia dla rodziców brakuje miejsc, w których prowadzona jest terapia, konsultacje psychologiczne oraz zajęcia psychoedukacyjne. Rodzice nie chcą uczestniczyć w zajęciach – kiedy działania są organizowane, frekwencja jest bardzo niska. Jednocześnie rodzice deklarowali, że szukają godnych zaufania miejsc, jednak gubią się w nadmiarze informacji. Kolejną barierą w korzystaniu z zajęć była ich odpłatność oraz zróżnicowany poziom. Osoby badane wskazywały na następujące trudności:

- brak spójnej, aktualnej informacji o dostępnej ofercie profilaktycznej (opinia wszystkich grupy badanych),
- trudności w orientacji w ofercie, zwłaszcza w przypadku zajęć odpłatnych, charakteryzujących się zróżnicowanym poziomem jakości (opinia rodziców i pracowników szkół),
- niską rozpoznawalność części instytucji i programów realizowanych na terenie dzielnicy (opinia rodziców i pracowników instytucji),
- problemy z rekrutacją uczestników, w szczególności rodziców (opinia pracowników szkół i instytucji),
- przeciążenie Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, skoncentrowanej głównie na działaniach diagnostycznych, przy ograniczonych możliwościach realizacji profilaktyki i psychoedukacji (opinia rodziców i pracowników instytucji).

Jednocześnie badanie ujawniło **niski poziom współpracy i koordynacji działań pomiędzy placówkami**. W wielu przypadkach instytucje realizujące podobne działania funkcjonują równolegle, bez wzajemnej wiedzy o swojej ofercie, co ogranicza efektywność systemu wsparcia. Świadczyć o tym może chociażby fakt, że podczas wywiadów pracownicy instytucji po raz pierwszy dowiadawali się o ofercie innych instytucji, z chęcią wymieniali się kontaktami.

III.3.3 Bariery utrudniające prowadzenie działań profilaktycznych lokalnym instytucjom

Interesowały nas także główne bariery w prowadzeniu działań profilaktycznych przez instytucje lokalne w Dzielnicy Bielany. Wśród barier najczęściej wskazywanych w ankietach przez osoby pracujące w nich są:

- przeciążenie bieżącymi obowiązkami pracowników instytucji (58%)
- niewystarczające środki własne lub ze źródeł zewnętrznych, które można wykorzystać na działalność profilaktyczną (26%)
- brak długofalowej strategii działań profilaktycznych Dzielnicy Bielany, w ramach której instytucje lokalne mogłyby zaplanować swoje działania (29%)
- brak narzędzi i kompetencji do diagnozy problemów (26%)

Ponadto w czasie wywiadów grupowych z przedstawicielami lokalnych instytucji ale także z rodzicami i młodzieżą, pojawiły się dodatkowe ważne bariery związane z prowadzeniem działań profilaktycznych w Dzielnicy Bielany. Wiele osób wskazywało na:

- brak znajomości działań innych organizacji organizacjach (w tym szkół),
- niewystarczającą liczbę miejsc w świetlicach (nie tylko świetlicach socjoterapeutycznych czy środowiskowych),
- brak oferty skierowanej do starszej młodzieży, w tym bezpłatnych form aktywności, wolontariatu i działań środowiskowych,
- brak nieodpłatnych zajęć rozwijających kompetencje społeczno-emocjonalne,
- ograniczoną ofertę wsparcia dla rodziców, w szczególności w zakresie długofalowej psychoedukacji.

III.4. Rola Urzędu Dzielnicy w kształtowaniu profilaktyki w Dzielnicy Bielany

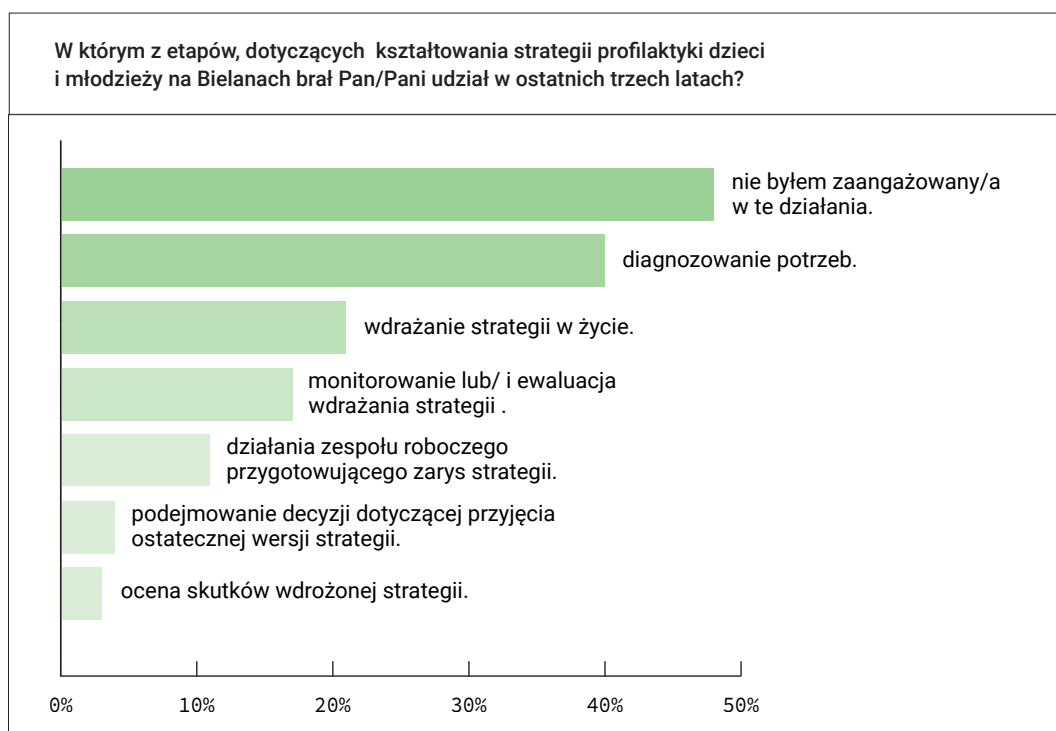
III.4.1 Lokalna polityka w obszarze profilaktyki społecznej

Ogólnowarszawska strategię w obszarze profilaktyki społecznej określa **Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii m.st. Warszawy na lata 2022–2025** oraz konsultowany w ostatnim roku **Program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii m.st. Warszawy na lata 2026–2029**. Jednocześnie poza ogólnowarszawska strategią – której profilaktyka jest tylko częścią – osoby z którymi rozmawialiśmy w Dzielnicy Bielany nie wspominały w jaki sposób na poziomie dzielnicowym realizują strategiczne założenia programów. Co więcej, z naszych badań wynika, że działania w dużej mierze realizowane są raczej *ad hoc* – w zależności od pojawiających się na ten cel środków³, oferowanych współpracy lub zgłoszonych sytuacji kryzysowych (np. samobójstwo w jednej ze szkół, medialny konflikt z nauczycielką).

W Dzielnicy Bielany **nie prowadzono do tej pory szerzej zakrojonych konsultacji** – ze specjalistami i specjalistami z lokalnych instytucji, mieszkańcami i mieszkankami czy samą młodzieżą i dziećmi związanych z planowaniem polityki w obszarze profilaktyki społecznej.

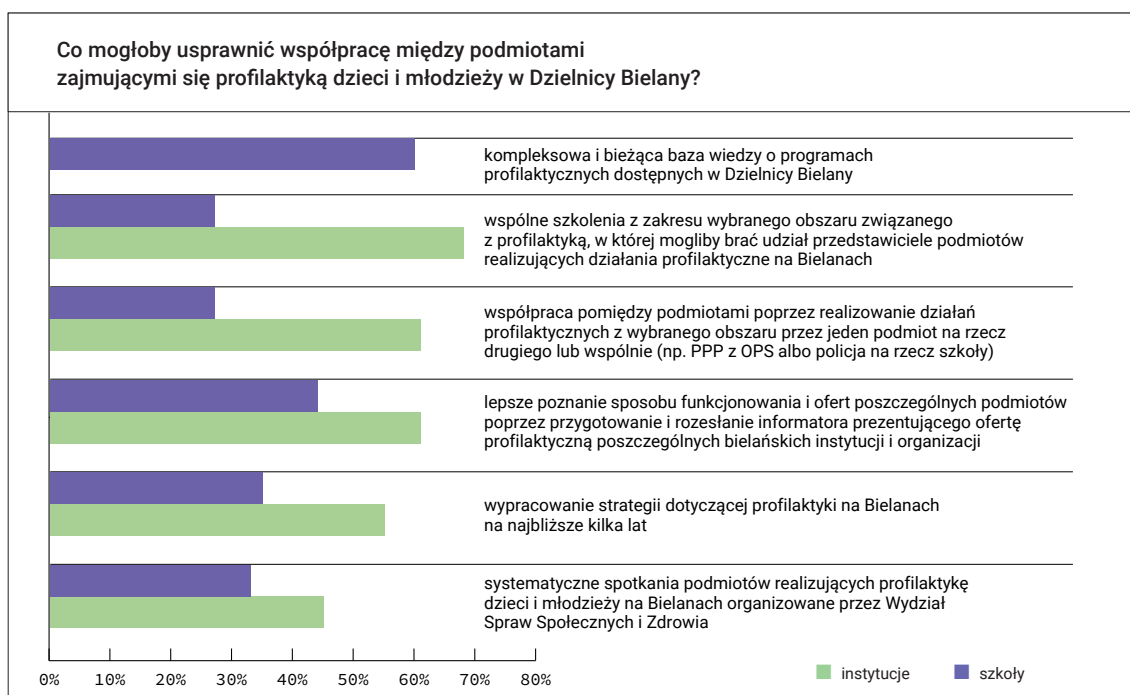
Prawie połowa (46%) osób badanych z instytucji wskazała, że nie brało udział w żadnych działaniach mających na celu kształtowanie profilaktyki. Najczęściej (41%) osoby wskazywały, że brały udział w diagnozowaniu potrzeb – można przypuszczać, że chodziło głównie o diagnozowanie potrzeb na potrzeby działań konkretnej szkoły (54%) lub instytucji (12%), bo jak wiemy z wywiadów grupowych nie istnieją w Dzielnicy Bielany kanały (poza rocznym sprawozdaniem do Wydziału Oświaty), którymi można by przekazać wyniki takich diagnoz i podjąć pracę w oparciu o nie na poziomie całej dzielnicy. Można też przypuszczać opierając się o wyniki ankiet oraz wywiadów, że pozostałe działania takie jak wdrażanie strategii w życie czy monitoring i ewaluacja, także dotyczy poziomu konkretnej szkoły, a nie całej dzielnicy. Także bielańscy urzędnicy potwierdzają, że nie prowadzą – poza spotkaniami z dyrektorami i dyrektorkami szkół – systematycznej współpracy z bielańskimi instytucjami i szkołami w obszarze diagnozowania, planowania, wdrażania i monitorowania.

³ Jest to związane z tym, że działania profilaktyczne mogą być finansowane z tzw. korkowego – a kwota tych środków nie jest do zaplanowania z wyprzedzeniem – jak twierdzą bielańscy urzędnicy.



Wykres 5. Kształtowanie strategii profilaktyki. Rozkład procentowy odpowiedzi pracowników instytucji na temat udziału w kolejnych etapach kształtowania strategii profilaktyki w Dzielnicy Bielany. Pytanie wielokrotnego wyboru.

Jednocześnie podczas wywiadów grupowych, oraz eksperckich, osoby reprezentujące bielańskie instytucje edukacyjne i pomocowe wskazywały, że chciałyby brać udział w planowaniu lokalnych rozwiązań. 41% badanych z instytucji bielańskich (54% instytucji lokalnych i 34% szkół) wskazało, że pomocne we współpracy byłoby wspólne wypracowanie strategii w obszarze profilaktyki, a na potrzebę organizacji systematycznych spotkań podmiotów zajmujących się profilaktyką wskazało 38% badanych (45% z instytucji działających w obszarze profilaktyki i 33% ze szkół).



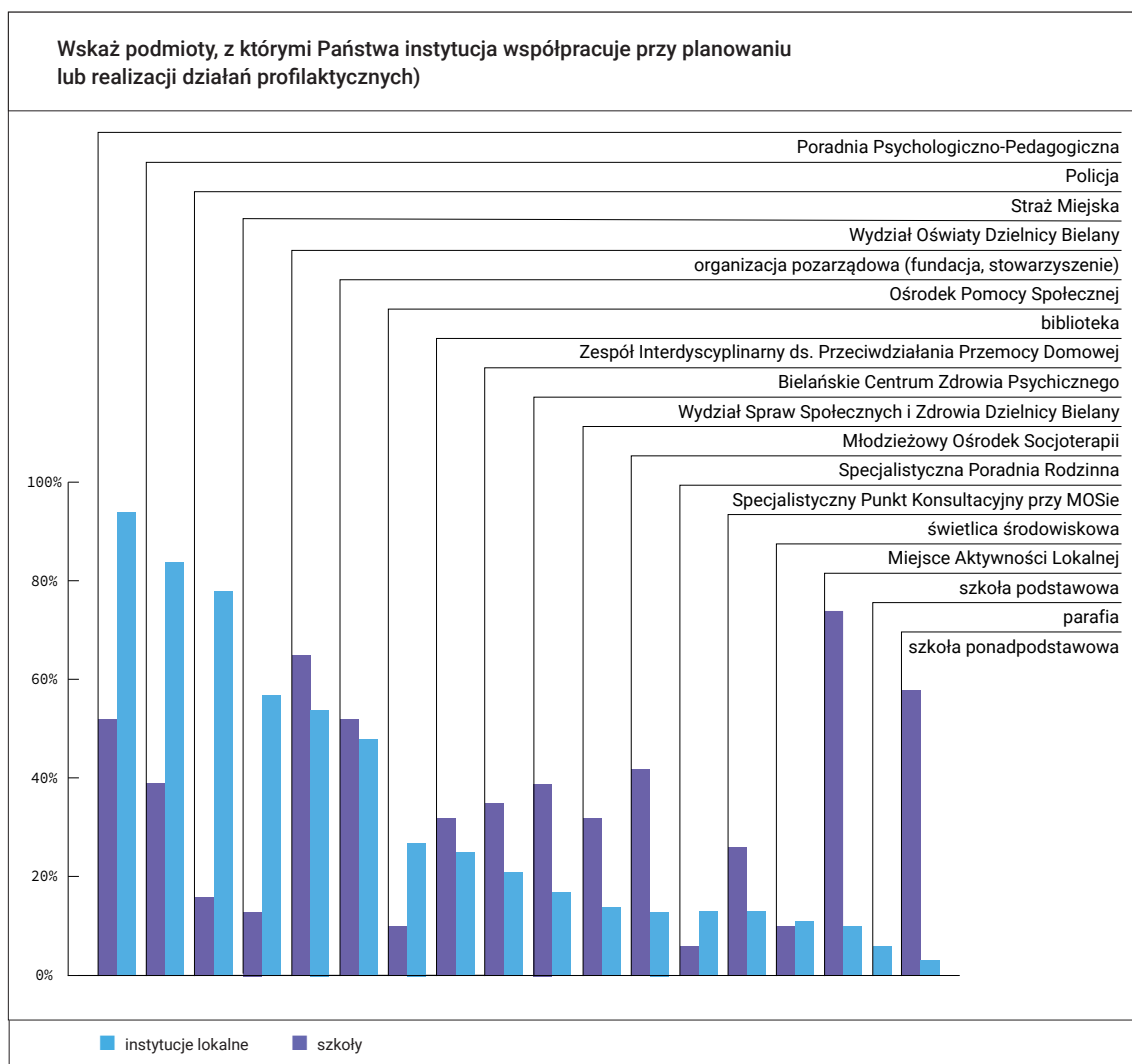
Wykres 6. Usprawnienie współpracy w obszarze profilaktyki. Rozkład procentowy odpowiedzi pracowników szkół i instytucji na temat sposobów usprawnienia współpracy. Pytanie wielokrotnego wyboru.

III.4.2 Sieciowanie lokalnych instytucji związanych z profilaktyką społeczną

W Dzielnicy Bielany **nie prowadzi się systematycznych działań mających na celu sieciowanie instytucji związanych z profilaktyką społeczną**. Poza Siecią Wsparcia i Samokształcenia Pedagogów i Psychologów z Dzielnicy Bielany prowadzoną pod patronatem WCIESu nie istnieją inicjatywy, które umożliwiłyby spotkanie się, wymianę doświadczeń czy też konsultowanie różnych rozwiązań. Bardzo dużym problemem jest brak wiedzy na temat podejmowanych działań w obszarze profilaktyki przez poszczególne bielańskie instytucje. 58% badanych osób pracujących w instytucjach lokalnych oraz 58% ze szkół wskazało, że brakuje im przepływu informacji o ofercie i działaniach innych placówek.

Jak wynika z przeprowadzonych przez nas ankiet w szkołach i instytucjach lokalnych **współpraca w zakresie profilaktyki prowadzona jest w zamkniętym kręgu** – szkoły współpracują głównie z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną (94%), Policją (84%), Strażą Miejską (78%), organizacjami pozarządowymi (54%) oraz OPSem (47%). Z kolei badani z instytucji lokalnych wskazali, że współpracują przede wszystkim ze szkołami podstawowymi (74%), organizacjami pozarządowymi (65%), szkołami ponadpodstawowymi (58%), Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną (52%) oraz OPSem (52%).

Jak wynika z powyższych danych, współpraca w obszarze profilaktyki w Dzielnicy Bielany prowadzona jest w pewnego rodzaju bańce. Pomimo funkcjonowania na terenie Dzielnicy Bielany wielu instytucji i organizacji zajmujących się szeroko rozumianą profilaktyką społeczną nie są one ze sobą posieciowane, w związku z czym nie korzystają wzajemnie ze swoich zasobów.



Wykres 7. Współpraca przy planowaniu i realizacji działań profilaktycznych. Zestawienie procentowe odpowiedzi pracowników szkół i instytucji na pytanie dotyczące podmiotów, z którymi nawiązano współpracę. Pytanie wielokrotnego wyboru.

Również w czasie wywiadów grupowych okazało się, że bielańskie instytucje mogłyby skorzystać z tego, co w obszarze profilaktyki oferują inne instytucje, ale nie znają ich oferty. Na przykład podczas naszego badania udało nam się zainicjować kontakt pomiędzy OPSem a Policją, która będzie prowadzić dla rodziców korzystających z OPSu spotkania dotyczące zagrożeń związanych z używkami. Z drugiej strony, brak wiedzy o tym co robią inni prowadzi do dublowania się działań i „podbierania” sobie klientów.

Ponadto, brak systematycznych kontaktów i wymiany doświadczeń sprawia, że instytucje nie wykorzystują dobrych praktyk związanych z profilaktyką wypracowanych w innych instytucjach. Na przykład podczas jednego z wywiadów grupowych okazało się, że w jednej ze szkół ponadpodstawowych wypracowano narzędzie do diagnozy potrzeb w zakresie profilaktyki w klasach pierwszych. Pedagodzy i pedagożki z innych szkół wyrazili chęć skorzystania z tego narzędzia, o którym wcześniej nie wiedzieli. Brak systemowego dzielenia się dobrymi praktykami wiąże się także z ich zanikaniem w związku z brakiem pamięci instytucjonalnej. Oznacza to, że dobra praktyka wprowadzona przez konkretną osobę może zniknąć z mapy Dzielnicy Bielany, jeśli taka osoba zmieni miejsce pracy.

Warto także zwrócić uwagę, że na poziomie samego Urzędu Dzielnicy przepływ informacji pomiędzy Wydziałem Spraw Społecznych i Zdrowia a Wydziałem Oświaty nie jest usystematyzowany. Spotkania tych dwóch Wydziałów odbywają się „w razie potrzeby” i mają raczej formę nieformalnych rozmów lub uczestniczenia ad hoc w spotkaniach z dyrektorami. Wydziały te – jak wynika z przeprowadzonych przez nas wywiadów – nie współpracują także w obszarze diagnozowania, planowania, wdrażania czy ewaluowania działań z obszaru profilaktyki społecznej. O ile w kompetencjach Wydziału Oświaty nieleżą zadania z zakresu profilaktyki społecznej, o tyle warto zwrócić uwagę, że to właśnie ten Wydział posiada największą wiedzę o potrzebach bielańskich uczniów i uczennic.

III.4.3 Finansowe i pozafinansowe formy wsparcia profilaktyki społecznej w Dzielnicy Bielany

Jak wskazaliśmy powyżej środki na działania profilaktyczne w dzielnicy pozyskiwane są głównie z tzw. korkowego, więc ich kwota zmienia się co roku. Drugą formą finansowania są pieniądze przeznaczone na profilaktykę z Biura Edukacji, Biura Pomocy lub Projektów Społecznych lub Biura Polityki Zdrowotnej Urzędu M.St. Warszawy w ramach realizowanych przez nie projektów lub dofinansowania realizacji zadań publicznych. Ponieważ środki na profilaktykę społeczną płyną dwutorowo (a dodatkowo też przez inne kanały dofinansowania np. woj. mazowieckiego, konkursy ogólnokrajowe) Urząd Dzielnicy Bielany nie ma pełnego obrazu, jakie działania

i z jakich środków realizowane są w dzielnicy. W konsekwencji niektóre działania mogą się dublować, a innych być zdecydowanie za mało, chociaż są potrzebne.

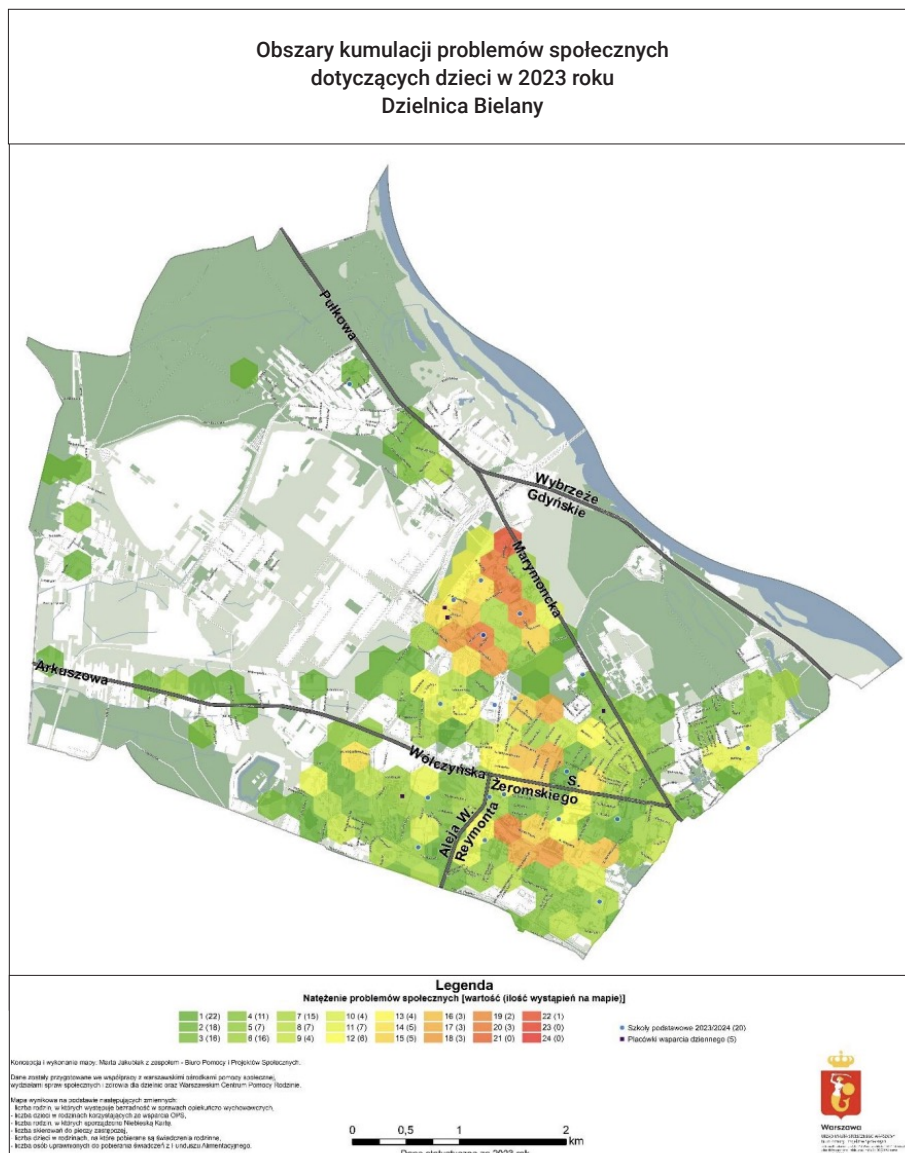
Prawie 1/3 badanych osób z instytucji (29% badanych nauczycieli i nauczycielek oraz 28% osób pracujących w instytucjach lokalnych) wskazała, że barierą w prowadzeniu działań profilaktycznych jest brak wystarczających środków. Wydaje się jednak, że większym problemem – co potwierdziły osoby badane w czasie wywiadów – jest brak przewidywalności co do otrzymania środków. Osoby badane wskazywały, że szkoły nie wiedzą kiedy i jakie środki na profilaktykę otrzymają. Nie znają też kryteriów przydzielania funduszy i mają poczucie, że szkoły wybierane są w arbitralny sposób. Część osób wskazywała również, że środki można otrzymać, kiedy bezpośrednio poprosi się o nie burmistrza.

Co więcej, wiele osób mówiło, że brakuje także konsultacji z lokalnymi instytucjami dotyczących tego na co i w jaki sposób przydzielić środki finansowe. Przykładem tego jest projekt RESQL, który realizowany jest w większości bielańskich szkół, mimo listu sprzeciwu podpisanego przez wielu bielańskich pedagogów i pedagożek. Osoby badane wskazywały, że jest to drogi program, z którego praktycznie nie korzystają. W ich ocenie jest to marnowanie środków, które mogłyby być spożytkowane w inny sposób. Co więcej, również bielańscy urzędnicy nie do końca potrafili wykazać, w jaki sposób rozdzielają środki bądź decydują, o tym jakie konkursy zostaną rozpisane. Nie prowadzone są w tych obszarach żadne konsultacje z lokalnymi instytucjami. Panuje też poczucie, że Urząd Dzielnicy nie informuje w przejrzysty sposób o tym, w jaki sposób rozporządza środkami na profilaktykę.

Na koniec warto również wspomnieć o tym, że ze względu na brak kanałów komunikacji i posiedziowania lokalnych instytucji, a także lokalnych instytucji i Urzędu Dzielnicy, zasoby dzielnicy na które przeznaczane są lokalne lub miejskie środki nie są optymalnie wykorzystywane. Na przykład, podczas wywiadów grupowych, a także z wyników ankiet wynika, że bardzo mało osób korzysta ze Specjalistycznego Punktu Konsultacyjnego przy Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii nr 4. Tylko 11% osób z instytucji lokalnych wykazało, że korzysta z Punktu (wśród rodziców było to zaledwie 0,9%). Innym przykładem nie do końca optymalnego wykorzystywania lokalnych zasobów jest to, że niektóre świetlice środowiskowe działające w Dzielnicy Bielany chcąc korzystać z boisk szkolnych w ramach swoich działań, organizują taki dostęp w ramach indywidualnych, nieformalnych kontaktów. W konsekwencji nie zawsze mają dostęp do boiska i „každorazowo muszą się o to prosić, nawet jeśli boisko stoi puste”.

III.5. Mapowanie wyzwań związanych z profilaktyką – perspektywa miejscowa

W ramach przygotowań nowego *Programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii m.st. Warszawy na lata 2026–2029* przygotowano dla każdej z dzielnic mapę z obszarami kumulacji problemów społecznych dotyczących dzieci dla każdej dzielnicy. Na Rysunku 3 przedstawiona jest mapa dla Dzielnicy Bielany.



Rysunek 3. Obszary kumulacji problemów społecznych, dotyczących dzieci w Dzielnicy Bielany w roku 2023. (źródło: Programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii m.st. Warszawy na lata 2026–2029, s. 80)

Z danych przedstawionych na mapie wynika, że obszarami z największą kumulacją problemów społecznych w Dzielnicy Bielany były następujące obszary: Wrzeciono, Huta, Piaski, Wawrzyszew, Stare Bielany.

Podczas naszych badań staraliśmy się ponownie zidentyfikować obszary, które wymagają bardziej intensywnych działań w obszarze profilaktyki społecznej. Na wstępie warto zauważyć, że przeważały głosy mówiące o tym, że nie ma jednego konkretnego miejsca, bo w każdy z obszarów dzielnicy powinien być objęty działaniami. Generalnie osoby badane wskazywały raczej na bardzo specyficzne miejsca, w których gromadzi się młodzież, niż na konkretne obszary. Najczęściej pojawiającymi się lokalizacjami były:

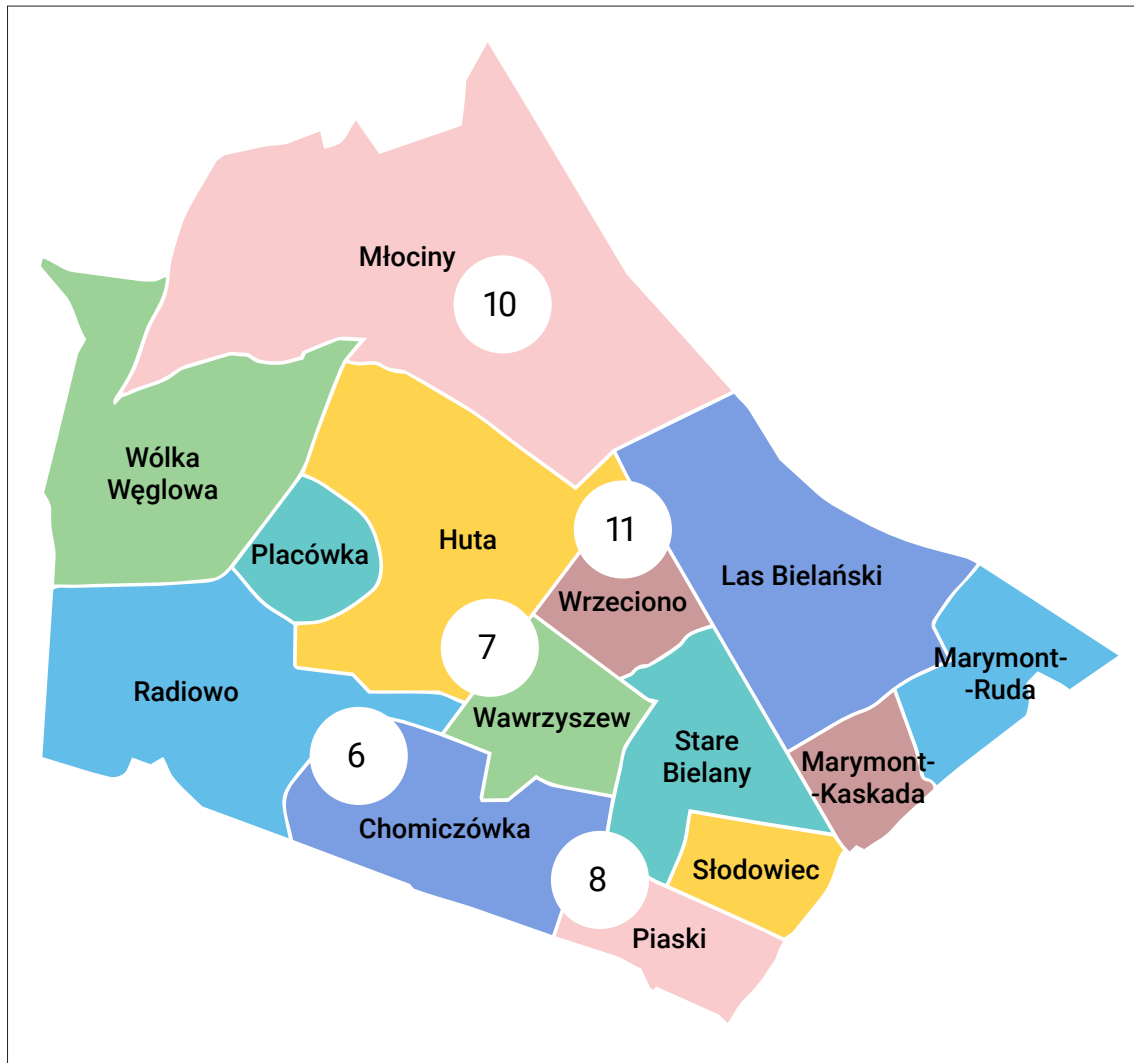
- Galeria Handlowa Młociny – miejsce, gdzie młodzież spędza dużo wolnego czasu, wskazana także jako miejsce gdzie dochodzi do bójek i rozbojów z udziałem młodych ludzi,
- bielańskie parki – miejsca, gdzie młodzież spędza dużo wolnego czasu, pali papierosy i pije alkohol,
- okolice Mediateki Start-Meta – miejsce umawiania się młodzieży na spotkania („zbiórki”),
- boiska przy szkołach.

Poza tymi miejscami wymienianymi przez osoby ze wszystkich badanych grup, zarówno młodszy jak i starsi uczniowie i uczennice w ankietach wskazywali, że spędzają czas także:

- przy stawach Brustmana,
- w Lesie Bielańskim i w Lasku Lindego,
- na wałach nad Wisłą,
- na okolicznych placach zabaw.

Podczas wywiadów jak i w ankietach pytaliśmy także specjalistów oraz kadrę pedagogiczną w jakich miejscach w Dzielnicy Bielany warto byłoby otworzyć nowe ośrodki wsparcia dziennego. Osoby badane często wskazywały, że nie ma konkretnego miejsca, bo zapotrzebowanie jest bardzo duże. Podczas warsztatów partycypacyjnych ze specjalistami stwierdzono nawet, że w dzielnicy przydałoby się jedno takie miejsce na dwie szkoły – czyli około 20 placówek (obecnie jest ich 5). Inne osoby, które wskazywały konkretne obszary Dzielnicy Bielany wymieniały najczęściej:

- Wrzeciono,
- Młociny,
- Piaski,
- Wawrzyszew,
- Chomiczówkę.



Rys. 4. Wskazania osób badanych dotyczące miejsca lokalizacji nowych placówek wsparcia dziennego dla dzieci i młodzieży (opracowanie własne).

Wskazania te pokrywają się w dużym stopniu z mapą problemów społecznych z 2023 roku. Warto jednak zwrócić uwagę, że na w/w mapie obszar Młocin nie jest wskazywany jako obszar problemowy, prawdopodobnie dlatego mapa przygotowywana była w oparciu o dane o sytuacji rodzin mieszkających na danym obszarze. Taki sposób diagnozowania pomija problemy społeczne wynikające z przemieszczania się młodych osób na terenie Dzielnicy. Dlatego też zwracamy uwagę, że nowe placówki warto otwierać nie tylko w obszarach, gdzie mieszkają rodziny z problemami, ale także w miejscach gromadzenia się młodych osób.

III.6. Mocne strony profilaktyki w Dzielnicy Bielany oraz aspekty do rozwoju

III.6.1 Mocne strony

Niewątpliwie mocną stroną profilaktyki w Dzielnicy Bielany jest funkcjonowanie **wielu instytucji**, które prowadzą **różnorodne działania w zakresie profilaktyki**. Podczas badań poznaliśmy wiele dobrych praktyk, które zebraliśmy w tabeli na końcu tego rozdziału. Te działające skutecznie instytucje publiczne i organizacje pozarządowe nie są systemowo zsieciovane. Niewątpliwie, to co można wykorzystać to **nieformalne kontakty** pomiędzy przedstawicielami różnych bielańskich instytucji, które polegają na prywatnych relacjach osób w nich pracujących.

Drugą mocną stroną, także związaną z dobrymi praktykami jest to, że można je **skalować** – czyli z jednego miejsca przenosić je – po drobnych modyfikacjach – do innych miejsc np. z świetlicy środowiskowej do MALu czy szkoły. Wymaga to przede wszystkim znajomości tych działań oraz chęci podzielenia się swoim know-how z innymi.

W Dzielnicy istnieje także **pamięć o dobrych praktykach**, które skutecznie funkcjonowały w przeszłości ale obecnie – z różnych względów – już ich nie ma. Takimi działaniami były np. prowadzone na szeroką skalę w jednej z bielańskich parafii bezpłatne konsultacje wychowawcze dla rodziców prowadzone rokrocznie przez wiele lat i cieszące się dużym zainteresowaniem.

Część osób pracujących dłużej w Dzielnicy pamięta takie skuteczne rozwiązania, warto zatem skorzystać z ich doświadczeń, tym bardziej, że podczas naszych badań wielu specjalistów i specjalistek, ale także rodziców, zgłaszało **chęć aktywnego włączenia się w tworzenie działań profilaktycznych** w Dzielnicy Bielany. Mówili oni, że z chęcią włączą się w konsultowanie lokalnej polityki w obszarze profilaktyki, dzielenie się swoim know-how, czy współtworzenie bazy danych z informacjami dotyczącymi działań profilaktycznych.

Na koniec warto także podkreślić, że mimo iż pod względem powierzchni Dzielnica Bielany zalicza się do większych dzielnic Warszawy, to zdaniem osób tu mieszkających jest ona na tyle mała, że problemu nie stanowi to, że pewne działania profilaktyczne nie odbywają się blisko ich miejsc zamieszkania. Zarówno młodzież jak i ich rodzice pytani, o to gdzie w Dzielnicy Bielany powinny odbywać się działania profilaktyczne wskazywali, że dzielnica jest na tyle **dobrze skomunikowana i na tyle mała**, że problemem nie jest dla nich dojechać do instytucji, w której takie działania odbywałyby się.

III.6.2 Aspekty profilaktyki, które warto rozwijać

Najczęściej wskazywanym aspektem profilaktyki, który warto rozwijać jest **brak długofalowej strategii związanej z profilaktyką społeczną** w Dzielnicy Bielany. Z badań wydaje się, że **działania podejmowane są głównie ad hoc** bez większych konsultacji czy to z odbiorcami działań (np. szkołami), czy też między Wydziałem Spraw Społecznych i Zdrowia a Wydziałem Oświaty. Planowanie działań utrudnia również fakt, że rok budżetowy w Urzędzie Dzielnicy trwa od stycznia do grudnia, a w szkołach działania planowane są od września do sierpnia. W konsekwencji na ich przeprowadzenie pozostają około 4 miesiące.

Co więcej, wiele osób wskazywało na **brak przejrzystych zasad rozdzielania środków na działania profilaktyczne** – instytucje nie do końca wiedzą, kto i na jakich zasadach otrzymuje środki na profilaktykę (poza konkursami na realizację zadań publicznych). Z kolei Urząd Dzielnicy nie ma kontroli nad tym, na co wydawane są środki płynące bezpośrednio z Urzędu Miasta lub innych źródeł finansowania (np. projekty krajowe czy unijne realizowane przez organizacje pozarządowe w Dzielnicy Bielany). Wiele badanych osób wskazywało także, że działania profilaktyczne nie są odpowiednio konsultowane i ewaluowane z włączeniem społeczności lokalnej.

W konsekwencji w Dzielnicy można zaobserwować, iż niektóre **działania profilaktyczne dublują się** – przez co np. nie można zebrać odpowiedniej liczby osób, która brała by w nich udział w konkretnej instytucji. W wielu przypadkach **brakuje także komplementarności działań** (np. szkoła prowadzi zajęcia z zarządzania emocjami dla uczniów i uczennic, a w MALu są zajęcia z tej samej tematyki dla rodziców). Brakuje też spojrzenia na profilaktykę w Dzielnicy z **lotu ptaka i umieszczenia jej w perspektywie czasowej**. Z naszych badań wynika, że szkoły, ze względu na mało środków decydują się na włączenie w większość działań profilaktycznych oferowanych bezpłatnie przez organizacje pozarządowe. W rezultacie „biorą wszystko co jest im oferowane”. Prowadzi to czasami do sytuacji, gdzie są szkoły, które (głównie ze względu na relacje nieformalne) współpracują z wieloma organizacjami pozarządowymi i mają relatywnie bogaty program zajęć profilaktycznych i szkoły, które są niejako białymi plamami mimo obiektywnie większego zapotrzebowanie na takie działania. Wszystkie te opisane powyżej mechanizmy prowadzą do mało efektywnego wykorzystania zasobów Dzielnicy na działania profilaktyczne.

Nasze badania ujawniły także, że **pojęcie profilaktyki bardzo często mylone jest z pojęciem interwencji**. Działania często podejmowane są dopiero w sytuacjach kryzysowych, a nie w celu zapobiegania im. Takie podejście było szczególnie widoczne wśród osób pracujących w szkołach oraz wśród rodziców – zapytani o działania profilaktyczne wskazywali w pierwszej kolejności różne formy interwencji (np. poszukiwania miejsc, w których można otrzymać wsparcie specjalistów lub prowadzenie zajęć w szkole

związanych z bieżącymi trudnościami np. kryzys emocjonalny, konflikty). Dopiero w pogłębionej rozmowie z rodzicami i specjalistami pojawiały się wypowiedzi związane z potrzebą budowania zasobów indywidualnych i środowiskowych.

Kolejnym aspektem, który utrudnia działania profilaktyczne jest duże **przeciążenie kadry pedagogicznej** obowiązkami zawodowymi. Nauczyciele i nauczycielki głównie wskazywali, że w bielańskich szkołach uczy się bardzo dużo dzieci i młodzieży z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego oraz uczniów i uczennic ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Również osoby pracujące w instytucjach wskazywały, że **przeciążenie bieżącymi obowiązkami** powoduje, że nie mają czasu na prowadzenie działań profilaktycznych.

Innym ważnym aspektem nad, którym należy się pochylić myśląc o wzmacnianiu działań profilaktycznych w Dzielnicy Bielany jest **małe zaangażowanie rodziców w profilaktykę**. Jak wynika z naszych badań wśród specjalistów i rodziców – ci ostatni bardzo rzadko współpracują ze szkołami w obszarze profilaktyki. Przykładowo prawie wcale nie pojawiają się w szkole na różnego rodzaju spotkaniach, warsztatach, wykładach, podczas których omawiane są różne zagadnienia związane z profilaktyką społeczną. Także specjaliści pracujący w lokalnych instytucjach wskazywali, że bardzo trudno jest zaangażować rodziców w organizowane przez siebie wydarzenia.

Ostatnim aspektem wartym rozwinięcia w kontekście profilaktyki jest **brak miejsc i działań dla starszej młodzieży**, która szczególnie mierzy się z poczuciem osamotnienia i braku wspierających dorosłych wokół nich. O ile dla młodszych uczniów i uczennic bielańskie instytucje oferują szerszą ofertę związaną z szeroko rozumianą profilaktyką np. w postaci działań ośrodków wsparcia dziennego czy też zajęć zorganizowanych, dla ich starszych kolegów i koleżanek oferta jest bardzo ograniczona. Za przykład można podać liczbę placówek wsparcia dziennego dla młodszych mieszkańców Dzielnicy Bielany (cztery placówki) w stosunku takich miejsc dla młodzieży (jedna! placówka).

Dobre praktyki związane z profilaktyką w Dzielnicy Bielany

Poniżej prezentujemy zbiór dobrych praktyk w zakresie profilaktyki społecznej realizowanych w Dzielnicy Bielany, które zidentyfikowaliśmy w naszym badaniu w czasie naszego badania. Były one wskazywane były zarówno przez osoby pracujące w bielańskich instytucjach, jak i rodziców i opiekunów, a także przez samych uczniów i uczennice.

Tabela 7. Zestawienie dobrych praktyk w obszarze profilaktyki, zidentyfikowanych podczas trwania projektu Kierunek Zmiana.

Nazwa praktyki	Opis	Gdzie jest realizowana	Kontakt
Miejsca			
Specjalistyczny Punkt Konsultacyjny przy Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii Nr 4	W tym Punkcie specjaliści udzielają konsultacji w zakresie pracy z uczennicami/uczniemi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w następujących obszarach: niepełnosprawność wzrokowa, niepełnosprawność słuchowa, niepełnosprawność intelektualna, spektrum autyzmu, trudności wychowawcze, w tym zagrożenie niedostosowaniem społecznym.	Z punktu mogą skorzystać wszyscy specjaliści z warszawskich placówek oświatowych, a także warszawscy rodzice.	Aleja Władysława Reymonta 16, 01-842 Warszawa
Klub Młodzieżowy „Latarka”	Klub Młodzieżowy „Latarka” jest placówką wsparcia dziennego dla młodzieży w wieku 13–20 lat z Dzielnicy Bielany. Organizatorzy oferują konsultacje z psychologiem, korepetycje, zajęcia plastyczne i ceramiczne, zajęcia z realizacji dźwięku, warsztaty ceramiczne dla mam i dzieci oraz wspólne wyjścia (m.in. gokarty, hangar, mecze piłki nożnej). Uczestnictwo we wszystkich zajęciach jest nieodpłatne.	Klub Młodzieżowy „Latarka” znajduje się na Wrzecionie.	ul. Gajcego 11, 01-944 Warszawa tel.: 609 427 692 latarkaklub@gmail.com

<u>Parafia</u> <u>Niepokalanego</u> <u>Poczęcia</u> <u>Najświętszej</u> <u>Maryi Panny na</u> <u>Wrzecionie</u>	Parafia w ramach działań profilaktycznych prowadzi kilka programów profilaktycznych skierowanych dla różnych grup wiekowych (<u>Przypłyń 11–13</u>; <u>Wypłyń na głębie 14–19</u>; <u>Latarnia 19–25</u>). W ramach proponowanych działań dzieci i młodzież mogą spędzić ze sobą czas, brać udział w wycieczkach, rozmawiać o ważnych dla siebie sprawach. Mocną stroną tych działań jest oparcie ich na oddziaływaniu rówieśniczym – „Ekipą przygotowującą spotkania są młodzi dorośli z parafii i związani ze Wspólnotą Emmanuel studenci i małżeństwo oraz ksiądz”.	Parafia znajduje się na Wrzecionie. Spotkania odbywają się w kawiarence parafialnej przy ul. Agora 9.	
Organizacje			
<u>Sieć Wsparcia</u> <u>i Samokształcenia</u> <u>Pedagogów</u> <u>i Psychologów</u> <u>z Dzielnicy Bielany</u>	Sieć spotyka się co miesiąc. Spotkania te służą min. wymianie informacji, doświadczeń, poszukiwaniu optymalnych rozwiązań różnych sytuacji.	Na terenie całej dzielnicy. Sieć spotka się w ostatnią środę każdego miesiąca w klubie rodzinnym przy ul. Broniewskiego 56.	Koordinatorka Sieci uklimkowicz@ eduwarszawa.pl tel. 885 531 744
<u>Policja</u>	Prowadzi w przedszkolach i szkołach działania profilaktyczne z bardzo szerokiej tematyki. Placówki mogą wybierać z szerokiego katalogu tematów, które następnie są realizowane przez funkcjonariusza przeszkolonego w zakresie prowadzenia zajęć profilaktycznych. Działania Policji w zakresie profilaktyki są bardzo pozytywnie oceniane przez szkoły, które biorą w nich udział. Zajęcia przeznaczone są zarówno dla dzieci, młodzieży, osób pracujących w placówkach oświatowych jak i dla rodziców.	Na terenie całej Dzielnicy.	podinsp. Sebastian Wołek – prowadzący zajęcia tel. 47 723-75-78

<u>Straż Miejska</u>	Prowadzi w przedszkolach i szkołach działania profilaktyczne z bardzo szerokiej tematyki. Placówki mogą wybierać z bogatego katalogu tematów, które następnie są realizowane przez policjanta przeszkolonego w zakresie prowadzenia zajęć profilaktycznych. Działania Policji w zakresie profilaktyki są bardzo pozytywnie oceniane przez szkoły, które biorą w nich udział.	Na terenie całej Dzielnicy.	Referat Profilaktyki Straż Miejska m.st. Warszawy 01-170 Warszawa, ul. Młynarska 43/45 tel.(22) 5986031; 5986032 fax. (22) 5986025 profilaktyka@strazmiejska.waw.pl
<u>Instytut Cyfrowego Obywatelstwa</u>	Organizacja prowadzi zajęcia związane z bezpieczeństwem w Internecie oraz z higieną cyfrową. Zajęcia prowadzone są zarówno dla uczniów, nauczycieli i rodziców. Dla każdej z grup wiekowych przeznaczone są inne programy i tematy.	W wybranych szkołach w Dzielnicy.	biuro@cyfroweobywatelstwo.pl +48 453 150 212 Szkolenia i warsztaty Ewa Przybysz-Gardyza e.przybysz@cyfroweobywatelstwo.pl +48 600 472 013
<u>Dajemy Dzieciom Siłę</u>	Fundacja prowadzi działania edukacyjne dla profesjonalistów pracujących z dziećmi: nauczycieli, opiekunów, pedagogów, pracowników socjalnych, którzy mogą zidentyfikować problem i interweniować. Organizuje szkolenia, seminaria, konferencje, webinary, które dotyczą różnych form problemu krzywdzenia dzieci, m.in. przemocy domowej i rówieśniczej, wykorzystywania seksualnego, zaniedbywania, zagrożeń w internecie. Przekazuje wiedzę i umiejętności z różnych obszarów: diagnozy, interwencji, pomocy terapeutycznej, działań profilaktycznych. Realizuje zarówno krótkie szkolenia uwrażliwiające, jak i pogłębione kursy zawodowych umiejętności.	W wybranych szkołach w Dzielnicy.	ul. Mazowiecka 12/25 00-048 Warszawa Tel.: 22 616 02 68 Fax: 22 266 85 30 biuro@fdds.pl

Programy			
<u>Szkoła z dobrym klimatem</u>	Celem projektu jest wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży – kluczowego elementu ich zdrowego rozwoju. Uczniowie z klasy IV–VIII mogą wziąć udział w różnych działaniach, warsztatach prowadzonych różnymi technikami, dniu dla dobrostanu, tutoringu, grach terenowych, treningu antystresowego. Projekt angażuje całe szkolne środowisko – uczniów, rodziców, wychowawców i grono pedagogiczne – tak, by pozytywne zmiany utrzymywały się także po jego zakończeniu.	Projekt realizowany jest przez <u>Stowarzyszenie Qzmianom</u> .	
<u>Safer Internet</u>	Projekt, którego celem jest zwiększanie społecznej świadomości na temat zagrożeń, jakie niosą ze sobą najnowsze techniki komunikacji. Wśród podejmowanych działań priorytetem jest edukacja, zarówno dzieci, jak i rodziców, a także podnoszenie kompetencji profesjonalistów w zakresie bezpiecznego korzystania z Internetu.	Program realizowany przez <u>Polskie Centrum Programu Safer Internet</u> .	
<u>Epsilon</u>	Program jest ukierunkowany na rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych dzieci oraz poprawę ich psychospołecznego funkcjonowania. Celem ogólnym programu jest zapewnienie trwałego zwiększenia poczucia dobrostanu oraz redukcja zagrożenia patologiami i wykluczeniem społecznym poprzez podniesienie umiejętności życiowych – wyposażenie dzieci w zasoby osobiste, które pozwolą im w sposób efektywny konfrontować się z wydarzeniami żywymi, pod postacią elementów inteligencji emocjonalnej i poczucia koherencji, jako globalnej orientacji życiowej.	Program realizowany jest przez autorów programu i osoby posiadające uprawnienia w formie zaświadczenia wydanego przez organizację odpowiedzialną za wdrażanie programu tj. <u>Stowarzyszenie Epsilon Plus</u> .	
<u>Zintegrowany model przeciwdziałania zachowaniom samobójczym w warszawskiej Dzielnicy Bielany</u>	Celem projektu jest dostarczenie wiedzy oraz umiejętności pracownikom bielańskich instytucji edukacyjnych i pomocowych z zakresu przeciwdziałania zachowaniom samobójczym w kontekście doświadczenia trudnych sytuacji życiowych takich jak: przemoc rówieśnicza, przemoc w rodzinie, zła sytuacja socjalna, samotność osób starszych.	Program realizowany przez <u>Fundację Życie Warto Jest Rozmowy</u> .	

IV

Kształtowanie działań profilaktycznych – potrzeby i oczekiwania

IV.1. Potrzeby dzieci, młodzieży oraz rodziców

Prowadząc badania staraliśmy się na koniec dowiedzieć, jakie są potrzeby i oczekiwania różnych grup. Wśród potrzeb młodych ludzi najbardziej wybrzmiały cztery główne obszary. Pierwszy z nich dotyczył działań podnoszących ich kompetencje społeczno-emocjonalne, dzięki którym lepiej radziłyby sobie z własnymi emocjami, ale także z funkcjonowaniem w grupie rówieśniczej.

Drugą ważną potrzebą, było posiadanie w swoim otoczeniu wspierających dorosłych – zarówno w szkole jak i poza nią, nie tylko w postaci rodziców. Chodzi zarówno o rodziców potrafiących i chcących rozmawiać, wspierających i nie oceniających nauczycieli i nauczycielek, ale także osoby nie związane z systemem edukacji, które mogłyby pełnić rolę przewodników, starszych „kumpli” pomagających w trudnych sytuacjach.

Kolejną ważną potrzebą sygnalizowaną w różny sposób przez dzieci i młodzież było wsparcie ich w nauce lub zorganizowanie jej w taki sposób, by nie czuli się nią tak bardzo przeciążeni. Z wypowiedzi młodych osób bardzo przebiegała się potrzeba posiadania wolnego czasu po szkole, który mogliby spędzić ze znajomymi w interesujący dla siebie sposób. Ważne też dla nich było zmniejszenie presji na naukę wywieraną przez ich rodziców i nauczycieli, co skutkowałoby obniżeniem u nich napięcia i stresu.

Ostatnią ważną potrzebą – dotyczącą przede wszystkim starszej młodzieży – jest potrzeba powstania miejsc, gdzie mogłaby ona spędzać wolny czas – szczególnie w sposób, który nie wiązałby się z ciągłym nadzorem osób dorosłych. Przykładem takiego miejsca jest salka muzyczna w jednej ze szkół, gdzie młodzi ludzie mogą przyjść, pograć na instrumentach lub po prostu spędzać czas we własnym towarzystwie. Co więcej, szczególnie na terenie szkół młodym osobom brakowało także miejsc, gdzie mogliby się wyciszyć i odpocząć od przebudźcowanego środowiska.

Główną potrzebą rodziców, poza wzmocnieniem ich kompetencji wychowawczych (więcej na ten temat w rozdz. 4.1.2), było stworzenie jednego miejsca, gdzie w łatwy i przystępny sposób będą mogli znaleźć aktualne i sprawdzone informacje dotyczące działań profilaktycznych prowadzonych w Dzielniczy Bielany.

*[Najważniejszą potrzebą jest] stworzenie stałej bazy materiałów z podziałem na konkretne trudności, baza oferty z której można skorzystać profilaktycznie ale i w przypadku wystąpienia trudności.
[ankieta rodzicielska]*

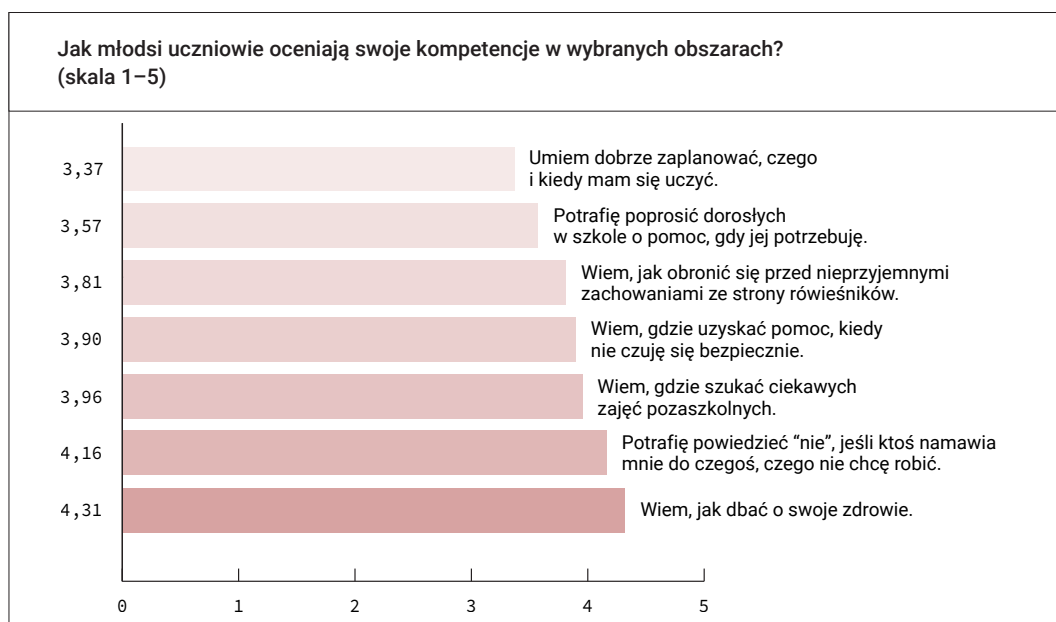
Na koniec warto podkreślić pewną rozbieżność w opinii rodziców i specjalistów w obszarze priorytetowych działań profilaktycznych. Rodzice uważali,

że środki finansowe w obszarze profilaktyki powinny być kierowane głównie na działania przeznaczone dla dzieci i młodzieży. Z kolei specjalistki i specjaliści (szczególnie ze szkół) podkreślali, że finansowane powinny być przede wszystkim działania podnoszące kompetencje wychowawcze rodziców oraz ich wiedzę związaną z komunikacją i wspieraniem własnych dzieci.

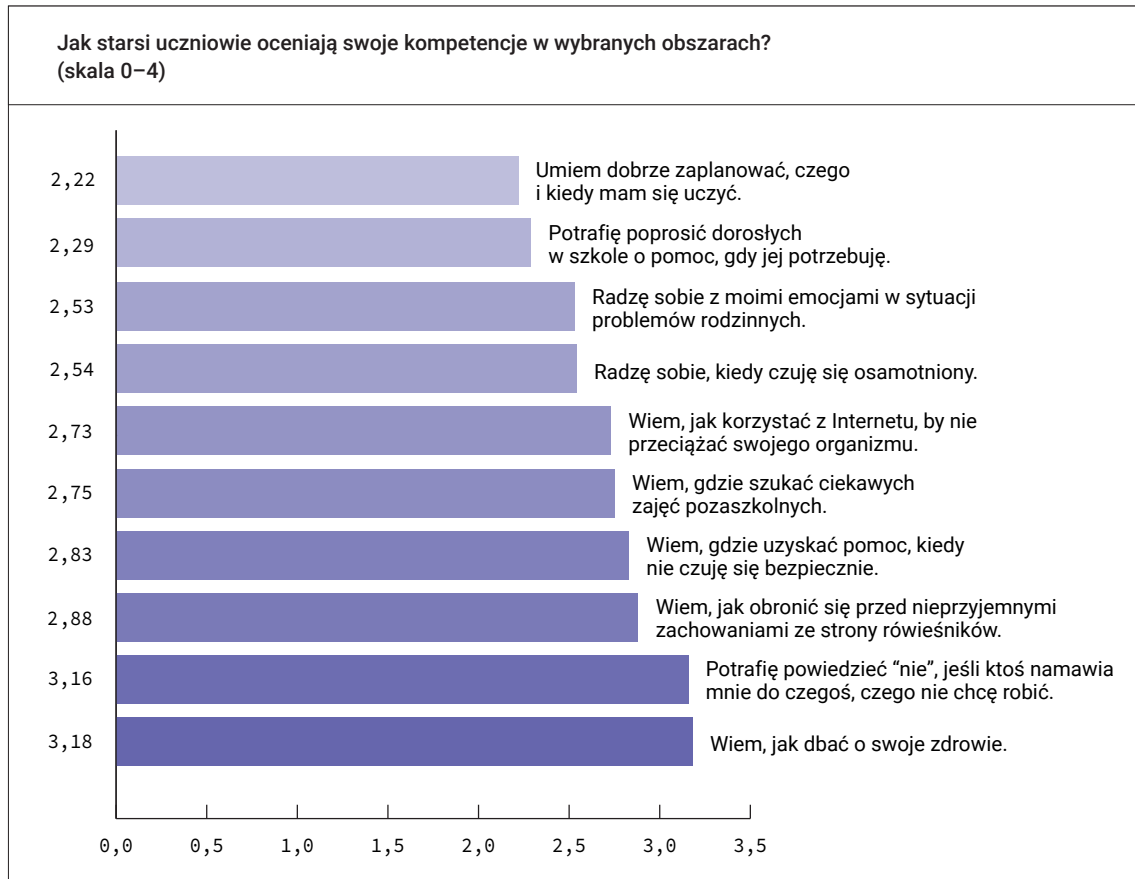
IV.1.1 Tematy i formy działań profilaktycznych dla uczniów i uczennic

W badaniu interesowało nas jak młodzi ludzie postrzegają własne kompetencje w zakresie profilaktyki. Zarówno młodsi, jak i starsi uczniowie deklarują **wysoką samoocenę w zakresie dbania o dobrostan, budowania relacji rówieśniczych oraz asertywności w odmawianiu działań niezgodnych z ich wolą**. Starsza młodzież wysoko ocenia swój poziom wiedzy na temat szkodliwości używek.

Badani nastolatki **najniżej ocenili swoje umiejętności w zakresie organizacji czasu, wyboru zakresu nauki oraz proszenia dorosłych o pomoc w sytuacji szkolnej**. Trudność w proszeniu o pomoc stanowi istotną barierę w komunikacji z dorosłymi i odcina uczniów od wsparcia w momentach, gdy ich własne zasoby stają się niewystarczające. Jednocześnie z rozmów z młodymi ludźmi wiemy, że mają oni ogromną potrzebę posiadania wokół siebie życzliwych dorosłych, z którymi mogliby porozmawiać i otrzymać wsparcie.



Wykres. 8. Średnie wskazań odpowiedzi młodszych uczniów dla polecenia: Przeczytaj uważnie każde zdanie. Pomyśl, jak bardzo jest ono o Tobie prawdziwe. Uczniowie udzielali odpowiedzi na skali 1–5 (1 – nieprawda, 5 – zawsze prawda).



Wykres. 9. Średnie wskaźniki odpowiedzi starszych uczniów dla polecenia: Przeczytaj uważnie każde zdanie. Pomyśl, jak bardzo jest ono o Tobie prawdziwe. Uczniowie udzielali odpowiedzi na skali 1–5 (1 – nieprawda, 5 – zawsze prawda).

Uczniowską ocenę kompetencji zestawiliśmy z propozycją tematów warsztatów/spotkań, które dorośli (rodzice i specjaliści z instytucji) wskazali i jako ważne dla dzieci i młodzieży oraz w jakich chcieliby uczestniczyć sami uczniowie.

Rodzice wysoko ocenili potrzebę każdego z zaproponowanych tematów warsztatów. Uznali, że dzieci i młodzież powinna mieć przede wszystkim możliwość uczestniczenia w warsztatach dotyczących: poczucia własnej wartości, umiejętności komunikacyjnych, radzenia sobie ze stresem, przemocy i sposobów reagowania na nią, umiejętności społecznych i relacji w grupie rówieśniczej.

Uczniowie podeszli do zaproponowanych tematów mniej entuzjastycznie, a ich odpowiedzi były bardziej zróżnicowane. Podobnie jak dorośli, stosunkowo często wybierali warsztat dotyczący relacji koleżeńskich i rozwiązywania konfliktów (taki warsztat wybrało 34% młodszych i 21% starszych uczniów).

Ciekawe, że młodszy uczniowie wybrali tematy zajęć z zakresu, który wcześniej wskazali jako swoje kompetencje. Najwięcej osób wybrało zajęcia *Jak powiedzieć „nie”, gdy ktoś chce, żebym zrobił coś, na co nie mam ochoty* (49%), *Jak myśleć o sobie dobrze, nawet gdy coś mi się nie uda* (43%) oraz *Co robić, gdy czuję się niepewnie albo zgubię się* (41%). Wybory **młodszych uczniów** sugerują, że mimo deklarowanej wcześniej asertywności, wciąż odczuwają oni silną potrzebę wzmocnienia tych kompetencji. Fakt, że **priorytetem jest nauka dbania o samoocenę i radzenie sobie z niepewnością, stresem i emocjami** może wskazywać na ukryty lęk przed porażką i potrzebę wyposażenia uczniów w konkretne mechanizmy odporności psychicznej.

Starsi uczniowie najchętniej wybierali warsztaty dotyczące: sposobów na zapamiętanie nowych informacji oraz treningu koncentracji i zarządzania stresem (35% uczniów), *Co jeść, żeby mieć koncentrację* (33%), *Nauka efektywnego wypoczynku* (33%), *Jak myśleć o sobie dobrze, nawet gdy coś mi się nie uda* (30%), *Jak używać telefonu i komputera by nie tracić czasu* (27%). Wybory starszych uczniów koncentrują się na **pragmatycznym radzeniu sobie z presją edukacyjną i przeciążeniem poznawczym**, co potwierdza ich wcześniejsze deklaracje o trudnościach w organizacji czasu i przeciążeniem nauką. Istotne jest zainteresowanie higieną cyfrową co pokazuje, że nastolatkom dostrzegają destrukcyjny wpływ technologii na ich czas.

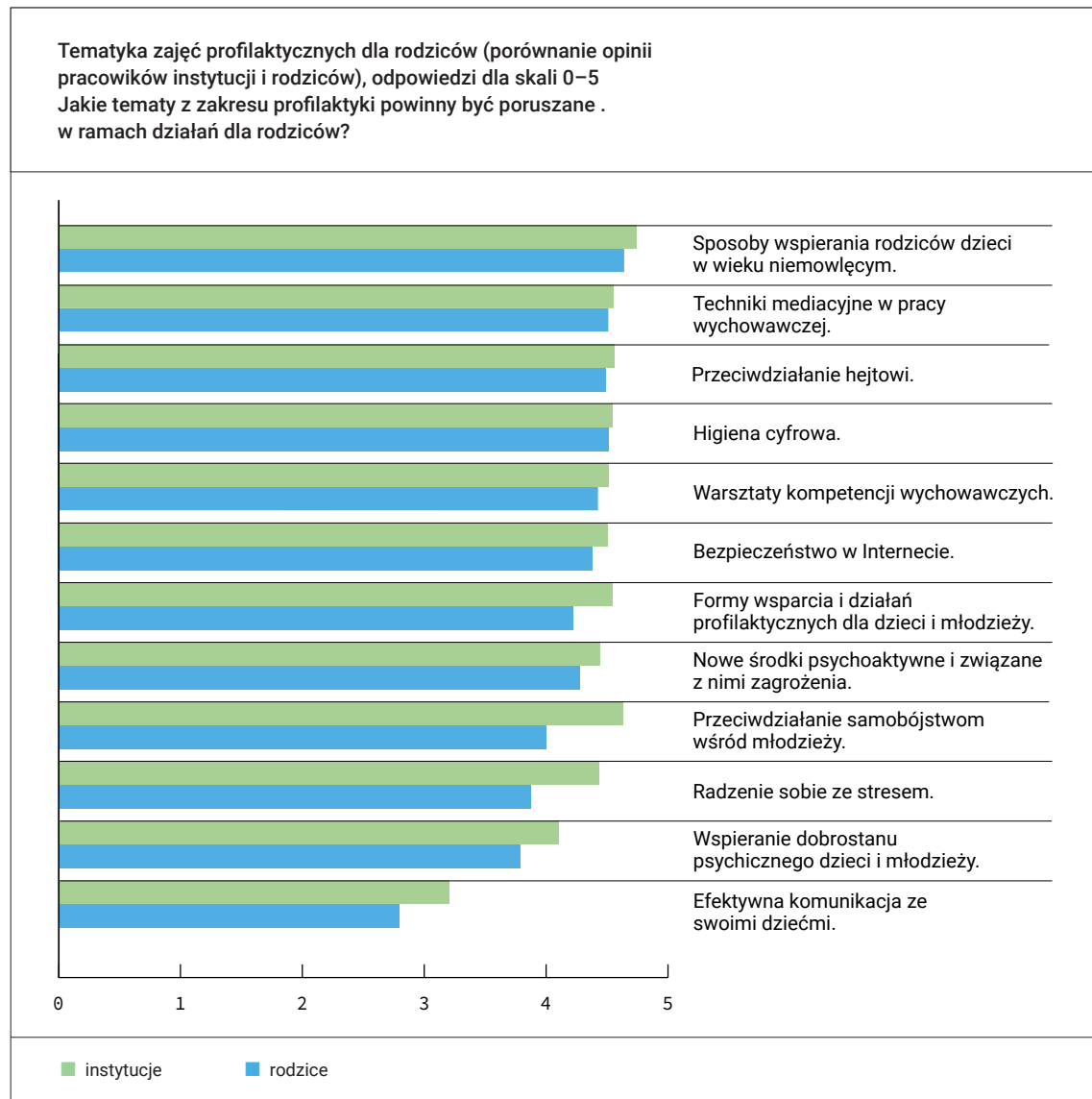
Pracownicy szkół i instytucji lokalnych uznali, że **zajęcia z zakresu profilaktyki dla dzieci i młodzieży** zdecydowanie powinny mieć **formę stacjonarną**. Zapytaliśmy ich także o to, co ich zdaniem zachęca dzieci i młodzież do uczestnictwa w działaniach profilaktycznych. Przeważały odpowiedzi wskazujące na zasoby merytoryczne takich zajęć oraz na osobę, która je prowadzi. Według pracowników szkół **kluczowa jest tematyka zajęć, która powinna odpowiadać aktualnym potrzebom i zainteresowaniom młodych ludzi**. Z kolei pracownicy instytucji lokalnych podkreślali istotę **atrakcyjności** tych zajęć. Może to wynikać z odmiennego statusu takich zajęć w szkole i poza szkołą: szkoła stawia na merytoryczne dopasowanie do problemów uczniów, by nadać sens obowiązkowym zajęciom, podczas gdy instytucje lokalne muszą przyciągnąć uczestników atrakcyjnością, aby przekonać ich, że jest to odpowiednia oferta, z której mogą skorzystać w czasie wolnym.

Zapytaliśmy także bezpośrednio młode osoby, kto zachęca ich najczęściej do brania udziału w dodatkowych zajęciach lub zajęciach pozalekcyjnych.

Młodszy uczniowie i uczennice wskazali, że do uczestnictwa w zajęciach po lekcjach najczęściej **zachęcają ich rodzice** (55% odpowiedzi) oraz kolega/koleżanka (25%). 34% młodszych uczniów wskazało, że nikt ich nie namawia do uczestnictwa w takich zajęciach. Z kolei starsi uczniowie i uczennice do uczestnictwa w zajęciach pozalekcyjnych najczęściej są **namawiani przez kolegów/koleżanki** (47%). Jednocześnie 41% starszych uczniów przyznaje, że **nikt ich nie namawia do uczestniczenia w zajęciach pozalekcyjnych**. Być może u starszej młodzieży kluczowa staje się albo wypracowana już samostanowienie, albo narastająca obojętność otoczenia na ich aktywność pozaedukacyjną. Wskazują na to wypowiedzi młodzieży biorącej udział w wywiadach fokusowych i warsztatach partycypacyjnych. Uczestnicy mówili, że brakuje im przestrzeni, w której mogliby samodzielnie spędzać czas, decydując samorzędnie o formach podejmowanych aktywności. Organizacja takich przestrzeni nie wyklucza udziału osób dorosłych – osoby badane wskazywały, że pomoc osób dorosłych jest im potrzebna, oczekivaliby jednak aby była ona realizowana w formie niedyrektywnej i uwzględniającej potrzebę samostanowienia młodych ludzi.

IV.1.2 Tematy i formy działań profilaktycznych dla rodziców

Podobnie jak w przypadku dzieci i młodzieży zapytaliśmy osoby dorosłe o to, jakie tematy z zakresu profilaktyki powinny być poruszane w ramach działań dla rodziców. Opinie samych rodziców jak i specjalistów w tym obszarze były dość zbliżone. Za najważniejsze obszary obie grupy uznały wspieranie dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży (w tym radzenie sobie ze stresem, przeciwdziałanie samobójstwom, przeciwdziałanie hejtowi); podnoszenie kompetencji wychowawczych rodziców (np. efektywna komunikacja), a także bezpieczeństwo i funkcjonowanie w Internecie. Obszary te pokrywają się także z obszarami wskazanymi zarówno przez młode osoby i rodziców, jako te, w których ci drudzy mają najmniejsze kompetencje (więcej na ten temat w rozdz. 4.1.1.).



Wykres 10. Średnia odpowiedzi na pytanie dotyczące tematyki zajęć dla rodziców w opinii pracowników szkół i instytucji na skali 1–5 (1 – temat mało ważny, 5 – bardzo ważny).

Zapytaliśmy też rodziców o to, w jakiej formie powinny być prowadzone w/w zajęcia, by chcieli w nich uczestniczyć. Z rozmów prowadzonych ze specjalistami i specjalistami, jak również z samymi rodzicami wiemy, że rodziców najbardziej motywuje do uczestnictwa w różnego rodzaju działaniach okołoprofilaktycznych i profilaktycznych nagła trudna sytuacja. Działają oni jednak wtedy interwencyjnie. Natomiast, jeśli chodzi o działania stricte profilaktyczne, z ankiety i rozmów z rodzicami wynika, że najbardziej atrakcyjne dla nich są formy prowadzone w sposób online (w czasie rzeczywistym) lub w sposób hybrydowy (część online część stacjonarnie). Wskazywali oni, że nie za bardzo mają czas pojawiać się w szkole na wykładach, które mogliby odsłuchać w dogodnym dla siebie czasie lub podłączyć się do nich wracając np. z pracy. Część rodziców podczas wywiadów sugerowała także, że nie chce brać udziału w warsztatach i szkoleniach odbywających

się na terenie szkoły, ze względu na możliwą negatywną ocenę ich kompetencji wychowawczych przez pracowników szkoły (w myśl, że skoro dany rodzic zdecydował się na wzięcie udziału w warsztatach lub szkoleniu, to przyznaje się do niewiedzy z danego tematu). Co więcej wskazali oni, że atrakcyjne są dla nich krótkie, łatwo dostępne materiały, które wprowadzają ich w dany temat i jeśli się nim zainteresują, to mają też informacje gdzie go zgłębiać (np. broszury, infografiki). Inną atrakcyjną formą są dla nich różnego rodzaju podcasty, nagrania webinarów, z którymi mogą się zapoznać w czasie innych czynności.

Z rozmów prowadzonych ze specjalistami i specjalistkami, jak również z samymi rodzicami wiemy także, że różnego rodzaju działania niezwiązane z profilaktyką, ale takie w ramach których rodzice poznają daną instytucję i osoby w niej pracujące, pozwalają na zwiększenie zaangażowania rodziców w oferowane następnie działania profilaktyczne. Na przykład w jednej z bielańskich świetlic środowiskowych zorganizowano zajęcia z ceramiki dla podopiecznych placówki i ich rodziców. Zapoznanie się na tych warsztatach rodziców i pracujących tam wychowawców, a w konsekwencji poznanie świetlicy jako miejsca bezpiecznego także dla rodziców spowodowało, że bez większego trudu udało się zebrać grupę rodziców na cykl warsztatów kompetencji wychowawczych, które odbywały się przez kolejne 10 tygodni.

IV.2. Potrzeby instytucjonalne

W kolejnym kroku badań zapytaliśmy o potrzeby pracowników szkół i instytucji lokalnych. Interesowały nas zarówno obszary kompetencji (tematyka szkoleń), jak opinie dotyczące usprawnienia współpracy pomiędzy poszczególnymi podmiotami realizującymi działania profilaktyczne w Dzielnicy Bielany. Wyniki badań ankietowych ilustruje Wykres 11.



Wykres 11. Rozkład procentowy odpowiedzi na pytanie dotyczące kompetencji jakie powinny być rozwijane u specjalistów z instytucji. Pytanie wielokrotnego wyboru – możliwość wybrania 4 odpowiedzi)

Jeśli chodzi o obszary, w których osoby pracujące w bielańskich instytucjach chciałyby podnieść swoje kompetencje w pierwszej kolejności wskazywały one na potrzebę **rozwijania kompetencji komunikacyjnych, pracy z rodziną i środowiskiem młodzieży, umiejętności związane z zarządzaniem emocjami i z zakresu przeciwdziałania samobójstwom dzieci i młodzieży**. Najbardziej wskazywanymi tematami były kompetencje z zakresu szeroko rozumianego cyberbezpieczeństwa (krytyczne korzystanie z internetu oraz AI, hejt, cyberuzależnienia).

Pracownicy szkół zgłaszali chęć podnoszenia swoich kompetencji w zakresie **pracy z neuroatypowymi dziećmi i młodzieżą**, kompetencji komunikacyjnych, zarządzania emocjami oraz przeciwdziałania samobójstwom dzieci i młodzieży. Najbardziej wskazywanymi obszarami były: wiedza dotycząca higieny cyfrowej oraz rozwijanie umiejętności dotyczących współpracy między instytucjami. Z analizy odpowiedzi w badaniach ankietowych, oraz z rozmów w ramach wywiadów grupowych dowiedzieliśmy się, że szkoły **w obliczu przeciążenia obowiązkami chętnie rozwijać będą współpracę z innymi instytucjami**.

Wiele osób podkreślało także, że ważne jest dla nich to, żeby ww. szkolenia odbywały się w ramach **wspólnych szkoleń** z pracownikami innych instytucji – realizowanych w formie stacjonarnej umożliwiającej poznanie się i rozwijanie sieci współpracy w dzielnicy. Osoby badane uczestniczący w wywiadach prosiły także o większą aktywizację szkoleń (mniej form wykładowych a więcej warsztatowych). Najwięcej oczekiwań pracowników instytucji dotyczyło wymiany informacji, poznawania ofert innych instytucji oraz rozwijania współpracy pomiędzy różnymi placówkami (szczegółowo opisanych w rozdziale 4.3).

Oprócz podnoszenia swoich kompetencji pracownicy szkół widzą potrzebę wypracowania **długoterminowej i skoordynowanej strategii działań** profilaktycznych (w perspektywie min. kilku lat). Także wśród pracowników szkół głównym wątkiem w obszarze usprawnienia współpracy była potrzeba sieciowania, wymiany informacji oraz zasobów pomiędzy instytucjami, opisana bardziej szczegółowo w rozdziale 4.3.

Interesującym wątkiem powracającym w odpowiedziach respondentów były oczekiwania dotyczące **odciążenia pedagogów i psychologów w szkołach** poprzez wzmocnienie roli wychowawców oraz aktywizację wolontariatu rówieśniczego (wsparcie w nauce oraz w sytuacji kryzysów emocjonalnych). W rozmowach grupowych i indywidualnych dopytywaliśmy pracowników szkół o formy wsparcia, jakimi są zainteresowani. Wskazywali oni, że powinny to być działania zorientowane na poprawę ich dobrostanu, wspólne szkolenia z pracownikami innych szkół i instytucji oraz możliwość wspólnych działań (spotkań roboczych, wyjazdów szkoleniowych).

Wychowawcy, wskazywani byli przez uczniów, jako ważne źródło wsparcia dla uczniów i dla rodziców. Obecnie zajęcia takie są prowadzone głównie przez osoby wchodzące do szkół z zewnątrz (NGO, Policja, Straż Miejska). Podczas wywiadów grupowych osoby badane wskazywały na korzyści płynące z realizacji takich zajęć przez pracowników szkoły, argumentując, że osoby wchodzące do szkoły „z zewnątrz” nie znają tak dobrze specyfiki danej placówki, a także nie mają możliwości kontynuowania działań rozpoczętych podczas warsztatów z dziećmi i młodzieżą. Jednocześnie zgłaszane w badaniu przeciążenie psychologów i pedagogów, stanowi często barierę dla psychoedukacji uczniów. Działania, związane zarówno z **podniesieniem kompetencji wychowawców, jak i tworzeniem sieci wsparcia w dzielnicy** (np. na drodze przekierowanie osób potrzebujących wsparcia do innych lokalnych instytucji) były często podnoszonym wątkiem w rozmowach z respondentami. **Lepsza komunikacja pracowników szkoły z uczniami i rodzicami** była także często omawiana przez uczestników badań. Podczas prowadzonych przez nas wywiadów rodzice i uczniowie zwracali uwagę na te kwestie: oczekują od nauczycieli większego wsparcia, zrozumienia, empatycznej rozmowy, partnerskiego traktowania oraz wsparcia w poszukiwaniu pomocy w trudnych sytuacjach.

Zapytaliśmy także osoby badane o możliwość aktywizacji **wolontariatu młodzieżowego**. Pytaliśmy o możliwość realizacji takich działań jak wsparcie rówieśnicze w nauce, rozwiązywaniu konfliktów (mediacje rówieśnicze) oraz wsparcie w kryzysach emocjonalnych (Peer Support) – aktywizacja tych zasobów była korzystnie oceniana przez wszystkie grupy badane (uczniowie, specjaliści i rodzice). Wskazywaną barierą w realizacji tego działania był **oczekiwany opór wychowawców** przed dodatkowymi obciążeniami. Jednocześnie z prowadzonych przez nas rozmów wynika, że wychowawcy w klasach mierzą się z bezradnością (widzą wiele problemów, natomiast nie mają odpowiednich narzędzi do ich rozwiązywania), co może wskazywać na źródła oporu związanego z rozwijaniem kompetencji oraz mierzenia się z wyzwaniami w pracy wychowawczej.

IV.3. Potrzeby związane z tworzeniem lokalnych rozwiązań w zakresie profilaktyki społecznej

Rodzice i opiekunowie, specjaliści i specjalistki a także nauczyciele i nauczycielki zostali zapytani o to, w jakie działania na poziomie całej dzielnicy mogłyby wzmocnić profilaktykę społeczną w Dzielnicy Bielany. Pierwszym postulatem, który się pojawił było wzmocnienie roli Urzędu Dzielnicy jako **instytucji sieciującej** istniejące instytucje, organizacja a także formy wsparcia z Dzielnicy Bielany. Badane osoby wyrażały potrzebę by Urząd sieciował lokalne instytucje i organizacje na przykład w postaci cyklicznych spotkań organizowanych na terenie Urzędu. Takie spotkanie byłyby możliwością do omawiania aktualnych wyzwań i bieżącej wymiany doświadczeń między podmiotami realizującymi profilaktykę społeczną. Podkreślano, że ważne by takie spotkania miały szeroki zasięg – by spotykały się na nich nie tylko osoby reprezentujące szkoły, ale także świetlice środowiskowe, OPS, Policję, Straż Miejską, MAlę, organizacje pozarządowe. Spotkania takie nie muszą odbywać się w formie stacjonarnej. Część osób stwierdziła nawet, że forma online, ale w miarę regularna i zaplanowana z wyprzedzeniem (np. terminy z góry ustalone na cały rok) byłaby dla nich bardziej dostępna.

Według osób badanych bardziej proaktywna rola Urzędu Dzielnicy w obszarze powinna też polegać na **bardziej partycypacyjnym planowaniu działań** w obszarze polityki społecznej. Badani wskazali, że podmiotami, które szczególnie warto zaangażować w proces planowania strategii/programu profilaktyki dzieci i młodzieży na terenie Dzielnicy Bielany są: szkoły (77%), organizacje pozarządowe (55%), Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna (48%), Policja (45%), Specjalistyczna Poradnia Rodzinna (45%), OPS (42%), świetlice środowiskowe (39%) oraz Bielańskie Centrum Zdrowia Psychicznego (36%).

Badani wskazywali także, że zacieśniona współpraca w obszarze profilaktyki społecznej w Dzielnicy Bielany powinna polegać na systematycznym zbieraniu przez Urząd Dzielnicy **diagnozy potrzeb** z poszczególnych instytucji – w postaci prostego do wypełnienia formularza. Diagnoza ta powinna posłużyć Wydziałowi Spraw Społecznych i Zdrowia we współpracy z Wydziałem Oświaty do przygotowania ofert konkursowych, które powinny być skonsultowane z lokalnymi podmiotami. Zdaniem badanych ważne jest także by Urząd systematycznie zbierał od nich informacje o ewaluacji realizowanych u nich działań profilaktycznych i w oparciu o te ewaluacje proponował działania na kolejne lata. Obecnie – jak podkreślali podczas wywiadów grupowych i warsztatów partycypacyjnych niektórzy badani, z niewiadomych przyczyn skuteczne programy profilaktyczne przestają

być realizowane a ich miejsce zastępują działania, które w ocenie osób badanych są mniej efektywne.

Osoby badane wskazywały także, że **obecny system rozdzielania środków** na działania profilaktyczne w dzielnicy jest dla nich mało przejrzysty. Zdaniem badanych brakuje jasnych kryteriów otrzymywania środków, a kryteria konkursów na powierzenie realizacji zadania publicznego lub jego dofinansowanie nie odzwierciedlają lokalnych potrzeb. Osoby badane wskazywały na problem niewystarczającej ewaluacji działań. Prowadzone programy profilaktyczne mają na ogół charakter krótkotrwały i są weryfikowane na podstawie badań ankietowych oraz liczenia frekwencji (listy obecności). Brakuje rzetelnej i trafnej weryfikacji skuteczności oddziaływań takich jak: satysfakcja uczestników, ocena skuteczności, ale także zmiana zachowań, poprawa dobrostanu, zdrowia odbiorców. Tego typu badania ewaluacyjne pozwoliłyby realnie oceniać skuteczność podejmowanych działań i dostosowywać ofertę do potrzeb mieszkańców.

Kolejną bardzo ważną potrzebą zgłaszaną zarówno przez rodziców i opiekunów, jak i osoby z lokalnych instytucji i szkół jest powstanie jednego miejsca – **platformy informacyjnej** – gdzie gromadzone byłyby wszystkie zaktualizowane informacje o działaniach i instytucjach, które zajmują się profilaktyką społeczną w Dzielnicy Bielany. Wiele badanych osób wskazywało, że mają ogromny problem ze znalezieniem działania lub instytucji, które zajmują się konkretnym działaniem w obszarze profilaktyki społecznej. Informacje rozsiiane są w różnych miejscach i często są nieaktualne, przez co zarówno rodzice, jak i specjaliści tracą czas na wyszukiwanie potrzebnych informacji.

Rodzice wskazywali także, że oprócz aktualnych informacji o tym, kto i gdzie realizuje konkretne działania, brakuje im także bazy wiedzy dotyczącej tego w jaki sposób mają postępować i gdzie się udać w sytuacji problemowej. Wskazywali, że obecnie „krążą po omacku i odbijają się od wielu instytucji, które odsyłają ich odsyłają ich od jednych od drugich” (często w wyniku braku zasobów), a w związku z tym braku możliwości udzielenia wsparcia. Także specjaliści, przede wszystkim pedagodzy i psycholodzy szkolni, a osoby ze świetlic środowiskowych wskazywali, że brakuje im jednego miejsca z aktualną bazą instytucji ale także konkretnych działań (np. warsztatów, wykładów, zajęć), które mogliby polecać swoim podopiecznym oraz ich rodzicom.

Część osób wskazywała, że ze względu na to, że co chwila zalewani są różnymi informacjami poza samą stroną internetową potrzebowaliby **osoby z Urzędu Dzielnicy**, z którą mogliby skontaktować się osobiście, mailowo lub telefonicznie i która byłaby w stanie udzielić im potrzebnych informacji dotyczących profilaktyki społecznej dziejącej się w Dzielnicy Bielany. Specjaliści wskazywali także, że taka osoba powinna być odpowiedzialna za zbieranie i aktualizowanie informacji o tym, co dzieje się na terenie

Dzielnicy Bielany w zakresie profilaktyki społecznej. Badani z Sieci Wsparcia i Samokształcenia Pedagogów i Psychologów z Dzielnicy Bielany na warsztatach partycypacyjnych wyrazili chęć współdziałania z taką osobą poprzez podzielenie się swoim know-how w zakresie tworzenia takiej bazy wiedzy, a także współpracy przy jej aktualizacji poprzez bieżące przysyłanie informacji o tym, jakie działania, programy i inicjatywy związane z profilaktyką społeczną realizowane są w ich szkołach.

Osoby ze wszystkich badanych grup wskazywały także na ogromną potrzebę stworzenia ogólnodzielnicowej sieci w obszarze profilaktyki w postaci miejsc, gdzie dzieci i młodzież mogłyby spędzać czas, a rodzice mogliby rozwijać swoje kompetencje wychowawcze. Preferowana byłaby ogólnodostępna lub półotwarta forma wsparcia środowiskowego oferująca przestrzeń do spędzania czasu wolnego, rozwijania zainteresowań oraz budowania relacji rówieśniczych. Takie miejsca powinny zapewniać młodzieży wysoki poziom samostanowienia i autonomii, zarówno jeśli chodzi o podejmowane aktywności, jak i odpowiedzialność oraz decyzyjność dotyczącą przestrzeni i jej organizacji przy jednoczesnym zapewnieniu bezpieczeństwa ze strony dorosłych opiekunów.

Potrzeby bielańskiej społeczności dotyczącej sieci miejsc dobrze oddaje cytata z jednej z ankiet rodzicielskich:

„(...) w każdej części Bielany mogłyby powstać kolejne placówki wspierające dzieci i rodziców. Im więcej tym lepiej. W takich miejscach powinno się podejmować działania opiekuńcze i wspierające rozwój dzieci i młodzieży, rozwijające kompetencje społeczne i umiejętności. W placówkach powinny być też zajęcia dla rodziców np. zwiększające kompetencje wychowawcze rodziców lub opiekunów, poprawiające współpracę i współdziałanie między rodzicami a dziećmi. Dla dzieci i młodzieży powinna być bogata oferta zajęć specjalistycznych typu socjoterapia, TUS, psychoedukacja oraz zajęcia rozwijające zainteresowania i zdolności np. sportowe, artystyczne, kulinarne” (ankieta rodzicielska)

Młodzież zwracała także uwagę, że brakuje im przestrzeni, w których po prostu mogliby pobyc razem bez konieczności uczestniczenia w zorganizowanych zajęciach. Także rodzice wskazywali na potrzebę tworzenia miejsc, gdzie młode osoby mogłyby uczyć się odpowiedzialności i autonomii.

Osoby badane wskazywały na 3 rodzaje miejsc, które powinny powstać:

- **placówki wsparcia dziennego** – świetlice środowiskowe lub socjoterapeutyczne realizujące działania wynikające z Ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej,
- **kluby dla rodzin** – miejsca przeznaczone do budowania więzi rodzinnych, rozwiązywania problemów rodzinnych (mediacje,

terapia), rozwijania kompetencji wychowawczych rodziców, a także posiadające ofertę specjalistycznych zajęć (np. TUSy),

- **kluby młodzieżowe** – ogólnodostępna lub półotwarta forma wsparcia środowiskowego oferująca przestrzeń do spędzania czasu wolnego, rozwijania zainteresowań oraz budowania relacji rówieśniczych. Takie miejsca powinny zapewniać młodzieży wysoki poziom samostanowienia i autonomii, zarówno jeśli chodzi o podejmowane aktywności, jak i odpowiedzialność oraz decyzyjność dotyczącą przestrzeni i jej organizacji, przy jednoczesnym zapewnieniu bezpieczeństwa ze strony dorosłych opiekunów.

Warto także wspomnieć, że budowanie tego typu sieci może zacząć się do wykorzystywania przestrzeni już istniejących np. przestrzeni MALi czy bibliotek lub niewykorzystanych po zakończeniu lekcji przestrzeni szkolnych.

Rekomendacje

Prezentowane rekomendacje zebraliśmy w formie obszarów – drogowskich, wyłaniających się z zebranych wyników badań. Celowo nie dzieliliśmy ich pomiędzy instytucje i grupy realizujące profilaktykę. Tego typu praktyka „wskazywania palcem” – kto czym powinien się zająć w swoich działaniach, stwarza ryzyko do pogłębiania ważnego problemu wyłaniającego się z wyników – przerzucania odpowiedzialności i zamykania się przez różne osoby i instytucje wyłącznie w obrębie własnych działań.

Ilustracją tego problemu może być to, co działo się podczas konferencji podsumowującej projekt Kierunek Zmiana. Po pierwsze uczestnicy konferencji wyrażali swoje rozczarowanie związane z nieobecnością Naczelnika Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia, Naczelnik Wydziału Oświaty oraz reprezentacji Zarządu Dzielnicy Bielany. Niski był także odsetek rodziców obecnych na konferencji. Obserwacja ta pozostaje spójna z wynikami badań, w których wielokrotnie wskazywano na brak koordynacji działań oraz niedostateczne włączanie rodziców w inicjatywy profilaktyczne.

Podczas dyskusji podsumowującej wyniki badań pojawiły się dwa istotne głosy krytyczne, które stały się punktem wyjścia do dalszej analizy i formułowania rekomendacji.

Pierwszy głos dotyczył krytycznej oceny działań skoncentrowanych na organizacji czasu wolnego dla rodziców i aktywnościach sąsiedzkich. Jedna z uczestniczek (przedstawiciel szkoły ponadpodstawowej) krytkowała pomysł organizacji większej liczby zajęć dla dzieci i młodzieży w placówkach pozaszkolnych (organizacja czasu wolnego). Rekomendacja ta została przez nią odebrana jako osłabienie roli rodziny i przerzucanie odpowiedzialności na specjalistów. Według uczestniczki kluczowym kierunkiem powinno być jej wzmacnianie rodziców, a nie „oddzielanie” dzieci od rodziców poprzez zbyt rozbudowaną ofertę instytucjonalną.

Drugi głos krytyczny dotyczył postulatu realizowania w szkołach wyłącznie programów rekomendowanych, o potwierdzonej skuteczności. Uczestniczka jednocześnie kwestionowała zasadność inwestowania środków w różne działania, które nie są programami rekomendowanymi.

Oba stanowiska wydają się być uzasadnione – zarówno konieczność wzmacniania rodziny, jak i realizacji programów opartych na dowodach naukowych znajduje potwierdzenie zarówno w wynikach badań prowadzonych w ramach projektu KIERUNEK ZMIANA, jak i w literaturze przedmiotu. Obydwa głosy są jednocześnie ilustracją innego problemu. Specjaliści z instytucji skupieni są na swojej działalności – w wyniku przeciążenia obowiązkami zdarza im się przerzucać odpowiedzialność na inne podmioty. Jako główny problem wskazują także niski poziom zaangażowania rodziców nie wskazują jednocześnie rozwiązań, jak to zaangażowanie zwiększyć. W efekcie

działania adresowane do rodziców, mimo wielu wysiłków, spotykają się z niskim poziomem uczestnictwa rodziców.

Dobłą praktyką realizowaną w Dzielnicy Bielany w tym obszarze są działania Klubu Młodzieżowego „Latarka” lub te, realizowane na terenie parafii Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny na Wrzecionie. Tworzenie przyjaznych miejsc akcentujących środowiskowe czynniki chroniące to świetna okazja do promowania zdrowych form spędzania czasu wolnego przez dzieci i młodzież, budowania kontaktów z rodzicami, budowania ich zaufania i zaangażowania. Kiedy dzieci i rodzice „przedepczą ścieżki” do różnych instytucji i zyskają do nich zaufanie wówczas łatwo jest ich zaprosić np. na warsztaty umiejętności wychowawczych, grupy wsparcia, czy nawet wykłady psychoedukacyjne. Działania takie mają dodatkowe znaczenie – tworzą przyjazny klimat w społeczności lokalnej, co także przekłada się na dobrostan dzieci i młodzieży.

Zarówno wyniki badań empirycznych, jak i aktualny stan wiedzy naukowej wskazują, że skuteczna profilaktyka powinna mieć charakter zintegrowany i środowiskowy. Przyjęty w niniejszej diagnozie model społeczno-emocjonalnego uczenia się (SEL) podkreśla, że profilaktyka nie ogranicza się do przekazywania wiedzy, lecz opiera się na budowaniu relacji, więzi rodzinnych, rówieśniczych i lokalnych, tworzeniu bezpiecznego klimatu szkoły oraz wzmacnianiu współodpowiedzialności różnych środowisk za dobrostan dzieci i młodzieży.

Przedstawione poniżej rekomendacje oparte zostały właśnie na modelu społeczno-emocjonalnego uczenia się, który został szczegółowo omówionym na początku tego raportu w rozdziale 1.2 dotyczącym ram teoretycznych całego badania. Bazując na tym modelu rekomendacje zostały celowo ujęte w formie „drogowskazów” – kluczowych obszarów działań, które powinny zostać uwzględnione w lokalnej strategii profilaktycznej Dzielnicy Bielany. Ten sposób myślenia jest w pełni zgodny z koncepcją czynników chroniących i czynników ryzyka stanowiących podstawę do tworzenia Narodowego Programu Zdrowia na lata 2023–2030. Rekomendacje te stanowią syntetyczne ujęcie wyników wielomiesięcznych badań jakościowych i ilościowych, obejmujących wypowiedzi blisko 1500 uczestników badania.



Rysunek 4. Zestawienie graficzne rekomendacji działań profilaktycznych zgodnie założeniami modelu SEL (opracowanie własne)

► Drogowskaz pierwszy: Właściwe rozumienie profilaktyki

Pierwszą, nadrzędną rekomendacją jest **potrzeba ujednolicenia rozumienia pojęcia „profilaktyka”** wśród wszystkich badanych grup. Wyniki wykazały znaczne rozbieżności w interpretacji tego terminu pomiędzy różnymi grupami respondentów. O ile dzieci i młodzież wykazywały stosunkowo spójne rozumienie profilaktyki, o tyle wśród rodziców, nauczycieli i specjalistów pojęcie to było często utożsamiane z interwencją.

Tymczasem **profilaktyka obejmuje całość działań** podejmowanych w celu zapobiegania problemom społecznym poprzez wzmacnianie czynników chroniących i zasobów rozwojowych dzieci i młodzieży. Obejmuje ona nie

tylko wiedzę i umiejętności, lecz także – a często przede wszystkim – jakość relacji, klimat szkoły, wsparcie środowiska rodzinnego oraz społecznego.

Naszym zdaniem działania profilaktyczne w Dzielnicy Bielany należy zacząć od szkoleń dla urzędników i urzędniczek, a następnie dla dyrektorów i dyrektorek szkół i innych lokalnych instytucji dotyczących tego, czym jest profilaktyka i w jaki sposób można ją prowadzić. W kolejnym kroku ważne byłoby także bardziej praktyczne przeszkolenie w tym zakresie także osób bezpośrednio pracujących z dziećmi i młodzieżą oraz z rodzicami.

► **Drogowskaz drugi: Budowanie wspólnoty działań w obszarze profilaktyki**

Rekomendujemy systematyczne wzmacnianie współpracy pomiędzy instytucjami i specjalistami działającymi w obszarze profilaktyki poprzez:

- regularne spotkania robocze i szkoleniowe,
- interdyscyplinarne zespoły i panele dyskusyjne,
- wspólne działania promocyjne i rekrutacyjne,
- wymianę doświadczeń oraz zasobów pomiędzy bielańskimi instytucjami

Sieciowanie sprzyja nie tylko poprawie jakości działań, lecz także umożliwia ich rzetelną ewaluację oraz kontynuowanie inicjatyw o potwierdzonej skuteczności. Sieciowanie to także przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu pracowników szkół i instytucji oraz powracający w wynikach badań problem przeciążenia i bezradności osób badanych. Możliwość spotkań, partycypacji w tworzeniu i ewaluacji strategii działań realizowanych w Dzielnicy to okazja do wzmocnienia zaangażowanych w nią osób i podniesienia ich skuteczności.

Badani jednoznacznie wskazywali na potrzebę utworzenia centralnej, aktualizowanej bazy wiedzy o ofercie profilaktycznej w Dzielnicy Bielany, koordynowanej przez Urząd Dzielnicy przeznaczona zarówno dla pracowników bielańskich instytucji, ale także dostępnej dla rodziców oraz uczniów i uczennic. Baza ta powinna zawierać informacje o:

- zakresie działań poszczególnych instytucji,
- grupach docelowych,
- dostępnych terminach i wolnych miejscach,
- możliwościach współpracy,
- konkretnych krokach, które należy podjąć by wziąć udział w takich działaniach,
- aktualnych danych kontaktowych.

Uczestnicy badani wskazywali także na potrzebę stworzenia stanowiska specjalisty/koordynatora w Urzędzie Dzielnicy, który zajmowałby się nie tylko tworzeniem i aktualizacją bazy informacji, ale także mógłby pełnić dyżury dla specjalistów i rodziców, podczas których udzielałby informacji na temat dostępnej w Dzielnicy oferty z zakresu profilaktyki.

Takie rozwiązanie mogłoby znacząco odciążyć szkoły, ułatwiając wychowawcom i specjalistom kierowanie dzieci i ich rodzin do adekwatnych form wsparcia.

► **Drogowskaz trzeci: Zarządzanie lokalnym systemem profilaktyki**

W tym obszarze zalecamy wdrożenie bardziej partycypacyjnego modelu planowania, realizacji i ewaluacji działań profilaktycznych. Szkoły i instytucje wyrażają gotowość do współuczestnictwa w tworzeniu strategii, jednak czują się niedostatecznie włączane w procesy decyzyjne.

Istotnym postulatem jest również stworzenie przejrzystego i przewidywalnego systemu finansowania działań profilaktycznych, uwzględniającego możliwość reagowania na bieżące potrzeby pojawiające się w trakcie roku szkolnego, w tym działania o charakterze interwencyjnym.

Działania profilaktyczne w Dzielnicy Bielany mają różne źródła finansowania, co często przekłada się na brak przejrzystej strategii oraz chaos informacyjny. Projekty realizowane są w cyklu rozliczeń roku kalendarzowego i nie uwzględniają rytmu, w jakim działają szkoły. Dlatego ważną rekomendacją jest praca nad zwiększeniem przejrzystości finansowania, a także wydłużeniem czasu realizacji projektów, na przykład poprzez dwuletni system planowania i rozliczania budżetu. Co więcej, warto także zastanowić się nad systemem monitorowania środków, które wpływają do bielańskich instytucji spoza samej Dzielnicy.

Najważniejsze rekomendacje z obszaru zarządzania:

- wprowadzenie centralnej bazy informacji i zarządzania profilaktyką w Dzielnicy Bielany,
- model partycypacyjny planowania, wdrażania i ewaluacji działań profilaktycznych,
- spójna, długofalowa strategia oparta na konsultacjach społecznych i badaniu realnych potrzeb oraz od specjalistów,
- kontynuacja sprawdzonych i rekomendowanych przez odbiorców programów,

- planowa i systematyczna współpraca między Wydziałem Spraw Społecznych i Zdrowia a Wydziałem Oświaty Urzędu Dzielnicy Bielany,
- wielopoziomowa ewaluacja wdrażanych działań profilaktycznych,
- przejrzysty i przewidywalny system rozdzielania środków na działania profilaktyczne,
- zarezerwowanie środków w postaci rezerwy na doraźne działania wspierające w szkołach i instytucjach w kryzysowych sytuacjach.

► Drogowskaz czwarty: Nowe formy działań profilaktycznych

Na podstawie zebranych danych możemy zarekomendować także nowe kierunki działań profilaktycznych.

„Trzecie miejsce” w kontekście profilaktyki to **ogólnodostępna, bezpieczna i neutralna przestrzeń funkcjonująca poza domem i szkołą**, która sprzyja budowaniu więzi społecznych, wzmacnianiu relacji oraz rozwijaniu kompetencji społeczno-emocjonalnych dzieci, młodzieży i rodzin. W Dzielnicy Bielany „trzecie miejsca” mogą pełnić funkcję lokalnych punktów wsparcia i edukacji, umożliwiających wspólne spędzanie czasu, uczestnictwo w działaniach rozwojowych i psychoedukacyjnych oraz wczesne identyfikowanie potrzeb i trudności, przy jednoczesnym wzmacnianiu kapitału społecznego i poczucia przynależności do wspólnoty lokalnej. Miejsca takie mogą być tworzone w oparciu o infrastrukturę lokalnych bibliotek czy MALi.

Analizując problemy młodzieży oraz formy profilaktyki warto rozważyć także zwiększenie nacisku na pracę środowiskową poprzez wskrzeszenie idei **streetworkingu**. Dzielnica Bielany posiada bogate tradycje tego typu działań. Wykwalifikowani animatorzy i specjaliści mogliby nie tylko pracować bezpośrednio z młodzieżą, lecz także pełnić funkcję pośredników kierujących do innych form wsparcia. Osoby takie mogą dotrzeć do osób najbardziej potrzebujących wsparcia w ich najbliższym otoczeniu.

Rekomendowaną formą wsparcia są także programy **wsparcia rówieśniczego**. Programy wsparcia rówieśniczego w kryzysach emocjonalnych (metoda Peer Support), mediacje rówieśnicze (szkolne kluby mediatora) czy tutoring koleżeński (peer tutoring), charakteryzują się wysoką skutecznością i niskimi kosztami wdrożenia. Działania te mogą odpowiadać na istotne potrzeby młodzieży, w tym wsparcie w nauce, będące jednym z najczęściej wskazywanych problemów. W Dzielnicy Bielany realizowane

były projekty z tego zakresu. Dzielnica Bielany posiada doświadczenia w zakresie tworzenia Szkolnych Klubów Mediatora, budowania sieci Peer Support (projekty MEN oraz FRSE), czy pomocy w nauce (peer learning). Te formy działalności są odpowiedzią na problemy młodzieży takie jak: osamotnienie, przemoc rówieśnicza, problemy z nauką.

► Drogowskaz piąty: Miejsca realizacji profilaktyki i zasoby lokalne

Wyniki badań jednoznacznie wskazują na wyraźną potrzebę tworzenia i rozwijania przyjaznych dla młodych ludzi miejsc (świetlic, klubów, pracowni), szczególnie z myślą o **starszej młodzieży**. Respondenci podkreślali brak dostępnych miejsc, w których młodzi ludzie mogliby regularnie spotykać się, rozwijać własne inicjatywy i angażować się w działania społeczne w sposób samorządny przy jednoczesnym „mądrym” wsparciu dorosłych – animatorów, wychowawców lub mentorów.

Wskazywano zarówno na potrzebę rozwoju **placówek wsparcia dziennego** dedykowanych młodzieży, jak i bardziej elastycznych przestrzeni klubowych, które nie są wyłącznie oparte na ofercie zajęć, lecz dają młodym osobom realny wpływ na kształt i sposób funkcjonowania tych miejsc.

Chociaż osoby badane zapytane o formy wsparcia dla rodziców nie wymieniały działań z zakresu **wczesnej profilaktyki**, to należałoby je uwzględnić w planowaniu strategii profilaktyki w Dzielnicy Bielany. Istnieje wiele naukowych przesłanek, że profilaktyka jest tym skuteczniejsza im wcześniej jest prowadzona. Angażowanie rodziców na najwcześniejszych etapach rozwoju dzieci wydaje się zatem sensownym postulatem praktycznym. Tworzenie przyjaznych, wspierających działań na najwcześniejszym etapie rozwoju dziecka i rodziny sprzyja budowaniu poczucia bezpieczeństwa, kompetencji społeczno-emocjonalnych oraz zaufania do instytucji, co w dalszej perspektywie wzmacnia odporność psychiczną dzieci i ich rodzin. Działania realizowanej już na etapie opieki prenatalnej (szkoły rodzenia, wsparcie okołoporodowe), ale także na terenie żłobków, klubów dziecięcych, przedszkoli oraz klas I–III szkoły podstawowej – to ważny fundament profilaktyki na późniejszych etapach edukacji.

Ważnym miejscem realizacji działań profilaktycznych jest szkoła. Z analiz wyników badań oraz literatury przedmiotu rekomendujemy znaczenie budowania **przyjaznego klimatu szkoły**, opartego na relacjach, współpracy, dialogu i uważności na potrzeby uczniów, co ma istotny wpływ na skuteczność działań profilaktycznych. Wzmacnianie więzi rówieśniczych, relacji szkoła-rodzic to ważny element lokalnej profilaktyki.

Kompelmentarnym elementem lokalnego systemu profilaktyki są również **placówki wsparcia dziennego**. Badania potwierdzają ich dużą wartość, ale jednocześnie wskazują na potrzebę dalszego rozwoju liczby takich miejsc oraz poszerzania ich oferty, zwłaszcza w odniesieniu do starszych grup wiekowych. Placówki takie powinny być rozsiane po całej Dzielnicy. Osoby badane wskazywały potrzebę zwiększenia liczby tego typu placówek do około 20.

Istotną rolę w budowaniu lokalnej sieci wsparcia pełnią także **kluby dla rodzin**, rozumiane jako przestrzenie przeznaczone do wzmacniania więzi rodzinnych, rozwijania kompetencji wychowawczych, wspólnego spędzania czasu oraz rozwiązywania trudności w bezpiecznym, nieformalnym środowisku. Takie miejsca sprzyjają zaangażowaniu rodziców, którzy – jak wskazują wyniki badań – często potrzebują wsparcia i przestrzeni do budowania relacji z innymi rodzicami, ale napotykają bariery w dostępie do odpowiedniej oferty.

Uzupełnieniem tej struktury są **kluby młodzieżowe**, które łączą elementy zajęć zorganizowanych z możliwością swobodnego spędzania czasu wolnego. W perspektywie profilaktycznej kluczowe jest, aby były to miejsca otwarte, dostępne i współtworzone przez samą młodzież, umożliwiające rozwój samodzielności, sprawczości i odpowiedzialności, przy jednoczesnym wsparciu ze strony dorosłych.

Jednocześnie warto podkreślić, że uruchomienie części z tych miejsc nie musi wiązać się z koniecznością przystosowywania nowych lokali. Podczas badań zidentyfikowaliśmy miejsca, które mogłyby podzielić się swoimi zasobami lokalowymi i intensywniej włączyć się w działania profilaktyczne w Dzielnicy Bielany. Są to:

- Miejsca Aktywności Lokalnej,
- biblioteki,
- parafie.

Co więcej, zwracamy także uwagę na fakt, że w Dzielnicy Bielany warto także w większym stopniu korzystać z działań profilaktycznych świadczonych przez Policję, Straż Miejską oraz Specjalistyczny Punkt Konsultacyjny. Są to instytucje oceniane bardzo pozytywnie jeśli chodzi o świadczone przez nich usługi w zakresie profilaktyki, jednak w naszej ocenie w niewystarczający sposób wykorzystywane ze względu na brak świadomości w społeczności lokalnej dotyczącej tego, jaką mają one ofertę.

Rekomendujemy zatem wzmocnienie:

- wczesnej profilaktyki skierowanej do rodziców małych dzieci (żłobki, przedszkola, klasy I–III),
- roli szkoły jako kluczowego środowiska profilaktycznego, ze szczególnym uwzględnieniem klimatu relacyjnego,
- roli wychowawców w szkołach,
- placówek wsparcia dziennego i klubów dla rodzin.

► **Drogowskaz szósty: Poszerzanie wiedzy oraz budowanie kompetencji**

Ostatnia grupa rekomendacji dotyczy wiedzy i kompetencji. Warto prowadzić działania mające na celu **ujednocenie wiedzy na temat tego, czym jest profilaktyka oraz jak powinna być realizowana**. Jasne i spójne rozumienie tego pojęcia wśród wszystkich uczestników lokalnego systemu wsparcia – nauczycieli, specjalistów, rodziców oraz uczniów – stanowi podstawę skutecznego planowania i realizacji działań profilaktycznych. Zapewnia to wspólne rozumienie celów i metod pracy, a także zwiększa efektywność podejmowanych interwencji i programów edukacyjnych.

Analiza wyników wskazuje na znaczne zróżnicowanie rozumienia pojęcia profilaktyki, które w wielu przypadkach bywa utożsamiane z działaniami interwencyjnymi lub doraźną pomocą w sytuacjach kryzysowych. Tymczasem, zgodnie z przyjętymi definicjami i założeniami teoretycznymi, profilaktyka obejmuje całość działań ukierunkowanych na wzmacnianie zasobów, budowanie czynników chroniących oraz tworzenie sprzyjającego środowiska rozwoju dzieci i młodzieży, zanim pojawią się nasilone problemy wymagające interwencji.

W związku z powyższym rekomenduje się **podnoszenie poziomu wiedzy nauczycieli i specjalistów na temat współczesnego rozumienia profilaktyki**, w tym różnic pomiędzy profilaktyką uniwersalną, selektywną i wskazującą, a także relacji pomiędzy profilaktyką a interwencją. Zwiększenie kompetencji w tym obszarze sprzyja lepszemu planowaniu działań, adekwatnemu doborowi metod oraz bardziej efektywnemu wykorzystaniu dostępnych zasobów.

Istotnym obszarem rekomendacji jest również **upowszechnianie wiedzy** na temat oferty działań profilaktycznych realizowanych na terenie Dzielnicy Bielany. Wyniki badań wskazują, że zarówno rodzice, jak i przedstawiciele szkół oraz instytucji często nie posiadają pełnej informacji na temat dostępnych form wsparcia, co ogranicza możliwość korzystania z istniejących zasobów oraz skutecznego kierowania osób potrzebujących do odpowiednich placówek. **Systematyczna i skoordynowana dystrybucja informacji o ofercie profilaktycznej stanowi istotny element wzmacniania lokalnego systemu wsparcia.**

Kolejną rekomendacją jest dążenie do **ujednocenia wiedzy na temat problemów**, z jakimi mierzą się dzieci i młodzież, pomiędzy różnymi grupami interesariuszy – uczniami, rodzicami, nauczycielami oraz specjalistami. Przeprowadzone badania wskazują na znaczące różnice w postrzeganiu i definiowaniu tych samych zjawisk. Przykładowo, problem przemocy rówieśniczej bywa odmiennie rozumiany przez uczniów, rodziców i nauczycieli, co

utrudnia wypracowanie spójnych i skutecznych strategii oddziaływań profilaktycznych. Wspólne rozumienie problemów stanowi warunek konieczny do właściwego doboru metod i narzędzi pracy oraz zwiększa skuteczność podejmowanych działań.

Ujęte w niniejszym raporcie **dane dotyczące problemów młodzieży miały charakter opinii – nie obejmowały skali występowania ani natężenia poszczególnych problemów dzieci i młodzieży**. W badaniu nie prowadzono screeningu objawów z wykorzystaniem standaryzowanych narzędzi badawczych, co ogranicza możliwość precyzyjnego określenia rozpowszechnienia poszczególnych trudności. W związku z tym rekomenduje się realizację dalszych, pogłębionych analiz w obszarze problemów dzieci i młodzieży, obejmujących systematyczny screening objawów w populacji uczniów.

Tego rodzaju badania pozwoliłyby nie tylko na lepsze rozpoznanie kluczowych obszarów wymagających wsparcia, ale również na **monitorowanie zmian** w czasie oraz ocenę skuteczności podejmowanych działań profilaktycznych. Regularny pomiar wybranych wskaźników zdrowia psychicznego i dobrostanu umożliwiłby ocenę, czy realizowane programy przyczyniają się do poprawy funkcjonowania dzieci i młodzieży na przestrzeni kolejnych lat, a także stanowiłby solidną podstawę do podejmowania decyzji strategicznych w zakresie lokalnej polityki profilaktycznej w Dzielnicy Bielany.

Ostatnia grupa rekomendacji dotyczy systemowego podnoszenia kompetencji:

- **rodziców** (kompetencje wychowawcze, komunikacja, wsparcie nastolatków, zdrowie psychiczne),
- **uczniów** (kompetencje społeczno-emocjonalne, uczenie się, zarządzanie emocjami i czasem),
- **nauczycieli i specjalistów** (psychoedukacja, praca z kryzysem, kierowanie do wsparcia),
- **urzędników i koordynatorów** (zarządzanie profilaktyką, współpraca międzyinstytucjonalna).

W oparciu o analizę wyników badań sformułowano rekomendacje dotyczące zakresu tematycznego oraz form realizacji szkoleń i warsztatów adresowanych do kluczowych grup uczestników lokalnego systemu profilaktyki, tj. uczniów, rodziców oraz nauczycieli i specjalistów. Proponowane obszary odpowiadają na najczęściej identyfikowane potrzeby oraz deficyty kompetencyjne zgłaszane przez respondentów.

Szkolenia i warsztaty dla uczniów

Szkolenia i warsztaty skierowane do uczniów powinny koncentrować się na

- rozwijaniu kompetencji społeczno-emocjonalnych,
- wzmacnianiu dobrostanu psychicznego oraz kształtowaniu postaw sprzyjających zdrowemu stylowi życia,

- zagadnieniach związanych z budowaniem relacji rówieśniczych, w tym rozwiązywaniem konfliktów, radzeniem sobie z presją grupy oraz rozwijaniem umiejętności asertywności i odmawiania.
- nauce zapamiętywania i efektywnego uczenia się, a także wzmacniania pozytywnego obrazu siebie, samoakceptacji i akceptacji własnego ciała.
- edukacja w zakresie zdrowego odżywiania (szczególnie uczniowie starsi), w szczególności planowania posiłków w sposób sprzyjający koncentracji, poziomowi energii i ogólnemu funkcjonowaniu w ciągu dnia szkolnego.

Ważne, aby realizowane programy były programami z listy programów rekomendowanych, posiadały udowodnioną naukowo skuteczność oddziaływań. Rekomendowaną formą realizacji warsztatów dla uczniów są zajęcia stacjonarne prowadzone w bezpośrednim kontakcie, umożliwiające aktywne uczestnictwo, ćwiczenie umiejętności i budowanie relacji w grupie.

Szkolenia i warsztaty dla rodziców

W przypadku działań adresowanych do rodziców kluczowym obszarem rekomendacji jest:

- podnoszenie kompetencji wychowawczych,
- wzmacnianie poczucia sprawczości w zakresie wspierania rozwoju dzieci i młodzieży,
- bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie, w tym przeciwdziałanie hejtowi oraz innym formom przemocy rówieśniczej w środowisku cyfrowym,
- podniesienie kompetencji w zakresie przeciwdziałania samobójstwom wśród dzieci i młodzieży. Zagadnienie to było jednym z najczęściej akcentowanych obszarów potrzeb (wskazywane przez znaczną większość badanych).

Ze względu na trudności związane z osiągnięciem wysokiej frekwencji wśród rodziców rekomendujemy realizację warsztatów w formach niestacjonarnych, w tym asynchronicznych (np. podcasty, webinary, materiały online), a także w formie stacjonarnej, jednak organizowanej poza szkołą, w przestrzeniach neutralnych i przyjaznych (np. kluby dla rodzin, biblioteki, miejsca aktywności lokalnej).

Szkolenia i warsztaty dla nauczycieli oraz specjalistów

Dla nauczycieli i specjalistów pracujących z dziećmi i młodzieżą rekomendowane są szkolenia:

- dotyczące zarządzania działaniami profilaktycznymi – rozwijanie współpracy pomiędzy i instytucjami,
- wzmacniające kompetencje zawodowe w obszarze pracy z uczniami o zróżnicowanych potrzebach, w tym z uczniami neuroatypowymi,

- rozwijające kompetencje komunikacyjne, obejmujące rozwiązywanie konfliktów, techniki porozumiewania się w sytuacjach trudnych,
- z zakresu umiejętności związanych z regulacją emocji, zarówno własnych, jak i uczniów,
- z zakresu przeciwdziałania kryzysom psychicznym, w tym zachowaniom samobójczym (wsparcie dla ucznia i dla rodziny).

Rekomendowaną przez nas formą realizacji powyższych działań są szkolenia stacjonarne o charakterze warsztatowym, umożliwiające wymianę doświadczeń oraz wzmacnianie praktycznych umiejętności wśród osób pracujących w różnych bielańskich instytucjach (nie tylko szkołach). Istotnym elementem jest również tworzenie możliwości sieciowania nauczycieli i specjalistów, co sprzyja budowaniu lokalnych zasobów wsparcia, wymianie dobrych praktyk oraz rozwijaniu współpracy międzyinstytucjonalnej.

Bibliografia

Borucka, A., Ostaszewski, K. (2008). Koncepcja resilience. Kluczowe pojęcia i wybrane zagadnienia. *Medycyna Wieku Rozwojowego*, 12(2, cz. 1), 587–597.

Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*, 12, 597–605.

Kruk, W., Burzyńska, J., Januszewicz, P., Binkowska-Bury, M. (2017). Poczucie koherencji a zachowania zdrowotne młodzieży akademickiej. Długookresowe badanie prospektywne. *Medycyna Rodzinna*, 3, 179–187.

Ostaszewski, P. (2014). *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.

Sierosławski, J., Sierosławska U. (2024) Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2024 r., Warszawa: IPiN.

