

260 tys. zł na dodatkowe wsparcie psychologiczne dla dzieci i młodzieży

Pandemia, nauka zdalna, niepewność, a do tego emocje dorastającego człowieka to mieszanka wybuchowa. Dbanie o zdrowie psychiczne jest szczególnie ważne dzisiaj, w rzeczywistości, która jest trudna dla dorosłego, a tym bardziej młodego człowieka. Miasto Katowice dostrzega ten problem dlatego przeznacza dodatkowe 260 tys. zł na bezpłatną pomoc psychologiczną i terapeutyczną dla dzieci i młodzieży, która rusza już teraz.

Epidemia koronawirusa dotknęła wszystkie grupy społeczne. Praca i nauka zdalna, a co za tym idzie zmniejszenie się liczby bezpośrednich kontaktów z innymi ludźmi, to wszystko wpływa również na nasze zdrowie psychiczne. Dlatego prezydent Marcin Krupa podjął decyzję o dodatkowym wsparciu tych, których pandemia dotknęła na szczególnym etapie życia – dorastania – i przeznaczeniu 260 tys. zł na bezpłatne wsparcie psychologiczne i terapeutyczne dla katowickich dzieci oraz młodzieży. Zadanie to jest realizowane w ramach projektu „Pomoc psychologiczna i terapeutyczna dla dzieci i młodzieży – mieszkańców miasta Katowice”.

– Chcemy nie tylko niwelować oraz minimalizować skutki przedłużającego się stresu związanego z pandemią, izolacji społecznej, poczucia niepewności czy zagrożenia, ale też po prostu, na ile to możliwe, poprawić kondycję psychiczną dzieci i młodzieży – wyjaśnia **Marcin Krupa**, prezydent Katowic. – To wsparcie skierowane jest również do rodziców oraz opiekunów zarówno dzieci, jak i nastolatków, a także nauczycieli i pedagogów placówek oświatowych. Pandemia również dla nich jest dużym wyzwaniem. Dlatego zdecydowałem, że przeznaczymy dodatkowe środki w wysokości 260 tys. zł, które umożliwią szerszą i bezpłatną pomoc psychologów – dodaje prezydent.

Przedłużający się stan pandemii koronawirusa stawia przed rodzicami oraz opiekunami zarówno dzieci jak i młodzieży nowe zadania związane nie tylko ze zmianą swojego doczasowego sposobu funkcjonowania na płaszczyźnie społecznej, zawodowej, ale także rodzinnej. Do tego dochodzi jeszcze zapewnienie właściwych warunków do pobierania nauki on-line oraz zadania związane z koniecznością minimalizowania lub niwelowania odczuwanych przez dzieci skutków pandemii. Odpowiedzią na ten ostatni problem jest realizowany przez Katowice projekt.

Kluczowym jest by pomoc psychologiczna przyszła w odpowiednim momencie. – Z pomocy specjalistycznej należy skorzystać w szczególności, gdy młody człowiek doświadczył lub doświadcza trudnych sytuacji kryzysowych, np. w relacjach z rówieśnikami czy też w relacjach rodzinnych. Nie zwlekajmy również ze zgłaszaniem się po pomoc, gdy dziecko nie radzi sobie ze stresem lub ma problemy zdrowotne natury psychicznej – zachęca **Liliana Krzywicka**, kierownik Ośrodka Interwencji Kryzysowej w katowickim MOPS.

Dziś pomoc psychologa, psychiatry jest naturalna. Nie powinniśmy się wstydzić prosić o pomoc specjalistów, a coraz częściej młodzi ludzie wiedzą, że w ich szkołach jest psycholog czy pedagog. Ponadto działają w kilku dzielnicach Katowic Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne oraz Telefon Zaufania Specjalistycznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Katowicach pod numerem tel. 32 258 65 55. Od lutego oferta jest poszerzona o bezpłatną pomoc oferowaną przez dwa podmioty:

1. **Centrum Terapii i Wspomagania Rozwoju FOCUS Woźniak Mateusz** ul. Wincentego Pola 9/1A Katowice Telefon kontaktowy: 574 074 496 wew. 3
Godziny rejestracji: 10.00-18.00 (od poniedziałku do piątku).
2. **Agnieszka Basista Usługi Psychologiczne** ul. Kościuszki 26/6 Katowice Telefon kontaktowy: 798 575 602

Godziny rejestracji: 9.00-12.00 (poniedziałki) i 16.00-18.00 (wtorki) – możliwy również kontakt sms-owy.

Z oferty mogą skorzystać mieszkańcy Katowic do 18. roku życia, ewentualnie ich rodzice lub opiekunowie, a także lub nauczyciele i pedagodzy z katowickich placówek oświatowych. Obecnie trwa również postępowanie na wybór kolejnych podmiotów świadczących usługi, które ruszą w marcu.

Przypomnijmy, że katowiczanie mogą korzystać z pomocy psychologicznej także w ramach pozostałych działań miasta. Czynny jest Telefon Zaufania dla Seniorów 796 970 686 – dostępny w godzinach 16.00-19.00 (od poniedziałku do piątku). Seniorzy mogą również otrzymać zdalne wsparcie psychologiczne za pośrednictwem wideokomunikatorów oraz poprzez rozmowę telefoniczną. W Ośrodku Interwencji Kryzysowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Katowicach można nawiązać zdalny kontakt telefonicznie: 32 251 15 99, 669 777 008, 601 158 007, 506 041 200, 506 041 100 z możliwością kontaktu przez komunikator WhatsApp i video, oraz mailowo: oik@mops.katowice.pl Dyżury psychologów i interwentów w godzinach 8.00-19.00 (od poniedziałku do piątku). W Centrum Poradnictwa Specjalistycznego Metodyki i Strategii Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej zdalny kontakt telefoniczny: 572 333 751, 725 150 086 oba telefony z możliwością kontaktu przez komunikator WhatsApp i video. Dyżury psychologów w godzinach 8.00-17.30 (od poniedziałku do piątku).

Źródło: UM Katowice