



Minister Zdrowia

ZPP.050.38.2025.MSS
Warszawa, 03 czerwca 2025

Pan
Szymon Hołownia
Marszałek Sejmu
Rzeczypospolitej Polskiej

Szanowny Panie Marszałku,

odpowiadając na interpelację nr 9846, Pana Posła Janusza Cieszyńskiego przesłaną do Ministerstwa Zdrowia w dniu 16 kwietnia 2024 r., w sprawie wyników badania "The Impact of Social Media on Body Image Perception in Young People", uprzejmie proszę o przyjęcie następujących informacji.

Na wstępie pragnę podkreślić, że Ministerstwo Zdrowia jest świadome negatywnego wpływu nowych technologii, w tym mediów społecznościowych, na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. W ocenie Ministerstwa przeciwdziałanie tym negatywnym skutkom oraz zapewnienie bezpieczeństwa cyfrowego tej grupie wiekowej stanowi jedno z kluczowych wyzwań w obszarze zdrowia publicznego.

Z tego względu **temat „Promocja i ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w erze cyfrowej” został wybrany jako jeden z priorytetów polskiej prezydencji w Radzie Unii Europejskiej.** Zagadnienie to było poruszane m.in. podczas konferencji inaugurującej polską prezydencję w obszarze zdrowia, która odbyła się 16 stycznia br. w Warszawie, a także podczas nieformalnego posiedzenia Rady EPSCO w dniu 25 marca br. Kulminacyjnym wydarzeniem była międzynarodowa konferencja wysokiego szczebla, zorganizowana 7 kwietnia w Krakowie. W ramach działań prezydencji Polsce zaproponowała państwom członkowskim projekt konkluzji Rady dotyczący tego zagadnienia. Dokument ten spotkał się z bardzo pozytywnym odbiorem ze strony państw członkowskich. Jego oficjalne przyjęcie planowane jest podczas posiedzenia Rady EPSCO w dniu 20 czerwca.

Problem nadużywania nowoczesnych technologii wśród dzieci i młodzieży od wielu lat jest dostrzegany i priorytetowo traktowany przez Ministra Zdrowia **w realizowanych zadaniach ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych**, zwanym dalej „FRPH”. Ma to swój przejaw zarówno w działaniach mających na celu upowszechnianie wiedzy na temat bezpiecznego używania cybermediów jak i poprzez profilaktykę, której celem jest ograniczanie i przeciwdziałanie tzw. e-uzależnieniom czy też w badaniach obejmujących

monitorowanie zjawiska oraz identyfikowanie czynników ryzyka i chroniących przed uzależnieniem.

Projekty realizowane ze środków FRPH obejmują również działania w zakresie pomocy i wsparcia terapeutycznego osobom uzależnionym oraz ich bliskim, realizowanych z wykorzystaniem metod o potwierdzonej skuteczności. Podejmowane są również działania, których celem jest podnoszenie kwalifikacji osób realizujących działania profilaktyczne, jak i terapeutyczne. Podejmowane działania są realizowane głównie przez Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom, zwanym dalej „KCPU”, wyspecjalizowaną agendę Ministra Zdrowia w obszarze przeciwdziałania uzależnieniom.

Wśród tych działań należy wymienić przede wszystkim prowadzenie **Systemu rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego** - W systemie aktualnie znajduje się 30 programów kierowanych bezpośrednio do dzieci/młodzieży lub ukierunkowanych na podnoszenie kompetencji osób pracujących z dziećmi (np. rodzice, nauczyciele, wychowawcy). Część programów może być realizowana na terenie placówek oświatowych lub kierowana jest do jej pracowników.

Ponadto, w ramach środków FRPH zrealizowano i współfinansowano **szereg działań z zakresu profilaktyki uniwersalnej skierowanej do dzieci i młodzieży** w obszarze problematyki uzależnień behawioralnych ze szczególnym uwzględnieniem nadużywania komputera i Internetu m.in. Program „Loguj się z głową”, który adresowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz rodziców i opiekunów.

Ponadto systematycznie prowadzona jest m.in. aktualizacja i dodruk materiałów edukacyjnych skierowanych do specjalistów prowadzących zajęcia profilaktyczne z młodzieżą „*Profilaktyka uzależnień behawioralnych wśród młodzieży szkolnej*”, czy publikacja skierowana do dzieci pt.: „*Rysia i Tolek na Cyberzachodzie, czyli opowieść o tym jak dwóch małych śmiałków przez Internet wędrowało i wiele przygód miało*”. Wskazane powyżej materiały dystrybuowane są do poradni psychologiczno-pedagogicznych.

Od początku działań realizowanych ze środków FRPH zadania ukierunkowano na **podnoszenie kwalifikacji osób realizujących działania profilaktyczne**. Istotną grupę odbiorców szkoleń stanowi kadra pedagogiczna szkół publicznych, która nabywa wiedzę w zakresie rozpoznawania wczesnych problemów związanych z nadużywaniem nowych technologii wśród dzieci i młodzieży oraz metod i sposobów przeciwdziałania rozwijaniu się tych problemów.

W 2025 r. zostało ogłoszone zadanie obejmujące zorganizowanie i przeprowadzenie webinarium dla pracowników systemu oświaty w zakresie problematyki nadużywania nowych technologii wśród dzieci i młodzieży. Ponadto na zlecenie KCPU opracowywano i

udostępniono publikacje dedykowane nauczycielom i pedagogom. Dodatkowo z inicjatywy KCPU we współpracy z Instytutem Badań Edukacyjnych opracowano i wprowadzono do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji, dwie kwalifikacje wolnorynkowe służące podniesieniu poziomu oddziaływań profilaktycznych w Polsce:

- a. Prowadzenie promocji zdrowia psychicznego, profilaktyki uniwersalnej w zakresie używania substancji psychoaktywnych i zaburzeń behawioralnych.
- b. Prowadzenie selektywnej i wskazującej profilaktyki w zakresie używania substancji psychoaktywnych i zaburzeń behawioralnych oraz minimalizowania problemów związanych z tymi zachowaniami.

KCPU podejmuje działania mające na celu **wsparcie rodziców w zakresie prawidłowego korzystania z technologii przez ich podopiecznych**. Przykładem takich działań jest kampania zrealizowana w latach 2022-2024 pod hasłem „Pierwsze kroki w cyberświecie. Zróbmy je razem”, której celem było ograniczenie używania urządzeń cyfrowych przez dzieci w wieku przedszkolnym oraz wsparcie dorosłych w nauczaniu dzieci bezpiecznego korzystania z cybermediów.

Ponadto należy dodać, że prowadzona jest strona internetowa o tematyce uzależnień behawioralnych i poradnia internetowa, gdzie świadczona jest pomoc psychologa, psychoterapeuty i prawnika w zakresie problematyki uzależnień behawioralnych w formie online. Strona zawiera również szereg merytorycznych materiałów, adresowanych do zróżnicowanych grup odbiorców. Również uruchomiony został **telefon zaufania w zakresie problematyki uzależnień behawioralnych (801 889 880)**, świadczący pomoc w zakresie problemów wynikających z uzależnień behawioralnych¹.

Ponadto od grudnia 2021 r. do czerwca 2025 r. na mocy rozporządzenia Ministra Zdrowia realizowany jest **Program pilotażowy oddziaływań terapeutycznych skierowanych do dzieci i młodzieży problemowo korzystających z nowych technologii cyfrowych oraz ich rodzin**. W programie uczestniczy 12 świadczeniodawców, którzy testują różne formy terapii, skupiając się na poprawie zdrowia psychicznego, funkcjonowania społecznego oraz zwiększeniu świadomości dotyczącej nadużywania mediów cyfrowych. Do września 2024 r. udzielono ponad 57 tys. świadczeń, obejmując ponad 8 tys. osób, z czego większość to dzieci i młodzież. Program cieszy się dużym zainteresowaniem, szczególnie wśród rodzin zmagających się z uzależnieniem od ekranów, a istotnym jego elementem jest psychoedukacja oraz współpraca międzysektorowa.

¹ Działalność Telefonu Zaufania prowadzona jest w sposób ciągły, codziennie w godz. 17-22. Udzielana jest tu pomoc zarówno osobom przejawiającym problemy wynikające z nadmiernego angażowania się w dane zachowanie (hazard, internet, itp.) jak również im bliskim i rodzinom.

Ponadto w związku z pytaniami zawartymi w interpelacji Ministerstwo Zdrowia zwróciło się z prośbą o wkład do Ministerstwa Edukacji Narodowej. **Ministerstwo Edukacji Narodowej oferuje szerokie wsparcie systemowe dla szkół, nauczycieli i psychologów szkolnych** w zakresie edukacji młodzieży na temat zdrowia psychicznego oraz korzystania z mediów społecznościowych. Kluczowym elementem są szkolenia organizowane przez Ośrodek Rozwoju Edukacji, które przygotowują nauczycieli do rozpoznawania problemów psychicznych, takich jak depresja, zaburzenia lękowe czy skutki przemocy rówieśniczej, oraz uczyć skutecznych metod interwencji i wsparcia. Równolegle ORE udostępnia materiały edukacyjne które wspierają codzienną pracę pedagogów i psychologów.

Od roku szkolnego 2025/2026 wprowadzony zostanie **nowy przedmiot – edukacja zdrowotna** – który kompleksowo obejmuje tematykę zdrowia psychicznego, samooceny, obrazu ciała oraz wpływu mediów społecznościowych na młodzież. Uczniowie będą uczyć się m.in. o zagrożeniach wynikających z niewłaściwego używania technologii informacyjno-komunikacyjnych (w tym cyberprzemocy, hejtu, mowy nienawiści, kreowania cyberrzeczywistości, zjawiska patostreamingu, uzależnienia od Internetu i gier komputerowych oraz niebezpiecznych kontaktów w sieci, m.in. uwodzenia w sieci (*grooming*)), a także o sposobach budowania dobrostanu psychicznego i emocjonalnego.

Dodatkowo, MEN realizuje projekty mające na celu poprawę funkcjonowania poradni psychologiczno-pedagogicznych. W 2024 r. MEN rozpoczęło wspólnie ze Szkołą Główną Handlową realizację projektu w ramach programu Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego. pn. „Przygotowanie kompleksowego wsparcia poradni psychologiczno-pedagogicznych”, w którym – wspólnie z poradniami oraz ich organami prowadzącymi – mają zostać wypracowane założenia zmian niezbędnych dla poprawy jakości świadczonego przez te instytucje wsparcia. Rozpoczęły się również działania w projekcie pn. „Przygotowanie systemu informatycznego wspierającego poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne”, który jest realizowany przez Centrum Informatyczne Edukacji w partnerstwie z MEN. Celem projektu jest stworzenie systemu informatycznego, wspierającego funkcjonowanie poradni psychologiczno-pedagogicznych (PPP). Planuje się, że będzie on obejmować m. in. dostęp do narzędzi diagnostycznych oraz funkcjonalności wspierające funkcjonowanie PPP, w tym kontakt z osobami będącymi klientami poradni. Wszystkie powyższe działania mają przełożyć się na jakościową zmianę sposobu świadczenia pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz zmniejszenie obciążeń biurokratycznych poradni psychologiczno-pedagogicznych.

Z wyrazami szacunku
z upoważnienia Ministra Zdrowia
Wojciech Konieczny
Sekretarz Stanu
/dokument podpisany elektronicznie/