



Chcemy pomóc znaleźć sens

2023-03-15

To my, dorośli, musimy wyjść z inicjatywą. Bo młody człowiek nie porzuci swojego świata tylko dlatego, że go o to poprosimy - mówi Michał Kowalski, Miejski Koordynator Projektu #OGARNIAM ŻYCIE. Tadeusz Mordarski pytał go, w jaki sposób pomóc młodzieży poprawić kondycję psychiczną, znaleźć pomysł na życie i uciec od uzależnień.

Czy młodzież „ogarnia życie”?

Michał Kowalski: Każdy z nas ogarnia po swojemu. Młodzież także. Chcemy jej jednak pomóc, aby w tym ogarnianiu życia było jak najmniej szkodliwych rzeczy. Niektórzy, chcąc sobie radzić samemu, dokonują złych wyborów i niestety wpadają w sidła uzależnień, depresję czy mają myśli samobójcze. Chcemy im pokazać, że życie nie kończy się na drzwiach własnego pokoju, na ekranie komputera czy smartfona lub wąskiej grupce znajomych. Życie, szczególnie w Krakowie, to naprawdę coś więcej. To miejsca, które można zobaczyć. To instytucje, które można odwiedzać. To projekty, które można realizować we współpracy z innymi.

Głównym celem kampanii #OGARNIAM ŻYCIE jest „wsparcie kondycji psychicznej uczniów szkół podstawowych”. Co to oznacza w praktyce?

Chcemy towarzyszyć młodym ludziom i zachęcić ich do podejmowania różnych inicjatyw. Dzięki temu uczniom łatwiej będzie znaleźć cel i sens życia czy elementy, z którymi się utożsamia. Mówimy o kondycji psychicznej, bo przez ostatnie lata ta kondycja młodzieży podupadła. Widzimy to w statystykach, badaniach czy pracy zawodowej. Ja, pracując w poradni, widzę młodzież, która jest w coraz gorszym stanie psychicznym i nie ma punktu zaczepienia. Na pytania: co chcesz robić? dokąd chcesz pójść? co chcesz od życia? - uczniowie odpowiadają: nie wiem, nie mam pomysłu. My chcemy, aby znaleźli ten sens i potrafili „ogarniać życie”.

Jakie konkretne działania mogą w tym pomóc?

Jednym z projektów kampanii jest konkurs dla 40 szkół. Każda z nich ma wyznaczonych trzech młodzieżowych liderów, dwóch opiekunów oraz jedną klasę siódmą, która jest ambasadorem. Uczestniczą oni w warsztatach zorganizowanych przez miejskie instytucje. Niektórych z nich, takich jak MPO czy ZZM, nie kojarzymy z pracy z młodzieżą. Tymczasem uczniowie inspirują się tymi warsztatami, następnie wracają do szkoły i dzielą się wiedzą z pozostałymi. Później realizują jakiś projekt, np. event, który oddziałuje na całą społeczność szkolną. Na razie nie będę zdradzał szczegółów, bo nawet same szkoły nie wiedzą, co je czeka (uśmiech).

Weźmy zatem przykładowego Krzysztofa, ucznia klasy 7. Dlaczego ten Krzyś, zamiast pić alkohol czy grać na konsoli, ma się zaangażować w projekt #OGARNIAM ŻYCIE? Jakie będzie miał z tego korzyści?

W przypadku dzieci i młodzieży nie możemy założyć, że oni sami do nas przyjdą. Że poświęcą coś, co



**Magiczny
Kraków**

daje im natychmiastową gratyfikację, na to, w co muszą włożyć sporo siły i samozaparcia. Dlatego też to my musimy wyjść do nich i robimy to m.in. wspomnianym konkursem, warsztatami, konferencjami czy innymi eventami, np. organizacją biegu. Wiele do zaproponowania mają też spółki miejskie. To my, dorośli, musimy wyjść z inicjatywą. Bo młody człowiek nie porzuci swojego świata tylko dlatego, że go o to poprosimy. Temu wspomnianemu Krzysiovi pokazujemy więc możliwości oraz wydarzenia, w których może uczestniczyć. Dzięki udziałowi w projekcie młody człowiek zyskuje możliwość samodzielnego decydowania. Narzucamy minimalną liczbę reguł i zasad, bo chcemy, aby inicjatywy były oddolne i żeby to dzieci decydowały o tym, co im pomaga, co ich chroni przed „robieniem rzeczy nieodpowiedzialnych”, a co przeszkadza. Poza tym dzieci uczą się pracy metodą projektów. Uczą się nawiązywać kontakty z dorosłymi, spotykając się z instytucjami innymi niż szkoła czy dom kultury, a to zaprocentuje w ich przyszłości.

Co będzie sukcesem tej kampanii?

Dla mnie ta kampania już osiągnęła sukces, bo zaczęto mówić o tym, że dzieci potrzebują wsparcia psychicznego. Młodzi ludzie nie boją się mówić głośno, że potrzebują pomocy, że mają takie, a nie inne myśli, że brakuje im przestrzeni do ich wyrażania. Nie oczekujemy wymiernego, statystycznego wskaźnika, aby mówić o sukcesie. On jest niepoliczalny i może właśnie dlatego wielki.

Michał Kowalski – miejski koordynator projektu #OGARNIAM ŻYCIE, pedagog społeczno-opiekuńczy i resocjalizacji, socjoterapeuta. Zajmuje się problematyką uzależnień. Wicedyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 2 w Krakowie