



„Żałoba 146 rodzin” w Światowym Dniu Walki z Depresją

2024-02-23

Dziś wiele polskich miast opuści flagi samorządowe do połowy masztu lub przywiesi do nich kir jako znak symbolicznej żałoby po samobójczych śmierciach dzieci. Tylko w ubiegłym roku w Polsce życie odebrało sobie 146 młodych osób w wieku od 7 do 18 lat. - Najwyższy czas, aby dostrzec, jak ogromna to strata i systemowo pomóc wszystkim dzieciom w kryzysach psychicznych - podkreśla Fundacja Słonie na Balkonie, organizator ogólnopolskiej kampanii „Żałoba 146 rodzin”.

Kampania, którą objęła patronatem Rzeczniczka Praw Dziecka, startuje 23 lutego w Światowy Dzień Walki z Depresją. Przyłączyły się do niej już 24 miasta, w tym Kraków, a także siedem województw.

Akcję wsparły m.in. aktorki Marta Żmuda Trzebiatowska, Agnieszka Sienkiewicz, Anna Karczmarczyk-Litwin oraz blogerka i aktywistka społeczna Janina Bąk. Wszystko na znak „Żałoby 146 rodzin”, ogłoszonej symbolicznie przez Fundację Słonie na Balkonie.

- Zostałam ambasadorką Fundacji Słonie na Balkonie już jakiś czas temu. Większość z nas, rodziców, ma nadzieję, że problemy zaburzeń psychicznych wśród dzieci nie będą ich dotyczyły. Niestety statystyki mówią same za siebie - opowiada aktorka Agnieszka Sienkiewicz. - Jestem przekonana, że dostęp do bezpłatnej terapii dla najmłodszych to szansa na pomoc dzieciom, która ocali ich przyszłość i pozwoli uniknąć nam kolejnej żałoby. Jako rodzice, opiekunowie czy po prostu dorośli powinniśmy zrobić wszystko, aby zapewnić im bezpieczne warunki do rozmowy i leczenia - zaznacza.

Ponad sto samobójstw rocznie wśród dzieci

- W ubiegłym roku w Polsce życie odebrało sobie 146 dzieci. Tyle, ile uczy się w pięciu 30-osobowych klasach. Tyle, ile miejsc mają trzy autobusy szkolne. Gdyby zdarzył się wypadek - z pewnością została by ogłoszona żałoba narodowa. Ale te dzieci odchodzą w ciszy, a ogromną, osobistą żałobę przeżywa 146 rodzin - podkreśla Michał Żak, wiceprezes Fundacji Słonie na Balkonie.

- Tylko dostrzegając tragedię, nazywając ją i mobilizując siły, jesteśmy w stanie wypracować zmianę. Jako fundacja robimy to od lat, ale dziś widzimy, że to wciąż za mało. Zdajemy sobie sprawę, że ogłoszenie symbolicznej, ogólnopolskiej żałoby to bardzo mocny przekaz. Chcemy jednak zrobić wszystko, abyśmy nie musieli jej ogłaszać już nigdy więcej. Dzieciom, których już nie ma, nie pomożemy. Możemy natomiast dać wsparcie wszystkim młodym osobom, które nie radzą sobie z własnymi emocjami i pilnie potrzebują profesjonalnej pomocy, a także ich rodzicom, którzy w takich sytuacjach często czują się bezradni - mówi Joanna Paduszyńska, prezeska Fundacji Słonie na Balkonie.

Głównymi celami kampanii są: otwarta debata o tym, jak pomagać dzieciom, zmagającym się z kryzysami psychicznymi, zwiększenie dostępu do bezpłatnej terapii oraz wskazanie miejsc, gdzie można otrzymać pomoc.

Depresja dotyka coraz młodsze dzieci



- Od 2012 roku poznajemy potrzeby dziecięcej psychiatrii. Problem kryzysów psychicznych dzieci i młodzieży wciąż istnieje, a co jest niepokojące, depresja dotyka coraz młodsze dzieci. Zdarza się, że diagnozowana jest nawet w wieku przedszkolnym. A przecież depresja jest zaburzeniem, które może prowadzić nawet do śmierci. Dlatego tak ważne jest, aby rodzice, opiekunowie czy nauczyciele potrafili rozpoznać symptomy tej choroby, która u młodszych dzieci objawia się nieco inaczej niż u nastolatków i dorosłych, i aby mogli jak najszybciej zapewnić takim dzieciom odpowiednią pomoc. Nie może być tak, że dzieci czekają miesiącami w kolejce do specjalistów – tłumaczy Joanna Sass-Gust, psycholożka, seksuolożka i psychoterapeutka dzieci i młodzieży w Fundacji Słonie na Balkonie.

W ramach kampanii „Żałoba 146 rodzin” fundacja wystosowała petycję do Ministerstwa Zdrowia, apelując o zwiększenie dostępności do pierwszej pomocy psychologicznej i psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży w Polsce. Przede wszystkim poprzez skrócenie czasu oczekiwania na wizytę do maksymalnie miesiąca, a także zwiększenie liczby psychiatrów w przychodniach oraz psychologów i pedagogów w szkołach. Petycję można podpisać na stronie slonienabalkonie.pl.

Organizacja uruchomi również zbiórkę, dzięki której w 2024 roku będzie można sfinansować terapię dla 146 dzieci. Dokładnie tylu, ile odebrało sobie życie w ubiegłym roku.

O Fundacji Słonie na Balkonie. Jak uzyskać pomoc?

Od 12 lat fundacja zapewnia dostęp do profesjonalnej pomocy i wszechstronnej terapii dla dzieci zmagających się z depresją, samookaleczaniem czy zespołem stresu pourazowego. Tylko w ubiegłym roku z jej pomocy skorzystało ponad pół tysiąca młodych osób.

Fundacja prowadzi Centrum Środowiskowej Opieki Psychologicznej dla Dzieci w Łodzi, współpracuje z nauczycielami, pedagogami, poradniami i oddziałami szpitalnymi.

Organizacja prowadzi również ogólnopolską bezpłatną infolinię dla dzieci i rodziców pod nr tel. **800 800 602**. Jeśli znasz rodzica potrzebującego wsparcia, przekaż mu ten numer. Z telefonu mogą skorzystać nie tylko rodzice dzieci w kryzysach psychicznych, ale również rodzice w żałobie, po stracie dziecka.

[Jak rozpoznać i pomóc dziecku w depresji – poradnik \[PDF\]](#)

Zareaguj na problemy dziecka - otwarte spotkanie dla rodziców i pedagogów

Miasto Kraków kontynuuje działania wspierające zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Już w sobotę, 2 marca, w Nowohuckim Centrum Kultury odbędzie się otwarte spotkanie pt. „Zareaguj na problemy dziecka”, poświęcone ochronie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, profilaktyce zaburzeń psychicznych, wzmacnianiu kompetencji społecznych oraz formom pomocy młodym ludziom pozostającym w kryzysie psychicznym.

[Szczegóły w naszym komunikacie.](#)
