

Działania edukacyjne z zakresu zapobiegania
depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego
na lata 2020-2022

Scenariusz działań

Warszawa 2020 r.

Wstęp

Depresja jest jednym z najczęściej występujących zaburzeń psychicznych, należących do grupy zaburzeń afektywnych. Według Światowej Organizacji Zdrowia łączna liczba osób żyjących z depresją na świecie wynosi 322 miliony, stanowi ona 4,4% globalnego obciążenia wszystkimi chorobami i jest jedną z najczęstszych przyczyn niesprawności na świecie. Każdego roku z jej powodu umiera ok. 800 000 osób.

W 2016 r. w województwie mazowieckim odnotowano 0,92 tys. hospitalizacji wśród dzieci i młodzieży do 18 roku życia z powodu rozpoznań, zakwalifikowanych jako zaburzenia nastroju, co stanowiło 5,13% wszystkich hospitalizacji z powodu rozpoznań, które zakwalifikowano do grupy chorób psychicznych w tej grupie wiekowej¹. Według danych Głównego Urzędu Statystycznego w 2016 r. w województwie mazowieckim mieszkało 1 055 800 osób do 18 roku życia. 0,09% osób hospitalizowanych było z powodu zaburzeń nastroju.

Dzieci i młodzież są grupą, która coraz częściej doświadcza zaburzeń depresyjnych. Szacuje się, że 2% dzieci cierpi na depresję. Wiele wskazuje na to, że liczba ta jest zaniżona, a dzieci nie są prawidłowo diagnozowane. Lekarze stwierdzają u dzieci depresję na takich samych zasadach diagnostycznych jak u dorosłych, choć nie mają wątpliwości, że depresja u dzieci może objawiać się inaczej. Nie istnieje taka jednostka chorobowa jak „depresja dziecięca”, dlatego u wielu dzieci nie stawia się takiej diagnozy. Są jednak podstawy, by przypuszczać, że depresja dotyka nawet co trzeciego nastolatka. Dzieci i młodzież z zaburzeniami depresyjnymi często cierpi z powodu braków edukacyjnych, problemów z zatrudnieniem w przyszłości oraz ma trudności w budowaniu związków.

1) Grupa docelowa

Działania edukacyjne z zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego skierowane są do uczniów szkół ponadpodstawowych z terenu województwa mazowieckiego.

Planowane jest przeprowadzenie działań w grupie 9 000 uczniów uczęszczających do szkół średnich z terenu województwa mazowieckiego. W roku szkolnym 2018/2019 w województwie mazowieckim do szkół ponadpodstawowych uczęszczało 148 366 uczniów (stan na 30 września 2018 r.)². W związku z tym w zajęciach będzie mogło uczestniczyć około 6% uczniów z województwa mazowieckiego.

2) Czas trwania

Prowadzenie działań edukacyjnych rozpocznie się w listopadzie 2020 r. Realizowane będą do czerwca 2022 r. Zajęcia prowadzone będą w formie prelekcji, dyskusji, wykładów, na podstawie materiałów udostępnianych przez Województwa Mazowieckie.

Zajęcie mogą trwać 135 minut (tj. 3 godziny 45-minutowe). Zajęcia prowadzone będą w następujących blokach:

¹ Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie zaburzeń psychicznych dla województwa mazowieckiego – 2018

² www.cie.men.gov.pl/

- moduł dotyczący problemu depresji: 2 godziny lekcyjne realizowane w ciągu jednego dnia,
- moduł dotyczący samobójstw: 1 godzina lekcyjna w innym terminie niż moduł depresji, nie później niż miesiąc po poprzedniej części.

Grupy uczniów nie mogą być większe niż 25 osób i nie mniejsze niż 15 osób.

3) Cel

Celem działań edukacyjnych z zakresu zapobiegania depresji u młodzieży jest:

- 1) przeprowadzenie do 24 czerwca 2022 r. zajęć na temat problemu depresji i samobójstw dla co najmniej 7 200 uczniów uczęszczających do szkół ponadpodstawowych z województwa mazowieckiego oraz przekazanie uczestnikom podstawowej wiedzy w zakresie problematyki depresji i zapobiegania samobójstwom;
- 2) wzrost wiedzy na temat problemu depresji i samobójstw u co najmniej 75% uczestników.

4) Zagadnienia do omówienia podczas zajęć:

Działania edukacyjne z zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego podzielone zostały na dwa moduły:

- moduł dotyczący problemu depresji,
- moduł dotyczący samobójstw.

Zajęcia powinny odbywać się w sposób jak najbardziej interaktywny. Na początku grupa powinna być zachęcona do odpowiedzi:

- Jakie są według nich objawy depresji?
- Czym jest depresja?
- Czy w ich otoczeniu znajdują się osoby cierpiące na depresję?
- Jak postępowali z takimi osobami?
- Czy obawiają się, że osoba w depresji może się zabić?

Moduł związany z samobójstwem powinny poprzedzić następujące pytania do grupy:

- Czy byli w sytuacji gdy ktoś mówił im/pisał SMS lub e-mail o planowanym samobójstwie?
- Jak się wtedy czuli?
- Co robili lub co by zrobili w podobnej sytuacji?

Podmiotom realizującym działania wybranym w drodze niniejszego konkursu ofert przekazany zostanie materiał prezentowany podczas realizacji działań. Na wniosek oferenta możliwe jest udostępnienie ww. materiału w celu zapoznania się z dokładnym zakresem poruszanych zagadnień.

5) Wymagania do personelu prowadzącego zajęcia

Spotkania z młodzieżą muszą być prowadzone przez specjalistów z zakresu zdrowia psychicznego/psychiatrii, w tym przez magistra psychologii lub psychologa klinicznego lub psychoterapeutę lub psychiatrę lub psychiatrę dzieci i młodzieży lub pielęgniarkę.

6) Badanie wiedzy uczestników

Podczas realizacji działań zostaną przeprowadzone testy wiedzy. Jednolity test wiedzy dla wszystkich uczestników przekazany zostanie podmiotom realizującym działania wybranym w drodze niniejszego konkursu ofert.

Badanie wiedzy u każdego uczestnika zostanie przeprowadzone:

- przed rozpoczęciem części dotyczącej problemu depresji (pre-test) oraz po zakończeniu tej części działań (post-test),
- przed rozpoczęciem części dotyczącej samobójstw (ponowny pre-test) i po zakończeniu drugiej ww. części działań (ponowny post-test).

Wynik o co najmniej jeden punkt lepszy w ponownym badaniu wiedzy świadczy o wzroście wiedzy uczestnika programu.

7) Monitorowanie realizacji lekcji

Monitoring działań edukacyjnych z zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego będzie prowadzony pod względem:

- 1) liczby uczniów, którzy uczestniczyli w działaniach;
- 2) liczby uczniów, którzy zrezygnowali z uczestnictwa w działaniach;
- 3) liczby osób które wypełniły pre-test;
- 4) liczby osób, które wypełniły post-test;
- 5) liczby przeprowadzonych zajęć;
- 6) oceny jakości, dokonywanej na podstawie analizy *Ankiety dla uczestników działań edukacyjnych zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego*;
- 7) oceny efektywności, dokonywanej na podstawie sprawozdania z osiągnięcia mierników efektywności przedstawionych przez podmioty realizujące zadanie.

Wskaźniki:

- 1) wzrost wiedzy z zakresu depresji i samobójstw u uczestników zajęć – minimalny wskaźnik: wzrost wiedzy u 75% uczestników na podstawie ankiety wiedzy;
- 2) liczba uczniów, którzy uczestniczyli w zajęciach – minimalny wskaźnik: 7 200 osób z grupy docelowej (80% planowej liczby);
- 3) ocena jakości zajęć – minimalny wskaźnik: 70% uczestników zajęć oceniło zajęcia w ankiecie (pyt. 1-4) na „4” lub więcej.

8) Ankieta satysfakcji

Ankieta dla uczestników działań edukacyjnych zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego.

Ankieta ma na celu poznanie Twojego zdania na temat „*Działań edukacyjnych zakresu zapobiegania depresji u młodzieży z województwa mazowieckiego*”. Badanie jest **anonimowe**, a jego wyniki posłużą do monitorowania jakości zajęć.

Prosimy o jej wypełnienie i przekazanie wyznaczonej osobie. Dziękujemy za poświęcony czas.

*W pytaniach 1-4 proszę zaznaczyć odpowiedź w skali 1-5,
gdzie 1 – oznacza ocenę najniższą, 5 – oznacza ocenę najwyższą.*

1. W jakim stopniu program zajęć spełnił Twoje oczekiwania?

1 2 3 4 5

2. Jak oceniasz osobę prowadzącą zajęć?

1 2 3 4 5

3. Jak oceniasz organizację zajęć?

1 2 3 4 5

4. Czy polecilibyś /poleciłbyś udział w zajęciach innym osobom?

1 2 3 4 5

5. Który z modułów w Twojej ocenie był **bardziej** interesujący, przydatny?

- moduł dotyczący depresji
- moduł dotyczący samobójstw

6. Czy uważasz, że zajęcia tego typu powinny być realizowane w następnych latach?

- tak
- nie

7. Czy Twoim zdaniem program zajęć wymaga zmian?

- tak (jeśli tak, to jakich?)

.....
.....

- nie

8. Inne uwagi

.....
.....

Bardzo dziękujemy za pomoc i wypełnienie ankiety.