

**UCHWAŁA NR VII/86/2024  
RADY MIASTA MARKI**

z dnia 30 października 2024 r.

**w sprawie przyjęcia programu profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027**

Na podstawie art. 18 ust. 2 pkt 15 i art. 7 ust. 1 pkt 5 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2024 r. poz. 1465), art. 7 ust. 1 oraz art. 48 ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 146, 858 i 1222) Rada Miasta Marki uchwała co następuje:

**§ 1.** Przyjmuje się do realizacji „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” w brzmieniu stanowiącym załącznik do niniejszej uchwały.

**§ 2.** Środki na realizację programu zostały zabezpieczone w budżecie Gminy Miasto Marki na rok 2025 w dziale 851, rozdziale 85149, § 4300 w kwocie 73.300,00 zł.

**§ 3.** Wykonanie uchwały powierza się Burmistrzowi Miasta Marki.

**§ 4.** Traci moc uchwała nr LXXXIII/828/2024 Rady Miasta Marki z dnia 27 marca 2024 r. w sprawie przyjęcia programu profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2024-2026 (Dz. Urz. Woj. Maz., poz. 4241).

**§ 5. 1.** Uchwała podlega ogłoszeniu w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego.

2. Uchwała wchodzi w życie z dniem ogłoszenia, o którym mowa w ust. 1.

Przewodnicząca Rady  
Miasta Marki

**Marzena Wieczorek-  
Starczewska**

Załącznik do uchwały Nr VII/86/2024  
Rady Miasta Marki  
z dnia 30 października 2024 r.

## **PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Podstawa prawna: Art. 48 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (tekst jedn. Dz.U. 2024 poz. 146 )



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

**Nazwa programu:**

Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027

**Okres realizacji programu:** 2025-2027

**Autorzy programu:** dr n. o zdrowiu Karolina Sobczyk

Dokument opracowano pod kierunkiem P. Ady Gajek – Głównego Specjalisty Wydziału Promocji, Zdrowia i Sportu UM Marki

**Kontynuacja/trwałość programu:**

Opisywany program polityki zdrowotnej nie stanowi kontynuacji programu polityki zdrowotnej realizowanego w poprzednim okresie.

**Dane kontaktowe:**

Urząd Miasta Marki

al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 95

05-270 Marki

Tel: (22) 781 10 03

e-mail: [ada.gajek@marki.pl](mailto:ada.gajek@marki.pl)

**Data opracowania programu:** lipiec 2024

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

## **Spis treści**

|   |    |
|---|----|
| I. Opis choroby lub problemu zdrowotnego i uzasadnienie wprowadzenia programu polityki zdrowotnej .....   | 4  |
| 1. Opis problemu zdrowotnego .....  | 4  |
| 2. Dane epidemiologiczne .....  | 7  |
| 3. Opis obecnego postępowania .....   | 9  |
| 4. Uzasadnienie potrzeby wdrożenia programu .....   | 10 |
| II. Cele programu polityki zdrowotnej i mierniki efektywności jego realizacji .....   | 12 |
| 1. Cel główny: .....  | 12 |
| 2. Cele szczegółowe: .....  | 12 |
| 3. Mierniki efektywności odpowiadające celom programu:.....   | 12 |
| III. Charakterystyka populacji docelowej oraz charakterystyka interwencji, jakie są planowane w ramach programu polityki zdrowotnej .....                     | 13 |
| 1. Populacja docelowa .....   | 13 |
| 2. Kryteria kwalifikacji do udziału w programie polityki zdrowotnej oraz kryteria wyłączenia z programu polityki zdrowotnej .....                             | 14 |
| 3. Planowane interwencje:.....  | 14 |
| 4. Sposób udzielania świadczeń w ramach programu polityki zdrowotnej .....  | 22 |
| 5. Sposób zakończenia działań w programie i możliwość kontynuacji otrzymywania świadczeń zdrowotnych przez uczestników programu, jeżeli istnieją wskazania .. | 22 |
| IV. Organizacja programu polityki zdrowotnej .....  | 22 |
| 1. Części składowe, etapy i działania organizacyjne:.....   | 22 |
| 2. Warunki realizacji programu polityki zdrowotnej dotyczące personelu, wyposażenia i warunków lokalowych .....   | 23 |
| 3. Sposób informowania o programie polityki zdrowotnej .....  | 25 |
| V. Sposób monitorowania i ewaluacji programu polityki zdrowotnej.....   | 25 |
| 1. Monitorowanie.....   | 25 |
| 2. Ewaluacja.....   | 26 |
| VI. Budżet programu polityki zdrowotnej .....   | 27 |
| 1. Koszty jednostkowe .....   | 27 |
| 2. Planowane koszty całkowite: .....  | 29 |
| 3. Źródła finansowania.....   | 30 |
| Spis tabel:.....  | 31 |
| Bibliografia:.....  | 31 |
| Załączniki .....  | 34 |

## **I. Opis choroby lub problemu zdrowotnego i uzasadnienie wprowadzenia programu polityki zdrowotnej**

### **1. Opis problemu zdrowotnego**

Rozwój cywilizacyjny przyczynił się do coraz większego rozpowszechnienia chorób i zaburzeń psychicznych, nie tylko wśród osób dorosłych, ale i wśród dzieci i młodzieży. Nieprawidłowości zdrowia mentalnego stanowią ważny problem zdrowotny w wymiarze indywidualnym i społecznym. Jednocześnie choroby te są obarczone wysokim ryzykiem stygmatyzacji, dlatego ich wykrywanie i leczenie rodzi wiele trudności. Do szerokiego zbioru dysfunkcji życiowych powodowanych przez problemy zdrowia psychicznego należą przede wszystkim: okresowe lub trwałe ograniczenia codziennego funkcjonowania, ograniczenia sprawności poznawczej i ruchowej, zaburzone relacje z najbliższymi. Szacuje się, że nasilone trudności w funkcjonowaniu, spowodowane zaburzeniami zdrowia psychicznego, dotyczą ok. 19% populacji, tj. niemal 5 mln osób<sup>1</sup>. Doświadczenia zaburzeń psychicznych ma za sobą co 8. dziecko w wieku 7–17 lat<sup>2</sup>.

Zaburzenia nastroju, do których zaliczamy depresję (w klasyfikacji ICD-10 są to kody F30-F39), to obszerna, trudna do rozpoznania i sklasyfikowania grupa zaburzeń zdrowia psychicznego. Najczęstsze rozpoznania w tej grupie dotyczą epizodu depresyjnego i depresji nawracającej. Depresja w klasyfikacji międzynarodowej ICD-10 jest definiowana jako stan, w którym pacjent cierpi z powodu obniżonego nastroju, utraty zainteresowań i zdolności do odczuwania radości, zmniejszenia zasobów energii prowadzącego do poczucia permanentnego zmęczenia i osłabionej aktywności życiowej<sup>3</sup>. Kryterium rozpoznania epizodu depresyjnego jest

---

<sup>1</sup> Moskalewicz J., Kiejna A., Wojtyniak B. „Kondycja psychiczna mieszkańców Polski” - Raport z badań „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostęp do psychiatrycznej opieki zdrowotnej – EZOP Polska”, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2012.

<sup>2</sup> Moskalewicz J., Wciórka J. (red.), Kondycja Psychiczna Mieszkańców Polski. Raport z badań „Kompleksowe badanie stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań – EZOP II”, Warszawa, 2021, Instytut Psychiatrii i Neurologii.

<sup>3</sup> Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych, Rewizja dziesiąta, Tom I, Wydanie 2008, World Health Organization 2009.

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

utrzymywanie się tych zaburzeń minimum przez 2 tygodnie, choć w przypadku dzieci i młodzieży może on się utrzymywać znacznie dłużej. Z kolei w literaturze przedmiotu termin depresja rozumiany jest jako zespół doświadczeń, obejmujący nie tylko nastrój, ale także doświadczenia fizyczne, psychiczne i behawioralne, które określają bardziej długotrwały, szkodliwy i poważny stan, klinicznie rozpoznawany jako zespół depresyjny<sup>4</sup>.

Do najczęstszych objawów depresji należą<sup>5</sup>:

- obniżenie nastroju, najczęściej poczucie smutku bez wyraźnej przyczyny,
- cyklotymia, czyli przewlekłe zaburzenie nastroju, czyli występowanie naprzemiennie stanów wzmożonego samopoczucia oraz stanów depresyjnych,
- zmieniona reaktywność emocjonalna,
- anhedonia, czyli niemożność odczuwania radości i przyjemności,
- obniżenie motywacji do działania, objawiające się jako ociężałość czy brak siły,
- psychosomatyzacja, występująca najczęściej pod postacią zaburzeń snu (sen płytki, powodujący wybudzanie się w ciągu nocy), a następnie bólu (towarzyszącego 65% zespołów depresyjnych),
- objawy lęku,
- ataki paniki.

Trudnościami okresu adolescencji i zadaniami rozwojowymi tej fazy może towarzyszyć depresja młodzieńcza. Szczególne znaczenie ma konfrontacja swoich możliwości z oczekiwaniami samego dorastającego, jego rodziny i najbliższego otoczenia. Objawy depresji młodzieńczej mają wiele wspólnego z objawami depresji u dorosłych, jednak obraz kliniczny maskują częściej wybuchy złości, znudzenie

---

<sup>4</sup> Hammen C. Depresja, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2022, s. 13

<sup>5</sup> Murawiec S. Diagnosis and treatment of depression in primary care setting – practical aspects, Lekarz w POZ, 5, 2017, s. 338-343.

## PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027

---

i zmęczenie. Ponadto objawom depresji towarzyszą trudności szkolne, zrywanie kontaktów z rówieśnikami, pogorszenie się relacji z najbliższymi. Wyróżnia się kilka postaci depresji młodzieńczej<sup>6</sup>:

- depresja „czysta” - obniżony nastrój i napęd psychoruchowy, lęk przed przyszłością,
- depresja „rezygnacyjna” - trudności w nauce, poczucie bezsensu życia, tendencje i próby samobójcze,
- depresja „z niepokojem” - dominuje tu niepokój, dysforia i zachowania autodestrukcyjne,
- depresja „hipochondryczna” - dominuje tu niepokój o własne zdrowie i somatyczne objawy lęku.

Objawy depresji u nastolatków nie różnią się znacząco w porównaniu do osób dorosłych, jednak niektóre z nich są częstsze i manifestują się pod postacią autoagresji, np.: samookaleczenia (rozmyślnie uszkodzanie swojego ciała przez cięcie się ostrymi przedmiotami, przypalanie zapalniczką, papierosem, drapanie, gryzienie i tym podobne), rozmyślnie zadawanie sobie bólu, zażywanie w nadmiarze leków w celu „zatrucia się” (ale nie w celu odebrania sobie życia), myśli rezygnacyjne („życie jest bez sensu”, „po co ja żyję”), fantazje na temat śmierci („co by było, gdybym umarł?”, „innym byłoby lepiej, gdyby mnie nie było”) oraz myśli samobójcze (rozmyślanie, fantazjowanie na temat odebrania sobie życia), tendencje samobójcze (planowanie lub czynienie przygotowań do popełnienia samobójstwa), a w skrajnych przypadkach – próby samobójcze, czyli podejmowanie bezpośrednich działań mających na celu odebranie sobie życia<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup> Komosińska K. Wybrane zaburzenia psychiczne utrudniające proces edukacji szkolnej dzieci i młodzieży, Prace Naukowe Wałbrzyskiej Wyższej Szkoły Zarządzania i Przedsiębiorczości, 2012, 18 (2), 105-113.

<sup>7</sup> Miernik-Jaesche M. Namysłowska I. Zaburzenia depresyjne u dzieci i młodzieży, <https://www.mp.pl/pacjent/pediatrica/choroby/psychiatria/81302,zaburzenia-depresyjne-u-dzieci-i-mlodziezy> [dostęp 05.12.2023].

## PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027

---

Podstawową formą leczenia depresji jest psychoterapia. Do najskuteczniejszych jej form zalicza się<sup>8</sup>:

- psychoedukację – zapewnienie dziecku i jego opiekunom informacji na temat objawów, przyczyn i metod leczenia depresji oraz sposobów postępowania w konkretnych sytuacjach;
- psychoterapię – w postaci terapii indywidualnej, grupowej lub rodzinnej, przy czym ich łączenie jest zwykle korzystne. Szczególne znaczenie ma terapia rodzinna, w przypadku młodszych dzieci skuteczne oddziaływania terapeutyczne bez zaangażowania rodziców/opiekunów są praktycznie niemożliwe. Psychoterapia grupowa jest wskazana szczególnie dla dzieci i nastolatków, którzy doświadczają trudności w funkcjonowaniu w grupie rówieśniczej i mają tendencje do wycofywania się z relacji koleżeńskich.

W uzasadnionych przypadkach stosowana jest również farmakoterapia. Należy rozważyć włączenie leków wtedy, gdy nasilenie objawów utrudnia dziecku codzienne funkcjonowanie, a same oddziaływania terapeutycznie nie przynoszą zadowalających efektów. Warto jednak pamiętać, że stosowanie leków jest metodą uzupełniającą dla psychoterapii<sup>9</sup>.

### 2. Dane epidemiologiczne

Według WHO łączna liczba osób żyjących z depresją na świecie wynosi 350 mln i stanowi 4,3% globalnego obciążenia wszystkimi chorobami. Jest to również jedna z najczęstszych przyczyn ogólnoświatowej niepełnosprawności. Statystyki wskazują, że na zaburzenia psychiczne zapada od 10% do 20% dzieci i młodzieży, a samobójstwa młodzieży stanowią trzecią przyczynę zgonów w tej grupie wiekowej w skali świata<sup>10</sup>. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży ma istotny wpływ na wszystkie dziedziny życia, takie jak wyniki w szkole, relacje z rodziną i przyjaciółmi oraz zdolność do uczestniczenia w życiu społecznym. Niestety rozpowszechnienie

---

<sup>8</sup> Miernik-Jaesche M. Namysłowska I. Zaburzenia depresyjne... op. cit.

<sup>9</sup> Ibidem.

<sup>10</sup> WHO Mental Health Action Plan [apps.who.int; dostęp: 06.12.2023].



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

chorób psychicznych wykazuje na świecie tendencję wzrostową i szacuje się, że ten niekorzystny trend zostanie utrzymany przynajmniej w ciągu najbliższej dekady<sup>11</sup>.

W grupie dzieci chorujących na depresję zapada 1% dzieci w wieku powyżej 2 r.ż., 2% w wieku 6-12 lat, natomiast wśród nastolatków rozpowszechnienie jest zbliżone do osób dorosłych i wynosi 20%. Zachorowanie we wczesnym wieku niesie ze sobą ryzyko nawrotów w późniejszym okresie życia<sup>12</sup>.

Poważną konsekwencją zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania są samobójstwa, stanowiące bardzo częstą przyczynę zgonu wśród osób młodych. Według danych WHO, w ciągu ostatnich 45 lat liczba samobójstw na świecie wzrosła o 60%. Wzrasta liczba samobójstw popełnianych przez ludzi młodych, gdzie około 90% przypadków jest powiązanych z depresją i używaniem różnych substancji, takich jak alkohol, narkotyki i inne<sup>13</sup>.

W roku 2021 w opiece psychiatrycznej leczono ponad 211 tys. pacjentów poniżej 18 r. ż., w tym 12,8 tys. z powodu zaburzeń nastroju. W województwie mazowieckim było to odpowiednio ponad 35,9 tys. oraz 1,94 tys. pacjentów małoletnich (w tym ok. 78% dziewcząt). Wskaźnik pacjentów/100 tys. ludności (184) był bardzo zbliżony do wskaźnika ogólnopolskiego (183,7). Liczba dzieci i młodzieży, leczonych z powodu zaburzeń nastroju, wzrosła od 2018 roku prawie 2-krotnie (było to wówczas ok. 1 tys. osób). W roku 2021 zaburzenia nastroju dotyczyły głównie małoletnich w wieku 12-17 lat (ok 96%). Najczęstszym rozpoznaniem w tej grupie był epizod depresyjny (85,8% ogółu)<sup>14</sup>.

---

<sup>11</sup> World mental health report: transforming mental health for all. Executive summary, World Health Organization 2022 [<https://www.who.int/>; dostęp: 03.12.2023 r.].

<sup>12</sup> Gałecki P., Szulc A., Psychiatria, Urban & Partner, Warszawa 2018.

<sup>13</sup> Biechowska D., Zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania, W: Wojtyński B., Goryński P. (red), Sytuacja zdrowotna ludności polski i jej uwarunkowania, Warszawa 2020, s. 517-534.

<sup>14</sup> BASiW, Mapa potrzeb zdrowotnych na lata 2022-2026, Opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień [<https://basiw.mz.gov.pl/>; dostęp: 02.12.2023r.].

### **3. Opis obecnego postępowania**

Osobom cierpiącym na choroby psychiczne i zaburzenia zachowania przysługuje prawo do korzystania ze świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej oraz opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień, w ramach finansowania ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia. Świadczenia gwarantowane w rodzaju opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień realizowane są w warunkach ambulatoryjnych, dziennych oraz stacjonarnych. Chorzy korzystający ze świadczeń ambulatoryjnych mają zagwarantowane świadczenia terapeutyczne, konieczne badania diagnostyczne oraz leki niezbędne w stanach nagłych. Ponadto w ramach tego zakresu świadczeń gwarantuje się także działania edukacyjno-konsultacyjne dla rodzin pacjentów, co ma szczególne znaczenie w przypadku dzieci i młodzieży. W ramach świadczeń realizowanych w warunkach dziennych pacjent ma dostęp do świadczeń terapeutycznych, niezbędnych badań diagnostycznych, programów terapeutycznych, leków oraz wyżywienia. Członkowie rodziny pacjenta także w tym przypadku mogą korzystać z działań edukacyjno-konsultacyjnych. Z kolei pacjenci korzystający z usług w warunkach stacjonarnych mają dostęp do wszystkich ww. świadczeń, a także dodatkowo do wyrobów medycznych oraz konsultacji specjalistycznych<sup>15</sup>.

O zdrowie psychiczne małoletnich dbają także publiczne poradnie psychologiczno-pedagogiczne, udzielające dzieciom i młodzieży pomocy psychologiczno-pedagogicznej, a także udzielające rodzicom i nauczycielom pomocy związanej z wychowywaniem i kształceniem dzieci i młodzieży. Podmioty te wspierają także przedszkola, szkoły i placówki w zakresie realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych. Poradnie specjalistyczne prowadzą działalność

---

<sup>15</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 19 czerwca 2019 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień [Dz.U. z 2019 r., poz. 1285 ze zm.].

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

ukierunkowaną na specyficzny, jednorodny charakter problemów, z uwzględnieniem potrzeb lokalnej społeczności<sup>16</sup>.

#### **4. Uzasadnienie potrzeby wdrożenia programu**

Dane epidemiologiczne wskazują na znaczne rozpowszechnienie problemów zdrowia mentalnego wśród dzieci i młodzieży, dodatkowo pogłębione w wyniku pandemii COVID-19 i związanej z nią izolacji społecznej. Jednocześnie skala zachorowań na choroby psychiczne, przede wszystkim na depresję, jest niewątpliwie niedoszacowana. Wynika to z wielu powodów, m.in. zbyt późnego dostrzeżenia problemu przez rodziców dziecka lub środowisko szkolne, bagatelizowania objawów lub kładzenia ich na karb okresu dojrzewania. Często też objawy depresji są u dzieci i młodzieży maskowane pod postacią zaburzeń somatycznych, co dodatkowo utrudnia diagnozę. Stąd każde działanie mogące się przyczynić do poprawy tej trudnej sytuacji jest wysoce pożądane. Szczególną uwagę należy przy tym zwrócić na psychoedukację, zarówno osób młodych jak i dorosłych, aby zwiększać poziom wiedzy i akceptacji wobec osób borykających się z podobnymi problemami.

Zgodnie z wnioskami płynącymi z aktualnych Map Potrzeb Zdrowotnych obecny system ochrony zdrowia w zakresie opieki psychiatrycznej nie odpowiada rzeczywistym potrzebom pacjentów. Na brak zgłaszalności lub kontynuacji procesu leczenia w opiece zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych może mieć również wpływ stygmatyzacja społeczna. Z tego względu wartości chorobowości szpitalnej w publicznej opiece zdrowotnej mogą różnić się od rzeczywistych<sup>17</sup>. Realizację programu polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród młodzieży zaplanowano w odpowiedzi na niewystarczającą na terenie Miasta Gminy Marki dostępność do świadczeń zdrowotnych w rodzaju opieka

---

<sup>16</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 25 sierpnia 2017 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych [Dz.U. z 2017 r., poz. 1647 ze zm.].

<sup>17</sup> Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 27 sierpnia 2021 r. w sprawie mapy potrzeb zdrowotnych [Dz. Urz. MZ z 2021 r. poz. 69 ze zm.].

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

psychiatryczna dla dzieci, finansowanych ze środków publicznych – zgodnie z danymi NFZ na rok 2023 nie podpisano żadnej umowy na realizację świadczeń w omawianym rodzaju z podmiotem świadczącym usługi na terenie gminy<sup>18</sup>.

Ponadto zaplanowane działania wpisują się w krajowe i lokalne strategie zdrowotne, ponieważ ich zakres jest zgodny z:

1. Narodowym Programem Zdrowia na lata 2021-2025<sup>19</sup>: cel operacyjny 3: Promocja zdrowia psychicznego;
2. Narodowym Programem Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030<sup>20</sup>: cel szczegółowy: udzielanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego dzieciom, uczniom, rodzicom i nauczycielom
3. Priorytetami zdrowotnymi określonymi Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 27 lutego 2018 r. w sprawie priorytetów zdrowotnych<sup>21</sup>, priorytet 5: zapobieganie, leczenie i rehabilitacja zaburzeń psychicznych;
4. Mapą potrzeb zdrowotnych na lata 2022-2026: rekomendacja 7.8. dla województwa mazowieckiego: Zwiększenie dostępu do świadczeń poradni psychiatrycznej/psychologicznej dla dzieci;
5. **Wojewódzkim planem transformacji województwa mazowieckiego na lata 2022-2026<sup>22</sup>**: rekomendacja 7.5. Zwiększenie dostępu do świadczeń poradni psychiatrycznej/psychologicznej dla dzieci.

---

<sup>18</sup> Dane NFZ, Informator o umowach [<https://www.nfz.gov.pl/o-nfz/informator-o-zawartych-umowach/>]; dostęp: 04.12.2023 r.].

<sup>19</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 marca 2021 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025 [Dz. U. z 2021 r., poz. 642 ze zm.].

<sup>20</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 31 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023–2030 [Dz. U. z 2023 r., poz. 2480].

<sup>21</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 listopada 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie priorytetów zdrowotnych [Dz.U. z 2021 r., poz. 2144 ze zm.].

<sup>22</sup> Obwieszczenie Wojewody Mazowieckiego z dnia 31 grudnia 2021 r. w sprawie ogłoszenia Wojewódzkiego Planu Transformacji dla województwa mazowieckiego [Dz. Urz. Woj. Mazow. z 2021 r. poz. 12691 ze zm.].

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

## **II. Cele programu polityki zdrowotnej i mierniki efektywności jego realizacji**

### **1. Cel główny:**

Utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub zwiększenie o co najmniej 20% poziomu wiedzy w zakresie zaburzeń nastroju, w tym czynników ryzyka ich powstawania, wczesnych objawów oraz powikłań, wśród co najmniej 70%\* nastolatków uczestniczących w programie.

### **2. Cele szczegółowe:**

1) Utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub zwiększenie o co najmniej 20% poziomu wiedzy w zakresie zaburzeń nastroju, w tym czynników ryzyka ich powstawania, wczesnych objawów oraz powikłań, wśród co najmniej 70%\* rodziców/opiekunów prawnych nastolatków uczestniczących w programie.

2) Utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub zwiększenie o co najmniej 20% poziomu wiedzy w zakresie zaburzeń nastroju, w tym czynników ryzyka ich powstawania, wczesnych objawów oraz powikłań, wśród co najmniej 70%\* kadry szkolnej uczestniczącej w programie.

3) Utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub zwiększenie o co najmniej 20% poziomu wiedzy w zakresie zrozumienia i umiejętności radzenia sobie z zaistniałym konkretnym problemem zdrowotnym u co najmniej 30% uczestników programu biorących udział w sesjach terapeutycznych.

### **3. Mierniki efektywności odpowiadające celom programu:**

Tab. I. Mierniki efektywności

| Cel    | Miernik efektywności   |
|--------|--|
| Główny | Odsetek nastolatków, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% |

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

|               |  |
|---------------|--|
|               | poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu.   |
| Szczegółowy 1 | Odsetek rodziców/opiekunów prawnych, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu.                                    |
| Szczegółowy 2 | Odsetek osób z kadry szkolnej, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu.  |
| Szczegółowy 3 | Odsetek nastolatków uczestniczących w sesjach terapeutycznych, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi w teście) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu. |

\* wartości docelowe przyjęto na podstawie doświadczeń innych jednostek samorządu terytorialnego w realizacji programów polityki zdrowotnej, a także rekomendacji eksperta – specjalisty z 8-letnim doświadczeniem w obszarze opracowywania projektów PPZ oraz wsparcia samorządów w ich realizacji.

### **III. Charakterystyka populacji docelowej oraz charakterystyka interwencji, jakie są planowane w ramach programu polityki zdrowotnej**

#### **1. Populacja docelowa**

Populację docelową będą stanowić dzieci i młodzież w wieku 13-14 lat zamieszkujące Gminę Miasto Marki, uczęszczające do klas VII publicznych szkół podstawowych zlokalizowanych na podległym terenie, ich rodzice/opiekunowie prawni oraz kadra pedagogiczna (nauczyciele, pedagodzy, psychologowie). Do programu będzie włączonych łącznie ok. 1 860 dzieci<sup>23</sup> oraz 1 860 rodziców/opiekunów prawnych dzieci. W związku z faktem, że szkolenie dla kadry pedagogicznej zostanie zorganizowane raz w pierwszym roku realizacji Programu, weźmie w nim udział ok. 80 osób (ok. 70 nauczycieli – wychowawców klas V, VI i VII w roku szkolnym 2024/2025 oraz psychologowie i/lub pedagodzy z 5 publicznych szkół podstawowych na terenie gminy).

<sup>23</sup> Liczebność populacji dzieci 13-letnich według GUS (rozpoczynających klasę VII w latach szkolnych 2024/2025, 2025/2026 oraz 2026/2027) [<https://bdl.stat.gov.pl>; dostęp: 08.12.2023r.].

## **2. Kryteria kwalifikacji do udziału w programie polityki zdrowotnej oraz kryteria wyłączenia z programu polityki zdrowotnej**

### **1) Kryteria włączenia do programu obejmują:**

- wiek 13-14 lat,
- pozostawanie uczniem klasy VII publicznej szkoły podstawowej, posadowionej na terenie Gminy Miasta Marki;
- pisemna zgoda rodzica/opiekuna prawnego dziecka na udział w programie;
- w odniesieniu do działań edukacyjnych - bycie rodzicem/opiekunem prawnym dziecka uprawnionego do udziału w programie;
- w odniesieniu do działań szkoleniowych - bycie nauczycielem – wychowawcą klas V-VII w roku szkolnym 2024/2025, pedagogiem lub psychologiem w publicznej szkole podstawowej, posadowionej na terenie Gminy Miasta Marki;

### **2) Kryteria wyłączenia z programu obejmują:**

- zdiagnozowane uprzednio zaburzenia nastroju,
- pozostawanie pod opieką poradni psychologicznej lub poradni psychiatrycznej w zakresie działań zaplanowanych w programie,
- przeciwwskazania zdrowotne.

## **3. Planowane interwencje:**

### **1) Akcja informacyjno-edukacyjna**

- realizowana za pomocą ulotek i plakatów informacyjnych w wybranych podmiotach leczniczych, w Urzędzie Miasta Marki oraz w szkołach publicznych na podległym terenie,
- realizowana za pośrednictwem stron internetowych ww. jednostek, publikacje w lokalnej prasie, artykuły sponsorowane, portale internetowe, itp.

**2) Działania szkoleniowe z zakresu zaburzeń depresyjnych dla wychowawców, pedagogów i psychologów szkolnych:**

- szkolenie będzie obejmować zagadnienia dotyczące czynników ryzyka występowania zaburzeń depresyjnych, specyfiki zaburzeń depresyjnych, zaburzeń lękowych oraz stresu w szkole wśród dzieci i młodzieży oraz następstw zdrowotnych zaburzeń nastroju, skuteczności działań zapobiegawczych, konsekwencji bagatelizowania objawów chorobowych i zaniedbań diagnostycznych,
- działanie zostanie zrealizowane w formie online,
- uwzględniające badanie poziomu wiedzy przy zastosowaniu opracowanego przez Realizatora pre-testu przed szkoleniem oraz post-testu po szkoleniu, uwzględniającego min. 15 pytań zamkniętych;

**3) Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) rodziców/opiekunów prawnych dzieci**

- realizowana poprzez cykl wykładów z zakresu profilaktyki zaburzeń psychicznych (tematyka wykładów będzie obejmować: charakterystykę skuteczności terapii psychologicznych wśród dzieci i młodzieży, opis grup ryzyka szczególnie narażonych na występowanie zaburzeń depresyjnych, przedstawienie możliwości skorzystania z różnych form pomocy w przypadku występowania zaburzeń depresyjnych m.in. z możliwości rozmowy w ramach telefonu zaufania)
- prowadzona przez psychologa lub psychoterapeutę, z częstotliwością 1 raz w roku w każdej ze szkół podstawowych,
- realizowana w formie wykładów 90-minutowych,
- uwzględniająca badanie poziomu wiedzy przy zastosowaniu opracowanego przez Realizatora pre-testu przed edukacją oraz post-testu po edukacji, uwzględniającego min. 10 pytań zamkniętych;

**4) Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) nastolatków**



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

- prowadzona przez wychowawców, pedagogów i psychologów szkolnych na lekcjach wychowawczych, z częstotliwością min. 1 raz w roku w każdej klasie każdej szkoły podstawowej,
- dotycząca czynników ryzyka depresji, metod radzenia sobie z zaburzeniami nastroju, konieczności szukania pomocy w przypadku przedłużającego się stanu pogorszonego nastroju, czy innych trudności rozwojowych,
- pozwalająca na nabycie wiedzy na temat rozwijania umiejętności życiowych, efektywnego radzenia sobie z zadaniami i wyzwaniami codziennego życia, prawidłowego porozumiewania się i umiejętności interpersonalnych, podejmowania decyzji i krytycznego myślenia, radzenia sobie ze stresem i kierowania emocjami, a także budowania poczucia własnej wartości i pozytywnej samooceny,
- pozwalająca na przekazanie wiedzy o możliwości skorzystania w ramach programu z terapii zaburzeń depresyjnych prowadzonej przez specjalistów,
- uwzględniająca badanie poziomu wiedzy przy zastosowaniu opracowanego przez Realizatora pre-testu przed edukacją oraz post-testu po edukacji, uwzględniającego min. 10 pytań zamkniętych;

**5) Badania przesiewowe** realizowane przez psychologów i pedagogów szkolnych

- obejmujące badanie z użyciem kwestionariusza samooceny umożliwiającego ocenę profilu i nasilenia objawów depresyjnych, np. kwestionariusza CDI 2 (ang. *Children Depression Inventory*), przy czym o rodzaju testu przesiewowego zdecyduje realizator,
- przeprowadzane z założeniem stworzenia każdemu pacjentowi warunków odbycia wizyty z poszanowaniem prywatności i intymności,
- obejmujące kwalifikację do terapii zaburzeń nastroju uczestników programu, którzy uzyskali pozytywny wynik w badaniu przesiewowym;

**6) Terapia zaburzeń nastroju, obejmująca:**

- wizyty 60-minutowe raz w tygodniu przez kolejnych 12 tygodni,

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

- sesje terapeutyczne realizowane przez psychoterapeutę dzieci i młodzieży dla zakwalifikowanych uczestników,
- możliwość przeprowadzenia następujących terapii: terapia indywidualna poznawczo-behawioralna (CBT), psychoterapia indywidualna (IPT-A), terapia rodzinna oparta na więzi (ABFT), terapia interpersonalna, psychoterapia psychodynamiczna, terapia dialektyczno-behawioralna oraz poznawcza, psychoterapia psychoanalityczna, psychoterapia systemowa, terapia humanistyczno-doświadczeniowa, psychoterapia integracyjna,
- wizytę początkową, na której wykonany zostanie wywiad psychologiczny (w tym dotyczący aktywności społecznej pacjenta) oraz pre-test dotyczący wiedzy w zakresie zrozumienia i umiejętności radzenia sobie z zaistniałym konkretnym problemem zdrowotnym; wizyta ta obejmuje również zapoznanie się z dokumentacją medyczną dostarczoną przez pacjenta, stwierdzenie braku przeciwwskazań do udziału w programie, ocenę funkcjonowania psychologicznego (na podstawie testu depresji, np. Inwentarza Depresji Becka), ustalenie harmonogramu indywidualnych sesji terapeutycznych; przed badaniem specjalista odbędzie rozmowę poprzedzającą, której celem będzie przygotowanie uczestnika do badania, następnie specjalista wykona wstępną ocenę sytuacji klinicznej pacjenta w kierunku wykrycia depresji poprzez zastosowanie odpowiednich narzędzi diagnostycznych, m.in. kwestionariuszy dostosowanych do wieku dzieci i młodzieży, obserwacji oraz wywiadu z dzieckiem i rodzicem/opiekunem prawnym dziecka (uczestnicy w wieku 13 lat powinni wypełniać kwestionariusz przeznaczony do samodzielnego wypełnienia),
- wizytę końcową, na której specjalista dokona podsumowania cyklu terapii oraz udzieli wskazówek dotyczących dalszego leczenia lub zaleceń pracy w domu, a także przekaże pacjentowi post-test dotyczący wiedzy w zakresie zrozumienia i umiejętności radzenia sobie z zaistniałym konkretnym problemem zdrowotnym
- w sytuacji zdiagnozowania zaburzeń psychicznych, które wykraczają poza zakres działań objętych programem, rodzice/opiekunowie prawni dziecka będą

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

poinformowani o konieczności i możliwości wykonania badań uzupełniających oraz ewentualnych dalszych działaniach realizowanych w specjalistycznych ośrodkach psychologicznych i psychiatrycznych (w ramach NFZ),

- po zakończeniu działań terapeuta sporządzi krótką notatkę informacyjną dla lekarza rodzinnego.

### **3.1. Dowody skuteczności planowanych działań**

#### **a. Opinie ekspertów klinicznych**

Działania w zakresie profilaktyki zaburzeń depresyjnych u dzieci i młodzieży rekomendują wiodące organizacje i towarzystwa naukowe, takie jak:

- National Institute for Health and Care Excellence (NICE 2017);
- American Academy of Pediatrics (AAP 2018);
- United States Preventive Services Task Force (USPSTF 2016);
- Royal Australian College of General Practitioners (RACGP 2017);
- European Psychiatric Association (EPA 2012);
- *European Union via Joint Action for Mental Health and Well-being (JA MH-WB 2016)*;
- Polskie Towarzystwo Psychiatryczne (PTP 2021);
- Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie (IPiN 2018).

#### **b. Zalecenia, wytyczne i standardy dotyczące postępowania w problemie zdrowotnym**

Podstawowe zalecenia służące wzmocnieniu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży obejmują przede wszystkim wspieranie rodziny, zarówno na poziomie kompetencji wychowawczych, ochrony zdrowia psychicznego rodziców, ale też stosowania regulacji prawnych umożliwiających rodzicom spędzanie większej ilości czasu ze swoimi dziećmi. Powyższe działania mogą sprawić, że relacje rodzinne zostaną oparte na skutecznej komunikacji i wzajemnym wsparciu, a także będą stanowiły czynnik prewencyjny dla zaburzeń zdrowia psychicznego dzieci

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

i młodzieży. Drugim istotnym elementem jest wspieranie szkół poprzez odpowiednie przygotowanie kadry pedagogicznej do wzmacniania zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, stwarzanie odpowiednich warunków do pracy (np. mniejsze szkoły, mniej liczne klasy, odpowiedni klimat i etos szkoły) oraz zapobieganie dyskryminacji osób z zaburzeniami zdrowia psychicznego na terenie szkoły. Eksperti w swoich wytycznych podkreślają, że pomoc pacjentom z zaburzeniami zdrowia psychicznego, powinna być udzielana blisko miejsca zamieszkania, w modelu środowiskowej opieki psychiatrycznej opartej o współpracę leczenia psychiatrycznego i psychoterapii (JA MH-WB 2016)<sup>24</sup>.

Jako, że świadomość społeczną najlepiej jest modyfikować poprzez działania edukacyjne mające na celu zwiększanie wiedzy, towarzystwa naukowe, takie jak: American Academy of Pediatrics (AAP 2018), National Institute for Health and Care Excellence (NICE 2017) i European Psychiatric Association (EPA 2012) zalecają przeprowadzanie programów edukacyjnych o tematyce dotyczącej promowania zdrowia psychicznego i depresji. Rekomendacje NICE 2017 podkreślają, aby przekazywana wiedza była dostosowana do wieku odbiorcy i obejmowała etiologię, przebieg oraz zasady leczenia depresji, włączając w to również informacje dotyczące stosowania leków i ich skutków ubocznych.

W celu wykrycia nieprawidłowości u młodzieży w wieku 13 lat rekomenduje się badanie przesiewowe w kierunku wykrycia dużej depresji (MDD – Major Depressive Disorder). Skryning powinien być zaimplementowany w taki sposób, który umożliwi postawienie diagnozy i wdrożenie efektywnego leczenia. Profesjonaliści medyczni w podstawowej opiece zdrowotnej, szkołach i innych jednostkach powinni być zaznajomieni z metodami przesiewowymi w kierunku wykrywania zaburzeń nastroju (NICE 2017).

---

<sup>24</sup> Joint Action on Mental Health and Wellbeing, Situation Analysis and Policy Recommendations in Depression, Suicide Prevention and E-health, published January 2016.

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

Wytyczne AAP 2018, NICE 2017 i RACGP 2017 wskazują także, że istotnym elementem diagnostyki jest zebranie wywiadu rodzinnego. Skale i wystandaryzowane wywiady oparte na klasyfikacji zaburzeń psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego DSM-5, są narzędziami powszechnie wykorzystywanymi w skryningu i ocenie występowania depresji u dzieci. Rekomendowane są np. kwestionariusz MFQ (Mood Feeling Questionnaire) – dla dzieci w wieku 8 lat i starszych oraz kwestionariusz CDI 2 (Children Depression Inventory 2) – dla dzieci w wieku 7 lat i starszych (RACGP 2017). Ponadto stosowanych jest kilka narzędzi skryningowych do wykorzystania w podstawowej opiece zdrowotnej, dwa najczęściej wykorzystywane z nich to kwestionariusz PHQ-A (Patient Health Questionnaire for Adolescents) oraz skala depresji Becka (BDI – Beck Depression Inventory) (USPSTF 2016). Należy zaznaczyć, że niektóre rekomendacje np. AAP 2018 podkreślają, że istotne jest umożliwienie pacjentowi odbycie wizyty na osobności. Kluczowym elementem procesu konsultacyjnego jest wskazanie uczestnikowi adekwatnego rodzaju terapii (indywidualnej lub rodzinnej). Przykłady najczęściej zalecanych form psychoterapii to<sup>25</sup>:

- indywidualna terapia poznawczo-behawioralna (CBT) w przypadku osób, u których wystąpił nawrót choroby mimo przyjmowania leków oraz osób ze znaczą depresją lub objawami rezydualnymi pomimo leczenia (zalecany czas trwania leczenia: 16 do 20 sesji terapeutycznych przez okres 3 do 4 miesięcy);
- terapia poznawcza oparta na uważności (MBCT) w przypadku osób, u których obecnie nie stwierdza się objawów depresji, ale w przeszłości doświadczyły trzech lub więcej epizodów depresyjnych (czas trwania leczenia: 2-godzinne spotkania raz w tygodniu przez 8 tygodni oraz 4 sesje kontrolne w okresie 12 miesięcy;

---

<sup>25</sup> Remberk B, Antosik-Wójcińska A, Baron M. Rekomendacje dotyczące postępowania w zakresie zapobiegania, wykrywania i leczenia depresji u dzieci i młodzieży, w: Rekomendacje postępowania w zakresie zapobiegania, wykrywania i leczenia depresji, opracowane w ramach realizacji Programu zapobiegania depresji w Polsce na lata 2016-2020, finansowanego przez Ministra Zdrowia, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, Warszawa, 2018.

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

- terapia psychodynamiczna, która łączy w sobie elementy psychoanalizy i terapii poznawczo-behawioralnej. Służy dążeniu do zidentyfikowania świadomych i nieświadomych reakcji, zachowań i schematów myślowych pacjenta;
- terapia systemowa (terapia rodzin), której **celem jest zmiana struktury rodziny w sytuacji wystąpienia kryzysu psychicznego jednego z członków rodziny, umożliwiała przywrócenie możliwości adaptacyjnych, ustalenie granic, a przede wszystkim poprawę relacji i komunikacji w rodzinie.**

c. Dowody skuteczności (efektywności klinicznej) oraz efektywności kosztowej

W przeglądzie systematycznym z metaanalizą Cuijpers 2006<sup>26</sup> dotyczącym psychologicznej terapii u dzieci w wieku 7-18 lat, wyłonionych w badaniach przesiewowych prowadzonych w szkołach wskazano, że efekt interwencji wyniósł  $SDM=0,578$ , można zatem uznać jego wysoką skuteczność. Zatem zgodnie z wynikami przeglądu, w celu zdiagnozowania i wdrożenia leczenia jednego przypadku depresji należy poddać badaniom przesiewowym 31 osób. W dyskusji autorzy wskazują, że badania przesiewowe w kierunku depresji i wczesna interwencja stanowią skuteczną metodę postępowania, z wyłączeniem sytuacji pojawienia się negatywnych efektów takiego postępowania, przede wszystkim stygmatyzacji osób z dodatnimi wynikami testów przesiewowych. Warto również zwrócić uwagę na koszty depresji, zarówno bezpośrednie (w tym przede wszystkim koszty wykrycia, leczenia, farmakologii i hospitalizacji pacjenta) oraz pośrednie (koszty społeczne). Wśród kosztów społecznych depresji u dzieci i młodzieży należy wskazać dysfunkcje rodziny, pogorszenie relacji z rodzicami, rówieśnikami i środowiskiem społecznym dziecka (szkoła, miejsce zamieszkania itp.) oraz koszty absencji w szkole.

---

<sup>26</sup> Cuijpers P. et al. Behavioral activation treatments of depression: a meta-analysis, Clin Psychol Rev, 2007, 27(3): 318-26. doi: 10.1016/j.cpr.2006.11.001.

#### **4. Sposób udzielania świadczeń w ramach programu polityki zdrowotnej**

Świadczenia w ramach programu będą realizowane w wybranym w drodze konkursu podmiocie, realizującym usługi zdrowotne i/lub psychologiczne. W ramach akcji informacyjnej zostaną przekazane uczestnikom terminy zajęć edukacyjnych, badań przesiewowych, a także spotkań ze specjalistami. Edukacja zdrowotna będzie miała charakter indywidualny (w trakcie spotkań terapeutycznych) oraz grupowy (wykłady i lekcje wychowawcze). Badania przesiewowe będą miały charakter spotkań indywidualnych z dzieckiem lub w obecności rodzica/opiekuna prawnego dziecka, o czym zdecyduje realizator w odniesieniu do każdego uczestnika indywidualnie. Program realizowany będzie przez wykwalifikowany personel. W trakcie trwania programu dzieciom zostaną zapewnione warunki komfortu psychicznego.

#### **5. Sposób zakończenia działań w programie i możliwość kontynuacji otrzymywania świadczeń zdrowotnych przez uczestników programu, jeżeli istnieją wskazania**

Po zakończeniu programu uczestnik:

- zostaje poinformowany o sposobie dalszego postępowania (zalecenia dotyczące dalszej konsultacji specjalistycznej z wykazem podmiotów leczniczych, w którym będzie mógł podjąć leczenie w ramach finansowania przez publicznego płatnika);
- kończy udział w Programie.

Rodzic/opiekun prawny pacjenta może w każdym momencie zdecydować o zakończeniu udziału w programie. W przypadku takiej decyzji zostaje poinformowany o konsekwencji rezygnacji ze wskazanych działań profilaktycznych.

#### **IV. Organizacja programu polityki zdrowotnej**

##### **1. Części składowe, etapy i działania organizacyjne:**

1) opracowanie projektu programu polityki zdrowotnej (III kwartał 2024);

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

- 2) zaopiniowanie programu przez Wojewodę Mazowieckiego oraz Agencję Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji (III - IV kwartał 2024);
- 3) uchwalenie programu przez Radę Miasta Marki (IV kwartał 2024);
- 4) przygotowanie i przeprowadzenie procedury konkursowej - wyłonienie realizujących program podmiotów, spełniających warunki określone w dalszej części projektu (I kwartał 2025);
- 5) podpisanie umowy na realizację programu (I - II kwartał 2025);
- 6) realizacja programu wraz z bieżącym monitoringiem (2025-2027);
- 7) ewaluacja (IV kwartał 2027 – I kwartał 2028):
  - analiza zgłaszalności na podstawie sprawozdań realizatora,
  - analiza jakości udzielanych świadczeń na podstawie wyników ankiet satysfakcji oraz ewentualnych uwag uczestników,
  - ocena efektywności programu na podstawie analizy wskazanych mierników efektywności;
- 8) przygotowanie raportu końcowego z realizacji programu polityki zdrowotnej (I kwartał 2028).

**2. Warunki realizacji programu polityki zdrowotnej dotyczące personelu, wyposażenia i warunków lokalowych**

Koordynatorem programu będzie Urząd Miasta Marki. Realizatorem Programu może być:

- 1) przedsiębiorca, o którym mowa w art. 4 ust. 1 ustawy z dnia 6 marca 2018 r. - Prawo przedsiębiorców (Dz.U. z 2024 r. poz. 236 i 1222) lub
- 2) podmiot wykonujący działalność leczniczą, o którym mowa w art. 4 ust. 1 oraz art. 5 ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2024 r. poz. 799) lub
- 3) prowadząca działalność statutową w zakresie zadań wymienionych w ogłoszeniu konkursowym organizacja pozarządowa, o której mowa w art. 3



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

ust. 2 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2023 r. poz. 571 oraz z 2024 r. poz. 834).

Podmiot, wyłoniony w drodze konkursu ofert, musi spełniać następujące wymagania formalne:

- prowadzenie działalności w obszarze udzielania usług zdrowotnych i/lub psychologicznych/psychoterapeutycznych,
- wpis do rejestru przedsiębiorców KRS lub CEIDG na podstawie ustawy z dnia 6 marca 2018 r. - Prawo przedsiębiorców (Dz.U. z 2024 r. poz. 236 z późn. zm.) – dotyczy wszystkich podmiotów
- wpis do rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą, prowadzonego na podstawie ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz.U. z 2024 r. poz. 799) – dotyczy wyłącznie podmiotów wykonujących działalność leczniczą
- zapewnienie wykonywania interwencji edukacyjnych w programie przez osoby wykonujące następujące zawody: pedagog szkolny, psycholog, psychoterapeuta, posiadające wykształcenie wyższe kierunkowe,
- zapewnienie przeprowadzania sesji terapeutycznych przez psychoterapeutę posiadającego dyplom ukończenia szkoły psychoterapii dzieci i młodzieży oraz doświadczenie w pracy z tą grupą docelową (min. 3-letnie),
- zapewnienie przeprowadzania sesji terapeutycznych w gabinecie znajdującym się w odległości maksymalnie 15 km i/lub 20 minut czasu dojazdu komunikacją miejską od Gminy Miasta Marki,
- posiadanie sprzętu komputerowego i oprogramowania umożliwiającego gromadzenie i przetwarzanie danych uzyskanych w trakcie realizacji programu.

Podmiot udzielający świadczeń w programie będzie zobowiązany do prowadzenia i przechowywania dokumentacji medycznej w formie papierowej oraz elektronicznej w arkuszu kalkulacyjnym (załącznik 1), a także do przekazywania uczestnikom ankiet satysfakcji pacjenta (załączniki 3-5). Ponadto realizator będzie przekazywał koordynatorowi sprawozdania okresowe, a także sporządzi

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

sprawozdanie końcowe z przeprowadzonych interwencji (załącznik 2). Podmiot udzielający świadczeń zdrowotnych w programie jest zobowiązany prowadzić, przechowywać i udostępniać dokumentację medyczną w sposób zgodny z Ustawą z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta [Dz.U. z 2024 r. poz. 581], Ustawą z dnia 28 kwietnia 2011 r. o systemie informacji w ochronie zdrowia [Dz.U. z 2023 r. poz. 2465], a także Ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych [Dz.U. z 2019 r. poz. 1781].

### **3. Sposób informowania o programie polityki zdrowotnej**

Kampania informacyjna prowadzona będzie przez Realizatora w ramach współpracy z Urzędem Miasta Marki oraz szkołami, organizacjami pozarządowymi, a także z lokalnymi mediami (radio, prasa, media społecznościowe). Informacje o Programie dostępne będą w siedzibie Realizatora, w szkołach, a także w miejscach użyteczności publicznej, w tym w Urzędzie Miasta Marki (informacje opublikowane m.in. w formie komunikatów na stronie internetowej, plakatów na tablicach ogłoszeń). Akcje promocyjne mogą odbywać się także poprzez dystrybucję ulotek oraz plakatów informacyjnych, a także poprzez przesłanie rodzicom/opiekunom prawnym nastolatków informacji poprzez dzienniki elektroniczne. Wybór konkretnych sposobów dystrybucji i rozpowszechnienia informacji o Programie ostatecznie zależny będzie od wyboru narzędzi przez Realizatora w złożonej ofercie.

## **V. Sposób monitorowania i ewaluacji programu polityki zdrowotnej**

### **1. Monitorowanie**

1) Ocena zgłaszalności do programu prowadzona na podstawie sprawozdań realizatora w kwartalnych i rocznych okresach oraz całościowo po zakończeniu programu (załącznik 2):

- analiza liczby osób, które wzięły udział w badaniach przesiewowych,
- analiza liczby osób, które wzięły udział w sesjach terapeutycznych,

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

- analiza liczby nastolatków, którzy wzięli udział w psychoedukacji,
- analiza liczby rodziców/opiekunów prawnych nastolatków, którzy wzięli udział w psychoedukacji,
- analiza liczby osób, które wzięły udział w szkoleniu dla kadry szkolnej,
- analiza liczby osób, które zrezygnowały z udziału w programie na poszczególnych etapach jego trwania wraz z analizą przyczyn tych decyzji.

2) Ocena jakości świadczeń w programie

- coroczna analiza wyników ankiety satysfakcji uczestników programu (załączniki 3-5),
- bieżąca analiza pisemnych uwag uczestników dot. realizacji programu.

## **2. Ewaluacja**

Ocena efektywności programu (coroczna i końcowa) prowadzona poprzez:

- analizę liczby i odsetka nastolatków, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu,
- analizę liczby i odsetka rodziców/opiekunów prawnych, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu,
- analizę liczby i odsetka osób z kadry szkolnej, u których w post-teście odnotowano taki sam wysoki poziom wiedzy względem pre-testu (min. 75% poprawnych odpowiedzi) lub wzrost poziomu wiedzy o co najmniej 20% względem pre-testu,
- identyfikację ewentualnych czynników zakłócających przebieg programu.

Należy zaznaczyć, że ewaluacja będzie opierać się na porównaniu stanu sprzed wprowadzenia działań w ramach programu oraz po jego zakończeniu.

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

## **VI. Budżet programu polityki zdrowotnej**

### **1. Koszty jednostkowe, w tym:**

W tabeli I przedstawiono szacunkowe koszty jednostkowe interwencji w programie. Faktyczne koszty wynikały będą z oferty złożonej przez podmioty, które przystąpią do konkursu na wybór realizatora programu polityki zdrowotnej.

### **1. Koszty jednostkowe**

Tab. II. Koszty jednostkowe interwencji w programie.

| Nazwa interwencji  | Koszt interwencji (zł) |
|--|------------------------|
| Akcja informacyjno-edukacyjna  | 1 500                  |
| Działania szkoleniowe z zakresu zaburzeń depresyjnych dla wychowawców, pedagogów i psychologów szkolnych | 3 000                  |
| Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) rodziców/opiekunów prawnych dzieci                                   | 300                    |
| Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) nastolatków*   | 0                      |
| Badania przesiewowe  | 20                     |
| Terapia zaburzeń nastroju (cykl 12 spotkań)  | 2 160                  |

\* Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) nastolatków prowadzona będzie poza finansowaniem ze środków Urzędu Miasta, w ramach zajęć szkolnych z wychowawcami, którzy uprzednio wezmą udział w działaniach szkoleniowych

Działania edukacyjne i badania przesiewowe w Programie obejmą całą populację klas VII. Terapia zaburzeń nastroju będzie świadczeniem realizowanym w odniesieniu do nastolatków z pozytywnym wynikiem badania przesiewowego (standaryzowanego kwestionariusza umożliwiającego ocenę profilu i nasilenia objawów depresyjnych). Jak wskazano w części dotyczącej epidemiologii zaburzenia nastroju dotyczyć mogą nawet do 20% młodzieży, natomiast z uwagi na ograniczone

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

możliwości finansowe Gminy Miasta Marki sesje terapeutyczne zaplanowano corocznie dla 25 osób.

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

**2. Planowane koszty całkowite:**

Tab. III. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2025.

| Rodzaj kosztu  | Liczba | Jedn.     | Cena (zł) | Wartość (zł)  |
|--|--------|-----------|-----------|---------------|
| Akcja informacyjno-edukacyjna  | 1      | działanie | 1 500     | 1 500         |
| Działania szkoleniowe z zakresu zaburzeń depresyjnych dla wychowawców, pedagogów i psychologów szkolnych | 1      | działanie | 3 000     | 3 000         |
| Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) rodziców/opiekunów prawnych dzieci                                   | 5      | działanie | 300       | 1 500         |
| Badania przesiewowe  | 613    | osoba     | 20        | 12 260        |
| Terapia zaburzeń nastroju (cykl 12 spotkań)  | 25     | osoba     | 2 160     | 54 000        |
| Monitoring i ewaluacja   | 1      | działanie | 1 000     | 1 000         |
| <b>Koszty Programu</b>   |        |           |           | <b>73 260</b> |

Tab. IV. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2026.

| Rodzaj kosztu  | Liczba | Jedn.     | Cena (zł) | Wartość (zł)  |
|--|--------|-----------|-----------|---------------|
| Akcja informacyjno-edukacyjna  | 1      | działanie | 1 500     | 1 500         |
| Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) rodziców/opiekunów prawnych dzieci | 5      | działanie | 300       | 1500          |
| Badania przesiewowe  | 635    | osoba     | 20        | 12 700        |
| Terapia zaburzeń nastroju (cykl 12 spotkań)                            | 25     | osoba     | 2 160     | 54 000        |
| Monitoring i ewaluacja   | 1      | działanie | 1 000     | 1 000         |
| <b>Koszty Programu</b>   |        |           |           | <b>70 700</b> |

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Tab. V. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2027.

| Rodzaj kosztu  | Liczba | Jedn.     | Cena (zł) | Wartość (zł)  |
|--|--------|-----------|-----------|---------------|
| Akcja informacyjno-edukacyjna  | 1      | działanie | 1 500     | 1 500         |
| Edukacja zdrowotna (psychoedukacja) rodziców/opiekunów prawnych dzieci | 5      | działanie | 300       | 1 500         |
| Badania przesiewowe  | 611    | osoba     | 20        | 12 220        |
| Terapia zaburzeń nastroju (cykl 12 spotkań)                            | 25     | osoba     | 2 160     | 54 000        |
| Monitoring i ewaluacja   | 1      | działanie | 1 000     | 1 000         |
| <b>Koszty Programu</b>   |        |           |           | <b>70 220</b> |

Całkowity koszt programu szacowany jest na 214 180 zł.

### **3. Źródła finansowania.**

Program w założeniu finansowany ze środków własnych Miasta Gminy Marki. Urząd Miasta Marki w latach 2025-2027 będzie starał się o dofinansowanie 40% kosztów działań realizowanych w programie przez Mazowiecki Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia na podstawie art. 48d ust. 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych [Dz.U. z 2024 r. poz. 146]

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

**Spis tabel:**

|   |    |
|---|----|
| Tab. I. Mierniki efektywności.....  | 12 |
| Tab. II. Koszty jednostkowe interwencji w programie.....                              | 27 |
| Tab. III. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2025. | 29 |
| Tab. IV. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2026.  | 29 |
| Tab. V. Koszty programu w podziale na etapy i poszczególne interwencje w roku 2027.   | 30 |

**Bibliografia:**

Akty prawne:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 25 sierpnia 2017 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych [Dz.U. z 2017 r., poz. 1647 ze zm.].
2. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 19 czerwca 2019 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień [Dz.U. z 2019 r., poz. 1285 ze zm.].
3. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 listopada 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie priorytetów zdrowotnych [Dz.U. z 2021 r., poz. 2144 ze zm.].
4. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 marca 2021 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025 [Dz. U. z 2021 r., poz. 642 ze zm.]
5. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023–2030 [Dz. U. z 2023 r., poz. 2480].
6. Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 27 sierpnia 2021 r. w sprawie mapy potrzeb zdrowotnych [Dz. Urz. MZ z 2021 r. poz. 69 ze zm.].
7. Obwieszczenie Wojewody Mazowieckiego z dnia 31 grudnia 2021 r. w sprawie ogłoszenia Wojewódzkiego Planu Transformacji dla województwa mazowieckiego [Dz. Urz. Woj. Mazow. z 2021 r. poz. 12691].

Literatura:



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

1. Biechowska D., Zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania, W: Wojtyniak B., Goryński P. (red), Sytuacja zdrowotna ludności polski i jej uwarunkowania, Warszawa 2020, s. 517-534.
2. Cuijpers P. at al. Behavioral activation treatments of depression: a meta-analysis, Clin Psychol Rev, 2007, 27(3): 318-26.
3. Gałęcki P, Szulc A., Psychiatria, Urban & Partner, Warszawa 2018.
4. Hammen C. Depresja, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2022, s. 13
5. Joint Action on Mental Health and Wellbeing, Situation Analysis and Policy Recommendations in Depression, Suicide Prevention and E-health, published January 2016.
6. Komosińska K. Wybrane zaburzenia psychiczne utrudniające proces edukacji szkolnej dzieci i młodzieży, Prace Naukowe Wałbrzyskiej Wyższej Szkoły Zarządzania i Przedsiębiorczości, 2012, 18 (2), 105-113.
7. Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych, Rewizja dziesiąta, Tom I, Wydanie 2008, World Health Organization 2009.
8. Moskalewicz J. Kiejna A. Wojtyniak B. „Kondycja psychiczna mieszkańców Polski” - Raport z badań „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostęp do psychiatrycznej opieki zdrowotnej – EZOP Polska”, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2012.
9. Moskalewicz J., Wciórka J. (red.), Kondycja Psychiczna Mieszkańców Polski. Raport z badań „Kompleksowe badanie stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań – EZOP II”, Warszawa, 2021, Instytut Psychiatrii i Neurologii.
10. Murawiec S. Diagnosis and treatment of depression in primary care setting – practical aspects, Lekarz w POZ, 5, 2017, s. 338-343.
11. Remberk B, Antosik-Wójcińska A, Baron M. Rekomendacje dotyczące postępowania w zakresie zapobiegania, wykrywania i leczenia depresji u dzieci i młodzieży, w: Rekomendacje postępowania w zakresie zapobiegania, wykrywania i leczenia depresji, opracowane w ramach realizacji Programu zapobiegania depresji w Polsce na lata 2016-2020, finansowanego przez Ministra Zdrowia, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, Warszawa, 2018.

Źródła internetowe:

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

1. BASiW, Mapa potrzeb zdrowotnych na lata 2022-2026, Opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień [<https://basiw.mz.gov.pl/>; dostęp: 02.12.2023r.].
2. Dane NFZ, Informator o umowach [<https://www.nfz.gov.pl/o-nfz/informator-o-zawartych-umowach/>; dostęp: 04.12.2023r.].
3. M. Miernik-Jaeschke, I. Namysłowska, Zaburzenia depresyjne u dzieci i młodzieży, Medycyna Praktyczna [<https://www.mp.pl/pacjent/pediatrica/choroby/psychiatria/81302,zaburzenia-depresyjne-u-dzieci-i-mlodziezy>; dostęp: 04.12.2023r.].
4. WHO Mental Health Action Plan [[apps.who.int](https://apps.who.int/); dostęp: 06.12.2023].
5. World mental health report: transforming mental health for all. Executive summary, World Health Organization 2022 [<https://www.who.int/>; dostęp: 03.12.2023 r.].

PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027

**Załączniki**

Załącznik 1

**Karta uczestnika programu pn. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” (wzór)**

**I. Dane uczestnika programu**

|                    |  |
|--------------------|--|
| Nazwisko           |  |
| Imię               |  |
| Nr PESEL *         |  |
| Płeć               |  |
| Wiek               |  |
| Adres zamieszkania |  |
| Tel. Kontaktowy    |  |

\* lub nr dokumentu tożsamości – w przypadku osób nieposiadających nr PESEL

**II. Zgoda na udział w Programie**

*W tym miejscu należy wstawić wzór wyrażenia zgody na udział w Programie oraz wzór zgody pacjenta na udzielenie świadczeń zdrowotnych, zgodny z wzorem stosowanym przez Realizatora przy udzielaniu świadczeń zdrowotnych.*

\_\_\_\_\_ (data i podpis rodzica/opiekuna prawnego uczestnika Programu)

**III. Edukacja zdrowotna (psychoedukacja)**

| Data | Informacja dla celów ewaluacji   |
|------|--|
|      | Wynik pre-testu: _____<br>Wynik post-testu: _____<br>Przyrost lub utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy (min. 70% poprawnych odpowiedzi):<br><input type="checkbox"/> tak <input type="checkbox"/> nie |

**IV. Badanie przesiewowe**

| Data | Wynik testu |
|------|-------------|
|------|-------------|

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**



|  |   |
|--|---|
|  | <input type="checkbox"/> pozytywny <input type="checkbox"/> negatywny |
|--|---|

Niniejszym zaświadczam, że

- pacjenta zakwalifikowano do udziału w sesjach terapeutycznych z uwagi na pozytywny wynik badania przesiewowego
- pacjent kończy udział w programie z uwagi na negatywny wynik badania przesiewowego

\_\_\_\_\_ (data, pieczęć i podpis osoby uprawnionej)

**V. Sesje terapeutyczne**

| Daty sesji | Informacja dla celów ewaluacji  |
|------------|---|
| 1. _____   | Wynik pre-testu: _____<br>Wynik post-testu: _____<br>Przyrost lub utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy w zakresie radzenia sobie z problemem zdrowotnym (min. 70% poprawnych odpowiedzi):<br><input type="checkbox"/> tak <input type="checkbox"/> nie |
| 2. _____   |   |
| 3. _____   |   |
| 4. _____   |   |
| 5. _____   |   |
| 6. _____   |   |
| 7. _____   |   |
| 8. _____   |   |
| 9. _____   |   |
| 10. _____  |   |
| 11. _____  |   |
| 12. _____  |   |

\_\_\_\_\_ (data, pieczęć i podpis osoby uprawnionej)

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Załącznik 2

**Sprawozdanie realizatora z przeprowadzonych działań w ramach programu pn. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” (wzór)**

**I. Dane Realizatora**

|  |  |
|--|--|
| Nazwa i adres podmiotu                                     |  |
| Imię i nazwisko osoby wypełniającej formularz sprawozdania |  |
| Telefon kontaktowy   |  |
| Okres sprawozdawczy (od ____ do ____)                      |  |

**II. Sprawozdanie z przeprowadzonych interwencji**

| <b>Monitoring</b>  |  |
|--|--|
| Liczba osób, które wzięły udział w badaniach przesiewowych   |  |
| Liczba osób, które wzięły udział w sesjach terapeutycznych   |  |
| Liczba nastolatków, którzy wzięli udział w psychoedukacji  |  |
| Liczba rodziców/opiekunów prawnych nastolatków, którzy wzięli udział w psychoedukacji (dane pozyskane ze szkół)  |  |
| Liczba osób, które wzięły udział w szkoleniu dla kadry szkolnej  |  |
| Liczba osób, które zrezygnowały z udziału w programie na poszczególnych etapach jego trwania wraz z podaniem przyczyn tych decyzji   |  |
| Skrócony opis wyników ankiet satysfakcji*  |  |
| <b>Ewaluacja</b>   |  |
| Liczba i odsetek nastolatków, u których odnotowano utrzymanie lub wzrost wiedzy z zakresu treści przekazanych w ramach psychoedukacji (dane pozyskane ze szkół)  |  |
| Liczba i odsetek rodziców/opiekunów prawnych nastolatków, u których odnotowano utrzymanie lub wzrost wiedzy z zakresu treści przekazanych w ramach psychoedukacji  |  |
| Liczba i odsetek osób z kadry szkolnej, u których odnotowano utrzymanie lub wzrost wiedzy z zakresu treści przekazanych w ramach szkolenia   |  |
| Liczba i odsetek nastolatków, u których odnotowano utrzymanie lub wzrost wiedzy z zakresu treści przekazanych w ramach sesji terapeutycznych (w obszarze radzenia sobie z zaistniałym konkretnym problemem zdrowotnym) |  |

\* wyłącznie w sprawozdaniu rocznym

\_\_\_\_\_, dnia \_\_\_\_\_  
(miejscowość) (data)

*(pieczęć i podpis osoby  
działającej w imieniu sprawozdawcy)  
sprawozdawcy)*

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Załącznik 3

**Ankieta satysfakcji pacjenta - uczestnika programu pn. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” (wzór)**

I. Ocena zajęć z zakresu psychoedukacji

| Jak oceniasz:   | Bardzo dobrze | Dobrze | Przeciętnie | Źle | Bardzo źle |
|---|---------------|--------|-------------|-----|------------|
| uprzejmość i życzliwość prowadzącego?                               |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu wiedzy?       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu umiejętności? |               |        |             |     |            |
| ilość czasu poświęconego na zajęcia?                                |               |        |             |     |            |
| wiedzę prowadzącego i jego przygotowanie merytoryczne?              |               |        |             |     |            |
| sposób przekazywania informacji przez prowadzącego?                 |               |        |             |     |            |

II. Ocena sesji psychoterapeutycznych (jeśli dotyczy)

| Jak oceniasz:   | Bardzo dobrze | Dobrze | Przeciętnie | Źle | Bardzo źle |
|---|---------------|--------|-------------|-----|------------|
| uprzejmość i życzliwość psychoterapeuty?                            |               |        |             |     |            |
| poszanowanie prywatności podczas udzielania porad?                  |               |        |             |     |            |
| staranność wykonywania porad?                                       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu wiedzy?       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu umiejętności? |               |        |             |     |            |

III. Dodatkowe uwagi/opinie

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Załącznik 4

**Ankieta satysfakcji rodzica/opiekuna prawnego pacjenta - uczestnika programu pn. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” (wzór)**

I. Ocena zajęć z zakresu psychoedukacji

| Jak Pan/i ocenia:   | Bardzo dobrze | Dobrze | Przeciętnie | Źle | Bardzo źle |
|---|---------------|--------|-------------|-----|------------|
| uprzejmość i życzliwość prowadzącego?                               |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu wiedzy?       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu umiejętności? |               |        |             |     |            |
| ilość czasu poświęconego na zajęcia?                                |               |        |             |     |            |
| wiedzę prowadzącego i jego przygotowanie merytoryczne?              |               |        |             |     |            |
| sposób przekazywania informacji przez prowadzącego?                 |               |        |             |     |            |

II. Ocena sesji psychoterapeutycznych (jeśli dotyczy)

| Jak Pan/i ocenia:   | Bardzo dobrze | Dobrze | Przeciętnie | Źle | Bardzo źle |
|---|---------------|--------|-------------|-----|------------|
| uprzejmość i życzliwość psychoterapeuty?                            |               |        |             |     |            |
| poszanowanie prywatności podczas udzielania porad?                  |               |        |             |     |            |
| staranność wykonywania porad?                                       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu wiedzy?       |               |        |             |     |            |
| przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu umiejętności? |               |        |             |     |            |

III. Dodatkowe uwagi/opinie

**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

Załącznik 5

**Ankieta satysfakcji uczestnika działań szkoleniowych dla kadry szkolnej w ramach programu pn. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027” (wzór)**

1. Czy dzisiejsze szkolenie spełniło Pani/Pana oczekiwania?  
(1 - zdecydowanie tak, 2 - raczej tak, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nie, 5 - zdecydowanie nie)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

2. Jak ocenia Pani/Pan przydatność zdobytych informacji pod względem podnoszenia własnych kompetencji i umiejętności?  
(1 - zdecydowanie przydatne, 2 - raczej przydatne, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nieprzydatne, 5 - zdecydowanie nieprzydatne)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

3. Jak ocenia Pani/Pan przydatność zdobytych informacji pod względem wzrostu wiedzy teoretycznej w zakresie omawianego na szkoleniu obszaru?  
(1 - zdecydowanie przydatne, 2 - raczej przydatne, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nieprzydatne, 5 - zdecydowanie nieprzydatne)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

4. Czy nabyte na szkoleniu kompetencje wykorzysta Pani/Pan w życiu zawodowym?  
(1 - zdecydowanie tak, 2 - raczej tak, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nie, 5 - zdecydowanie nie)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

5. Czy ilość czasu poświęconego na szkolenie była wystarczająca?  
(1 - zdecydowanie tak, 2 - raczej tak, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nie, 5 - zdecydowanie nie)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

6. Jak ocenia Pan/Pani zakres prezentowanego materiału?  
(1 – za wąski, 2 – odpowiedni, 3 – za szeroki)

|   |   |   |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
|---|---|---|

7. Czy ilość prezentowanego materiału była wystarczająca?  
(1 - zdecydowanie tak, 2 - raczej tak, 3 - trudno powiedzieć, 4 - raczej nie, 5 - zdecydowanie nie)



**PROGRAM PROFILAKTYKI ZABURZEŃ DEPRESYJNYCH WŚRÓD NASTOLATKÓW  
UCZĘSZCZAJĄCYCH DO SZKÓŁ NA TERENIE GMINY MIASTA MARKI NA LATA 2025-2027**

---

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

8. Jak ocenia Pani/Pan wiedzę prowadzących i ich przygotowanie merytoryczne?  
(1 - *bardzo dobrze*, 2 - *dobrze*, 3 - *średnio*, 4 - *raczej źle*, 5 - *źle*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

9. Jak ocenia Pani/Pan sposób przekazywania informacji przez prowadzących szkolenie?  
(1 - *bardzo przystępny*, 2 - *przystępny*, 3 - *średnio przystępny*, 4 - *mało przystępny*, 5 - *nieprzystępny*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

10. Czy w Pana/Pani opinii prowadzący w wystarczającym stopniu odpowiadał na pytania i udzielał dodatkowych wyjaśnień?  
(1 - *zdecydowanie tak*, 2 - *raczej tak*, 3 - *trudno powiedzieć*, 4 - *raczej nie*, 5 - *zdecydowanie nie*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

11. Czy w Pana/Pani opinii prowadzący w wystarczającym stopniu zachęcał uczestników do aktywnego udziału w ćwiczeniach?  
(1 - *zdecydowanie tak*, 2 - *raczej tak*, 3 - *trudno powiedzieć*, 4 - *raczej nie*, 5 - *zdecydowanie nie*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

12. Jak ocenia Pani/Pan szkolenie od strony organizacyjnej?  
(1 - *bardzo dobrze*, 2 - *dobrze*, 3 - *średnio*, 4 - *raczej źle*, 5 - *źle*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

13. Jak ocenia Pani/Pan ogólną atmosferę dzisiejszego szkolenia?  
(1 - *bardzo dobrze*, 2 - *dobrze*, 3 - *średnio*, 4 - *raczej źle*, 5 - *źle*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

14. Czy poleciliby/poleciliby Pani/Pan takie szkolenie innym osobom?  
(1 - *zdecydowanie tak*, 2 - *raczej tak*, 3 - *trudno powiedzieć*, 4 - *raczej nie*, 5 - *zdecydowanie nie*)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

## UZASADNIENIE

Wychodząc naprzeciw potrzebom zdrowotnym dzieci i młodzieży z terenu Marek oraz z uwagi na liczne wnioski mieszkańców, pracowników Ośrodka Pomocy Społecznej w Markach, pedagogów i psychologów szkolnych opracowano program polityki zdrowotnej p.n. „Program profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027”. Program uzyskał pozytywną opinię Wojewody Mazowieckiego oraz pozytywną opinię pod warunkiem uwzględnienia uwag Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji w Warszawie.

Stosowne uwagi zostały naniesione.

Poprzednio ogłoszony Program obejmował lata 2024-2026, ale pomimo dwukrotnie ogłoszonego konkursu na jego realizację nie zgłosił się żaden oferent. W związku z tym koniecznym i zasadnym stało się dokonanie zmian w założeniach Programu, a co za tym idzie także zmianę lat w jakich Program będzie realizowany z uwagi, iż jego rozpoczęcie i realizacja w 2024 r. jest nierealne.

W związku z powyższym niezbędne stało się podjęcie przedmiotowej uchwały.



## DOKUMENT PODPISANY ELEKTRONICZNIE

### Dane podpisywanego dokumentu

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Typ dokumentu           | Uchwała  |
| Numer dokumentu         | VII/86/2024  |
| Data dokumentu          | 2024-10-30   |
| Organ wydający          | Rada Miasta Marki  |
| Przedmiot regulacji     | w sprawie przyjęcia programu profilaktyki zaburzeń depresyjnych wśród nastolatków uczęszczających do szkół na terenie Gminy Miasta Marki na lata 2025-2027 |
| Identyfikator dokumentu | 360EBE0B-CD30-4D8F-8FB0-66C5F705DB90   |

### Informacje o złożonych podpisach elektronicznych

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Podpis:</b>        |  |
| Sygnatura             | Signature-1473811917   |
| Numer seryjny         | 3BAFC4F02644AE73   |
| Osoba podpisująca     | Marzena Anna Wieczorek-Starczewska   |
| Instytucja            | Gmina Miasto Marki   |
| Miejscowość           | Marki  |
| Kraj                  | PL   |
| Data złożenia podpisu | 06.11.2024 09:11:34  |
| Zakres podpisu        | Cały dokument  |
| Wystawca certyfikatu  | VATPL-5250001090 CUZ Sigillum - QCA1 Polska Wytwórnia Papierów Wartościowych S.A. PL |