

**Sprawozdanie  
z XXV posiedzenia Parlamentarnego Zespołu ds. Rozwiązywania Problemów Uzależnień  
20 listopada 2018 r.**

Przedmiotem XXV. posiedzenia Parlamentarnego Zespołu ds. Rozwiązywania Problemów Uzależnień była problematyka zaburzeń i uzależnienia związane z korzystaniem z technologii cyfrowych – wyzwania diagnostyczne, terapeutyczne i prawne.

W posiedzeniu udział wzięli: Przewodnicząca Parlamentarnego Zespołu ds. Rozwiązywania Problemów Uzależnień **Małgorzata Zwiercan** (WiS) oraz zaproszeni goście: **Tomasz Kulasa** – naczelnik Wydziału Innowacji i Technologii w Departamencie Podręczników, Programów i Innowacji Ministerstwa Edukacji Narodowej, **Teresa Szopińska-Grodzka** – główny specjalista Departamentu Wychowania i Kształcenia Integracyjnego, **Danuta Muszyńska** – kierownik Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych Krajowego Biura ds. Rozwiązywania Problemów Narkomanii, **Joanna Głazewska** – naczelnik wydziału w Departamencie Zdrowia Publicznego, **dr n. med. Bohdan Woronowicz** – specjalista I superwizor psychoterapii uzależnień z Instytutu Psychiatrii i Neurologii, prezes zarządu Fundacji Zależni-Nie-Zależni, **Katarzyna Kucewicz** – psychoterapeuta w Ośrodku Psychoterapii i Coachingu Inner Garden, **Adam Nyk** – Wiceprzewodniczący Zarządu Głównego Stowarzyszenia MONAR, kierownik Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień Stowarzyszenia MONAR w Warszawie, **Iwona Sztajner** – kierownik Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień Stowarzyszenia MONAR w Lublinie, **Grażyna Zimak** – koordynator programu w Fundacji na Rzecz Zapobiegania Narkomanii MARATON oraz Przewodnicząca Zarządu Warszawskiego Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych, **Czesław Przystawa** – asystent posła Janusza Sanockiego, **Ewa Waluk** – radca Głównego Inspektora Sanitarnego, **Włodzimierz Wieczorek** – asystent przewodniczącej Zespołu.

Obrady Parlamentarnego Zespołu ds. Rozwiązywania Problemów Uzależnień rozpoczęła przewodnicząca Zespołu Pani Poseł Małgorzata Zwiercan (WiS). We wprowadzeniu Pani Poseł wskazała wyzwania, przed którymi stoi leczenie uzależnień w kontekście szybkiego rozwoju nowych technologii, jak telefony komórkowe, komputery, Internet, media społecznościowe, czy gry komputerowe. Wnoszą one znaczące możliwości rozwojowe, ale także pociągają za sobą wiele potencjalnych zagrożeń, które ujawniają się na gruncie zaburzeń zachowań, nawyków oraz uzależnień. Każde to postawić pytanie o to, czy system leczenia uzależnień i regulujące je prawo są przygotowane na tego rodzaju wyzwania?

Po wprowadzeniu Pani Poseł głos zabierali kolejno przedstawiciele instytucji państwowych oraz eksperci. Jako pierwszy wypowiedziała się Kierownik Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych Krajowego Biura ds. Rozwiązywania Problemów Narkomanii Danuta Muszyńska. W swojej prezentacji

Prelegentka omówiła działalność Funduszu Hazardowego na gruncie badawczym, edukacyjnym i szkoleniowym. Z badań zleconych Fundacji CBOS w latach 2011-2012 oraz 2014-2015 w obszarze uzależnień behawioralnych wynika, że wskaźniki używania szkodliwego Internetu i uzależnień wzrastają. Osoby, które miały jakieś symptomy uzależnienia od Internetu stanowiły 1,3%, w tym 0,1% ma z tym poważne problemy, zdefiniowane jako uzależnienie. W 2011 roku Fundacja CBOS określiła w liczbach, że było to 100 000 uzależnionych, a 750 000 zagrożonych uzależnieniem. Wyniki badań uwzględniające różne grupy wiekowe określiły pewne początkowe cechy trendów zmian. Kolejne wyniki badań zostaną opublikowane w połowie 2019 r. Obok inicjowanych przez KBPN różnego rodzaju badań naukowych, badania empiryczne prowadziły też inne podmioty, jak *Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę*. Badania te również określają skalę zagrożeń, obniżanie się wieku inicjacji technologicznej czy różne aspekty uwarunkowań związanych z nadużywaniem Internetu, czynników ryzyka i uwarunkowań społecznych.

Na gruncie działań profilaktycznych i informacyjnych KBPN prowadzone były kampanie społeczne, przygotowana została strona internetowa, telefon zaufania, wydane zostały materiały informacyjno-edukacyjne poświęcone tematyce uzależnień, broszury edukacyjne dla dzieci czy materiały informacyjne dla rodziców umożliwiające prowadzenie zajęć w szkołach przez wychowawców.

Kolejnym działaniem są programy profilaktyczne, zarówno w dziedzinie profilaktyki uniwersalnej jak i profilaktyki selektywnej skierowanej do grup ryzyka. Podjęto w tym zakresie bardzo dużo różnych działań, w ramach których było około 130 projektów z zakresu profilaktyki uniwersalnej. Prelegentka wskazała na potrzebę tworzenia programów o potwierdzonej skuteczności obejmujących profilaktykę uzależnień od czynności.

W obszarze szkolenia specjalistów psychoterapii uzależnień Fundusz Hazardowy podejmował działania ukierunkowane na zachęcanie podmiotów szkolących do realizowania dodatkowych zajęć w obszarze uzależnień behawioralnych oraz realizowania szkoleń dla specjalistów i nauczycieli z wiedzy dotyczącej uzależnień behawioralnych i z metod, które są uznawane za skuteczne w pomaganiu osobom uzależnionym. Powstało szereg publikacji na ten temat adresowanych do psychoterapeutów uzależnień.

Istotnym polem oddziaływania jest system oświaty i współpraca z Ministerstwem Edukacji Narodowej. W jej ramach trwają prace nad przygotowaniem ogólnopolskiego programu edukacyjnego w zakresie e-uzależnień od hazardu, adresowanego do dzieci i młodzieży oraz ich rodziców; przeprowadzenie badań epidemiologicznych na reprezentatywnej próbie uczniów, wychowanków, rodziców i nauczycieli, wychowawców rozpoznających problem nadużywania mediów elektronicznych oraz problem e-uzależnień wśród dzieci i młodzieży; dokonanie przeglądu i analizy badań z zakresu problematyki uzależnień oraz określenie wniosków i rekomendacji z nich wynikających w zakresie profilaktyki e-uzależnień.

Prelegentka wspominała także o dostępności do placówek leczniczych specjalizujących się w uzależnieniu od nowych technologii.

Następnie głos zabrał Naczelnik Wydziału Innowacji i Technologii w Departamencie Podręczników, Programów i Innowacji MEN Tomasz Kulasa. Wskazał w swoim wystąpieniu na kwestie związane z bezpieczeństwem w sieci i bezpiecznym posługiwaniem się nowymi technologiami, które są przewidziane w przepisach Prawa oświatowego. Na wyróżnienie zasługuje upowszechnianie wśród dzieci i młodzieży wiedzy o bezpieczeństwie w Internecie oraz kształtowanie właściwych postaw wobec zagrożeń, w tym związanych z korzystaniem z technologii informacyjno-komunikacyjnych; kształtowanie u uczniów umiejętności sprawnego posługiwania się technologiami informacyjno-komunikacyjnymi; podejmowanie działań zabezpieczających przed dostępem do treści, które mogą stanowić zagrożenie dla prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży.

Ministerstwo Edukacji Narodowej wprowadzając nową podstawę programową od 1 września 2017 roku wprowadziło do niej pewne treści odnoszące się do kształtowania postaw ogólnych dzieci i młodzieży jak i szczegółowych umiejętności odnoszących się do nowych technologii. W wymiarze kształtowania postaw podkreślone zostały wartości i etyczne wzorce zachowań, które mają pozytywne znaczenie dla budowania relacji i więzi międzyosobowych, bezpiecznego rozwoju ucznia, rozwijania umiejętności krytycznego, logicznego myślenia, rozumowania, argumentowania i wnioskowania. W wymiarze szczegółowej wiedzy i umiejętności uczniowie nabywają umiejętność poszukiwania, porządkowania i krytycznego analizowania informacji pozyskanych z Internetu wraz ze świadomym wykorzystaniem metod i narzędzi wywodzących się z informatyki.

W drugiej części wypowiedzi przedstawicieli MEN głos zabrała Główna specjalistka Departamentu Wychowania i Kształcenia Integracyjnego Teresa Szopińska-Grodzka, która przedstawiła informacje na temat działalności wychowawczo-profilaktycznej prowadzonej w szkołach. Narzędziem do realizacji tego zadania jest uchwalany w każdej szkole program wychowawczo-profilaktyczny. Stworzenie programu jest poprzedzane diagnozą potrzeb. Ministerstwo Edukacji Narodowej, aby wspierać szkoły, zleciło do realizacji zadanie publiczne, polegające na przygotowaniu narzędzi do realizacji diagnozy szkolnej. Ma to postać ankiety zbierającej szereg istotnych informacji. Między innymi pozwoli ona określić problem zachowań ryzykownych wśród dzieci i młodzieży. Jeden z obszarów dotyczy cyberzagrożeń, w tym cyberprzemocy. Szeroki kontekst badania ankietowego pozwala również na zebranie danych na temat czynników ryzyka, jak trudności w funkcjonowaniu w środowisku szkolnym, jakość relacji osobowych w środowisku rodzinnym czy czynników osobowościowych.

Duże znaczenie odgrywa profilaktyka zaburzeń zachowań, popędów i uzależnień realizowana na

gruncie szkoły. Należy tu wymienić obecne w podstawie programowej szeroko pojęte działania wychowawczo-profilaktyczne szkoły, które stanowią profilaktykę uniwersalną. W odniesieniu do dzieci, które mają zidentyfikowane zachowania problemowe, jest przygotowana pomoc psychologiczno-pedagogiczna. Na tym gruncie dokonuje się szereg zmian, nad którymi pracuje przy MEN od 2017 roku zespół ekspertów pracujący nad zmianami zwiększającymi dostępność pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz określający standardy oferowanej pomocy. Prelegentka scharakteryzowała również inicjatywę MEN i Europejskiej Agencji ds. Specjalnych Potrzeb i Edukacji Włączającej, której celem jest wykorzystanie wiedzy eksperckiej Europejskiej Agencji oraz doświadczeń i rozwiązań innych krajów w przygotowaniu rekomendacji dotyczących zarówno zmian legislacyjnych, jak i działań sprzyjających wdrażaniu edukacji włączającej w codziennej praktyce polskich szkół. Dotyczy to także dzieci i młodzieży podejmujących zachowania ryzykowne czy problemowe. Kolejnym istotnym zadaniem podjętym przez MEN jest realizowany program rządowy „Bezpieczna Szkoła. Zagrożenia i zalecane działania profilaktyczne w zakresie bezpieczeństwa fizycznego i cyfrowego uczniów”, którego charakterystyka zakończyła prezentację.

W kolejnej części głos zabrali zaproszeni eksperci. Specjalista i superwizor psychoterapii uzależnień z Instytutu Psychiatrii i Neurologii, prezes zarządu Fundacji Zależni-Nie-Zależni dr n. med. Bohdan Woronowicz. Pan Doktor zwrócił uwagę na statystyki opisujące korzystanie z Internetu i mediów społecznościowych wśród dzieci i młodzieży oraz na doświadczenia własne jako psychoterapeuty uzależnień. Wskazują one na znaczący wzrost liczby osób korzystających z Internetu, obniżający się wiek użytkowników oraz wzrastającą statystycznie ilość czasu spędzanego w sieci. Dane statystyczne ukazują, że sprawa używania szkodliwego nowych technologii, zaburzeń zachowania i uzależnień behawioralnych z tym związanych, jest poważnym wyzwaniem społecznym dla systemu leczenia uzależnień i systemu oświaty. Nieprawidłowe wzorce zachowań daje się zauważyć w rodzinach, w szkołach, w środowiskach rówieśniczych. Korzystanie z nowych technologii bez uświadomienia sobie ryzyk i potrzeby stosowania zasad jest niebezpieczne. Jednym z istotnych zadań profilaktycznych jest zidentyfikowanie kanałów docierania do rodziców, już od poziomu przedszkola. Powinny powstać także punkty konsultacyjne dla rodziców i dla nauczycieli, którzy zauważyli u dziecka problem, specjalne ośrodki, w których dzieci ze zdiagnozowanymi zaburzeniami zachowań oraz uzależnieniami od nowych technologii mogłyby się uczyć i leczyć. Kolejnym zadaniem jest uwzględnienie w programach kształcenia specjalistów psychoterapii uzależnień problematyki uzależnień behawioralnych.

Kolejnym prelegentem była psychoterapeutka w Ośrodku Psychoterapii i Coachingu Inner Garden Katarzyna Kucewicz. Swoją wypowiedź rozpoczęła od konstatacji, że jej doświadczenia i wnioski, jako psychoterapeutki są analogiczne do tych, które zostały przedstawione przez dr. B. Woronowicza. Ze swojej strony przedstawiła wybrane aspekty nowych technologii, które stanowią mozaikę istotnych zagrożeń dla dzieci i młodzieży. Wśród nich należy wskazać fakt, iż używanie szkodliwe Internetu powoduje powstawanie różnego rodzaju zaburzeń zachowań i zaburzeń psychicznych. Nowe technologie nie tylko same w sobie stanowią problem z uzależnieniem, ale też wspomagają inne uzależnienia. Przykładem może być zakupoholizm, który praktycznie przeniósł się do Internetu, uzależnienie od pornografii czy pracoholizm.

Wśród konkretnych przykładów można wymienić szkodliwy wpływ Instagrama. Wyniki badań na temat portali społecznościowych pokazują, że to właśnie Instagram uznany został za jedną z najbardziej depresjogennych aplikacji. Ma to związek z faktem, że pokazuje on młodym osobom życie, które jest nieprawdziwe, zdjęcia poprzerabiane, przefiltrowane. Młodzież oglądając je porównuje się i ma poczucie, że jej świat nie wygląda tak, jak powinien.

Niebezpiecznym trendem jest fakt, iż wiele osób przenosi do Internetu wszelkie relacje interpersonalne. Są badania mówiące, że 40% młodzieży i młodych dorosłych woli kontakt wirtualny niż kontakt osobisty. Zastąpienie relacji osobowych kontaktami internetowymi będzie miało charakter zubażający emocjonalnie i będzie rzutował na trudności w kontaktach międzyludzkich.

Kolejną kwestią, którą należy zauważyć, a która wymyka się świadomości dorosłych, jest istnienie Darknetu, sieci Tor. Te sieci przyciągają bardzo zaburzone osoby różnego kalibru – często antyspołeczne, socjopatyczne. I niestety również nastolatki ciekawych tego, co się tam znajduje. Jest to poza kontrolą oraz często poza świadomością rodziców.

Tym, co odgrywa kluczową rolę w profilaktyce, zapobieganiu uzależnień jest edukacja i ciągle podnoszenie świadomości niebezpieczeństw wynikających z szkodliwego używania nowych technologii.

W tym miejscu zakończyła się seria zaplanowanych wystąpień i rozpoczęła dyskusja na forum całego audytorium. W toku dyskusji do przedstawionych treści odnieśli się następujący uczestnicy posiedzenia: Naczelnik wydziału w Departamencie Zdrowia Publicznego Joanna Głazewska; Kierownik Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień Stowarzyszenia MONAR w Warszawie Adam Nyk; Przystawa – asystent pośła Janusza Sanockiego; Naczelnik Wydziału Innowacji i Technologii w Departamencie Podręczników, Programów

i Innowacji MEN Tomasz Kulasa; Specjalista i superwizor psychoterapii uzależnień z Instytutu Psychiatrii i Neurologii, prezes zarządu Fundacji Zależni-Nie-Zależni dr Bohdan Woronowicz; Psychoterapeuta w Ośrodku Psychoterapii i Coachingu Inner Garden Katarzyna Kucewicz; Przewodnicząca Parlamentarnego Zespołu pani poseł Małgorzata Zwiercan (WiS); Kierownik Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień Stowarzyszenia MONAR w Lublinie Iwona Sztajner; Koordynator programu w Fundacji na Rzecz Zapobiegania Narkomanii MARATON, Przewodnicząca Zarządu Warszawskiego Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych Grażyna Zimak; Ewa Waluk – radca Głównego Inspektora Sanitarnego; Kierownik Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych Krajowego Biura ds. Rozwiązywania Problemów Narkomanii Danuta Muszyńska; Włodzimierz Wieczorek – asystent przewodniczącej Zespołu.

W następstwie przedstawionych informacji i opinii, a także dyskusji podczas posiedzenia Zespołu uczestnicy sformułowali następujące wnioski:

- ✓ Rozważenie zmiany prawa, dzięki której KBPN uzyskałoby możliwość nie tylko ogłaszania konkursów w określonych rozporządzeniem terminach i oczekiwania na złożenie ofert na realizację zadań konkursowych przez określone podmioty, ale także możliwość prawną i finansową, dzięki którym KBPN mogłoby inicjować własne badania i podejmować działania edukacyjne.
- ✓ Wprowadzenie spotkań edukacyjnych dla rodziców (na temat tego, czym są nowe technologie i jakie zagrożenia niosą one ze sobą, jak kontrolować dziecko itp.), aby w każdym półroczu, przy okazji „wywiadówek”, takie spotkania organizować.
- ✓ Powinny powstać punkty konsultacyjne dla rodziców lub nauczycieli, którzy zauważyli u dziecka problemowe korzystanie z nowych technologii, zaburzenia zachowania lub uzależnienia.
- ✓ Należałoby wprowadzić obowiązkowe testy przesiewowe dla 9-10-11-latków, które pozwoliłyby zidentyfikować dzieci korzystające szkodliwie z nowych technologii.
- ✓ Konieczne jest kształcenie specjalistów w zakresie udzielania pomocy dzieciom uzależnionym od komputera/Internetu oraz tworzenie ośrodków leczenia dzieci i młodzieży dotkniętej uzależnieniami od nowych technologii, w tym uzależnieniem od komputera/Internetu.
- ✓ Należy wspierać tworzenie programów profilaktyczno-edukacyjnych dotyczących bezpiecznego korzystania z nowych technologii.
- ✓ Należy wspierać działania profilaktyczne skierowane do dzieci i młodzieży nadużywającej Internetu lub/i z grup ryzyka zagrożonych uzależnieniem.
- ✓ Należy rozważyć dokonanie zmiany nowelizacji ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych tak, by objąć nieodpłatną pomocą ambulatoryjną osoby wykazujące wyraźne zaburzenia nawyków i popędów, a które jeszcze nie spełniają wszystkich kryteriów uzależnienia.