

# Zdrowie psychiczne i dobrostan dzieci oraz rodzin migranckich w Polsce:

## wyzwania i dostęp do wsparcia

Magdalena Woźniak-Frymus

---

UNICEF RRO Polska

---

Luty 2025

---

© UNICEF/UNI737410/Reklajtis

unicef   
dla każdego dziecka







# UNICEF

Jesteśmy na świecie

■ w **190** krajach

Działamy w Polsce

■ Od marca **2022**

Wsparliśmy w zakresie zdrowia psychicznego

■ **810 tysięcy dzieci** z Ukrainy  
i innych krajów cudzoziemskich

Wzmacniamy systemowe rozwiązania

■ współpracując z sektorem **pozarządowym**,  
z **samorządami** i **władzą centralną**

unicef 

dla każdego dziecka



unicef 

dla każdego dziecka

# Sytuacja osób uchodźczych w Polsce



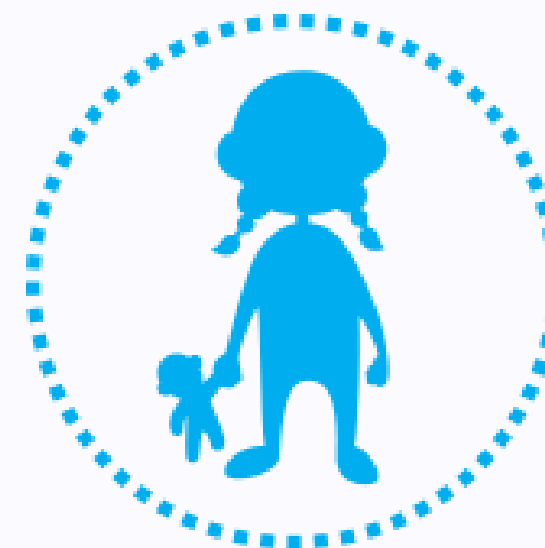
**27,47 mln**

przekroczeń granicy z Ukrainą  
od lutego 2022 r.



**993 tys.**

uchodźców ukraińskich  
zarejestrowanych w Polsce  
(styczeń 2025 r.)



**37 %**

Osób uchodźczych to dzieci



# Wyzwania zdrowia psychicznego osób z doświadczeniem migracyjnym



## Stygmatyzacja

Stygmatyzacja i brak wiedzy o dostępnych usługach.

## Stres i trauma

Wysoka ekspozycja na stres, traumę, niepewność.

## Bariera językowa

Bariera językowa, trudności adaptacyjne w szkołach.

## Niepewność prawna i ekonomiczna

Brak stabilności prawnej i ekonomicznej może powodować chroniczny stres.

# Wyzwania zdrowia psychicznego osób doświadczonych migranckim

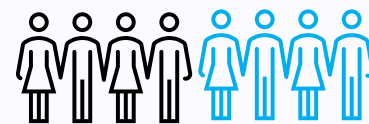
Brak danych epidemiologicznych utrudnia dokładną diagnozę problemu. Wszelkie dane na temat zdrowia psychicznego osób z Ukrainy pochodzą z badań ankietowych robionych w trybie ad hoc



**1/4 osób** na świecie doświadczy problemów psychicznych w ciągu życia. Wśród uchodźców wskaźnik ten może być nawet **2 razy wyższy**



**1/10** uchodźców z Ukrainy w Polsce zgłasza poważne problemy psychiczne



**50%** dzieci i młodzieży uchodźczej chce porozmawiać z psychologiem

**49%** osób potrzebujących wsparcia psychospołecznego nie otrzymało go



# Dostępność usług zdrowia psychicznego

## Dzieci i młodzież

3 poziomowa opieka  
psychologiczna dla dzieci i  
młodzieży (środowiskowa,  
ambulatoryjna, szpitalna)

## Dorośli

Centra Zdrowia Psychicznego

## Alternatywne formy wsparcia

Inicjatywy edukacyjne i społeczne



## Trudności w dostępie

Brak świadomości dotyczącej  
świadczeń

Długi czas oczekiwania i niedobór  
specjalistów.

Bariera językowa

Specjaliści są niewyszkoleni do  
pracy z traumą wojenną



# Alternatywne formy wsparcia dla dzieci i młodzieży



## Słoneczne Przestrzenie Wsparcia

Model krakowski oferujący terapię indywidualną i grupową po Ukrainie, zakotwiczony w poradniach Psychologiczno-Pedagogicznych

## Spilno Hubs

Przestrzenie, w których odbywają zajęcia integracyjne, kursy językowych oraz organizowane jest wsparcie psychologiczne

## ASA

Program wsparcia dzieci w szkołach poprzez szkolenia nauczycieli specjalistów (IBE, MEN)



# Rekomendacje i możliwe kierunki działań

## Koordinacja międzysektorowa

Lepsza koordynacja między sektorami (zdrowie, edukacja, pomoc społeczna)

## Wdrażanie gotowych modeli systemowych

Istnieją sprawdzone modele, które warto wdrażać regionalnie

## Dostęp do informacji

Kluczowe jest zapewnienie dostępu do informacji i odpowiednie szerzenie informacji

## Rozwój punktów wsparcia

Monitorowanie i wspieraniu jakości punktów wsparcia psychologicznego, zwłaszcza na poziomie środowiskowym

## Dostępność usług w językach obcych

Zwiększenie dostępności usług w językach obcych.

## Dbanie o spójność społeczną

Nacisk na integrację społeczną, budowanie wspólnoty i organicznego systemu wsparcia





# Dziękuję za uwagę



dla każdego dziecka

Magdalena Woźniak-Frymus [mwozniak@unicef.org](mailto:mwozniak@unicef.org)

## Źródła:

- Sagan A et al. (2022b), Implementation of mental health centres pilots in Poland since 2018: a chance to move towards community-based mental health services. *Int J Environ Res Public Health*, 19(9):5774.
- WHO (2024) "Giving mental health the attention it deserves" – Poland adopts WHO tool to boost efforts to address mental health needs. Available online: "Giving mental health the attention it deserves" – Poland adopts WHO tool to boost efforts to address mental health needs
- Badura, P., Eriksson, C., García-Moya, I., Löfstedt, P., Melkumova, M., Sotiroska, K., ... & Inchley, J. (2024). A Focus on Adolescent Social Contexts in Europe, central Asia and Canada: Health Behaviour in School-aged Children International Report from the 2021/2022 Survey. Volume 7.
- UNICEF (2019). Community-based mental health and psychosocial support in humanitarian settings.
- United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR) Operational data portal. Ukraine refugee situation. Continually updated. Available from: <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine>

## Raporty do pobrania:

- ["It is cool here, no doubt about it... but home is home." | UNICEF Europe and Central Asia](#)
- [„Zrozumienie postaw ukraińskiej młodzieży wobec zdrowia psychicznego i wsparcia psychospołecznego w Polsce” <https://www.unicef.org/eca/pl/reports/zrozumienie-postaw-ukrainskiej-mlodziezy>.](#)
- [NAVIGATING HEALTH AND WELL-BEING CHALLENGES FOR REFUGEES FROM UKRAINE <https://data.unhcr.org/en/documents/details/108629>](#)