



TURNIEJ NIE JEST POWIĄZANY ANI SPONSOROWANY PRZEZ FIRMĘ ELECTRONIC ARTS INC. ANI JEJ LICENCJODAWCÓW.

Ponad 70 procent uczniów ma zaniżoną samoocenę. „Młodzi są bardziej wrażliwi, narażeni na przebodźcowanie”

Aktualności 1 tydzień temu piątek, 14 czerwca 2024 09:31

[Udostępnij](#)



**Brak wsparcia od nauczycieli, rodziców, powierzenie swoich problemów rówieśnikom z obciążeniem „tylko nie mów nikomu”. Uczestnicy I Kongresu Młodych na Pomorzu Zachodnim głośno opowiedzieli o problemach współczesnych**

**„Potrzebna jest empatia, chęć zrozumienia młodzieży i ich problemów” – podkreśla psycholog Sylwia Majewska.**



[☰ Spis Treści](#)

Pełna sala konferencyjna hotelu Marriott, mnożące się pytania nastolatków, ich zaangażowanie w dyskusji i kolejki do rozmów z dyżurnymi psychologami. Tak w kilku słowach można opisać, jak wyglądał I Kongres Młodych na Pomorzu Zachodnim „PorozmawiajMY o Zdrowiu Psychicznym” zorganizowany przez Sekretariat ds. Młodzieży Województwa Zachodniopomorskiego i Młodzieżowy Sejmik Województwa Zachodniopomorskiego.

– Problem zdrowia psychicznego jest w dalszym ciągu bagatelizowany przez system, znajomych, nauczycieli. – Zależało nam na stworzeniu otwartej, bezpiecznej przestrzeni, w której będą mogli wymienić swoje poglądy i porozmawiać z ekspertami – mówi

Jakub Szwechłowicz, przewodniczący komisji ds. zdrowia, kultury i sportu Młodzieżowego Sejmiku Województwa Zachodniopomorskiego.

„Specjaliści zajmują się porządkiem w pokoju, a nie naszym stanem psychicznym”

Uczniowie dzielili się swoimi historiami, doświadczeniami, zadawali wiele pytań i wprost mówili, jakie zmiany muszą zajść w systemie zdrowia psychicznego.

– Jestem na lekach. Więcej niż połowa internatu je bierze. Nie mamy do kogo się zwrócić, ponieważ w bursach i internatach nie ma ani psychologów, ani pedagogów. A specjaliści, którzy powinni nam pomagać, zajmują się porządkiem w pokoju, a nie naszym stanem psychicznym. Często słyszymy, że nie jesteśmy chorzy, że jesteśmy w błędzie – opowiada jedna z uczestniczek.

– W szkole byłam wytykana palcami, nie mówili do mnie po imieniu. Spotykałam się z takimi komentarzami, przez które nie miałam ochoty żyć. Nie dawałam sobie rady sama, a rodzice nawet nie wiedzieli o całej sytuacji. Byłam z tym sama. System nie zadziałał, ponieważ wszystkie informacje, które miały być prywatne, rozniosły się po całej szkole. Poradziłam sobie z tym i wytłumaczyłam, ale nie każdy jest w stanie to zrobić i dlatego potrzebuje pomocy – dodaje kolejna uczestniczka.

„Ta sytuacja wymaga natychmiastowej interwencji”

Z raportu „Młode Głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym” wynika, że co trzeci uczeń ma podejrzenie depresji, co czwarty uważa, że jest mniej wartościowy od innych. Około 30 procent regularnie postępuje wbrew sobie, aby być akceptowanym, a ponad 70 procent ma zaniżoną samoocenę. Dodatkowo około 40 procent ma wysokie wyniki dotyczące obniżonego nastroju, depresyjności,

wysokich zachowań agresywnych (przemoc rówieśnicza lub autoagresja).

- Ta sytuacja wymaga natychmiastowej interwencji, w szczególności na płaszczyźnie nauczyciel-uczeń. Potrzebna jest empatia, wyrozumiałość, chęć zrozumienia młodzieży i ich problemów. Obecny system edukacyjny jest przeładowany dużą ilością przedmiotów i materiałów. Brakuje miejsca na rozwój kompetencji społecznych, logicznego myślenia, pracy zespołowej - mówi psycholog Sylwia Majewska, jedna z ekspertek I Kongresu „Porozmawiajmy o zdrowiu psychicznym.

Jak podkreśla, współczesny świat potrzebuje indywidualnego podejścia nauczycieli do uczniów.

- Mamy bardzo dobrych nauczycieli, ale nie są oni przygotowani do pracy z uczniami w zakresie rozwoju umiejętności społeczno-emocjonalnych. Obecne pokolenie jest bardzo wrażliwe i stosowanie presji czy kar nie jest metodą motywującą ich do nauki, tylko obniża samoocenę, nastrój, źle wpływa na procesy poznawcze - tłumaczy. - Większość moich uczniów mówi, że nauczyciele ich nie słuchają, nie chcą ich słuchać. Zła komunikacja determinuje ich samoocenę oraz funkcjonowanie społeczne, szczególnie wśród rówieśników.

„Nie możemy mówić, że w ich wieku byliśmy silniejsi”

Wśród historii uczestników kongresu często przeplatał się motyw braku zrozumienia przez nauczycieli i obawy przed chodzeniem do szkolnego pedagoga lub psychologa. Kto nie pamięta, gdy uczniowie przeszkadzający w prowadzeniu lekcji słyszeli „za karę pójdziesz do pedagoga” albo „jeśli będziesz się tak zachowywać, to pójdziesz do pani pedagog”?

- Młodzi są bardziej wrażliwi, bardziej dotyka ich przebodźcowanie, ale to my dorośli stworzyliśmy im ten świat. Nie możemy mówić, że w ich wieku byliśmy od nich silniejsi. Żyliśmy w innym świecie, w

innych bodźcach. Nie było takiego dostępu do mediów społecznościowych, nie było ich uderzenia w naszą samoocenę. To są tak potężne narzędzia. Psycholodzy zdają sobie z tego sprawę, ale rodzice już niekoniecznie – dodaje psycholog Eliza Masny.

Nie tylko media społecznościowe, ale i pandemia koronawirusa wpłynęła negatywnie na stan psychiczny nastolatków. Kiedy musieli zostać w domach, nie wiedzieli, co będzie dalej, w ich głowach zaczął narastać lęk i negatywne emocje wywołane izolacją i brakiem kontaktu z rówieśnikami.

– Po pandemii pracowaliśmy po 14 godzin dziennie. Młodzi ludzie do nas przychodzili i zaczęli opowiadać, co się z nimi dzieje. Oczywiście, wcześniej również przychodzili, ale Covid spowodował, że pojawiło się wśród nich dużo lęków i obaw – podkreśla

## Priorytet – obecność psychologa w każdej szkole

Jak zapewnia pełnomocniczka Ministra Edukacji ds. zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży Paulina Piechna-Więckiewicz, „cały czas trwają prace nad formami pomocy młodym osobom w kryzysie”.

– Cały czas pracujemy nad tym, jak możemy pomóc młodym osobom w kryzysie. Priorytetem jest dla nas obecność psychologa w każdej szkole. Od przyszłego roku szkolnego (2025/2026) będzie obowiązywać nowy przedmiot „Edukacja zdrowotna”. Jednym z głównych komponentów ma być właśnie zdrowie psychiczne, dbanie o siebie, umiejętność reagowania na kryzys – informuje.

W zespole, który zajmuje się przygotowaniem nowego przedmiotu, znajduje się konsultant krajowa w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży Aleksandra Lewandowska. Obecnie nie wiadomo, czy prowadzeniem zajęć będą zajmować się nauczyciele przedmiotowi czy pedagodzy lub psycholodzy. „Edukacja zdrowotna” zastąpi „Wychowanie do życia w rodzinie”.

- Musimy mieć otwartą, bezpieczną szkołę. Rozmawiam ze specjalistami, którzy przyznają, że nawet 80 procent sytuacji można byłoby uniknąć przy dobrej profilaktyce. I na tym musimy się skupić. Niedługo ruszymy z nowym programem finansowanym ze środków unijnych – zapowiada Paulina Piechna-Więckiewicz.

Wydarzenie zostało zainicjowane przez radnych Młodzieżowego Sejmiku Województwa Zachodniopomorskiego. Za organizację i przebieg odpowiadał Sekretariat ds. Młodzieży Województwa Zachodniopomorskiego. Wsparcia udzielił także punkt EUROPE DIRECT Szczecin działający przy Sekretariacie ds. Młodzieży.

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111 działa przez 7 dni w tygodniu w godz. 12:00-2:00. Można także zarejestrować się na stronie <https://116111.pl/> oraz napisać wiadomość e-mail. Dzwoniąc, nie trzeba podawać swoich danych. Połączenie jest bezpłatne zarówno z telefonów komórkowych, jak i stacjonarnych.



W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU



W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU

W  SZCZECINIE.PL  
MIASTO W TWOIM ZASIĘGU



wSzczecinie.pl

redakcja@wszczecinie.pl



Udostępnij



## Zobacz też

Gadżety reklamowe - jak wykorzysta je w marketingu?

Aktualności

art. sponsorowany

Samochód wjechał wprost pod tramwaj. Cztery osoby ranne

Aktualności

1 godzina temu

„Ogniste Ptaki” przejdą renowację. Rzeźba odzyska polichromie i zaginione elementy

Aktualności

1 godzina temu



## Komentarze 22

Dodaj swoją opinię

Pseudonim

Napisz coś od siebie

Wyślij

Formularz jest chroniony dzięki reCAPTCHA od Google: Prywatność | Warunki.

Od najnowszych ▾

**CZYTELNIK** 1 tydzień temu

Szkoda, że pani Sylwia nie podkreśla bezpośrednio negatywnej roli mediów "społecznościowych" w procederze a jakieś bliżej nieokreślone przebodźcowanie. Szkoda, że neolewica, tak zatroskana losem najmłodszych, siedzi w kieszeni korporacji i najzwyczajniej w świecie nie lobbuje na rzecz ograniczenia dostępu dla najmłodszych do soszyl mediów, aby zlikwidować / ograniczyć oddziaływanie przynajmniej jednej z przyczyn. A sam raport „Młode Głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym” jest (włączając w to autorów) podważany ze względu na błędy w metodologii. Jedynie firmująca go i lansująca się na nim celebrytka uważa inaczej. Wystarczy pogooglać / poyoutube'ować.

♡ 1    ↩ Odpowiedz

🚩 Zgłoś do moderacji

**JULA** 1 tydzień temu

A Jake problemy ma młodzież. Chyba tylko brak zasięgu szlaban na telefon

♡ 2    ↩ Odpowiedz

🚩 Zgłoś do moderacji

**EMERYT** 1 tydzień temu

Młodzież rozpychająca się w komunikacji miejskiej, zajmująca miejsca siedzące gdyinwalidzi i schorowani starsi ludzie muszą stać i się przyglądać jak serfują zaciekle po internetach. Tak , to musi wyływać na brak pewności siebie

♡ 1    ↩ Odpowiedz

🚩 Zgłoś do moderacji

**USER** 1 tydzień temu

Na wszelkie schorzenia najlepsze są masaże i wyrabianie mięśni całego organizmu zdrowie może być przywrócone nawet w stu procentach bez powikłań

♡ 0    ↩ Odpowiedz

🚩 Zgłoś do moderacji

**WITEK** 1 tydzień temu

Pokolenie róbta co chceta i wszystko wiadomo

♡ 2 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**@PSEUDONIM** 1 tydzień temu

@pseudonim: Ja nie potrzebuję i nie chodzi mi o samo pójście, a o jakość placówek. Są zbiórki na młodzieżowe, na zakupy jakichś sprzętów. Może na dorosłe też warto by było spojrzeć i sprawdzić, czy ludzie nie leżą na korytarzach itd.

♡ 1 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**ART** 1 tydzień temu

@mieszkaniec: to ten sam co chodził w nocy po dachu hotelu sejmowego ?

♡ 1 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**TIK TOK** 1 tydzień temu

Musie więcej oglądać socjal mediów.

♡ 1 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**@HISTORYK** 1 tydzień temu

Nami już nikt się nie zajmie, vo to niemedialne. Ale traumy z dzieciństwa ciągną się przez życie. Publiczne ośmieszanie, dyskryminacja. Dużo się mówi o młodzieży, a o dorosłych trochę mniej. A problem tutaj też jest. W ośrodkach pomocy, w służbie zdrowia, szpitalach.

♡ 0 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**PSEUDONIM** 1 tydzień temu

To co za problem pójść do psychiatry a następnie do psychologa? Przez długi czas był to temat tabu w naszym społeczeństwie, ale od kilkunastu lat już coraz mniej. Jeśli nie możesz sobie poradzić z traumą z dzieciństwa, to jest to jedyny logiczny krok. Lepiej tak niż popadać w jakieś nałogi lub wyżywać się na innych.

♡ 0 ↩ Odpowiedz

📄 Zgłoś do moderacji

**HISTORYK** 1 tydzień temu

Ja dostawałem linijką po dłoniach , byłem targany za uszy i klęczałem w kącie. Gdzie złożyć wniosek na odszkodowanie za cierpienia w reżimoe komunistycznym ?

♡ 13    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**BOGUSŁAW ŁĘCINA** 1 tydzień temu

@bzdura: Może doprecyzuję. Raport fundacji M. Wojciechowskiej ma już rok a badania przeprowadzono przecież wcześniej. Proszę zapoznać się jakie pytania zadano dzieciom i w jakich warunkach musiały na nie odpowiadać i zastanowić się przez chwilę, wczuć w rolę dziecka czy Pan/Pani dałaby radę to zrobić w tych warunkach inaczej niż dla beki. Do tego same pytania które można było zupełnie opacznie zrozumieć albo wcale nie zrozumieć. Ktoś kto je układał nie miał bladego pojęcia jak robi się badania w takiej tematyce i takiej skali ale za to miał anglojęzyczne źródło z którego korzystał tylko wtedy gdy było to wygodne a tam gdzie nie robił wręcz wbrew zaleceniom. Jak rzetelne mogą być wyniki takich badań i jaki ma sens ich omawianie? Proszę poszukać publikacji sprzed mniej więcej roku gdy raport opublikowano. Jak bardzo by nie były słuszne takie działania to robienie ich na odp...ol na pewno nie powinno być pochwalane. Gdyby się jednak nie chciało szukać to proszę wyobrazić sobie jak opacznie można zrozumieć pytanie "Czy wiesz od kogo można kupić narkotyki?" A takich dwuznacznych pytań w ankiecie użytej w badaniu było sporo.

♡ 2    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**DAWNY UCZEŃ** 1 tydzień temu

Niestety. Częściowo wynika to z braku uczenia młodych ludzi np. co to znaczy coś umieć, jak rozpoznać w sobie szczególne predyspozycje. W rodzinach, w środowisku szkolnym, często próbuje się ściągać na ziemię, nawet utalentowanych czy ambitnych. Zagra ciś na gitarze? Wyśmiejemy, że Clapton grał lepiej. Napisze tekst? Powieny mu, że fajnie, ale lepiej żeby zajął się czymś pożytecznym. Niektórzy lepiej trafiają, spotykając ludzi wspierających pasje i dążenia. Jednak społeczeństwo często jest zawistne i niewrażliwe. Uczeń może się znaleźć w potrzasku, że z jednej strony ma mieć 5 i 6, być najlepszym. Z drugiej strony każe mu się umiejscowić gdzieś w środku społecznego szeregu, żeby najlepiej poszedł

do jakiegoś biura i spokojnie dożył do emerytury. Nie każdy będzie gwiazdą filmową, ale naciskanie na bycie najlepszym i nie dawanie realnej możliwości stania się nim, to tortura a nie wychowanie.

♡ 2   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**SZCZECIN DZIĘKUJE** 1 tydzień temu

dzięki, że działacie aby nagłośnić ten problem i że pomagacie dzieciakom w potrzebie !

♡ 2   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**SUPER\_KOKS** 1 tydzień temu

a mi się tam podoba, że młodzi robią coś z sensem niż jakieś głupoty w necie. więc hejterzy cicho tam ! Brawa dla młodych!

♡ 3   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**CELINA** 1 tydzień temu

Jestem dumna, że takie dzieciaki działają dla innych w naszym mieście, serce rośnie !

♡ 3   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**MEGA MŁODZIEŻ** 1 tydzień temu

nie czytajcie bzdurnych komentarzy na swój temat! idźcie do przodu po swoje, działajcie, wspierajcie się nawzajem bo to wy jesteście przyszłością tego społeczeństwa ! brawa za wasze działanie i że zamiast robić durne tik toki robicie mega wartościowe konferencje.

♡ 3   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**BOGUSŁAW ŁĘCINA** 1 tydzień temu

Najbardziej pomocy psychiatrycznej wymagają osoby które układały pytania do ankiety i zaproponowały sposób jej przeprowadzenia sprzeczny z zaleceniami jakie mieli w źródle. Grunt że pieniądz na koncie i ego dobrze dopompowane, czego więcej się pragnie gdy "pomaga" się dzieciom.

♡ 6   ↩ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**BZDURA** 1 tydzień temu



byłam na wydarzeniu i proszę nie wprowadzać opinii publicznej w błąd

♡ 0    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**LOL** 1 tydzień temu

W większości to młodzież wyprana ideologicznie przez lewarów i ich pierdolety. Młodzi nie będący lewicowymi popaprańcami mają bekę z tzw. snowflakes, i są odpowiednio inteligentni emocjonalnie, nie wybuchają agresją, płaczą, depresją. Tutaj znów socjaliści chcą za nasze pieniądze bohatercko zwalczyć problem jaki sami stworzyli. Nachalna propaganda LGBT zbiera żniwa. Oby za młodu się pocięli/powiesili, bo jak dorosną będą gwałcić dzieci...

♡ 10    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**:O** 1 tydzień temu

Jesteś psycholem chłopie, idź się leczyć

♡ 2    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**LOL** 1 tydzień temu

@:O: Ja się utożsamiam z byciem psycholem, odwal się faszysto od mojej tożsamości i odwal się od mojego zdania aby przyszli pedofile sami się wyeliminowali za wczasu, to tylko drobna różnica w poglądzie moich ulubieńców z lewicy aby wymordować wszystkich księżyz bo każdy ksiądz to pedofil. Naziolu, skrajny prawicowcu ty!

♡ 2    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**MIESZKANIEC** 1 tydzień temu

@LOL: darek uspokój się, dobrze, że w więzieniu nie będziesz miał internetu.

♡ 2    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**KKK** 1 tydzień temu

Z ciekawego tematu zrobiła się nachalna promocja niebinarności i pierdylionia zaimków w wykonaniu Lambda. Nic dziwnego, że polska lewica trze po dnie.

♡ 4    ↩️ Odpowiedz

📩 Zgłoś do moderacji

**TROCHĘ RACJI** 1 tydzień temu

temat istotny jakim jest problem psychiatrii zostaje przykryty często ideologiami i setką zaimków

♡ 1    ↩ Odpowiedz

📬 Zgłoś do moderacji

**MŁODZI** 1 tydzień temu

A może lepiej zamiast do polityki, to garnąć się do nauki?

♡ 3    ↩ Odpowiedz

📬 Zgłoś do moderacji

**HA** 1 tydzień temu

a co ma jedno do drugiego? akurat młodzi, którzy działali przy tym wydarzeniu to sami wzorowi uczniowie i mega mądre osoby ze świetnymi wynikami w nauce. zamiast hejtować proszę się cieszyć, że mamy jeszcze wartościową młodzież, która jest chętna do działania i z którą można merytorycznie dyskutować.

♡ 0    ↩ Odpowiedz

📬 Zgłoś do moderacji

« Poprzednia

Następna »

Przeoglądasz pozycje **1** do **20** z **22** znalezionych



Najczęściej czytane

Pustki w Fabryce Wody? Statystyki nie napawają optymizmem

Aktualności

1 dzień temu

Nowe lotnisko Szczecin-Goleniów za 3 lata. „Jeśli nie zmarnujemy żadnego dnia”

Aktualności

1 dzień temu

Tu nawet meble kosztują grosze.  
Ostatnia szansa na zakupy w  
cenowym raj

Aktualności

22 godziny temu

Aż 3 kina pod chmurką ruszają w  
Szczecinie. Oto ich repertuary!

Aktualności

2 dni temu

Na szczycie 16-piętrowego budynku  
nad Odrą będzie taras widokowy.  
Zapowiadają budowę nowego osiedla

Aktualności

8 godzin temu



### Polecane wydarzenia



**Kasia Brzozowska**  
*Dawna Najlepszej Biblioteki w Mieście*  
Danie dla dzieci

★ [Menu literackie] | spacer rodzinny z Kasią Brzozowską  
26 czerwca 2024, 17:00  
**ul. Orzeszkowej 12**

**Dla dzieci**   **Spacer** i oprowadzania  
**Patronat wSzczecinie.pl**   **Darmowe**  
Już dziś



**W POGONI ZA KSIĄŻKĄ**  
WARSZTATY DLA DZIECI

★ Mecz czerwcowy [W Pogoni za książką] | warsztaty  
27 czerwca 2024, 18:00  
**Miejska Biblioteka Publiczna, filia nr 7**

**Dla dzieci**   **Warsztaty**  
**Patronat wSzczecinie.pl**   **Darmowe**

# Kia XCeed

Z 2024 roku w promocyjnym finansowaniu

Sprawdź >



Movement that inspires

## POLMOTOR

ul. Struga 73, 70-784 Szczecin

ul. Ustowo 52, 70-001 Szczecin

[www.polmotor.kia.pl](http://www.polmotor.kia.pl)

Propozycja dostępna do 30.06.2024 r.

Kia XCeed - zużycie paliwa 6,0-7,1l/100 km, emisja CO<sub>2</sub> 136-161 g/km (cykl mieszany WLTP).

## Artykuły

Wiadomości ^  
Szczecińscy pionierzy  
Szczecin w budowie  
Jak jedziesz?  
Publicystyka - cykle ^  
Więcej

## Miejsca

Kluby i dyskoteki  
Puby i kawiarnie  
Restauracje  
Pizzerie  
Bary, fast foody  
Więcej

## Wydarzenia

Koncerty  
Warsztaty  
Spacery i oprowadzania  
Jarmarki, festyny, pchle targi  
Wernisaże  
Więcej

## Redakcja

Kontakt  
Regulamin  
Reklama  
Polityka prywatności  
Redakcja