

Emocje
w rodzinie

WCZESNE REAGOWANIE NA PROBLEMY DZIECI I MŁODZIEŻY



Partnerzy projektu



Mazowiecki Szpital Wojewódzki
Im. św. Józefa Przem. 8 w Skierniewicach Sp. z o.o.



takescare

Zadanie dofinansowane ze środków
z budżetu Województwa Mazowieckiego.

25^{lat} SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
MAZOWIECKIEGO

Tytuł: Wczesne reagowanie na problemy dzieci i młodzieży

Autor: Marta Mikołajczuk

Nadzór merytoryczny: Ewa Narkiewicz-Nejno

Korekta: Urszula Szybowicz

Korekta składu: Kamila Olejnik

Skład i opracowanie graficzne: Marcin Czaja

Zdjęcia: źródło - baza zdjęć iSTOCK

ISBN: 78-83-67802-77-2

COPYRIGHT © 2023 Fundacja Nie Widać Po Mnie

ul. Ku Rzece 9/60

03-194 Warszawa

Przygotowanie merytoryczne i graficzne materiałów:

FUNDACJA NIE WIDAĆ PO MNIE

ul. Ku Rzece 9/60


03-194 Warszawa

w ramach projektu: Emocje w rodzinie. Ochrona i promocja
zdrowia psychicznego dotycząca psychodeukacji rodziców/opiekunów
w zakresie rozwoju i funkcjonowania dzieci i młodzieży

Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego:

Wszelkie prawa zastrzeżone zgodnie z Ustawą o Prawie Autorskim i Prawach Pokrewnych
z dnia 4 lutego 1994 roku (Dz.U.94 Nr 24 poz. 83, sprost.: Dz.U.94 Nr 43 poz.170).

Warszawa 2023



Emocje w rodzinie

Wczesne reagowanie na problemy dzieci i młodzieży stanowi kluczowy element w zapewnieniu im zdrowego rozwoju i dobrostanu. To nie tylko kwestia identyfikacji ewentualnych trudności czy wyzwań, z jakimi mogą się one borykać, ale także szybkiego, wszechstronnego i adekwatnego reagowania na te sygnały.

Wartościowe jest tu podejście prewencyjne, które dąży do zidentyfikowania potencjalnych problemów jeszcze przed ich nasileniem. Niezwykle istotne jest śledzenie rozwoju dziecka na wielu płaszczyznach: emocjonalnej, społecznej, poznawczej czy fizycznej, aby w odpowiednim momencie móc zaoferować niezbędną pomoc.

Rozwój dziecka to rezultat nie tylko procesów biologicznych, lecz także **wynik interakcji między dziedziczeniem genetycznym a otaczającym je środowiskiem**. Dziecko nie jest wyłącznie obiektem oddziaływania ze strony opiekunów, nie pozostaje biernym odbiorcą, nie poddaje się w pełni zewnętrznym wpływom. Już od urodzenia nawiązuje aktywne relacje ze swoim otoczeniem społecznym. Jednocześnie od pierwszych dni życia wykazuje unikatowy, uwarunkowany biologicznie wzorec zachowań, w pewnym sensie nakłaniając opiekunów do odpowiednich, zgodnych z jego potrzebami, działań i reakcji. To prowadzi do wytworzenia szczególnej więzi z otoczeniem dorosłych już we wczesnych tygodniach, a później w kolejnych miesiącach życia. Można ją opisać, odnosząc się do **koncepcji wymiany**.



Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego

Proces adaptacji dziecka do wzorców zachowań opiekunów oraz ich oczekiwań, komunikowanych głównie drogą niewerbalną, towarzyszy nieustannie innemu procesowi - **interpretacji sygnałów** płynących od dziecka, zrozumienia ich znaczenia oraz dostosowania się opiekunów do wzorca aktywności i konkretnych, widocznych zachowań dziecka. Zatem zarówno ono, jak i opiekunowie są aktywni, nieustannie kształtują swoje wzajemne zachowania, a także swoje oczekiwania i wymagania wobec siebie nawzajem.

Rozwój neurologiczny dziecka jest procesem, który przebiega od momentu poczęcia aż do wieku dorosłego. Jest to okres, w którym mózg przechodzi przez wiele etapów, co prowadzi do stopniowego zdobywania umiejętności i kompetencji. Wczesne reagowanie na problemy dzieci i młodzieży jest interdyscyplinarnym podejściem, mającym na celu identyfikację, ocenę i terapeutyczne wsparcie dzieci, u których istnieją pewne niepokojące symptomy lub ryzyko zaburzeń rozwoju. To kompleksowy proces, który obejmuje diagnostykę, program terapeutyczny oraz współpracę z rodzinami. Koncentruje się na identyfikacji problemów rozwojowych w jak najwcześniejszym stadium, aby umożliwić szybką interwencję i wsparcie, co może znacznie poprawić perspektywę rozwoju dziecka. Istotą tego procesu jest podejście, które uwzględnia różne aspekty, włączając w to rozwój fizyczny, emocjonalny, społeczny, intelektualny oraz komunikacyjny. Celem wczesnych interwencji jest poprawa jakości życia dziecka i jego zdolność do samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie.

Wczesne reagowanie na problemy dzieci i młodzieży jest fundamentalnym aspektem szczególnie w kontekście psychologii rozwoju. Nie ulega wątpliwości, że każde dziecko, niezależnie od ewentualnych diagnoz czy ograniczeń sprawności, wymaga dedykowanego wsparcia już od wczesnych etapów swojego życia. Zaniedbanie tego aspektu może stać się czynnikiem ryzyka, negatywnie wpływającym na całościowy rozwój jednostki. W konsekwencji, efektywne dostarczanie odpowiednio skonstruowanych bodźców stanie się pomocne w tworzeniu optymalnych warunków dla rozwoju każdego dziecka, promując tym samym jego potencjał w przyszłości.

Sfera najbliższego rozwoju i wpływ środowiska na rozwój dziecka

W procesie oceny i wsparcia rozwoju pomocna jest teoria Lwa Wygotskiego, według której rozwój poznawczy dziecka jest przede wszystkim wynikiem wzajemnych interakcji z osobami bardziej kompetentnymi i posiadającymi większą wiedzę. Osoby te muszą przekazać dziecku narzędzia kulturowe potrzebne do jego aktywności intelektualnej. Jednym z nich jest język. Wygotski traktował każde dziecko jako aktywnego współautora własnego rozwoju. Uważał, że dzieci nie są biernymi odbiorcami rad dorosłych. Poszukują, wybierają i systematyzują pomoc osób je otaczających pomagających im rozwiązywać problemy. Dorosły, by skutecznie pomagać dziecku, musi być tego świadomy i kierować się dziecięcą motywacją do uczenia się.

STREFA NAJBLIŻSZEGO ROZWOJU (SNR)

Jednym z ważnych pojęć w psychologii rozwoju dziecka jest strefa najbliższego rozwoju. To rozstęp pomiędzy tym co dziecko jest w stanie osiągnąć przy pomocy osoby posiadającej większą wiedzę. To ważny obszar, w którym powinny się mieścić wysiłki nauczyciela. Dorosły powinien być wrażliwy zarówno na osiągnięcia dziecka, jak i na jego potencjał i z odpowiednim wyczuciem formułować wyzwania intelektualne, tak aby nie wykraczały dalej niż jeden krok ponad to, co dziecko już potrafi zrozumieć. Poprzez wykorzystanie już posiadanej przez dziecko wiedzy można prowadzić je ku dalszym osiągnięciom.



Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego

Postęp w granicach strefy najbliższego rozwoju można opisać w trzech etapach:



Etap 1- działania dziecka są wspierane przez inne, bardziej kompetentne osoby.

Zanim dzieci zaczną funkcjonować samodzielnie muszą polegać na pomocy innych. Początkowo dziecko ma niewielkie pojęcie na temat istoty zadania lub celu, do którego ma dążyć. Dlatego to dorośli ma przejąć rolę dominującą, polegającą na pokazywaniu, kierowaniu, a dziecko po prostu się do tego stosuje i naśladuje.



Etap 2 – dziecko samo wspiera się w działaniach.

W coraz większym stopniu przejmuje od dorosłych odpowiedzialność za pomyślnie wykonanie zadania, często pracuje samodzielnie, a obecność dorosłego nie jest konieczna.



Etap 3 – działanie dziecka jest zautomatyzowane.

Wielokrotne ćwiczenie sprawia, że stopniowo uwalnia się ono od wszelkich form jawnej autoregulacji. Wykonanie zadania staje się automatyczne. Wiedza o wykonaniu zadania zostaje przeniesiona z poziomu społecznego (interpsychicznego) na poziom psychologiczny (intrapsychiczny).

Zaobserwowanie zachowań dziecka w kontekście sytuacji naturalnych lub przeprowadzenie eksperymentów, które mają na celu zrozumienie, jak dziecko radzi sobie w obliczu nowych wyzwań i jak korzysta z pomocy innych osób przy pokonywaniu przeszkód, stanowi element diagnozowania jego rozwojowych potrzeb. Wyłonienie ich umożliwia sprecyzowanie obszarów, w których konieczne jest wsparcie oraz określenie odpowiednich strategii i metod wspomaganie, które pozwolą dziecku rozwijać samodzielność i skuteczność w działaniach. Wspieranie potencjału dziecka, które jeszcze nie jest w pełni rozwinięty, wymaga dogłębnego zrozumienia jego przeszłości rozwojowej. Ta wiedza o osiągniętych już kompetencjach staje się fundamentem, na którym można budować poczucie pewności i skuteczności, jednocześnie uwzględniając obszary, w których jeszcze musi się rozwijać. W ten sposób strategie wspomaganie rozwoju dziecka odnoszą się zarówno do już opanowanych umiejętności, jak i stanowiących potencjał do dalszego rozwoju.

ISTOTNE PERSPEKTYWY ANALIZY ROZWOJU DZIECKA ORAZ ICH ZNA- CZENIE W KONTEKŚCIE WSPARCIA JEGO ROZWOJU.



Perspektywa teraźniejszości

skupia się na bieżącym etapie rozwoju, analizując zachowanie dziecka w relacji do norm rozwojowych i jego otoczenia społecznego. To perspektywa określania, gdzie dziecko jest w obecnej chwili w porównaniu do swoich rówieśników. Pomaga to stawiać konkretne wymagania i dostarczać wsparcie w realizacji zadań rozwojowych przypisanych danemu wiekowi.



Perspektywa przyszłości

angażuje nas w przewidywanie, jak rozwijać się będzie dziecko, jeśli nie podjęte zostaną żadne działania oraz w planowanie działań, które przyczynią się do jego przyszłego rozwoju. To kierunek przemyślane go budowania strategii dostosowanych do przyszłych celów rozwojowych, promujących rozwijanie samodzielności, poczucie sprawstwa i pewności siebie.



Perspektywa przeszłości

jest ściśle powiązana z perspektywą przyszłości. Na bazie wiedzy o przeszłości dziecka, włączając czynniki wpływające na jego obecny stan, mamy możliwość wyciągnąć wnioski dotyczące tego, jakich zachowań i sytuacji unikać w przyszłości, aby uniknąć nawrotu lub nasilenia problemów.

Pomoc w rozwoju opiera się na budowaniu nowych jakości w funkcjonowaniu dziecka, rozwijaniu jego kompetencji i wzmacnianiu poczucia własnej wartości. To oznacza, że koncentruje się nie tylko na rozwijaniu konkretnych umiejętności, lecz także na budowaniu fundamentów dla osiągnięcia pełni potencjału zarówno pod względem konkretnych zdolności, jak i wzmacniania jego pewności siebie.

Proces wczesnego reagowania obejmuje kilka głównych etapów:

DIAGNOZA

Wczesne reagowanie rozpoczyna się od diagnostyki, która polega na ocenie poziomu funkcjonowania dziecka. Diagnoza ta uwzględnia różne dziedziny rozwoju, takie jak motoryka, percepcja sensoryczna, komunikacja, zdolności poznawcze i emocjonalne. Badania diagnostyczne oraz obserwacje są wykorzystywane do określenia poziomu umiejętności dziecka i identyfikacji obszarów, w których wymagane jest wsparcie.

PROGRAM TERAPEUTYCZNY

Na podstawie diagnozy tworzy się indywidualny program terapeutyczny dostosowany do potrzeb dziecka. Program ten może obejmować różnorodne strategie i techniki terapeutyczne, takie jak terapia zajęciowa, logopedia, fizjoterapia, terapia behawioralna. Program terapeutyczny jest dynamiczny i dostosowywany na bieżąco w miarę postępów dziecka.

WSPARCIE RODZINY

Wczesne reagowanie uwzględnia także wsparcie rodziny dziecka. Rodzice odgrywają ważną rolę w procesie rehabilitacji, dlatego istotne jest, aby dostarczyć im odpowiednią wiedzę, umiejętności i wsparcie emocjonalne. To może obejmować szkolenia dla rodziców, wsparcie psychologiczne oraz pomoc w organizacji codziennego życia z dzieckiem.

MONITOROWANIE I OCENA POSTĘPÓW

Proces wczesnego reagowania jest ciągły i wymaga regularnego monitorowania postępów. To pozwala na dostosowanie programu terapeutycznego w razie potrzeby oraz na określenie, czy cele terapeutyczne są osiągnięte.

WSPÓŁPRACA INTERDYSCYPLINARNA

Skuteczne wczesne reagowanie na problemy dzieci wymaga współpracy różnych specjalistów, takich jak lekarze, psycholodzy, pedagodzy specjaliści, logopedzi, rehabilitanci itp. Interdyscyplinarny zespół podejmuje decyzje diagnostyczne i terapeutyczne, uwzględniając różnorodne aspekty rozwoju dziecka.

Proces wsparcia ma ogromne znaczenie dla zapobiegania ewentualnym trudnościom rozwojowym oraz dla poprawy jakości życia dzieci. Dzięki wczesnemu rozpoznaniu i skutecznej interwencji można maksymalizować potencjał rozwojowy dziecka i pomóc mu osiągnąć lepszą jakość życia.

ZNACZENIE SFER ROZWOJU DZIECKA

ROZWÓJ MOTORYCZNY

Pierwsze ruchy niemowlęcia to zaledwie początek. W miarę jak dziecko rośnie, jego zdolności motoryczne stają się coraz bardziej zaawansowane. Od niemowlęcia do dziecka które chodzi, biega i wykonuje skomplikowane czynności manualne - rozwój motoryczny odgrywa kluczową rolę w codziennym życiu.

ROZWÓJ PERCEPCYJNY

Wzrok, słuch, dotyk, węch i smak - to wszystko stanowi część procesu percepcji. Dzieci rozwijają te zmysły, uczą się postrzegać i rozumieć otaczający je świat. Rozwój percepcyjny wpływa na zdolność dziecka do nauki i rozumienia świata.

ROZWÓJ UMYSŁOWY

Uwaga, postrzeganie, pamięć i myślenie są elementami rozwoju umysłowego. Dziecko kształtuje swoje zdolności poznawcze, które stanowią fundament przyszłego uczenia się i rozwiązywania problemów.

ROZWÓJ EMOCJONALNY

Emocje odgrywają ważną rolę w życiu każdego człowieka. Dziecko uczy się rozpoznawać i kontrolować swoje emocje, a także rozumieć emocje innych osób. Rozwój emocjonalny jest istotny dla zdrowych relacji społecznych.

ROZWÓJ SPOŁECZNY I MORALNY

Kształtowanie relacji z innymi ludźmi i rozwijanie wartości moralnych stanowi ważny aspekt rozwoju dziecka. To proces, który pomaga mu zrozumieć, jak funkcjonować w społeczeństwie i jak podejmować moralnie słuszne decyzje.



Emocje w rodzinie

WPŁYW ŚRODOWISKA NA ROZWÓJ NEUROLOGICZNY DZIECKA

Środowisko, w którym dziecko przebywa, ma ogromny wpływ na jego rozwój neurologiczny. Bodźce i doświadczenia kształtują strukturę i funkcję jego mózgu. Im bardziej stymulujące i korzystne otoczenie, tym większy potencjał rozwoju neurologicznego. Dzieci, które są otoczone pozytywnymi bodźcami, mają dostęp do edukacyjnych zabawek i dobrej opieki, mają większe szanse na rozwijanie swoich umiejętności. Warto zaznaczyć, że każde dziecko jest wyjątkowe, a tempo rozwoju może się różnić. Jednak odpowiednio stymulowane ma większe szanse na osiągnięcie swojego pełnego potencjału intelektualnego.

Podjęcie ekologiczne zakłada, że rozwój jednostki jest ściśle związany z jej otoczeniem i środowiskiem. Rozwój nie jest procesem jednostronnym, ale wynika z aktywnej i wzajemnej interakcji między jednostką a jej otoczeniem.

Podstawowym założeniem podejścia ekologicznego jest przekonanie, że rozwój dziecka ma swoje źródła i siły napędowe w jego związkach ze środowiskiem. Oznacza to, że rozwijająca się osoba tworzy system wraz ze swoim otoczeniem, który wpływa na jej rozwój. Ten system jest dynamiczny i stale ewoluuje wraz z jednostką podejmującą nowe role i pozycje w różnych kręgach środowiska. Jednak dziecko nie tylko jest aktywnym uczestnikiem w swoim środowisku, ale także ma na nie wpływ, zmieniając jego strukturę i funkcje. Jednocześnie, to środowisko wpływa na rozwijającą się osobę dziecka, kształtując jej zachowanie, umiejętności i rozwój. Te wzajemne oddziaływania stanowią czynniki kształtujące proces rozwoju dziecka.

Środowisko jest pojęciem w psychologii, które opisuje system zależności zachodzących między jednostką a otaczającą ją rzeczywistością. Obejmuje to szeroki zakres warunków biologicznych, społecznych i materialnych, które kształtują życie dziecka. Podział środowiska obejmuje trzy główne rodzaje: **naturalne, kulturalne i społeczne.**

Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego

Środowisko społeczne to tu dzieci nabywają indywidualne cechy i umiejętności, które wpływają na ich osobowość. Jest to bezpośrednie źródło wewnętrznych właściwości osobowości dziecka.

Wyróżnia się dwa rodzaje środowiska społecznego: naturalne i intencjonalne. Środowisko naturalne obejmuje rodziny, grupy rówieśnicze i społeczności lokalne, które oddziałują na jednostki w sposób spontaniczny i niezamierzony. Natomiast środowisko intencjonalne to instytucje, które działają w sposób zamierzony i planowy w celu wpływania na jednostki zgodnie z określonym wzorcem wychowawczym lub modelem.

Środowisko wpływa na rozwijające się cechy i umiejętności. Zrozumienie jego roli pozwala na skonstruowanie optymalnych warunków do wzrostu i samorealizacji jednostek.

Analizując sytuację dziecka w rodzinie, koncentrujemy się na trzech aspektach: **materialnym, społecznym i kulturowym**. Aspekt materialny odnosi się do poziomu życia, który jest uwarunkowany przez dochody rodziców, jakość mieszkania i dostęp do podstawowych dóbr. Aspekt społeczny dotyczy relacji dziecka z otoczeniem społecznym, w tym struktury rodziny, pozycji dziecka w środowisku szkolnym i poza nim. Aspekt kulturowy uwzględnia wpływ wykształcenia rodziców, kultury osobistej oraz opieki intelektualnej i moralnej nad dzieckiem na jego rozwijający się kulturowo kontekst.

Oprócz tych czynników istotna jest również atmosfera w domu i postawy rodzicielskie. Ma ona wpływ na stan emocjonalny dziecka oraz jego zdolność radzenia sobie z różnymi sytuacjami. Postawy rodzicielskie są wyrażane w emocjach i zachowaniach wobec dziecka i wpływają na jego rozwój. Miłość rodzicielska jest jednym z ważniejszych elementów.

Prawidłowe postawy wobec dziecka

(według Joanny Skibskiej na podstawie Marii Ziemskiej)

AKCEPTACJA

- Przyjęcie dziecka takim jaki ono jest z jego cechami fizycznymi, umysłowymi możliwościami, usposobieniem.
- Kontakt z dzieckiem jest dla rodziców przyjemnością dającą satysfakcję i zadowolenie.
- Uważają oni je za godne pochwały i jawnie aprobują.
- Poznają jego potrzeby i starają się je zaspokoić, ale pozwalają na uczuciową niezależność.
- Rodzice akceptują dziecko, dają mu poczucie bezpieczeństwa i zadowolenia z własnego istnienia.

WSPÓŁDZIAŁANIE

- Rodzice angażują się oraz są zainteresowani zabawą i pracą dziecka.
- Angażują dziecko w sprawy życia domowego.
- Chętnie i z zaangażowaniem wyjaśniają rzeczywistość, rozszerzając tym samym wiadomości i wskazują sposoby zdobywania wiedzy.
- Rodzice znajdują przyjemność we wspólnym wykonywaniu czynności z dzieckiem oraz we wzajemnej wymianie uwag, zdań i obserwacji.

DAWANIE DZIECKU SWOBODY

- Dziecko, przechodząc przez kolejną fazę rozwoju, oddala się fizycznie od swoich rodziców./ Jednocześnie rozbudowuje więź psychiczną z nimi.
- Rodzice zaczynają darzyć dziecko większym zaufaniem i pozostawiają mu margines swobody, utrzymując swój autorytet i kierując nim w zakresie, w jakim jest to pożądane.
- Rodzice dają dziecku rozsądną swobodę, obiektywnie oceniając wszelkie ryzyko.

UZNANIE PRAW DZIECKA

- Uznają prawa dziecka adekwatnie do jego wieku.
- Pozwalają na odpowiedzialność za własne działanie.
- Szanują indywidualność dziecka.
- Stosują wyjaśnienia i tłumaczą bez narzucania i wymuszania na dziecku określonych zachowań.
- Rodzice dyscyplinują dziecko poprzez wykorzystywanie we wzajemnych relacjach ustalonych i określonych zasad.

Negatywne postawy wobec dziecka

- **Postawa odtrącająca** wiąże się z nadmiernym dystansem wobec dziecka. Dziecko jest dla rodziców ciężarem, a opieka nad nim obciążeniem. Dziecko spotyka się z dezaprobatą i krytyką. Rodzice kierują nim przy pomocy rozkazów, surowych kar i zastraszania. Taka postawa sprzyja kształtowaniu się u dziecka agresywności, nieposłuszeństwa, kłamliwości i kłótności.
- **Postawa unikająca** – charakteryzuje się nadmiernym dystansem uczuciowym rodziców wobec dziecka. Wykazują oni ubogie zaangażowanie uczuciowe w skrajnych wypadkach obojętność. Często przejawia się to brakiem odpowiedzialności, ignorowaniem dziecka, unikaniem kontaktu, zaniedbywaniem w jego potrzebach uczuciowych. Taki rodzaj kontaktu może spowodować, że dziecko będzie niezdolne do nawiązywania stałych więzi uczuciowych.
- **Postawa nadmiernie chroniąca** charakteryzuje się tym, że rodzice uważają dziecko za wzór doskonałości. Obdarzają je nadmierną opiekuńczością i pobłażliwością. Ograniczają swobodę i nie pozwalają na kontakty z rówieśnikami. Taka postawa może rodzić egoistyczne i wymagające nastawienie.
- **Postawa nadmiernie wymagająca** – rodzice są nadmiernie skoncentrowani na dziecku. Pragną, aby odzwierciedlało ono ich cechy bez względu na jego indywidualne cechy i możliwości. Postawa taka charakteryzuje się nadmiernymi wymaganiami, rządzeniem dzieckiem, niepozwoleniem na samodzielność. Sprzyja kształtowaniu się takich cech, jak brak wiary we własne siły, lękliwość i uległość.



Etapy dorastania

Okres dorastania zwykle dzielimy na cztery fazy:

WCZESNA ADOLESCENCJA 11-13 LAT

W tej fazie ciało przestaje być ciałem dziecka, ciałem, które ono znało i akceptowało. Zaczyna się zmieniać, dojrzewać. Staje się to źródłem lęku i niepokoju. W tym okresie jednym z najważniejszych pytań jest to o obraz własnego ciała. Ważna staje się przynależność do grupy, z którą się identyfikuje.

ŚRODKOWA ADOLESCENCJA 14-17 LAT

Pojawia się zainteresowanie seksualne innymi osobami. Jest to też czas wielu pytań które są irytujące zarówno dla samych dzieci, jak i ich opiekunów. Powstają pytania o to, czy zostanie zaakceptowany, co jest dozwolone a co nie, czego by chciał, a czego woli uniknąć, jak utrzymać akceptację grupy i pozostać sobą, jak funkcjonować w rodzinie i różnić się od rodziców.

PÓŹNA ADOLESCENCJA 18-21 LAT I WCZESNA DOROSŁOŚĆ 20-25 LAT

Późna adolescencja i wczesna dorosłość to czas odpowiedzi i sprawdzania, jak na owe odpowiedzi reaguje świat. Uwaga młodego człowieka kieruje się na oddzielenie od rodziców, planowanie przyszłości, budowanie pierwszych dłuższych relacji. To też okres większego spokoju.



Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego

Jak reagować na problemy dzieci i młodzieży

Należy wspierać dziecko i nastolatka w trudnościach, jakie napotyka w okresie swojego rozwoju. Diagnozy, które słyszymy od nauczycieli, specjalistów warto odbierać jako informacje o funkcjonowaniu, które umożliwiają dostosowanie działań i otoczenia do jego potrzeb. Wczesne reagowanie jest szansą na wyrównanie możliwości na osiągnięcie celów, jakie nasze pociechy w przyszłości będą obierać oraz pozwoli na kształtowanie wysokiego poczucia własnej wartości.

Trudność rozwojowa zaczyna się tam, gdzie oczekiwania środowiska przewyższają możliwości dziecka. Jako rodzice pamiętajcie, że nie musicie zostawać sami z problemami. Warto szukać wsparcia. Gdy tylko zauważymy zachowania wskazujące na to, że dziecko, nastolatek napotyka problem, warto skierować pytania, prośby o wsparcie do pedagoga szkolnego, psychologa, wychowawcy. Jeśli czujemy, że dziecko nie otrzymuje takiej opieki, jakiej jego rozwój potrzebuje, należy udać się do poradni przypisanej do placówki bądź prywatnej placówki terapeutycznej. Warto również szukać wsparcia we wszelkich fundacjach.

ŚCIEŻKA WSPARCIA DZIECKA I NASTOLATKA

W przypadku występowania niepokojących objawów związanych z problemami psychicznymi możesz skorzystać ze świadczeń w zakresie Zespołu lub Ośrodka środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży.

Dostępne są tam świadczenia:

- porada psychologiczna diagnostyczna,
- porada psychologiczna,
- sesja psychoterapii indywidualnej,
- sesja psychoterapii rodzinnej,
- sesja psychoterapii grupowej,
- sesja wsparcia psychospołecznego,
- wizyta, porada domowa lub środowiskowa,
- wizyta osoby prowadzącej terapię środowiskową.

Realizowane są one przez zespół specjalistów: psychologa, psychoterapeutę oraz terapeutę środowiskowego.



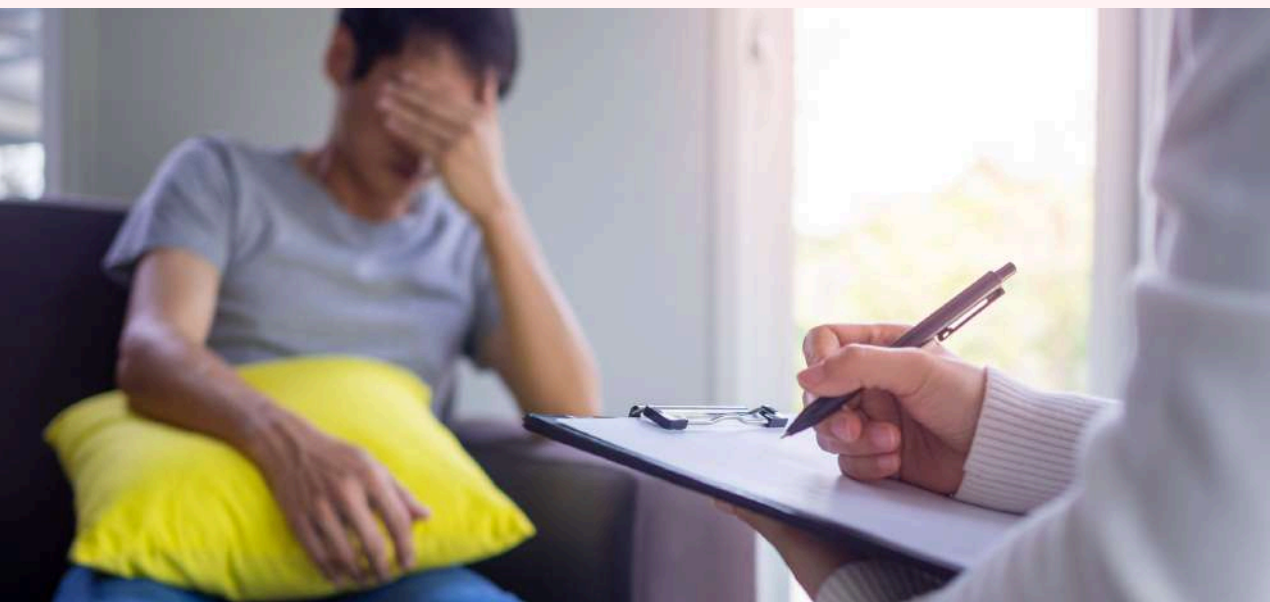
W przypadku potrzeby uzyskania porady lekarza psychiatry możesz skierować się do:

- Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży - poradnia zdrowia psychicznego - w którym realizowane są świadczenia ambulatoryjne przez lekarzy psychiatrów, psychologów oraz psychoterapeutów;
- Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży – w którym w ramach poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i na Oddziale dziennym psychiatrycznym rehabilitacyjnym dla dzieci, realizowane są odpowiednio świadczenia ambulatoryjne i dzienne przez lekarzy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych.


Ośrodek Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej

W ramach oddziału psychiatrycznego dla dzieci realizowane są świadczenia stacjonarne przez lekarzy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych.

W stanie nagłego zagrożenia życia możesz zgłosić się do szpitala bez skierowania.



Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego



Emocje w rodzinie

Cechą charakterystyczną PZP jest możliwość skorzystania z konsultacji psychiatrów dzieci i młodzieży, którzy zajmują się diagnozą oraz leczeniem nieprawidłowości w funkcjonowaniu behawioralnym, emocjonalnym i społecznym nieletnich. Ich trudności psychiczne często różnią się od zaburzeń występujących u dorosłych. Wizyta u psychiatry dziecięcego pozwala rodzicom zrozumieć ich naturę i ułatwia znalezienie właściwych rozwiązań. Psychiatra dzieci i młodzieży to lekarz, który posiada odpowiednie kwalifikacje do diagnozowania stanu psychicznego dziecka na podstawie międzynarodowych kryteriów diagnostycznych. Proces diagnozy może obejmować nie tylko rozmowę z rodzicami, analizę dokumentacji psychologiczno-pedagogicznej i badanie dziecka, lecz również dodatkowe badania medyczne lub konsultacje specjalistyczne. Dzięki temu rodzice mogą otrzymać porady od kilku specjalistów reprezentujących różne dziedziny. Na podstawie zebranych informacji opracowywany jest indywidualny plan terapii uwzględniający różnorodne formy wsparcia.

W psychiatrii dziecięcej i młodzieżowej podstawową metodą leczenia jest psycho-terapia oraz poradnictwo, choć czasem konieczne może być leczenie farmakologiczne.

W ramach wizyt w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży uzyskać można:

- porady lekarskie, psychologiczne,
- diagnozę i leczenie różnych zaburzeń psychicznych mieszczących się w całym spektrum wieku rozwojowego, m.in. ADHD, zaburzenia zachowania, tiki, natręctwa, zaburzenia odżywiania, nastroju, nerwicowe, psychotyczne, zaburzenia ze spektrum autyzmu,
- dodatkowe badania lekarskie,
- zaświadczenia o stanie zdrowia, np. w sytuacji ubiegania się o wczesne wspomaganie rozwoju lub orzeczenie o kształceniu specjalnym w przypadku niepełnosprawności,
- psychoterapię,
- konsultacje logopedy i innych specjalistów.

WSPARCIE DZIECKA W KONTEKŚCIE SZKOŁY ORAZ KOMUNIKACJA MIĘDZY RODZICAMI A PLACÓWKĄ EDUKACYJNĄ

W szkole wychowawca, pedagog specjalny i psycholog szkolny stanowią ważne źródło wsparcia dla dzieci.

Wczesne reagowanie na problemy dzieci i młodzieży wymaga integracji działań wielu instytucji oraz osób z różnych obszarów specjalizacji. To kompleksowe podejście ma na celu stworzenie optymalnych warunków rozwoju dla każdego dziecka, bez względu na ewentualne trudności, z jakimi się zmagają.

Zrozumienie procesu rozwoju dziecka, uwzględniając jego interakcję z otoczeniem oraz odpowiednie wsparcie ze strony rodziny, specjalistów i placówek edukacyjnych, jest kluczowe dla zapewnienia optymalnych warunków dla jego rozwoju. Dostarczenie odpowiednio skonstruowanych bodźców, wsparcie na wczesnych etapach, staranne śledzenie postępów oraz prewencja są kluczowe dla osiągnięcia pełnego potencjału dziecka w przyszłości.



Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego

Bibliografia

1. Joanna Skibska: Środowisko rodzinne jako czynnik warunkujący rozwój dziecka. [w:] K. Feruga, A. Ostrowska-Knapik, R. Wojtoń, red.: Przekraczanie granic. t. II. Praha: Verbum 2012
2. Ziemska M., 1973, Postawy rodzicielskie, Warszawa
3. Radosław Piotrowicz. Wczesne wspomaganie rozwoju dziecka – kompleksowe wsparcie terapeutyczne dziecka i rodziny. Diagnoza a program. ORE
4. Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. The Bioecological Model of Human Development.
5. Brzezińska, A. I., Rękosiewicz, M. Wczesne wspomaganie dziecka z perspektywy psychologii rozwoju. Poznań: Instytut Psychologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza
6. H. Rudolph Schaffer, „Psychologia dziecka”. Wydawnictwo Naukowe PWN Warszawa 2009
7. <https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/informacje-o-swadczeniach/ochrony-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy/>

O autorze

Marta Mikołajczuk

Psychoterapeutka CBT i pedagog specjalna. Szczególnie interesuje się terapią integracji sensorycznej. Obecnie kontynuuje studia. Na co dzień pracuje z rodzicami i dziećmi z niepełnosprawnością.

O Fundacji Nie Widać Po Mnie



FUNDACJA
NIE WIDĄC PO MNIE

Fundacja *Nie Widać Po Mnie* zrodziła się z potrzeby przełamywania tabu i głośnego mówienia o zdrowiu psychicznym Polaków i problemach takich jak depresja, uzależnienia, lęki i fobie. Wierzymy, że odpowiednia psychoedukacja i zwiększanie świadomości jest istotnym elementem profilaktyki zdrowotnej, która pozwoli w przyszłości zmniejszyć ryzyko zaburzeń psychicznych i zahamuje tendencję wzrostową zapadalności na tego typu choroby, których konsekwencje odczuwają pacjenci, rodzina i cały system opieki zdrowotnej.

Swoje działania dydaktyczne kierujemy do różnych grup wiekowych oraz zawodowych. Odkrywamy czynniki zwiększające prawdopodobieństwo zaburzeń, a także uczymy, jak to zagrożenie zmniejszać.

Szczególną troską otaczamy dzieci i młodzież. To grupa ludzi, która stoi przed wyzwaniem, z jakimi nie mierzyły się wcześniejsze pokolenia. Wirtualna rzeczywistość, deprecjonowanie życia „w realu”, samotność, rosnąca depresja, uzależnienia od substancji i czynności, cyberprzemoc - to tylko kilka z listy problemów, które piętrzą się dziś przed młodymi ludźmi. Z tymi wyzwaniami mierzą się także ich rodzice i opiekunowie, dlatego powstał projekt *Emocje w rodzinie*. Projekt *„Ochrona i promocja zdrowia psychicznego dotycząca psychoedukacji rodziców/opiekunów w zakresie rozwoju i funkcjonowania dzieci i młodzieży”* ma na celu zwiększenie świadomości i wiedzy rodziców i opiekunów na temat zdrowia psychicznego ich dzieci oraz umożliwienie im skuteczniejszego wspierania rozwoju i funkcjonowania dziecka, nauki mówienia o emocjach, które okazują się być często najtrudniejsze do okiełznania i zrozumienia.

Programy psychoedukacyjne realizowane dotychczas w ramach działalności statutowej Fundacji *Nie Widać Po Mnie* skierowane były także do osób starszych oraz do medyków. Ci ostatni w sposób szczególny zagrożeni są zaburzeniami typu depresja, uzależnienia, lęki, zespół stresu pourazowego czy wypalenie zawodowe. Wierzymy, że odczarowanie heroizmu w zawodach ochrony zdrowia pozwoli wielu medykom przełamać strach przed właściwą terapią, a to wpłynie na jakość usług i poprawi funkcjonowanie całego systemu.

Zadanie dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego