

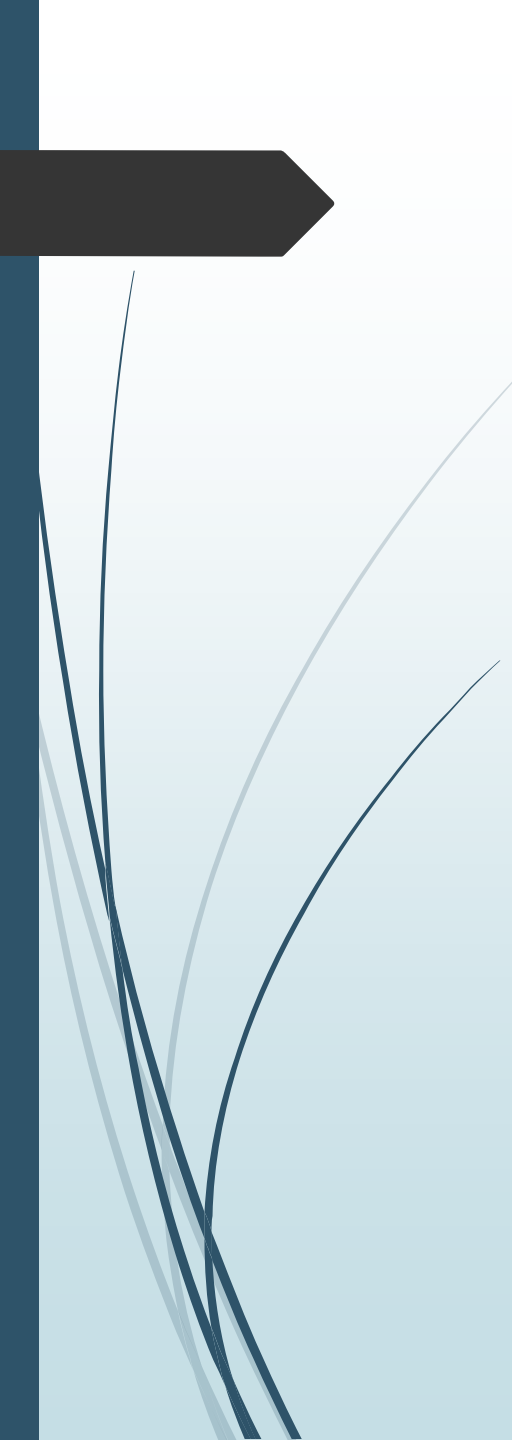


Dlaczego dorośli mnie nie rozumieją? Czego chcę , czego pragnę.... Kryzys emocjonalny i zaburzenia psychiczne u dzieci i młodzieży.

Mgr Izabela Krupińska

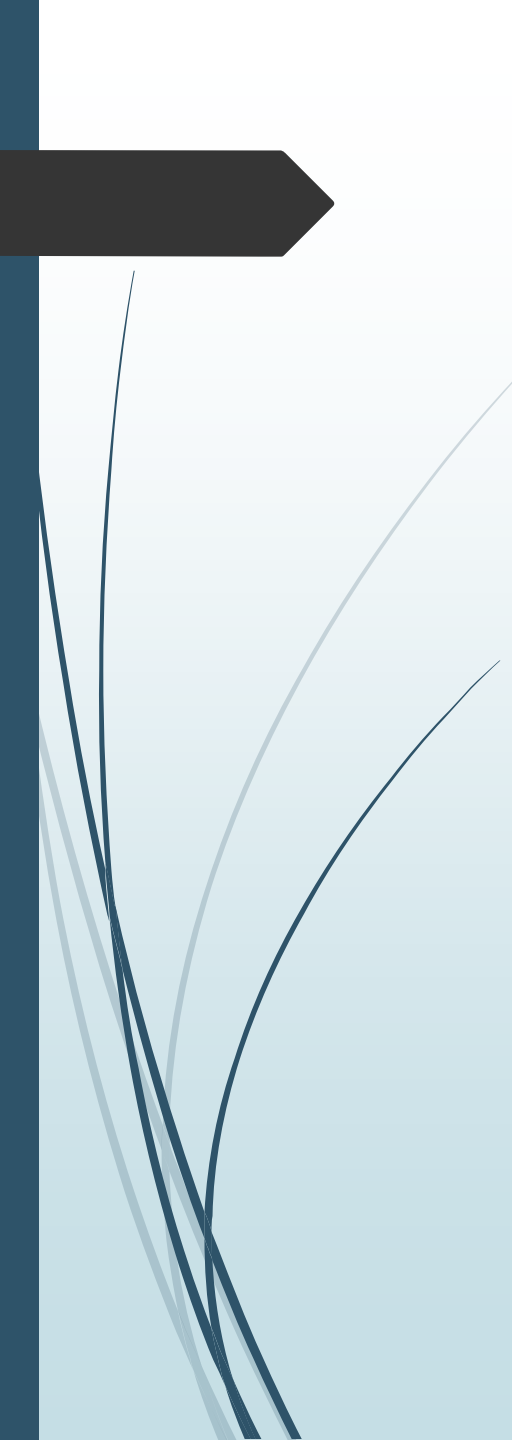
Dane statystyczne

- „Na każdą 28-osobową klasę, statystycznie dwie osoby są po próbie samobójczej.....”
 - Codziennie 14 dzieci dzwoni do telefonu zaufania z myślami samobójczymi
 - 19 dzieci mówi o depresji
 - 8 o samookaleczeniach
- Dane Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę



Przed czym lub kim powinniśmy bronić dzieci?

- Najogólniej rzecz ujmując: **przed dorosłymi....**



Mówimy: „chcemy dzieci chronić,
bronić, dbać o ich bezpieczeństwo....”

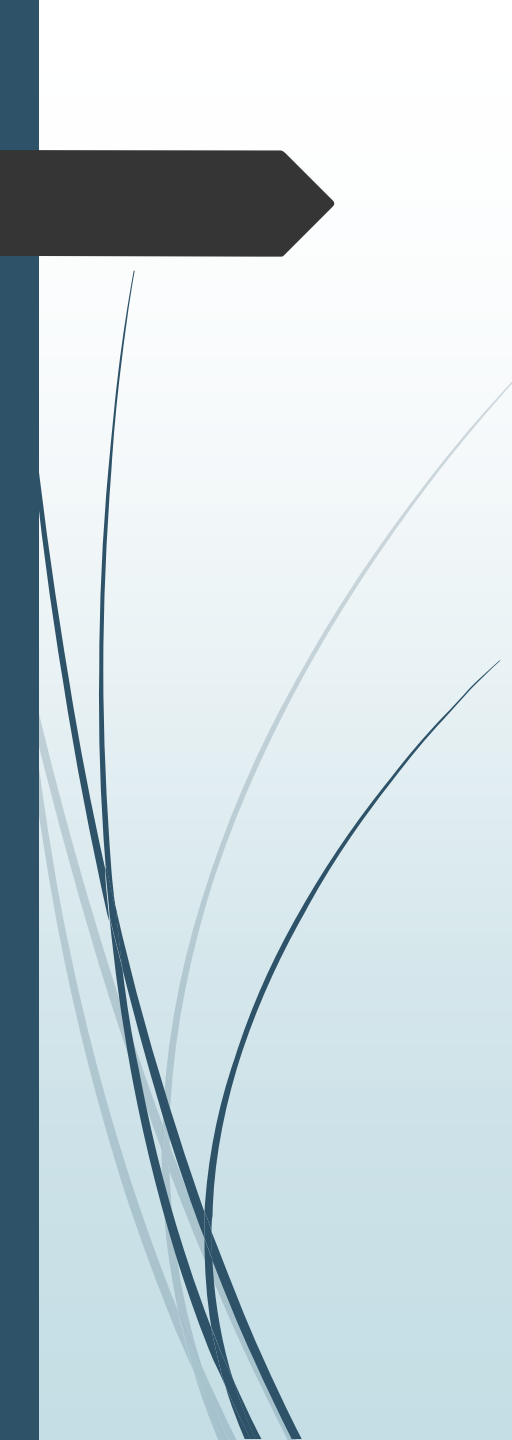
- Ale bardzo rzadko pytamy je same o to,
co to dla nich znaczy
- Co jest dla nich ważne
- Czego tak naprawdę potrzebują.....

„Najbardziej brakuje nam dla dzieci **czasu!!!**”



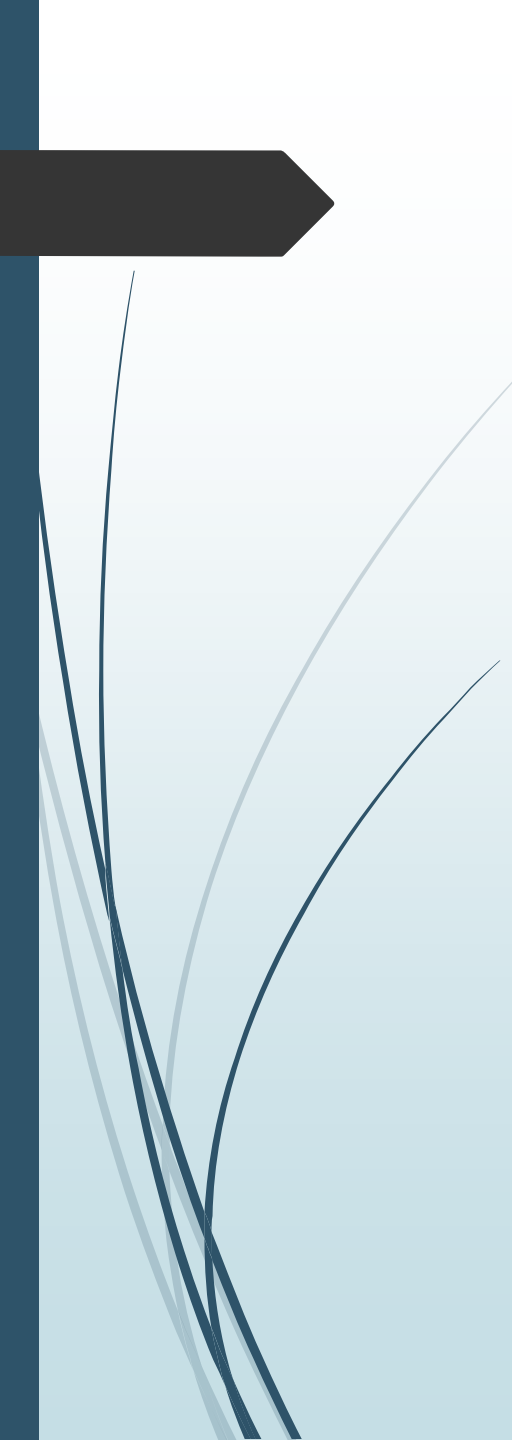
Kiedy mówimy o krzywdzeniu dzieci

- ➡ Nie zawsze chodzi o intencjonalne krzywdzenie dzieci
- ➡ Najczęściej potrzebują pomocy dzieci rodziców, którzy chcą ich dobra.....
- ➡ Jednak postrzegają to dobro inaczej niż samo dziecko
😞😞😞



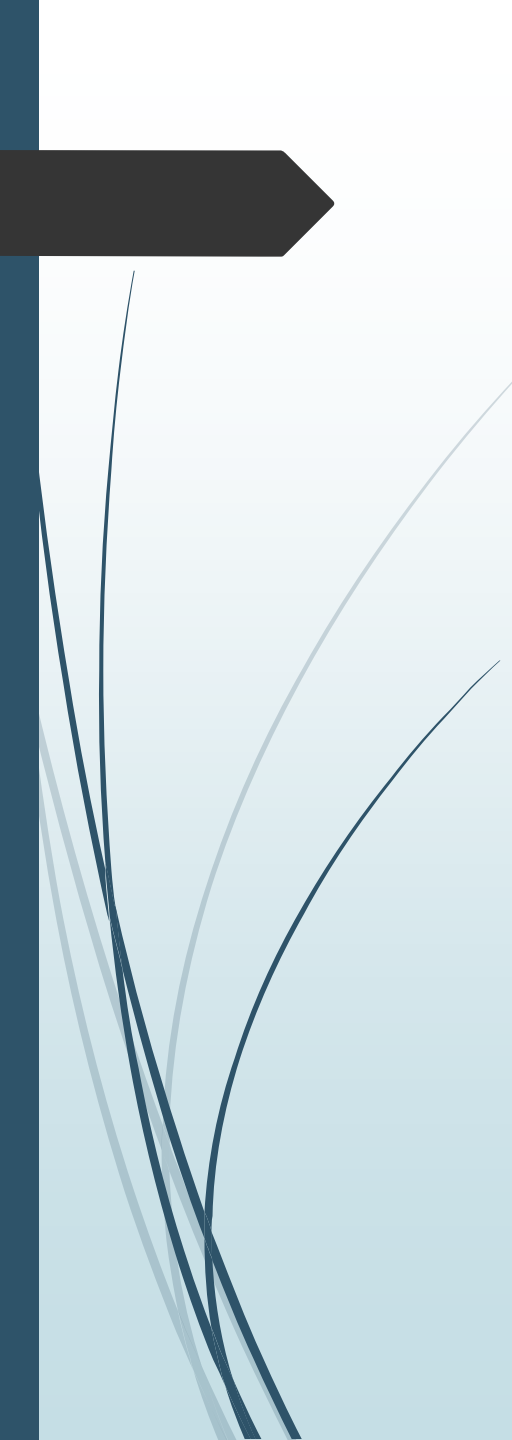
Czy to znaczy, że mamy spełniać zachcianki dzieci?

- **Nie. Rodzic nie jest od spełniania wszystkich oczekiwań dziecka, zwłaszcza jeśli przekraczają określone granice**
- **Nie da się jednak dbać o dziecko, być z nim w kontakcie bez rozmów**



Rodzic robi wszystko by dziecko miało „dobrze”

- Tylko jak definiujemy słowo „dobrze”????
- Gonitwa za tym „dobrze”, może sprawić że nie będziemy mieli najważniejszego- **CZASU**



Bo przecież dziecko ma kolejne zajęcia.....

- **My musimy na nie zarobić....**
- **Jesteśmy przemęczeni, przepracowani, sfrustrowani.....**
- **Dziecko wraca przemęczone, nie jest w stanie się skupić, odespać, więc też się złości i frustruje....**



„Zaczynam zawodzić w szkole.....”

- **Więc dostaję karę....**
- **Dzieci starają się sprostać oczekiwaniom dorosłych**
- **Ale też mają tylko dobę.....**



Czy rodzice tego nie rozumieją?

- Często mówią: poświęciliśmy się dla dzieci, wszystko im zapewniliśmy
- Po kilku latach opowiadają: to wszystko poszło na marne.... Dzieci są niewdzięczne
- A może dzieci są zmęczone?? I nawet już nie chciały rozmawiać????

Bez rozmów

nie zbudujemy więzi, nie przekazemy wartości!!!





I co wtedy?

- Dziecko poczuje się nieważne
- A przecież jest dla rodziców bardzo ważne, tylko czy rodzic to mówi?
- Kiedy ma problem myśli „ Nie powiem rodzicom, bo ich zawiodę, a oni tak się starają. Ja nic nie potrafię, nie chce mi się żyć, nic mi nie wychodzi.....”



Tam gdzie nie ma komunikacji,
dziecko sobie dużo dopowiada.
Potem brnie w problemy, a im dłużej
pozostaje w nich bez wsparcia
rodzica, tym mniejsza szansa, że
sobie z nimi poradzi.

Co dalej?

- Problem kumuluje i ewoluuje
 - Przeciążenie, problemy w relacjach rówieśniczych
 - W efekcie zaburzenia psychiczne
-
- Dzieci mają niskie poczucie własnej wartości, obniżony nastrój, pojawiają się myśli rezygnacyjne, samookaleczenia i myśli samobójcze.



azjatką w Polsce
prześladowana w szkole
traci się

CZY SAMOBÓJSTWO
TO DOBRE
ROZWIĄZANIE?

NIKT MNIE
NIE KOCHA

CZUJĘ SIĘ OBCO

PO CO

JESTEM NIKIM

WŁAŻĄ SIĘ
NIE

WYBUCHAM
ŁACZEM

SIĘ

NIKT MNIE NIE

CZY ŚMIERĆ
BOLI?





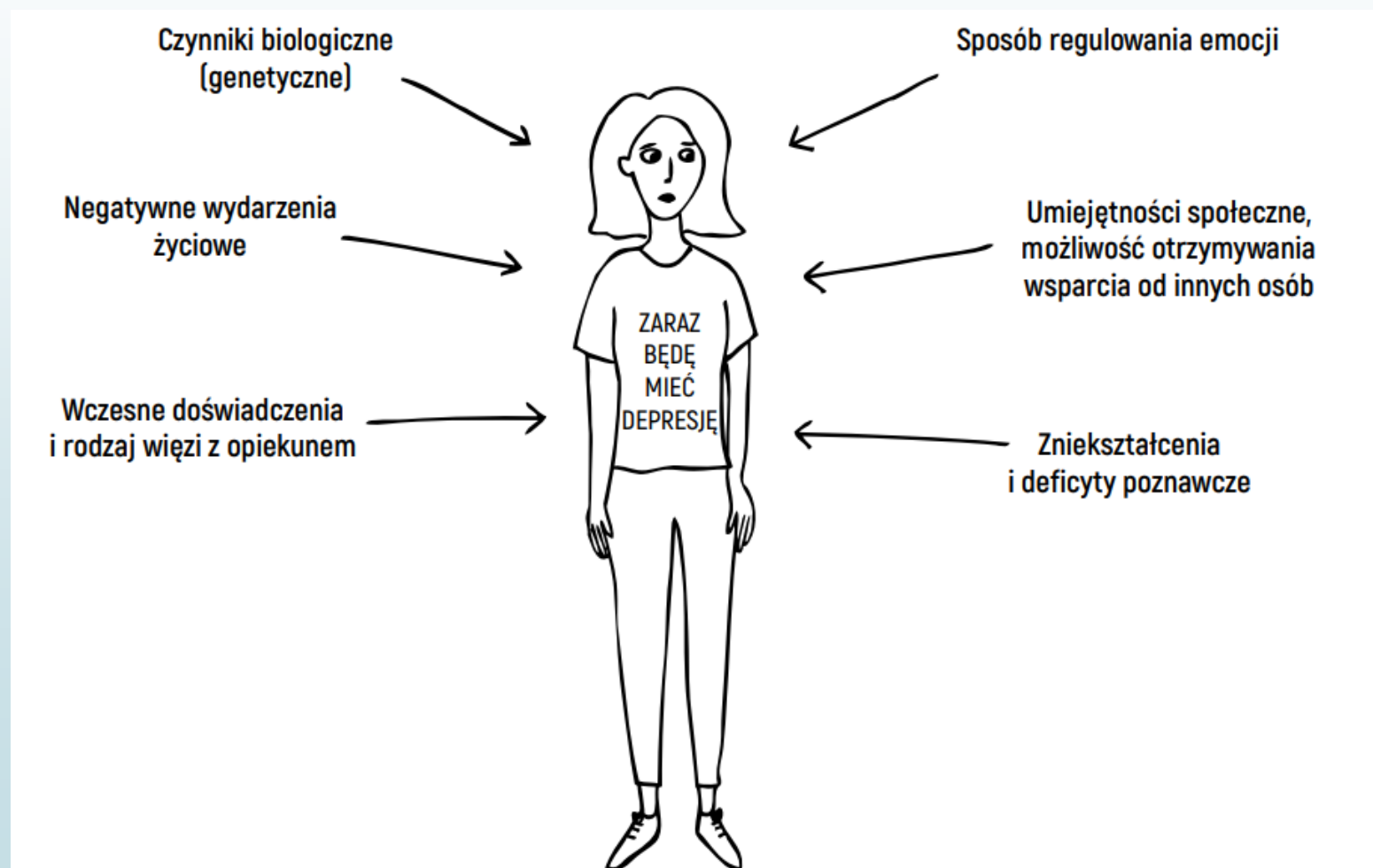
Depresja u dzieci i młodzieży

Objawy kliniczne depresji

- Wygląd i zachowanie
 - Unikanie kontaktu wzrokowego
 - Widoczne zmęczenie na twarzy
 - Ruchy powolne, lub jeśli depresji towarzyszy lęk-nerwowe
- Nastrój
 - Obniżenie nastroju, stan smutku i beznadziejności, apatia lub drażliwość
- Zmęczenie i Wyczerpanie
 - Stałe uczucie ciężkości kończyn oraz częste męczenie się
- Zmniejszenie apetytu i/lub spadek wagi
- Okołodobowe zmiany nastroju
 - Samopoczucie ulega polepszeniu w godzinach wieczornych
- Anhedonia
 - Niemożność odczuwania radości w sytuacjach które wcześniej sprawiały przyjemność (hobby, przyłaciele, etc.)



Czynniki sprzyjające rozwojowi choroby





Kiedy do specjalisty?

- **Opór przed stereotypami- nastawienie na idealną rodzinę, poczucie winy rodzica**
- **Dawanie rad: „weź się w garść”, „masz zły dzień”, „bądź bardziej towarzyska”**
- **Może on manipuluje, zwodzi?**
- **Samo dziecko zamyka się w pokoju, bo rodzice mają problemy?**

Gdy ktoś z twoich bliskich cierpi na depresję

Nie mów:

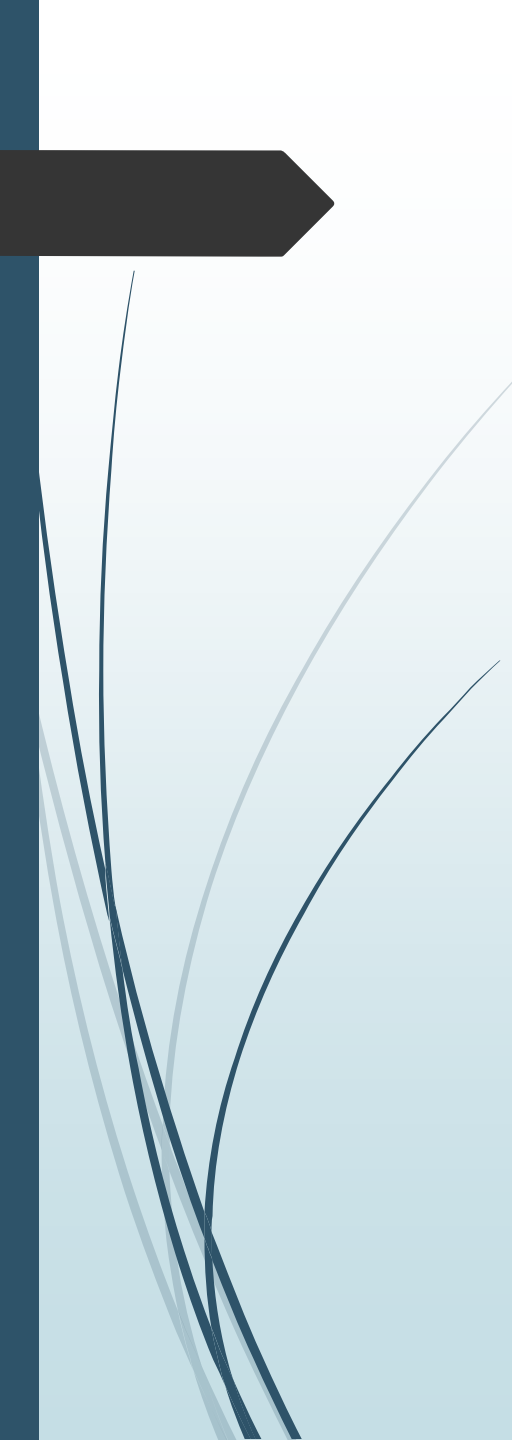


- * Ogarnij się!
- * Przesadzasz...
- * Przestań się użalać!
- * Uśmiechnij się
- * Inni mają gorzej
- * Jutro będzie lepiej
- * Wyjdź do ludzi, rusz się...
- * To przez lenistwo!
- * Wmawiasz sobie...
- * Daj spokój !
- * Mam cię dosyć i tego marudzenia!

Powiedz:



- * Jestem z Tobą
- * Widzę, że bardzo cierpisz...
- * Jak mogę Ci pomóc?
- * Nie wiem co czujesz, ale szanuję to...
- * Nie zostawię Cię
- * Zaufaj mi, chcę ci pomóc
- * Nie poddawaj się, wyjdiesz z tego
- * Jesteś dla mnie bardzo ważny/a
- * Koniecznie idź do specjalisty!



Terapia dzieci

- **Terapia systemowa!!!**
- **Zmiana choć pożądana, wywołuje napięcie. Dziecko boi się zaryzykować, zaufać**

Dziękuję za uwagę

