

Dziecko w kryzysie



Autor: VIAFILMS/GETTY

IMAGES

Co 8. dziecko w Polsce w wieku 7–17 lat doświadczyło zaburzeń psychicznych. To zatrważające dane. Eksperci mówią o brakach w systemie opieki, ale podkreślają też narastające problemy w rodzinie.

Codziennosc pokazuje, że dzieci zmagających się z zaburzeniami psychicznymi jest coraz więcej. Wśród nich są: nerwice szkolne, zaburzenia zachowania, lękowe, zespoły nadpobudliwości ruchowej, depresje, rosnąca liczba samobójstw i samookaleczeń.

W Polsce specjalistycznej pomocy psychologicznej i psychiatrycznej potrzebuje aż 630 tys. dzieci. Dlaczego ta liczba rośnie?

Odpowiedź na to pytanie, jak mówi **dr Agnieszka Kałwa**, psycholog kliniczny, nie jest prosta. – Pojawiło się wiele sytuacji nieprzewidywanych, jak pandemia czy wojna w Ukrainie, które mają wpływ na samopoczucie całego społeczeństwa. Dotykają w dużym stopniu również dzieci. Te zmiany nakładają się na już wcześniej istniejącą w stopniu alarmującym sytuację w kwestii problemów samobójczych dzieci i młodzieży – podkreśla specjalistka.

Dr Zofia Łysiak, dyrektor ds. medycznych w Mazowieckim Centrum Neuropsychiatrii podkreśla, że pandemia była wyzwaniem i jeszcze bardziej uwypukliła nasilające się z roku na rok problemy związane ze zdrowiem psychicznym dzieci i młodzieży.

Z taką opinią zgadza się też **dr Katarzyna Godlewska**, psychiatra z Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii (spółka samorządu Mazowsza). – Pandemia COVID-19 i związany z nią lockdown przelały czarę goryczy. Zamknięcie w domu, przebywanie w środowisku nie zawsze dla siebie korzystnym nasilało konflikty, ale pokazało też deficyty w relacjach z rodzicami. Źródła problemu w wielu przypadkach należy szukać w nieprawidłowych relacjach na płaszczyźnie rodzic–dziecko – zaznacza ekspertka. Dodaje, że często słyszy od rodziców pacjentów: „oddałem dziecko, a odbieram nienaprawione”. – To, że dziecko trafiło na oddział, ma ciąg przyczynowo-skutkowy. Rodzice chcą naprawiać dziecko, ale już nie są zainteresowani współpracą w uzdrowieniu relacji ani zmodyfikowaniem swojego sposobu myślenia. Myślą też, że tabletki załatwi wszystko – zaznacza.

Nieperfekcyjne dziecko?

Przemoc w rodzinie, zbyt wygórowane wymagania stawiane przez rodziców, kłopoty w relacjach rówieśniczych, w szkole – problemy, z jakimi mierzy się młodzież, można wyliczać bez końca. Dzieci często wychowywane są w duchu rywalizacji, z ogromną presją bycia doskonałym, najlepszym we wszystkim. – A tak się nie da. Presja, jaką rodzice często wywierają na dzieci jest tak ogromna, że powoduje u nich wiele problemów zaburzających prawidłowy rozwój. Jeśli dziecko słyszy, że nie jest wystarczająco dobre, pracowite, mądre itp. to nie będzie też umiało w zdrowy sposób reagować na ewentualne potknięcia czy porażki, które są wpisane w realne życie – tłumaczy dr Zofia Łysiak.

- O tym, że trzeba przede wszystkim znać dobrze swoje dziecko, jego realne możliwości i mieć wymagania niejako szyte na miarę – mówi psychiatra dr Katarzyna Godlewska. – W życiowym chaosie dzieci są często samotne, nierozumiane, bez poczucia, że mają prawo do emocji. – Są ciągle karcone za bycie nieperfekcyjnymi – zaznacza. – Każde dziecko wyraża emocje na swój sposób. Czuje się bezpiecznie, kiedy może o nich porozmawiać we wspierającym środowisku, kiedy nie jest oceniane ani wyśmiewane, a jego problemy nie są bagatelizowane.

Lekarka tłumaczy, że kiedy w dziecku narasta poczucie osamotnienia, trudne emocje się kumulują, szuka sposobów, aby dać im ujście m.in. poprzez samookaleczenie. Z danych Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę wynika, że w ub.r. takie działania były udziałem ponad 3200 młodych osób.

Rzeczywistość, w jakiej funkcjonują dzisiejsi nastolatki, diametralnie różni się od tej sprzed kilkadziesiąt lat. Rodzice zgodnie podkreślają, że jest trudniej. – Dziś młodzież funkcjonuje w mediach społecznościowych. Sieć daje anonimowość, więc łatwiej jest oceniać i krytykować kogoś, nie zdradzając tożsamości. Nie da się uchronić przed wszystkimi negatywnymi skutkami, ale warto rozmawiać i wyjaśniać. Czyja w tym rola? Myślę, że nas, dorosłych – rodziców, wychowawców, specjalistów – mówi **Monika z Warszawy**, mama licealistki.

Emocje okiełznane

O tym, że należy rozmawiać o emocjach, o tych dobrych i złych, podkreśla również **Teresa ze stolicy**, mama szesnastoletnich bliźniaków. – Ciągłe się uczyć, jak rozmawiać z moimi dziećmi na kolejnych etapach ich dorostania. Nie ma sensu udawać, że wiemy wszystko tylko dlatego, że jesteśmy dorośli – zaznacza.

W razie potrzeby sięga po wartościową tematyczną literaturę albo korzysta z treści online.

– W sieci dostępne są strony internetowe, gdzie specjaliści – bardzo przystępnym językiem – wyjaśniają, podpowiadają, jak postępować z dzieckiem.

Ale, jak deklaruje, kiedy okaże się, że zwyczajnie nie radzi sobie z zagadnieniem, poprosi o pomoc specjalistę – czyli psychologa lub psychiatrę.

Czeka każdy!

Tymczasem nadal brakuje psychiatrów dziecięcych. System jest zatkany, a kolejka oczekujących długa.

Jak mówią rodzice, dostanie się do psychiatry dziecięcego graniczy z cudem. – I to bez względu na status społeczny i zasobność portfela, bo kolejki są zarówno do specjalistów przyjmujących w ramach NFZ, jak i prywatnie – mówi **Urszula z Legionowa**, mama nastolatki ze spektrum autyzmu.

Zatem gdzie udać się po pomoc? – Łatwiej zgłosić się do psychologa lub terapeuty, niż do psychiatry – zauważa dr Agnieszka Kałwa. Jak dodaje, dzięki reformie psychiatrii dzieci i młodzieży działają nowe placówki – ośrodki na tzw. I poziomie referencyjnym, zapewniające dzieciom i młodzieży konsultację i pomoc terapeutyczną w ramach NFZ. –

Otwierane są też ośrodki na II poziomie, zatrudniające dodatkowo lekarza psychiatrę. Informacje te są dostępne na stronach NFZ – mówi dr Agnieszka Kałwa. Zaznacza jednak, że brakuje platformy informacyjnej, która umożliwiałaby znalezienie pełnej informacji na temat oferty dostępnych (odpłatnie i nieodpłatnie) form pomocy terapeutycznej na Mazowszu.

Dr Katarzyna Godlewska, która kieruje Oddziałem Psychiatrycznym dla młodzieży w Mazowieckim Centrum Neuropsychiatrii wskazuje jednak na braki w reformowanym systemie.

– Zbyt wiele dzieci pozostawionych jest samym sobie. Nasz oddział jest przepełniony. Na 35 łózek mamy ponad 70 młodych pacjentów. Na oddział szpitalny młodzież powinna trafiać na końcu drabiny systemu wsparcia. Wygląda więc na to, że pomoc na poziomie środowiskowym nadal kuleje.

Szkolne zawirowania

Zdaniem dr Katarzyny Godlewskiej, poziom profilaktyki w obszarze psychoedukacji w szkołach jest wciąż za niski.

– Zbyt mało mówi się o higienie zdrowia psychicznego, a ono jest równie ważne, jak rozwój fizyczny dzieci i młodzieży. Nie chodzi tu o stricte podręcznikową wiedzę, ale o spotkanie z żywym człowiekiem, omówienie konkretnych przypadków i sposobów radzenia sobie z danym problemem – mówi specjalistka.

Jak podkreślają rodzice, takich spotkań brakuje.

– Szkoła mojej córki uaktywniła się dopiero po sygnale o próbie samobójczej jednego z uczniów oraz po zgłoszeniach rodziców o zastraszaniu w klasie – podkreśla mama nastolatki. – Jeśli coś jest organizowane, to najczęściej z naszej rodzicielskiej inicjatywy i za nasze pieniądze. Zdarza się, że wspólnie z wychowawcą wybieramy specjalistów z zewnątrz, którzy poprowadzą cykl spotkań w formie np. warsztatów psychologicznych. Koszty pokrywane są w ramach klasowej składki – tłumaczy Urszula.

W jednej ze stołecznych szkół za zgodą rodziców specjaliści z Uzdrowiska Konstancin-Zdrój przeprowadzają badania przesiewowe uczniów pod kątem zaburzeń depresyjnych (finansowane z budżetu województwa).

– Szkoda, że musiało dojść do tragedii, żeby zaczęto działać. Takie badania powinny być standardowo przeprowadzane w każdej szkole – zaznacza jeden z rodziców.

Nauczyciele mają problem z dostrzeżeniem sygnałów ostrzegawczych.

– Tym bardziej, że dziecko z myślami samobójczymi czy depresją próbuje się kamuflować – podkreśla Anna. I dodaje: – Dostrzeżenie problemu wymaga nie lada wyczucia, doświadczenia i uważności. Skoro rodzice w domu często nie dostrzegają problemu, jak mają zrobić to nauczyciele w szkolnym tłumie?

Artur z Zielonki, rodzic czternastolatka wskazuje na inny problem.

– Odwiedzenie gabinetu pedagoga szkolnego czy psychologa było kiedyś pewną sensacją. Wydaje mi się, że dziś także z tego powodu wiele dzieci potrzebujących pomocy specjalisty będzie się przed nią bronić i zostaną same z własnymi problemami.

– Dziecko bez możliwości odbijania się w lustrze osób dorosłych nie ma szans na prawidłowy rozwój, a potem funkcjonowanie jako osoba dorosła – podkreśla psychiatra dr Katarzyna Godlewska.

Samorząd pomaga!

Samorząd Mazowsza od lat wspiera działania związane z ochroną zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, inwestuje w rozwój i modernizację Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii. Zbudował też i wyposażył nowoczesny obiekt przy ul. Koszykowej w Warszawie, w którym od ub.r. w komfortowych warunkach zaangażowane i wykwalifikowane zespoły terapeutyczne gwarantują wysoką jakość diagnozy i najwyższe standardy leczenia pacjentów. Wsparcie wyniosło blisko 27 mln zł. Samorząd Mazowsza zaplanował blisko 8 mln zł na realizację „Programu polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki zaburzeń depresyjnych dla dzieci i młodzieży z województwa mazowieckiego”;

4 mln zł na działania w obszarze psychoedukacji dzieci i młodzieży w latach 2023–2024.

„Wszystko mnie przytłacza, a najbardziej oczekiwania innych osób wobec mnie. (...) Czasem chcę już ze sobą skończyć”.

Chłopak, 18 lat

Dzieci się liczą 2022. Raport o zagrożeniach bezpieczeństwa i rozwoju dzieci w Polsce pod redakcją dr Moniki Sajkowskiej i Renaty Szredzińskiej¹

– Młodzi pacjenci, którzy do nas trafiają są w kryzysie, przygniatają ich problemy, o których nie mają z kim rozmawiać – podkreśla psychiatra dr Katarzyna Godlewska.

– Samorząd Mazowsza jako jeden z pierwszych w kraju opracował i realizuje „Program polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki zaburzeń depresyjnych dla dzieci i młodzieży z województwa mazowieckiego”. Z badań przesiewowych, konsultacji oraz bezpłatnej terapii mogą skorzystać osoby w wieku 12–21 lat. W ostatnich 3 latach realizowaliśmy także kampanię edukacyjną, w ramach której zorganizowano w szkołach m.in. lekcje o depresji. Z zajęć skorzystało ponad 14 tys. dzieci – mówi **Elżbieta Lanc**, członek zarządu województwa mazowieckiego (klub radnych KO).

– Współczesny świat pełen jest zagrożeń czyhających na dzieci i młodzież. Często zmagają się oni z problemami, których, jako rodzice, w dużej mierze nie doświadczyliśmy. My, dorośli powinniśmy zadbać o nasze pociechy, w porę dostrzec ewentualne zagrożenie i odpowiedzieć na nie. Dlatego, jako samorząd województwa od lat wspieramy działania związane z ochroną i promocją zdrowia psychicznego zarówno dzieci, jak i dorosłych Mazowszan. Dofinansowujemy placówki lecznicze, programy oraz zajęcia z edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia psychicznego – mówi **Janina Ewa Orzełowska**, członek zarządu województwa mazowieckiego (klub radnych PSL).

Piotr Kandyba, przewodniczący Komisji Polityki Społecznej i Prorodzinnej (klub radnych KO)

– Dzieci i młodzież coraz częściej doświadczają problemów ze zdrowiem psychicznym. Jako rodzice nie bagatelizujemy objawów. Warto rozmawiać z dzieckiem szczerze i otwarcie o jego emocjach. Młodych ludzi zachęcam też do obejrzenia spektaklu „Pan Niezwykły” pokazującego, w jaki sposób można radzić sobie z wyzwaniami, takimi jak uzależnienia, poczucie osamotnienia czy depresja. Musical zrealizowało Mazowiecki

Michał Stelmański, prezes Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii

– Oddziały psychiatryczne są przepełnione. Interwencji przybywa każdego dnia. A specjalistów w dziedzinie psychiatrii jest jak na lekarstwo. Nasza placówka zatrudnia 37 lekarzy specjalistów psychiatrii, psychiatrii dzieci i młodzieży, ale jest to sytuacja daleka od komfortu. Dlatego priorytetem jest kształcenie młodych kadr. W MCN z powodzeniem prowadzimy szkolenia w ramach umów rezydenckich. W ciągu ostatnich dwóch lat liczba lekarzy rezydentów wzrosła trzykrotnie i obecnie zatrudniamy ich 19. Mogą oni zdobywać doświadczenie pod okiem najlepszych specjalistów i doświadczonych mentorów.

Elżbieta Lanc, członek Zarządu Województwa Mazowieckiego



Fot. arch. UMWM

Janina Ewa Orzełowska, członek Zarządu Województwa Mazowieckiego



Fot. arch. UMWM



[Fot. arch. UMWM](#)



[Fot. arch. UMWM](#)

[Michał Stelmański, prezes Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii w Zagórz](#)



[Fot. arch. UMWM](#)

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie archiwum.mazovia.pl