

Portal Województwa Lubuskiego



Czy wiesz, co czuje twoje dziecko?



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -24 maja 2022 godz. 07:45

Coraz więcej młodych ma problemy psychiczne. Można i trzeba temu zapobiec. W codziennym biegu nie zapomnij o rozmowie - przekonwali specjaliści podczas konferencji „Doceniaj, nie oceniaj”. Spotkanie było swoistym poradnikiem dla dorosłych.

- Dla dorosłego problemem będzie utrata pracy, dla dziecka kłótnia z koleżanką. Oba problemy są tak samo ważne. Rodzic nie dowie się, co siedzi w naszych głowach, jak nie będzie rozmawiał, pytał – mówi **nastoletnia społeczniczka Weronika Snoch**. Na Szpitalny Oddział Ratunkowy gorzowskiej lecznicy trafiają w ostatnim czasie głównie młode, kilkunastoletnie dziewczyny po przedawkowaniu leków. – Ostatnie miesiące to jakiś dramat pod tym względem. Nasi lekarze mówią, że są to bardzo wrażliwe osoby. Kilka razy personel heroicznie walczył o ich życie – opowiada **wiceprezes lecznicy Robert Surowiec**.

Pomóc zrozumieć

Większość problemów wychodzi z domu i polega najczęściej na złej relacji lub braku relacji z rodzicami. Właśnie dlatego naprzeciw oczekiwaniu dorosłych wyszła Fundacja Today Tomorrow Dzisiaj Jutro Razem. Kolejną inicjatywą fundacji była konferencja i warsztaty dla rodziców, nauczycieli oraz opiekunów o tym, jak rozmawiać z własnym dzieckiem.

- Jesteśmy po to, żeby pomóc. Widać co się dzieje w Polsce, co się dzieje w Gorzowie. Młodzieży z problemami przybywa, tymczasem brakuje miejsc profesjonalnego wsparcia. Dzisiejsze spotkanie jest dla rodziców, nauczycieli. Ja też jestem mamą i wiem, że ciężko nam jest słuchać rad innych, którzy mówią nam jak powinniśmy wychowywać nasze dzieci. Jednak dziś coraz częściej w domach jest problem ze zrozumieniem własnych pociech. Tymczasem najważniejsze, co możemy im dać, to nasz czas. Musimy znaleźć chwilę i porozmawiać. Nie oceniać, tylko spytać, jak się czują, co słyszą. My rodzice musimy wciąż nad sobą pracować, a takie spotkania mają nam w tym pomóc. Jest wiele stereotypów, w których żyjemy i to nieświadomie sprzedajemy swoim dzieciom. Jak wyjść z tego świata, stanąć obok i nabrać dystansu? Właśnie o tym dziś rozmawiamy – mówiła w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej w Gorzowie **Marta Krupa, organizatorka konferencji i prezes fundacji**.

Uczestnicy konferencji mogli posłuchać prelekcji znanego **psychoterapeuty Tomasza Zielińskiego**. Jak sam przyznał, nie ma wolnego kwadransa, żeby rodzice w sieci czy dzwoniąc nie pytali o to, jak pomóc dziś dzieciom. – Główna rada, to nie dawać rad. Dziecko musi kroczyć swoją drogą, docenimy chęć podejmowania jej. Sparzy się, trudno. Nie możemy przeżyć życia za swoją pociechę, musimy dać wolność, ale pokazać konsekwencje czynów na przykładach wziętych z życia. Rozmawiamy, nie oceniamy. Pytajmy o to, co czują, a nie dlaczego tak czują, czy dlaczego tak czy owak zrobili. To ma być dialog, nie wypytywanie. Każdy ma swój system wartości, zatem jeśli nasz różni się nieco od tego naszych dzieci, to nie jest powód do dawania rad, choć to ciągle siedzi w naszej głowie – mówił Tomasz Zieliński.

Profesor Bogdan Olechnowicz, psychoterapeuta z Gorzowa dodał także, że dziś w relacjach dziecko-dorosły należałoby odejść od wychowywania w dosłownym tego słowa znaczeniu. – Wiele rzeczy musi być dziś przeddefiniowanych. Powinniśmy walczyć o autentyczną więź z naszym dzieckiem. W pośpiechu i zabezpieczeniu podstawowych dóbr, pilnowaniu planu zajęć i zajęć dodatkowych, możemy to gdzieś zatracić. Można zgubić tego naszego malucha, a odnowić tę relację po latach będzie

już bardzo trudno – mówi B. Olechnowicz.

Łatwo nie jest

Zgromadzeni w ksiąźnicy rodzice, pedagodzy i nauczyciele słuchali z zaciekawieniem i choć teoretycznie to bardzo proste zasady nawiązywania relacji, to jednak w codziennym zabieganiu o tę prawdziwość trudno. – Jako mama, prawnik i radna wojewódzka mam duży przekrój patrząc na problemy psychiczne dzieci i młodzieży. Stykam się z tym na co dzień. Podłoże jest bardzo różne, różne problemy, ale żaden z nich nie jest mniejszy czy większy. Dla dzieci każdy jest istotny i trzeba to zrozumieć. Podłożem dla większości poważnych problemów jest sytuacja w domu, na którą musimy być wyczuleni. Mamy wielki niedosyt, jeśli chodzi o miejsca profesjonalnego wsparcia na północy województwa, najbliższej jest w Szczecinie. Popieram zatem inicjatywę utworzenia dziennego miejsca opieki dla dzieci i młodzieży przy gorzowskim szpitalu – mówi **radna Anna Synowiec**.

– Najwięcej nieudomówień i kłótni dzieje się w domach. Dziś chodzi nam głównie o zrozumienie, jak ważna jest więź dziecko-dorośli. Dla nas bowiem problemy dzieci i młodzieży nie są tak ważne, bagatelizujemy je, nie słyszymy. Oni tymczasem wewnątrz krzyczą o nasz czas. To więcej niż pieniądze. Walczymy też o specjalistyczną pomoc dla młodych tu na miejscu, w Gorzowie Wlkp. – mówi **współorganizatorka konferencji, posłanka Krystyna Sibińska**.

Organizatorzy przekazali kontakty do prelegentów i zapowiadają kolejne tego typu inicjatywy i warsztaty dla dorosłych.

Wydarzenie było współfinansowane z budżetu województwa lubuskiego. Patronatem honorowym objęła je **marszałek Elżbieta Anna Polak**.

W Lubuskiem mamy jeden z najwyższych wskaźników podejmowania prób samobójczych przez dzieci i młodzież. Trwają starania o utworzenie dla nich w Gorzowie Centrum Zdrowia Psychicznego. Obecnie w Ministerstwie Zdrowia trwają prace nad zmianą wyceny świadczeń psychiatrycznych. Po ich zakończeniu NFZ będzie ogłaszał konkursy w regionach na te usługi.