Co robić gdy dziecko przechodzi kryzys psychiczny?

"Bądźcie uważni na potrzeby swoich dzieci" Co robić, gdy dziecko przechodzi kryzys psychiczny?

Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży jest tematem, który wymaga szczególnej uwagi i zaangażowania nas wszystkich. W 2023 roku ze świadczeń opieki psychiatrycznej skorzystało ponad 279 tysięcy osób poniżej 18 roku życia – to **wzrost o 134%** w porównaniu do 2019 roku (119 tyś.). Co więcej, **nakłady na świadczenia psychiatryczne wzrosły do ponad 1,002 mld zł, czyli aż o 287,4%**, co pokazuje skalę problemu.

Ekstremalne zjawiska, takie jak intensywne opady deszczu, które prowadzą do powodzi to dramaty, które mogą dodatkowo wpływać na psychikę dzieci i młodzieży, zwiększając stres i poczucie niepewności. Warto zwrócić szczególną uwagę na ich stan emocjonalny w tym trudnym czasie.

- Zacznę od bardzo ważnego komunikatu do dorosłych: bądźcie uważni na potrzeby swoich dzieci i dbajcie o relacje z najbliższymi, bo jeśli nie ma tego fundamentu, to niestety trudno będzie zauważyć alarmujące często sygnały, jeśli chodzi o zdrowie i funkcjonowanie dziecka – mówi **dr n. med. Aleksandra Lewandowska.**

Narodowy Fundusz Zdrowia, aby wesprzeć rodziców, opiekunów, nauczycieli i inne osoby zajmujące się dziećmi w rozpoznawaniu objawów kryzysu psychicznego u młodych osób, przygotował nowe materiały edukacyjne.

Nowy film na YouTube: „Co robić, gdy dziecko przechodzi kryzys psychiczny?"

W najnowszym filmie na kanale YouTube Akademia NFZ, dr n. med. Aleksandra Lewandowska, konsultant krajowa w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży, dzieli się praktycznymi wskazówkami, jak rozpoznać kryzys psychiczny i jak skutecznie pomóc swojemu dziecku.

Film odpowiada na kluczowe pytania:

- Jak odróżnić kryzys psychiczny od typowych zachowań w okresie dojrzewania?
- Kiedy i gdzie szukać pomocy specjalistycznej?
- Na czym polega pomoc w „czterech zetkach"?
- Jak budować zdrowe relacje z dzieckiem, aby wspierać jego zdrowie psychiczne?

Zobacz film: Co robić, gdy dziecko przechodzi kryzys psychiczny?

Gdzie szukać pomocy?
Pomoc psychiatryczna dla dzieci i młodzieży jest realizowana na trzech poziomach:

1. **I poziom:** Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej – pierwsza linia wsparcia dla dzieci i rodziców.
2. **II poziom:** Opieka dzienna lub ambulatoryjna w oddziałach dziennych lub poradniach zdrowia psychicznego.
3. **III poziom:** Opieka szpitalna w stacjonarnych oddziałach psychiatrycznych.

Nie potrzebujesz skierowania!

Znajdź placówkę najbliżej Ciebie:

Sprawdź interaktywną mapę ośrodków pomocy psychologicznej i psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży: Mapa placówek

Pomóż nam szerzyć świadomość!

Zachęcamy do udostępniania filmu . Wspólnie możemy zwiększyć wiedzę na temat zdrowia psychicznego dzieci i pomóc w walce z kryzysami psychicznymi wśród dzieci i młodzieży.

Dziękujemy za wsparcie i zaangażowanie. Zdrowie dzieci, to nasza wspólna sprawa!

Dodatkowo:

Wiele informacji o rozpoznawaniu kryzysów i dostępnych formach pomocy znajdą Państwo również w naszym Poradniku Pacjenta Jak pomóc dziecku w kryzysie psychicznym, dostępnym na stronie NFZ.

