

Kryzys psychiczny dzieci i młodzieży

Zaburzenia psychiczne dzieci i młodzieży to coraz częstszy problem zdrowotny. Objawy powodują obniżenie komfortu życia, często utratę sensu życia, ale także prowadzą do kroków desperackich czy samobójstw, ponieważ przy braku wsparcia i pomocy młody człowiek może uznać swoją sytuację za beznadziejną.

W Polsce odsetek dzieci i młodzieży wykazujących zaburzenia psychiczne wymagające profesjonalnej opieki wynosi 9%, co oznacza konieczność zapewnienia opieki dla ok. 630 tys. osób poniżej 18. roku życia. W 2015 roku korzystało z takiej opieki 143 tys. osób. Pod względem liczby samobójstw dzieci i młodzieży poniżej 19. roku życia Polska w 2014 roku znajdowała się na drugim miejscu w Europie. Zgodnie z badaniem Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), czynnikiem zmniejszającym ryzyko zaburzeń psychicznych i zwiększającym odporność psychiczną jest wsparcie ze strony rodziny.

Rodzina i rodzice są podstawowym środowiskiem wychowawczym dziecka i wywierają bezpośredni wpływ na kształtowanie się jego osobowości, powinna pojawiać się przy tym w rodzicach naturalna chęć i potrzeba podejmowania działań, które będą pielęgnować i podtrzymywać przyjacielskie i serdeczne relacje z własnymi dziećmi. Rodzice odgrywają ogromną rolę jako osoby wspierające swoje dzieci, pozwalające im przy tym realizować własne cele, plany i marzenia. Taka postawa najbliższych oraz odpowiednio szybka reakcja w momencie wystąpienia niepokojących sygnałów, może przyczynić się do zmniejszenia odsetka dzieci potrzebujących wsparcia psychicznego ze strony specjalistów.

Źródło:

Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu, 2019, Tom 25, Nr 1

Poniżej znajdują się linki oraz numery infolinii do miejsc w których można znaleźć pomoc psychologiczną:

<https://www.psychologowie-dla-spoleszenstwa.pl/>

<http://www.psychologia.edu.pl/kryzysy-osobiste/telefon-kryzysowy-116123.html>

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka:

- **Tel.: 800 121 212**
- <https://brpd.gov.pl/sos-czat/> - czat internetowy
- <https://brpd.gov.pl/2020/12/07/startuje-calodobowy-dzieciecy-telefon-zaufania-iczat-internetowy/>

Infolinia wsparcia psychicznego w ramach Telefonicznej Informacji Pacjenta NFZ:

- **Tel.: 800 190 590**

Telefon zaufania dla osób w kryzysie psychicznym prowadzony w ramach Narodowego Programu Zdrowia przez Fundację ITAKA:

- **Tel.: 800 702 222**
- <https://liniawsparcia.pl/centrum-wsparcia/>

Infolinia dla dzieci i młodzieży, rodziców oraz nauczycieli prowadzona w ramach Narodowego Programu Zdrowia przez Fundację ITAKA:

- **Tel.: 800 080 222**
- <http://www.liniadzieciom.pl/>

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę:

- **Tel. 116 111**
- <https://116111.pl/>

Telefon dla rodziców i profesjonalistów w sprawie bezpieczeństwa dzieci prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę:

- **Tel.: 800 100 100**
- <https://800100100.pl/>