

Proponowanie pomocy i konsultacja

Poznaj obawy dziecka i przygotuj możliwy do wykonania pierwszy krok.

KRÓTKO O UMIEJĘTNOŚCI

Wyjaśnij, jakie zmiany skłaniają cię do szukania wsparcia. Konsultacja ma pomóc zrozumieć potrzeby; nie przedstawiaj jej jako kary ani sposobu naprawienia dziecka.

Sprawdź, co budzi obawę. Daj wpływ na organizację tam, gdzie to rzeczywiście możliwe. Przed obiecaniem osobnej rozmowy albo określonych zasad prywatności ustal przebieg wizyty z placówką.

1 „NIE CHCĘ OPOWIADAĆ OBCEJ OSOBIE”

Dziecko ma od dłuższego czasu trudności ze snem i chodzeniem do szkoły. Po propozycji konsultacji mówi: „Nie chcę opowiadać obcej osobie całego życia”.

O co zapytasz, żeby lepiej poznać tę obawę?

Jak wyjaśnisz cel pierwszego spotkania bez obietnicy, że będzie łatwe?

2 „ON POTEM POWIE CI WSZYSTKO”

Napisz odpowiedź. Co trzeba wyjaśnić ze specjalistą przed rozmową?

Jakie dwie realne możliwości organizacji spotkania możesz sprawdzić?

Najpierw zapisz własną odpowiedź. Przykłady i omówienie znajdziesz na stronie 3. Nie ma jednego zdania, które pasuje do każdej sytuacji.

Informacje i pytania przed konsultacją

Wystarczy krótkie notatki. Ich przygotowanie nie powinno opóźniać potrzebnej pomocy.

3 UPORZĄDKUJ INFORMACJE

Co się zmieniło względem wcześniejszego funkcjonowania i od kiedy?

Jak wpływa na codzienne życie? Podaj konkretne przykłady.

Co mówi dziecko, a co obserwuję ja lub zgłasza szkoła? Zaznacz źródło.

Co już zrobiliśmy? Jaki był efekt? Jakie informacje o zdrowiu i leczeniu są ważne?

Jakie informacje o bezpieczeństwie trzeba przekazać na początku kontaktu?

4 ZAPYTAJ PLACÓWKĘ

Sprawdź: kto uczestniczy w pierwszym spotkaniu, zasady zgody i prywatności, dostępność terminu oraz sposób kontaktu przy pogorszeniu. Przy rejestracji opisz pilność sytuacji.

Moje dwa najważniejsze pytania do placówki lub specjalisty

W nagłym zagrożeniu życia lub zdrowia dzwoń pod 112 lub 999. Nie odkładaj działania do czasu wypełnienia karty.

Od obawy do konkretnego działania

Nie trzeba mieć wszystkich odpowiedzi, żeby zacząć szukać wsparcia.

1 OBAWA PRZED PIERWSZYM SPOTKANIEM

„Co w takiej rozmowie byłoby dla Ciebie najtrudniejsze?”. Po wysłuchaniu: „Sprawdźmy, jak wygląda pierwsze spotkanie. Nie oczekuję, że od razu opowiesz wszystko”.

Zapytaj, czy chodzi o ocenę, brak zaufania, nieznany przebieg wizyty czy inne doświadczenie. Nie zapewnij z góry, że nie ma się czego obawiać.

2 PRYWATNOŚĆ I ODMOWA

„Zapytajmy specjalistę, jakie informacje przekazuje rodzicom, co pozostaje w rozmowie i jak postępuje przy obawie o bezpieczeństwo”. Nie obiecuj ani pełnej tajemnicy, ani dostępu do każdej wypowiedzi dziecka.

Jeżeli dziecko nadal odmawia, rodzic może sam skonsultować obserwacje i dalsze postępowanie. Przy poważnej obawie o bezpieczeństwo organizuje pilną pomoc; nie czeka wyłącznie na zgodę na rozmowę.

3 GDZIE MOŻNA ZACZAĆ?

Możesz skontaktować się z psychologiem szkolnym, poradnią psychologiczno-pedagogiczną lub lekarzem POZ/pediatrą. Przy utrzymujących się trudnościach szukaj odpowiedniej opieki specjalistycznej.

W NFZ ośrodek I poziomu oferuje pomoc psychologiczną i psychoterapeutyczną, a poradnia II poziomu także psychiatryczną. Do tych świadczeń ambulatoryjnych dla dzieci i młodzieży nie jest wymagane skierowanie. Tryb przyjęcia do szpitala jest odrębny.

Placówki: pacjent.gov.pl lub Telefoniczna Informacja Pacjenta **800 190 590**. W nagłym zagrożeniu: **112 lub 999**, zamiast czekania na zwykłą wizytę.

MÓJ PIERWSZY KROK

Z kim się skontaktuję i kiedy?