



Education and Culture DG

Lifelong Learning Programme

Module 1: “BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL”

Amikor a szülőnek mentális problémái vannak

Adaptálva a KIDS STRENGTHS nemzetközi
projekt keretében 2010 március



www.strong-kids.eu

Az Európai Bizottság támogatást nyújtott ennek a projektnek a költségeihez.

Ez a kiadvány (közlemény) a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bármilyen felhasználásért.

TARTALOMJEGYZÉK¹

I. "BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL" – TÖRTÉNET, HÁTTÉR ÉS AZ ÚJ MEGKÖZELÍTÉS ALAPELVEI.....	4
1. BEVEZETÉS	4
2. A "HATÉKONY CSALÁD PROJEKT"	4
3. A GYERMEKEK FEJLŐDÉSÉNEK TÁMOGATÁSA ÉS A ZAVAROK MEGELŐZÉSE	5
4. A SZÜLŐK MENTÁLIS PROBLÉMÁINAK RÖVID ÁTTEKINTÉSE ÉS AZOK HATÁSA A GYERMEKEKRE	5
5. A GYERMEKEKET TÁMOGATÓ TÉNYEZŐK	6
5.1 <i>A megértés fontossága</i>	6
5.2 <i>A szakemberektől elvárt megértés</i>	7
6. A GYERMEKEK FEJLŐDÉSÉNEK TÁMOGATÁSA	8
7. PREVENCIÓS ÉS MENTÁLHIGIÉNIAI GONDOZÓ SZOLGÁLTATÁSOK	9
8. A SZÜLŐ ELFOGADÁSA	9
9. TOVÁBBI TÁMOGATÁSOK ÉS SZOLGÁLTATÁSOK IGÉNYE: "A HATÉKONY CSALÁDI HÁLÓZAT TALÁLKOZÓ"	10
9.1 <i>Hálózati találkozók</i>	10
9.2 <i>A gyermek azonnali gyermekvédelmi ellátásának igénye</i>	11
9.3 <i>Nem együttműködő szülők</i>	11
II. HOGYAN BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKEL A MENTÁLIS PROBLÉMÁKRÓL A SZÜLŐKET TÁMOGATVA?.....	11
1. ALAPSZABÁLYOK	11
2. FONTOS TÉMÁK A BESZÉLGETÉSEKHEZ	12
2.1 <i>A szülők problémáinak nem a gyermekek az okai</i>	12
2.2 <i>A szülők gondoskodnak magukról</i>	12
2.3 <i>Háztartási teendők</i>	13
2.4 <i>Ha a szülő hamar ingerültté válik és esetleg erőszakos</i>	13
2.5 <i>Válás és öngyilkosság – a gyermekek legnagyobb félelmei</i>	14
2.6 <i>A gyermek kapcsolatai másokkal</i>	15
3. KÖVETKEZTETÉSEK	15
III A "BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL" MÓDSZER.....	17
1. CÉL	17
2. STRUKTÚRÁLT, DE RUGALMAS MÓDSZER	17
3. A "BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL" MEGBESZÉLÉSEK TARTALMA	18
4. A "BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL" BESZÉLGETÉS SZERKEZETÉNEK ÁTTEKINTÉSE	19
4.1 <i>A bevezető beszélgetés</i>	19
4.2 <i>Első beszélgetés</i>	20
4.3 <i>Második beszélgetés</i>	20
4.4 <i>A "Hatékony Családi Hálózat Találkozó"</i>	20
5. A RENDELKEZÉSRE ÁLLÓ ESZKÖZÖK	21
5.1 <i>Szakértelem átadása a szülőknek</i>	21
5.2 <i>Ismeretterjesztő anyagok a szülőknek</i>	22
5.3 <i>A beszélgetés helyes mederben tartása</i>	22
5.4 <i>A beszélgetés megfelelő irányba terelése</i>	23
6. FELJEGYZÉSEK KÉSZÍTÉSE A GYERMEK HELYZETÉRŐL ÉS FEJLŐDÉSÉRŐL	23
7. LEZÁRÁSI FOLYAMAT	24
8. A NAPLÓ HASZNÁLATA	25
9. VISSZACSATOLÁS!	25

¹ Fordította és a magyarországi viszonylatokra adaptálta: Glauber Anna és F. Lassú Zsuzsa

10. KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS	26
V. IRODALMAK	26
VI. " BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL"- NAPLÓ	28
1. BEVEZETŐ BESZÉLGETÉS: A MÓDSZER BEMUTATÁSA	28
2. ELSŐ MEGBESZÉLÉS	30
3. MÁSODIK MEGBESZÉLÉS	31
4. FELJEGYZÉSEK A GYERMEK HELYZETÉRŐL KÜLÖNBÖZŐ ÉLETKORI SZAKASZAIBAN	34
4.1 <i>TERHESSÉG</i>	34
4.2 <i>CSECSEMŐK ÉS KISGYERMEKEK (0-3 év között)</i>	36
4.3 <i>ÓVODÁSKOR (3-6 év)</i>	39
4.4 <i>ISKOLÁSKOR A SERDÜLŐKORIG (7-12 ÉV)</i>	42
4.5. <i>SERDÜLŐKOR (13-18 év)</i>	45

I. “BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL” – TÖRTÉNET, HÁTTÉR ÉS AZ ÚJ MEGKÖZELÍTÉS ALAPELVEI

1. Bevezetés

A mentális problémák gyermeknevelésre és gyerekekre irányuló hatásának felismerése, valamint azon módszerek ismerete, melyek lehetővé teszik a szülők számára gyermekeik fejlődésének támogatását, hozta létre a “Beszéljünk a gyermekekről” című modul törzsanyagát. A mentális problémával rendelkező szülők gyermekeinél fennáll a veszély, hogy a gyermekeknél szintén mentális problémák alakulnak ki. De a helyzet nem reménytelen, mivel megvannak az eszközök, amelyekkel a szülők segíthetik gyermekeiket és megelőzhetik a későbbi problémákat.

A “Beszéljünk a gyermekekről” modellt elsősorban azért fejlesztették ki, hogy a mentális egészségi problémákkal küzdő betegekkel foglalkozó egészségügyi ellátó rendszer szakemberei számára eszközt nyújtsanak. A módszer alkalmazható a kezelés bármely formájában (járóbeteg szakrendelés, kórházi kezelés, alapellátás, pszichiátriai gondozás), a szakellátásban dolgozók felkészítésében és az orvosi szakképzésben. Semmilyen terapeutai gyakorlat nem szükséges a módszer bevezetéséhez, azt az egészségügyi szakembereken túl a szociális és nevelési területen dolgozók is alkalmazhatják.

A “Beszéljünk a gyermekekről” modell célja, hogy a gyermekekről és a szülői nevelésről való beszélgetést a gyógyítási folyamat természetes részévé tegye. Ideális esetben a bevezető alkalom után bármikor beszélhetnek a szülők és a szakemberek a gyermekeket és a szülői neveléssel kapcsolatos dolgokat érintő kérdésekről, ha meg akarják osztani gondolataikat a pozitív fejlődéssel vagy az esetleges problémás területekkel kapcsolatban.

2. A “Hatékony Család Projekt”

A “Beszéljünk a gyermekekről” modell része a nagyobb “Hatékony Család Projekt”-nek, amely egyike a finn STAKES (Jóllét és Egészség Kutató és Fejlesztő Központ) kutatási, fejlesztési és alkalmazási projektjeinek. A “Hatékony Család Projekt” jól működő módszerek, technikák megismertetésével támogatja a családokat és a mentális problémákkal küzdő férfiak és nők gyermekeit. A módszertár részben magában foglalja a Beardslee Családi Beszélgető Beavatkozás-t (Solantaus és Beardslee, 1966) a “Hatékony Családi Hálózat Találkozó”-t (Väisänen & Niemelä, 2005), és a VERTTI kortárssegítő csoportot a gyerekek és szüleik számára (Söderblom és Inkinen, 2005). Ezek a módszerek az újabb tapasztalatok által gazdagodnak. A Hatékony Család Projekt módszertára családi és gyerekcsoportok tapasztalataira, a családokkal való munkára, a dr William Beardslee által kidolgozott “Családi

Beszélgető Beavatkozás”-ra, valamint a szakterület irodalmára alapozódik. A cél a gyermekek fejlődésének támogatása és a zavarok megelőzése a szülőkkel közösen.

3. A gyermekek fejlődésének támogatása és a zavarok megelőzése

A “Beszéljünk a Gyermekekről” célja a pozitív szülőség és gyermeki fejlődés támogatása, amely az egészségmegőrzés és a zavarok megelőzése részeként fogható fel. Ennek keretében bármilyen azonosítható erősség, lehetőség és védő faktor támogatása fontos. A szakembertől ez a megközelítés új nézőpont elsajátítását követeli. A pszichiátriai betegellátást és gyermekjóléti szolgáltatást végző szakembereket elsősorban arra képezték ki, hogy felfedezzék és meghatározzák a problémákat, ezáltal az erősségek felismerése, fontosságuk megértése kihívást jelenthet számukra, amelyre szintén fel kell készíteni őket.

Az erősségekre irányuló figyelem azonban nem jelenti a problémák semmibe vételét. A család és a gyermekek sérülékenysége nyíltan és egyszersmind érzékenyen, konstruktívan kerül megvitatásra. A cél az, hogy a gyermekek és családjuk sérülékenységének saját ellenőrzés alatt tartásához segítsék és támogassák a szülők törekvéseit abban, hogy stratégiát dolgozzanak ki erőik felhasználásához.

4. A szülők mentális problémáinak rövid áttekintése és azok hatása a gyermekekre

A mentális zavarok megváltoztatják az emberek gondolkozásmódját, cselekedeteit és érzéseit. Ezért ezek a másokkal való interakciókban visszatükröződnek. A családokban a családtagok állandó interakcióban állnak egymással, ezért a szülők mentális egészségi problémái befolyásolják a családtagok közötti kapcsolatokat és a mindennapi családi életet. Ezek a hatások gyakran váratlanok és nehezen érthetők mindkét fél, az érintett szülők és a család többi tagja számára, és így gyakran zavarokhoz és félreértésekhez vezetnek.

Az érintett szülők lehetséges, hogy erőtlenek, sírósak, depressziósak és/vagy ingerlékenyek, zsémbesek és könnyen felidegesíthetők. Lehet, hogy aggódóak, stresszesek, sőt ijedtek, kényszeres viselkedést mutathatnak. pl. kényszeres kézmosás, ajtótokok megérintése, vagy más cselekvéseket ismételnék állandóan. A szülők furcsa dolgokat állíthatnak vagy mások viselkedését tarthatják furcsának. Lehet, hogy egész éjszaka fent vannak, és felkeltik családtagjaikat is, társaságot keresve maguknak. A mentális egészségi problémák befolyásolhatják az egyént abban, hogy empátiát érezzen és mutasson mások iránt, az érintett szülő szörnyű dolgokat mondhat a gyerekeinek, erőszakosan viselkedik, teljesíthetetlen követeléseik vannak a gyermekekkel szemben, és másokat okolhat saját problémáiért. A

gyerekek végül maguk végzik az összes háztartási teendőt és gondoskodnak egymásról. A családi szerepek ilyen változása feszültséget teremthet a testvérek között.

A család minden tagja, és különösen a gyermekek számára nehéz megtudni, hogy a szülő mit gondol, miért más, mint a többiek és hogyan kell vele bánni. A gyermekeknek sok kérdés lehet a fejükben: Mi a baj, az anyukámmal/apukámmal? Miért ilyen az én anyukám/apukám? Lesz még valaha jobban? Miért dühös mindig? Mit tehetek? Ez valami olyan miatt van, amit én tettem? Én is beteg leszek? A családtagok gyakran gondolják, hogy a szülő viselkedése valamiképpen összefügg azzal, amit ők tettek. Ez különösen igaz a gyermekek esetében – gyakran gondolják azt, hogy ők az okai szüleik problémáinak. A gyermekek képe saját magukról, mint olyanokról, akik szeretetre és törődésre érdemesek, sérülhet, a világ és önmaguk megítélése torzulhat.

5. A gyermekeket támogató tényezők

A viszontagságok az élet részei, a szülők mentális egészségi problémái nem ritkák a családokban. Amikor egy család ilyen problémákkal kerül szembe, számos tényező játszhat közre a gyermekek támogatásában. Ezeket védő faktoroknak nevezzük. A szülők mentális egészségi problémáinak megértése és az ebből fakadó, családon belüli nehézségekről való nyílt beszélgetés védő faktorok, a családi kapcsolatokat támogatják. A gyermekek jólléte pedig nagyban függ a családon belüli kapcsolatoktól. Ha a problémákról beszélni lehet, akkor azok meg is oldhatók.

Egy másik fontos védő faktor, ha vannak társas elfoglaltságok – barátok, hobbik stb. – az otthoni környezeten kívül. A barátok, egy óvodai csoporthoz vagy iskolához tartozás érzése és hobbik – mind mind örömforrások, amelyek a gyermekek fejlődését különböző módokon segítik.

5.1 A megértés fontossága

A szülő rendellenességéről kapott információ, a viselkedésváltozás okainak megértése és annak ismerete, hogy mi történik a családban – mind fontosak a gyermekek és a szülők számára. A teljes megértéshez a helyzetből fakadó következmények közös átbeszélése szükséges. De a mentális egészségi problémák megvitatása, különösen a saját gyermekekkel nem szokásos eljárás. Sok szülő gondolja, hogy a szülők problémáiról szóló beszélgetés szükségtelen terhet ró a gyermekekre, és sokszor extrém módon próbálják az igazságot elrejteni előlük. Ez érthető, de azt eredményezi, hogy a gyermek magára marad saját elgondolásával, találgatja, hogy mi a szülő problémája, és hogyan lehet ő maga annak okozója. Ezek semmibevétele a csend falát

állítja a szülő és a gyermek közé, és a gyermekek többé nem tudnak segítségért fordulni szüleikhez.

A nehézségek önmagukban nem akadályai a gyermek pozitív fejlődésének, ameddig közösen beszélnek róla és együtt megoldják. A tudás segít a gyermekeknek a szülők cselekedeteinek és szavainak korrekt értelmezésében – a kölcsönös megértés egy védőfaktor. Ha a gyerekek tudják, hogy szüleik depressziósak, akkor meg fogják érteni, hogy azok néha miért visszahúzódnak és erőtlenek. Továbbá a gyerekek tudni fogják, hogy szüleik viselkedése inkább a depresszó számlájára írható, mintsem azért van, mert a szülők nem akarnak velük együtt lenni. Olyan felnőttek, akik mentális betegségben szenvedő szülők mellett nőttek fel gyakran kívánják, bárcsak beszéltek volna nekik a betegségről.

A szülők problémáinak megértése hozzájárul a jól működő családi élethez. Feszabadítja a gyermekeket az önvádaktól, a gyerekek és a szülők közötti nyílt, intimebb kapcsolatot hoz létre. A megértés a kulcs a problémákkal való szembenézéshez és lehetővé teszi a problémák megoldását. Erős, egészséges kapcsolat a család többi tagjával támogatja a gyermek fejlődését még nehéz időkben is. Vannak olyan helyzetek, amikor a gyermekeknek a szülők akarata ellen kell cselekedniük, és az ilyen esetekben meg kell érteni a szülők problémájának természetét. A szülőknek beszélniük kell a hosszabb ideje tartó mentális problémáikról gyermekeikkel, és fel kell ismerniük, hogy a problémák megértése hosszú folyamat. A szülők rendszerint azzal kezdik, amelyet a legnyomasztóbbnak éreznek. A következőkben megvárják, hogy ez hogyan hat a gyerekre, majd később újra folytatják. A gyermekek is hasonlóképpen folytatják szüleikkel való beszélgetéseiket. A gyermekek a szülők problémáit koruknak megfelelő szinten értik meg, és ahogy a gyerek egyre idősebb lesz, a megértés is egyre jobb lesz. Továbbá az idők folyamán a problémák, amikkel a szülők viaskodnak, megváltozhatnak természetükben és/vagy intenzitásukban. Ezért a szülők mentális problémáinak megvitatása az egész családot érintő belső folyamattá válik. A gondok megbeszélése és a megértésükkel való próbálkozás nem egyetlen beszélgetés a klinikus rendelőjében, hanem olyan utazásnak tekinthető, amelyet a szülők és gyermekeik együtt tesznek meg.

5.2 A szakemberektől elvárt megértés

A családban előadódó események különböző érzelmi reakciókat váltanak ki a szülőket gondozó szakemberekben. A szakemberek értik azokat a nehézségeket, amelyekkel a gyermekeknek szembe kell nézniük és mélyen együttéreznek velük. Továbbá a szakemberek elkezdhetik érezni azt is, hogy a szülők ésszerűtlenek és őket hibáztatják azokért a problémákért, amelyekkel a gyermekeknek együtt kell élniük. Ezek az érzések néha

elvezethetnek ahhoz a gondolathoz, hogy a gyermekeket meg kell “menteni” a szülőktől. Ettől az érzéstől félnek a szülők, és ez a magyarázata annak, hogy néha miért vonakodnak, sőt félnek beszélni gyermekeikről az őket gondozó szakemberekkel.

A szülők ellenségként vagy ellenfélként való megélése nem vezethet gyümölcsöző együttműködéshez és ártalmas lehet a gyermekeknek. Az ilyen attitűd azt jelzi, hogy a szakember képtelen megérteni, hogy a zavar mennyire befolyásolja a szülő együttműködő és felelősségvállaló képességét.

A megértés döntő fontosságú, nemcsak a családon belüli, hanem a szakemberek és a szülők közötti eredményes együttműködésben. A szakembereknek érteniük kell, hogy a szülő min meggy keresztül, és képesnek kell lenniük empátiát mutatni. Ha a szakember úgy érzi, hogy nem érti meg a helyzetet, további kérdéseket tehet fel a szülőnek a családi életről és a nehézségekről, amelyekkel a család szembenéz.

A gyermek és a szülő helyzetének megértése és az eszerinti cselekvés az alapja a Hatékony Család Módszer-nek. A szakembereknek rendelkezniük kell azzal a tudással és megértéssel, melynek birtokában képesek a szülőkhöz és a gyerekekhez kapcsolódni. De ez nem jelenti azt, hogy a problémákról nem kell tudomást venni – a kölcsönös tisztelet és megértés atmoszférájában minden téma, még a legérzékenyebb is megbeszélhető.

6. A gyermekek fejlődésének támogatása

Képzeljük el, hogy több ajtó vezet a családhoz. A gyermekjóléti ajtón keresztül jövő szakemberek főképpen a gyermekek életkörülményeivel foglalkoznak, és arról akarnak meggyőződni, hogy a gyerekek biztonságban vannak és jól ellátják őket. A pszichiátriai ajtón át érkező szakemberek azért jönnek, hogy felmérjék a gyermekek lehetséges mentális problémáit. Az ajtók akkor válnak elérhetővé, amikor valamilyen probléma gyanúja merül fel, és vélhetően további segítségre, támogatásra van szükség. Ezeket az ajtókat régóta használják, különösen a jóléti ajtót.

A Hatékony Család Módszere számára létezik egy harmadik ajtó. Ezen az ajtón akkor kopogtatnak, ha a gyermekek fejlődéséhez támogatásra van szükség. A szakemberek nem mennek be a családhoz problémát keresni. Az az egyén, aki a gyermek fejlődését segítő, a megelőzést szolgáló és támogatást nyújtó ajtón lép be, megkérdi a szülőt, hogy szeretne-e egy szakemberrel beszélgetni a gyermekéről, és vele közösen keresni támogató megoldást. A szakember megmagyarázza, hogy sok az olyan család, ahol mentális problémákkal küszködve összezavarodottnak érzik magukat a szülők és aggódnak, hogy a problémáknak milyen hatása

lesz a gyermekekre. Ha a gyermekeknek már volnának fejlődési problémáik, vannak olyan módszerek, amelyek segíthetnek.

Ha úgy mérték fel, hogy a gyermeknek szüksége van a családsegítő szolgáltatásaira vagy pszichiátriai kezelésre, akkor ez a módszer részeként történik és nem ez a kiinduló pont az együttműködéshez. Sőt, a szülőkkel együttműködve irányítják a gyermekeket és a családot további szolgáltatásokhoz. Ebben az új és ismeretlen helyzetben a szakember a szülők mellett áll – ez nem beleavatkozás a család életébe. Csak ha a szülői nevelés teljesen csődöt mondott és a gyermekek ellátatlanul maradtak, kötelező a szakembernek felvenni a kapcsolatot a gyermekjóléti szolgálattal.

7. Prevenziós és mentálhigiéniai gondozó szolgáltatások

A Hatékony Család munkamódszereit a családok számára tervezték és alkalmazásuk támogatja a gyermekek egészséges fejlődését. Mint ilyen, ez a módszer nem tartalmaz semmilyen kezelést. A legfontosabb mindig a szülő személyes gondozásának megszervezése. A második fontos lépés a szülő igényeinek felmérése és szükség esetén a megfelelő gondozásba vétele. A gyermekekre vonatkozó következmények megoldása olykor terápiás hatású a szülő számára abban az értelemben, hogy megkönnyebbülnek és boldogok, hogy képesek segíteni gyermekeiknek. De ez sohasem helyettesítheti a megfelelő kezelést.

Továbbá ez a módszer nem gyógyítja a gyermeket sem. Ha probléma van, megbeszélik a szülőkkel, hogyan és mikor fogják ezeket a nehézségeket közösen megoldani. A “Hatékony Családi Hálózat Találkozó” módszert arra használják, hogy szükség esetén a szülőket és gyermekeiket eljuttassák a kiegészítő szolgáltatásokhoz. Az, hogy a szakember kívánja-e folytatni pl. a logopédiai kezelést, külön megegyezés témája.

8. A szülő elfogadása

A mentális problémák befolyásolják a kapcsolatokat és a mindennapok gyakorlatát. Ez megmutatkozik a családon belüli kapcsolatok számos területén és a mindennapi háztartási munkákban. A szülők gyakran aggodalmaskodnak azzal kapcsolatban, hogy hogyan tudnak megbirkózni az otthonukkal és gyermekeikkel kapcsolatos szülői feladatokkal. A szakembereknek ismerniük kell a mentális problémák hatásait; azt, hogy a problémák felmerülése nem azt jelenti, hogy ők “rossz szülők”, hanem a mentális zavarok korlátozzák képességeiket a másokkal való kapcsolattartásban s a mindennapi élet megszervezésében. A

szakember és az érintett szülő kapcsolata legyen pozitív és támogató, nem pedig kritikus és elítélő.

A “Beszéljünk a gyermekekről” megbeszélések alkalmával a szülők információkat kapnak gyermekeik ellenállóképességéről és azokról az általános problémákról, amelyekkel a mentális problémákkal küzdő szülők gyakran találkoznak. A szülőkkel együtt megvitatják a gyermekek erősségeit és sérülékenységét, az egész helyzetet áttekintik, valamint megtervezik azokat a stratégiákat, amelyekkel támogathatók az erősségek és legyőzhetőek a gyengeségek. Ez a munkamódszer nem aprólékosan felépített, hanem nagyon informálisan vezetett. A szülők elolvashatják a feljegyzéseket (másolatot kapnak a szakembertől).

A szülők dönthetnek arról, hogy mit fognak tenni, milyen megközelítést alkalmaznak. A szülőkre nem erőltetnek semmit, semmilyen fenyegetés, rábeszélés nem történik, pl. annak hangoztatásával, hogy ők azok, akik nehézségeket okoznak a gyermekeiknek, ha nem azt teszik amit a szakemberek helyesnek tartanak. Ha az a szakember vezeti a “Beszéljünk a gyermekekről” megbeszélést, aki a szülő saját gondozója, akkor lehet, hogy azt javasolja, hogy a szülő mondja el később, a kezelés folyamán, hogyan mennek otthon a dolgok és talán újra megvitathatják azokat.

9. További támogatások és szolgáltatások igénye: “A Hatékony Családi Hálózat Találkozó”

9.1 Hálózati találkozók

“Hatékony Családi Hálózat Találkozót” (Väisänen & Niemelä, 2005) akkor tartanak, ha gond (még ha az egészen enyhe is) merül fel a gyermekek pszichés rugalmassága vagy sérülékeny szociális kapcsolati hálózata tekintetében. A megfelelő szolgálatok képviselőit és a gyermekek saját szociális kapcsolatait meghívják a szülőkkel közösen tervezett találkozásra. A megbeszélés közelebb hozza egymáshoz a különböző helyekről jövő összes érintettet, fellendíti a gyermek szociális életét és a gondozás felelősségét arra a területre irányítja, ahol a gyermek értékelést és kezelést igényel.

A mentális problémákban szenvedő szülőknek gyakran okoz nehézséget olyan új szervezet szolgáltatását igénybevenni, akivel csak azért kerül kapcsolatba, mert az orvos egy új, ismeretlen helyre irányította. A megbeszélés alkalmával azonban találkozik a család és a különböző segítő szakemberek, ami segít a szülőknek abban, hogy egy esetlegesen új segítő szolgáltatóval a találkozó után is fenntartsák a kapcsolatot. A cél megóvni a családokat a szociális szolgálatok hálójából való kieséstől.

9.2 A gyermek azonnali gyermekvédelmi ellátásának igénye

Ha a gyermeknek sürgős gyermekvédelmi ellátásra van szüksége, akkor azonnal fel kell venni a kapcsolatot a gyermekvédelmi hatóságokkal. Itt az azonnali ellátásba vételen olyan helyzeteket értünk, ahol a gyermeket egyedül hagyták (korra való tekintet nélkül), ahol az egyedül élő gondviselő kórházba került, vagy a járóbetegként kezelt szülő nem képes ellátni a gyermekeket és/vagy ahol erőszak fenyeget. Megelőző vagy terápiás beavatkozás sohasem helyettesítheti az együttműködést a gyermekvédelem szervezeteivel.

9.3 Nem együttműködő szülők

Ha aktuális helyzete miatt a szülő nem képes beszélni a gyermekeiről, akkor a másik szülővel vagy egyéb, a gyermekekért felelős személlyel kell megvitatni a gyermekek helyzetét. Ha a gyermekek helyzete nem tisztázható, akkor a gyermekvédelmi hatóságokhoz kell fordulni. Ha az egyik vagy mindkét szülő elutasítja a gyermekekről való beszélgetést, informálni kell őket, hogy nekik törvényes kötelességük kiskorú gyermekük gondozási igényeit figyelembe venni, emellett azonnal kérni kell a gyermekvédelmi szervek beavatkozását.

II. HOGYAN BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKEL A MENTÁLIS PROBLÉMÁKRÓL A SZÜLŐKET TÁMOGATVA?

1. Alapszabályok

A szülők és a szakemberek gyakran bizonytalanok azzal kapcsolatban, hogy mit és hogyan kell mondaniuk a gyermekeknek szüleik mentális problémáiról. A téma legjobb megközelítéséhez négy alapvető szabály követését ajánljuk:

Először, a gyermekhez úgy kell beszélni, hogy megértse. Minél kisebb a gyermek, annál jobb, ha egyszerű, számára ismert szavakkal magyarázzuk el a helyzetet. Egyszerű kezdés, ha megkérdezzük, hogy a gyermek mit gondol, mert így a szülő pontosan tudni fogja, hogy miként vélekedik, és nem fog szükségtelenül komplikált magyarázatokat adni. Például: egy szülő azt mondta a 3 éves gyermekének, hogy beteg volt és “sírós betegsége” volt, egy másik szülő úgy hívta a depresszióját, hogy “alvós betegség”. Ehhez hasonlóan, ha a szülő folyton ingerlékeny, mondhatja, hogy ez egy “zsémbes betegség”, amitől az ember dühös, még akkor is, ha nem akar mérges lenni, és ennek semmi köze nincs a gyermekhez.

Másodszor, a gyermekeknek magyarázatra van szükségük ahhoz, amit látnak, éreznek, hallanak és gondolnak. A gyermekek észre fogják venni, ha szülő még akkor is pongyolában van, amikor ők hazaérnek az iskolából, vagy szó nélkül elmegy hazulról pár órára és titokban

gyógyszert vesz be. Ha a szülő nem magyarázza meg a helyzetet, a gyermekek maguk próbálnak magyarázatot találni a viselkedésére. A probléma elrejtése helyett a szülőnek nyíltan meg kell magyaráznia viselkedését a gyermekeinek. A gyermekek számára megkönnyebbülés, ha megtudják, hogy a szülő depressziós, de látják, hogy van terapeutája, és előírt gyógyszereket szed. Nem szükséges az összes részletet, a legrejtettebb titkokat feltárni a gyermekek előtt: a szülő viselkedésére és a látható tünetekre adott magyarázat elegendő.

Harmadszor, amikor a szülők beszélnek gyermekeiknek azokról a problémákról, melyek befolyásolják életüket, a beszélgetésnek mindig ki kell térnie egy megoldásra, amely lehetővé teszi a jövőt. A probléma pusztá magyarázata helyett a szülő pl. azt mondhatja a gyermekeknek, "beteg vagyok, de kapok kezelést". Nagyon fontos, hogy a gyermekeket biztosítsuk arról, hogy vannak megoldások, amik lehetővé teszik a jövőt, és ez igaz bármely nehéz helyzetre, amit minden gyermeknek meg kell mondani.

És végül, a gyermekeket arra kell bátorítani, hogy ha kérdéseik, aggodalmaik lennének, bármikor vessék fel azokat. Elfogadni és megérteni hosszú folyamat, és egy beszélgetés, akármilyen jó és alapos, nem elég az összes felmerülő kérdés megválaszolására.

2. Fontos témák a beszélgetésekhez

2.1 A szülők problémáinak nem a gyermekek az okai

Majdnem minden gyermek meg van győződve arról, hogy valamilyen módon ő az oka a szülők problémáinak. Néha még a szülők, maguk is így érzik. Mérgükben mondhatnak hangosan olyanokat, mint "Annyival könnyebb volna az életem, ha jobban tanulnál az iskolában!" vagy "Annyira fárasztó nekem az örökös veszekedéseiteket hallgatni!" A gyermek az ilyen kifakadásokat vádnak fogja fel, és oda lyukad ki, hogy ha ő másmilyen volna, akkor az élet könnyebb lenne a szülő számára. Az ilyen büntudat nehéz teher, amit gyakran a gyermek egyedül és csendben cipel.

Fontos, hogy a gyermekek szüleiktől hallják, hogy problémáiknak nem ők az okai. A szülő meg tudja magyarázni, hogy a problémáknak más okai vannak, és még ha úgy tűnik is, hogy a szülő dühös vagy depressziós lesz attól, amit a gyermek tett, a problémának nem ő az oka. Nagyon fontos ennek a hangsúlyozása, még akkor is, ha a gyermek semmilyen jelét nem mutatja a büntudatnak.

2.2 A szülők gondoskodnak magukról

A gyermekek gyakran próbálják felvidítani szüleiket amikor azok depressziósak és erőtlenek. Sok gyerek úgy próbálkozik, hogy annyira segítőkész és jól nevelt, amennyire csak bír. Azt

mondhatjuk, hogy a "jóságuk"-kal próbálják meggyógyítani szüleiket, bár nem ilyen fogalmakban gondolkodnak. Természetesen, az ilyen viselkedés felvidítja a szülőt, és ez a gyerek számára is fontos, de a gyermeki szófogadással mentális betegségeket nem lehet gyógyítani. Ha a szülő állapota nem javul, az a veszély állhat elő, hogy a gyermek egyre jobban próbálkozik és saját erőfeszítéseinek csapdájába kerül.

Sok szülő határoz úgy, hogy beszél gyermekeinek a kezeléséről. Rendszerint a gyermekek megkönnyebbülnek, ha hallják, hogy a szülő kezelést kap és meg akar gyógyulni. Amikor a gyermek eltökélten próbál "jó" lenni, a szülő mondhat valami olyat, hogy "Én nagyon örülök, hogy segítesz a ház körül, de nem kell mindent neked csinálnod. Mi lenne, ha készítenénk egy listát a mindennapi háztartási teendőiről és sorba végigvennénk, hogy melyek azok, amelyek nem a te feladataid? Azonkívül lehet velem vitatkozni, nem omlok össze."

2.3 Háztartási teendők

Amikor a mentális zavar elnyel minden energiát és az élet minden értelmét elveszíti, a mindennapi házi munka igazi kihívás. Némely családban az egyik gyermek vállalja az összes felelősséget a háztartás ellátásáért. Teljesen alkalmas lehet a kisebb testvérei ellátására és az összes háztartási munka elvégzésére, de ez lassan felemészti a gyermek saját energiáit. Feladja saját hobbijait és esetenként iskolai munkája is kárt szenved.

Ha ilyen helyzettel találkozunk, a feladatok méltányosabb elosztása szükséges és néha külső segítő alkalmazása is szóba kerül pl. szociális szolgáltatókon vagy magán szervezeteken keresztül. A családoknak különböző fajtájú segítségre lehet szükségük, beleértve a jövedelemtámogatást és munkaerő közvetítést. A szakember felelőssége, hogy a családot a megfelelő szolgáltatókhoz irányítsa.

2.4 Ha a szülő hamar ingerültté válik és esetleg erőszakos

A mentális problémák gyakran érintik az indulati kontrollt. Ez azt jelenti, hogy a mentális problémákkal rendelkező szülők néha képtelenek átgondolni dolgaikat és ellenállni az azonnali cselekvés készítésének. Otthon és különösen gyermekeikkel kapcsolatban csökkent indulati kontrolljuk gyakran vezet aránytalan reakciókhoz jelentéktelen ügyekben. A szülő kiabálni kezdhet a gyermekkel, vagy durva dolgokat mondhat, sőt fizikailag is bántalmazhatja. Emiatt a szülőben az ilyen helyzetek szorongást váltanak ki, és sokszor még rosszabbul érzi magát. Az is lehetséges, nem látja, hogy saját viselkedése hogyan hat a gyermekekre és hibáztatja őket, amiért bosszantják.

A szakembereknek mindig kell beszélniük a szülők és a gyermekek közötti konfliktusos helyzetekről, hogy lássák, miként kezelik azokat. Ha erőszakos fenyegetettség fordul elő, a szakember felelőssége megállapítani, hogy szükség van-e a sürgős gyermekvédelmi beavatkozásra, vagy a Hatékony Család Hálózat megbeszélés lesz a megfelelő segítség.

2.5 Válás és öngyilkosság – a gyermekek legnagyobb félelmei

A gyermekek egyik legnagyobb félelme, hogy a szülő öngyilkos lesz. Amikor a szülő nincs jól, a gyermek lehet, hogy lóg az iskolából, hogy otthon maradván őrizze a szülőt. Ajánlatos, hogy a szakember és a szülő beszélje meg, hogy mit láthattak vagy hallhattak a gyermekek, vagy mi az, ami gyanús lehet nekik. Közös megbeszélhetik, hogyan hozzák a témát szóba a gyermekeknek. Ha a szülőnek már volt öngyilkossági kísérlete, azt a gyermekekkel is meg kell beszélni, hiszen lehet, hogy észrevettek valamit és félhetnek, hogy minden kórházba kerülés azt jelenti, hogy a szülő öngyilkossággal próbálkozott. Öngyilkossági gondolatokról és cselekedetéről beszélni a gyerekeknek nem könnyű, a szülőknek meg kell engedni, hogy erre felkészüljenek, anélkül, hogy rákényszerítenék őket a beszélgetésre. A szakember feladata ellátni a szülőt minden fontos információval, és elég teret engedni, hogy elhatározza hogyan beszél a gyermekekkel.

A szülő megmondhatja a gyerekeknek, hogy a reménytelenség érzése és az öngyilkossági gondolatok a betegségéhez kapcsolódnak és ezért kezelik őt. Majd azzal folytathatja, hogy bár voltak korábban ilyen kísérletei, de a jövőben nem akarja bántani saját magát és azonnal kapcsolatba lép a kórházzal, ha megint ilyen gondolatai támadnak. A szülő biztosítsa a gyerekeket, hogy ezek a félelmetes gondolatok és öngyilkossági kísérletek nem azért voltak, mert ők rosszul viselkedtek vagy pl. elrontották a matematika felmérést.

Azonban ha a szülő öngyilkossági késztetésekkel küzd, és nyilvánvalóan veszélyben van, mivel még nem kész arra, hogy védekező stratégiát tervezzen, a szakember elsődleges kötelessége biztosítani a szülő biztonságát és megszervezni a kezelését.

Ha a házastársnak mentális problémái vannak, annak gyakran hatása van a párkapcsolatra. Mindkét oldalon csalódások, kedvetlenség, civakodás, sértő szavak és viták lehetnek. A gyermekek látják és hallják a dolgokat és gyorsan megérik az otthoni hangulatot. Manapság a válás olyan gyakori, hogy a gyermekek nagyon kis jelek hatására félhetnek ettől. A szülőknek meg kell nevezniük ezeket a félelmeket, mondván: "Biztos észrevettétek, hogy az utóbbi időben sok a vita közöttünk. Mindketten nehéz szakaszon megyünk át éppen. Veszekszünk, de nem ti vagytok az okai. Tudnotok kell, hogy nem fogunk elválni, hanem próbáljuk megoldani a dolgokat kettőnk között. Járok terápiára és remélem majd jobban fogom érezni magam, de ez

eltarthat még egy ideig. Ha bármit gondoltok erről vagy kérdésetek van, gyertek és beszéljük meg!”

Meg kell mondani azt is, ha a szülők válni készülnek. A szülőknek hangsúlyozni kell, hogy nem a gyermekek miatt válnak el, és a válástól függetlenül is szeretik és törődnek velük.

2.6 A gyermek kapcsolatai másokkal

A gyermek számára a családtagokkal való kapcsolat központi szerepet játszik, de a családon kívüli kapcsolatok is nagyon fontosak. Sajnos a mentális problémák gyakran vezetnek először az érintett szülő izolációjához, majd az egész családéhoz. A gyermekek számára, ez a barátok és a hobbik elvesztését jelenti. A gyermekek kényelmetlenül érezhetik magukat, ha a szülő furcsán és kiszámíthatatlanul viselkedik amikor áthívják a barátaikat, vagy a szülő problémája tabuvá válik, és falat emel a barátok közé. De a szociális kapcsolatok hálója éppen olyan fontos a gyermekek számára, mint az egészséges enniivaló és az éjszakai jó alvás. A barátok és a hobbik fontos örömforrások és hozzátartoznak a gyermek egészséges fejlődéséhez. Sok szülőt aggaszt, hogy gyermekeik felhagynak hobbijaikkal és lemondják a társas programokra szóló meghívásaikat.

Ha probléma van otthon, a másokkal fenntartott egészséges kapcsolatok támogatják és védik a gyermekeket. A gyermek érdeke az, hogy megtartsa a barátokat és a hobbikat, és ez az az egyik terület, ahol a szülő segítségére lehet gyermekeinek. Az iskolában és az óvodában a pedagógusok és a többi gyermek fontos támogató szociális hálót alkotnak. A szülőknek ajánlatos felvenni a kapcsolatot a pedagógussal, hogy a gyermek napi rutinjához kapcsolódó közös támogató tervet készítsenek.

Jó hatású, ha a gyermek mellett van egy megbízható felnőtt. Lehet ő nagynéni, nagybácsi, keresztszülő, nagyszülő, egyik barát szülője vagy egy szakember, pl. az iskolai nővér, az iskolai pszichológus, tanár, a házi orvos stb. A fő követelmény, hogy a megbízható (felnőtt) személy tisztában legyen a család helyzetével és ne legyen ellenséges a szülőkkel szemben. A szülő aktívan részt vehet a gyermekkel együtt a megbízható felnőtt megtalálásában, különösen, ha a gyermek kicsi. Idősebb gyermekek maguk is ki tudnak választani egy felnőttet.

3. Következtetések

A gyermek életében a legfontosabb védő faktorok, melyeket a családdal folytatott segítő munka támogathat:

(1) otthoni stabil felételek biztosítása és közös megértésen alapuló jó kapcsolat elősegítése, nyílt kommunikáció, problémamegoldó készség;

(2) az otthonon kívüli, aktív szociális háló támogatása, beleértve az óvodát, iskolát a barátokkal és hobikkal együtt.

A szakembernek a szülőkkel közösen kell átgondolnia, hogyan támogathatja legjobban a gyermek életének ezt a két területét.²

² További információk arról, hogy a mentális problémákkal küzdő szülők hogyan segíthetnek gyermekeiknek, az Interneten, pl. a KIDS STRENGTHS projekt módszertani fejezeteiben található.

III A “BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL” MÓDSZER

1. Cél

A “Beszéljünk a gyermekekről” Módszer azzal a céllal készült, hogy:

1. Segítsen a szülőknek a nevelésben és segítse a gyermekek fejlődését. A “Beszéljünk a gyermekekről” megbeszélések célja segítséget nyújtani a szülőknek, hogy támogatni tudják saját gyermekeiket, valamint kiemelni azokat, a családon belül és kívül a gyermekek környezetében jelen lévő tényezőket, amelyek előre mozdítják és védik a gyermekek fejlődését. A módszer minden családnak ajánlott, a család helyzetétől függetlenül. Lehet, hogy a szülőknek vannak olyan kérdéseik, gondjaik, amelyekről akkor is szeretnének beszélni, ha nincsenek aktuális problémák a családban.
2. Felmérje a gyermekek és családok igényeit további támogatás és/vagy szolgáltatás, pl. gyermekegészségügyi, -jóléti, családgondozói szolgáltatások és gyermekpszichiátriai rendelések, stb., kínálata iránt. A családok nagyjából 50 %-a kíván további szolgáltatást (Leijala, 2001).
3. Felmérje az igényt a gyermekjóléti és egyéb szociális segítség iránt. Lehet, hogy szükséges valamilyen gyermekjóléti akció és jövedelemtámogatás. A családok számára hasznosak lehetnek a szociális rendszer más támogatási formái is. Becslések szerint a családok 15%-a szorul rá a gyermekjóléti szolgáltatásokra és egyéb szociális támogatásokra (Leijala, 2001).
4. Hogy segítsen a gyermeknek és családjának a szükséges egyéb szolgáltatások elérésében. A gyermekekről való gondoskodás nem a szülőt kezelő szakemberek feladata. A gyermekek és a család eljuttatásáért a szükséges szolgálatokhoz viszont a szülőt gyógyító szakember a felelős. Az elérhető szolgáltatások sora széles: lehet, hogy a gyermekeknek pszichiátriai vizsgálatra, a szülőknek házassági tanácsadásra és a családnak, mint egésznek családgondozói támogatásra és anyagi segítségre van szüksége. Az anyagi segítségnyújtás is sokféle formát ölthet, a szociális segélytől az adósságrendezési tanácsadásig.

2. Struktúrált, de rugalmas módszer

A “Beszéljünk a gyermekekről” Módszer gyermekekről szóló tematikus beszélgetésekből áll össze, melyet a szakember és a szülő(k) folytatnak két ülésben. A módszer ugyanakkor nagyon rugalmas, lehet, hogy egy alkalom is elegendő, de van, hogy többre, mint kettőre van szükség,

pl. ha több, mint 2 gyerek van a családban. Továbbá számos módja van a gyermekekről való beszélgetésnek: nincs olyan egyetlen megfelelő mód, ami minden család számára megfelelő. Mindenesetre ajánlatos a találkozásokon végigmenni az összes témán, ami ebben a kézikönyvben fel van sorolva.

A szakembernek biztosítania kell, hogy a fókusz ne térjen el a témától, hiszen a beszélgetés könnyen irányul a gyermekek témájáról a házassági problémákra. Ilyen esetekben a szakembernek finoman vissza kell terelnie a beszélgetést az eredeti témához.

Ha a szülők kifejezetten szeretnének részletesebben beszélni gyermekeikről, vagy amikor a szakember úgy véli, hogy ez hasznos volna a család számára, a Beardslee féle Családi Beszélgető Beavatkozás alkalmazása ajánlott. További lehetőségek lehetnek, amennyiben elérhetőek, a családi workshopok (műhely-beszélgetések), kortárssegítő csoportok a gyermekeknek, és szülőcsoportok.

3. A “Beszéljünk a gyermekekről “ megbeszélések tartalma

A módszer a szülővel, vagy mindkét szülővel való megbeszéléseken alapul.³

Tartalom:

A. Milyen a gyermek helyzete: határozza meg az “erősségek” - és “sebezhetőségek” kifejezéseket a következő összefüggésekben

- Milyen aggodalmaik vannak a szülőknek a gyermekre és az egész családra vonatkozóan?
- Hogyan viselkedik a gyermek, milyen a hangulata?
- Hogyan viselkedik a gyermek otthon?
- Hogyan viselkedik a bölcsődében, óvodában, iskolában?
- Mit csinál szabadidejében: barátok, hobbik, média?

B. Lássá el a szülőt olyan eszközökkel, amelyek támogatják gyermeke fejlődését

Mondja el a szülőnek:

- Mik a védő faktorok, és hogyan támogathatók

Magyarázza meg:

- Miért kell a gyermeknek tudnia, hogy mi a baj a szülővel
- Hogyan befolyásolják a mentális problémák a szülő viselkedését
- Hogy az iskola, a napközi (óvoda), hobbik, barátok fontosak a gyermek számára
- Hogy a családtagok mellett, más megbízható felnőttek is fontosak a gyermek számára.

³ A KID STRENGTHS projekt módszertani segédanyagai további ismereteket nyújthatnak.

- Hogy a szülőt később is szívesen fogadják, ha meg akarja beszélni gyermeke dolgait.

C. További támogatás és szolgáltatások

- A “Hatékony Családi Hálózat Találkozó” összehozza egymással a különböző szektorok segítő szolgáltatásainak képviselőit és a család saját hálózatát, hogy megoldásokat találjanak a gyermekek problémáira vagy azonosítsák a minimális védő struktúrákat.
- Általános információk nyújtása más megelőző szolgáltatásokról, pl. különböző szervezetek családi táborai, workshopjai, kortárssegítő csoportok gyermekeknek és szülői csoportok
- Általános információk nyújtása gondozó szolgálatokról és intézményekről és információk adása a szociális szektor családgondozó szolgálatairól, gyermekpszichiátriai intézetekről, drog-és alkohol ambulanciákról, stb. (cím, telefonszám, honlapok, stb).

4. A “Beszéljünk a gyermekekről” beszélgetés szerkezetének áttekintése

A következő rész a módszer gyakorlati alkalmazásának rövid áttekintése. A részletes magyarázatok megtalálhatók a beszélgetések folyamán használatos Naplóban. Mindegyik találkozás tartalma összeköthető egymással, úgy tűnik azonban, hogy a szülők azzal szeretik elkezdni a beszélgetést, hogy a mentális problémáknak milyen hatásuk van a gyermekekre és a család egészére. Hangsúlyozni kell, hogy a megvitatott témák sorrendje nem fontos. A lényeg, hogy minden probléma sorra kerüljön a beszélgetéseken. Optimális esetben a “Beszéljünk a gyermekekről” kreatív és konstruktív módszer, ami előnyös a gyermekek és az egész család számára.

4.1. A bevezető beszélgetés

A bevezető beszélgetésben megajánlják a “Beszéljünk a gyermekekről” találkozásokat az érintett szülőnek és elmagyarázzák, hogy miről szól a módszer. A szakember javasolja, hogy a másik szülő is vegyen részt a beszélgetésekben, majd megbeszélnek egy időpontot. Ha a szülő egyedül neveli gyermekét, akkor lehetséges azonnal kezdeni, amennyiben ez megfelel a szülőnek. A szakember ad egy példányt a “Kézikönyv mentális problémákkal rendelkező szülőknél” c. kiadványból, és ha a gyermekek serdülőkorúak, egy példányt a “Kézikönyv gyermekek és serdülők számára” c. kötetből⁴.

⁴ Ez a két kötet a finn STAKES kiadványa, magyarországi adaptációjuk még nem történt meg. A KIDS STRENGTH projekt honlapján a „Szülőknél” szóló oldalakon található további információkat.

4.2. Első beszélgetés

Az első találkozás témája a gyermekek fejlődési állapotának és általános helyzetének felmérése. A szakember beszélget a szülőkkel örömeikről és aggodalmaikról; segítséget nyújt, hogy felismerjék gyermekeik erősségeit és sérülékeny pontjait, valamint információt nyújt a védő faktorokról. Ha a szülőknek aggodalmaik vannak gyermekeikkel kapcsolatban, meg kell kérdezni, kértek és kaptak-e már segítséget korábban.

4.3. Második beszélgetés

A második beszélgetés fő témája annak elmagyarázása, hogy a szülő mentális problémái hogyan befolyásolják a családot és a gyermekeket. A szakember beszél a védekező rendszerekről, kitér a problémákról való beszélgetés fontosságára, és arra, hogyan vitassák meg a nehéz kérdéseket gyermekeikkel. A szülők és a szakember megbeszéli a legszembetűnőbb tüneteket, hogyan jelennek meg ezek otthon és a gyermekek hogyan reagáltak ezekre. A szakember és a szülők együtt megfontolják, hogy a szülők hogyan tudják támogatni a gyermekeiket. Ha van ok kételkedni a gyermek rugalmassági képességében, vagy a családi háló nem megfelelőnek tűnik, akkor a szakember felajánlja a "Hatékony Családi Hálózat" találkozót.

Ha a gyermeknek vagy serdülőnek már komoly problémái vannak, de a szülők elutasítják a felmérést és gondozást, a szakembernek mérlegelnie kell, hogy ez nem a gyermekek elhanyagolása-e. Ezt a véleményt a gyermekpszichiáterrel és a gyermekvédelmi hatósággal együttesen kell kialakítani. A kezelés más gyermekvédelmi beavatkozások része lehet. Ha a probléma nem akut, a szakembernek fel kell tárnia aggodalmait a szülők előtt, és fel kell szólítani őket, hogy komolyan figyeljenek a helyzetre. A kezelés során a szakember megkérdezheti, hogy a gyermekek hogyan bírkóznak meg a nehézségekkel.

4.4. A "Hatékony Családi Hálózat Találkozó"⁵

A gyermek és család szociális hálójának tagjait, valamint különböző segítő szolgálatok képviselőit kéri fel a részvételre. Felvázolják a gyermek pozícióját a különböző mindennapi közegekben, és a résztvevők megbeszéli, hogy ki hogyan tudna segítséget nyújtani a szóbanforgó gyermeknek. A "Hálózat értekezlet" célja, aktiválni a gyermek saját szociális hálójának tagjait, hogy (szüleivel együtt) segítsék a gyermeket. Ha okunk van gyanakodni, hogy a gyermeknek már komoly problémái keletkeztek és ezért gyermekpszichiátert is meghívtak a találkozóra, ez a szakember figyelje a megbeszélést, tegyen fel kérdéseket, mérje

⁵ részletesen ld. Väisänen & Niemelä, 2005

fel hogy szükség van-e a gyermekpszichiátriai kezelésre, és vállaljon felelősséget a további lépésekért.

A “Háló beszélgetések” nagyon igénybe vehetik a mentálisan beteg szülőt. A szociálisan összetett helyzet erősen megterhelő lehet és szorongást okozhat a szülőnek, hogy ilyen sok emberrel kell megosztania problémáját. Fontos, hogy előre készítsük fel a szülőt a “Hatékony Családi Háló Megbeszélés”-re, ugyanúgy mint a családi beszélgetésekre.

A szakemberek végigmennek a témákon a szülőkkel és a szülők határozzák el, hogy mit tárnak fel problémáikból. Ajánlatos, hogy a szülők osszák meg azokat a témákat, amelyek fontosak a gyermek helyzetének megértéséhez. A “Háló beszélgetés” célja a gyermek helyzetének megértése és megoldások találása a feszítő kérdésekre. Például, ha a gyermek gyakran késik az iskolából, a tanárnak meg kell mondani, hogy a szülőnek nehézségei vannak a reggeli felkeléssel, és a gyereknek magának kell reggelit készítenie, egyedül kiválasztania és felvennie a megfelelő öltözetét és elindulnia az iskolába, minden szülői segítség nélkül. Ennek az ismeretnek birtokában a tanár megérti, hogy a gyerek miért ér be sokszor olyan későn. Ha a családi háló összejön, található megoldást a problémára.

Gyermeket meghívni egy “Háló beszélgetésre” minden gyermek esetében külön megfontolás tárgya. Ha a szülők úgy döntenek, meghívják gyermeküket a beszélgetésre, a gyermeknek is részt kell vennie a Beszélgetésre való felkészülésben. Az egyik lehetőség, hogy a szülő készíti fel a gyermeket a beszélgetésre, de az is lehetséges, hogy a szülő viszi el a gyermeket egy megbeszélte időpontra, ahol a Háló beszélgetés célját elmagyarázzák. Még egy másik megoldás, ha a gyerek üzenetet küld a Háló beszélgetésre vagy csak a beszélgetés bizonyos részén vesz részt.

Fontos éssben tartani, hogy ha a gyermek is részt vesz a találkozón, a beszélgetést a gyermek szintjéhez kell igazítani, hogy megértse miről van szó – minden résztvevő esetében, kivétel nélkül, hasonló tisztelettel kell eljárni. A felnőtteknek különösen ügyelniük kell, hogy ne legyenek érzéketlenek vagy bántóak, amikor a gyermek problémáiról, viselkedéséről esik szó.

5. A rendelkezésre álló eszközök

5.1 Szakértelem átadása a szülőknek

A mentális problémák nagyon zavaróak lehetnek a szülők és az egész család számára. A szakember, aki az érintett szülőt kezeli, részletes információt fog adni a zavarról, de az ilyen jellegű orvosi információ nem segíthet a kommunikációs problémákon és a másokkal való kapcsolatokban.

A "Beszéljünk a gyermekekről" módszer egyik célja, hogy segítsen a szülőnek megérteni saját helyzetét, valamint házastársa és gyermekei helyzetét. Az információ kulcsfontosságú a megértéshez, de az igazi megértéshez gyakorlat és tudás is szükséges. A teljes megértés eléréséhez, a tudást igazi élethelyzetekben kell alkalmazni, ahol a tapasztalatok és a kérdések összekapcsolódnak.

A "Beszéljünk a gyermekekről" megbeszélések két szakértővel folynak: a szülők a saját gyermekeik és családjuk szakértői, a szakemberek a mentális zavarokban jártasak. Amikor a két szakértelem összekapcsolódik, mindkettő hozzá tesz a megbeszéléshez. A szakember nem a mester, és a szülők nem az inasok, de a szakember felkínálja a szülőknél a saját tudását, és a szülők eldöntik, hogy melyik információ alkalmazható az adott helyzetben. A szakember más hangot üt meg, felismerve hogy nincsenek jó és rossz válaszok, csak jó kérdések és különböző perspektívák: pl. "Sok család számára ez működött, de mit gondolnak, megfelelő lenne-e ez az önök családjá számára?"

5.2 Ismeretterjesztő anyagok a szülőknél

Számos országban születtek hasznos kézikönyvek, ismeretterjesztő füzetek a pszichiátriai betegek számára, hogy megkönnyítsék saját és családjuk megküzdését az őket érintő betegséggel. Magyarországon alig születtek ilyen kiadványok, ezekről a pszichiátriai rendelőkben érdeklődhet. Azonban a világhálón sok hasznos információt találhat az érdeklődő szülő és hozzátartozó. A KIDS STRENGTHS projekt oldalain, a módszertani segédanyagokban további információkat találhat.

5.3 A beszélgetés helyes mederben tartása

A "Beszéljünk a gyermekekről" beszélgetések középpontjában a gyermek és helyzete áll. A szakembernek igyekeznie kell odafigyelnie minden jelre, amit a szülő ad, ugyanakkor fontos, hogy a beszélgetés fókuszában a gyermek maradjon.

Természetes, ha a szülő elkalandozik a házassági problémákra vagy más, a személyes életét érintő dolgokra. A legtöbb mentális zavar jellemző tünete a koncentráció és mások igényei észrevételének nehézsége. Így lehet, hogy a szakember abba a helyzetbe kerül, hogy vissza kell terelnie a beszélgetést az eredeti kerékvágásba. Fontos, hogy érzékeny legyen és ne szakítsa félbe a szülőt, ha gondolatai elkalandoznak más témákra. Ilyen helyzetekben a javasolt megoldás, hallgatni egy ideig, majd megemlíteni, hogy a szülő egy érdekes pontot érint, amiről érdemes lesz majd tovább beszélgetni. Állapodjanak meg, hogy mikor és hol folytatják a témát, majd térjenek vissza az eredeti kiindulási ponthoz, a gyermekhez. A gyakorlott szakember

képes a beszélgetést kellő irányba terelni megfelelő kérdésekkel. De a legfontosabb, hogy a szülő soha ne érezze, hogy valamit rosszul mondott vagy rossz témákat hozott fel és ezzel elrontotta a beszélgetést.

5.4 A beszélgetés megfelelő irányba terelése

A szülő állandóan a házassági problémáira vált át. Figyeljen egy ideig, majd mondja azt:

“ Sok problémája van, amit meg kell beszélni, és nagyon jó, hogy ezek felmerültek, de ma azért jöttünk ide, hogy Pistiről beszéljünk, és ha ennek a végére értünk, eldönthetjük, hogy hol és mikor folytassuk a kapcsolatát érintő kérdéseket....Szóval, Pisti iskolája, szeret iskolába járni?”

Ha a szülő az egyik dologról a másikra ugrik, és a szakembernek nehéz követnie a beszélgetést, mondhatja:

“hmm, térjünk vissza csak Pisti iskolájához. Még lenne pár kérdésem. De jó, hogy említette a hobbit, mert ezek nagyon fontosak, szóval beszéljünk róluk legközelebb.”

A Napló is felhasználható eszközként a beszélgetés helyes mederben tartására. A Naplóban van egy beszélgetés minta. *“Ez egy kicsit hivatalosnak tűnhet, de jobb, ha ezt követjük, mert így biztos, hogy nem hagyok ki semmi fontosat...”*

6. Feljegyzések készítése a gyermek helyzetéről és fejlődéséről

A gyermek fejlődéséről és helyzetéről szóló rendszeres feljegyzések készítésének célja:

- (1) segíteni a szülőnek, hogy lássa gyermekei erősségeit és gyenge pontjait
- (2) ehhez kapcsolódóan beszélgetni arról, hogy a szülő miért és hogyan tud úgy hatni gyermekeire, hogy azok maguk képesek legyenek fokozni erősségeiket, legyőzni gyengeségeiket és hasznosítani tudják a támogató szolgáltatásokat.

A gyermekek helyzetét és fejlődését nagy vonalakban jegyzik fel. Ez egy nagyon alapszintű megközelítés és semmiképpen nem hasonlítható egy gyermekpszichiátriai interjúhoz.

A felmérés célja, információ nyújtása a szülőknél gyermekeikről. Hangsúlyozni kell, hogy ezek az értékelések nem más szolgálatok számára készülnek. Továbbá a megbeszélések nem diagnosztikai profil készítéséhez szolgáltatnak adatokat, ezek nem használhatók fel egymás helyettesítésére. A gyermekek problémáit és a további szükséges támogatást a szülőkkel közösen, jegyzőkönyvben lefektetik, annak a folyamatnak a részeként, amely gyermekeik helyzetének megértésében segít.

A legfontosabb, hogy a szakember képes legyen különbséget tenni a szülői gondozás/nevelés javítását és a szülő-gyermek kapcsolat támogatását célzó prevenció megközelítés, valamint a szokásos probléma-meghatározó pszichiátriai interjú között.

Minden gyermek állapotának alakulását külön jegyezzük fel. A többgyermekes családok ezért esetleg kettőnél több megbeszélést igényelnek. A feljegyzés tartalma a gyermek életkorától függ. A Naplóhoz 5 különböző szakasz feljegyzései tartoznak: (terhesség, csecsemő és kisgyermekkor, óvodás és kisiskolás kor, serdülőkor). Ezenkívül a szülők nevelői tapasztalatait is felméri.

A szülők résztvesznek a felmérési folyamatban, saját gyermekeikkel kapcsolatos szülői tapasztalataikat adják a szakemberek tudásához. Fontos a meleg és tiszteletteljes attitűd a szülők és a gyermekek irányában. A szülők sokszor kellemesen csalódnak, amikor képesek felismerni gyermekeik, családjuk és saját szülői képességeik erősségeit. A felismerés, hogy sok területen nincsenek problémáik, a szülői bátorság forrása lehet. Továbbá gyengeségeik azonosítása, összekapcsolva a gyermekeknek nyújtott segítség nagyon konkrét módjával, megerősítő és reményt ad a jövőhöz.

Ebben a módszerben az "Erősség" szakkifejezés mindazt jelöli, ami normálisan működik, azaz amit a család problémái nem befolyásolnak. Tehát a kifejezés nem vonatkozik speciális készségekre, tehetségekre, hanem pl. egy olyan helyzetben, ahol a szülő nem képes semmilyen támogatást nyújtani a gyermeknek, erősségnek tekintik, ha a gyermek önállóan elkészíti iskolai feladatait. Egy másik erősség: barátságok fenntartása, hobbik megléte. Néha az erősséget a gyermek saját erősségeihez sorolják, más esetekben lehet a gyermek és a szülő közös erőssége, illetve vannak a szülőnek is erősségei. Erre példa, ha a szülő mindennap összegyűjti energiáit, hogy elvigye a gyereket az óvodába.

Ebben a módszerben a "Sérülékenység" kifejezés mindenre vonatkozik, ami esetleg problémává válhat, vagy ami éppen gondot okoz. Például, ha a gyermek szégyenlős és visszahúzódó és ezek a vonások a szülő betegsége alatt kifejezettebbé válnak, akkor ez esetleg teljes elszigetelődéshez vezethet, és így sérülékenységnek tekintik. Megelőző akció lehet pl. meghívni a gyermek szociális kapcsolatait és módokat keresni, melyekben ők a kezdeményezők, ahelyett, hogy a gyermek közeledésére várnának.

7. Lezárási folyamat

A második ülés vége felé, amikor a gyermek és a szülő mentális problémáinak hatását megbeszélték, minden gyermek erősségeit és sérülékeny pontjait átismétlik, a szakemberek és a szülők megpróbálják megtalálni minden helyzet legmegfelelőbb kezelési módját. Ez nem egy egyszerű matematikai összeadás-kivonás, egyenlő mennyiségű erősségek és gyenge pontok nem jelentik azt, hogy a helyzet kiegyensúlyozott, az erősségek és a gyengeségek száma nem döntő tényező. Ezeknek a beszélgetéseknek az a célja, hogy a szülők képessé váljanak

felismeni gyermekeik erősségeit, legyenek büszkék rájuk, és a gyengeségeket akár sajátmaguk, akár az elérhető gondozó szolgálatok segítségét igénybevéve kezelni tudják. Egy felismert gyenge pont is elég ok lehet a “Hatékony Családi Hálózat” találkozó összehívására.

8. A Napló használata

A Napló a szakemberek számára készül, segít a megbeszélések témáit követni, amely témák mind fel vannak sorolva a naplóban. De a napló nem szabhat határt a beszélgetéseknek, nem korlátozhatja azok hatáskörét, ha a gyermekek érdekében ki kell szélesíteni azokat. Lehetséges nagyon nyitott és korlátok nélküli beszélgetést folytatni a szülőkkel különböző témákról. Gyakorlati tapasztalataink alapján, ha a szakemberek még nem járatosak a módszerben, ajánlatos a Napló útmutatásait és sorrendjét követni. Ahogy a szakemberek gyakorlottabbá válnak a módszer használatában, sokkal kreatívabban lesznek képesek használni azt, és a Naplóra csak szükség esetén fognak támaszkodni. A Naplóban személyes megjegyzésekre is van hely.

A gyermekek és a szülők erősségeinek és sérülékenységeinek azonosítása a munkamódszer része. Minden témánál, a szülők és a szakemberek közösen felméri, hogy az erősség vagy gyengeség, és a végeredményt rögzítik a naplóban. Mindig sérülékenységgként kell feljegyezni, ha az egyik résztvevőnek gondjai vannak a témával kapcsolatban. A szülőkkel ismertetik a módszert és tájékoztatják őket, hogy a második találkozás végére feltérképezik minden gyermek és a család erősségeit, és minden területet megkeresnek, ahol a szülőnek további segítségre lehet szüksége.

A megbeszéléseken a Napló elől van és a szülőknek meg is mutatják, megkapják a gyermekeik életkorának megfelelő részeket, amikor a gyermek helyzetét feltérképezik. A szülő így teljesebb képet kap a megbeszélés témájáról. A szülő összeírhatja gyermeke erősségeit és sérülékeny pontjait, így otthon gondolkodhat rajtuk. A kézikönyv magyarázatokat, megjegyzéseket is tartalmaz.

9. Visszacsatolás!

Kérjük küldje megjegyzéseit e –mailben a: Tytti.Solantaus@stakes.fi, vagy levélben:

STAKES, P.O.BOX 220, FIN-00531 Helsinki, Finland címre.

10. Köszönetnyilvánítás

A "Beszéljünk a gyermekekről" módszer, ez a segédanyag és a Napló egy hosszú és összetett tanulási folyamat eredménye. Kreatív tanulás sohasem lehetséges elszigeteltségben, mindig együttműködés következménye. A családok, akikkel volt szerencsém dolgozni, inspirációt adtak. Megosztva gondolataikat velem, ők voltak a legfontosabb tanítóim.

Szülői-nevelői gyakorlatával és gyermekeivel kapcsolatos aggodalmai minden szülő legbelsőbb titkai, melyek közül nagyon sokat megismerhettem. Azt remélem, hogy ez az együttműködés és ezek a tapasztalatok új megközelítést hoznak, mely sok családnak és szakembernek nyújthat segítséget és támogatást.

A Beardslee féle Családi Beszélgető Beavatkozás módszere irányt mutatott és lehetővé tette, hogy kidolgozzam a STAKES Hatékony Családi Projektet, és megvalósuljon álmom: minden mentális problémával rendelkező szülő kapjon segítséget, stigmatizálttá válás nélkül. A Hatékony Családi Projekt egy STAKES projekt, melyet a Finn Szociális és Egészségügyi Minisztérium finanszíroz és felügyel.

A klinikusok, akik a SKATES-ben találkoztak 2001 és 2003 között, gondolatok, tapasztalatok és megfigyelések kifogyhatatlan forrásai voltak és jelenleg is azok. És ami a legjobb, egyre többen csatlakoznak, ahogy a módszer elterjed. Mindenkinek szól hálás köszönetem: Köszönöm!

V. IRODALMAK

Leijala H, Nordling E, Rauhala K, Riihikangas R, Roukala A, Soini A, Sytelä P, Yli-Krekola P. Psykkisesti sairastuneen vanhemman, hänen lastensa ja perheen kokonaistilanteen arviointi sekä mahdollisen tuen ja hoidon järjestäminen - AKKULA-hanke. [Assessing the parent with mental problems, and his/her children and family, and the organisation of necessary care and services - the AKKULA project] In M. Inkinen (ed.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. [The invisible child in adult psychiatry] pp.138 - 163. Tammi, Helsinki 2001, Finland.

Pietilä L. Lapsikeskeinen näkökulma perusterveydenhuollossa. Osa 3. [The Child-Centred Approach in Primary Health Care. Part 3.] Suomen Lääkärilehti (Finnish Medical Journal) 2005;40:4021-4025

Solantaus T, Beardslee WR. Kun isä tai äiti sairastaa depressiota. Interventio lasten psyykkisten häiriöiden ehkäisemiseksi. [When the Parent is Depressed. An Intervention to Prevent Mental Disorders in Children] Duodecim 1996;112:1647-1656.

Solantaus T, Ringbom A. Miten autan lastani. Opas vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia. [How Can I Help My Children? A Guide for Parents with Mental Health Problems] STAKES and the National Family Association promoting Mental Health, Uusimaa, Helsinki, Edita Prima 2005a.

Solantaus T, Ringbom A. Mikä meidän vanhempia vaivaa? Käsikirja lapsille ja nuorille, joiden äidillä tai isällä on mielenterveyden ongelmia. [What is up with Our Parents? A Guidebook for Children and Adolescents whose Mother or Father Suffers from Mental Problems] Helsinki, Edita Prima 2005b.

Solantaus T. Vanhemman mielenterveydenhäiriö ja lapset. Mitä terveydenhuollossa tulee tietää ja tehdä? Osa 1. [Parental Mental Disorders and Children. What the Primary Health Care Providers need to know and do. Part 1.] Suomen Lääkärilehti (Finnish Medical Journal) 2005;38:3765- 3770.

Väisänen L, Niemelä M. Vanhemman mielenterveyden häiriö ja lapsi. Lapsikeskeinen näkökulma psykiatrisessa sairaalassa. Osa 2. [Parental Mental Disorders and the Child. A Child-Centred Approach in a Psychiatric Hospital. Part 2.] Suomen Lääkärilehti (Finnish Medical Journal) 2005:39

Väisänen L. Solantaus T. Lapsi ja vanhemman syöpä. Opas vanhemmille lasten tukemiseen, kun toinen vanhemmista sairastaa syöpää. [Children and parental cancer. A Guidebook for Parents on Supporting the Children, when one of the Parents is diagnosed with Cancer] Oulu, 2004.

VI. “ BESZÉLJÜNK A GYERMEKEKRŐL“- NAPLÓ

A család neve:	
A gyermek/serdülő neve:	
Családi azonosító:	

1. Bevezető beszélgetés: A módszer bemutatása

Amikor a szakemberek a gyerekekről beszélgetnek a szülővel, nagyon fontos odafigyelni a megfelelő attitűdre. A szakembernek őszintén és pozitívan kell érdeklődést mutatni a gyermekekkel kapcsolatosan. Az emberek általában mosolyognak, amikor a gyermekekre gondolnak – a szülő gyermekei sem lehetnek kivételek. Ha a szakember a gyerekről gondterhelt arccal és komor hangon kezd beszélni, ez azt az üzenetet hordozza a szülő számára, hogy a szakember elvárja, hogy a gyerekkel baj legyen. A szülő visszahúzódomóvá válhat és úgy érezheti, hogy mindkettő, ő és a gyerek, már stigmatizáltakká váltak.

1. A “beszéljünk a gyermekekről” módszer bemutatása: célok meghatározása, a módszer felépítésének elmagyarázása	<input type="checkbox"/> *

* Kérjük, hogy mindig pipálja ki, ha az adott pont megtörtént!

2. A másik szülő vagy egy segítő személy meghívása	<input type="checkbox"/>

3. A szülőknek szánt információs anyagok átadása	<input type="checkbox"/>

4. Az első beszélgetés lezajlott	<input type="checkbox"/>

Elkezdheti a “Beszéljünk a gyermekekről” beszélgetést azonnal, ha az érintettek jelen vannak (egyedülálló szülő nem akar senkit hívni, mindkét szülő jelen van)

JEGYZETEK

--

ÉRTÉKELÉS

1. a gyermekekről szóló beszélgetés kezdése:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

2. A célok és a módszer felépítésének megmagyarázása:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

3. A résztvevők általános attitűdje:

nagyon pozitív volt	pozitív volt	semleges volt	negatív volt	nagyon negatív volt
---------------------	--------------	---------------	--------------	---------------------

4. A szülő/szülők

nagyon motiváltak volt/voltak	motiváltak volt/voltak	kevés motivációt mutatott/mutattak	alig volt/voltak motiváltak	egyáltalán nem volt/voltak motiváltak
-------------------------------	------------------------	------------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------

Magyarázó megjegyzések

Az egyik szokásos tanácsadás/terápiás ülés alatt a szülőnek elmondjuk, miért lenne szükséges a gyermekekről beszélni és mik lesznek a témák, amikről beszélni fogunk. Bármilyen kérdése lenne a szülőnek, választ kap rá.

“Már egy ideje vannak ezek a beszélgetéseink, de még nem beszélünk igazán a gyermekekről... Azt gondoltam, hogy most/legközelebb nagyon jó alkalom kínálkozik arra, hogy beszéljünk róluk. Talán különösen hangzik, de egészen az utóbbi időig nem vették észre, hogy sok szülő aggódik a gyermekeivel kapcsolatban, ha a másik szülőnek mentális problémái vannak..... Néhányan azon aggódnak, hogy a gyermekek mit vehettek észre, mások azért, hogy a gyermekek is örökölhetik a hajlamot, vagy hogyan érintik a problémák a gyermekek életét. Ismerősnek tűnik ez? ... Azt javaslom, beszéljük meg ezeket és a többi fontos idekapcsolódó dolgot, és együtt számba vehetjük, mit tegyünk, mi lenne a legjobb a gyermekeknek, és amennyiben van ok az aggodalomra, akkor hogyan kezelhetők a felmerült problémák.

A szülők is különböző módokon támogathatják gyermekeiket. Milyen érzés ez önnek?... Az én javaslatom, hogy két alkalommal beszéljünk ezekről a kérdésekről. Természetesen gyakrabban is találkozhatunk, ha szükséges, de kezdjük egyelőre ezzel a két alkalommal. Az elsőn ön beszélhetne a gyermekeiről. Arra fókuszálnánk, hogy milyenek a gyermekei, mi érdekli őket, hogyan boldogulnak együtt. Beszélhetünk örömeikről, aggodalmaikról és ha önnek is vannak aggodalmai velük kapcsolatban, arról is beszélhetünk. A második alkalommal még jobban kiemelnénk, hogyan viszonyulnak az ön problémájához, és ön hogy kezeli ezt a családban. És arról is beszélhetnénk, hogy mit tehetnek a szülők, hogy segítsenek gyermekeiknek. Mit gondol ön erről?”

Ha a szülő nem mutat érdeklődést, vagy visszautasítónak tűnik, lehet, hogy fél a gyermekvédelmi intézkedésektől vagy attól, hogy a gyermekeit gondozásba veszik.

“Nem vagyok biztos benne, de ön egy kissé határozatlannak tűnik... Nem tudom, mit gondol, de sok szülő kezd el azon gondolkoni, hogy elveszti a szülői gondoskodás jogát vagy hogy a gyerekeket gondozásba veszik. De a mi célunk itt az, hogy a szülőket támogassuk. Sok szülő aggódik hosszú időn át a gyermekei miatt, anélkül hogy bármilyen segítséget kapna. Ha van valamilyen kiegészítő szolgáltatás, ami a családjának segíthet, gondolkodhatunk róla, megpróbálhatjuk elintézni.”

2. Első megbeszélés



I. A résztvevők köszöntése és a módszer bemutatása

1. A résztvevők köszöntése és a módszer bemutatása	<input type="checkbox"/>

2. Az első ülés/találkozás céljának elmagyarázása	<input type="checkbox"/>

3. A család szerkezete, kikből áll a család?	<input type="checkbox"/>

4. Ha nem ismeri a szülőket, az érintett szülő tüneteit és mentális problémáit, valamint a házastárs ezzel kapcsolatos tapasztalatait röviden meg kell beszélni	<input type="checkbox"/>

II. Feljegyzések a gyermek helyzetéről és fejlődéséről

1. A módszer elmagyarázása: az erősségek és sérülékenységek feltérképezése	<input type="checkbox"/>

2. Feljegyzések a gyermek helyzetéről és fejlődéséről, ld. az életkori sajátosságokat a mellékletben	<input type="checkbox"/>
4.1. TERHESSÉG	
4.2 CSECSEMŐ ÉS KISGYERMEKKOR (születéstől 3 éves korig)	
4.3 ÓVODÁSKOR (3-6 év)	
4.4 ISKOLÁSKOR A SERDÜLŐKORIG (7-12év)	
4.5 SERDÜLŐKOR (13-18év)	

III A beszélgetés összefoglalása, a következő alkalom megbeszélése

1. Kérdezze meg a szülőket, hogyan érezték magukat a beszélgetés alatt?	<input type="checkbox"/>

2. Adja meg a következő megbeszélés témáját és ismétlje meg a következő alkalom napját és időpontját	<input type="checkbox"/>

ÉRTÉKELÉS

1. a gyermekekről szóló beszélgetés elkezdése:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

2. A célok és a módszer felépítésének megmagyarázása:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

3. A résztvevők általános attitűdje:

nagyon pozitív volt	pozitív volt	semleges volt	negatív volt	nagyon negatív volt
---------------------	--------------	---------------	--------------	---------------------

4. A szülő/szülők

nagyon motiváltak volt/voltak	motiváltak volt/voltak	kevés motivációt mutatott/mutattak	alig volt/voltak motiváltak	egyáltalán nem volt/voltak motiváltak
-------------------------------	------------------------	------------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------

3. Második megbeszélés



Nehéz bármilyen meghatározott rendben felsorolni ennek a megbeszélésnek a témáit, mert összekeverednek, a család és a gyermekek helyzetétől függően. Az információs rész átfordulhat speciális problémák megbeszélésébe, így ezek hamarabb kerülhetnek sorra, mint ahogyan azt a naplóban felsoroltuk. Azonban minél gyakorlottabb a beszélgetést vezető szakember, annál inkább megengedett a témák összekeveredése.

I Röviden beszéljék meg az előző találkozást és adja meg ennek a második találkozásnak a célját.

1. Milyen érzéseik voltak az előző találkozás után?	<input type="checkbox"/>

2. Ennek a második beszélgetésnek a célja	<input type="checkbox"/>

II Kölsönös megértés és az alapszabályok

1. Elolvasta a kapott információs anyagokat? Van olyan téma, amivel kezdeni szeretné?	<input type="checkbox"/>

2. A legfontosabb, hogy beszéljünk a problémákról: Milyen érzése van ezzel kapcsolatban? Hogyan Tudnék Én Segíteni a Gyermekeimnek?	<input type="checkbox"/>

3. Információ: A kölcsönös megértés védi a gyermeket.	<input type="checkbox"/>

4. Információ: Hogyan értelmezik a gyermekek szüleik tüneteit	<input type="checkbox"/>

5. Beszélte-e a szülő otthon a problémáiról, és ha igen, mit mondott?	<input type="checkbox"/>

6. Információ: Alapvető szabályok és elvek a gyerekekkel való beszélgetéshez	<input type="checkbox"/>

III Érintendő speciális témák: információs célból, és megfontolás céljából

1. A gyermek büntudatának élménye és hogyan könnyítsünk rajta	<input type="checkbox"/>

2. A szülő problémája az indulatok, késztetések kontrollálásával	<input type="checkbox"/>

3. A gyermek informálása a szülő kezeléséről	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

--

4. Gyermek és félelmeik a szülő jóllétével és a válással kapcsolatban	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

--

5. Napi rutin: háztartási teendők és a gyermekek ellátása	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

--

6. A gyermek házon kívüli kapcsolatrendszere	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

--

7. Emeljenek ki egy tünetet/problémát mint példát	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

- Hogyan látja a gyermek?
- Beszéljék meg együtt, hogyan lehet ezt megmagyarázni a gyermeknek?

--

IV A gyermekek támogatása

“Most megbeszéltük, hogy a szülők mentális problémái általában hogyan érintik a gyermekeket, és hogy különösen az ön családjában miként van ez. Az utolsó megbeszélésünkön beszéltünk a gyermekekről és meghatároztuk mindegyikük erősségeit és sérülékenységeit. Végigmehetünk ismét minden gyerek erős és gyenge pontjain, és utána próbálhatunk olyan módokat találni, amelyekkel az erősségek fejlődhetnek és a gyenge pontok megoldhatók. Ha már megbeszéltünk valamit, nem szükséges újra beszélni róla. De ha fontos, röviden áttekinthetjük.”

1. Erősségek (minden gyereké külön meghatározva)	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

--

2. Gyenge pontok	<input type="checkbox"/>
------------------	--------------------------

--

3. A Hatékony Családi Háló találkozó és/vagy kiegészítő szolgáltatások iránti igény felmérése	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

--

4. Beszéljen az elérhető gondozó és prevenciós szolgáltatásokról	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

--

5. Felkészülés a Hatékony Családi Háló találkozóra, ha szükséges	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

- Ismertesse a céljait és felépítését
Egyezzenek meg a témákban, a résztvevők személyében, az időpontban, és abban, hogy ki küldi el a meghívókat

--

--

V Következtetések

1. Van-e még kérdés, amiről beszélni szeretnének?	<input type="checkbox"/>

2. Mit gondol(nak) erről a megbeszélésről? Hogyan érzi(k) magát/magukat ezzel kapcsolatban?	<input type="checkbox"/>

3. A jövőt tekintve: Bátorítsa a szülőket, hogy beszéljenek a gyermekekről a következő alkalomig, osszák meg örömeiket és aggodalmaikat egyaránt	<input type="checkbox"/>

ÉRTÉKELÉS

1. A “Kölcsönös megértés és alapszabályok” téma

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

2. Az “Érintendő speciális témák”

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

3. A “gyermekek támogatása” téma:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

4. A “Hatékony Családi Háló találkozó” előkészítése:

nagyon jól ment	jól ment	megfelelő volt	nem ment túl jól	nagyon rosszul ment
-----------------	----------	----------------	------------------	---------------------

5. A résztvevők általános attitűdje:

nagyon pozitív volt	pozitív volt	semleges volt	negative volt	nagyon negative volt
---------------------	--------------	---------------	---------------	----------------------

6. A szülő/szülők:

nagyon motivált(ak) volt(ak)	motivált(ak) volt(ak)	kevés motivációt mutatott/mutattak	alig volt/voltak motiváltak	egyáltalán nem volt/voltak motiváltak
---------------------------------	-----------------------	---------------------------------------	--------------------------------	---

4. Feljegyzések a gyermek helyzetéről különböző életkori szakaszaiban

Ha egy jellemzőt gyengeségnek tekint, kérdezze meg, hogy ez mindig fenn áll-e, vagy volt-e változás benne. Ha változott, kérdezze meg a szülőket, hogy mikor vették észre a változást, és mit gondolnak mi az oka.

4.1 TERHESSÉG

A terhesség a növekedés, fejlődés és a szülői szerepre való felkészülés ideje: a baba növekszik és fejlődik, hogy képes legyen a kinti életre, a szülők felkészülnek az új családtagra – és ha ez az első gyerekük – a szülői szerepre. A várandós anya és apa helyzete megteremti a jövőendő szülői szerep alapjait.

Erősség (ERŐ)– nincs probléma

Sérülékenység (SÉR)– a támogató rendszer gyenge, problémák vannak

1. Mint anya, mit gondol a terhességéről?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Milyen érzései vannak, mint apának?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mint szülő, vannak-e problémái?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Mint anya, vannak-e nehézségei/komplikációk a terhességgel kapcsolatban?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mint anya, mit gondol a szülővé válásról?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Mint apa, mit gondol a szülővé válásról?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Mint szülők, hogyan jellemeznék kapcsolatukat, támogatják-e kölcsönösen egymást?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Van- e házastársának mentális problémája valamilyen kábítószerrel vagy alkohollal kapcsolatban?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Családon kívüli szociális kapcsolati háló	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MEGJEGYZÉSEK



JAVASLATOK:

Ha egy terhes anya, vagy egy kisgyermekes anya/apa mentális problémák miatt gondozásba kerül, ajánlott egy Hatékony Családi Háló találkozó a Terhesgondozóval ill. Gyermekrendelővel és más szükséges támogatások is javasoltak. Így a szakemberek tisztában lesznek a helyzettel, és támogatni tudják majd a családot. A megbeszélés alkalmat kínál, hogy a szülőkkel együtt megfontolják az elérhető támogató szolgáltatások igénybevételét. Ha a sérülékenység már ismert, különösen fontos a Hatékony Családi Háló találkozó.

4.2 CSECSEMŐK ÉS KISGYERMEKEK (0-3 év között)

Az újszülött számára az első kihívás a kapcsolatteremtés a hozzá legközelebb állókkal. Később fontos megtanulni a testi és lelki folyamatok kontrollálását. A kisgyermeknek készen kell állniuk saját határaik és akaraterejük kipróbálására. Ha probléma van, a gyermek passzív, flegmatikus, levert, nyafog és boldogtalan. Ilyenkor a gyermek nem leli örömét a szüleivel való együttlétben, könnyen sír, és az alvási és táplálkozási ciklusa felborul. A kisgyermek állandóan rosszkedvű, lóg a szülein és nem képes elviselni, ha szem elől veszi őket.

Ha egy jellemzőt sérülékenységgént határoztak meg, kérdezzük meg, hogy ez mindig így volt, vagy van-e benne változás. Ha van változás, kérdezzük rá, hogy a szülők mikor vették észre, és mit gondolnak, mi az oka.

A. A gyermek leírása. Milyen az ön gyermeke?

1. Hogyan viselkedik az ön gyermeke, általában milyen a kedve?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mint szülő, vannak-e aggodalmai a gyermekével kapcsolatban?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mint szülő keresett és kapott-e segítséget? Honnan?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Otthon

1. Élvezi gyermeke a szülei társaságát?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Élvezi gyermeke a testvére/testvérei társaságát?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Hogyan tölti az időt gyermekével? Mit szoktak csinálni? Van-e valami a gyermekében, ami igazán boldoggá teszi önt?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jellemezze az étkezéseket!	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Hogyan alszik gyermeke?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Mint szülő, érez-e stresszt vagy konfliktusokat a gyermekkel?	ERŐ.	SÉR

	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------	--------------------------

7. Mint szülő, hogyan kezeli a stresszt és konfliktushelyzeteket? Mit tesz Ön?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Bölcsődében és más gyermekek társaságában

1. Szereti gyermeke a bölcsődét?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Van-e a gyermekének kifejezetten szoros kapcsolata a bölcsőde valamelyik gondozójával?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Mennyire együttműködő gyermeke a napi szokásokban?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Vannak gyermekének barátai, játszik a többi gyerekkel?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Milyen az együttműködés a szülő és a bölcsőde személyzete között?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D. Szülői szerep és háztartási teendők

1. Mint szülő, hogyan képes ellátni a gyermekkel és a háztartással kapcsolatos teendőket?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Kap-e segítséget a házastársától?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Vannak-e a házastársának mentális problémái, vagy függőségi gondjai?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Mint szülők, mit gondolnak a szülői szerepről?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MEGJEGYZÉSEK:



JAVASLATOK:

Ha egy csecsemő anyja vagy apja mentális problémák miatt gondozásba kerül, javasolt a Hatékony Családi Háló találkozó összehívása a megfelelő egészségügyi és szociális szakemberekkel (szociális munkás, körzeti orvos, gyermekorvos, stb.). Így a szakemberek tisztában lesznek a helyzettel, és képesek lesznek támogatni a családot és a gyermek fejlődését. A megbeszélés alkalmat ad arra, hogy a szülőkkel együtt megfontolják az elérhető támogató szervezetek igénybevételét. Ha a sérülékenységek már ismertek, különösen fontos a “Hatékony Családi Hálózat” találkozó megszervezése.

4.3 ÓVODÁSKOR (3-6 év)⁶

Az óvodáskor kreatív fejlődési szakasz. Minden túlzott: sok beszéd, sok játék, és sok érzelem jellemzi. Az óvodáskorú gyermekek egyik pillanatban kegyetlen óriások, a következőben kicsi, aranyos babák. Az óvodást minden érdekli, amit lát, sokat kérdez, és fel akarja fedezni a környezetét. A szülők még fontosak, de már kezdenek a családon kívüli barátokra is figyelmet fordítani.

Ha az óvodásnak problémái vannak, elveszíti érdeklődését a játék iránt, nem tud kitalálni semmi játékot, nyugós és lóg a szülein. Lehangolt és sírós lehet, esetleg evési, alvási, szobatisztasági és öltözködési problémák is megjelennek. A szülőtől való elválás szorongást vált ki. A gyermek lehet, hogy dühös, rosszkedvű, szeszélyes és hajlamossá válik ok nélkül bántani a kisebbeket. De gondoljunk arra is, hogy minden gyermek lehet néha szomorú és rosszkedvű. Aggodalomra csak akkor van ok, ha a viselkedési és érzelmi problémák eluralják a gyermek életét.

A mentális problémákkal rendelkező szülő különösen nehéznek találja az együttműködést a dacos gyermekkel, vagy ha a gyermek tapad hozzá. Megkönnyebbülés lehet a számára, ha gyermeke elfordul tőle. A szülő ezt nem fogja problémának tekinteni. A szakembernek rá kell kérdeznie, hogy a gyermek nem vált-e visszahúzódomá.

Ha egy kérdést sérülékenységgént azonosítunk, kérdezzon rá, hogy ez mindig jellemző volt-e, vagy volt-e változás benne. Ha volt változás, mikor vette észre a szülő, és szerinte mi lehet az oka.

A. Jelmezze gyermekét. Milyen ő?

1. Hogyan viselkedik az ön gyermeke és általában milyen a kedve?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Vannak-e aggodalmai a gyermekkel kapcsolatban?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Mint szülő keresett és kapott-e segítséget?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Otthon

1. Jól érzi-e gyermeke magát Önnel, mint szülővel?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Élvezi gyermeke a testvéreivel való együttlétet?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

⁶ Az eredeti angol szövegben Preschoolers (4-6 years) szerepel, ami az angolszász iskolarendszer iskolaelőkészítő időszakának felel meg. A magyar fordításban a Magyarországon érvényes terminológiát és korszakolást használjuk. (A fordítók)

3. Hogyan töltik együttléteiket a gyermekkel, mit szoktak csinálni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Élvezi a gyermek a játékot?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Hogyan eszik, alszik, öltözik, használja a WC-t?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Sok konfliktusuk van?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Mint szülő, hogyan kezeli ezeket a helyzeteket? Hogyan viselkedik ön konfliktus esetén?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Óvodában és más gyermekek társaságában

1. Szeret a gyermeke óvodába járni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Van-e a gyermeknek valakivel az óvoda dolgozói közül különleges kapcsolata?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Hogyan boldogul a mindennapi óvodai szokásokkal a gyermek?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Vannak gyermekének barátai, játszik más gyerekekkel?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. A szülő és az óvoda személyzete közötti együttműködés	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Szülői szerep és háztartási teendők

1. Mint szülő, hogyan képes ellátni a gyermekkel és a háztartással kapcsolatos teendőket?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Kap-e segítséget a házastársától?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Vannak-e a házastársának mentális problémái, vagy függőségi gondjai?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Mint szülők, mit gondolnak a szülői szerepről?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MEGJEGYZÉSEK:

JAVASLATOK:

Ha sérülékenységet találunk, a “Hatékony Családi Hálózat” megbeszélés javasolt a szociális munkással, a családgondozó központtal, óvodával, pszichiáterrel, gyermek kórházzal stb. Így a szakemberek látni fogják a helyzetet, és tudják támogatni a szülőket és a gyermek fejlődését. Ha szükséges, gyermekpszichiáter szakértőt vagy a családgondozó központ munkatársát kell felkérni, hogy vizsgálja meg, igényel-e a gyermek további pszichiátriai kivizsgálást és egyéb támogatást.

4.4 ISKOLÁSKOR A SERDÜLŐKORIG (7-12 ÉV)

Az iskola teljesen új kihívás, és az iskolakezdés a gyermeket felnőttekkel és esetleg új gyermekek százaival hozza rendszeres kapcsolatba. A jól fejlődő gyermek lelkes, kíváncsi és motivált az új szociális helyzetbe kerülésre – különösen, ha egy felnőtt támogatja ebben. A gyermek élvezi az iskolát, még ha néha unalmas is. Lesznek konfliktusos helyzetek, de ezek megoldhatók. A gyermek új barátokat szerez, mivel a barátság egyre fontosabbá válik számára, élettere kitágul, új hobbikat talál.

A depressziós gyermek rosszkedvű, barátságtalan, könnyen sír, motiválatlan, nem törődik a házi feladattal, ingerült, félelmei vannak, rosszul alszik, nem szeret iskolába járni, visszahúzódó, magányos és a halálról beszél.

Viselkedési problémái lehetnek: dacos, zsémbes, követelőző, más gyerekekbe beleköt, szándékos konfliktuskeresőnek tűnik, nincs veszélyérzete. Megjelenhetnek más viselkedési jellemzők is: kényszeres, rögeszmés tünetek, rituálék, evési problémák.

A mentális problémával rendelkező szülő különösen nehéznek találhatja a dacos és dühös gyermekkel való foglalkozást, vagy ha a gyermek lóg a szülőn. Megkönnyebbülés lehet a számára, ha a gyermek elfordul tőle. Így a szülő ezt nem tekinti problémának. A szakembernek meg kell kérdeznie, hogy a gyermek visszahódó-e, elszigeteli-e magát a többiektől. Sok mentális zavar része lehet a csökkent impulzivitás kontroll és a szakembernek rá kell kérdeznie, hogy milyen durván kezelik a szülők a gyermekeket.

Ha egy kérdést sérülékenységgként azonosítunk, kérdezze meg, hogy ez mindig fennállt-e, vagy volt-e változás e tekintetben. Ha volt, kérdezze meg, hogy a szülők mikor vették észre a változást, és mit gondolnak, mi az oka.

A. Jellemezze gyermekét. Milyen az ön gyermeke?

1. Hogyan viselkedik gyermeke, milyen általában a hangulata?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mint szülőnek, vannak-e aggodalmai a gyermekkel kapcsolatban?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mint szülő kerest-e és kapott-e segítséget?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Otthon

1. Kapcsolata önnel, mint szülővel	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Kapcsolata testvéreivel	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Hogyan viszonyul gyermeke a napi teendőkhöz: alvás, evés, öltözködés, tisztálkodás?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Mint szülő, észrevett-e valamilyen sajátos jellemzőt gyermeke viselkedésében vagy érzelmeiben? pl.	ERŐ	SÉR
Depresszió, öngyilkossági cselekedetek/ beszéd/ gondolatok	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szorongás, fóbiák, rögeszmék, kényszeres tünetek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koncentráció képtelenség, nyugtalanság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Visszahúzódo, szégyenlős, fél, hogy belekötnek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dacosság, beleköt másokba, egyéb viselkedési problémák?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Sokszor kerülnek konfliktus helyzetbe?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Mint szülő, hogyan kezeli ezeket a helyzeteket? Mit szokott tenni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Az iskolában

1. Gyermeke szereti-e az iskolát?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Hogyan teljesít az iskolában gyermeke? Hogyan áll a házi feladatokhoz?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Hogyan jön ki gyermeke az osztálytársaival?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Gyakran hiányzik vagy késik gyermeke az iskolából?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. A szülők és az iskola közötti együttműködés	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D. Szabadidő eltöltése hétköznapi délután és hétvégén

1. Mint szülő, hogyan tölt időt a gyermekével? Mit szoktak csinálni? Van-e valami gyermekével kapcsolatos dolog, ami a szülőt igazán boldoggá teszi?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1. Van-e a gyermekének hobbija?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Hogyan jön ki az ön gyermeke más gyermekekkel? Mit szoktak együtt csinálni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Képernyőhasználat: TV, számítógépes/konzol/videó játékok, Internet	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E. Szülői szerep és háztartási teendők

1. Mint szülő, hogyan képes ellátni a gyermekkel és a háztartással kapcsolatos teendőket?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Kap-e segítséget a házastársától?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Vannak-e a házastársának mentális problémái, vagy függőségi gondjai?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Mint szülők, mit gondolnak a szülői szerepről?	ERŐ.	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MEGJEGYZÉSEK:

JAVASLATOK:

Javasolt, hogy a szülők beszéljenek a tanárral vagy más szakemberrel, pl. iskolapszichológussal az otthoni helyzetről. Ez lehetővé teszi, hogy az iskola tekintettel legyen a gyermek helyzetére, megértéssel kezelje őt és ha szükséges, megfelelő támogatást nyújtson. "Hatékony Családi Hálózat" megbeszélést lehet szervezni az iskolával. Ez különösen fontos, ha a gyermeknek problémái vannak a társas kapcsolataiban, vagy a tanulásban, vagy ha a gyermek gyakran késik, hiányzik az órákról, és nem szívesen jár iskolába.

4.5. SERDÜLŐKOR (13-18 év)

A serdülőkor az az időszak, amikor a szülők és a gyermekek újratárgyalják kapcsolatukat. A szülők feladata megteremteni az alapokat a "leváláshoz". Az otthonon kívüli elfoglaltságok és barátok nagyon fontosak és fokozatosan a randevúzás is megjelenik. A családon kívüli élet fontos, de megvannak a veszélyei is. Ha a szülőnek mentális problémái vannak, ez megvédi a fiatalt a ház elhagyásától, vagy éppen olyan sok időt tölthet házon kívül, amennyit csak bír. Ha a gyermek sokáig kimarad, ott a veszélye a nem kívánatos társaságnak és elfoglaltságoknak (amelyek magukban foglalhatják a tanulással szembeni negatív attitűdök, droghasználat, dohányzás és antiszociális viselkedés megjelenését).

A depressziós serdülő szomorú és titokban sírhat, motiválatlan, nem törődik a házi feladataival, ingerlékeny, félelmei vannak, rosszul alszik, nem szeret iskolába járni, visszahúzódo, otthonülő, magányos és a halálról beszél.

A serdülőkorban megjelenő viselkedési problémák lehetnek: rossz hangulat, durvaság, követelődzés, más gyerekek piszkálása, állandó konfliktus keresés, veszélyérzet hiánya. Nem tartja be a megbeszélte hazatérési időpontokat, sokáig kimarad, későn fekszik, felborul a napi ritmusa. Késik vagy hiányzik az iskolából. Kábítószer- alkohol használat, dohányzás jellemzi. Másfajta viselkedési zavarok is előfordulhatnak: kényszeres tünetek, rituálék, táplálkozási zavarok, súlyos elszigetelődés, furcsa beszéd stb.

Ha a mentális zavarokkal rendelkező szülőnek nagyon bonyolult a kapcsolata a serdülővel, megkönnyebbülés lehet, ha a gyermek ritkán van otthon és lehet, hogy a szülő nem is képes problémaként felfogni ezt. Rá kell kérdezni erre.

Ha egy témát sérülékenységgént azonosítunk, kérdezzük meg, hogy a jelenség mindig fennáll-e vagy volt-e változás ezzel kapcsolatban. Ha igen, mikor észlelte a változást a szülő, és mit gondol, mi az oka?

A. Jellemezze a fiatalt. Milyen az Ön serdülőkorú gyermeke?

1. Hogyan viselkedik gyermeke és általában milyen a kedve?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mint szülőnek, vannak-e aggodalmai a gyermekével kapcsolatban?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mint szülő keresett és kapott-e segítséget?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Otthon

1. Kapcsolata a szülőkkel	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Kapcsolata a testvéreivel	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mi jellemző a fiziológiai szükségletek kielégítésére, mint alvás, evés?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	ERŐ	SÉR
4. Mint szülő észrevett-e bármit az alábbi speciális jellemzők közül a serdülő viselkedésében, érzelmeiben pl:		
Depresszió, öngyilkossági cselekedet/beszéd/gondolatok	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szorongás, fóbiák, kényszeres tünetek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koncentrációra való képtelenség, nyugtalanság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Visszahúzódozó, szégyenlős, fél, hogy piszkálják	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Táplálkozási problémák, hányás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Közönyösség, ellenállás, alkohol, kábítószer használat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Elszigetelődés, mások társaságától elzárkózás, furcsa gondolatok/ beszéd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Sok konfliktusa van?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Hogyan kezeli ön ezeket a helyzeteket? Mit szokott csinálni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Az iskolában

1. Élvezi-e az ön serdülőkorú gyermeke az iskolát?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Hogyan teljesít az iskolában? Mi van a házi feladatokkal?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Hogyan jön ki a serdülő az iskolatársaival?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Gyakran késik vagy hiányzik az iskolából?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. A szülők és az iskola közötti együttműködés	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D. Szabadidős tevékenység hétköznapi délután és hétvégeken

1. Van-e a családnak közös szórakozása, hobbija?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Van-e valamilyen hobbija a serdülőnek?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Képernyőhasználat: TV/konzol/video/számítógépes játékok, Internet	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Hogyan jön ki a serdülő a hasonló korú társaival? Mit szoktak együtt csinálni?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Vannak-e a serdülőnek tervei a jövőre?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E. Szülői szerep és háztartási teendők

1. Mint szülő, hogyan boldogul a gyermekekkel és a háztartással?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Mint szülő, kap-e a házastársától támogatást?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Vannak-e a házastársának mentális problémái, vagy függőségi gondjai?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Mint szülők, mit gondolnak a szülői szerepről?	ERŐ	SÉR
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

MEGJEGYZÉSEK.

JAVASLATOK

Ajánlatos, hogy a szülők beszéljenek a tanárral vagy más szakemberrel és/vagy a gyermekvédelmi felelőssel az otthoni helyzetről. Ez lehetővé teszi, hogy az iskola figyelembe vegye a gyermek helyzetét, megértéssel kezelje és ha szükséges megfelelő támogatást nyújtson. Hatékony Családi Háló megbeszélést lehet szervezni az iskolával. Ez különösen fontos, ha a serdülőnek társas kapcsolati, tanulási problémái vannak, gyakran késik vagy hiányzik az órákról, vagy nem akar iskolába járni. Ha a fiatalnak magatartási vagy mentális problémái vannak, azt komolyan kell venni és sügősen "Hatékony Családi Hálózat" találkozót kell szervezni a Gyermekjóléti/Családsegítő/Gyermekpszichiátriai ellátórendszer bevonásával.