QENDRA PËR SHËNDETIN MENDOR TË FËMIJËVE DHE ADOLESHENTËVE

Së bashku për një zhvillim dhe mirëqenie të shëndetshme të fëmijëve, adoleshentëve dhe familjeve

SHËNDETI MENDOR I FËMIJËVE DHE ADOLESHENTËVE ËSHTË SHUMË I RËNDËSISHËM

Fëmijëria dhe adoleshenca janë periudha jetësore vendimtare, kur ndodh zhvillim i shpejtuar fizik (trupor) dhe psikosocial. Gjatë kësaj periudhe, fëmijët dhe adoleshentët kalojnë nëpër ndryshime të shumta dhe nëpërmjet përvojave zhvillojnë aftësitë e veta kognitive dhe socio-emocionale, të cilat krijojnë bazën e shëndetit mendor në moshë të rritur.

Mirëqenia mendore është pjesë shumë e rëndësishme e shëndetit të përgjithshëm, pasi ashtu si shëndeti fizik ashtu edhe ai mendor ndikojnë në të menduarit, të përjetuarit, ndjenjat si dhe sjelljen.

Shpesh ndodh që fëmijët dhe adoleshentët të përballen me sfida dhe shqetësime, që janë reagim i zakonshëm ndaj rrethanave, situatave dhe ndryshimeve në jetën e tyre. Problemet janë zakonisht kalimtare, kështu që fëmijët dhe adoleshëntët i zgjidhin vetë ose i zgjidhin me ndihmën dhe mbështetjen e të afërmve. Megjithatë, ndonjëherë duhet të kërkohet ndihmë profesionale.

KUR TË KËRKOJMË NDIHMË

Shumë herë ndodh që fëmijët dhe adoleshentët, për një kohë më të gjatë të ndiejnë shqetësime personale, për të cilat as vetë por as me ndihmën e të afërmve nuk mund t'i zgjidhin.

Sjelljet dhe ndjenjat shqetësuese shëndetësore (psh. në shtëpi, në çerdhe/shkollë, gjatë aktiviteteve të lira, kur janë në kontakt me të tjerët....) i vërejnë edhe të rriturit. **Nëse sjellja përnjëherë ka ndryshuar fuqishëm apo një sjellje e tillë është prezente apo zgjat që një kohë, duhet sa më parë të reagojmë.**

Është shumë me rëndësi, që një sjellje të tillë ta identifikojmë me kohë dhe sa më parë të marrim masa, pasi për të ekziston ndihmë efikase profesionale.

Qendra për shëndetin mendor të fëmijëve dhe adoleshentëve ofron mbështetje të plotë dhe të disponueshme profesionale për fëmijët dhe adoleshentët si dhe familjet në mjedisin lokal.

SI ZHVILLOHET MBËSHTETJA DHE NDIHMA

Për konsultime me profesionistët në Qendrën për shëndetin mendor të fëmijëve dhe adoleshentëve mund të vendosë fëmija vetë, ose për ndihmë mund të drejtohen edhe prindërit/kujdestarët. Për fillimin e seancës nuk është i domosdoshëm udhëzimi.

Në qendër mund t'ju drejtojë edhe mjeku i përzgjedhur personal, pediatri, edukatori, mësuesi apo këshilltari i Qendrës për punë sociale, ofruesit e programeve të përkujdesit social apo institucionet tjera pjesëmarrëse, të cilat ndihmojnë të krijojnë kontaktin e parë me fëmijën, adoleshentin apo prindin/kujdestarin.

Në të njëjtin vend, në dispozicion keni ekipin e profesionistëve:

- infermiere,
- punonjës socialë,
- terapeutë,
- logopedë
- pedagogë specialë,
- psikologë
- psikiatër të fëmijëve dhe adoleshentëve.

Ju ofrojnë lloje të ndryshme të ndihmës:

- mbështetje dhe trajtim,
- mbështetje anëtarëve të tjerë të familjes,
- programe për prindër dhe kujdestarë
- këshillime dhe edukim,
- psikoterapi individuale dhe në grup

Qendra bashkëpunon po ashtu edhe me insitucionet dhe organizatat tjera në mjedisin lokal, të cilët po ashtu ofrojnë mbështetje dhe ndihmë për të njëjtën problematikë.

Në seancën e parë, me infermieren do të diskutoni mbi problemet dhe do të caktoni takimin e parë në qendër. Në takimin e parë do të jetë i ftuar fëmija respektivisht adoleshenti; në procedurë mund të kyçen edhe prindërit respektivisht kujdestarët si dhe e tërë familja. Më tej, të gjithë së bashku do të hartoni një plan të asistencës më të përshtatshëm për juve.

Mira

za duševno zdravje

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

NIJZ Nacionalni inštitut za **javno zdravje**

Dizajn: **idearna.**

Së bashku të kujdesemi për mirëqenien e fëmijëve dhe adoleshentëve. Për çdo pyetje, jemi në dispozicionin tuaj – na telefononi dhe me kënaqësi do t'ju ndihmojmë.

Në raste urgjente dhe në kushte kërcënuese për jetën, kërkoni ndihmë në qendrat e urgjencës ose telefononi në 112.

Rrjeti i qendrave të shëndetit për fëmijë dhe adoleshentë u krijua si pjesë e Programit kombëtar për shëndet mendor MIRA. Për më shumë informata na vizitoni në **zadusevnozdravje.si**

INFORMATAT KONTAKTUESE