

Ψυχολογική υποστήριξη παιδιού και εφήβου

Το παιδί και η οικογένεια αποτελούν ένα σύνθετο πλαίσιο με ποικίλες δυναμικές. Η πρόκληση της καθημερινότητας και πλήθος άλλων παραγόντων (περιβαλλοντικών, διαπροσωπικών, κοινωνικών κ.α) πολλές φορές δυσχεραίνουν τις σχέσεις των μελών της δημιουργώντας εντάσεις και προκλήσεις για τα μέλη της. Η ψυχολογική υποστήριξη τόσο των παιδιών όσο και της οικογένειας έχει ως κύριο σκοπό να ομαλοποιήσει τις σχέσεις των μελών της, να τα ενδυναμώσει ώστε να αντιμετωπίζουν πιο εποικοδομητικά τις όποιες δυσκολίες τους και να θωρακίσει τον θεσμό της οικογένειας.

Ψυχολογική υποστήριξη παιδιού

Το παιδί αποτελεί τόσο για τους γονείς όσο και για τους ειδικούς την μεγαλύτερη πρόκληση. Η δυναμική ενός παιδιού σε συνδυασμό με το ότι εξελίσσεται διαρκώς μας ωθούν στο να είμαστε ευέλικτοι απέναντι τους έτσι ώστε η συμβολή μας στην ανάπτυξη τους να γίνει με τον κατάλληλο και πιο εποικοδομητικό τρόπο γι'αυτά. Η βοήθεια ενός επαγγελματία ψυχικής υγείας κρίνεται απαραίτητη όταν πλήθος παραγόντων επηρεάζουν την ομαλή ανάπτυξη τους:

- οργανικοί (σωματικές παθήσεις)
- αισθητηριακοί (αυτισμός, ΔΕΠ-Υ, λοιπά σύνδρομα)
- ψυχοσυναισθηματικοί,
- μαθησιακές δυσκολίες και ειδικές ανάγκες,
- κοινωνικές δυσκολίες,
- ψυχιατρικές παθήσεις.

Η ψυχολογική στήριξη του παιδιού έχει ως κύριο στόχο την αντιμετώπιση των δυσκολιών και την ομαλότερη πορεία της εξέλιξης τους. Βασικό στοιχείο στην ψυχοθεραπεία αποτελεί το παιδί να νιώθει άνετα για να μπορέσει να επικοινωνήσει τις δυσκολίες του. Επομένως, ο ψυχοθεραπευτής χρησιμοποιεί ποικίλες μεθόδους (λεκτικές και μη λεκτικές μεθόδους, παιχνίδι, θέατρο, εικαστικά κ.α) και γι' αυτό το λόγο η θεραπεία των παιδιών απαιτεί χρόνο. Είναι πολύ σημαντικό να φτιάχνουμε το πλαίσιο της θεραπείας με τα ίδια τα παιδιά και να είμαστε συνεπείς απέναντι τους.

Ψυχολογική υποστήριξη εφήβου

Η εφηβεία είναι ίσως το πιο μεταβατικό στάδιο στην εξελικτική πορεία του ατόμου καθώς είναι η φάση αυτή της ζωής μας που συντελούνται οι μεγαλύτερες αλλαγές στο άτομο σε όλα τα επίπεδα, σωματικό, συναισθηματικό, κοινωνικό, διαπροσωπικό. Ο έφηβος καλείται να αντιμετωπίσει μεγάλες προκλήσεις και να περάσει από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή του. Στην περίπτωση που οι προκλήσεις αυτές τον δυσκολεύουν, ένας επαγγελματίας ψυχικής υγείας μπορεί να αποτελέσει αρωγό στη διαδικασία αυτή.

Μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο ο έφηβος έχει την ευκαιρία να αναδιοργανώσει, να επικοινωνήσει και να διαπραγματευτεί όλα τα θέματα που τον απασχολούν. Παράλληλα του δίνεται η δυνατότητα να επεξεργαστεί τις δυσκολίες της παιδικής του ηλικίας αλλά και να προετοιμαστεί για τον καινούργιο του ρόλο ως ενήλικας. Η θεραπεία των εφήβων χρησιμοποιεί ως κύριο εργαλείο τον λόγο, καθώς στην έφηβη ζωή τους έχουν αναπτύξει πλήρως και λειτουργικά το επικοινωνιακό τους δυναμικό, χωρίς ωστόσο αυτό να αποκλείει την χρήση και άλλων εναλλακτικών μεθόδων (εικαστικές τέχνες, παιχνίδι ρόλων, θέατρο κλπ). Είναι καλό η θεραπευτική παρέμβαση να χτίζεται με τον ίδιο τον έφηβο και να τηρούνται όλοι οι κανόνες δεοντολογίας που διέπουν την θεραπεία των ενηλίκων (θεραπευτικό συμβόλαιο, απόρρητο πληροφοριών.)