

Konsultacje i wsparcie psychologiczne dla rodziców i opiekunów z zakresu uzależnień behawioralnych u dzieci i młodzieży



Drogi Rodzicu, Opiekunie:

Jeżeli:

- + widzisz niepokojące objawy u swojego dziecka w związku z korzystaniem z wirtualnej przestrzeni, potrzebujesz wsparcia i zdobycia wiedzy, jakie zachowania uznawane są za groźne i niepokojące,
- + Twoje dziecko jest nadmiernie zaabsorbowane obecnością w mediach społecznościowych, a wirtualna rzeczywistość staje się dla niego ważniejsza niż realni znajomi i przyjaciele.
- + gry powodują, że Twoje dziecko traci kontakt z rzeczywistością, rezygnuje z aktywności w realnym świecie, „zarywa noce”, granie doprowadziło do kłopotów finansowych, rodzinnych, zaniedbywania obowiązków szkolnych,
- + zaobserwowałeś/aś, że z powodu fascynacji wirtualnym światem Twoje dziecko poświęca dużo więcej czasu, myśli i energii niż realizowaniu pasji, rozrywkom, sportowi i rówieśnikom, nie jest w stanie funkcjonować bez telefonu i komputera, mediów społecznościowych,
- + złości się kiedy stawiasz granice i wprowadzasz zasady i ograniczające dostęp do wirtualnego świata,
- + obserwujesz zachowania, które Cię niepokoją i nie wiesz co możesz zrobić?

**Umów się na konsultacje z psychologiem z zakresu uzależnień behawioralnych
w Centrum Wspierania Rodziny ul. Ks. J. Popiełuszki 17, 32-050 Skawina**

Konsultacje obejmują:

- + udzielanie wsparcia i prowadzenie konsultacji dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich,
- + rozwijanie i udostępnianie bazy informacji o lokalnie działających specjalistach i instytucjach prowadzących terapię uzależnień behawioralnych,
- + prowadzenie działań informacyjnych i edukacyjnych na temat uzależnień behawioralnych,
- + udzielanie wsparcia dla rodziców, opiekunów zagrożonych wystąpieniem w rodzinie problemów opiekuńczo – wychowawczych.

Konsultacje:

- + mogą obejmować od jednego do trzech spotkań, trwających zwykle ok. 50 minut. Dopiero po ich zakończeniu specjalista określi, czy będzie potrzebna dalsza pomoc, a jeśli tak to jakiego rodzaju,
- + udzielane są przez doświadczonego pedagoga, psychologa z trenerskim doświadczeniem zawodowym w obszarze problematyki uzależnień behawioralnych. Praktyk i znawca wirtualnej przestrzeni i social mediów.

Dyżury specjalisty odbędą się:

- + w Centrum Wspierania Rodziny w Skawinie przy ul. Ks. J. Popiełuszki 17
- + w miesiącu czerwiec 2021r. – każda środa w godz. 17.00 – 20.00

Rejestracja: od poniedziałku do piątku pod nr telefonu 12 276 34 10 w godz. 10.00 – 18.00

Konsultacje udzielane są bezpłatnie i anonimowo!

Uzależnienia behawioralne u dzieci i młodzieży

Dotychczas najwięcej niepokoju wśród rodziców, których dzieci dorastają i wkraczają w wiek nastoletni, budziły takie problemy jak ryzyko sięgnięcia przez dziecko po różnego rodzaju substancje psychoaktywne. U niewielkiej części młodych ludzi przeradzało się to w używanie szkodliwe oraz przybierało postać głębszą i bardziej destrukcyjną czyli zespół uzależnienia od narkotyków, alkoholu oraz różnych innych substancji zażywanych celem odurzenia się. Zjawisko takie występowało, występuje i będzie występować pomimo dosyć dobrze poznanego już problemu.

*To, co obecnie zaczyna niepokoić wielu rodziców, opiekunów to wciąż pojawiające się **nowe formy uzależnień**. Są to tak zwane **uzależnienia behawioralne** (zaburzenie nawyków i popędów), które obok środków odurzających stanowią poważne zagrożenie dla zdrowego rozwoju młodego człowieka. Do tej grupy uzależnień zaliczamy aktywności związane z urządzeniami umożliwiającymi poruszanie się po coraz bardziej "wirtualnym" świecie (np. komputery, tablety, telefony komórkowe, nieograniczone zasoby Internetu) – zaawansowane technicznie urządzenia do wymiany danych.*

W klasycznym ujęciu problemu uzależnienia (np. narkotyki, alkohol itp.) osoby uzależnione poszukują określonej substancji. W uzależnieniach behawioralnych dotyczy to możliwości wykonywania określonych czynności. Są to najczęściej zachowania lub działania społecznie akceptowane np. oglądanie telewizji, korzystanie z Internetu, granie w gry hazardowe i inne.

Innymi słowy, uzależnienie behawioralne występuje wtedy, kiedy ulubiona czynność przeradza się w uzależnienie, dziecko czy nastolatek przeżywa inne emocje – są to m.in.: napięcie, stres, lęk, niepokój, złość, przemijająca euforia, poczucie pustki i beznadziejności. Dochodzi do utraty kontroli nad daną czynnością. Odczuwany wówczas przymus prowadzi do podejmowania tej czynności pomimo negatywnego wpływu takiego zachowania na funkcjonowanie. Przez co taka osoba zaniedbuje inne ważne sprawy; szkołę, rodzinę, rówieśników; doświadcza również strat w zdrowiu psychicznym, jak i somatycznym.