



TRUDNE ZACHOWANIA DZIECI

Nie każdym zachowaniem dziecka, które jako rodzice uważamy za trudne, należy się martwić. Często jest ono sposobem na poradzenie sobie z tym, czego dziecko doświadcza, co czuje, czego potrzebuje. Warto różnicować trudne zachowania, które mają swoje źródło w problemach wychowawczych od tych, z którymi warto udać się do specjalisty. Co powinno niepokoić?

Zachowania niepokojące

1. Wycofanie z kontaktów z rówieśnikami.
2. Wycofanie w relacji z rodzicami.
3. Obniżenie ocen szkolnych, np. uczeń przeciętny staje się uczniem bardzo słabym.
4. Odmowa uczęszczania do szkoły.
5. Chodzenie pomimo upału oraz ciepła w ubraniach z długimi rękawami i długich spodniach – może być to chęć ukrycia blizn po cięciach spowodowanych samookaleczaniem się.
6. Wszelkiego rodzaju lęki w postaci fobii.
7. Trudności w koncentracji uwagi, które nie wynikają z czasowego zmęczenia.
8. Natręctwa, zaburzenia obsesyjno-kompulsywne.
9. Myśli samobójcze, mówienie o samobójstwie, interesowanie się samobójstwem, np. przeglądanie stron o tej tematyce w Internecie. To zawsze powinno zaniepokoić rodzica.
10. Utrata wagi, czasem bardzo drastyczna. Zmiana sposobu żywienia. Wręcz obsesyjne zainteresowanie wyglądem. Może to świadczyć o zaburzeniach odżywiania.

Zaburzenia nastroju

Zarówno młodsze dziecko, jak i nastolatek mogą doświadczać zaburzeń depresyjnych. Nie chodzi tu jedynie o obniżony nastrój czy przejściowy smutek. Dzieci i młodzież doświadczają depresji inaczej niż dorośli. Często stają się drażliwi, a nawet agresywni. Może u nich wystąpić również choroba afektywna dwubiegunowa, kiedy epizody depresji mieszają się z epizodami manii. Raz obserwujemy u dziecka wyjątkowo aktywny nastrój, zmniejszoną potrzebę snu i dużą gadatliwość, a innym razem spadek witalności, brak energii do działania i zaniedbywanie szkolnych i domowych obowiązków.

Zwykle jako rodzice pierwsi obserwujemy, że z naszym dzieckiem dzieje się coś niepokojącego. Jeśli taki stan utrzymuje się przez jakiś czas, to warto dokładnie się temu przyjrzeć, sprawdzić, czy u naszego dziecka wszystko jest w porządku.

Warto pamiętać, żeby zwracać uwagę na nieprawidłowe funkcjonowanie dziecka w życiu codziennym. Jeśli dziecko, które do tej pory było raczej dobrym uczniem, miało grono znajomych i raczej wywiązywało się ze swoich obowiązków domowych, nagle przestaje się uczyć, zaniedbuje siebie, swój wygląd, swój pokój, traci kontakt z rówieśnikami, a w relacji z dorosłymi staje się opryskliwe lub apatyczne i wycofane, to jest to sygnał, że dzieje się z nim coś niepokojącego.

**Drogi rodzicu,
Jeśli któreś z wymienionych zachowań
obserwujesz u swojego dziecka
skontaktuj się ze mną.**