

Sociální pomoc: 198. Jak ovlivňuje vaše dětství vaše dospělé já?



Sociální pomoc



Jak ovlivňuje vaše dětství vaše dospělé já?

Duševní poruchy v dětství a dospívání jsou různé duševní poruchy, které ovlivňují emocionální vývoj, chování a fungování jedince v dětství, dospívání nebo adolescenci.

Tyto poruchy mohou mít různé příčiny, včetně genetických, environmentálních, neurologických nebo sociálních.

Existuje řada různých duševních poruch, které se vyskytují u dětí a dospívajících, např:

1. **Poruchy nálady:** u dětí a dospívajících se mohou vyskytnout dětské deprese a bipolární poruchy (bipolarita), které ovlivňují jejich náladu, energii a každodenní fungování.
2. **Úzkostné poruchy:** Úzkostné poruchy, jako je sociální fobie, separační úzkost a obsedantně-kompulzivní porucha, jsou časté psychiatrické problémy, které se vyskytují v dětství a dospívání.
3. **Poruchy autistického spektra (PAS):** Jedná se o spektrum různých poruch rozvíjejících se v dětství, které ovlivňují sociální interakci, komunikaci a chování.
4. **Poruchy chování a emocionální poruchy:** Patří sem stavy, jako je ADHD (porucha pozornosti s hyperaktivitou), poruchy chování a poruchy emocí, které mohou vést k impulzivitě, obtížnému ovládnutí emocí a chování.
5. **Poruchy příjmu potravy:** Anorexie, bulimie a další poruchy příjmu potravy mohou začít v dětství nebo v dospívání a souvisejí se vztahem jedince k jídlu, tělu a hmotnosti.

Uvědomění si, že v sobě máme poruchu, přichází nejčastěji ve chvíli, kdy se v dospělosti postavíme na vlastní nohy a zjistíme, že nám mnohé aspekty života způsobují problémy.

Neumíme mít zdravý vztah, díváme se na sebe do zrcadla a necítíme k sobě lásku, snažíme se něčeho dosáhnout, ale stále se nám nedostává a neužíváme si toho, co už máme, příkladů může být nekonečně mnoho, stojí za to si uvědomit, že je možné pro nás toxický vzorec zlomit a najít účinnou pomoc.

Kognitivně-behaviorální psychoterapie (KBT) je jedním z hlavních terapeutických přístupů, který je účinný při léčbě mnoha duševních poruch u dětí a dospívajících. KBT se zaměřuje na změnu myšlenek (kognitivní přístupy) a chování, které ovlivňují náladu a fungování jedince.

U dětí a dospívajících může být terapie KBT přizpůsobena jejich věku a vývoji, přičemž se používají techniky přizpůsobené porozumění a interakci s mladšími pacienty.

Terapeuti KBT pomáhají dětem a dospívajícím identifikovat negativní myšlenky a vzorce chování, učí je zdravějším strategiím zvládnutí a mění jejich myšlení na pozitivnější a konstruktivnější.



Důležitá informace pro pacienty - zájemce o psychoterapii

V ČR je v současné době praktikování psychoterapie značně nepřehledné.

Potřebujete-li **léčbu svých zdravotních obtíží prostřednictvím psychoterapie v jasném zákonném rámci** (mlčenlivost, odpovědnost, režim stížností, pravidla zacházení se zdravotnickou dokumentací atd.), můžete ji nalézt **pouze u klinického psychologa či psychiatra** (výjimečně lékaře jiné odbornosti), který pracuje jako „**poskytovatel zdravotní péče**“ (dříve ve státním či nestátním zdravotnickém zařízení) registrovaný krajským úřadem.

Jak zjistíte, že jde o takového odborníka:

Především jeho kvalifikaci garantuje stát – Ministerstvo zdravotnictví ČR. To znamená, že je držitelem **certifikátu o absolvování kurzu v systematické psychoterapii** vydávaného Českou psychoterapeutickou společností České lékařské společnosti J.E.Purkyně z.s. a nebo dříve vydávaného (Institutem pro další vzdělávání ve zdravotnictví Praha) **osvědčení o funkční**

specializaci v systematické psychoterapii. Oba tyto doklady jsou vydávány až po úspěšném absolvování schváleného komplexního vzdělávání v psychoterapii a státem garantované zkoušce.

U výše popsaných poskytovatelů zdravotní péče se smlouvou s Vaší zdravotní pojišťovnou je psychoterapeutická péče hrazená ze zdravotního pojištění, u poskytovatele bez této smlouvy ji hradíte v hotovosti.

Hradí-li psychoterapii u konkrétního poskytovatele péče Vaše zdravotní pojišťovna, lze se spolehnout, že jeho kvalifikaci sama ověřuje a hlídá.

Hradíte-li si psychoterapii v hotovosti, doporučujeme obezřetnost týkající se příslušné kvalifikace a zejména doporučujeme ověřit, zda jste ve zdravotnickém zařízení nebo u někoho, kde nabízí psychoterapii na základě živnostenského oprávnění.

[Na stránkách České psychoterapeutické společnosti](#) naleznete seznam kvalifikovaných psychoterapeutů, kteří mohou nabídnout zdravotní péči ambulantně (bez ohledu na formu úhrady).

Kromě toho se můžete setkat s navenek více či méně seriózně působícími nabídkami léčby, které jsou prováděny pod hlavičkou libovolné **živnosti**:

- s držiteli uvedených certifikátů, kteří však odešli ze zdravotnictví a nabízejí psychoterapii (třeba s titulem MUDr. či PhDr.),
- s držiteli nejrůznějších potvrzení různých institutů vzdělávajících v psychoterapii bez onoho státního certifikátu,
- držiteli potvrzení o zapsání do seznamu psychoterapeutů vydávaného spolkem „Česká asociace pro psychoterapii“,
- těmi, kdo žádné vzdělání v psychoterapii nemají a za psychoterapeuty se prohlašují sami.

Žádnou z těchto dalších kategorií nabídek léčby nemůže odborná Česká psychoterapeutická společnost doporučit.

Záleží na každém, komu svoji důvěru svěří.

Doporučujeme např. ověření v [Národním registru poskytovatelů zdravotních služeb](#), byť není příliš přehledný a ten, kdo je u zdravotnického poskytovatele zaměstnán, je tomuto registru skryt.

Kontakty na odbornou pomoc najdete v [Adresáři psychoterapeutů](#) České psychoterapeutické společnosti.

-van-

Můžete také navštívit naši facebookovou stránku [Baptisté – Síť víry](#) nebo facebookovou skupinu [Zpravodaj Baptisté – Síť víry](#)