

## PSYCHOTERAPIA NASTOLATKÓW

Jednym z istotnych założeń psychiatrii i psychoterapii dziecięco-młodzieżowej jest fakt, że dziecko/nastolatek jest częścią systemu rodzinnego, z którym nieustannie jest we wzajemnej interakcji.

Uwzględniając ten fakt również w momencie planowania procesu terapii, wyzwaniem stanowi konieczność syntezy rozumienia problematycznej sytuacji z perspektywy rodziców/opiekunów oraz nastolatka, który często ma już własne, niekiedy odmienne od rodziców, rozumienie siebie oraz różnych aspektów swojego życia.

Wychodząc naprzeciw temu wyzwaniu, jednym z możliwych sposobów planowania procesu konsultacyjnego jest ten niżej opisany:

Przed rozpoczęciem procesu psychoterapii młodzieży **do lat 18** odbywa się zazwyczaj **pięć konsultacji**.

Na **pierwszej konsultacji** rodzinnej rodzice wraz z nastolatkiem omawiają zaistniałe trudności, obawy, lęki, niepokoje, obszary konfliktowe.

Następnie odbywają się **trzy konsultacje terapeuty z nastolatkiem**, w trakcie których następuje bliższe zapoznanie się i rozmowa o pożądanym zmianach. Nastolatek ma możliwość wyrażenia swoich trudności i emocji w dostępny dla siebie sposób.

Na podstawie zebranych danych w czasie konsultacji, wspólnie z nastolatkiem zostaje podjęta decyzja o zasadności współpracy i, jeśli taka istnieje, zakresie pracy terapeutycznej.\*

**Piąta konsultacja** odbywa się w obecności **rodziców i nastolatka**. Na tej konsultacji omawiany jest cel terapeutyczny, ustala się stały termin i godzinę spotkań oraz inne aspekty formalno-organizacyjne. Omawiane są możliwe metody pracy terapeutycznej.

Po piątej konsultacji rozpoczyna się psychoterapia.

\*Jeśli terapeuta uzna, że na ten moment psychoterapia indywidualna nie jest odpowiednią czy wystarczającą formą pomocy, przekazuje rodzicom i nastolatkowi zalecenia dotyczące dalszej diagnostyki czy postępowań terapeutycznych

W procesie terapeutycznym nastolatka ważna jest współpraca z rodzicami w zakresie **nienaruszającym tajemnicy zawodowej**. Co jakiś czas, zgodnie z istniejącą potrzebą, rodzice są zapraszani na wspólne spotkania konsultacyjne w celu rozmowy o dotychczasowych zmianach czy trudnościach.

To o czym rozmawia terapeuta z nastolatkiem jest objęte tajemnicą. Wyjątkiem od tej zasady jest sytuacja, w której **zagrożone jest życie lub zdrowie** nastolatka np. kwestia myśli samobójczych

spożywanie alkoholu czy substancji psychoaktywnych. W takim przypadku terapeuta ma obowiązek poinformowania rodziców, po wcześniejszym uzgodnieniu tego z nastolatkiem.

W przypadku, gdy podczas terapii lub procesu konsultacyjnego, pojawi się informacja o **nadużyciu seksualnym** czy byciu ofiarą lub świadkiem **przemocy domowej**, terapeuta jest zobowiązany, po wcześniejszym uzgodnieniu z nastolatkiem, poinformować o tym rodziców. Terapeuta, ewentualnie lekarz psychiatra ma obowiązek zgłosić sprawę odpowiednim instytucjom czy służbom.

W sytuacji, gdy w rodzinie zdarzają się sytuacje wyjątkowe/następują zmiany (tj. śmierć, zmiana zamieszkania, konflikt), rodzice powinni przekazać terapeutę informacje o tym, gdyż ma to wpływ na sytuację nastolatka.

Jeśli terapeuta uzna za zasadne bądź konieczne, może zalecić konsultację psychiatryczną lub udział w terapii rodzinnej.