

# **SYSTEM OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO**

Problematyka zdrowia psychicznego człowieka, ochrony zdrowia, kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu uwzględniona jest w odpowiednim zakresie w podstawie programowej kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół i placówek oświatowych. W wielu obszarach wychowania przedszkolnego występują treści z zakresu edukacji zdrowotnej. Ze względu na dobro dzieci, kształtowana jest ich świadomość zdrowotna oraz nawyki dbania o zdrowie w codziennych sytuacjach w przedszkolu i w domu przy współpracy z rodzicami.

Aby dbać o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, należy budować z nimi otwarte relacje oparte na słuchaniu i akceptacji, wspierać ich pasję i aktywność fizyczną (szczególnie na łonie natury) oraz uczyć radzenia sobie z emocjami i stresem. Ważne jest tworzenie bezpiecznego środowiska domowego, stawianie jasnych zasad i zachęcanie do rozwoju, a także reagowanie na sygnały wskazujące na trudności. W razie potrzeby należy szukać pomocy specjalistycznej. Są to m.in. psychologowie, psychoterapeuci, terapeuci środowiskowi i psychiatrzy.

**Świadczenia psychiatrycznej opieki zdrowotnej dla dzieci i młodzieży są realizowane na trzech poziomach:**

## **I poziom referencyjny**

Zespół/Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci Młodzieży

W przypadku występowania niepokojących objawów związanych z problemami psychicznymi możesz skorzystać ze świadczeń w zakresie Zespołu lub Ośrodka środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży - I poziom referencyjny.

Świadczenia przeznaczone są dla dzieci oraz młodzieży do 21 r.ż. kształcącej się w szkołach ponadpodstawowych do ich ukończenia (z zastrzeżeniem, że osoby poniżej 18 r.ż. muszą posiadać zgodę opiekuna prawnego na korzystanie ze świadczeń).

W zespole lub ośrodku możesz skorzystać z następujących świadczeń:

porada psychologiczna diagnostyczna

porada psychologiczna

sesja psychoterapii indywidualnej

sesja psychoterapii rodzinnej  
sesja psychoterapii grupowej  
sesja wsparcia psychospołecznego  
wizyta, porada domowa lub środowiskowa  
wizyta osoby prowadzącej terapię środowiskową.  
Świadczenia realizowane są przez zespół specjalistów: psychologa,  
psychoterapeutę oraz terapeutę środowiskowego.  
Opieka w ramach I poziomu referencyjnego oparta jest przede wszystkim na  
realizacji świadczeń w środowisku. Z tego powodu zalecany jest wybór placówki  
jak najbliżej miejsca zamieszkania.  
Do świadczeń realizowanych w zakresie I poziomu referencyjnego  
skierowanie NIE JEST WYMAGANE.

## **II poziom referencyjny**

W przypadku potrzeby uzyskania porady lekarza psychiatry możesz skierować się  
do:

Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży - poradnia zdrowia  
psychicznego - w którym w ramach poradni zdrowia psychicznego dla dzieci,  
realizowane są świadczenia ambulatoryjne przez lekarzy psychiatrów,  
psychologów oraz psychoterapeutów;

Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży -- w którym w ramach  
poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i na Oddziale dziennym psychiatrycznym  
rehabilitacyjnym dla dzieci, realizowane są odpowiednio świadczenia  
ambulatoryjne i dzienne przez lekarzy psychiatrów, psychologów,  
psychoterapeutów, terapeutów zajęciowych.

Do świadczeń realizowanych w poradni zdrowia psychicznego dla dzieci w  
zakresie II poziomu referencyjnego skierowanie NIE JEST WYMAGANE.

## **III poziom referencyjny**

Ośrodek Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej  
W ramach oddziału psychiatrycznego dla dzieci realizowane są świadczenia  
stacjonarne przez lekarzy psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów,  
terapeutów zajęciowych.

Do świadczeń realizowanych w zakresie III poziomu referencyjnego WYMAGANE  
JEST SKIEROWANIE.

W stanie nagłego zagrożenia życia możesz zgłosić się do Ośrodka III poziomu  
referencyjnego (szpitala) bez skierowania.

WYKAZ OŚRODKÓW I, II i III POZIOMU REFERENCYJNEGO ZNAJDZIECIE  
PAŃSTWO POD LINKIEM:

<https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/informacje-o-swadczeniach/ochrony-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy/>