

Otroci in mladostniki, ki so še posebej **ranljivi na področju duševnega zdravja**, imajo običajno težave na področju šolanja, medosebnih odnosov z vrstniki ali odraslimi, aktivnega preživljanja prostega časa in so izpostavljeni stresnim okoliščinam v šoli ali doma.

Želimo vas spomniti na **možnost napotitve otrok in mladostnikov v program Šole zdravega odraščanja**. V okviru programa Šole zdravega odraščanja se otroke in mladostnike spodbuja k razvoju **veščin samoregulacije, komunikacije, samostojnosti, aktivnega preživljanja prostega časa ter krepitvi samozaupanja**.

Dejavnosti programa: Poleg psihološke in pedopsihiatrične obravnave so otroci in mladostniki vključeni v podporne dejavnosti, kot so aktivnosti s konji in malimi živalmi, kreativne in športne aktivnosti, v času šolskega leta pa tudi v program bolnišnične šole. Svojci so deležni svetovanja na področju prepoznavanja, razumevanja in spoprijemanja z otrokovimi duševnimi težavami ali motnjami; po potrebi se jih motivira in seznanja z ustreznimi oblikami pomoči za otroke in mladostnike v kraju bivanja.

Trajanje in vključitev v program:

Program traja dva tedna. Za napotitev otroka ali mladostnika v program je potrebna napotnica izbranega pediatra ali pedopsihiatra. Šola zdravega odraščanja (VZS: 1583)

Težave otrok in mladostnikov so po navadi povezane z oz. se kažejo kot:

- »Senčni otroci,« (prezrti, tihi, zaprti vase) izločenost iz skupine vrstnikov ali slabše socialne spretnosti,
- travmatski dogodek,
- specifična družinska situacija (nefunkcionalni odnosi znotraj družine, razveze, otroci v rejništvu),
- prenejedanje, zavračanje hrane, pretirano ukvarjanje s svojim videzom, neustrezni prehranjevalni vzorci,
- slabo prepoznavanje lastnih potreb in potreb drugih,
- pomanjkanje motivacije za delo in učenje, kontinuiran stres povezan s šolo,
- težave v odnosih z vrstniki in avtoritetami,
- zastavljanje previsokih ciljev, perfekcionizem,
- anksioznost, različni strahovi, pretirana otožnost, razdražljivost,
- nizka samopodoba ...

Programi v Mladinskem klimatskem zdravilišču Rakitna niso namenjeni:

- otrokom/mladostnikom z nujnimi pedopsihiatričnimi stanji (samomorilnost, huda depresivna epizoda, psihotična motnja)
- otrokom/mladostnikom z motnjami, ki zahtevajo bolj specializirane oblike obravnave (intenzivno samopoškodovalno vedenje, resna slika vedenjske motnje, ki ovira o/m v funkcioniranju in je nevarna zanj in za okolico, zmerna do globoka motnja v duševnem razvoju).

V primeru vprašanj glede napotitve ali indikacij za sprejem, smo vam na voljo na telefonski številki: +386 51 410 492 oz. elektronskem naslovu: ambulanta@mkz-rakitna.si.

Spletna stran: [Šola zdravega odraščanja - MKZ Rakitna - Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna \(mkz-rakitna.si\)](http://Šola zdravega odraščanja - MKZ Rakitna - Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna (mkz-rakitna.si))

Strokovni tim Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna