



Kiedy i jak kierować ucznia do poradni leczenia uzależnień?

CM UNIMED | Poradnia Leczenia Uzależnień dla Dzieci i Młodzieży | Kraków

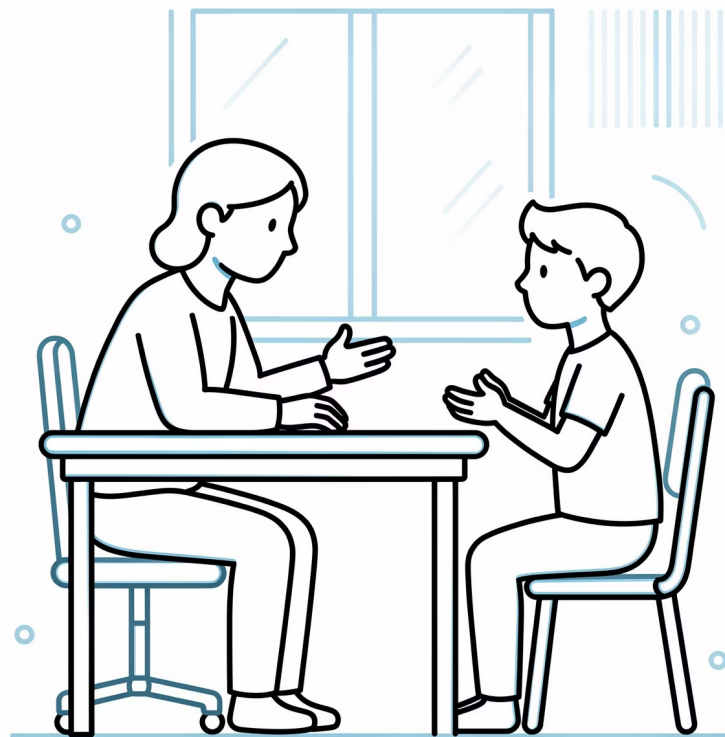
Praktyczny przewodnik dla nauczycieli, pedagogów szkolnych i dyrektorów szkół

Cel prezentacji

Problemy emocjonalne i zachowania ryzykowne uczniów coraz częściej pojawiają się w codziennej pracy szkoły. Nauczyciele i pedagodzy są często pierwszymi osobami, które zauważają niepokojące sygnały — ale **nie muszą zostawać z tym problemem sami**.

Ta prezentacja ma na celu:

- Pokazać, **kiedy** warto skierować ucznia do poradni
- Wyjaśnić, **jak** wygląda proces przekierowania
- Przedstawić **zakres wsparcia**, jakie oferuje poradnia
- Ułatwić **współpracę** między szkołą a specjalistami



Dlaczego ten temat dotyczy szkół?

Szkoła jest miejscem, w którym problemy dzieci i młodzieży ujawniają się najwcześniej. Dane z ostatnich lat wskazują na wyraźne nasilenie trudności, z którymi mierzą się uczniowie — i z którymi mierzą się pracownicy oświaty.



Wzrost problemów emocjonalnych

Lęk, depresja i trudności adaptacyjne dotyczą coraz młodsze roczniki uczniów



Zachowania ryzykowne

Eksperymentowanie z substancjami, samookaleczenia i inne formy autodestrukcji



Używanie substancji

Alkohol, narkotyki, nowe substancje psychoaktywne — coraz łatwiej dostępne



Uzależnienia behawioralne

Uzależnienie od internetu, gier i mediów społecznościowych jako narastający problem

Skala wyzwań w liczbach

Dane z raportów instytucji edukacyjnych i zdrowotnych potwierdzają, że zjawiska te nasilają się z roku na rok i bezpośrednio wpływają na funkcjonowanie szkoły.

30%

Uczniowie

deklaruje objawy lęku lub
obniżonego nastroju

18%

Nastolatków

przyznaje się do kontaktu
z substancjami
psychoaktywnymi

40%

Nauczycieli

zgłasza trudności w
radzeniu sobie z
zachowaniami
ryzykownymi

- ❑ Wczesne rozpoznanie i szybkie przekierowanie ucznia do specjalisty znacząco zwiększa szanse na skuteczną pomoc.



Sygnały ostrzegawcze u ucznia

Pracownicy szkoły mają unikalną perspektywę — widzą ucznia codziennie i mogą zauważyć zmiany, które umykają rodzicom. Poniższe sygnały powinny zwrócić szczególną uwagę:

1

Nagła zmiana zachowania

Uczeń dotąd spokojny staje się drażliwy, zamknięty lub impulsywny — bez wyraźnej przyczyny

2

Spadek wyników w nauce

Pogorszenie ocen, brak zaangażowania, nieoddawanie prac — sygnał, że „coś się dzieje”

3

Izolacja lub agresja

Wycofanie z relacji rówieśniczych albo nasilenie konfliktów — obie skrajności są niepokojące

4

Wagary i konflikty

Regularne nieobecności, łamanie zasad, opozycyjność wobec dorosłych

5

Podejrzenie użycia substancji

Zmieniony wygląd, zapach, rozszerzone źrenice, senność — każdy sygnał wart uwagi



Jak odróżnić kłopoty dorastania od poważnego problemu?

Nie każda trudność wymaga interwencji specjalisty, ale pewne wzorce powinny wzbudzić czujność. Kluczowe jest obserwowanie **nasilenia, czasu trwania i wpływu na funkcjonowanie** ucznia.

Typowe trudności dorastania

- Chwilowe wahania nastroju
- Okazjonalne konflikty z rówieśnikami
- Przejściowy spadek motywacji
- Poszukiwanie tożsamości

Sygnaty wymagające reakcji

- Utrzymujące się zmiany przez **tygodnie**
- Pogłębiająca się izolacja
- Wyraźny wpływ na naukę i relacje
- Powtarzające się zachowania ryzykowne

Czego szkoła NIE musi robić sama

Jednym z najważniejszych przekazów tej prezentacji jest jasne określenie granic roli szkoły. Pedagodzy i nauczyciele pełnią kluczową funkcję w **rozpoznawaniu** problemów, ale nie muszą brać na siebie zadań specjalistów.



Diagnozować uzależnienie

Diagnoza uzależnienia wymaga specjalistycznych narzędzi i kwalifikacji klinicznych. Szkoła sygnalizuje problem — poradnia go bada.



Prowadzić terapię

Terapia uzależnień to długotrwały proces wymagający wykwalifikowanego terapeuty. Rola szkoły to wspieranie, nie leczenie.



Brać pełnej odpowiedzialności

Proces zdrowienia wymaga współdziałania wielu instytucji. Szkoła jest jednym z ogniw — ważnym, ale nie jedynym.



Twoja rola jest kluczowa – i ma swoje granice

„Nie musisz mieć odpowiedzi na wszystkie pytania. Wystarczy, że zauważysz problem i wskażesz drogę do pomocy.”

Szkoła pełni rolę **pierwszej linii obserwacji**. To nauczyciele, wychowawcy i pedagodzy widzą ucznia na co dzień i mogą jako pierwsi dostrzec niepokojące zmiany. Przekazanie informacji o specjalistycznej pomocy to nie porażka — to profesjonalizm.

Kiedy warto przekierować ucznia do poradni?

Przekierowanie do specjalisty to odpowiedzialna decyzja, którą warto podjąć, gdy obserwowane sygnały nasilają się lub utrzymują. Oto sytuacje, w których warto pomyśleć o kontakcie z poradnią:

1 Pojawiają się zachowania ryzykowne

Eksperymentowanie z substancjami, nadmierne korzystanie z internetu lub inne formy zachowań autodestrukcyjnych, które się powtarzają.

2 Pogarsza się ogólne funkcjonowanie

Spadek wyników, nieobecności, konflikty z rówieśnikami i dorosłymi — trudności kumulują się i wpływają na całe życie ucznia.

3 Narastają trudności emocjonalne

Lęk, obniżony nastrój, wybuchy złości lub wycofanie — problemy nie ustępują mimo interwencji szkolnych.

4 Rodzic szuka pomocy

Rodzic zgłasza się z prośbą o wskazówki, widzi problem i nie wie, gdzie szukać wsparcia — to idealny moment na przekazanie kontaktu.

Praktyczna lista kontrolna – czy warto przekierować?

Poniższa lista pomoże uporządkować obserwacje i podjąć decyzję o kontakcie z poradnią. Jeśli zaznaczysz **3 lub więcej punktów**, warto rozważyć przekierowanie ucznia.

☐ Zmiana zachowania trwa dłużej niż 2–3 tygodnie

Nie jest to jednorazowy epizod, lecz utrzymujący się wzorec

☐ Wyniki w nauce znacząco się pogorszyły

Uczeń nie reaguje na dotychczasowe formy wsparcia szkolnego

☐ Pojawiły się sygnały kontaktu z substancjami

Zapach, zmieniony wygląd, relacje rówieśników lub bezpośrednie informacje

☐ Relacje z rówieśnikami uległy poważnemu pogorszeniu

Izolacja, agresja lub zmiana środowiska towarzyskiego

☐ Rodzic wyraża bezradność wobec sytuacji

Rodzina nie radzi sobie i potrzebuje profesjonalnego wsparcia

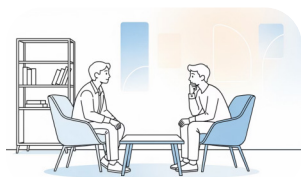
Zakres pomocy poradni CM UNIMED

Poradnia Leczenia Uzależnień dla Dzieci i Młodzieży oferuje kompleksowe wsparcie — od pierwszej konsultacji po długoterminową terapię. Wszystkie formy pomocy są dostosowane do potrzeb młodego pacjenta.



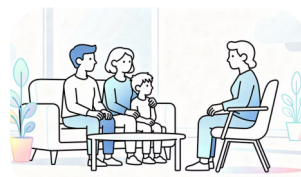
Konsultacja diagnostyczna

Pierwszy krok: profesjonalna ocena sytuacji ucznia, identyfikacja problemów i zaplanowanie dalszych działań



Terapia indywidualna

Systematyczna praca z terapeutą uzależnień, dostosowana do wieku i rodzaju problemu ucznia



Wsparcie rodziny

Konsultacje i psychoedukacja dla rodziców, którzy potrzebują wskazówek w radzeniu sobie z sytuacją



Młodzi dorośli (do 26 r.ż.)

Wsparcie dla uczących się młodych dorosłych, którzy kontynuują naukę i potrzebują specjalistycznej pomocy

Jak wygląda ścieżka przyjęcia do poradni?

Proces jest prosty i przejrzysty — zaprojektowany tak, aby ułatwić dostęp do pomocy zarówno rodzinom, jak i szkołom. Nie wymaga skierowania lekarskiego.



Cały proces — od pierwszego kontaktu do rozpoczęcia terapii — jest prowadzony przez doświadczonych specjalistów, którzy rozumieją specyfikę pracy z młodzieżą.



Kto może zgłosić się do poradni?

Rodzic lub opiekun

Może zadzwonić bezpośrednio i umówić konsultację dla dziecka

Szkoła

Pedagog lub dyrektor może skontaktować się z poradnią w celu konsultacji i przekazania informacji rodzicowi

Pełnoletni uczeń

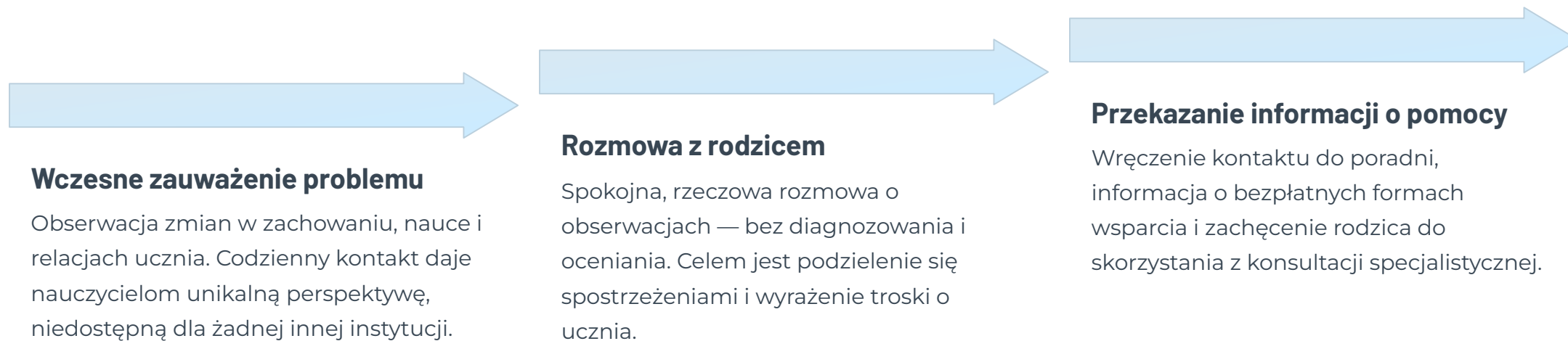
Młody dorosły do 26. roku życia (uczący się) może zgłosić się samodzielnie



Ważne: Nie jest wymagane skierowanie od lekarza. Wystarczy kontakt telefoniczny lub mailowy, aby rozpocząć proces.

Rola szkoły w procesie pomocy

Szkoła odgrywa niezastąpioną rolę na trzech kluczowych etapach — i każdy z nich jest w zasięgu codziennych kompetencji nauczycieli i pedagogów:



Jak przeprowadzić rozmowę z rodzicem?

Rozmowa z rodzicem bywa trudna — zwłaszcza gdy temat dotyczy podejrzenia uzależnienia lub zachowań ryzykownych. Oto sprawdzone zasady, które pomagają zachować profesjonalizm i budować zaufanie:

→ **Opisuj, nie oceniaj**

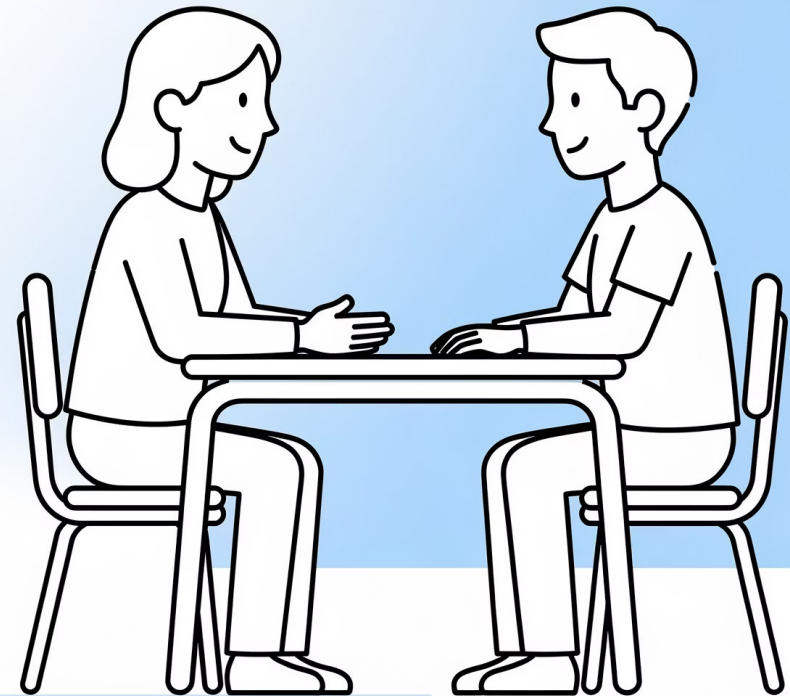
Mów o konkretnych zachowaniach, które zaobserwowałeś — unikaj interpretacji i diagnoz

→ **Wyrażaj troskę**

„Martwię się o Waszego syna/córkę” — taki komunikat otwiera rozmowę, zamiast ją zamykać

→ **Proponuj, nie nakazuj**

Podziel się informacją o poradni jako jednej z możliwości — rodzic musi podjąć decyzję samodzielnie



Współpraca szkoła – specjaliści poradni

Skuteczna pomoc uczniowi wymaga współdziałania. Poradnia CM UNIMED jest otwarta na współpracę ze szkołami — zarówno w zakresie konkretnych przypadków, jak i działań profilaktycznych.

Kontakt roboczy

Za zgodą rodzica możliwy jest kontakt między pedagogiem szkolnym a terapeutą poradni w celu koordynacji działań wspierających ucznia

Wspólne działania

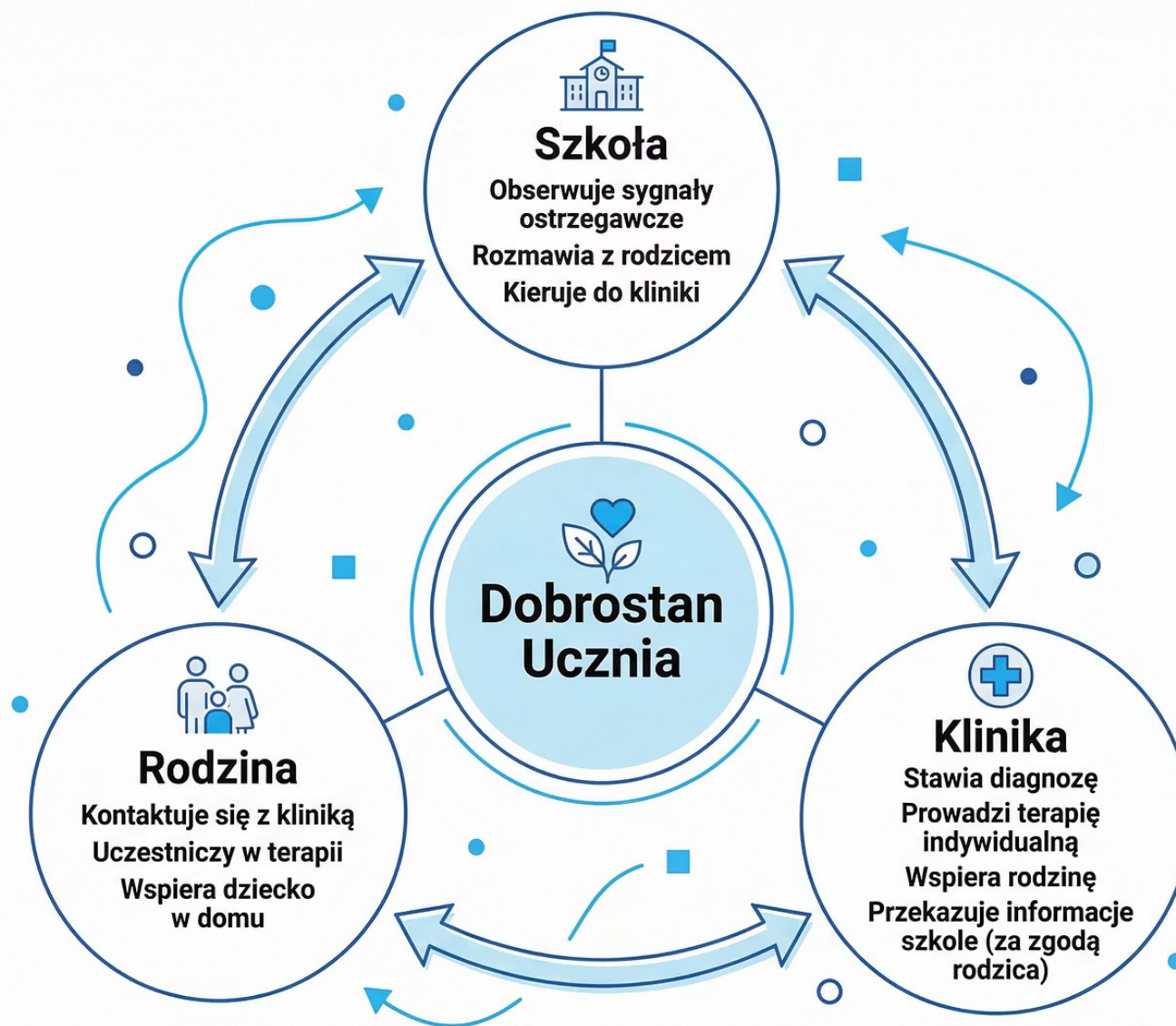
Uzgodnienie strategii wspierania ucznia na terenie szkoły — np. dostosowanie wymagań, monitorowanie postępów, budowanie bezpiecznego otoczenia

Większa skuteczność

Badania pokazują, że skoordynowana pomoc szkoły i specjalistów znacząco zwiększa szanse na trwałą poprawę funkcjonowania ucznia

Model współpracy – od obserwacji do wsparcia

Poniższa infografika przedstawia, jak wygląda idealny przepływ informacji i działań między szkołą, rodziną a poradnią. Każde ogniwo jest ważne.



Dane kontaktowe poradni

Zapraszamy do kontaktu — zarówno rodziców, jak i pracowników szkół. Chętnie odpowiemy na pytania i pomożemy zaplanować dalsze kroki.

CM UNIMED

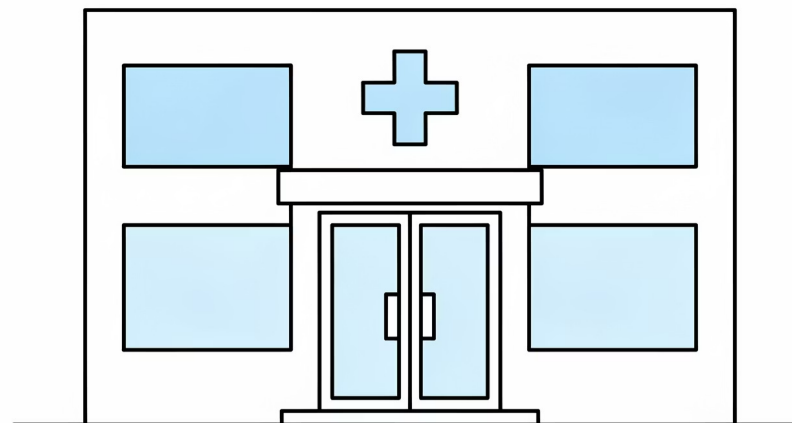
Poradnia Leczenia Uzależnień dla Dzieci i Młodzieży

Adres: ul. Górna 5a, Kraków

Telefon: 12 283 48 34

E-mail: terapia@unimed-nzoz.pl

Nie jest wymagane skierowanie. Pierwsza konsultacja to rozmowa diagnostyczna, która pozwala zaplanować formę wsparcia.



Najczęściej zadawane pytania

Poniżej znajdziecie odpowiedzi na pytania, które najczęściej pojawiają się ze strony nauczycieli i pedagogów szkolnych:

1

Czy potrzebne jest skierowanie od lekarza?

Nie — wystarczy kontakt telefoniczny lub mailowy. Rodzic lub szkoła mogą umówić konsultację bezpośrednio.

2

Czy szkoła może skontaktować się z poradnią bez wiedzy rodzica?

Szkoła może zadzwonić po ogólną poradę, ale do objęcia ucznia terapią potrzebna jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego.

3

Jak długo trwa oczekiwanie na konsultację?

Czas oczekiwania zależy od bieżącej dostępności — zachęcamy do kontaktu telefonicznego, aby ustalić najbliższy termin.

4

Czy pomoc jest bezpłatna?

Tak, dla osób zamieszkałych na terenie Krakowa pomoc jest bezpłatna

Szkoła nie musi zostawać z problemem sama.

Wczesne przekierowanie ucznia zwiększa szansę na skuteczną pomoc.

Dziękujemy za Państwa codzienną pracę i uwagę poświęconą uczniom. Każda rozmowa, każde zauważone sygnały, każde przekazanie informacji o pomocy — to realna zmiana w życiu młodego człowieka.

 **12 283 48 34**

 **terapia@unimed-nzoz.pl**

 **ul. Górna 5a, Kraków**