

Lek

Każde dziecko zna uczucie leku. Charakterystyczne lęki występują typowo na pewnych etapach rozwoju emocjonalnego dziecka i jest to całkowicie normalne. Na przykład od mniej więcej siódmego miesiąca życia do około 6-7 lat zdrowe i prawidłowo rozwijające się dzieci przeżywają silny lęk i niepokój w momentach rozłąki z matką, ojcem czy inną bliską osobą. Jest to tzw. lęk separacyjny. U małych dzieci częste i naturalne są także inne przemijające lęki - dziecko boi się ciemności, burzy, psów, obcych ludzi. Niepokój rodziców jest uzasadniony dopiero wtedy, gdy nasilenie leku zaczyna wpływać na normalną aktywność dziecka - nie spuszcza ono matki z oczu choćby na chwilę, nie chce chodzić do przedszkola, nie zawiera znajomości z rówieśnikami. W takich przypadkach powinno się szukać porady psychiatry dziecięco-młodzieżowego.

O nadmiernym leku można mówić, gdy u dziecka obserwuje się kilka następujących objawów:

- natrączywe myśli i obawy dotyczące bezpieczeństwa własnego i rodziców,
- odmowa chodzenia do szkoły,
- częste skargi na dolegliwości fizyczne, takie jak bóle głowy, brzucha,
- strach przed spaniem poza domem,
- nieodstępowanie na krok matki czy ojca w domu,
- reagowanie paniką lub napadami złości na rozłąkę z rodzicami.

Niektóre lękowe dzieci odczuwają strach przed kontaktem i rozmową z nowo poznawanymi osobami. W rezultacie mają bardzo ograniczony krąg przyjaciół i znajomych poza najbliższą rodziną. Inne lękowe dzieci stale przeżywają jakies stresy - niepokoją się o wyniki w nauce, osiągnięcia w sporcie, popularność w klasie. Z góry przewidują i wyobrażają sobie, że na pewno zdarzy się coś złego.

Dziecko lękowe nieraz bardzo cierpi z powodu nieustającego napięcia, które nie pozwala mu normalnie funkcjonować w codziennym życiu. Ma ono zwiększone zapotrzebowanie na wszelkie oznaki ciepła i zainteresowania i niejednokrotnie wyraźnie ich szuka. Bardzo często rodzice nie uświadamiają sobie, że dziecko ma jakies problemy i jakie, zwłaszcza że dzieci z nadmiernym lękiem bywają ciche, ustepliwe, grzeczne, przymilne, a więc ich zachowanie niczego nie sygnalizuje. Tymczasem **wczesne wykrycie** nadmiernego leku i odpowiednio szybka interwencja może zapobiec narastaniu problemu i poważnym trudnościom dziecka w przyszłości, takim jak utrata przyjaciół, niewykorzystanie własnych możliwości intelektualnych i walorów osobowościowych, kłopoty z powodu zanizonej samooceny itd.

Nawet poważniejsze zaburzenia lękowe u dzieci daje się skutecznie leczyć. Postępowanie lecznicze polega zwykle na zastosowaniu jakiejś kombinacji następujących metod: indywidualnej psychoterapii, terapii rodzinnej, stosowania leków, treningu behawioralnego (wyuczanie zachowań). Psychiatra dziecięco-młodzieżowy uznaje często potrzebę kontaktu ze szkołą, by doradzić, jak postępować z dzieckiem.