



**DR. WILLIAM DIKEL**

# SĂNĂTATEA MENTALĂ A ELEVULUI

GHID PENTRU PERSONALUL DIDACTIC

TREI



EDUCAȚIE  
ȘI FORMARE

# Cuprins

7	Mulțumiri	
9	<b>Partea I:</b>	De ce vorbim despre sănătatea mentală a elevului?
11	<i>Capitolul 1:</i>	Introducere
22	<i>Capitolul 2:</i>	Spectrul clinic-comportamental
47	<b>Partea a II-a:</b>	Amploarea tulburărilor de sănătate mentală care îi afectează pe copii și adolescenți
49	<i>Capitolul 3:</i>	Introducere generală în sănătatea mentală a copiilor
67	<i>Capitolul 4:</i>	Tulburările afective
96	<i>Capitolul 5:</i>	Tulburarea hiperactivitate/deficit de atenție
107	<i>Capitolul 6:</i>	Tulburări anxioase, tulburarea obsesivo-compulsivă și stresul posttraumatic
129	<i>Capitolul 7:</i>	Tulburarea uzului de substanțe
151	<i>Capitolul 8:</i>	Tulburarea opoziționism provocator și tulburarea de conduită
164	<i>Capitolul 9:</i>	Tulburarea de spectru autist
173	<i>Capitolul 10:</i>	Tulburări psihotice

6	179	<i>Capitolul 11:</i>	Strategii eficiente de predare pentru elevii cu probleme emoționale sau de comportament
	235	<b>Partea a III-a:</b>	Școala — un cadru pentru sănătatea mentală
	237	<i>Capitolul 12:</i>	Lucrul cu elevii cu tulburări de sănătate mentală
	288	<i>Capitolul 13:</i>	Educația generală, educația specială
	304	<i>Capitolul 14:</i>	Cum abordează școlile provocările legate de sănătatea elevilor
	331	<i>Capitolul 15:</i>	Sumar
	335	<b>Anexe</b>	
	337	<i>Anexa 1:</i>	Cine pune diagnosticul și tratează tulburările psihiatrice ale copilului și adolescentului?
	347	<i>Anexa 2:</i>	Evaluări complexe de sănătate mentală
	367	<i>Anexa 3:</i>	Manualul de Diagnostic și Statistică al Tulburărilor Mentale (DSM)
	373	<i>Anexa 4:</i>	Psihoterapia pentru copii și adolescenți
	380	<i>Anexa 5:</i>	Utilizarea rațională a medicamentelor psihotrope
	395	<i>Referințe</i>	
	398	<i>Lecturi recomandate</i>	

# Introducere

Se spune că spărgătorul de bănci Willie Sutton, întrebat fiind de ce a jefuit bănci, ar fi răspuns: „Pentru că acolo sunt banii”. În mod similar, când cineva se întreabă de ce ar fi școala cadrul ideal în care să ne ocupăm de sănătatea mentală a tinerilor, putem răspunde: „Pentru că acolo sunt copiii”. Într-adevăr, școala este principalul loc în care, în mod obișnuit, tinerii cu tulburări de sănătate mentală primesc asistență (de exemplu, consiliere școlară) (25%), pe locul următor situându-se cabinetele specialiștilor în sănătate mentală (24%), ale furnizorilor de asistență medicală generală (11%), serviciile de asistență socială (7%), de medicină alternativă (5%) și sistemul de justiție juvenilă (5%) (Garland *et al.*, 2011).

Astfel, școlile sunt adesea cei mai importanți furnizori de servicii pentru copiii și adolescenții cu tulburări de sănătate mentală. Ele sunt, de asemenea, porți către serviciile de specialitate, accesate ulterior identificării respectivelor tulburări de către personalul educațional. Comisia prezidențială Freedom pentru Sănătate Mentală, Institutul de Medicină și Departamentul Statelor Unite pentru Sănătate și Servicii Sociale încurajează școlile să adopte proceduri de identificare timpurie a unor asemenea tulburări. Este clar că identificarea timpurie a acestor probleme, urmată de acordarea de servicii

12 specializate de sănătate mentală, are un impact pozitiv însemnat asupra evoluției atât psihiatrice, cât și educaționale a celor afectați.

Personalul educațional joacă un rol de pivot în ceea ce privește urmărirea și asigurarea sănătății mentale a copiilor. Având în vedere rata de prevalență a tulburărilor de sănătate mentală la copii și adolescenți, există probabilitatea ca în fiecare clasă din America să fie cel puțin un elev cu o tulburare de sănătate mentală, iar mulți dintre acești elevi prezintă perturbări emoționale severe. Succesul școlar este un predictor-cheie pentru succesul ulterior în viață, iar elevii cu tulburări de sănătate mentală se află într-un dezavantaj important în ceea ce privește succesul școlar, dacă nu primesc asistența adecvată. Îmbogățindu-și cunoștințele despre sănătatea mentală, profesorii vor putea fi mai eficienți în lucrul cu acești elevi și cu familiile lor, pentru a le putea asigura succesul școlar.

Această carte se dorește a fi un ghid practic pentru educatori, învățători, profesori, și nu numai, punându-le la dispoziție informații care să le îmbogățească baza de cunoștințe privitoare la diferitele aspecte ale sănătății mentale a copiilor în mediul școlar. Volumul oferă o privire generală asupra naturii diferitelor tulburări de sănătate mentală ce-i afectează pe copii și adolescenți și descrie modul cum sunt diagnosticate și tratate aceste tulburări, cum se manifestă ele în școală, precum și intervențiile ce pot fi făcute în clasă (adaptări, amenajări și modificări), care au cele mai mari șanse de a fi eficiente pentru acești elevi. Cartea schițează atât aspecte relevante pentru educația generală, cât și pentru educația specială a acestor tineri, ilustrează de ce intervențiile educaționale eșuează adeseori și propune perspective alternative care cresc ratele de succes. Este descris spectrul dificultăților de conduită ale elevilor, pornind de la cele exclusiv comportamentale (comportamentul planificat, voit, care are în mod clar o anumită motivație) până la cele exclusiv

clinice (în care tulburarea de sănătate mentală este cauza subiacentă a comportamentului), cu toate gradațiile dintre aceste două extreme. Volumul clarifică rolul profesorilor, educatorilor, dar și al consilierilor școlari, asistenților sociali, psihologilor, al personalului medical, directorilor și managerilor școlari, cu scopul de a crea un sistem neimprovizat de specialiști care să conlucreze pentru a veni în întâmpinarea nevoilor elevilor cu tulburări de sănătate mentală. În sfârșit, ghidul descrie programe de succes, furnizate atât de autorități școlare, cât și în colaborare cu asociațiile profesionale din domeniul sănătății și al sănătății mentale, programe ce au avut ca rezultat performanțe școlare îmbunătățite, au redus incidentele comportamentale și au dus la aranjamente mai puțin restrictive pentru elevii cu perturbări emoționale sau comportamentale.

Profesorii joacă un rol esențial în asistarea copiilor și adolescenților cu tulburări de sănătate mentală. Ei pot identifica și se pot ocupa de acele arii unde apar dificultăți de învățare sau unde dizabilitățile devin surse de frustrare, ce pot duce la dificultăți emoționale și comportamentale. Ei îi pot ajuta pe elevi să învețe abilități necesare în viața de zi cu zi, care au rămas nedevelopate ca efect al tulburării de sănătate mentală. Pot identifica semne și simptome ale tulburărilor de sănătate mentală, pe care le pot comunica părinților și celor în măsură să le trateze, pentru a ajuta procesul de diagnosticare și de tratare a acestora. Pot contribui cu informații și opinii în cadrul echipelor educaționale care stabilesc strategiile și metodele de asistență a elevilor cu probleme emoționale sau de comportament și pot implementa intervenții de susținere în cadrul clasei pentru a-i ajuta pe acești elevi să dea rezultate. Profesorii pot fi de ajutor în coordonarea serviciilor de asistență educațională cu cele furnizate de asistenții sociali, psihologi, consilieri școlari și asistenți medicali, precum și cu cele ale medicilor și specialiștilor

în sănătatea mentală. Ei îi pot încuraja pe administratorii școlilor să adopte regulamente și proceduri privind intervențiile de sănătate mentală, care să clarifice aspectele privitoare la rolul personalului școlar, intervențiile în caz de criză și metodele de evaluare a elevilor cu tulburări de sănătate mentală. Pot forma echipe împreună cu părinții, pentru a crea planuri eficiente de intervenție comportamentală, care să asigure concordanța intervențiilor între mediul școlar și cel familial. Dar, mai ales, având această bază de cunoștințe, profesorii pot avea mai mult succes ca pedagogi, iar elevii lor cu tulburări de sănătate mentală își pot îmbunătăți competențele școlare, pot întâmpina dificultăți comportamentale mai mici, pot obține o atitudine mai bună față de școală și o stimă de sine crescută, ca urmare a succesului obținut în clasă. Profesorii joacă, astfel, un rol vital în domeniul sănătății mentale a copiilor și se poate spune că o educație eficientă este o adevărată terapie pentru acești elevi. Dacă profesorii sunt atenți la natura dificultăților de sănătate mentală ale elevului și sunt capabili să-l separe pe elev de tulburarea în sine, susținerea și compasiunea pe care le vor manifesta drept rezultat vor avea un rol esențial în a-l face pe elev să perceapă școala ca pe un loc primitiv pentru el.

Factorii de risc pentru dezvoltarea tulburărilor de sănătate mentală sunt complecși și diferă de la o tulburare la alta. Influențele mediului contează chiar și în cazul tulburărilor cu componente genetice puternice. De exemplu, dacă un geamăn identic are schizofrenie, există o probabilitate de doar aproximativ 50% ca și celălalt copil, care are o structură genetică identică, să dezvolte schizofrenie. Acesta este un indicator al faptului că și alți factori contribuie la dezvoltarea acestei tulburări. Factorii de mediu, cum sunt abuzul asupra copilului, sărăcia, un mediu familial haotic, pot crește riscul dezvoltării tulburărilor de sănătate mentală. Pe de altă parte, tot factorii de

mediu pot fi și protectivi. Una dintre cele mai puternice influențe protective din mediul de viață este o relație puternic pozitivă cu un adult. Acesta poate fi un membru al familiei, un adult implicat din cadrul comunității sau un profesor. O relație cu un profesor, care se arată implicat și care poate genera stabilitate, structură și îngrijire, îl poate ajuta pe un copil sau pe un adolescent să-și dezvolte reziliența și capacitatea de a face față cu succes cerințelor vieții. Mulți dascăli cu experiență povestesc că sunt vizitați de foștii lor elevi care le spun că ei, profesorii lor, au fost cei care au avut cea mai mare contribuție la dezvoltarea capacității lor de a reuși în viață. O relație educațională de succes poate ajuta la prevenirea problemelor de sănătate mentală.

## Nevoia de educație privind sănătatea mentală

Din păcate, mulți profesori au primit o instrucție minimă cu privire la sănătatea mentală a copiilor. Unii nu au primit niciun fel de informații, iar alora formatorii lor le-au spus chiar că diagnosticul de sănătate mentală este irelevant, întrucât treaba lor ca pedagogi este să se axeze pe comportamentele observabile, și nu pe etichetări subiective.

În ciuda impactului tulburărilor de sănătate mentală asupra mediului educațional, mulți profesori și administratori de școli nu dețin nici informațiile de bază privind natura tulburărilor de sănătate mentală ale copiilor și adolescenților, metodele de tratare și diagnosticare a acestora, manifestările acestora în mediul școlar și tipurile de intervenții de bază din școală, ce pot avea cea mai mare rată de succes în cazul elevilor afectați.

În Statele Unite există variații largi, în ceea ce privește metodele de abordare a elevilor cu tulburări de sănătate mentală, de la