



PSIHOSOMATIKAS
KLĪNIKA
Rīgas Stradiņa Universitāte



EMOCIONĀLĀS VESELĪBAS NEDĒĻA

Informācija medijiem
2013.gada 5.septembris
Rīga

Agresija un ņirgāšanās skolā, bieža slimošana – kas atbildīgs?

Jau nākamnedēļ notiks Rīgas Stradiņa universitātes Psihosomatikas klīnikas rīkotā Emocionālās veselības nedēļa, kas šajā rudenī ir veltīta tēmai: *Veselīgas attiecības ģimenē – vesels bērns*. Atklājot Emocionālās veselības nedēļu, 9.septembrī notiks diskusija par mūsu sabiedrībā sāpīgu tēmu: *Kā attiecības ģimenē veicina agresiju un ņirgāšanos skolā, kā arī bērnu slimošanu?*

Gandrīz 50% skolas vecuma bērnu atzīst, ka ir aizkaitināmi un ar sliktu garastāvokli, 34% ir nervozitāte, bet par nomāktību sūdzas 26% bērnu. Vairāk kā viena piektdaļa bērnu un pusaudžu vecumā no 11 – 15 gadiem izjūt izteiktu apgrūtinājumu un spriedzi mācīties gan skolā, gan mājās*. Šie dati ir viena medaļas puse, otra norāda uz faktu, ka bērni savu neapmierinātību „spoguļo” uz saviem vienaudžiem – līdz pat 36% zēnu 15 gadu vecumā atzīst, ka skolā regulāri ņirgājas, apceļ citus. Ar šo negatīvo rādītāju Latvija ieņem pirmo vietu 38 valstu pētījumā, ko veikusi Pasaules Veselības organizācija (2009/2010). Vidēji 20% bērnu un pusaudžu vecumā no 11 – 15 gadiem atzīst, ka skolā izjutuši emocionālu vardarbību, ņirgāšanos.

Asoc.prof. Gunta Ancāne, Rīgas Stradiņa universitātes Psihosomatikas klīnikas un katedras vadītāja: „Vai par bērnu skolā ņirgāsies, vai viņš būs depresīvs, vai tāds, kurš grib un prot draudzēties, ar iniciatīvu un labu paštēlu, tas ir simtprocentīgi vecāku rokās. Mums ir nepieciešami gudri un izglītoti vecāki, tādi, kas spēj veidot veiksmīgu, empātisku personību, kā arī sabiedrības līmenī - spēcīgu, domājošu talantīgu, par sevi pārliecinātu jauno paaudzi. Vai tā varētu būt, ka mūsu sabiedrība beidzot ir nonākusi līdz atziņai, ka bērna likteņa veidošanā absolūti izšķirošā nozīme ir bērna vecākiem? Tas ir satraucoši vecākiem par milzīgo atbildību, bet vienlīdz arī tā ir spēka atziņa un iespēja ietekmēt bērna likteni visplašākajā nozīmē.

Emocionālā Veselības nedēļa ir kā neliels atbalsts vecākiem viņu kritiski svarīgajā misijā.

Sabiedrībā pazīstami cilvēki, kuru viedokļos ieklausās, kā piemēram, Viesturs Kairišs intervijā avīzei Diena saka – „Latvijai nav nākotnes. To neredz tikai tie, kas nevēlās redzēt!”, Sandra Veinberga portālā TVnet raksta „Pelēcību kalve ar nosaukumu „skola” ir sākusi darbu.”. Arī mēs – klīnikas ārsti, ikdienā strādājot ar pacientiem esam sapratuši, ka jautājums ir kritisks, tajā pašā laikā redzam, kā situāciju var glābt, lai vecāki varētu ielikt savos bērnos skaistus likteņus.”

Kādi ieteikumi un risinājumi ir iespējami, lai Latvijā veicinātu emocionāli veselās ģimenes un bērnus, tiks runāts apaļā galda diskusijā, kas notiks 2013.gada 9. septembrī plkst. 13'00 – 14'30 RSU Psihosomatikas klīnikas telpās Kapseļu ielā 23, Rīgā (Āgenskalnā).

Diskusijas dalībnieku vidū būs Laila Rieksta – Riekstiņa (Bērnu tiesību aizsardzības inspekcija), prof. Gunta Ancāne (ārste -psihoterapeite, psihosomatikas speciāliste), Liene Cipule (LR



PSIHOSOMATIKAS
KLĪNIKA

Rīgas Stradiņa Universitāte



EMOCIONĀLĀS VESELĪBAS NEDĒĻA

Veselības ministrijas parlamentārā sekretāre), Kristīne Dūdiņa (Biedrība ģimeņu atbalstam «Bērniem draudzīgs»), Inga Šmate (Slimību profilakses un kontroles centra direktore), Inga Akmentiņa – Smildziņa (portāls mammamuntetiem.lv), Kristīne Modnika (skolotāja Jēkabpils Valsts ģimnāzija), Ivita Mauriņa (Latvijas Vecāku kustība), Inga Dreimane (Rīgas domes Labklājības departaments), Andra Vabale (RSU asistente, audiologopēde), Vineta Jonīte (49. pirmskolas izglītības iestādes direktore), dr.Ineta Remese (ārsts psihoterapeits).

Vienlaikus Emocionālās veselības nedēļas laikā RSU Psihosomatikas klīnikas speciālisti sniegs bezmaksas *Skype* konsultācijas vecākiem, kuriem nepieciešams padoms emocionālu un uzvedības problēmu risināšanā ģimenē. *Skype* konsultācijas sniedz iespēju saņemt ārstu psihoterapeitu padomu arī atrodoties ārpus Rīgas, vai pat Latvijas, arī mājās, kuras ar maziem bērniem dzīvo mājās. Tā ir kvalitatīva alternatīva klātienē konsultācijai, jo saruna ar ārstu notiks 40 minūtes. Pieteikties bezmaksas *Skype* konsultācijām, kas notiks Emocionālās veselības nedēļas laikā, var, zvanot pa tālruni: 20203203, vai rakstot: info@psihosomatika.lv. Vecākiem ir īpašs piedāvājums - 20% atlaide vizītei septembra mēnesī, Emocionālās veselības nedēļas ietvaros piesakoties uz konsultāciju RSU Psihosomatikas klīnikā pie ārsta-psihoterapeita, fizioterapeita vai audiologopēda.

Visu nedēļu vecākiem pēc darba, laikā no 18`00 – 20`00, notiks lekcijas mammām un tētiem, lai ikdienas steigā atgādinātu par dzīvē vissvarīgākajām vērtībām un vecāku lomu bērnu dzīves veidošanā. Šobrīd jau visas Emocionālās veselības nedēļas lekcijas ir papildītas, vecākus varam vien aicināt uz Psihosomatikas klīnikas rīkotajām Attiecību skolas lekcijām, kas regulāri notiek gan mazo bērnu, gan pusaudžu vecākiem, kā arī topošajiem vecākiem un pieaugušajiem pašiem par sevi.

Vairāk par Emocionālās veselības nedēļu un Rīgas Stradiņa universitātes Psihosomatikas klīniku lasiet www.psihosomatika.lv .

**Slimību profilakses un kontroles centrs, „Psihiskā veselība Latvijā 2011.gadā”*