

# *Vaikų ir paauglių konsultavimas internetu*

## 1. Telepsichologinio konsultavimo erdvė

Nėra gairių, kurios numatytų, kokioje erdvėje turėtų vykti vaikų ir paauglių telepsichologinės konsultacijos, tačiau yra tam tikrų pamąstymų šia tema. Paslaugos teikėjai turėtų aprašyti reikalavimus kambariui interneto puslapiuose, prieš pradėdant teikti paslaugą. Dalis nuotolinių svetainių siūlo suaugusiųjų telepsichologiniam konsultavimui naudoti mažus kambarius, patogią konferencijų salę arba darbo kabinetus. Šie variantai turi trūkumų, kalbant apie telepsichologinės pagalbos teikimą vaikams ir paaugliams. Kambaryje turėtų būti pakankamai erdvės, jis turėtų talpinti mažiausiai vieną arba du suaugusius žmones, kurie turėtų būti matomi ekrane. Jei vienu metu su jaunu žmogumi ir pagalbos teikėju bendraus didesnis skaičius žmonių, pvz. vykstant grupinei terapijai, svarbu būtų pagalvoti apie didesnį kambarį.

Vaikui turi būti suteikta galimybė judėti kambaryje, kad jaustųsi komfortiškai, ir galėtume tinkamai įvertinti jo ar jos įgūdžius. Tai ypatingai svarbu konsultuojant mažesnius vaikus, kurių motoriniai gebėjimai gali būti pažeisti, gebėjimas paaiškinti taip pat gali būti pažeistas arba pagal amžių tokio pobūdžio bendravimas mažiau prieinamas. Jei kambarys bus pernelyg didelis, pvz. jei tai būtų konferencijų salė, vaikas gali imti klaidžioti, - tuo atveju būtų sudėtinga nuolatos jį ar ją matyti ekrane, jei kliento kompiuteris neturi specialios įrangos. Judėjimo sunkumų turintiems jaunuoliai taip pat turėtume suteikti galimybę pasirinkti kambarį. Erdvė paciento buvimo vietoje turėtų būti konservatyviai įrengta ir priklausyti nuo klinikinės intervencijos pobūdžio. Pvz., Psichoterapijos užsiėmimai gali reikalauti patogaus, bet kukliai dekoruoto kambario, kad būtų kuo mažiau blaškomas dėmesys.

Jei vaikui būdingi elgesio sutrikimai, prieš telepsichologinį konsultavimą galima apmokyti tėvus duoti „aiškias instrukcijas“ vaikui. Diagnostikos sesijoms kliento kambaryje turėtų būti vaiko amžių atitinkančios priemonės – pvz., rašomasis stalas ir spalvoti pieštukai, leidžiantys įvertinti vaiko smulkiosios motorikos įgūdžius, kūrybiškumą ir dėmesį. Vaiko noras dalintis ir apibūdinti savo darbą padeda įvertinti jo ar jos bendravimo įgūdžius. Norint nustatyti vaiko pomėgius ir gebėjimus, galima pateikti nedidelį žaislų pasirinkimą, tačiau reikėtų vengti triukšmingų, iš daugybės detalių sudarytų ir nepatogių žaislų, nes jautrūs kompiuterio mikrofonai sukels triukšmą, kuris trukdys pokalbiui. Po seanso kliento artimiesiems tenka įdėti papildomo darbo tvarkant kliento buvimo vietą.

Nepaprastai svarbus yra tinkamas kambario apšvietimas. Visas kambarys turėtų būti gerai matomas – taip yra lengviau įvertinti vaiko ar paauglio sąveiką su tėvais. Natūralus apšvietimas dienos metu gali keisti ekrane fiksuojamą vaizdą. Neretai dėl apšvietimo krinta šešėliai. Turėtume teikti pirmenybę horizontaliai apšviestiems kambariams be langų. Apšvietimas turėtų leisti gerai matyti ir įvertinti vaiko ar paauglio veido bruožus bei jausmines išraiškas.

Kai telepsichologinės konsultacijos vyksta ne poliklinikoje ar stacionare, - pvz. mokykloje arba namuose, - rasti optimalaus ploto, tinkamai apšviestą ir privatumą užtikrinančią erdvę gali būti sudėtinga. Konsultuojant mokykloje pagalbos teikėjas turėtų įvertinti, ar mokykloje sąlygos tinka telepsichologinės pagalbos teikimui, - darbuotojams gali būti sunku rasti privačią erdvę perpildytose mokyklose, turinčiose mažai lėšų. Visgi, daugybė svarbių asmenų gali dalyvauti susitikime mokykloje, - vaikai, tėvai, visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, mokytojas (- ai), administracijos atstovai, atvejo vadybininkai, socialiniai darbuotojai, mokyklos psychologai ir kt. Pagalbos teikėjas turėtų užtikrinti, kad ekrane būtų matomi visi konsultacijoje dalyvaujantys asmenys, tačiau jie neužgožtų vaiko ar paauglio ir nesukeltų kliūčių stebėti jį ar ją. Kai bendraujate su aktyviu vaiku ar paaugliu, esančiu namuose ir besinaudojančiu mobiliuoju įrenginiu, dažnai rekomenduojama naudoti dėklus su stovais, kad apsaugoti įrenginį ir užtikrinti stabilų ekrano vaizdą. Kadangi mobilieji įrenginiai suteikia galimybę judėti namuose pokalbio metu, reikėtų priminti šeimos nariams pastatyti prietaisą ant stalo, kad vaizdo perdavimo kokybė būtų maksimali, ir būtų kuo mažiau blaškomas dėmesys.

## 2. Ar telepsichologinės paslaugos tinka klientui?

Šiuo metu nėra nustatyta jokių indikacijų ar kontraindikacijų telepsichologinių paslaugų teikimui vaikams ir paaugliams, išskyrus atvejus, kai vaikas, paauglys arba tėvai atsisako paslaugos.

Jei paslauga teikiama tradicinėje klinikinėje aplinkoje, paslaugos teikėjas gali įspėti darbuotojus apie bet kokią riziką jaunimo saugumui, kad darbuotojai galėtų padėti, imtis tinkamų veiksmų arba pranešti reikalingoms institucijoms. Jei paslauga teikiama ne tradicinėje klinikinėje aplinkoje, kaip pvz. mokykla, pagalbos teikėjas sprendžia, ar mokykla galės padėti rengti sesijas ir palaikyti nuolatinį mokinio ir šeimos įsitraukimą. Prieš pradėdant teikti telepsichologinės pagalbos paslaugas, pagalbos teikėjas turėtų įgyti žinių apie mokyklos kultūrą, išteklius ir galimybes bei apibrėžti mokyklos lūkesčius. Pagalbos teikėjas turėtų nuspręsti, ar jis tiesiogiai konsultuos klientą, ar konsultuos mokyklos darbuotojus, taip pat paaiškinti jiems mokyklos personalo vaidmenį rūpinantis vaiku ar paaugliu. Mokyklos aplinkoje ypatingas dėmesys turėtų būti skiriamas privatumui. Jei paslauga teikiama namuose, vaikui arba paaugliui gali kilti didesnė išveikos arba pabėgimo iš namų rizika. Atsakingas, patikimas ir pajėgus suaugusysis turėtų būti vietoje ir prieinamas pagalbos teikėjui, kad prireikus padėtų įvertinti galimą žalą arba imtis veiksmų situacijai pakeisti. Šeimos, kurioms būdinga netinkamo elgesio su vaiku patirtis praeityje, gali būti netinkamos nuotolinei psichologinei pagalbai, kuri įgyvendinama neprižiūrimoje aplinkoje, pavyzdžiui, namuose.

Kai kuriais atvejais vaikas arba paauglys gali naudotis išveika suaugusiojo akivaizdoje, pavyzdžiui, hiperaktyvus ikimokyklinukas, opoziciškas vaikas ar nebendradarbiaujantis paauglys. Jie gali gadinti įrangą, agresyviai kalbėti ar elgtis su globėju, pasislėpti ar bandyti išeiti. Kartais tėvams, ieškantiems psichologinių paslaugų vaikams, taip pat būdingos psichologinės problemos arba psichikos sutrikimai, ir jiems gali būti pernelyg sudėtinga prižiūrėti vaiką arba paauglį vaizdo konferencijų metu. Taigi pagalbos teikėjas turėtų įvertinti lydinčio suaugusiojo

sugebėjimą padėti vaikui ar paaugliui saugiai dalyvauti sesijose ir laikytis gydymo rekomendacijų.

Santykinės kontraindikacijos telepsichologinės pagalbos vaikams teikėjams, į kurias reikia atsižvelgti, apima vertinimą aplinkoje, kurios nėra laikoma neutralia, pvz., jaunimo namuose ar kito tipo globos įstaigoje. Pavyzdžiai: vertinimas dėl globos vaikui skyrimo, teismo ekspertizės ir įtarimų dėl piktnaudžiavimo ar nepriežiūros tyrimas, šeimos terapija, kai šeimoje anksčiau vyko tarpasmeninis smurtas apraiškų ir (arba) globėjai/tėvai yra nepastovūs. Šiuo atveju vaikas negalės nuoširdžiai kalbėti apie savo aplinką ar svarbias gyvenimo aplinkybes, netoliese esant globėjui. Be to, klientui esant namų aplinkoje, pagalbos teikėjas turi mažiau galimybių įtakoti situaciją, jei globėjas supyks/praras kontrolę. Pati namų aplinka gali bauginti vaiką ar paauglį. Kai kurie vaikai, kuriems būdingi raidos ar psichotiniai sutrikimai, gali netoleruoti vaizdo konferencijų platformos.

Todėl pagalbos teikėjas, atsižvelgdamas į vaiko, paauglio ir tėvų pageidavimus, kreipimosi priešastį, raidos ir diagnostinius aspektus, įstaigos darbuotojus ir kitus kliento buvimo vietoje prieinamus išteklius, nustato telepsichologinių paslaugų tinkamumą. Paslaugos teikėjai išsiaiškina, ar vaikas arba paauglys gali saugiai dalyvauti konsultacijoje vienas, ar geriau jam ar jai būtų dalyvauti kartu kambaryje būnant vienam iš tėvų, ir užtikrina, kad paciento buvimo vietoje esantys asmenys galėtų pašalinti bet kokią tikėtiną riziką klientui, kitiems žmonėms ar įrangai. Pagalbos teikėjas taip pat įvertina vaiko norą ir galimybes laikytis pagalbos teikėjo nurodymų be artimų suaugusiųjų dalyvavimo.

### 3. Darbas su įvairiais vaikais, paaugliais ir įvairiomis šeimomis

Nuotolinei praktikai neretai būdingi rasiniai, etniniai ir kultūriniai paslaugų teikėjų ir klientų skirtumai. Pagalbos teikėjų pareiga yra įvertinti savo kompetenciją dirbti su įvairiomis vaikų ir paauglių grupėmis. Tačiau tyrimų, susijusių su telepsichologinių paslaugų teikimu įvairių kultūrų vaikams ir šeimoms nėra daug. Todėl rekomenduojama nuolankiai žvelgti į kultūrinių skirtumų klausimais. Įgyti kompetencijų dirbti su pažeidžiamomis grupėmis telepsichologinio konsultavimo metodu yra visą gyvenimą trunkantis procesas. Laikydami geriausios disciplinos etikos klausimais, pagalbos teikėjai turėtų atsižvelgti į unikalius pacientų poreikius, susijusius su amžiumi, lytimi, lytiniu identitetu, rase, etnine priklausomybe, kultūra, tautine kilme, religija, seksualine orientacija, negalia, kalba ir socialine bei ekonomine padėtimi, kai teikia telepsichologinę pagalbą. Pagalbos teikėjai turi būti atidūs klientų žodiniams ir nežodiniams bendravimo ženklams ir bendravimo stiliui, kurie gali skirtis sąsajoje su kultūros grupe.

Pagalbos teikėjas gali įsivardyti kliento poreikius kultūriniame kontekste, atsižvelgti į jaunimo kultūrinį identitetą; kultūrinio kančios konceptualizavimo aspektus; psichosocialinius stresorius ir atsparumą; ir kultūrinius kliento ir teikėjo santykių ypatumus. Reikėtų taip pat atsižvelgti į technologijų poveikį asmens kultūrinių poreikių vertinimui. Vertinant kultūriniu požiūriu jautrius protokolus, reikėtų atsižvelgti į šeimų dvikalbystę. Svarbu yra atsižvelgti taip pat ir į miestų ir

kaimų gyventojų vertybių skirtumus. Norėdami sukurti ryšį ir terapinį aljansą, pagalbos teikėjai gali pasidomėti šeimos bendruomene, jos vertybėmis ir ištekliais. Pvz. Pirmoji imigrantų karta yra iššūkis pagalbos teikėjams, nes vaikų kultūrinė adaptacija ir kalba skiriasi nuo tėvų kalbos ir kultūrinės adaptacijos. Klausimai apie kultūrą turi būti keliami pagarbiai ir taip pat taikomos kultūrinių skirtumų įvertinimo priemonės, kad pagalbos teikėjas galėtų geriau atlikti savo darbą. Apsilankymas paciento gyvenamojoje vietoje gali padėti lengviau įvertinti kultūrinius skirtumus.

#### 4. Dalinimasis informacija

Norint įvertinti vaikus ir paauglius, dažnai reikia ne tik su suaugusiais susijusios informacijos. Paprastai naudojami keli informacijos šaltiniai. Vaikai ir paaugliai dažnai jau anksčiau buvo vertinti, pvz. jiems atlikta raidos vertinimas, psichologiniai ar edukaciniai testai ir t.t. Organizacijos ir paslaugų teikėjai turėtų nustatyti tvarką, skirtą keistis informacija apie klientus, - tai yra aktualu teikiant psichologinę pagalbą.

Dalijimasis vaikų klinikinėmis istorijomis ir įvertinimo rezultatais turi atitikti šalyje nustatytus teisinius reikalavimus. Pagalbos teikėjai ir organizacijos turėtų sudaryti susitarimus, kuriuose aprašoma klinikinės istorijos ir rezultatų saugojimo tvarka. Reikėtų vadovautis geriausia saugaus keitimosi duomenimis praktika.

Pagal American telemedicine association vadovą "Practice guidelines for telemental health with children and adolescents" (11-15 psl.) parengė psichologė I.Polikevičiūtė.

[https://higherlogicdownload.s3.amazonaws.com/AMERICANTELEMED/618da447-dee1-4ee1-b941-c5bf3db5669a/UploadedImages/Practice%20Guideline%20Covers/NEW\\_ATA%20Children%20&%20Adolescents%20Guidelines.pdf](https://higherlogicdownload.s3.amazonaws.com/AMERICANTELEMED/618da447-dee1-4ee1-b941-c5bf3db5669a/UploadedImages/Practice%20Guideline%20Covers/NEW_ATA%20Children%20&%20Adolescents%20Guidelines.pdf)