

ABSTRAKTY

9.30 – 11.00

Perspektywa dziecka w rozstaniu rodziców – jak ochronić małe dziecko przed krzywdzeniem w konflikcie okołorozstaniowym rodziców?

Podczas wystąpienia przedstawimy trzy perspektywy doświadczania kryzysu rozstania – matki, ojca oraz dziecka – aby ukazać dynamikę narastającego między rodzicami konfliktu, w który często zostaje włączone dziecko. Zaprezentujemy również proces eskalacji konfliktu okołorozwodowego, który – poprzez skupienie rodziców na wzajemnych napięciach – prowadzi do niezauważania realnych potrzeb dziecka.

Wskażemy, jak z uwzględnieniem etapu rozwoju małego dziecka chronić je przed wciąganiem w konflikt rodziców oraz jak wspierać dorosłych w przechodzeniu przez poszczególne etapy rozstania w sposób, który nie krzywdzi dziecka.

11.30 – 13.00

Bezpieczne niemowlę – widzieć wcześniej, by chronić lepiej. Zdrowie psychiczne i wczesna identyfikacja sygnałów ryzyka w pierwszym roku życia.

Wystąpienie poświęcone jest zdrowiu psychicznemu niemowląt jako obszarowi, który nadal pozostaje na obrzeżach systemu wczesnego rozpoznawania trudności i wspierania dobrostanu najmłodszych dzieci. Tymczasem to właśnie w pierwszym roku życia kształtują się podstawy regulacji emocji, poczucia bezpieczeństwa i zaufania oraz wzorców relacyjnych. Pojawiające się w tym okresie oznaki niepokoju są jednak najczęściej interpretowane w kategoriach zaburzeń snu, trudności w karmieniu, nadmiernego płaczu czy drażliwości, rzadziej natomiast rozumiane jako możliwe wyrazy przeciążenia w relacji dziecko–opiekun.

W perspektywie *infant mental health* zdrowie psychiczne niemowlęcia oznacza rozwijającą się zdolność do tworzenia bliskich i bezpiecznych relacji, przeżywania i regulowania emocji oraz angażowania się w poznawanie otoczenia – zawsze w obrębie doświadczeń relacyjnych, rodzinnych i środowiskowych dziecka. W takim ujęciu szczególnego znaczenia nabierają wczesne sygnały ryzyka, takie jak trudności regulacyjne, obniżone zaangażowanie społeczne czy zakłócenia synchronii relacyjnej, a także kondycja psychiczna rodzica i jakość współregulacji w pierwszym roku życia.

W pierwszych miesiącach życia niemowlę bywa ujmowane głównie przez pryzmat rozwoju fizycznego, dobrostanu somatycznego i podstawowej opieki, przez co emocjonalny i relacyjny wymiar jego funkcjonowania rzadziej staje się przedmiotem równie uważnej obserwacji. Współczesne dane pokazują jednak, że to właśnie najmłodsze dzieci mogą być narażone na przemoc i zaniedbanie, podczas gdy zdrowie psychiczne w pierwszych latach życia nadal zbyt rzadko ujmowane jest w perspektywie jakości relacji dziecko–opiekun. Na tym tle przedstawiona zostanie idea prostego screeningu zdrowia psychicznego niemowląt jako elementu wczesnej profilaktyki. Na przykładzie narzędzi przesiewowych **CIMHS** i **ADBB** omówione zostanie, w jaki sposób możliwe jest wcześniejsze rozpoznawanie potrzeb dziecka i rodziny oraz kierowanie wsparcia, zanim trudności ulegną nasileniu i utrwaleniu. Wystąpienie odwołuje się również do danych i doświadczeń płynących z **Projektu Bobas**, ukazujących znaczenie wczesnego dostrzegania sygnałów trudności oraz włączania perspektywy relacyjnej do praktyki wspierania niemowląt i ich opiekunów.

13.45 - 15.15

Problematyczne zachowania seksualne dzieci wobec innych dzieci - między tabu dorosłych a doświadczeniem dziecka.

W ostatnim czasie, w Centrach Pomocy Dzieciom FDDS coraz częściej spotykamy się w pracy klinicznej z dziećmi, które prezentują problematyczne zachowania seksualne – także u dzieci bardzo małych, w wieku przedszkolnym. Rozwój seksualny i rozmowa o nim wciąż pozostają tematem tabu – obszarem niewygodny, który konfrontuje dorosłych z ich własnymi ograniczeniami, przekonaniem i trudnościami w rozumieniu. Te ograniczenia nie pozostają bez wpływu na dzieci, które uczą się świata poprzez relacje i odtwarzają to, co widzą i przeżywają w swoim otoczeniu. Tam, gdzie temat seksualności pozostaje nienazwany, nieuporządkowany lub obciążony napięciem, łatwo o chaos, niejasne granice i różnego rodzaju przekroczenia. Granica między normą rozwojową a zachowaniem wymagającym interwencji bywa nieczytelna, co sprzyja zarówno nadinterpretacjom, jak i pomijaniu ważnych sygnałów. W takich sytuacjach łatwo o reakcje impulsywne, oparte na kontroli, ocenianiu lub wycofaniu. Tymczasem praca z dzieckiem i rodziną, wymaga zatrzymania się i próby rozumienia tego, co stoi za zachowaniem. Szczególnie dlatego, że mówimy o małych dzieciach, całkowicie zależnych od dorosłych, a naszą rolą jest tworzenie dla nich bezpiecznego, regulującego środowiska oraz wspieranie opiekunów w rozumieniu ich potrzeb.

Podczas wystąpienia odwołam się do doświadczeń klinicznych, zaproponujemy spojrzenie na problematyczne zachowania seksualne nie tylko jako na trudność wymagającą korekty, ale jako na formę komunikacji - niosącą informacje o doświadczeniach relacyjnych dziecka, jego stanie emocjonalnym oraz niezaspokojonych potrzebach.

Sesje równoległe 16.00 - 17.30

Zaburzenia snu rodzica jako czynnik ryzyka krzywdzenia małych dzieci.

Problemy ze snem u rodziców – bezsenność, budzenie się w nocy czy zbyt krótki sen – bywają przyczyną nieefektywnego stylu wychowawczego i zachowań agresywnych wobec dziecka. Rodzice dzieci z zaburzeniami snu często sami mają kłopoty z odpoczynkiem, co zwiększa ryzyko surowego traktowania dziecka – potwierdzają to liczne badania i metaanalizy. W prezentacji przedstawię dowody naukowe łączące brak snu rodziców z większym prawdopodobieństwem krzywdzenia dziecka, wyjaśnię, jak zmęczenie potęguje impulsywność i osłabia panowanie nad emocjami, a także pokażę proste sposoby na wczesne wykrywanie ryzyka i praktyczne strategie pomocy.

Analiza bazuje na badaniach obserwacyjnych, eksperymentalnych i metaanalizach. Wyniki jasno pokazują, że deprivacja snu osłabia samokontrolę i zwiększa wrażliwość na codzienne trudności, jak płacz dziecka. Badania długoterminowe wykazały związek między problemami ze snem rodziców a ostrzejszym traktowaniem dzieci, a opiekunowie dzieci z bezsennością często zmagali się z dużym stresem. Wypalenie rodzicielskie idzie w parze z bezsennością, tworząc błędne koło, które pogłębiają trudne doświadczenia rodziców z ich dzieciństwa i wieczorne zwlekanie z położeniem się spać.

Proponowane przeze mnie narzędzia to kilka prostych pytań o sen i stres, które pomagają szybko zauważyć ryzyko. „Czerwone flagi” to: chroniczne niewyspanie, wysoki stres, urazy psychiczne w dzieciństwie i problemy dziecka ze snem. Nauka dobrych nawyków snu i dzielenie się obowiązkami nocnymi zmniejszają irytację rodziców. W prezentacji łączę przegląd badań z praktyką: omówieniem przypadków i analizą scenariuszy wziętych z życia.

Wnioski: Problemy ze snem rodziców to coś, co można zmienić, a co zwiększa ryzyko krzywdzenia dziecka – dlatego diagnostyka i terapia zaburzeń snu powinna wejść do standardów pracy z rodzinami. Osoby pracujące z dziećmi mogą odegrać kluczową rolę we wczesnym wychwytywaniu tego problemu przez proste pytania, a edukacja o śnie znacznie zmniejsza ryzyko agresywnych reakcji rodziców.

Obecność, która reguluje, buduje i koi – rola specjalisty i rodzica.

Prelekcja z elementami warsztatu, poświęcona jest praktycznemu wykorzystaniu współczesnych koncepcji regulacji emocji w pracy z rodzicami oraz w codziennym funkcjonowaniu specjalistów. Punktem wyjścia będzie model trzech systemów regulacji emocji prof. Paula Gilberta, który pomaga lepiej zrozumieć mechanizmy stojące za reakcjami stresowymi, napięciem oraz potrzebą bezpieczeństwa i ukojenia – zarówno u rodziców, jak i u osób wspierających ich zawodowo. Uczestnicy zapoznają się z prostymi narzędziami wykorzystywanymi w pracy psychoedukacyjnej z rodzicami oraz ze sposobami wspierania regulacji emocji w codziennych sytuacjach wychowawczych. Istotną część warsztatu stanowić będzie zagadnienie wyrozumiałości wobec siebie (ang. self-compassion), oparte na badaniach prof. Kristin Neff. Omówione zostaną mechanizmy działania wewnętrznej krytyki, znaczenie życzliwego podejścia do własnych trudności oraz ich wpływ na dobrostan rodzica i odporność psychiczną.

Prelegentka przedstawi również podstawowe założenia prac dra Ricka Hansona dotyczące neuroplastyczności oraz roli zauważania mikro-radości jako sposobu budowania bufora chroniącego przed wypaleniem rodzicielskim. Uczestnicy poznają krótkie praktyki uważności, które pomagają dostrzegać i „zapisywać” w układzie nerwowym dobre chwile.

Wystąpienie ma charakter doświadczeniowo-edukacyjny i łączy wiedzę opartą na badaniach z ćwiczeniami uważności, które można bezpośrednio wykorzystać zarówno w pracy z rodzicami, jak i w dbaniu o własne zasoby emocjonalne.

Przybysz nie z tego świata. Edukacja obojga rodziców w okresie oczekiwania na przyjście dziecka.

Okres oczekiwania na narodziny dziecka jest czasem intensywnych przemian biologicznych, psychologicznych i społecznych, obejmujących nie tylko kobietę, lecz również jej partnera. „Przybysz nie z tego świata” to metafora nowego członka rodziny – istoty całkowicie zależnej, wnoszącej do życia rodziców nową jakość, ale i wyzwania wymagające świadomego przygotowania.

Celem wystąpienia jest ukazanie znaczenia kompleksowej edukacji obojga rodziców w okresie prenatalnym jako fundamentu budowania kompetencji opiekuńczych, wzmacniania więzi oraz kształtowania postaw sprzyjających zdrowiu matki i dziecka. Szczególny nacisk zostanie położony na rolę położnej rodzinnej jako przewodnika, edukatora i wsparcia emocjonalnego w procesie adaptacji do rodzicielstwa. W referacie omówione zostaną kluczowe obszary edukacyjne: przygotowanie do porodu, pierwsze chwile po narodzinach, karmienie piersią, pielęgnacja noworodka, a także psychospołeczne aspekty rodzicielstwa, w tym rola ojca i budowanie relacji partnerskiej w obliczu nadchodzących zmian. Zostanie podkreślone znaczenie włączania ojców w proces edukacyjny oraz tworzenia przestrzeni do dialogu, redukcji lęku i wzmacniania poczucia sprawczości obojga rodziców.

Wystąpienie, oparte na doświadczeniu praktycznym położnej rodzinnej, ukaże dobre praktyki pracy edukacyjnej z rodziną oraz przedstawi model wsparcia, który sprzyja bezpiecznemu i świadomemu przyjęciu „przybysza” – dziecka, które choć nowe i nieznane, staje się centrum świata swoich rodziców.

Rodzicielstwo w dobie nowych technologii – jak korzystanie z urządzeń ekranowych przez rodzica wpływa na więź i zdolność do samoregulacji emocji u dziecka.

Rozwój technologii cyfrowych sprawił, że urządzenia ekranowe, takie jak smartfony czy tablety, stały się stałym elementem codziennego funkcjonowania dorosłych, w tym rodziców małych dzieci. Coraz więcej badań wskazuje jednak, że korzystanie przez rodziców z urządzeń ekranowych w obecności dziecka może wpływać na jakość wzajemnych interakcji oraz procesy rozwojowe dziecka. W trakcie prezentacji zostaną omówione zależności między korzystaniem przez rodziców z urządzeń ekranowych,

ze szczególnym uwzględnieniem roli współregulacji emocjonalnej, która stanowi podstawowy mechanizm rozwijania zdolności samoregulacji u dzieci we wczesnym okresie życia. Prezentacja ma na celu zwiększenie świadomości znaczenia jakości codziennych interakcji rodzic–dziecko w kontekście rosnącej obecności technologii w życiu rodzinnym oraz wskazanie możliwych kierunków działań wspierających uważną obecność rodzica w relacji z dzieckiem.