

این صفحه خلاصه ای از اطلاعات درباره CAMHS برای فارسی زبانهاست. اگر سوال یا نگرانی دارید لطفاً با خدمات CAMHS تماس بگیرید. اگر برای انگلیسی صحبت کردن نیاز به کمک دارید، کارکنان CAMHS برای کمک به شما حضور یک مترجم را هماهنگ میکنند.

CAMHS چیست؟

CAMHS مخفف **Child and Adolescent Mental Health Service** (خدمات سلامت اعصاب و روان کودکان و نوجوانان) است. CAMHS از کودکان و نوجوانان (0-18 سال) و والدین آنها حمایت می‌کند. تیمی که در CAMHS کار میکنند مهارتهای متفاوتی دارند و حمایت‌های متفاوتی با توجه به نیاز کودک و خانواده ارائه میدهند. این تیم جوانان را به تنهایی و با خانواده شان ملاقات میکنند.

معنی "سلامتی اعصاب و روان" چیست؟

وقتی ما از لحاظ روح، جسم و روان خوب هستیم و زندگی روزانه را بخوبی میگذرانیم، میتوانیم بگوییم که سلامتی اعصاب و روان خوبی داریم.

مشکلات اعصاب و روان مربوط به نحوه فکر کردن و احساسات آدمها و ارتباط با اشخاص دیگر و تأثیرات منفی آن در زندگی روزمره است. این مشکلات را هر کسی با هر سن، نژاد، مذهب یا آگاهی میتواند داشته باشد. بعضی وقتها این مشکلات در نتیجه یک ضربه روحی یا فشار روحی ایجاد میشود. بعضی اوقات در اثر انباشته شدن فشارهای روحی در طی گذشت زمان ایجاد میشود. یا ممکن است یک جوان و خانواده با مشکلاتی که مواجه میشوند، حمایتی نداشته باشند. بقیه مواقع روشن نیست که چرا دچار آن میشوند.

اشخاص عقاید و ایده های متفاوتی درباره سلامتی اعصاب و روان دارند. CAMHS با شما کار میکند تا از خانواده شما حمایت کند.

چه نوع مشکلاتی را CAMHS میتواند کمک کند؟

CAMHS به کودکان و نوجوانان و خانواده هایی که با مشکلات مختلف مواجه هستند، کمک میکند. بعضی اوقات کودکان و نوجوانان به دلیل مشکلاتی که در خانه، مدرسه یا با دوستان خود دارند، ما را ملاقات میکنند. بعضی از آنها دارای روحیه پایین، فشار روحی و مملو از نگرانی هستند. بعضی مشکلاتی در مورد خوردن و کنترل خشم خود دارند. بعضی دیگر مشکل تمرکز یا دوست پیدا کردن، دارند. بعضی دیگر چیزهایی می شنوند و می بینند که دیگران نه می بینند و نه می شنوند. در حالیکه داشتن بعضی از این مشکلات طبیعی است، اگرچنانچه چنین مشکلاتی به زندگی روزانه شما غالب شوند، نیاز به کمک بیشتر خواهید داشت.

بعضی مواقع کنار آمدن با مشکلات برای جوانان سخت میشود و ممکن است سعی به صدمه زدن به خود یا فکر زنده نماندن بکنند. به این جوانان با چنین تفکرات و احساساتی که دارند میتواند کمک شود. اگر خود شما یا شخص دیگری را که می شناسید دارای افکار صدمه به خود و پایان دادن به زندگیشان هستند بسیار مهم است که با بزرگسالی که اعتماد دارید صحبت کنید. در مواقع اضطراری می توانید به مطب GP یا دکتر عمومی خود و یا بخش اورژانس بیمارستان بروید.

تمام مشکلات ذکر شده برای کودکان و نوجوانان و خانواده اها نگران کننده هستند. CAMHS به درک مشکلات خانواده ها و یافتن راههای مثبت در جهت حرکت به جلو کمک میکند. این خدمات مانند خدمات اجتماعی (سوشال

سرویسز) نیست. ما کسی که شمارا معرفی کرده درجریان کارها خواهیم گذاشت. گفته های شما محرمانه می ماند مگر اینکه ما نگران شویم که شما به خود یا شخص دیگری صدمه جدی بزنید. باین معنا که ما جزئیات مشکلات شما را بدون اجازه شما به هیچ کس نمیدهیم. ما اینجا هستیم تا از شما حمایت کنیم.

چطور میتوانم از CAMHS وقت ملاقات بگیرم؟

بیشتر افراد با دکتر یا مدرسه یا با اشخاص حرفه ای مربوطه ای که مراقبت از آنان را به عهده دارند در مورد مشکلاتی که کودک با خانواده دارند صحبت میکنند. سپس شما توسط هر کدام از این اشخاص توسط نامه به ما ارجاع

میشوید. بعضی از کلینکهای CAMHS فرد جوان یا خانواده میتوانند مستقیماً وقت ملاقات بگیرند. این تیم درباره همه کسانی که به ما ارجاع شده اند بحث میکند. ما مستقیماً با شما تماس میگیریم تا وقت ملاقات بگذاریم. اگر فکر کنیم که ما نمیتوانیم به فرزند شما و خانواده شما کمک کنیم، با شما یا شخصی که شما را معرفی کرده تماس می گیریم و علت آنرا توضیح میدهیم.

آنچه که در جلسه اول انجام میدهیم؟

در اولین ملاقات ما سوالاتی میپرسیم تا درک بهتری از نیازهای فرزند شما و شما داشته باشیم. سوالاتی مانند: فرزند شما چه مشکلاتی دارد؟ از کی شروع شده است؟ چه چیزهای اوضاع را بهتر میکند؟ چه چیزهایی اوضاع را بدتر میکند؟ زندگی در خانه یا مدرسه چطور است؟ امیروارید چه تغییری ایجاد شود؟ بعضی ها قبل از وقت ملاقات اول کمی عصبی هستند ما این را درک میکنیم و به سوالات و نگرانیهای شما گوش میکنیم. اگر اعتماد به نفس در انگلیسی صحبت کردن ندارید (با وجود انگلیسی صحبت کردن فرزندان) ما هماهنگ می کنیم تا شما در این ملاقات مترجم داشته باشید.

بعد از جلسه اول چه میشود؟

CAMHS از اطلاعاتی که در چند جلسه اول داده شده استفاده میکند تا درک کند چه چیزی باعث این مشکلاتی که توصیف کردید، شده است و با همفکری شما چیزی که میتواند به شما کمک کند، ارائه کنیم.