

LAPS-LUAMÁTTÁH

Párnáa psykososiaallii tiervásvuodâ árvuštállámvyehi 4–15-ihásáid

1

Párnáa nommâ	Persovntubdâldâh
Luámáttuv tevdee nommâ já virgesajattâh	
Tevdimpeivimeeri já toimásaje	

Valjii jieškote-uv koččamuš puotâ muulsâivtu, mii kovvee taan tove tile pyeremusávt. Jieškote-uv koččamušâst váldoo huámásumán ohtâ, tuodâlumos muulsâiähtu. Ravvuuh sijđoin 2–4.

<p>1. Ovdánem ahetääsi háarán</p> <p>Ij mañanem tâi riskâ toos 0</p> <p>Uccâ mañanem tâi riskâ mañanemân..... 1</p> <p>Kuáhtulâš tâi tuodâlâš mañanem..... 2</p> <p>2. Toimânaavcah päikkipirrâsist (piäiválij tooimâi luhostum, tadvâmeerhâi vaikuttâs)</p> <p>lä lah vädisvuodah..... 0</p> <p>Uccâ vädisvuodah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih vädisvuodah..... 2</p> <p>3. Toimânaavcah peivitiþsoost/þkoovlâst já oppâm</p> <p>lä lah vädisvuodah..... 0</p> <p>Uccâ vädisvuodah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih vädisvuodah..... 2</p> <p>4. Toimânaavcah ustevijguin já eres sosiaallijn koskávuodâin (peivitiþso, þkovlâ, astoäigi, äigiájánâsah)</p> <p>lä lah vädisvuodah..... 0</p> <p>Uccâ vädisvuodah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih vädisvuodah..... 2</p> <p>5. Vaanhimij naavcah heiviittállâđ párnáa tobdoeellim já lattim (piäiválij tooimâi luhostum, tadvâmeerhâi vaikuttâs)</p> <p>lä lah vädisvuodah..... 0</p> <p>Uccâ vädisvuodah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih vädisvuodah..... 2</p> <p>6. Siisâkulij čyeccee tadvâmeerhah (om. ilottesvuotâ, þlundevuotâ, perustume uccáávuotâ, kiásádättâm, atâštâs)</p> <p>lä lah tadvâmeerhah..... 0</p> <p>Uccâ tadvâmeerhah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih tadvâmeerhah 2</p> <p>7. Olgoskulij čyeccee tadvâmeerhah (om. vuástálistemmielâ, aggressiivláþvuotâ, lävuttemesvuotâ, hettejeijee lattim)</p> <p>lä lah tadvâmeerhah..... 0</p> <p>Uccâ tadvâmeerhah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih tadvâmeerhah..... 2</p>	<p>8. Tuodâlii mielâtiervásvuodâhemádâs iäpádâs, jieþhiävulâþvuodâ tâi eres vahâgitem riskâ</p> <p>Ij iäpádâs, ij riskâ..... 0</p> <p>Uccâ iäpádâs tâi riskâ 4</p> <p>Kuáhtulâš tâi tuodâlâš iäpádâs tâi riskâ..... 8</p> <p>9. Perruu toimânaavcah tâi párnâžân vaigutteijee peerâtaheeh</p> <p>lä lah vädisvuodah / ij tiäđust..... 0</p> <p>Uccâ vädisvuodah..... 1</p> <p>Kuáhtuliih tâi tuodâliih vädisvuodah..... 2</p> <p>10. Láá-uv párnáa perrust tâi aldasuuvâst lamaþ mielâtiervásvuodâ hemádâsah?</p> <p>lä lah / ij lah tiäđust..... 0</p> <p>Láá, oobijn/viiljâin tâi aldasuuvâst..... 1</p> <p>Láá, vaanhimist..... 2</p> <p>11. Uáivádâsâi kevttim</p> <p>lä lah čuolmah / ij tiäđust..... 0</p> <p>Riskâ- tâi lijgekevttim vaanhimist..... 2</p> <p>Uáivádâsâi kevttim párnáast..... 2</p> <p>12. Peerâviehävâldi</p> <p>Ij / ij lah tiäđust..... 0</p> <p>Oobij/viiljâi kooskâst..... 1</p> <p>Lii, vaanhimij kooskâst tâi párnáid čyeccee... 2</p> <p>13. Ovdâlist pahudum párnáa eromâþ torjuu tárbu (ovdánmân lohtâseijee, psykososiaallâþ)</p> <p>Ij lah tárbu / ij lah tiäđust 0</p> <p>Ucce tâi uánihisáigásâþ..... 1</p> <p>Kuáhtulâš tâi koorâs, kuhesáigásâþ tâi juátkoo..... 2</p> <p>14. Lii-uv vaanhimist huolâ suu párnáa tobdoelimist, lattimist, vuáijumnaavcâst tâi nubijguin piergiimist?</p> <p>Ij lah huolâ..... 0</p> <p>Uccâ huolâ..... 1</p> <p>Kuáhtulâš tâi tuodâlâþ huolâ..... 4</p>
--	--

SOOJIJ 1–14 ČYEGISMEERI OHTSIS

RAVVUUH

Puoh koččâmušâid, moh čäittih huolâ párnáa tâi perruu tiileest kalga väldid huámmášumán. Ovtâskâsuv huolâst kalga sárnuđ vaanhimijguin, árvištállâđ huolâ vaikuttâs párnáa psykososiaallii tiervâsvuotân já ovdánmân sehe árvištállâđ máhđulii torjuu táárbu.

Olesčyegismeeri 4–7 čuujoot párnáa tâi perruu torjuu, lasečielgim tâi tipšo táárhun vuáđutiervâsvuodâhuolâttâsâst já vuáđupalvâlusâin (peivitipšo, ovdâškovlâ, uáppeehuolâttâs, peerâpargo). Oovtâstpargoviärmáduv čokkim párnáa torjuu já tipšo vuáváámân já ton oláštumân lii tehálâš.

Olesčyegismeeri 8 tâi eenâb čuujoot toos, ete kalga smiettâđ párnáipsykiatrâllii konsultistem, párnáipsykiatrâllid kieldân puohum palvâlusâid tâi párnáa vuolgâtem spesiaalpyecceetipšo párnáipsykiatrâllii árvištállâmân. Jis olesčyegismeeri šadda ienááš perruu toimânaavcâid já stressitahheid valdâleijee koččâmušâin (koččâmušah 9-12), te vuosâsaajeest kalga smiettâđ perruu stivrim eres spesiaalpalvâlusâi pirrádâhân (rávisulmui mielâtiervâsvuotâ- tâi uáiváditteepalvâlusah, párnáisuojâlem tâi eres sosiaaltoimâ).

Maangâin árvištállâmluámáttuv koččâmušâin árvištálloo valdâlum tadvâmeerhâ tâi vädisvuodâ tääsi. *Uccâ tadvâmeerhâid/vädisvuodâid* puáhtá táválávt tubdâstid, mutâ toh iä hettii párnáa tâi perruu toimânaavcâid. *Kuáhtuliih já tuođâliih tadvâmeerhah/vaigâdvvuodah* hiäjusmihet párnáa tâi perruu toimânaavcâid, tovâtteh kierdâm já väätih täärhib árvištállâm torjuu já tipšo orniimist. Párnáa toimânaavcah verdiduvvojeh vyerdimist orroo táválíi ahetaási miäldâsii piergiimân já táidoid sierâ tiilijn.

1. Ovdánem ahetaási háárán

Almosárvištállâm párnáa tiileest ovdánem háárán. Täst váldojeh huámmášumán árbejum já šoddâm ráájist orroo sehe eres suujâi tiet šoddâm ovdánemáájánmeh tâi spiekâstmeh ovdánmist, párnáa neurologisâš já kielâlâš ovdánem, kognitiivlâš tääsi já psykososiaallâš ovdánem.

2. Toimânaavcah päikkipirrâsist (piäiválij tooimâi luhostum, tadvâmeerhâi vaikuttâs)

Piäiválij tooimâ luhostumân kuleh ahetaási miäldâsávt alnestis huolâtem tááiđuh tego purâdem, persovnlíi hygieniast huolâtem, hiivsigist eellim, kárvudâttâm já uáđđim. Párnáa naavcah heiviittid jieijâs lattim já tobdoeellim uáinojeh päikkipirrâsist eromâšávt tuášstum- já pettâšumetiilijn sehe tast, maht sun váldá vuástá vaanhim stivrim. Taa váldoo huámmášumân meid jieijâs ahetaásán hiäivulijn pargoin, tego päikkipargoin já škovlâpargoin, huolâtem táidü.

3. Toimânaavcah peivitipšoost/škoovlâst já oppâm

Taa árvištállojeh párnáa oppâm hináh já tahheeh, moh vaigutteh toos, tego oppâmnaavcah, oppâmmotivaatio, aicâdem já juávhust toimâm tááiđuh. Huámmášumân váldojeh meid párnáa naavcah toimâđ almolij ravvui já vuordui mielid sehe sirdâšumtiilij luhostum.

4. Toimânaavcah ustevijguin já eres sosiaallijn koskâvuodâin (peivitipšo, škovlâ, astoäigi)

Párnáa sosiaallijd tááiđuid koskâvuodâst siämmáahasáid skiparáid árvištâleh peivitipšoost, škoovlâst, astoäigi já puđâldâsâin. Taa váldoo huámmášumân, ete lii-uv páárnâš perustum vuáruvaikuttâsâst, láá-uv sust naavcah toohâđ sosiaallijd alguid já naavcah paijeentoollâđ skippáarkoskâvuodâid sehe láá-uv sust tááiđuh čuávidiđ ruossâlâsvuodâid.

5. Vaanhimij naavcah heiviittállâđ párnáa tobdoeellim já lattim (piäiválij tooimâi luhostum, tadvâmeerhâi vaikuttâs)

Vaanhimijn kojâduvvoo, ete maht aargâ hästee tileh luhostuveh párnáin. Savâstálloo tobdotiilij jyehimist párnáin; iloi jyehimist, lohđutmist, rávhuidutmist já párnáa negatiivlij tobdotiilij killáámist. Savâstálloo tast, ete magarij šoddâdemvuovijguin vaanhimeh stivrejeh já räijejeh jieijâs párnáa lattim ovdâmerkkân pettâšumetiilijn tâi ko páárnâš vuástálist vaanhim ravvuid. Savâstálmáin vaanhimáin árvištâleh suu naavcâid iberdiđ párnáa saavâid já tááruid sehe västidiđ toid ahetaásán hiävulii vuovvijn. Árvištálloo, ete lii-uv vaanhim feerim jieijâs koskâvuodâst párnázân

Párnáa psykososiaallii tiervâsvuođâ árvuštállámvyehi 4–15-ihásáid

almolávt-uv positiivláš já oro-uv vaanhimist, ete sun piergee tuárvi pyereest jieijâs párnáa tobdoi já lattim heiviittálmist párnáa ahetaäsi táárbei miel. Kalga väldid huámmášumán meid párnáa eromâš torjuu táárbe vaikuttâs.

Stuárráábij párnái puotâ vaanhimij naavcah heiviittállâđ párnáa tobdoellim já lattim uáinojeh meid párnáa jieijâs nahcân heiviittállâđ tobdoi čäittim já lattim sierâ tilálâšvuođáid hiävulij já sosiaallávt tuhhiittum vuovijguin.

6. Siisâkulij čyeccee tadvâmeerhah (om. ilottesvuotâ, šlundevuotâ, perustume uccáávuotâ, kiásádättâm, atâštâs)

Tadvâmeerhah láá tärkkilistum árvuštállâmluámáttuvâst.

7. Olgoskulij čyeccee tadvâmeerhah (om. vuástálistemmielâ, aggressiivlášvuotâ, liävuuttemesvuotâ, hettejeijee lattim)

Tadvâmeerhah láá tärkkilistum árvuštállâmluámáttuvâst.

8. Tuođâlii mielâtiervâsvuođâhemâdâs iápádâs tâi jiešhiävulâšvuođâ tâi eres vahâgittem riskâ

Tuođâlii mielâtiervâsvuođâhemâdâssáin uáivilduvvoo párnáa jiešhiävulâšvuotâ, psykoottisâšvuotâ tâi ton iápádâs, tuođâliih impulskontrol hemâdâsah, tuođâliih puurrâmhämâdâsah tâi uáivádittehemâdâsah.

Jieijâs vahâgittee lattiimin annojeh párnáa saavah jieijâs vahâgitmist, vuáváameh tâi njuolgâ viggâmušah vahâgittiđ jieijâs sehe jieijâs vahâgittee tavoh. Herkkivuotâ parttijd, kiärdoo päärtih já navcâttesvuotâ suojalid jieijâs ahetaäsi miäldásâžžân lii jieijâs vahâgittee lattim.

Iärrásij vahâgittem riskâ lii lasanâm, jis páárnâš uhked iärrásijd vahâgitmáin tâi sun láttee nuuvt ete piäjä iärrásijd riiskân. Tuođâliih lattimtadvâmeerhah láá ovdâmerkkân volliitteijee lattim, tuulâi čokkiitem já julmevuotâ ellei kuattá. Tuođâlâšvuođâ iberdem lii hiäjusmum, jis páárnâš ij paste iärruttiđ ahetaäsi miäldásávt räaji tuotâvuotâ já kuvättállâm kooskâst tâi sust láá omâs jurduuh tâi epitáválávt vuáimáliih paloh.

Kuáhtuliih tâi tuođâliih vaigâdвуođah tain aašijn väätih huápulávt täärhib tutkâmuš já tipšo. Taah tadvâmeerhah väätih sehe psykiatrâlii já mangii meid párnáisuojâlem árvuštállâm já tipšo.

9. Perruu toimânaavcah tâi párnázân vaigutteijee peerâtaheeh

Taa árvuštâllojeh maangálágáneh perruu toimânavccáid tâi párnázân vaigutteijee stressitahheeh: pargottesvuotâ, paargon lohtaseijee eres vaigâdвуođah, ekonomâlâš pačarâs, soomatlâš puocâm perrust, vaanhimij šoddâdemsierâmielâlâšvuođah, parâkoskâvuotâvaigâdвуođah, vaanhimij iäru, riijdoh huolâtteijeevuotâst, silloom, peerâkriisah. Váldoo huámmášumán meid ovdebij tâi äigikyevdilij traumaatlij kriisâi vaikuttâs. Perruu mielâtiervâsvuođâ- já uáiváditteevâdisvuođah árvuštâllojeh koččâmušâin 10 já 11.

10. Láá-uv párnáa perrust tâi aldasuuvâst lamaš mielâtiervâsvuođâ hemâdâsah?

Váldojeh huámmášumán táálááh já ovdebááh mielâtiervâsvuođâ hemâdâsah.

11. Uáivádâsâi kevttim

Uáivádâsâin uáivilduvvoo alkohol, jieškote-uvlágán narkotiikamnâseh já uáivádittee tárguttâsâst kevttum talkkáseh. Párnáin uáivádâsâi kevttimân rekinistoo meid tubbáák puáldim. Eromâšávt tubbáák puáldim algâttim nuorâ avveest lii riskâ párnáa tiervâslii ovdánmân.

Váldoo huámmášumán táálâš riskâkevttim tâi uáivádâsâi kevttim vaigâdвуođah. Kuohtui vaanhimij uáivádâsâi kevttim árvuštálloo: moh uáivádâsah kiävttojeh, mon ennuv já mon távjá. AUDIT-koijâdállâm kiävttu avžuuttuvvoo. Vaanhimáin árvuštálloo, ete maht vaanhimij uáivádâsâi kiävttu vaaigut párnázân. Táárbe miel tuárjuh vaanhim já stivrejeh suu uáivádâspalvâlusâi olán.

12. Peerâvievâväldi

Peerâvievâväldin annoo viehâväldi parâkoskâvuodâst, párnáid čyeccee viehâväldi já viehâväldi oobij/viiljâi kooskâst. Fyysisâš viehâväldi lii puohlágán pohčâs tovâtem nube ulmui, meid fyysisâš kurâtem tego vuoptâin kiškom, snippâlem já toškâlem. Perâvievâväldin annoo fyysisii viehâväldi lasseen párnáá kuáridem já emotionaallâš viehâväldi tego huánum, kivsedem, vuálánittem teikkâ uhkedem.

13. Ovdâlist pahudum párnáá eromâš torjuu tárbu (ovdánmân lohtâseijee, psykososiaallâš)

Selvâttuvvoo, ete láá-uv ovdil avžuuttâm párnâžân eromâš torjuu tâi lii-uv páárnâš finnim ovdánmân lohtâseijee, kielâlii tâi psykososiaallii tipšo tâi vajoidittem: sárnumterapia, peivitišo tâi škoovlâ toorjâtoomah, toimânterapia, neuropsykologlâš vajoidittem, mielâtiervâsvuodâpalvâlusâi tâi párnâisuojâlem toorjâtoomah.

Läivis torjuu tárbun annoo koskâpuddâsâš tile, mii puárrán vuáđupalvâlusâi vievâst.

Kuáhtulâš já vuáimâlâš torjuu tárbun annojeh tileh, main párnáá tadvâmeerhah tâi suu ovdánmân vaigutteijee riskâtaheeh láá vaattâm kuhesáigásii torjuu tâi tipšo. Vuáimálii torjuu táárbun pyehtih lahted meid párnáá kivkkes šoddâm tuodâliih tadvâmeerhah tâi juátkoo torjuu tárbu psykkisii hemâdâs tiet.

14. Lii-uv vaanhimist huolâ suu párnáá tobdoelimist, lattiimist, vuáijumnaavcâst tâi iärásijguin piergiimist?

Vaanhimist kojâduvvo, ete lii-uv sust huolâ mon peri ääšist, mii lahtâs suu párnáá pyereestvajemân tâi lii-uv vaanhim huolâstum vaigâdvuodâst, mii jo lii párnáást.