

## Co můžu očekávat...

## Budu něco platit?

### ► ... když půjdu za výchovným poradcem?

Ve škole máte možná výchovného poradce, se kterým si můžeš o své situaci promluvit. Požádej učitele, kterému důvěřuješ, ať tě na tohoto poradce nasměruje. Poradce si vyslechne, co se v tvém životě děje a pomůže ti vymyslet možnosti, jak se s problémem vypořádat. Případně tě povede, aby ses nad situací zamyslel/a a přistoupil/a k ní jinak.

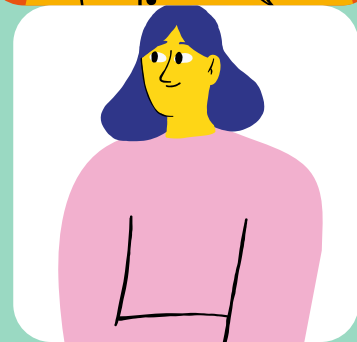
Ve škole je možné využít služeb výchovného poradce zdarma. Pokud ti ve škole nebudou umět pomoci, mohou tě odeslat za odborníkem mimo školu.



### ► ... když půjdu k psychologovi?

Psychologové jsou speciálně vyškolení v diagnostice, prevenci a řešení duševních problémů. Mohou ti tedy pomoci se zvládnutím tvé náročné situace. Často se specializují na různé oblasti a využívají různé přístupy, proto někdy může chvíli trvat, než najdeš tu správnou osobu, která ti pomůže s tvou konkrétní situací.

Před návštěvou psychologa je důležité zjistit, zda má smlouvu s tvou zdravotní pojišťovnou – pokud ano, je léčba hrazena z pojištění. Existují ale i psychologové se soukromou praxí – zde za léčbu platí pacient.



### ► ... když se obrátím na dětského lékaře?

Při vzdělávání lékařů se dnes myslí i na to, aby dokázali rozpoznat příznaky duševních obtíží a uměli pacienta odkázat na příslušné odborníky. Budeš-li to potřebovat, může tě tvůj lékař odeslat k psychologovi nebo psychiatrovi. Dá ti také informace o tom, jaké služby jsou k dispozici v místě tvého bydliště a na koho se konkrétně obrátit.

Návštěvy u dětského lékaře hraří zdravotní pojišťovna. Existují ale i soukromá zařízení, ve kterých návštěvy lékaře hraří pacient.



### ► ... když půjdu k psychiatrovi?

Psychiatr je lékař, který se specializuje na léčbu duševních poruch a ochranu duševního zdraví. Léčí duševní nemoci jako jsou deprese, silné úzkosti, schizofrenie a bipolární porucha. Psychiatr také předepisuje léky, pokud jsou potřeba. Všichni lékaři včetně psychiatrů musí dodržovat lékařské tajemství, nesmí tedy nikomu říct, o čem hovoří se svými pacienty.

Psychiatrickou léčbu ve veřejných zdravotnických zařízeních hraří zdravotní pojišťovna. Pokud má psychiatr soukromou ordinaci, možná budeš muset za návštěvy platit. Než se objednáš, zeptej se, zda na léčbu přispívá zdravotní pojišťovna.



### ► ... když zavolám na Linku bezpečí?

Linka bezpečí poskytuje pomoc dětem, mladistvým a všem, kteří jednají v jejich zájmu. Poskytuje krizovou intervenci a poradenství pro klienty z celé České republiky prostřednictvím telefonu, chatu a e-mailu. Veškerá komunikace je důvěrná. Na Linku bezpečí se můžeš obrátit s náročnými životními situacemi i každodenními starostmi a problémy.

Hovory na linku bezpečí na čísle 116 111 jsou zdarma.

