

# Lapse vaimse tervise hoidmine ja probleemide märkamine lasteajas

- märka lapse sobivat käitumist ja anna ka lapsele teada, et seda märkasid
- kiida julgesti, alati ei ole selleks tarvis täiuslikku käitumist
- anna erinimelisi ja erilisi kiitusi
- tunnusta pilkkontakti, naeratuse ja entusiasmiga
- kiida teiste inimeste ees
- kiida ilma sarkasmiga
- näita ette, kuidas ennast kiita



## Sekkuda on vaja kui Märkad:

- muutuseid meeolelus (kergesti ärritumine, kurvameelsus, apaatsus),
- ärevuse ja pinge ilminguid (nt kõhuvalu kaebus),
- toitumise ja välimuse kõrvalekaldeid (nt isutus, puhtuse puudujäägid),
- probleeme või eripärasid suhtlemisel (kiusamine, omaette hoidmine, ei mõista nalja, ei loo silmsidet, teistega vörreldes veider käitumine),
- ebatalvalisi mängu elemente (nt seksuaalsed või väga agressiivsed mänguteemad),
- arengulist mahajäämust (nt kõne, mäng)

## Mida mina teha saan?

HINDAN OLUKORRA TÖSIDUST



Kui otsest ohtu elule või tervisele ei ole – räägin esimesel võimalusel lapsevanema ja olenevalt lapse vanusest ka lapsega sellest, mida olen märganud. Vajadusel konsulteerin kolleegiga.

Kui on oht lapse elule või tervisele – kohene sekkumine, kutsun appi kolleegi, kaasan lastekaitse, helistan lasteabi numbrile 116111 või politseisse numbrile 112 (nt füüsilise, seksuaalse väärkohtlemise kahtlusel sh kui on kahtlus, et laps on hooletusse jäetud). Selline toimimine lähtub Lastekaitseeadusest.

