



FORUM

Jan/Feb/March
2013

What Families Can Do When a Child May Have a Mental Illness

National Alliance on Mental Illness (NAMI)
December 21, 2012

“Mental illness exists in every state, city and neighborhood in the United States and, in fact, the world,” said NAMI Ohio Executive Director Terry Russell. “One in four adults experiences a mental health problem in any given year. That’s nearly 60 million Americans.”

One in 10 children lives with a serious mental or emotional disorder. Yet less than one-third of adults and one-half of children with a diagnosed disorder receive mental health care. “What Families Can Do” is a list of warning signs every parent should know.

“Mental illness can be treated successfully,” said Russell. “The first step is to get a professional evaluation and, if appropriate, a diagnosis. Parents can then work to get the most effective treatment, supports and services available.”

If you are worried about your child’s mental health, follow your instincts. Unexplained changes in a child’s behavior and/or mood may be the early warning signs of a mental health condition and should never be ignored.

There are many different types of mental illness, and it isn’t easy to simplify the range of challenges children face. One way to begin to get a handle on this question is to get an evaluation of your child or teen by a licensed mental health professional. Because all children and youth are unique and the local mental health services, insurance coverage and school services vary a great deal from

community to community, it is a challenge to find the right kind of help for your child.

What are some things that should concern a parent?

- A sudden or persistent drop in school performance.
- Persistently aggressive behavior.
- Threats to self or others.
- Substantial mood swings.
- Hallucinations, paranoia or delusions.
- Acting very withdrawn, sad or overly anxious.
- Extreme difficulty interacting with friends and/or siblings.
- Extreme changes in sleeping and eating patterns.
- Increased or persistent use of alcohol or drugs.

What are common mental health conditions in children and youth?

- Anxiety disorders (e.g., OCD, panic disorder, PTSD).
- Mood disorders (e.g., depression, bipolar disorder).
- Substance use disorders.
- Eating disorders.
- Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADD/ADHD).
- Autism spectrum disorders.

The onset of **psychotic illnesses** is not common overall but the teen and young adult years are periods of higher relative risk. Getting an accurate diagnosis for your child can be challenging. Several factors contribute to this challenge, including:

A. Symptoms, which often include difficult behaviors and dramatic changes in behavior and emotions. They may change and continue to develop over time. A clinical interview should gather a full history, a

“movie,” as well as a “snapshot” in the interview process.

B. Diagnoses may co-occur. A teen with an anxiety disorder may be using alcohol extensively. A teen with major depression may also have problematic eating behaviors, including anorexia, bulimia or binge eating.

C. Children and adolescents undergo rapid developmental changes in their brains and bodies and face multiple social role changes at the same time.

D. Younger children may be unable to effectively describe their feelings or thoughts, making it harder to understand their experience. They may “show” distress more than they may “tell” about their distress. They may be seen frequently in school nurse offices with headaches or stomachaches but may have an undiagnosed psychiatric disorder.

E. It is often difficult to access a qualified mental health professional to do a comprehensive evaluation because of the shortage of children’s mental health providers and because some health care providers are reluctant to recognize mental illnesses in children and adolescents. Insurance providers are heavily regulated entities at the state level and appeal processes to see out of network providers may be needed.

Despite these challenges, there is still plenty families can do to help their child get an accurate diagnosis and ultimately receive the most effective treatment, supports and services. Families know their child best and their expertise is essential in securing an accurate diagnosis for their child.

What should parents do if they suspect a mental health condition?

Talk with your pediatrician. Early identification and intervention are important. If you are concerned about your child’s mental health, start by talking with your pediatrician,

share your concerns and ask for a comprehensive check-up. A comprehensive physical examination should be done to rule out other physical health conditions that may be causing a child’s symptoms, such as an endocrine problem, recurrent head injuries in sports or other conditions.

If the pediatrician suspects that your child is experiencing early signs of a mental health condition, the pediatrician may either talk with you about treatment options or may recommend a referral to a mental health professional. In some cases the pediatrician may offer to provide some of the services his or herself.

Get a referral to a mental health specialist.

If you are referred to a mental health professional, ask your pediatrician to help by calling the office for you to help get an appointment scheduled for your child. Many mental health professionals have long waiting lists and/or may not be taking new patients, so a call from your pediatrician can help get an immediate appointment for your child.

You can also ask for referrals from families involved with NAMI or other advocacy organizations. To find a child psychiatrist, visit the **American Academy of Child and Adolescent Psychiatry** and click on “Child and Adolescent Psychiatrist Finder.”

Work with the school. Meet with your child’s teacher or other school officials to request an evaluation for your child for special education services. Work with the school to identify effective interventions that promote positive behaviors, social skill development, academic achievement and prevent challenging behaviors in school. Ask your child’s treating mental health provider to identify interventions that can be used at school and at home to help you and your child cope with challenging behaviors and related issues.

Connect with other families. Never underestimate the importance of connecting with and working with other families. There

are many seasoned families who have walked the same path and are happy to share their wisdom and experience with you. Engage with others through social media on NAMI's Facebook page. It is important to know that you are not alone and to share in learning about programs and services.

For some children, having a diagnosis is scary and they may be resistant to accept it. Others are relieved to know that what is happening to them can be addressed and that they are not alone. It is important to find ways to use the strengths and interests of your child to help him or her cope with current and future challenges.

If you have any questions, contact NAMI Ohio via phone or email.

NAMI Ohio

Phone: 614-224-2700 / 800-686-2646

Email: namiohio@namiohio.org

Website: <http://www.namiohio.org>

Lo Que las Familias Deben de Hacer Cuando un Niño Sufre una Condición Mental

Alianza Nacional en Salud Mental (National Alliance on Mental Illness (NAMI))

21 de Diciembre de 2012

“En Estados Unidos las enfermedades mentales existen en cada Estado, Ciudad y Vecindario y, en efecto, en todo el mundo “dijo el Director Ejecutivo de NAMI Ohio; Terry Russell. “Uno de cada cuatro adultos experimenta un problema de salud mental. Es casi 60 millones de Americanos.”

Uno de cada 10 niños vive con problemas mentales o emocionales serios. Mas o menos la tercera parte de adultos y la mitad de niños con un desorden diagnosticado reciben asistencia médica mental. "Lo que Familias

Pueden Hacer" es una lista de señales de alerta que cada padre debe saber.

"Las enfermedades mentales pueden ser tratadas exitosamente" dijo Russell. "El primer paso es de conseguir una evaluación profesional y, si es apropiado, un diagnóstico. De esa manera los padres pueden trabajar para conseguir el tratamiento más efectivo, apoyos y servicios que estén disponibles".

Si usted esta preocupado acerca de la salud mental de su niño, siga sus instintos. Cambios inexplicables en el comportamiento o en el modo pueden ser signos tempranos de cuidado, que un problema de salud mental puede estar sucediendo y no deberían de ser ignorados.

Hay muchos diferentes tipos de enfermedades mentales, y no son fáciles de simplificar la gama de desafíos que enfrentan los niños

Una manera de comenzar a afrontar la situación de su hijo(a) es de conseguir una evaluación por medio de un profesional de salud mental. Debido a que todos los niños y jóvenes son únicos, muchas veces los servicios locales de salud mental, los servicios de cobertura de los seguros médicos y los servicios en las escuelas varían mucho de comunidad a comunidad, es un desafío para poder encontrar el tipo de ayuda correcto.

¿Cuales son algunas cosas que deberían de preocupar a un padre?

- Un cambio repentino o persistente en el rendimiento académico.
- Comportamientos persistentes y agresivos.
- Amenazas a otros o a ellos mismos.
- Cambios substanciales en la conducta.
- Halucinaciones, paranoia
- Actuar bien decaídos, tristes y extremadamente ansiosos.
- Dificultad extrema interactuando con amigos y/o hermanos.

- Cambios extremos en patrones de dormir y comer.
- Incremento o persistencia en el uso de alcohol o drogas.

¿Cuáles son condiciones comunes de salud mental en niños y adolescentes?

- **Desorden** de Ansiedad (e.g., OCD, Desorden de Pánico, PTSD).
- Desorden en Cambios de Conducta (e.g., **depresión**, desorden Bipolar)
- **Desorden en el uso de sustancias.**
- **Desorden** Alimenticios.
- **Desorden por el Trastorno (ADD/ADHD).**
- **Desorden Del Espectro Autista.**

El comienzo de enfermedades psicopáticas generalmente no es común, pero los años de la adolescencia son periodos de más alto riesgo. Conseguir un diagnóstico exacto para su niño puede ser un desafío. Varios factores contribuyen a este desafío, incluyendo:

A. Los síntomas, que a menudo incluyen conductas difíciles y cambios dramáticos en la conducta y emociones. Pueden cambiar y pueden continuar desarrollándose con el tiempo. Una entrevista clínica debe reunir la historia completa.

B. Diagnósticos pueden co-ocurrir. Un joven con un desorden de ansiedad puede estar utilizando alcohol extensamente. Un joven con depresión mayor también puede tener conductas problemáticas alimenticias, inclusive la anorexia y la bulimia.

C. Los niños y los adolescentes experimentan cambios de desarrollo rápidos en sus cerebros y cuerpos y encaran múltiples cambios sociales en sus roles.

D. Los niños más jóvenes pueden poder no describir efectivamente sus sentimientos o sus pensamientos, haciendo más difícil comprender sus experiencias. Pueden "mostrar" su angustia más de lo que puedan

hablar acerca de ella. Pueden ser vistos frecuentemente en la enfermería en sus escuelas con dolores de cabeza o de estomago, lo cual puede significar que pueden tener un desorden psiquiátrico aun no identificado.

E. A menudo es difícil de acceder a un profesional calificado de salud mental para que este(a) pueda hacer una evaluación detallada y comprensiva debido a que no hay suficientes proveedores de salud mental para niños. Debido q que algunos doctores no quieren reconocer condiciones mentales en niños y adolescentes. Los proveedores de seguro medico son entidades altamente reguladas al nivel estatal y un proceso de apelación para buscar un proveedor puede ser necesario.

A pesar de estos desafíos, hay muchas cosas que las familias pueden hacer para poder conseguir un diagnóstico y últimamente recibir el tratamiento más efectivo como también apoyos y servicios. Las familias conocen a sus niños mejor que nadie y son expertas en ellos debido a esto es esencias e asegurar un diagnóstico exacto para su niño.

¿Qué es lo que los padres deberían de hacer si sospechan una condición de salud mental?

Hable con su Pediatra. Identificación temprana e intervención son importantes. Si usted se encuentra preocupado acerca de la salud mental de su hijo(a) comienza por hablar con su pediatra, comparta sus preocupaciones, pregunte por una análisis comprensivo. Una examimación física comprensiva deberá de hacerse para descartar otras condiciones de salud física que posiblemente estén causando estos problemas, tales como problema endócrinal, u otro tipo de condiciones.

Si el pediatra sospecha que su niño esta experimentando signos tempranos de una condición de salud mental, el pediatra puede ya sea hablar con usted de algún tipo de tratamiento o talvez recomendar a un referido

para un profesional de salud mental. En algunos casos el pediatra puede ofrecerle que el mismo puede proporcionar algunos de estos servicios.

Obtenga un Referido para un Especialista de Salud Mental. Si usted es referido a un profesional de salud mental, pregúntele a su pediatra si él puede llamar para hacer esta cita y ayudarlo de esa manera. Muchos profesionales de salud mental tienen listas largas de espera, y tal vez una llamada directa del doctor puede ayudar a que la espera sea más corta.

Usted también puede preguntar a sus familias involucradas con NAMI u otras organizaciones de abogacía para referidos. Para encontrar un siquiatra para su niño, visite [American Academy of Child and Adolescent Psychiatry](#) y click en "Child and Adolescent Psychiatrist Finder."

Trabaje con la Escuela. Reúnase con el maestro del niño y otros representantes de la escuela para solicitar una evaluación para su niño bajo educación especial y servicios relacionados. Trabaje junto con la escuela para identificar intervenciones efectivas y promover comportamientos positivos, desarrollar habilidades sociales, académicas y de desarrollo y prevenir comportamientos desafiantes en la escuela. Pregúntele al proveedor de servicio que esta tratando a su niño a identificar intervenciones tempranas que puedan ser usadas en la escuela o en el hogar para poder ayudarlo a usted y a su niño con estos comportamientos y asuntos relacionados.

Conectarse con Otras Familias. Nunca deje de darle la importancia de poder conectarse y trabajar con otras familias. Hay muchas familias con experiencia quienes han caminado en sus mismos pasos y estarán muy felices de compartir lo que han aprendido y sus conocimientos con usted. Trate de conectarse con otras familias por medio de redes sociales o por medio de la página social de NAMI's Facebook. Es importante de saber

que usted no está solo y es bueno compartir y aprender acerca de programas y servicios.

Para algunos niños, tener un diagnóstico es miedo y pueden estar resistentes a aceptarlo. Otros pueden que al saber sea un descanso para ellos de saber que es lo que les está pasando y pueden afrontar y saber que no están solos. Es importante de encontrar las maneras para usar las fortalezas e intereses de sus niños para poder ayudarlos a lidiar con los desafíos presentes y futuros.

Si usted tiene más preguntas, contacte a NAMI Ohio por teléfono o email.

NAMI Ohio

Teléfono: 614-224-2700 / 800-686-2646

Email: namiohio@namiohio.org

Website: <http://www.namiohio.org>

Announcing:

W.A.G.S. 4 Kids

Working Animals Giving Service For Kids

W.A.G.S.4Kids is a non-profit organization dedicated to training and placing mobility service and skilled companion animals and giving to children with disabilities.

They are driven by their belief in early intervention and will work with families to place a dog as early in a child's life as there is a need and an interest. They will gratefully accept your tax deductible donation.

112 E. Center St., Berea, OH 44017
216-406-7656
www.wags4kids.org



Federal Resource on Restraint and Seclusion

The U.S. Department of Education issued a 40-page resource document in 2012 on the use of restraint and seclusion.

The publication identifies 15 principles that states, local school districts, preschool, elementary, and secondary schools, parents, and other stakeholders should consider as the framework for when states, localities, and districts develop and implement policies and procedures which should be in writing, related to restraint and seclusion, to ensure that any use of restraint or seclusion in schools does not occur except when there is a threat of imminent danger of serious physical harm to the student or others, and occurs in a manner that protects the safety of all children and adults at school.

The document highlights how schoolwide behavioral interventions can significantly reduce or eliminate the use of restraint or seclusion.

The document also outlines ongoing efforts by federal agencies to address national concerns about using restraint and seclusion in schools, and includes links to state restraint and seclusion policies and procedures.

Read the document at www2.ed.gov/policy/seclusion/index.html



Recurso Federal en Restricción y Reclusión

El Departamento de Educación de Estados Unidos publicó un documento de recurso de 40 páginas en el 2012 en el uso de restricción y reclusión.

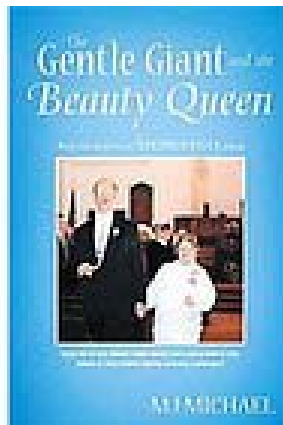
La publicación identifica 15 principios que indica, que los distritos escolares, las escuelas pre-escolares, elementarías y secundarias, los padres y los que estén involucrados deben de considerar como marco desarrollar e implementar pólizas y procedimientos los cuales deben de estar por escrito acerca de restricción y reclusión, para asegurar que cualquier uso de restricciones o seclusion en las escuelas no ocurra a menos que cuando haya una amenaza o una situación de peligro inminente de daño físico serio al estudiante o a otros, y que ocurra de una manera para proteger a todos los niños y los adultos en la escuela.

El documento remarca como todas las intervenciones de comportamiento pueden significativamente reducir o eliminar el uso de restricción y seclusion.

El documento también enmarca los esfuerzos que las agencias federales están haciendo para lidiar con las preocupaciones a nivel nacional acerca del uso de restricción y reclusión en las escuelas, también incluye vías para obtener información en pólizas y procedimientos en restricción y seclusion en cada estado.

Lea el documento www2.ed.gov/policy/seclusion/index.html

NEW OCECD LIBRARY BOOKS



**The Gentle Giant and the Beauty Queen
and their City of Steubenville, Ohio**

Written by M. J. Michael

“They beat all odds! This story will kick you in the pants if you think you’re having a bad day!”

This is a touching story about two unique individuals, Davey and Ruthy, who overcame immense obstacles to build lives of faithful love, proving that a family of love is the healthiest family. This book will inspire you, uplift you, and make you believe that man can rise above and accomplish, even in the face of cruelty, apathy, punishments and obscurity. As you read the story, it will convict you to be better, be part of the solution, and not part of the problem, rising to a higher plain of human existence.

This endearing story illuminates our national responsibility to continue to fight for developmentally disabled funding for those who truly need Governmental assistance.

Contact Martha Lause, 1-800-374-2806, ext. 20 for information on how to borrow this book.



Cómo hacer hablar al niño con síndrome de Down y mejorar su lenguaje.

Un programa de intervención psico-lingüística.

Muchos padres y profesionales se preguntan por qué no habla bien un niño con síndrome de Down y su preocupación es saber cómo pueden solucionar este problema y mejorar su lenguaje.

Los autores dan respuesta a esta pregunta de forma clara y didáctica y proponen un avance sistemático, secuenciado y acumulativo y una planificación funcional del sistema lingüístico basada en las etapas del desarrollo.

Para mayor información contactar a Marbella Cáceres al 1-800-374-2806, ext. 22.

SAVE THE DATE FOR 4 FREE CONFERENCES

March 4, 2013 – Dr. David Meichenbaum - "Kindergarten Readiness: Critical Considerations for Developing Social, Emotional, and Behavioral Skills in School and at Home" 9:30 a.m. to 3:30 p.m. at Tri- C, Cuyahoga Community College 2900 Community College Avenue, Cleveland, OH 44115 Registration link: <https://www.research.net/s/LSSNBSY>

March 6, 2013 – Dr. David Meichenbaum - "Kindergarten Readiness: Critical Considerations for Developing Social, Emotional, and Behavioral Skills in School and at Home" 9:30 a.m. to 3:30 p.m. at the RG Drage Career Center, Morgan Hall, 2800 Richville Dr., S.E., Massillon, OH 44646. Boxed Lunch Provided.
Registration link: <https://www.research.net/s/52F7FDM>

April 15, 2013 – Dr. David Meichenbaum - "Strategies Addressing Behavior and Social Skill Difficulties in School and Home Settings". **Warren County**. Watch our website for details and registration coming soon.

April 16, 2013 – Dr. David Meichenbaum - "Strategies Addressing Behavior and Social Skill Difficulties in School and Home Settings". **Scioto County**. Watch our website for details and registration coming soon.

Forum is published by the Ohio Coalition for the Education of Children with Disabilities (OCECD), 165 West Center Street, Suite 302, Marion, Ohio 43302; Toll-free 1-800-374-2806.
Website: www.ocecd.org E-mail: ocecd@ocecd.org

Download the free mobile barcode reader on your smartphone at www.i-nigma.com and scan this barcode to visit our website instantly and get more information about OCECD.



This work is not copyrighted. Readers may duplicate and use any portion thereof. In accordance with accepted publication standards, please give proper credit.

Annual subscriptions are available for \$10 for Consumers/Parents/Students; \$20 for Professionals/Educators; \$30 for Organizations.

Please include your mailing label when notifying us of any corrections or change of address.