همسات تربوية

علاج الحالة النفسية عند الأطفال

إعداد :
دينا أشرف جمال

يمر الطفل كالإنسان البالغ بمجموعةٍ من الاضطرابات النفسية، ويجد الآباء والأمهات صعوبةً فى كثيرٍ من الأحيان فى تحديد ما إذا كان الطفل يُعانى من حالةٍ نفسيةٍ مُعينة، فقد تظهر عليه مجموعة من الأعراض التى قد تجعلهم يشكّون فى الأمر، وللتأكد ما إذا كان الطفل يعانى من مشاكل نفسية سنذكر بعض الأعراض التى تدل على ذلك وطرق علاجها.

بعض الحالات النفسية عند الأطفال

● الوسواس القهرى: فترى الطفل دائماً ما يتحدث من منطلق أنّه مُستهدف من قِبل الآخرين، ولا يستطيع التفكير بإيجابية نتيجة إلحاح داخلى بوجود خلل أو مُشكلة، لا تُفارقه بتاتاً.

●مشاكل نقص الانتباه: كالنشاط المُفرط أو الذى يفوق الحد الطبيعى والمعتاد بالتزامن مع ظهور عدم القدرة على التركيز أو الانتباه.

● التوحد: قد يتعرض له الطفل قبل بلوغه الثلاثة أعوام، حيثُ ينعزل عن المحيط الاجتماعى بصورةٍ كبيرة، ويشعر بالانزعاج عند فرض التواصل معه من جانب الأهل أو الأبوين، إلى جانب وجود اضطرابات أُخرى على صعيد التواصل مع الآخرين بصفةٍ عامة.

مشاكل أخرى:

● الاكتئاب، أو اضطراب ثنائى القطبين.

الأمراض النفسية التى تتمثل بالفصام، حيثُ ينفصل الطفل عن الواقع أو الإحساس به.

●بعض الاضطرابات كالرهاب الاجتماعى، واضطراب ما بعد الصدمة.

أعراض هامة للحالات النفسية عند الأطفال

●الشعور بالحزن الشديد بصورةٍ دائمة، وكأن الحزن أصبح صفةً لصيقةً بالطفل وسلوكياته اليومية.

● الانعزال الدائم عن الآخرين سواءً فى المدرسة أو المنزل.

● حدة المشاعر، فقد يشعر الطفل مثلاً بالخوف أو التوتر الشديد دون وجود سبب حقيقى لذلك.

●تغيّرات خطيرة على مستوى السلوك، كتعنيفه للآخرين، مثل: الأصدقاء، وزملاء المدرسة، والإخوة فى البيت، والكذب، وربما السرقة، والأخطر الانحراف الجنسى.

● عدم القدرة على التركيز، وهذا يظهر فى سلوك الطفل، وتفاعله مع الحصة الدراسية وشرح المعلم، وعدم قدرته على فهم توجيهات والدته.

● محاولة إلحاق الأذى بنفسه أو ظهور أفكار ورغبة فى الانتحار لديه ربما.

● اضطرابات جسدية، مثل: خسارة الوزن بصورة غير مبررة نتيجة فقدان الشهية، وعدم الرغبة فى تناول الطعام، والشعور بالنقص والخجل الشديد، بالإضافة إلى اضطرابات فى الإخراج والتبول اللاإرادى، واضطرابات الكلام والتأتأة، واضطرابات النوم.

علاج الحالة النفسية عند الأطفال

استشارة الطبيب النفسى أو إخصائى العلاقات الأُسرية، مع ضرورة نقل الصورة واضحة للطبيب، تتضمن شرح جميع التصرفات التى يقوم بها، ولا ضير أيضاً فى استشارة المُرشد النفسى فى المدرسة التى يتعلم فيها الطفل، مع ضرورة ألّا يُلاحظ هو ذلك، فقد يرد بطريقة عنيفة على الموضوع، وقد يواجه الوالدان صعوبةً فى قبوله الذهاب إلى الطبيب النفسى، والاستماع له ضمن جلسات العلاج، والطبيب بدوره سوف يُحدد طبيعة الحالة النفسية مبدئياً، ويُقرر شكل العلاج عندما يُقابل الطفل، ويُخضعه للأسئلة، ويُلاحظ ردة فعله النفسية والعصبية والجسدية، بالإضافة إلى تقديم مقترحات للأهل، حول كيفية التعامل معه.

بعض الأشكال العلاجية العامة

● الأدوية: وتشمل مضادات الاكتئاب والفصام، والمنشطات العصبية.

●الجلسات النفسية: حيثُ يُحدث الطبيب المعالج الطفل، فى المقابل يُدربه الأول على كيفية تجاوز مشكلته، والتعامل بإيجابية مع حالته النفسية، أو الطريقتان معاً.

بعض خطوات العلاج الوقائى

● معاملة الطفل معاملة جيدة.

●منح الطفل الفرصة للتعبير عن نفسه وقدراته، وعدم قمعه بأى شكلٍ من الأشكال.

● تجنب ضربه، أو تهديده، ومحاورته بهدوء عوضاً عن ذلك، ومصادقته والاستماع إليه.

● عدم السماح له بالانعزال، ودمجه فى المجتمع بكلّ الطرق الممكنة.

● تغذية الطفل بصورة صحية، والاعتناء بتلبية رغباته حول صنف الطعام المفضل لديه، وتوفير الاحتياجات الأساسية له.

علامات تأخر النمو العقلى عند الأطفال

تتباين العلامات والأعراض المصاحبة للتخلّف العقلى أو تأخر النمو العقلى عند الأطفال باختلاف الحالة أو مستوى الإعاقة، وفى الحقيقة يتشارك معظم المصابين بعدم القدرة على ممارسة الأنشطة اليومية، وضعف المشاركة والتفاعل فى فعاليات الأسرة والمدرسة والمجتمع، بالإضافة لأعراض وعلامات أخرى، ويجدر الذكر أنّ العلامات والأعراض قد تُلاحظ مبكرًا فى الحالات المتقدّمة أو الشديدة، لكن لا يعنى ذلك بالضرورة إمكانية توقّع مسار تقدّم الحالة لاحقًا.

العلامات والأعراض الشائعة

من أبرز العلامات والأعراض لتأخر النمو العقلى عند الأطفال ما يأتى:

- التأخر فى النطق، أو المعاناة من صعوبات فى الكلام.
- التأخر عن باقى أقرانهم بالجلوس، أو المشى، أو الحبو.
- صعوبة استيعاب القواعد الاجتماعية. صعوبة تذكر الأحداث أو الأشياء.
- انخفاض معدل ذكاء (IQ) لأقل من ٧٠.
- صعوبة إدراك نتائج أفعالهم.
- صعوبة حل المشاكل التى تواجههم.
- تعارض سلوكيات الطفل مع عمره؛ أى يتصرف الطفل بصورة لا تناسب عمره./ فقدان الفضول لمعرفة الأشياء أو اكتشافها.
- عدم القدرة على عيش حياة مستقلة؛ لعدم قدرتهم على الاعتناء بأنفسهم، أو التواصل والتفاعل مع الآخرين.
- البطء فى تعلّم بعض المهارات الحياتية؛ مثل تناول الطعام، والتدرّب على استخدام الحمّام، وارتداء الملابس.

الأعراض الجسدية

من أبرز الأعراض والخصائص الجسدية التى تدل على تأخر النمو العقلى عند الأطفال ما يأتى:

- ملامح وجه غير اعتيادية. تشوّهات فى اليدين والقدمين.
- ضخامة الرأس، أو صغر حجم الرأس.

الأعراض السلوكية

قد يُعانى الأطفال المصابين بتأخر النمو العقلى من بعض المشاكل السلوكية التى تتمثل بالأعراض الآتية:

- السلوك العدواني
- انسحاب الطفل من الأنشطة الاجتماعية.
- صعوبة الانتباه والتركيز.
- اعتماد الطفل على الآخرين.
- التصرّف بسلوكيات لجذب الانتباه.
- فقدان السيطرة على الانفعالات.
- الاكتئاب والإحباط؛ فى عمر المراهقة.
- العناد.. الميل لإيذاء النّفس.
- اضطرابات ذهانية.
- قلّة احترام أو تقدير الذات.

علامات أخرى

من العلامات الأخرى لتأخر النمو العقلى عند الأطفال ما يأتى:

- سيلان اللعاب
- الخمول.
- بروز اللسان.
- قصور النمو والتطور
- علامات تأخر النمو العقلى الشديد

قد يُعانى الأطفال المصابون من حالات شديدة من تأخر النمو العقلى من بعض الأعراض والمشاكل الصحية الأخرى، منها ما يأتى:

- نوبات الصرع.
- مشاكل فى المهارات الحركية لدى الطفل.
- اضطرابات المزاج كالتوحّد أو القلق، وغيرهما.
- معاناة الطفل من مشاكل فى الرؤية أو السمع.

دواعى مراجعة الطبيب

ينصح باستشارة الطبيب المختص لمتابعة حالة الطفل، وفى حال ملاحظة أى مشكلة لدى الطفل، فيمكن التوجه لطبيب الأطفال المختص، أو المتابعة مع مراكز التدخل المبكر للأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٣ سنوات، أو المدارس العامة للأطفال فوق ٣ سنوات.