

إكتئاب الأطفال كيف أعرف أن طفلي مصابًا بالإكتئاب؟



الخميس 14 سبتمبر 2017 10:09 م

هل يمكن حقًا أن يعاني الأطفال من الإكتئاب وأن يكون هناك ما يسمي إكتئاب الأطفال؟ الإجابة نعم ، واكتئاب الأطفال يختلف عن الإكتئاب المعتاد الذي نعرفه ، فمشاعر الأطفال تتطور من يوم إلى آخر لكن ليس كل طفل يبدو حزيبًا بعض الشيء يعني أنه مصاب بالإكتئاب فإن استمر الحزن طويلًا أو لاحظت أن تصرفات الطفل أصبحت أكثر عدائية؛ مما يؤثر على نشاطاته اليومية المعتادة واستمتاعه بالحياة؛ وأثر ذلك بالسلب على نموه وتقدمه فى العائلة أو في المدرسة هنا يجب الانتباه فقد يكون الطفل مصابًا بالاكتئاب، وبالرغم من خطورة الأمر إلا أنه يمكن علاجه ايضًا

إكتئاب الأطفال

جدير بالذكر أن أعراض الاكتئاب عند الأطفال تختلف، فغالبًا تبقى غير مُشخصة؛ ومن ثم لا يمكن معالجته ذلك لأنها تحدث بشكل طبيعي كجزء من النمو النفسي والشعوري لدى الطفل

ركزت عدة دراسات على نوع من الاكتئاب يسمي بالاكتئاب المُمتنع لدى الأطفال، والذي يعبر فيه الطفل عن حالة الاكتئاب بإدعاء بعض التصرفات أو الغضب ويحدث ذلك بصفة خاصة للأطفال الصغار والذي يعكس فيه طفل حالة الحزن والكآبة شبيهة بتلك التي يراها في البالغين من حوله ويمكننا القول أنه بصفة عامة تتمحور أعراض الاكتئاب عند الأطفال حول الشعور بالحزن، واليأس، والتقلبات المزاجية

علامات اكتئاب الأطفال :

- سرعة الغضب والانفعال
- مشاعر مستمرة من الحزن واليأس
- العزلة الاجتماعية
- زيادة الحساسية للرفض
- تغيرات في الشهية إما زيادة أو نقصان
- اضطرابات في النوم إما الأرق أو النوم المفرط
- كثرة البكاء
- صعوبة في التركيز أو ضعف التفكير
- الاجهاد وانخفاض الطاقة
- الشكوي من آلام جسدية (مثل آلام المعدة والصداع) والتي لا تستجيب للعلاج
- انخفاض القدرة على العمل خلال الفعاليات والأنشطة في المنزل أو مع الأصدقاء ، في المدرسة ، والأنشطة الصفية
- الشعور بالدونية أو الذنب
- ظهور الميول الانتحارية والقتل والعنف مع الزملاء والاصدقاء له .

لا تظهر هذه الأعراض مجتمعة على كل الأطفال لكن معظمهم تظهر عليهم أعراض مختلفة في أوقات مختلفة وفي مواقف مختلفة

علي الرغم من ذلك فإن بعض الأطفال يستمرون في ممارسة حياتهم بشكل طبيعي، لكن الغالبية منهم تظهر عليهم علامات ملحوظة من فقدان الشغف بالمدرسة والأنشطة الترفيهية الأخرى وتدهور المستوى الدراسي وتغييرات في المظهر الخارجي

ظهور الميول الانتحارية هو أمر نادر الحدوث في الأطفال تحت سن الثانية عشر، لكن قد يحدث عند التعرض للغضب أو الإحباط الشديد الأطفال الإناث لديهم ميول انتحارية أكبر من الذكور الذين ينتابهم أفكار عن القتل

الأطفال ممن لديهم تاريخ من العنف الأسري أو سبق و تعرضوا للاعتداء البدني أو الجنسي هم الأكثر عُرضة للتفكير في الانتحار نتيجة إصابتهم بالاكتئاب النفسي،