

الشبكة الدولية
للعون والغوث
والمساعدة



إرشادات للأهل ومقدمي الرعاية

علامات تشير الى وجوب إحضار
الأطفال للمعاينة النفسية



عن هذا المنشور

تضع الشبكة الدولية للعون والغوث والمساعدة (إنارة) هذا المنشور في متناول الأهل ومقدمي خدمات الرعاية للأطفال بهدف مساعدتهم في تحديد الإحتياجات النفسية للأطفال والعلامات التي يجب الإلتفات اليها والتنبه لها والتي تقتضي بإحضار الأطفال للمعاينة النفسية.

الأطفال كالبالغين، عرضةً للتغيرات المزاجية، وذلك بحسب تفاعلهم مع المحيط والضغوطات. هذا الأمر يشكل جزءاً طبيعياً من تجاربهم الحياتية واليومية، فمن الطبيعي أن يختبروا مختلف المشاعر - ولا سيما السلبية منها - إذا ما مرّوا بظرفٍ محزن أو ضاغط. ورغم صعوبة تقبل الأهل لفكرة أن الطفل سيمرّ بكثيرٍ من المشاعر السلبية، ومنها مشاعر الحزن، إلا أنها تجارب ضرورية للتطور السليم للطفل، ولكي يتعلّم كيفية التعامل مع المشاعر والأزمات، وتحضيراً له لحياة الراشدين.

ما هي العلامات التي يجب علينا الإلتفات إليها والتي تشير الى وجوب إحضار الطفل للمعاينة النفسية؟

كيف نميز اذا كان ما يمرّ به الطفل مقلق أو طبيعي؟ وكيف نعرف متى يجب اللّجوء إلى المختصين للتقييم والمساعدة؟ هناك الكثير من العلامات التي يجب متابعتها وملاحظتها عند الطفل، وعند وجود أيّ منها يجب طلب المساعدة من المختصّين بالصحة النفسية للأطفال. من أهم هذه العلامات:

- 1- التغيّر في المزاج لمدة تستمرّ عدة أيام، لا سيما إذا كان هذا التغيّر غير واضح الأسباب.
- 2- عدم الإهتمام أو الإستمتاع باللعب أو الأصدقاء أو الأنشطة التي يهتمّ و يفرح بها الأطفال عادةً.
- 3- الخوف أو التوتر أو القلق المستمرّ.
- 4- التغيّر في الشهية أو الوزن (سواءً كان عن قصد أو عن غير قصد) أو التغيّرات في النوم.
- 5- الضعف أو التراجع في الأداء الدراسي.
- 6- التعب أو البطء في الحركة مع عدم وجود سبب صحي وحركي.
- 7- الأفكار أو الأفعال التي تتضمّن نوعاً من العنف أو الأذى للنفس أو للآخرين.
- 8- تكرار أفعال أو كلمات معينة.
- 9- الطلب المباشر من قبل الطفل لرؤية مختصّ.
- 10- الإنعزال عن العائلة أو الأصدقاء أو الصعوبات في التعامل مع الأصدقاء
- 11- التهور أو إتخاذ قراراتٍ خاطئةٍ
- 12- إستهلاك السجائر أو الكحول أو أية مواد مخدرة
- 13- الشكوى من أوجاع متعددةٍ دون سبب طبيّ واضح
- 14- تغيّرات واضحة أو مفاجئة في السلوك أو الشخصية (مثل أفكار أو تصرفات غريبة)

ومع التشديد على أن المشاعر أو السلوكيات السلبية قد تظهر وتختفي بشكل طبيعي وقد تكون جزءاً طبيعياً من نموّ الطفل كما ذكرنا في البداية، إلّا أنّ إستمرار هذه العلامات لأسابيع أو أشهر قد يكون مؤشراً إلى وجود إضطراب نفسي أو سلوكي.

وأخيراً من المهمّ التشديد أيضاً على أن الأهل هم الخبراء الأهم بأطفالهم، فعند أي شعور أو شكٍ من الأهل عمّا إذا كان الطفل بخير أم لا فيجب الإسراع إلى المختصّ ليساعدهم في تقييم وضع الطفل والإجابة على أسئلة الأهل وهمومهم. إنّ المعالجة المبكرة تمنع تطور الأمور للأسوأ عند الأطفال وتحميهم من الإضطرابات النفسية عندما يكبرون. إن خدمات الصحة النفسية متوفّرة لجميع الأطفال عبر عيادات الأطباء النفسيين والمعالجين النفسيين أو المستوصفات أو الجمعيات الخيرية التي تقدّم هذا النوع من الخدمات بشكل مجاني أو شبه مجاني.

يمكنكم إستشارة الشبكة الدولية للعون والغوث والمساعدة (إنارة) بهذا الخصوص وسيقوم فريق العمل بتحويل استفساراتكم الى أخصائيينا، وذلك عبر الإتصال بنا من خلال الموقع الإلكتروني www.inara.org