

الفصل السابع

- الطفيل والاكنتياب
- الطفيل والوسواس القهري
- الطفيل ومرض الفصام



الطفل والاكتئاب

أسبابه - وطرق علاجه

الاكتئاب مرض العصر.. فالكثيرون منا يصابون بذلك الداء نتيجة لضغوط الحياة وعثراتها، ولكن ما لم نكن نتصوره أن يصاب طفل بهذا المرض، بل أن ينتشر مؤخراً بين الأطفال حتى أننا نقرأ أحياناً عن انتحار طفل نتيجة لاكتتابه، أو نرى طفلاً يدعو على نفسه بالموت مثلاً.

وللأسف نحن لم نكن نتخيل بالفعل أن الطفل يصاب بالاكتئاب من شدة ما يعتريه من حزن وأسى أو غيره مثله مثل الكبار تماماً، وقد ينطوى على نفسه ويبكى ويفقد شهيته للطعام ويفقد وزنه، ويقولها صراحة إنه يود الخلاص من الحياة، وقد يقدم على الانتحار بالفعل، حتى أن هناك دراسة تقول بأن أكثر من ٢٠٪ من أطفالنا يعانون هذا.

وقد يحدث هذا لأطفالنا دون أن ندري في غياب الحب والنبذ والإهمال والقسوة في معاملتهم، مما قد يؤثر على هرمونات النمو لديهم، فالحب الذى يفقده الطفل قد يتسبب في خلل في توازنه البيولوجى وبالتالي يتسبب في خلل في توازنه النفسى.. وعدم انتباهنا - للأسف- لهذا، شىء محزن ومؤسف فى آن واحد.

محزن لأننا نرى هذه الزهرة الرائعة اليانعة تتعرض لهذه الآلام النفسية والحياتية ولا نلقى لها بالاً.

ومؤسف لأننا فى الغالب نحن الذين نتسبب فى هذه الحالة بسبب جهلنا بطرق التربية السوية التى تنتج طفلاً سويًا.

لكن لو حدث هذا، ماذا نفعل لنتشغل طفلنا من تلك الحالة المرضية قبل أن تستفحل؟ وهل لهذا المرض أعراض يمكن أن تساعدنا على اكتشافه مبكراً لنسرع فى علاجه؟.

• يقول المختصون النفسيون في تعريف هذا المرض: إن الاكتئاب هو حالة من الحزن الشديد والمستمر، تجعل الشخص منطوياً على نفسه، ويعانى آلاماً نفسية وجسدية، وأن أسباب هذا المرض كيميائية، نفسية، وراثية، اجتماعية، وأن الاكتئاب نوعان:

أ- اكتئاب شديد.

ب- اكتئاب خفيف.

❦ وإذا ما تتبعنا الطفل المكتئب، سنلاحظ أنه عادة ما تنتابه عدة أعراض منها:

• تنتابه حالة من الحزن مستمرة، ولايستطيع أن يكون سعيداً، أو يندمج مع أقرانه.

• ينطوى الطفل على نفسه، وقد يمتنع عن الكلام، وأحياناً يفقد القدرة عليه.

• البكاء الكثير والمستمر في بعض الأحيان وفقدان الاهتمام بنشاطاته.

• شعوره ببعض الآلام الجسدية مثل آلام المعدة، أو الأمعاء.

• فقدان الشهية أحياناً، أو زيادة إقباله على الطعام.

• التبول المفاجئ، والشعور بالذنب، وفقدان الأمل، والرغبة في الموت.

• أرق وصعوبة في التركيز، أو زيادة في مدة النوم، أو على العكس قلة النوم.

• تعب سريع، وفقدان القوة والنشاط، وبطء الحركة أو زيادتها.

• قد يصبح عدوانياً تجاه الآخرين أو نفسه فيؤذيها.

• عجز الطفل عن التحصيل الدراسي، ويحدث خلل في مستواه.

• كذلك قد تصدر عنه بعض التصرفات غير السوية مثل السرقة أو الكذب، وهذا يعرف بالسلوك غير المتوقع أو العكسى.

للطف وفي تلك الحالة، وإذا تأكدنا من مرض الطفل بالفعل، وظهور بعض الأعراض عليه، علينا بمحاولة التعرف على سبب الاكْتئاب حتى نصل به إلى العلاج المناسب.

للطف أسباب الاكْتئاب عديدة، ولذا علينا بالآتى:

◀ أن نلاحظ أطفالنا وخاصة في سن المراهقة لأنها السن الأخطر والتي قد يتعرض فيها الطفل للاكْتئاب، وقد يصل الأمر به للتفكير فى الانتحار، ولذا لا بد عند ملاحظة هذا أو بعضه، علينا ألا نترك الطفل هكذا حتى لا تتطور حالته.

◀ وعلينا أيضاً أن نبدأ فى البحث عن تاريخ أسرى للاكْتئاب، فإذا لم نجد نبدأ فى البحث عن الأسباب الخارجية المسببة لذلك، وأبرزها وجود مشاكل أسرية أو مشاكل مدرسية.

◀ كذلك يجب ألا ننسى أن التدليل الزائد أو الإهمال الزائد من أكثر الأسباب المؤدية للاكْتئاب عند الطفل.

• وإذا بحثنا أكثر سنلاحظ أن الأبناء الذكور أكثر عرضة للأمراض النفسية عن الإناث، وذلك يرجع لبعض العوامل الاجتماعية ومنها: الضغط الأسرى على "الولد" والتأكيد دوماً على رجولته، وأنه لا يصح أن يبكى أو أن يعبر عن مشاعره أو مشاكله بصورة تضعفه.

ومن ثم يعجز الطفل عن التعبير بحرية عن تلك المشاعر مما يؤدي لخروجها فى صورة أمراض نفسية.

كذلك تلعب العوامل البيولوجية دوراً فى إصابة الذكور بالأمراض النفسية ومنها الاكْتئاب.

١٤٨ واليك بروشنة قد تقى أطفالنا من الإصابة بالاكتئاب :

أولاً: إقامة صداقة مع الطفل، مع ضرورة التحاور معه بصفة دائمة في كل ما يدور بذهنه، ويفضل إشراك الأب في هذا الحوار بشرط ألا يشعر الطفل بأن أمه تكشف أسرار له لوالده .

ثانياً: تشجيع الطفل على التفوق سواء الدراسي أو الرياضي مع ضرورة الابتعاد عن التوبيخ ولهجة النقد المستمرة.

ثالثاً: الحرص على قضاء يوم الأجازة معه، واجتماع الأسرة على مائدة الطعام يساعد كثيراً على سلامة الطفل النفسية .

رابعاً: إخبار الطفل وتهيئته نفسياً للأحداث المستجدة مثل قدوم طفل جديد أو الذهاب للمدرسة لأول مرة... إلخ.

خامساً: البعد عن التشاجر بين الوالدين في وجود الطفل حتى لا يشعر بعدم الأمان.

سادساً: أن نشعر الطفل بأهميته ونجعل له دوراً منوطاً به داخل نطاق الأسرة.

سابعاً: أن نعرف قدراته ومميزاته ونتعامل معه على أساسها ولا نطالبه بأكثر مما يستطيعه حتى لا يشعر بالفشل الذي قد يتحول لإحباط ومن ثم لاكتئاب.

ثامناً: أن نبحث عن مواهبه وننميها ونحاول صقلها.. فلا يوجد إنسان بلا موهبة قط.

تاسعاً: أن نشغله بشتى الوسائل في أشياء مفيدة ومحبية لديه، فالانشغال المثمر عدو الأمراض وخاصة النفسى منها.

وأخيراً: بالحلب والحنان والدفء الأسرى يمكن أن ننقذ الطفل من الغرق في بئر الاكثئاب، والأمراض النفسية الأخرى، ولن نحتاج لأى علاج، بل ستكون محبتنا له بمثابة الوقاية التى نقول عنها خير من العلاج.

• ولكن ماذا لو لم نوفق، ولاحظنا مثلاً تدهور حالة الطفل وعدم تركيزه وتأثر مستواه الدراسى؟

لابد أن يعلم كل منا أن للمدرسة دوراً كبيراً فى التأثير على نفسية الطفل، وأن علاج اكثئاب الطفل لا يكون فى المنزل فقط، ولا بد من لفت نظر المدرسين لمرض الطفل - إذا تأكدنا من ذلك - ليعاملوه معاملة خاصة تتناسب مع حالته وتساعد على شفائه.

وإذا لم يستجب، علينا بالطبع بالذهاب فوراً للطبيب المختص وألا نهمل فى ذلك.



الطفل والوسواس القهري أسبابه - طرق علاجه

مرض الوسواس القهري مرض نفسى، يبدأ مع المريض منذ الصغر
ويسبب ألماً شديداً لصاحبه وللمحيطين به، حيث تقتحم رأس المريض أفكاراً
غريبة وصوراً بشعة تفرض نفسها على ذهنه.

ولذا يضطر المريض ونظراً للإلحاح الشديد للوسواس أن يقوم ببعض
الأفعال والطقوس التى يرفضها عقله الواعى ويرفضها المنطق.

وهذه الطقوس قد تسبب إزعاجاً شديداً للمحيطين به، حيث يرونها غير
منطقية ولا مبرر لها.

والوسواس قد تأتى فى صورة رغبات ملحة.. كالرغبة فى نقل شىء
معين، أو القيام بحركة معينة، تتكرر تلك الحركة أكثر من مرة حتى تصبح فيما
بعد من الطقوس التى يقوم بها، ربما تكون تافهة ولا قيمة لها ولكن المريض
لا يستطيع مقاومتها.. فما أسباب هذا المرض؟

أسباب هذا المرض:

- هذا المرض قد يكون وراثياً، حيث أثبتت الإحصائيات أيضاً أن نسبة
من الأطفال المصابين بهذا المرض قد أصيب به آبائهم أو أمهاتهم من قبل.
- قد يكون بسبب عوامل بيولوجية وكيميائية، قد أثبتت الأبحاث أنها
تسبب هذا المرض، كالتخلل فى مادة "السریتونين" فى المخ.
- وقد يكون أيضاً بسبب الزيادة فى نشاط واندفاع الدم فى بعض الأماكن
فى المخ مثل الفص الأمامى.
- ويقال إن كثيراً من الأمراض التى يكون فيها خلل فى هذه المنطقة
تكون مصاحبة لهذا المرض.

• ولقد أثبتت الإحصائيات أن نصف البالغين المصابين بهذا المرض كانوا يعانون منه منذ الصغر دون علم أهلهم.. فهل هناك أعراض معينة يمكن أن تساعدنا في معرفة ذلك؟

• أهر ما يميز هذا المرض من أعراض:

◀ هذا المرض يأتي بصور وأفعال متكررة، أو مخاوف، أو اندفاعات متكررة أيضاً من الممكن أن تبعث في نفس الطفل القلق والتوتر، ويصبح من الصعب أن يتخلص منها.

◀ ووسواس النظافة من أكثر الوسواس إزعاجاً للمحيطين حيث غسل اليد المتكرر، وتمشيط الشعر بصفة مستمرة، والاستحمام المتكرر، والمكوث داخل الحمام فترة طويلة.

◀ واعتقاد المريض بتلوث يديه بالجراثيم بمجرد لمس الأشياء، واعتقاده أيضاً أن شيئاً خطيراً قد يحدث.

◀ وقد يأتي المرض في صورة تجنب الخطر، فنجد المريض يتأكد من قفل الأبواب والغاز، ويتأكد أيضاً من أن جميع السكاكين في مكان بعيد... إلخ.

• وهكذا تكون الأفكار والأفعال متلازمة، ففكرته بالتلوث متعلقة بالغسيل، وأفكاره عن الخطر تجعله يغلق الأبواب، ويبعد السكاكين، وإذا كان كبيراً ويصلي قد يتشكك في وضوئه ويعيده مرات ومرات .

• وعموماً قد لا يلتفت معظمنا لذلك، بل على العكس قد نشيد بأن الطفل منظم، أو أنه نظيف أزيد من اللازم... وهكذا.

ولكن ماذا لو اشتد الأمر، وأصبح الطفل يضيع الكثير من وقته في هذا، مما يؤدي لتأخره دراسياً، أو يؤدي لإصابته بأمراض نفسية أخرى كالاكتئاب والقلق، وقد يتضح هذا في اضطرابات الأكل مثلاً.

فى تلك الحالة على الأسرة أن تفهم أن هناك خطراً يداهم طفلهم اسمه "الوسواس القهري".

للحـ ولعلاج هذا "الوسواس" إليكم بتلك الروشتة:

أولاً: علينا بتفهم معاناة طفلنا، وأن الفكرة تفتحتم رأسه دوناً عنه، وأنه يعرف أنها خاطئة وتافهة تمام المعرفة، ولكنه يعجز تماماً عن المقاومة، وأنه قد يعانى بسبب ذلك من القلق والتوتر.

ثانياً: من العبت أن نطالبه بالمقاومة، أو أن نحول بينه وبين ممارسة طقوسه، أو أن نجبره على الكف عن هذا لأننا سنزيده قلقاً وتوتراً.

ثالثاً: يجب أن نتحلى بالصبر ونجيب عن أسئلته وخاصة التى تتعلق بوساوسه، والتى قد يكررها ويلح فيها كثيراً حتى يطمئن قلبه.

رابعاً: يجب ألا نسخر منه ومن أفكاره المسيطرة عليه، وألا نشور عليه أو نغضب، فلا مريض يشفى دون تفهم أسرته لمعاناته.

خامساً: قد يأخذ العلاج وقتاً طويلاً، فلنصبر ونتحمل، وخاصة أن هناك حالات كثيرة تشفى تماماً.. وحالات أخرى تتحسن، وكل هذا لا يحدث إلا بتفهمنا وتفهم الأسرة لدورها ولطبيعة مرض طفلها.

للحـ ولكن إذا ازدادت الحالة سوءاً علينا باللجوء لمتخصص نفسى، فهناك الكثير من سبل العلاج العقاقيرى والسلوكى الناجحة.

الطفل ومرض الفصام

أسبابه - طرق علاجه

قد يصاب الطفل بمرض الفصام مثله مثل الكبار تماماً، في مرحلة مبكرة جداً من حياته أى من سن ٢:٣ سنوات ويسمى "ذهان الطفولة" "Child hood psychosis".

وقد يصاب أيضاً بهذا المرض في بداية سن المراهقة ويسمى حينئذ الفصام البسيط "Simple Schizophrenia"، وهذا النوع يبدأ ببطء وتدرجياً من سن (١٥:٢٠) وأعراضه في البداية تكون غير واضحة، ولذا يصعب على الأسرة أن تدرك أن ابنها مريض، وستتناوله بالإيضاح فيما هو آت.

وهذا النوع من المرض قد يؤثر في البداية على وجدان المريض، فنجد انفعاله يقل، ثم ينعدم تدريجياً إلى أن يصل لحالة من التبلد الوجداني، ولكن ذلك قد يأخذ سنوات.. ينعزل.. ويهمل نفسه وأيضاً دراسته حتى أنه قد ينقطع عنها.

وينشأ مرض الفصام من تفاعل عدة عوامل، منها:

- الاستعداد الموروث، ونوعية الشخصية.
- أسلوب التربية، وكذا الضغوط التي يتعرض لها الطفل.
- الخلل أو الاضطراب في الأحماض الأمينية الموجودة بالمخ.. وهى "السيروتونين، والدوبامين، والإدرينالين" .. وينتج عن هذا تكوين مواد غير طبيعية تحدث هذا الاضطراب العقلي.

وأهم أعراض هذا المرض:

اضطراب الكلام.. فنجد أن الطفل يكف فجأة عن الكلام بعدما تعلمه ومارسه.. وهذا الأمر يحدث تدريجياً.

« وقد يصبح الطفل غريب الأطوار.. ويبدو وكأنه يعيش وحده، لا يتجاوب انفعالياً مع من حوله، ولا يهتم إلا بالأشياء المادية - الجماد -.

« وقد يقاوم بشدة أى تغيير فى المكان الذى يعيش فيه، فهو يريد كل شىء فى مكانه.. ولذا نجده يثور بشدة إذا وجد أى تغيير ويسعى بنفسه إلى إرجاع الشىء لمكانه الأسمى.

« وقد تصاحب ذلك التحول اضطرابات فى الحركة، ويصير قلقاً ويكثر من البكاء وتفشل كل المحاولات لتهدئته.

« ومن أبرز العلامات أيضاً عدم النظر فى عينى أى شخص أمامه، بالإضافة لاضمحلال ذكائه وتراجع.

« وتصاحب هذا المرض حالة من التبلد يفقد معها إرادته أى يصبح سلبياً، ووجوده يصبح بلا هدف أو معنى، وكذلك يتأثر تفكيره فيصبح سطحياً ضحلاً خالياً من أى مضمون حقيقى.

« وقد نجده يجادل كثيراً، ولكن تفكيره فقير وهش، ولا يوجد ترابط فى أفكاره.

« وقد نجده أيضاً ينغمس فى قراءة كتب الفلسفة وعلم النفس، أى يتتقى مواضيع غير محددة.

« وبالطبع يكون هناك فشل دراسى متكرر، وعدم مبالاة، وإهمال لذاته وانعزاله، وأحياناً يشكو من عدم القدرة على التركيز أو من أعراض جسدية غريبة ومتعددة.

« وبالنسبة لمرض الفصام فى مرحلة المراهقة: ويسمى فصام المراهقة (الهيبريني) "Hebephrenic Schizophrenia":

هذه الحالة تبدأ فى سن مبكرة - كما سبق وقلنا - ولكن سرعان ما تتدهور ويظهر العديد من الأعراض، كالهلاوس والهذات، واضطراب الإرادة،

والتبلد الوجداني، وقد يشكو المريض من أنه مراقب، أو يسمع أصواتاً تسببه مثلاً، أو قد يشعر بأنه تغير وأن العالم حوله أيضاً تغير وأنه يعيش حليماً.

للهم والمشكلة الكبرى التي قد نواجهها مع مريض الفصام في هذه السن هي أنه قد يتوقف عن الدراسة، ولا يريد أن يفعل شيئاً، ويظل قابلاً في البيت ساهراً الليل بطوله، وينام النهار بطوله، يحتسى الشاي ويدخن بشراهة - إذا سمح له بذلك - وأحياناً يظل ملتصقاً بأمه لا يفصل عنها.

• فإذا تكرر رسوب المريض، فقد تكون الدراسة عبثاً عليه ولا يريدتها، فلا مانع أن نغيرها له بحسب المجال الذي يجد نفسه فيه، وقد يساعد هذا في علاجه .

للهم وبالنسبة للوراثة :

• مرض الفصام ليس وراثياً، ولكن الذي يورث هو الاستعداد للمرض، ولا شك أن الاستعداد للإصابة بالمرض يزداد إذا كان أحد الوالدين مريضاً به، فتكون نسبة الإصابة ١٥ ٪، أو إذا كان أحد أفراد العائلة مصاباً بهذا المرض وتكون نسبة الإصابة ١٠ ٪.

وبالطبع يتضاعف الاستعداد إذا كان الوالدان مصابين بالمرض لأن نسبة ظهور المرض بين الأبناء حينها قد تصل لـ ٤٠ ٪، أو إذا كان بالأسرتين أشخاص مصابون بنفس المرض.

• وقد يصيب الفصام أيضاً ابناً لأبوين سليمين، حتى وإن خلت كلتا الأسرتين من أي حالات مرضية.

← وعموماً: ليس هناك قانون علمي يمكن من خلاله القيام بعملية حسابية نعرف منها حتمية الإصابة في الأبناء، ولكن ينصح الأطباء بعدم زواج الأقارب وخاصة في الأسر التي بها حالات مرضية.

• والغريب أنه قد يحمل الإنسان الاستعداد للإصابة بالمرض ولكن لا يصاب به مدى حياته، وخاصة إذا لم يتعرض لضغوط نفسية أو جسدية قاسية.

هل يمكن أن تتسبب الأم في إصابة الطفل بهذا المرض؟!

• بالفعل قد تكون الأم سبباً في هذا، حيث يقول علماء النفس أن هناك ما يسمى "بالأم الباعثة على الانفصام" "Schizophreno genicmother".

وهذه الأم تكون شديدة الالتصاق بابنها إلى الحد الذي لا تترك له فرصة للتنفس.. تتدخل في كل شئون حياته حتى بعد أن يكبر، وتهتم به وكأنه مازال طفلاً صغيراً "طعامه.. نومه.. ملابسه.. أصدقائه"، إلى الحد الذي قد تنام معه في غرفة واحدة، لا يفترقان لحظة واحدة، والأب في تلك الحالة عادة ما يكون شخصية هامشية ضعيفة غير مؤثرة في حياة ابنه.

وهذه الأم تتواجد بكثرة في العيادات النفسية حيث تصاحب ابنها في كل زيارة للطبيب.. وهي التي تتكلم وتشرح الأعراض وتتدخل في العلاج، ولا تترك فرصة لابنها المريض، أو لأي طرف آخر أن يبدى رأياً.

• وهكذا نرى أن ابنها هو محور حياتها، وبالتالي هي محور حياته، وهي التي فجرت المرض لديه، وهي التي تعوق الشفاء أو التحسن.. ولقد أكدت أبحاث كثيرة دورها السلبي في هذا.

هل إذن مصير هذا المرض يتوقف على عوامل كثيرة من أهمها:

◀ البيئة التي يعيش فيها المريض، وطرق المعاملة التي يتلقاها.

◀ نوع التورط العاطفي الذي يتعرض له من أسرته.

◀ النقد المستمر له ضار، وأيضاً الحماية الزائدة، وكذلك الضغوط التي

هي فوق طاقة المريض.

للحالة علينا بالآتي :

أولاً: لا بد من السرعة في العلاج، وخاصة أن هذه الحالات محتاجة لوقت طويل لعلاجها، وإلى جهد وصبر وتدريبات خاصة، وبالطبع تحتاج للجوء للطبيب النفسي المتخصص لإعطائه العقاقير المناسبة لحالته والتي لا بد منها.

ثانياً: لا بد كذلك أن يشمل العلاج النفسي للمريض "المريض وأسرته" أيضاً.. ولاشك أن أسرة المريض بالفصام تعاني.. تعاني من سلوك المريض إلى حد قد تضطرب معه حياتها .

ثالثاً: لا بد أن يكون هدف الأسرة والطبيب مساندة المريض، ومساعدته فربما يحتاج ذلك، وخاصة أن الشفاء لن يتحقق إلا من خلال أسرة متحابّة متماسكة بحق، محبة لابنها ومؤمنة بأن هذا قدره وقدرها ومؤمنة بأن الله هو الشافي المعافي.

رابعاً: على الأسرة أن تتقبل قدرها - كما سبق وقلنا- وأن تعرف وتتعلم كيف تتعايش مع مريضها حتى يمن الله عليه بالشفاء أو التحسن، وخاصة أن أبحاث كثيرة أكدت على أن الأسر التي تظهر انفعالاً زائداً تجاه المريض الذي تحسنت حالته سواء أكانت هذه العواطف نقداً أو توبيخاً أو تجريحاً أو حناناً أو حماية زائدة فإنها قد تؤدي لنتيجة سلبية حيث تتدهور حالة المريض ثانية .
