

الفصل السابع عشر

متى تعرض طفلك على طبيب نفسى؟

- المقدمة

(١) أهداف الطب النفسى للأطفال:

- ١ - اكتشاف وعلاج الأمراض النفسية للأطفال.
- ٢ - التوجيه الفردى أو الجماعى إلى أساليب التنشئة السليمة.

(٢) مشكلات خاصة بالأطفال:

- ١ - مشكلة وسيلة التعبير.
- ٢ - مشكلة تعدد الأسباب.
- ٣ - استمرار النمو.
- (٣) ظواهر يجب الالتفات إليها.
- (٤) متى يعرض الطفل على الطبيب النفسى؟
- (٥) الاضطرابات النفسية البدنية.
- (٦) العلاج النفسى للأطفال:

- ١ - محاولة فهم المحيط العائلى وعلاقته بالطفل.
- ٢ - دراسة المناخ المدرسى.
- ٣ - العلاج النفسى للطفل.
- ٤ - العلاج الدوائى.
- وأخيراً...

الفصل السابع عشر

متى تعرض طفلك على طبيب نفسى؟

- المقدمة:

من المعالم البارزة للمجتمع الحديث انتشار الأمراض النفسية بين جمهور الناس بوجه عام وقد ظهرت وانتشرت فى مرحلة كانت إلى عهد قريب تكاد تكون خالية من أى مظهر واضح للاضطراب النفسى فى مرحلة الطفولة.

وإذا لم يكذب بما تتسع له هذه المقدمة أن أذكر الأسباب التى أدت إلى ظهور الاضطرابات النفسية فى هذه السن الغضة فيكفىنى أن أشير إلى أن ما أصاب أسلوب الحياة من تغيرات كبيرة وسريعة فى السنوات الأخيرة قد انعكس أثره على جو العلاقات داخل الأسرة.

وأن الأساس فى معظم الاضطرابات النفسية التى تصيب الأطفال هو شعورهم بعدم الطمأنينة، ثم الأسلوب الذى يحاولون بواسطته التخفيف من هذا الشعور.

ومن الواضح أن شعور الأطفال بعدم الطمأنينة يرجع إلى خطأ ما فى العلاقة بين أفراد الأسرة أو إلى الطريقة التى تتبع فى تنشئة الصغار.

(١) أهداف الطب النفسى للأطفال:

بناء على هذا كله فقد تبين أنه لا يمكن فهم الحالة النفسية للطفل إلا إذا فهمت الجوانب الجسمية والنفسية والذهنية والاجتماعية معاً. وكان من

نتيجة ذلك أن ظهر علم جديد، أو بتعبير أدق تخصص جديد هو " الطب النفسى للأطفال " الذى جعل هدفه كغيره من فروع الطب الأخرى كما يلى:

١ - اكتشاف وعلاج الأمراض النفسية للأطفال فى مرحلة مبكرة ما أمكن ذلك وفى هذا فضلاً عن العلاج فى مرحلة الطفولة، وقاية من المرض فى المراحل اللاحقة.

٢ - التوجيه الفردى أو الجماعى إلى أساليب التنشئة النفسية السليمة، وذلك لتجنب إصابة الطفل بالاضطراب النفسى بقدر الإمكان، وبذلك فإنه من الأمور الهامة أن يعرف الوالدان أن إصابة الطفل ببعض الاضطرابات النفسية فى مرحلة الطفولة المبكرة فى حياته تؤثر تأثيراً كبيراً فى نمو شخصيته فيما بعد ويصبح الاتجاه المنحرف هو الوضع السائد لسلوكه المضطرب.

لذلك فالتفكير فى عرض الطفل المضطرب نفسياً على الطبيب النفسى للعلاج تجنبه الكثير من مضاعفات التأخير.

(٢) مشكلات خاصة بالأطفال:

يقوم الطب النفسى للأطفال على نفس الأسس التى يقوم عليها الطب النفسى العام، يختلف فقط فى وجود بعض مشكلات خاصة تتعلق بمرحلة نمو الأطفال:

١ - مشكلة وسيلة التعبير:

بالمقارنة مع الراشدين لا يستطيع الأطفال التعبير عما يفكرون فيه أو يشعرون به وقت غضبهم. ولذلك فجميع مشكلاتهم حادة لعدم قدرتهم على

التعبير عنها كالغضب، والبكاء، والمغص. مثلاً جميعها علامات تدل على عدم شعور الطفل بالرضا وعدم قدرته على التعبير عن ذلك بكلمات.

٢ - مشكلة تعدد الأسباب:

ينبغي البحث في الطب النفسى للأطفال عن عوامل متعددة تسبب حدوث أعراض مرض نفسى معين بخلاف ما اعتاد عليه الأطباء بصفة عامة في البحث عن عامل واحد فقط تسبب في ظهور المرض.

٣ - استمرار النمو:

إن الأطفال في حالة نمو مستمر جسمياً وعقلياً وانفعالياً. ولذلك لا توجد حالة ثابتة في حياة الطفل ومقاييسه فائقهااته في حالة تغير مستمر. إذ أنه في حالة نمو مطرد جسمياً وذهنياً وتختلف استجابات الأطفال للاضطراب النفسى الواحد بحسب العمر:

فطفل الثالثة: يظهر قلقه في استمرار صراخه وهز رأسه في حين أن..
طفل السادسة: يظهر قلقه في مظاهر الخوف المرضى أو البكاء أو الغضب.

ويضاف إلى ذلك: أن ظهور الاضطرابات في جانب من النمو مثلاً في النمو الانفعالى أو الجسمى سوف يعوق نمو الجوانب الأخرى:

فمثلاً انفصال الطفل عن أمه في الشهور الأولى مع عدم توفير بديل الأم المناسب له يؤدى إلى تأخره في النمو الجسمى عامة، وكذلك يعوق نموه من الناحية الانفعالية.

ولذلك: يصبح من أهم الأمور اكتشاف الأمراض النفسية للأطفال في وقت مبكر ما أمكن ذلك وعلاجها بمجرد اكتشافها مباشرة.

(٢) ظواهر يجب الالتفات إليها:

الطفل الذى تظهر عليه بعض أعراض غير مألوفة مثل الميل فجأة إلى الانطواء أو الخوف الذى لا مبرر له من بعض الأشياء اليومية العادية لا يصح أن يعد على الفور مريضاً لأن هذه الاستجابات قد تكون عابرة ولكن يمكن اعتبار هذه الاستجابات مرضية إذا حدثت بصورة متكررة، أو إذا استمرت لفترة طويلة فإنها فى هذه الحالة تقتضى من الآباء الملاحظة الدقيقة الجادة، والبحث عن مصادر القلق والخوف المتعمقة جذورها فى الداخل وفى هذا الوقت ينبغى أن يعرض الطفل على الطبيب النفسى للاستشارة والمساعدة فى العلاج.

(٤) متى يعرض الطفل على الطبيب النفسى؟

العلامات المميزة التى تدعو إلى ذلك فى مختلف الأعمار هى:

- ١ - من الولادة حتى الثانية من العمر: صعوبات هذه الفترة تظهر فى بطء النمو الجسمى السلبية الزائدة، ضعف الاستجابة للمؤثرات الخارجية أو الاستمرار فى شدة صعوبات النوم وتناول الطعام.
- ٢ - من الثانية إلى الرابعة من العمر: إذا استمر إصرار الطفل على رفض الطعام، وعدم ضبط وظائف الإخراج أو أظهر عدم رغبته فى الاختلاط بالأطفال الآخرين أو رفض الاستجابة إلى أى محاولة للحد من سلوكه، فى هذا الوقت يحتاج إلى المساعدة الطبية النفسية.

- ٣ - من الرابعة إلى السادسة من العمر: فى هذه السن ينبغى أن يكون الطفل قد اندمج فى المجتمع المحيط به. فإذا لم يحدث ذلك

وظهرت عدم قدرته على الاندماج مع الأطفال الآخرين إما بالاستمرار فى عدم التوافق معهم بالعراك المستمر. أو انطوائه على نفسه بعيداً عنهم فإن ذلك يدعو إلى اعتبار أن هناك مشكلة تقتضى الدراسة والعلاج.

وكذلك مما يدعو إلى الاهتمام فى الاستمرار فى ابتلال الفراش أو صعوبة النطق مع تكرار نوبات الغضب الحادة أو الاستمرار فى الرغبة فى التخريب أو فى التكرار المتعمق فى القسوة على الحيوانات. جميعها علامات منذرة باضطراب نفسى يحتاج إلى المساعدة الطبية النفسية.

٤ - من السادسة إلى الثامنة من العمر: فى هذه السن يكون الطفل قد بدأ حياته المدرسية وتظهر بعض المشاكل الصغيرة للتكيف مع المجتمع المدرسى الجديد.

فإذا ظهر خوفاً حقيقياً من المدرسة ورفض الذهاب إليها، فإن ذلك قد يكون علامة خطيرة لاضطراب التكيف الداخلى. كذلك مما يدعو الآباء إلى الاهتمام فى هذه المرحلة استمرار ابتلال الفراش ومص الأصابع أو الخوف من الإصابة بالمرض.

٥ - من الثامنة إلى الحادية عشرة: يميل الطفل فى هذه المرحلة إلى الحركة والنشاط والأعمال اليدوية فإذا استمر ميل الطفل إلى الانطواء أو الرقاد لفترة طويلة أو الاستغراق فى أحلام اليقظة مع عدم ميل إلى المشاركة فى أى نشاط حركى أو يدوى، أو الميل إلى إشعال النار، أو اللعب بالكبريت أو إذا استمرت نوبات الذعر

الشديدة المتكررة فى ظروف معينة، أو دوام الشعور العدائى ضد الوالدين .

فإن هذه جميعاً من علامات الاضطراب النفسى وتحتاج إلى المساعدة الطبية النفسية والعلاج .

ومع ذلك: ينبغى أن يفهم الوالدان أن ظهور هذه الأعراض سواء جميعها أو بعضها لا ينبغى أن تكون أعراضاً لتاعب خطيرة، فربما مثلاً:

قد يكون الباعث إلى الانطواء موت أحد أصدقائه المقربين أو أقاربه أو قد يكون عدم رغبته فى الذهاب إلى المدرسة ناتجاً عن صراع داخلى مع أحد المدرسين .

ففى كل هذه الأمثلة هناك عامل داخلى يحتاج من الطفل أن يلجأ إلى تكيف جديد فإذا أمكن التخلص من هذه الأسباب التى تهز كيانه النفسى سيعود الطفل إلى السلوك الطبيعى وتصبح المشكلة وقتية .

أما إذا استمر الاضطراب ظاهراً فى سلوك الطفل على الرغم من عدم وجود سبب واضح ولفترة طويلة، أو حتى بعد زوال السبب الخارجى الذى أدى إلى ظهوره:

ففى ذلك الوقت فقط ينبغى أن تؤخذ الأمور بصفة جادة وتعرض حالة الطفل للمشورة الطبية النفسية وبدون تأخير .

(5) الاضطرابات النفسية البدنية:

من أهم أعراض الاضطراب النفسى عند الطفل الأعراض الجسمية خاصة: آلام البطن، والقىء، والغثيان، وما يتلو ذلك من فقد الشهية . . وفقد فى الوزن وهناك كثير من الأطفال الذين يتعرضون لعمليات جراحية

خاصة: استئصال اللوزتين، وكذلك استئصال الزائدة الدودية، وذلك تحت تأثير الاعتقاد بآلام البطن سببها هذه الأمراض ولكن الآلام تستمر حتى بعد إجراء الجراحة، ويكتشف الطبيب بعد مدة طويلة أن هذه الآلام نفسية، وأن الطفل يعبر عن اضطرابه النفسى من خلال هذه الآلام.

وغالبًا ما تبدأ هذه الآلام صباحًا قبل الذهاب إلى المدرسة، وبذلك تتيح للطفل فرصة التغيّب عن المدرسة، بل وأحيانًا يقتصر حدوث هذه الآلام على أيام خاصة، كأن تحدث فى اليوم الخاص بدرس الرياضيّة أو اللغة العربيّة. . إلخ.

لأن الطفل يخشى مدرس أو مدرسة هذه المادة. . وهنا يعبر عن خوفه وقلقه من خلال هذه الأوضاع والتي تتيح له الفرصة بالغياب عن المدرسة.

بهذه المناسبة أذكر حالة ذلك الطفل الذى كان يشعر بأن مدرسة الرياضة تسيء معاملته دائماً، وتهينه أمام زملائه، وتستخف بآرائه وتسخر منه.

بدأ هذا الطفل يعانى من آلام البطن والقيء مرتين أسبوعياً وحرار الأطباء فى أمره، وأجريت له عمليّتى استئصال الزائدة وكذلك اللوزتين واستمرت البحوث والتحليلات لشهور عديدة حتى استبد الفرع بالوالدين على صحة الطفل.

وأخيراً بعد تحويله إلى الطبيب النفسى تبين أن هذه الآلام التى يعانى منها الطفل تحدث فقط أثناء دروس الرياضيّة. . وبعد تفسير الأمر للمدرسة وتحسين معاملتها للطفل اختفت الآلام.

وعلى الرغم من عدد المظاهر التى يعبر بها الطفل عن اضطرابه النفسى، فأحيانًا ما يشكو الطفل من الاكتئاب مباشرة، ويبدأ فى البكاء من أقل سبب،

ويكون سريع الإثارة، ويضطرب نومه ويفقد شهيته وينعزل عن أصحابه ويرفض الذهاب إلى المدرسة.. وفي أحوال نادرة قد يقدم على الانتحار، ويبدو الانتحار بالنسبة للطفل بعيد التحقيق ولكننا في بعض الأحيان نواجه هذه المشكلة وهي تدل على مدى عمق الاكتئاب والحزن اللذين انتابا الطفل وعدم فهم المحيطين لمشاعره وإحساسه.

وأيًا كان الأمر فإن الأعراض العضوية، والسلوك الغريب، والانقباض النفسى، والعزلة عن الآخرين.. ينبغي أن تكون موضع الاهتمام عندما تلاحظ في الأطفال وخاصة عندما لا يجد طبيب الأطفال سبباً عضوياً يؤدي إلى ظهورها.. هنا يجب أن يكون ذلك علامة إنذار بحاجة الطفل إلى عرضه على الطبيب النفسى.

(٦) العلاج النفسى للأطفال:

يمر علاج هؤلاء الأطفال بثلاث مراحل:

١ - محاولة فهم المحيط العائلى وعلاقة الطفل بالوالدين والأخوة مع محاولة تنظيم هذه العلاقة الدقيقة حتى لا يكون الطفل عرضة للاضطراب النفسى.

وتوجيه الوالدين إلى كيفية معاملته، وذلك بعد دراسة ومعرفة العوامل التى أدت إلى ظهور أعراض المرض النفسى.

٢ - دراسة المناخ المدرسى: وعلاقة الطفل بزملائه ومدرسيه، وقدراته على التحصيل، لأنه ربما قد وضع فى مدرسة تحتاج إلى مستوى ذكاء أكثر من قدرته.. وبهذا نظلمه ويضغط الوالدان عليه وهو غير قادر على مجاراتهما فيبدأ الشكوى من الأعراض السابقة.

٣ - العلاج النفسى للطفل : سواء عن طريق اللعب أو الرسم ، لاكتشاف الصراعات الداخلية له ومحاولة توضيح ما إذا كان الطفل سويًا أو منحرفًا . وعما إذا كان السبب فى انحرافه القلق أو الخوف أو الشعور بالنقص ، أو الإحساس بالذنب أو الوسواس وعلى ضوء معرفة سبب الانحراف يتجه العلاج النفسى للطفل .

٤ - العلاج الدوائى : يمكن استخدام العلاج الدوائى وهو صيحة جديدة فى علاج الاضطرابات النفسية للأطفال ، إذ يبدو أن المؤثرات البيئية قد تؤثر أحيانًا فى هرمونات الجهاز العصبى للطفل . . وتبدأ حلقة مفرغة يجب وقفها بالعقاقير المضادة للاضطراب السلوكى والاكتئاب ، ولكن بجرعات تقل كثيرًا عما يستعمل الكبار .

وأخيرًا:

أوجه النصيحة للوالدين ، أن السبب فى الاضطرابات النفسية للأطفال فى أننا لا نحترم شعورهم وإحساسهم ، ولا نعطيهم المقدار الكافى من الحب والاستقرار العاطفى ، ولا نشبع حاجاتهم إلى الرعاية فإذا تذكرنا أن الطفل إنسان شديد الحساسية وأن له حقوقًا ينبغى أن تلبى وحاجات ينبغى أن تشبع ، فإننا فى نفس الوقت نتيح له الفرصة بطريق غير مباشر لكى يشعر ويحس بأن الحياة تستحق أن يعيشها مستمتعًا وسعيدًا .

مؤلفة الكتاب

الدكتور/ كلير فهيرم

استشارى نفسية وعصبية وطب نفسى أطفال

(جامعة لندن)

- استشارى نفسية وعصبية وطب نفسى أطفال (جامعة لندن).
- تخصصت فى ميدان الطب النفسى فى معهد الطب النفسى التابع لجامعة لندن.
- أنشأت بعد عودتها من لندن أول عيادة نفسية نموذجية للطلبة تماثل نظيراتها فى الخارج.
- يشمل نشاطها العلمى العديد من الكتب المؤلفة والمترجمة فى مجال الطب النفسى العام والطب النفسى للأطفال والمعوقين.
- نشر لها عدة مؤلفات فى ميدان الطب النفسى العام، والطب النفسى للأطفال والمراهقين والمعوقين.
- تعقد ندوات ولقاءات مع مختلف الفئات التى تعمل فى مجال الطب النفسى العام والطب النفسى للأطفال.
- على اتصال مستمر بهيئة الصحة العالمية للوقوف على أحدث الطرق فى التشخيص والعلاج والوقاية فى مجال الطب النفسى العام

- والطب النفسى للأطفال والمراهقين ، كى تساعد على توفير السعادة والهناء لمرضاها ، وتبصيرهم بالطريق المضىء الذى ينير لهم حياتهم .
- تعقد ندوات فى مجالس الآباء بالمدارس للتوعية فى توفير الصحة النفسية للأبناء .
- تمثل مصر بتقديم البحوث العلمية فى المؤتمرات الدولية والمحلية فى مجال الطب النفسى العام والطب النفسى للأطفال .
- عميقة الإيمان بما ينطوى عليه الطب النفسى من رجاء وخير ، وهى بدافع من هذا الإيمان توظف حياتها لممارسة الطب النفسى الذى هو مهنة الحياة مع الناس فى متاعبهم ومعاناتهم ، وفى عملها وعيادتها الخاصة ، وفى مقالاتها ، وكتاباتكمهنة وهواية تستمتع بتخفيف آلام الناس ، ووصف مشاعرهم فى كتاباتها ، ينتج عن ذلك ثمار طيب يساعد على توفير السعادة والهناء لمرضاها ، وتبصيرهم بالطريق المضىء الذى ينير حياتهم .