

الفصل الثامن

- الطفل والرهاب الاجتماعي !
- الطفل والصرع !
- الطفل والتبول اللاإرادي !



obeikandi.com

الطفل والرهاب الاجتماعي

أسبابه - طرق علاجه

لماذا نغنى بالرهاب الاجتماعي :

الرهاب الاجتماعي مرض نفسي تشارك فيه عدة عوامل منها ما هو وراثي، ومنها ما هو بيولوجي، ومنها ما هو بيئي، حيث للنشأة أثرها في حدوث ذلك.

ف نجد أن الطفل الذي يواجه أمماً متسلطة عنيفة تتسلط عليه أو على أبيه في كل أمور الحياة سيتأثر بهذه الحياة الجافة الخالية من المشاعر الحانية، ويتحول فيما بعد لإنسان منطوي يؤثر العزلة ويخشى المواجهة.

وكذلك قد يتعرض الطفل للنقد الشديد، والتذبذب في أسلوب تربيته، وأيضاً قد يدلل بالحماية الزائدة.. وكل هذا وغيره قد يجعله عرضة لهذا المرض.

والرهاب الاجتماعي مرض تبدأ أعراضه في الظهور في مرحلة المراهقة، وقد يعوق المراهق ويحرمه من كثير من الفرص التي يتمتع بها أقرانه.

ويحدث هذا ويبدو جلياً في المواقف الاجتماعية بصفة عامة، وخاصة التي تتطلب مواجهة مع الآخرين لعرض فكرة أو لإلقاء كلمة مثلاً، حيث لا يستطيع الطفل أن يمتك بالكبار، أو أن يتحاور معهم، وإذا لزم الأمر ذلك نجده يتصبب عرقاً، وتزداد ضربات قلبه، ويصبح على وشك الإغماء فيهرب من المواجهة.

ولكي نساعد الطفل على التخلص من هذه الأعراض إليكم بتلك الروشتة :

أولاً: نحاول معرفة الأسباب التي تسببت في تلك المشكلة، ومحاولة تجنبها لنساعده على تخطيها.

ثانياً: نشجع طفلنا على المواجهة ببث الثقة فيه وإمداده بالحب والحنان اللازمين لتنشئته.

ثالثاً: إعطاؤه مساحة من الحرية وعدم تقييده بالضغط أو التسلط عليه.

رابعاً: تدريبه على كيفية مواجهة المواقف التى قد يتعرض لها، فنعوده على الإلقاء والقراءة بصوت عال مثلاً، وندربه على التعامل مع الأقرباء والغرباء ونبث فيه الثقة بالنفس وقوة الإرادة.

خامساً: عدم نقده وتوبيخه فيما يقوم به من أعمال إذا أساء التقدير، بل توجيهه بأساليب تربوية سليمة.

سادساً: تجنب الحماية الزائدة للطفل، وتكون حمايته بأن نترك له مساحة من الحرية مع المراقبة لتصرفاته عن بعد، دون إشعاره بذلك حتى يكتسب الثقة فى نفسه وتصرفاته.

سابعاً: لا بد من تراجع الأم أو الأب المتسلط عن تسلطه حتى لا يتسبب هذا فى أذى الطفل، وإذا لم يستطيعا عليهما بالبحث عن علاج نفسى لهما حتى لا يتسببا فى إيذاء الآخرين بدون قصد .

وأخيراً.. إذا فعلنا كل ما سبق ولم يستجب الطفل علينا بعرضه على الإخصائى النفسى ليساعدنا على العلاج .

الطفل والصرع

أسبابه - طرق علاجه

الصرع مرض يختلف عن الأمراض الأخرى، حيث إنه يأتي في صورة نوبات قد تستغرق ثوانى أو دقائق وبعدها يعود المريض لحالته الطبيعية، وقد يظل أياماً أو شهوراً لا تعاوده تلك النوبة.. فهو حالة اضطراب مؤقت.. والنوبة تأتي فجأة ثم تزول تلقائياً.

والصرع عبارة عن اضطراب مؤقت في كهرباء المخ، يؤثر على الوعي حتى أنه قد يصل لحد الغيبوبة، حيث إن بعض الخلايا أو بعض أماكن في المخ تشد عن بقية الخلايا وتصدر كهرباء ذات فولت عالٍ يختلف عن النظام الكهربائى للمخ كله، فيضطرب هذا النظام الكهربائى للمخ لمدة ثوان أو دقائق يستعيد بعدها المخ نشاطه الكهربى السوى.

لله وهناك نوع من الصرع يصيب الكبار والصغار يسمى "الصرع النفسى الحركى" أو "صرع الفص الصدغى" .. وقد تبدأ نوبة هذا الصرع بأحاسيس غريبة في فم المريض ولسانه، فنجده يحرك شفتيه ولسانه وكأنه يتلع شيئاً، ثم يصاب بعد ذلك بغيوبة لمدة دقائق، أو قد يضطرب بشدة، ولكن لا يصاحب ذلك حالة هياج، وتنتهى النوبة بعد ربع ساعة على الأكثر ولا يتذكر المريض أى شىء عن الأحداث التى مرت به.

• وهناك نوبات صرعية صغرى تصيب الأطفال أكثر من الكبار وتختفى تماماً بعد سن الرابعة عشرة.

• وتلك النوبات تستمر لمدة ثوانٍ يفقد فيها الطفل وعيه دون أن يقع على الأرض، والجالس مع الطفل يستطيع أن يلحظ تلك النوبات، فيلاحظ مثلاً أن الطفل يتوقف فجأة عن الكلام أو القراءة أو الكتابة لمدة ثوان ثم يفيق، وأحياناً تتكرر تلك النوبات أكثر من مرة في اليوم الواحد.

• وهذه النوبات مجرد عرض للمرض، وليست المرض ذاته ولا بد من البحث عن أسبابها لتجنبها.

لأسباب الصرع عديدة منها :

◀ قد يصاب بعض الأطفال في مراحل الطفولة المبكرة بذلك المرض نتيجة لحمى قد تصيب المخ أو خبطة على الدماغ.. مما يترك أثراً في الخلايا ويتكون ما يعرف باسم البؤرة.. وهذه البؤرة من وقت لآخر يصدر عنها نشاط كهربى شاذ يختلف عن النشاط الكهربى الذى يصدر عن بقية أجزاء المخ فتحدث نوبات الصرع.

◀ وقد يكون وراثياً بأن يكون الأبوان حاملين للصفات الوراثية للمرض دون ظهور أية علامات عليها فتنقل الصفة الوراثية للأبناء، أو يكون أحدهما مصاباً بالمرض فيورثه لسدس الأبناء.

◀ وإصابة المخ قد تحدث أثناء ولادة متعسرة.. وقد تحدث أيضاً إذا وقع الطفل على الأرض، ويكون الكشف عن ذلك برسام المخ الكهربى.

◀ وبعض الأطفال يتعرضون لتشنجات تتأثر بها عضلاتهم، ويفقدون وعيهم وتزرق وجوههم ثم يفيقون بعد دقائق وتعاودهم تلك الحالة من وقت لآخر وخاصة إذا ارتفعت حرارتهم.

◀ وهذه التشنجات تختفى مع الوقت بالعلاج والاهتمام بتطعيمات الطفل، والانتباه لغذائه وسرعة علاجه، والعناية بذلك لأن استمرار هذه التشنجات قد يؤثر على قدرات الطفل العقلية لأن مخه حساس وسريع التأثر، ومن الصعب أن يصمد أمام تلك التشنجات إذا كانت متلاحقة.

للتفادى مرض الصرع علينا بالآتى:

• يجب الحد من زواج الأقارب، ولكن لو تم ذلك لابد من فحص الزوجين جيداً قبل الزواج .

- العناية بالأم أثناء الحمل والولادة وعدم تناولها أدوية وعقاقير إلا تحت إشراف الطبيب وتجنب التعرض للأشعة أثناء الحمل.
- كذلك العناية بالأطفال في المراحل المبكرة من أعمارهم وتحصينهم ضد الحميات، وعلاج حالات التشنج على وجه السرعة .
- وكذلك علاج حالات الالتهاب السحائي، والأذن الوسطى، واللوزتين.
- وأخيراً؛ يمكننا القول بأن الصرع مرض عضوى أكثر منه نفسى، وأغلب حالات المصابين به تكون لهم عقليات ممتازة ويتساوون تماماً مع الأطفال الأصحاء، إلا أن هناك بعض الأمراض العصبية والنفسية التى قد تصيب الأطفال يترافق معها حدوث نوبات صرع، ومن هنا يحدث الخلط.
- والصرع حالة لها علاج، ونجاحه يعتمد على التشخيص السليم للمريض، وتناوله العلاجات المناسبة، وعدم الإهمال فى علاج أسبابه.
- ولذا علينا أن نتعامل مع مريض الصرع بطريقة عادية وأدمية ونساعده على الاندماج مع المجتمع حتى يسلك سلوكاً حميداً ومقبولاً وغير عدوانى.



الطفل والتبول اللاإرادي أسبابه - طرق علاجه

يعانى الكثير من الأطفال من تلك المشكلة التى قد تثير غضب الأبوين، وينعكس هذا بدوره على تصرفاتها، فتارة يعنفان طفلها، وتارة يضربانه، حتى أن بعض الآباء قد يلسع أو يحرق الطفل بشمعة أو طرف ملعقة ساخنة، معتقدين أنهما بهذا يعالجان هذا الأمر مع أنه قد يزيد هذه الحالة سوءاً.

وقبل أن نتعرض لأسباب هذا التبول اللاإرادي لابد أن نتعرف عليه فسيولوجياً أولاً، وكيف يحدث؟

إذا بحثنا فى حالات التبول اللاإرادي، سنلاحظ أن هذه المشكلة قد تزداد فى الأسر التى بها تاريخ لحالات مشابهة، وقد يكون مرتبطاً بضعف نمو الجهاز العصبى.

ونلاحظ زيادة تلك المشكلة فى فصل الشتاء عن باقى شهور السنة، وفى الغرف الباردة من المنزل، وخاصة أن كثيراً من الأطفال قد يكونون كثيرى الحركة أثناء النوم مما يؤدي لتعريتهم وتعرضهم للبرد.. كما أن هناك من الأطفال من يتبول أكثر من مرة أثناء النوم.. كما نلاحظ أن تلك الحالة تصيب الذكور أكثر من الإناث.

كيف يحدث التبول اللاإرادي؟

يقول الأطباء المتخصصون عن تلك الحالة: إنه إذا زاد البول داخل المثانة فإن مستقبلات الضغط فى الطبقة العضلية لجدار المثانة ترسل تبيهات للحبل الشوكى ومنها إلى المخ، والذى بدوره تنبع منه الرغبة فى التبول.

فإذا كانت الظروف غير مناسبة للتبول فإن القشرة المخية ترسل نبضات تثبط جدار المثانة وتزيد من مرونته.

وذلك يتم بتثبيط العصب نظير السمبثاوى الذى يحدث ارتخاء في جدار المثانة، مما يسبب انخفاض الضغط داخلها، فتقل حدة الرغبة في التبول مؤقتاً.

أما إذا كانت الظروف مناسبة فإن القشرة المخية ترسل إشارات إلى المنطقة العجزية من الحبل الشوكى فتنبه جدار المثانة وترنخى العضلة العاصرة الداخلية، وتثبط مركز التحكم في العضلة العاصرة الخارجية بفعل منعكس.

وهناك عضلات مساعدة تأخذ دورها في عملية التبول حيث ترنخى عضلات المنطقة الشرجية وتنقبض عضلات جدار البطن مع هبوط الحجاب الحاجز والتوقف عن التنفس، فيزيد الضغط داخل البطن، فيضغط على المثانة من الخارج مما يزيد الضغط داخلها بدرجة عالية تساعد على تفريغها.

ملحوظة: لا يعتبر التبول اللاإرادي مرضاً قبل مرور خمس سنوات.

• **وإذا كان هذا هو التبول اللاإرادي فسيولوجياً، فما السبب فى إصابة الطفل به وعدم تحكمه فيه، وخاصة إذا كان فى سن كبيرة؟؟**

من المعروف أن الطفل يمكنه التحكم في نفسه تماماً بعد إتمام عامه الثالث، ولكن هناك الكثيرين من الأطفال قد لا يتحكمون في ذلك وخاصة أثناء النوم، أو قد يعودون له ثانية بعد فترة انقطاع طويلة.. وقد يرجع ذلك لسببين: الأول: عضوى، الثانى: نفسى.

• **بالنسبة للسبب الأول - العضوى -** : قد يكون بسبب وجود مشكلة في الكلى أو المثانة، أو مجرى البول ومخارجه، أو التهابات بالمستقيم.. أو يكون بسبب وجود بعض أنواع من الديدان كالدودة الدبوسية، أو الإمساك أو سوء الهضم.. أو لوجود فقر دم أو نقص في الفيتامينات.. أو بسبب بعض الأمراض العصبية كنبات الصرع.. أو بسبب اضطراب النوم... إلخ.

وفي تلك الحالة يمكن للعقاقير أن تفيد الطفل حيث إن المرض يكون عضوياً، وتلك العقاقير تساهم في تقوية عضلات المثانة القابضة فيستطيع الطفل التحكم في البول.

وإذا تأكدنا من سلامة الطفل العضوية، علينا باللجوء للجانب النفسى لأن العلاج النفسى دون التأكد من خلو الطفل من الأمراض لن يحسن من حالته.

• بالنسبة للسبب الثانى - النفسى - :

التبول اللاإرادى كأحد الأمراض النفسية يعود لعدم تكيف الطفل وانسجامة مع بيئته الأسرية، وهو عادة ما يكون مصحوباً بأعراض أخرى كسرعة الغضب، أو الخجل، أو الانزواء مع ضعف الشهية وصعوبة النطق.

ومن أهم الأسباب النفسية التى تؤدى بالطفل للتبول اللاإرادى:

◀ فقدان الطفل للشعور بالأمان والطمأنينة، ومعاناته من التوتر والقلق النفسى والخوف سواء أكان من الأشياء المحسوسة كاللصوص والظلام أو الأشياء غير المحسوسة كالموت مثلاً (إذا كان يدرك ذلك).

◀ القسوة فى معاملة الطفل تؤدى لشعوره بالخوف، وخاصة إذا كان الأب مصدرراً لهذا، فحين يراه الطفل يتبول لا إرادياً، ولذا فالقسوة والحرمان قد يخلقان جواً من عدم تكيف الطفل مع نفسه أو إحساسه بعدم التقدير لها.

◀ كذلك قد يتخوف الطفل من ضياع مركزه فى البيت، وتحول الاهتمام عنه بوافد جديد مثلاً، فيحدث له ما يطلق عليه علماء النفس "نكوص"، أى حالة ارتداد ثانية بأن يتبول الطفل ثانية على نفسه للفت الأنظار.

ويعتبر هذا بمثابة صرخة احتجاج من عدم الاهتمام به، وبالطبع هذا لا يحدث لكل الأطفال وخاصة إذا لاحظ الآباء هذا وعالجوه من البداية.

◀ خوفه من تجربة جديدة كدخوله المدرسة لأول مرة أو تغيير مدرسته، أو الانتقال لمنزل جديد.

◀ وقد يحدث هذا بسبب زيادة شجار الأبوين وعدم توافقهما فى الآراء مما يجعله متوتراً، أو بسبب افتقاد الطفل لشخص يحبه.. أو القصص المزعجة التى تروى له قبل النوم.

ومن الممكن أن يؤدي التدليل الزائد لذلك.. أو محاولة الضغط على الطفل لعدم حدوث ذلك تحدث نتيجة عكسية.

❖ روثثة لعلاج هذا المرض:

أولاً: على الآباء تبرير ما يحدث للطفل لأي سبب حتى لا يستقر الأمر في وجدانه وعقله ويتحول عنده لمشكلة.

ثانياً: وعليهم أيضاً أن يشبعوا حاجات الطفل النفسية، ويشعراه دوماً بأنه شخص محبوب ومرغوب، أو بأنه آمن مطمئن يتمتع بتقدير واحترام الجميع، فهذا كله ينعكس على ثقة الطفل بنفسه.

ثالثاً: عدم اللجوء للعنف مع الطفل، بل البحث عن السبب المرضي ونعاجله سواء أكان نفسياً أو عضوياً، أو بسبب عدم التدفئة شتاء مثلاً.. إلى آخره..

رابعاً: علينا أن نقلل من تناول الطفل لأي سوائل قبل النوم بفترة كافية.. وأن يفرغ مثانته قبل النوم.

خامساً: محاولة إيقاظه في الموعد الذي تعود أن يبول فيه أو بعد نومه بساعتين أو ثلاث ساعات، وأيضاً نطالبه بأن يجعل تبوله متقطعاً ولا يتبول مرة واحدة.

سادساً: نحاول تدريب مثانته لزيادة سعتها، وذلك بأن يشرب كميات كبيرة من السوائل أثناء النهار ويُطلب منه تأجيل التبول لبعض الوقت ونزيده تدريجياً حتى يستطيع التحكم في ذلك.

سابعاً: يجب أن نسهل له مهمة التبول ليلاً بإضاءة الحمام والطريق المؤدى إليه حتى لا يمنعه من ذلك خوفه من الظلام.

• **وأخيراً..** علينا ألا نخرج الطفل أو نسخر منه أمام ذويه ونفضح أمره، بل يجب أن نوفر له جواً أسرياً سعيداً.. ونشجعه ونشركه في تلك المشكلة ونوضح له مدى بساطتها وإمكانية السيطرة عليها.

• وأيضاً عدم إشعاره بالشفقة أو العطف، بل يجب التماس الكيفية الجادة لعلاج وإشعاره بأن هذه المشكلة لن تحل إلا بإرادته وجهده.

• وإذا نجحنا في ذلك ستزداد ثقته بنفسه، وبالتدريج سيحجم عن ذلك، فخلق الثقة عند الطفل وتشجيعه سيجعله يتغلب على هذه المشكلة.. وإذا لم نستطع حل تلك المشكلة لابد من اللجوء للتخصص.
