

إنهم أكثر عرضة للمرض النفسي

الكاتب



شيماء المرزوقي

الكثير من الناس يعتقدون أن الطفل في معزل وحماية عن حالات التوتر والقلق ونحوها من المشاعر النفسية السيئة، بل يذهبون إلى أن الأطفال غير مشغولين بالهموم التي يعانيها الكبار، وأن صغر سنهم لا يسمح لهم بالاستيعاب لمتطلبات الحياة المختلفة وفهم ضغوط هذه الحياة المتعددة. والحقيقة أن الأطفال ليسوا في معزل عن الألم النفسي ولا يتمتعون بحماية من التوتر والخوف والقلق والحزن، بل إن صغر سنهم وعدم فهمهم لكثير من متطلبات الحياة وافتقارهم للخبرات والمعارف تجعلهم أكثر عرضة من الكبار للأمراض النفسية بصفة عامة. إحدى الصديقات كانت لديها طفلة تشكو باستمرار من آلام في البطن، وعندما ذهبت بها للمستشفى وبعد فحوص وتحاليل طبية متنوعة كانت النتيجة سليمة ولا يوجد أي عضو في جسد الصغيرة يعاني أو يشكو من المرض، وبقي السؤال حول سبب شكوى ألم البطن، الذي يظهر في حين ويختفي في حين آخر.

تقول الأم «بقينا على هذه الحالة عدة أسابيع وكأننا ندور في حلقة مفرغة، غيرنا المستشفى والطبيب وكررنا الفحوص والتحاليل والنتائج هي نفسها، حتى نصحني طبيب بعرض طفلي على متخصص في العلاج النفسي والسلوكي للأطفال، وأعطاني تحويلاً لاستشاري في المجال النفسي، وبعد مراجعته وجلستين فقط، قال هذا الاستشاري إن هذه الطفلة تعاني الخوف الشديد وتوتراً مستمراً واضحاً في سلوكها، وهذه الحالة نتاج لأحداث أو مشاكل تقع في المنزل». هذه الأم قالت إن هناك خصاماً يقع بين وقت وآخر بينها وبين الأب، وخلافات مستمرة، ويحدث صراخ وارتفاع للأصوات. هذه الطفلة الصغيرة لا تستطيع التعبير عن خوفها ولا عن توترها بسبب ما يحدث بين أمها وأبيها، فارتد ألمها النفسي وكأنه ألم جسدي، وهي فقط تحتاج لاستقرار أسرتها والهدوء.

العلماء والمختصون النفسيون والمعالجون من الأطباء يدركون هذا الجانب، ويحثون على التنبيه لمشاعر الطفل ومراعاة نفسيته الرقيقة، فالأطفال أكثر تأثراً من الكبار، ويحتاجون لجو أسري مستقر ومطمئن للنمو الجسدي والعقل. وكجزء من النمو العقلي والنفسي للطفل، يجب تربيته وتعليمه كيفية مواجهة ظروف وضغوط الحياة، وأن نقدم لهم

جرعات ونماذج عن هموم وعقبات قد تواجههم خلال مسيرتهم الحياتية، أيضاً نزيد معارفهم ومهاراتهم في طرق تخفيف التوترات والقلق، وأن يفهموا مبكراً أن الاختلافات والمشاكل واردة حتى بين أقرب الناس، وأن مسؤولياتهم تنحصر في التركيز على ما ينفعهم ويساعدهم على النمو والنضج بسلامة وصحة

Shaima.author@hotmail.com

www.shaimaalmarzoogi.com

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024