

## کودکان هم افسرده می‌شوند

از افسردگی کودکان چه می‌دانید؟



از افسردگی کودکان چه می‌دانید؟

در بسیاری از اوقات، تصور ما از دوران کودکی، دورانی شاد و بی‌دغدغه است و فکر می‌کنیم با بزرگ‌شدن دچار ناراحتی و مشکل می‌شویم.

در حالی که بچه‌ها هم دچار افسردگی می‌شوند و چون قدرت کلامی محدودی دارند، ممکن است برای ما قابل تشخیص نباشد، اما رفتارشان این افسردگی را نشان می‌دهد.

خوب است بدانید؛ افسردگی در کودک و بزرگسال معنای مشابهی ندارد و نشانه‌های هر کدام متفاوت است.

به طور کلی، افسردگی عبارت است از احساس درماندگی و به بن‌بست رسیدن؛ گاهی این اختلال؛ علائم جسمانی دارد و گاهی هم علائم روانی؛ در بسیاری از موارد نیز علائم جسمانی و روانی همزمان دیده می‌شود.

حساسیت کودک و گوشه‌گیری او می‌تواند نشانه‌ای از افسردگی باشد. شیوع افسردگی زیر سن دبستان تنها یک درصد و از شش سالگی به بالا به پنج درصد برآورده شده است.

همچنین افسردگی در کودکان نباید نادیده گرفته شود و زمانی که کودک زود عصبانی می‌شود و بلافاصله معذرت خواهی می‌کند، یا ظاهر غمگینی دارد، خواب و خوراکش به هم می‌ریزد و افت تحصیلی پیدا می‌کند، می‌تواند نشانه‌های افسردگی او باشد. در صورت تشخیص، باید این مشکل با مراجعه به یک کارشناس یا دکتر متخصص زودتر حل شود.