



علائم اختلال وسواس در کودکان / والدین با کودک مبتلا به وسواس چگونه برخورد کنند

معمولا اختلال وسواس زمینه ژنتیکی دارد و کودکانی که یکی از اعضای خانواده شان دچار چنین اختلالاتی باشد...

معمولا اختلال وسواس زمینه ژنتیکی دارد و کودکانی که یکی از اعضای خانواده شان دچار چنین اختلالاتی باشد، احتمال ابتلای به وسواس فکری عملی آنها بیشتر است و عموماً نشانگان اختلال وسواس به ندرت به یک باره شروع می شود. به گزارش خبرگزاری مهر، بر اساس تحقیقات به عمل آمده در ایران در تشخیص و درمان اختلالات وسواس فکری این مهم را می توان یاد آوری کرد که بروز وسواس در پسرها زودتر اتفاق می افتد، اما شدت آن در بین دختران بیشتر است. افت تحصیلی یکی از نشانه های بروز وسواس در پسرهاست و وسواس در هر سنی در پسرها وجود دارد.

وسواس چهارمین بیماری ناتوان کننده روانی در افراد است. وسواس باعث ناتوانی و مختل شدن عملکرد افراد می شود و بروز آن به صورت خفیف و شدید است. کسی که وسواس دارد بیمار است و حتی در افراد کم سن و کودک نیز علائم آن بروز می کند و افراد در تشخیص وسواس آگاهی لازم را ندارند، چرا که برای درمان آن باید اقدام کرد و درمان دارویی و روان شناختی بر روی فرد بیمار باید صورت گیرد.

کسانی که وسواس دارند دچار اضطراب می شوند و در انجام وظایف خود ناتوان می شوند. وسواس یک بیماری و یک اختلال عاطفی است. وسواس عملی وجود ندارد، بلکه یک بیماری ذهنی می باشد. این فکر وسواس انسان را دچار اضطراب می کند و افراد برای کاهش این اضطراب ها دست به کارهای اجباری آشکار و ذهنی می زنند. از جمله این رفتارهای آشکار می توان به شستشو، نوشتن، واریسی و غسل و رفتارهای اجباری به ورد خوانی و شمردن اشاره کرد. این رفتارهای وسواسی اضطراب را افزایش می دهند.

تشخیص اختلال وسواس فکری-عملی در کودکان و نوجوانان

کودکان و نوجوانانی که دچار اشتغالات ذهنی، خشکی رفتار، اجرای رفتارهای آیینی و سخت گیری های بیش از اندازه می شوند گاه چنان از اعمال و افکار خود مضطرب و پریشان می شوند که تا کارها را انجام ندهند آرام نمی گیرند. در مواردی هم سعی می کنند این گونه افکار و رفتار های خود را سرکوب کنند و یا عادی جلوه دهند که دیگران را نسبت به خود حساس ننمایند و در موارد دیگری که قادر به کنترل رفتار هایشان نیستند از والدین و سایر اعضای خانواده شان می خواهند که آنان را در انجام آیین ها و مراسم افراطی وسواسی شان همراهی کنند. برای مثال کودکی که خودش وسواس مسواک زدن دارد از مادرش نیز بخواهد که او چندین بار دندان هایش را مسواک بزند.

به طور کلی علائمی که والدین باید نسبت به بروز آنها حساس و هوشیار باشند تا این اختلال را در کودک شان زود تشخیص دهند عبارتند از:

- افت تحصیلی ناگهانی و پایین آمدن یک باره نمرات امتحانات مدرسه، طول کشیدن بیش از اندازه مشق نوشتن.
- مصرف بیش از اندازه صابون، دستمال کاغذی و وسایل بهداشتی.
- داشتن مراسمی طولانی برای خوابیدن.
- لباس عوض کردن بیش از اندازه، نگرانی برای سلامتی اعضای خانواده.
- تعریف کردن مکرر و یکنواخت درس های روزانه یا استفاده از جملات مکرر.

روش های درمان

پژوهشها مختلف نشان می دهند که بهترین نوع درمان اختلال وسواس در کودکان استفاده از روش های رفتار درمانی و در مواردی توام با دارو درمانی است. برطبق این روش ها، ابتدا رفتار درمانگر کودک را تشویق می کند تا افکار و آیین های وسواسی خود را به طور دقیق و جز به جز شرح دهد، تا او بتواند اجزای کلیدی این رفتارها را شناسایی کند. آنگاه از او می پرسد که انجام دادن کدام یک از رفتار های وسواسی اش ضروری نیست و آیا می تواند بدون آنکه نگران و مضطرب شود، از انجام آن بخش از رفتارهایش صرف نظر کند.

کمک های والدین و اعضای خانواده

زمانی که کودکی دچار مشکل وسواس می شود، مادر و پدر او باید به این نکته توجه داشته باشند که کودک یا نوجوان تقصیری ندارد و باید از هر جهت فرزند خود را مورد حمایت قرار دهند. والدین باید سعی کنند آگاهی های خود را در زمینه نوع بیماری فرزندشان بالا ببرند و انتظارات و خواسته های در حد توان فرزندشان داشته باشند و همراه و مشفق کودک باشند و تا حد امکان شرایط را عادی و آرام نگه دارند خانه ای پر تنش و اضطراب هیچ گاه نمی تواند به کودک کمک کند.

اگر فرزندمان را به خوبی همراهی کنیم روند درمان او روز به روز تسریع خواهد یافت و رفتارها و افکار آزار دهنده کودک نیز به تدریج از بین خواهند رفت. مادر و پدر باید بتوانند کمترین بهبودی فرزند خود را تشخیص دهند و او را مورد تشویق قرار دهند.