



Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu
Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Ofisi
e-posta: unicef@tut.by

**ÇOCUĞUNUZUN PSİKOLOJİK
SORUN YAŞADIĞINI NASIL
ANLAYABİLİRSİNİZ?**

Çocukların hem davranışları hem de sağlık durumları, yetişkinlere çoğu zaman çocuğun karakter ve kişilik gelişiminde bir bozulma olduğunu gösterebilir. Bir erkek veya kız çocuğunun psikolojik sağlığındaki problem sinyallerinin karakteristik belirtileri nelerdir? Bir psikolog veya psikoterapistten yardım istemek için sebep ne olabilir?



1

AŞAĞIDAKİ BELİRTİLER ÇOCUKTA PSİKOLOJİK PROBLEMLERİN VARLIĞINA İŞARET EDER

1 Duygusal dengesizlik: kolayca meydana gelen ağlama, sinirlilik, kızgınlık, huzursuzluk, güvensizlik, eylemlerde tutarsızlık, kaprislilik, korkular.



2 Vegetatif dengesizlik: özellikle yüzde olmak üzere ciltte kolayca ortaya çıkan kızarıklık veya solgunluk, “boğazı düğümlenme”, “karışık konuşma”, tansiyonda dalgalanmalar (özellikle düşme), artan terleme, dengesiz nabız, atmosfer basıncındaki değişimlerde sağlık durumunun kötüleşmesi.

2

3 Uyku bozukluğu: uykuya dalmada güçlük, uyandığında hassas veya çok derin uyku, uyandıktan sonra sabah kendini iyi hissetmeme.

4 Metabolik bozukluklar, nörodermatit, iştahsızlık, kilo kaybı, vücudun kokulara, ilaçlara, toza ve bazı gıda maddelerine karşı öksürük, kaşıntı şeklinde ağrılı akut reaksiyonları.

Özellikle sinirsel, stresli faktörlerin etkisiyle açık bir bağlantı olduğunda sık soğuk algınlığı.



5 Kekemelik, gece ve gündüz idrar kaçırma - enürezis, dışkı kaçırma - enkoprezis, sinirsel tikler (yüz kaslarının istemsiz, sık ve düzenli olarak tekrarlanan kasılıp gevşemesi), göz kırpması, burun çekme, ağız açma, dudak ve yanak seğirmesi şeklinde psikomotor bozukluklar, artikülasyon ve solunum kaslarının kasılması: "kh-kh-kh" gibi sesler, boğulma, öksürme, gıcırdama, ağır iç çekmeler, kekemeliği andıran kesik kesik konuşma. Bu tür rahatsızlıklar genellikle çocuk tarafından fark edilmez ve çoğu zaman yılın zamanına, yorgunluğa, sinirsel gerginliğe bağlıdır.



Nevrotik reaksiyonlar - psikotravmatik faktörlere yanıt olarak kısa süreli deneyimler - anaokuluna ilk kez gittiğinde artan uyarılabilirlik veya uyuşukluk, ayrılık sırasında depresyon hali, bir hastalığın veya fiziksel kusurun varlığına dair akut endişe.

Patolojik alışkanlıklar: sürekli onanizm (mastürbasyon), sürekli parmak emme, kompulsif tırnak yeme.



Çoğu zaman yukarıdaki psikolojik ve duygusal olumsuzluk belirtilerinin tümü, anaokuluna veya okula başlama, önemli yetişkinlerin duygusal soğukluğu veya aşırı koruması, şiddetli veya uzun süreli psikotravmatik durum gibi çocuğun hayatındaki zor anlarda yoğunlaşır veya ortaya çıkar.

Hayatın bu gibi bazen çok zor dönemleri akrabaların, arkadaşların ve bazen de uzmanların katılımıyla çok hassas ve ruhen ince bir tutum gerektirir. Ebeveynlerin bazen oğul ya da kız yetiştirme ilkelerinden bazılarını gözden geçirmeleri, bu ilkeleri daha etkili ve belki de çocuğun algısında daha az "görünür" hâle getirmeleri gerekir. Bazı anlarda çocukların dünyasıyla duygusal etkileşimlerini yeniden yapılandırmak için belki de çocuğun tüm güzelliği ve çelişkileriyle açılmakta olan dünyaya daha az zorlanarak uyum sağlayabilmesi için çocukluklarını daha canlı bir şekilde hatırlamalarını sağlamak.

