

إن الاضطرابات النفسية لدى الطفل والمراهق تشكل مشكلة هامة علي صحتهم خاصة الاكتئاب، فأعراض الاكتئاب لدى الأطفال دقيقة ومتباينة وتشخيص الاكتئاب لدى المراهقين يعتبر معقدا بسبب التغيرات الفسيولوجية والنفسية، ويكون سبب وتقدم الأعراض نقطة جدال وتقدم الدراسات أوضح العديد من المشخصين للاكتئاب أن الأعراض الجوهرية لعمل التشخيص اللازم للاكتئاب لدى الأطفال والمراهقين والكبار تتشابه.

ويتفق كثير من الباحثين علي أن اكتئاب المراهقة هو أحد أشكال الاضطرابات الانفعالية التي يسودها المزاج المتكرر ، وأن الاكتئاب له مجموعة من الأعراض تبدو في صورة شكاوى جسدية وشكاوى نفسية مثل الشعور بالوحدة والعزلة وانخفاض تقدير الذات وتأخذ هذه الصورة في الازدياد عندما يصل الأمر إلي الاكتئاب المرضي (عزة دجوى 2000 , 10-11)

أما عن مدى شيوع الاكتئاب لدى المراهقين ففي دراسة لروتر Rutter عام 1986 وجد أن نسبة الشعور بالاكتئاب لدى العينة التي يتراوح متوسط أعمار أفرادها بين 10-11 سنة ووصلت إلي 10% إلي 12 % بينما قفزت نسبة الاكتئاب إلي 40 % لدى أفراد العينة التي يتراوح مدى أعمارها بين 14-15 سنة . وقد وصلت نسبة الاكتئاب في دراسة " كاشاني Kashani " وزملاؤه عام 1989 لمجموعة المراهقين ذوي ال 17 عاما أربعة أضعاف المجموعتين ذوات ال 8 و 12 سنة (هناء محمد جبرال ثاني 2004 , 7)

كما توصلت العديد من الدراسات إلي أن الإناث أكثر عرضة من الذكور بمقدار الضعف. للإصابة بالاكتئاب حيث بينت 62 % للإناث مقابل 11 % للذكور تقريبا

(Boyd & Weissman, 1981.1039-1046.; Stuart et al.,1984..109-122)

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية أن نسبة انتشار الاكتئاب الشديد تفوق لدي الإناث عنه لدي الذكور (391.1994). DSMIV .

و النتائج متعارضة في هذا المجال. ويعتقد إلي جانب الأسباب البيولوجية بوجود عوامل مرتبطة بالتنشئة الاجتماعية والوضع الاقتصادي والاجتماعي للمرأة، تولد الاستعداد للمعاناة من انخفاض تقدير الذات وبالتالي للإصابة بالاكتئاب

واقترح عدد آخر أهمية العامل الوراثي في الاكتئاب . أما من ناحية السن فتشير الدراسات إلي أن أنه في وقت ما بين المراهقة المبكرة والمراهقة الوسطي تتزايد فيها نسبة انتشار الأعراض الاكتئابية لكلا الجنسين، إلا أن الأعراض الاكتئابية تبدأ في الظهور لدى الإناث مما يظهر عند الذكور .

(Hautzinger & de Jong Meyer 1994)

وعلى الرغم من أن الاكتئاب يمكن أن يظهر في أي سن ، إلا أن النتائج تشير إلى ارتفاع نسبة المرض لدى المراهقين خاصة في نهاية العشرين.

تعريف الاكتئاب

على الرغم من أن الاكتئاب يعد مصطلحاً مألوفاً لدى معظم الناس ويبدون تفهماً وجدانياً له، إلا أنه يفتقر إلى تعريف دقيق نظراً لأعراضه المتنوعة وأنواعه المختلفة وأسبابه المتعددة، ويشير البعض إلى أنه يرتبط ارتباطاً وثيقاً ببعده السرور / الكدر ويتصوره الطب النفسي علي أنه وحدة مرضية ذات خصائص معرفية ونزوعية وبدنية وسلوكية .

والاكتئاب في اللغة العربية مأخوذ من مادة " كآب " وكآبة. : يعني تغير في نفسه وانكسرت من شدة الهم والحزن فهو كآب وكئيب. و كآب فلانا أي أحزنه ، وكتآب وجه الأرض: تغير وضرب إلى السواد. والكآبة: الحزن الشديد والاكتئاب مرادف للانقباض ، وانقبض يعني تجمع وانطوى، وانقبض الرجل علي نفسه ضاق بالحياة فاعتزل ، وانقبض عن القوم هجرهم (المنجد في اللغة والأعلام ، 1986 ص 668).

كما عرف في (موسوعة علم النفس) بأنه موقف عاطفي أو اتجاه انفعالي يتخذ في بعض الأحيان شكلاً مرضياً واضحاً وينطوي على شعور بالقصور وعدم الكفاية واليأس ، بحيث يطغي هذا الشعور على المرء أحياناً ويصاحبه انخفاض عام في النشاط النفسي والعضوي.

(اسعد رزوق , عبد الله الدايم , 1992 ص 44)

ويعرف أ. م . كولز (1992 : 217) الاكتئاب بأنه خبرة ذاتية وجدانية وتسمى حالة مزاجية أو انفعالا، والتي تكون عرضاً دالاً علي اضطراب جسدي أو عقلي أو اجتماعي ، وزملة مركبة من أعراض معرفية ونزوعية و سلوكية وفيزيولوجيه بالإضافة إلى الخبرة الوجدانية وقد أصبحت وجهة النظر الأخيرة هي الأكثر شيوعاً وبخاصة في الطب النفسي .

وكذلك فإن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية يعرف الاكتئاب بأنه مركب من الأعراض المتزامنة التي يميزها وجود مزاج يتسم بالقلق وعدم الارتياح Dysphonic mood يسيطر الكآبة والحزن وفقدان الأمل وعدم الرضا وانقباض الصدر، وسرعة الغضب أو الانفعال ، إضافة الي الوجدان السلبي مع وجود تقلب دائم و ثابت نسبياً للمزاج (محمد السيد عبدالرحمن ،1998ص 17).

وعرف في (موسوعة علم النفس والتحليل النفسي) بأنه صعوبة في التفكير ، ويسبب كساد في القوى الحيوية والحركية، وهبوط في النشاط الوظيفي، وقد يكون له أعراض أخرى كتوهم المرض، وأوهام اتهام الذات ، وتوهم الاضطهاد والهلوسة، والاستئثار .

والاكتئاب له ثلاثة مستويات من الشدة وهي الاكتئاب الخفيف ، والحاد والذهول الاكتئابي ومن أخطر سمات الاكتئاب الميل للانتحار ، وهو ميل موجود طوال فترة الإصابة بالمرض ، وفي دور النقاهة (عبد المنعم الحفني ، 1994 ص 206)

ويركز معجم علم النفس علي مصطلح الاكتئاب الاستجابي بالتحديد Depression Reactive علي أنه " اكتئاب عارض وغير متكرر بشكل دوري، العامل المرسب فيه تعرض المريض لحادث مكرر بشدة مثل فقدان شخص محبوب أو فقدان العمل أو نكسة سلبية، ويعالج الاكتئاب الاستجابي بالعقاقير المضادة للاكتئاب، وفي بعض الحالات بالصدمة الكهربائية كإجراء طوارئ.

ويسمي هذا الاكتئاب أيضاً بالاكتئاب خارجي المنشأ eXogenous Depression والاستجابة الاكتئابية العصابية neurotic depressive , و الاستجابة الاكتئابية depressive reaction (جابر عبد الحميد , علاء الدين كفاف 1995 , 3178)

وعرفة عبد الستار إبراهيم (21, 1998) بأنه مجموعة من الأعراض المتزاملة بعضها مادي (عضوي) وبعضها معنوي (ذهني مزاجي) وبعضها الثالث اجتماعي، وهذه الأعراض تسمى الزملة الاكتئابية، وهي تشتمل على جوانب من السلوك والأفكار والمشاعر التي تحدث مترابطة أو بعضها أو غالبها والتي تساعد في النهاية على وصف السلوك الاكتئابي وتشخيصه .

كما يعرف الاكتئاب بأنه حالة من الشجن المتواصل والحزن المستمر لا يدرك الفرد مصدرها علي الرغم من أنها تنجم عن خبرات أليمة وأحداث مؤثره انفعالية قد مرت به. وتتميز هذه الحالة بهبوط في الطاقة النفسية والحركية، والشعور بالإعياء من أقل مجهود، وبالقلق وعدم الارتياح وفقدان الاهتمام بالناس والأشياء والأحداث، والنشاطات والهوايات والترفيه. وعدم المقدرة علي الاستمتاع بالحب والأحاسيس المبهجة في الحياة . كما تتميز بسيادة مشاعر اليأس والذنب وفقدان القيمة والثقة بالنفس

، اللامبالاة بالأحداث الجارية، وفقدان المقدرة علي التركيز والتحكم أو الضبط والتوجيه الذاتي ويصاحب بعض الحالات هذات و او هام و هلاوس
(عبد المطلب القريطي ، 1998، ص 389)

كما عرفه مجدي أحمد (2000 ص 180) بأنه " حالة من الحزن العميق يحس فيها المريض بعدم الرضا ، وعدم القدرة علي الإتيان بنشاطه السابق ، ويأسه في مواجهة المستقبل ، وفقدان القدرة علي النشاط وصعوبة في التركيز، والشعور بالذهان التام مع اضطراب في النوم والشهية للطعام وأحلام مزعجه

أما " مي محمد الرميح وأحمد عبد الخالق " (2003 ص 541) فيعرفا الاكتئاب بأنه حالة انفعالية مدوامة نسبياً من الخوف والانقباض والضيق مع شعور بالهم والغم وهبوط القوي الحيوية ونقص الدافعية. وتوجد هذه الحالة الوجدانية المدوامة نسبياً على شكل درجات تبدأ من الشعور البسيط بالحزن والتشاؤم، مروراً بالأسى والكأبة والعجز، حتى مشاعر القنوط والجزع واليأس ومحاولة الانتحار.

ويقدم حامد زهران "مفهوماً جديداً للاكتئاب أكثر شمولية للأعراض النفسية والجسمية التي يتضمنها هذا المفهوم فيرى أن الاكتئاب هو "حالة من الحزن الشديد تنتج عن الظروف الأليمة ، وتعبر عن شيء مفقود وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه ويصاحبه أعراض نفسية وجسمية، ومن أنواعه:
الاكتئاب الخفيف، والبسيط والحاد والمزمن، العصابي، الذهاني

(حامد زهران 2003 , ص 151)

ويشير خالد عوض البلاح (2004 - ص 10) الاكتئاب هو حالة من المزاج الكئيب ، ونقص الاهتمام الاجتماعي، ونقصان الدافعية للعمل المدرسي، الشعور بالوحدة، العزلة الاجتماعية، إنقاص قيمة الذات، وكذلك عدم الرغبة في التواصل مع الآخرين .

والتعريف الإجرائي للاكتئاب الذي سناخده هو تعريف معدا الاختبار (1991) الذي يعرفه الاكتئاب علي أنه (الارتفاع في الدرجة على مقياس الاكتئاب (د) والتي تدل علي وجود أغلب الأعراض العشرين التي يقيسها المقياس والتي من ضمنها : الحزن ، التشاؤم، الإحساس بالفشل ، الشعور العام بفقدان الاستمتاع ، عدم الرضا ، مشاعر الإثم ، التصرف الخاطي ، القلق التشاؤمي ، كراهية الذات ، وتخطيء الذات، الميول الانتحارية ، البكاء ،فقدان الميل الاجتماعي ، اضطراب النوم ، انخفاض الشهية للطعام وغيرها من الأعراض.

(علي السيد خضر و محمد محروس 1991 , 6 ص)

المراجع

المراجع العربية

- اسعد رزق , عبد الله عبد الدايم , 1992 , موسوعة علم النفس , طبعة 4 , بيروت , المؤسسة العربية لدراسات و النشر
- أحمد محمد عبد الخالق , محمد نجيب صبوة (1996) , الانشطة و الاحداث السارة لدى عينة من طلاب الجامعة في مصر , مجلة العلوم الإجتماعية , جامعة الكويت , المجلد الرابع و العشرون , العدد الثالث 148- 185
- جابر عبد الحميد جابر و علاء الدين الكفافي , 1995 , معجم علم النفس و الطب النفسي , الجزء السابع , القاهرة , دار النهضة العربية
- حامد عبد السلام زهران , 2003 , دراسات في الصحة النفسية و الارشاد النفسي , ط1 , القاهرة , عالم الكتب
- خالد عوض بلاح , 2004 , تحسين مستوى التواصل و علاقته بالقلق و الاكتئاب لدى المراهقين الصم , رسالة ماجستير , كلية الاداب , جامعة الزقازيق

- عبد المطلب امين القريطي , 1998 , في الصحة النفسية , ط1 , القاهرة , دار الفكر العربي
- عبد الستار ابراهيم , 1998 , الإكتئاب إضطراب العصر الحديث فهمه و اساليب علاجه , سلسلة عالم المعرفة , العدد 239 , الكويت , المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الاداب
- عبد المنعم الحفني , 1994 , موسوعة علم النفس و التحليل النفسي , ط4 , القاهرة , مكتبة مدبولي
- عزة محمد فؤاد الدجوي 2000 , فاعلية برنامج موسيقي مقترح في تخفيف الإكتئاب و الشعور بالوحدة لدى طالبات صف ثالث الإعدادي , رسالة ماجيستر , كلية التربية , جامعة حلوان
- علي السيد خضر و محمد محروس الشنوي , 1991 , مقياس بيك للاكتئاب , القاهرة , مكتبو انجلو المصرية
- مجدي احمد محمد , 2000 , علم النفس المرضي , دراسة الشخصية بين السواء و الاضطراب , القاهرة , دار المعرفة الجامعية
- محمد سيد عبد الرحمن , 1998 , دراسات في الصحة النفسية (المهارات الاجتماعية و الاستقلال النفسي – الهوية) الجزء الثاني القاهرة , دار القباء للطباعة و النشر و التوزيع
- مي رميح , أحمد عبد الخالق 2003 , التمييز بين القلق و الاكتئاب باستخدام النموذجين المعرفي و الوجداني , دراسات نفسية , المجلد الثاني عشر , العدد الرابع , اكتوبر
- هناء محمد جبريل ثاني 2004 , مدى فاعلية برنامج ارشادي لتنمية المهارات المعرفية لدى عينة من الطالبات ذوات السمات الإكتئابية في المرحلة الثانوية بمدارس قطر , رسالة ماجيستر , معهد الدراسات التربوية , جامعة القاهرة

المراجع الاجنبية

- Boyd . J. H and weissman M. M 1981 . Epidemiology of affective disorder a reexamination and futur directions . archives of general psychiatry . Vol .38 PP.1039-1046