

نشانه های افسردگی در کودکان و راه های مقابله با آن

آرش کهن قطب آبادی دانشجوی کارشناسی دانشگاه فرهنگیان

علی اصغر اعتمادی دانشجوی کارشناسی دانشگاه فرهنگیان

ابوطالب امیر سالاری میمندی دانشجوی کارشناسی دانشگاه فرهنگیان

سعید کاشی گر دانشجوی کارشناسی دانشگاه فرهنگیان

مجید محمدی دانشجوی کارشناسی دانشگاه فرهنگیان

چکیده

این مقاله با هدف بررسی نشانه های افسردگی در کودکان و اقدامات لازم برای مواجهه با آن نوشته شده است. روش تحقیق ترکیبی از بهره مندی از منابع کتابخانه ای و مصاحبه بود که در روش مصاحبه از تجربیات پنج تن از معلمان و مشاوران با تجربه استفاده شده است. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش تجزیه و تحلیل کیفی استفاده شده است. یافته ها نشان داد که تشخیص افسردگی در کودکان گرچه دشوار است اما غیر ممکن نیست و دارای نشانه هایی است و اگر معلم و والدین نتوانند در جهت جلوگیری از این اخلاص به موقع اقداماتی انجام دهند بستر بروز مشکلات حاد تری هم زمان با بزرگ تر شدن کودک فراهم خواهد شد و از آنجایی که معمولاً در مدارس ما تراکم دانش آموز در کلاس بسیار بالا است آموزگار باید بتواند نشانه های افسردگی را به خوبی در دانش آموز تشخیص دهد و هم چنین با ایجاد تعامل سازنده با خانواده دانش آموز بتواند از آسیب های بسیاری جلوگیری کند. هرگز نباید فراموش کنیم که کودک بخش بسیار مفیدی از زمان خود را در مدرسه می گذراند و اگر معلم و والدین نتوانند از بروز افسردگی در فرزندانشان جلوگیری و یا در صورت بروز به موقع اقدامات لازم را برای مقابله با آن اتخاذ کنند آسیب های ناشی از آن در دوره های بعدی زندگی کودک می تواند بروز کند و صدمات جبران ناپذیری را به بار آورد که خودکشی و یا انحرافات اخلاقی تنها نمونه ای از آن است.

واژگان کلیدی : افسردگی، معلم، کودک، والدین، دانش آموز

مقدمه

یکی از اختلالاتی که می تواند کودک را از پیشرفت رشد باز دارد و حتی در بزرگ سالی هم دچار مشکل کند افسردگی است. افسردگی نه تنها به لحاظ روانی برای کودک زیان بار است بلکه در صورت عدم درمان به مشکلات جسمانی هم می