

## دور الآباء بمساعدة أطفالهم وحمايتهم من الاكتئاب



الأربعاء 7 يونيو 2017 09:06 م

أوصى الاتحاد الألماني لحماية الأطفال الآباء بضرورة البحث عن الدعم والمساعدة بأقصى سرعة لدى طبيب نفسي للأطفال والمراهقين أو لدى طبيب أطفال في حال إصابة طفلهم بالاكتئاب، وذلك لما لديه من تأثير على الأسرة بأكملها.

ونظرا لأن الأطفال والمراهقين الذين يعانون من الاكتئاب يصاحبهم غالبا شعور مستمر باليأس والقنوط ، لذا شدد الاتحاد على أهمية أن تتسم الأمهات والآباء بالنشاط والفاعلية في هذا الوقت.

وأكد الاتحاد أن هيكله الروتين اليومي للطفل تعد مهمة للغاية عند إصابته بالاكتئاب ، مشيرا إلى أنه يتعين على الآباء التفكير فيما قام طفلهم بفعله قبل إصابته بالاكتئاب، وفي الطريقة التي يمكن أن يسترخي ويرتاح بها .

وشدد على ضرورة أن تستند أسرة الطفل على هذه الأنشطة حتى وإن كانت لا تجدي نفعا إلا في خطوات محدودة .

وفي سياق متصل شدد الاتحاد على ضرورة ألا ينسى الآباء أطفالهم الآخرين فيما يتعلق بتوضيح المرض، مؤكدا أنه يتعين على الآباء تقديم شرح وتوضيح عن الاكتئاب لأخوة الطفل المصاب به حسب مرحلتهم العمرية، والإجابة أيضا على أسئلتهم قدر الإمكان.