



الصحة النفسية للطفل Childhood Mental Health



الرفاه النفسي
في دبي
DUBAI MENTAL
WEALTH



الاضطراب النفسي في مرحلة الطفولة

هو تأخر أو اضطراب في التطورات المناسبة لعمر الطفل من (تفكير، وسلوك، ومهارات اجتماعية، وعاطفية) والتي تؤثر على قدرة الطفل على الأداء بشكل جيد في المنزل أو المدرسة أو المواقف الاجتماعية

يعد أحد الأسباب الرئيسية للإعاقة لدى الأطفال.



10 - 20% من الأطفال حول العالم يعانون من الاضطرابات النفسية.



تظهر 1/2 هذه الاضطرابات عند سن 14 سنة.



يمكن أن يصاب الأطفال بنفس الاضطرابات النفسية التي يعاني منها البالغون، ولكن قد تختلف الأعراض.



قد يؤدي إهمال العلاج إلى اختلال تطور الطفل، وضعف تحصيله الدراسي، وقدرته على تحقيق فرص عيش حياة كريمة.





How To Improve And Maintain Mental Wealth?

It is the delay or disruptions in developing age-appropriate milestones (Thinking, Behavioural, Social, Emotional) affecting the child's ability to perform well at home, school or in social situations.



A leading cause of disability among children.



10 – 20% of children worldwide, experience mental disorders.



1/2 of all mental disorders begin by the age of 14.



Children can develop the same mental disorders as adults, but symptoms may differ.



Untreated mental disorder may impair children's development, educational attainment, and potential for leading fulfilling lives.



العلامات والمؤشرات التحذيرية لدى الأطفال الذين يعانون من اضطرابات نفسية

**Mental disorder warning:
signs to look for in a child**





اطلب الدعم من اختصاصي الصحة النفسية

من الولادة حتى سن 6 سنوات



- صعوبة مستمرة في الانفصال عن مقدم الرعاية.
- الخوف المفرط / القلق / البكاء.
- رفض المدرسة / الغياب.
- نوبات الغضب المفرطة.
- العدوانية المستمرة.
- مشاكل وشكاوى جسدية (الصداع، ومشاكل في المعدة) بعد التحري عن المشاكل الجسدية.

من 7-11 سنة



- صعوبة الانتباه، أو الشرود وتشتت الذهن.
- عدم المشاركة في مناقشات الصف المدرسي.
- صعوبة في اتباع التوجيهات.
- عدم الالتزام بأداء الواجبات المنزلية.
- شعور شديد ومستمر بالانزعاج وعدم الراحة.
- التمرد/العدوانية (التخريب المتعمد وإيذاء الأقران/الحيوانات)
- الحديث / الكتابة / الرسم للتعبير عن استيائه وأفكاره.
- الصعوبات الدراسية.
- تجنب التواصل بشكل مفرط ، والخوف، والعجز.

من 12-18 سنة



- التصرف على غير عاداته.
- الحزن المستمر أو الانسحاب.
- مشاعر حادة (الخوف، الغضب، الحزن).
- تغيرات جذرية في السلوك أو الشخصية.
- الانخراط في سلوكيات خطيرة (الشجار).
- طلب الكمال بشكل مفرط.
- تغيرات غير مبررة في الوزن / الدخول المتكرر للحمام.
- التحدث عن إيذاء النفس وظهور العلامات عليه.



Seek support from a mental health professional



(0 – 6 years old)

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• School refusal/absences.• Persistent difficulty separating from caregiver.• Persistent aggression. | <ul style="list-style-type: none">• Excessive fear/worrying/crying.• Excessive temper tantrums. | <ul style="list-style-type: none">• Somatic complaints (headaches, stomach problems) after excluding physical illness. |
|--|--|--|



(7 – 11 years old)

- | | | |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Attention difficulties, looking zoned out or distracted.• Not participating in classroom discussions.• Difficulty following directions. | <ul style="list-style-type: none">• Inconsistent homework.• Extreme, persistent irritability.• Persistent disobedience/aggression (deliberate destructiveness; hurting peers/animals). | <ul style="list-style-type: none">• Talking/writing/drawing to express his dissatisfaction and thoughts.• Academic difficulties.• Extreme avoidance, fear or helplessness. |
|---|--|--|



(12 – 18 years old)

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Acting out of character.• Persistent sadness or withdrawal.• Intense feelings (fear, anger or sadness). | <ul style="list-style-type: none">• Drastic changes in behaviour or personality.• Engaging in dangerous behaviours (fighting).• Perfectionism. | <ul style="list-style-type: none">• Unexplained weight changes/ frequent visits to bathroom.• Talking about self-injury and showing signs. |
|---|--|---|



فوائد الكشف والتدخل المبكر للاضطرابات النفسية لدى الأطفال

Advantages of early
detection and intervention of
childhood mental disorders



الرفاه النفسي
في دبي
DUBAI MENTAL
WEALTH



النمو والتطور النفسي السليم للطفل يعني:

تعلم المهارات
الاجتماعية الصحية.



القدرة على التأقلم
ومواجهة المشكلات.

تحقيق أهداف المراحل
التنموية والعاطفية.

تختلف معالم النمو والتطور الاجتماعي والعاطفي
حسب المرحلة العمرية.



Advantages of early detection and intervention of childhood mental disorders:



Less intense, shorter, and less costly treatment.



Fuller and long-lasting recovery.



Reduced impact on physical health.



Reduced serious symptoms development



Reduced likelihood of long-lasting problems with family



social, emotional, academics and behaviour development.



Less emotional and financial burden on family and school.



Decreased risk of impairment or self-hurt.



A happier childhood and better lifelong outcomes.



Advantages of early detection and intervention of childhood mental disorders:

- 1** ● **Academic performance and achievement and behaviour at school due to**
(concentration, memory, or poor functional skills)
- 2** ● **Interpersonal relationships:**
As the child might have difficulty forming and maintaining them.
- 3** ● **Physical Health:**
As some conditions can manifest as headaches, stomachaches, or sleeping problems.
- 4** ● **Affecting Mental Health later in adulthood:**
Difficulties maintaining employment, and overall lower quality of life.



Healthy childhood mental development means:

Learning healthy
social skills



القدرة على التأقلم
ومواجهة المشكلات.

Reaching developmental
and emotional milestones

Social and Emotional Developmental Milestones vary
according to the age spectrum.



فوائد الكشف والتدخل المبكر للاضطرابات النفسية لدى الأطفال

- 1 الأداء الأكاديمي والتحصيل العلمي والسلوك المدرسي:
بسبب قلة (التركيز، وضعف الذاكرة، أو مهارات الأداء).
- 2 العلاقات الشخصية:
قد يواجه الطفل صعوبة في تكوينها والحفاظ عليها.
- 3 الصحة البدنية:
يمكن أن تظهر عند بعض الحالات أعراض مثل: الصداع، وآلام المعدة، أو اضطرابات النوم.
- 4 التأثير على الصحة النفسية لاحقاً في مرحلة البلوغ:
قد تظهر صعوبات في الحفاظ على فرص العمل، وانخفاض جودة الحياة بشكل عام.



عوامل الخطر لتطور الاضطراب النفسي في مرحلة الطفولة

Risk factors for developing
mental disorder in Childhood



الرفاه النفسي
في دبي
DUBAI MENTAL
WEALTH



عوامل الخطر لتطور الاضطراب النفسي في مرحلة الطفولة

عوامل الخطر الاجتماعية



- التعرض المفرط للأخبار ووسائل التواصل الاجتماعي.
- صعوبات في تكوين الصداقات أو الحفاظ عليها.
- البيئة المنزلية والعلاقات غير المستقرة.
- الصدمات/سوء المعاملة.
- مرض الوالدين/الأخوة.
- إهمال الوالدين.
- الصعوبات المالية.
- الوحدة.
- التمييز.
- التنمر.
- الخسارة من أي نوع (الوفاة، أو الانفصال، أو طلاق الوالدين).
- التغيرات في بيئة المنزل-المعيشة.
- الصعوبات الدراسية.

عوامل الخطر البيولوجية



- التاريخ العائلي / الوراثة.
- وجود مرض جسدي.
- اختلالات الهرمونية.

عوامل الخطر المتعلقة بنمط الحياة



- التغذية غير الصحية.
- قلة ممارسة النشاط البدني.
- عادات النوم السيئة.

عوامل الخطر النفسية



- عدم احترام الذات.
- النقد الذاتي.
- الحزن.
- النظرة الساخرة للحياة.
- البحث عن الكمال.



Risk factors for developing mental disorder in Childhood



Social Risk Factors

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Loss of any kind (death, separation, parental divorce)• Difficulties developing or maintaining friendships.• Academic difficulties. | <ul style="list-style-type: none">• Trauma/abuse.• Parental neglect.• Parental/sibling illness.• Loneliness.• Financial difficulties.• Discrimination.• Bullying. | <ul style="list-style-type: none">• Excessive news & social media exposure.• Changes in home/living environment.• Unstable home environment & relations. |
|---|---|--|



Biological Risk Factors

- Poor diet.
- Lack of physical activity.
- Poor sleep habits.



Lifestyle Risk Factors

- Family history/ genetics.
- Having a physical illness.
- Hormonal imbalances.



Psychological Risk Factors

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Low self-esteem.• Self-critical approach.• Grief. | <ul style="list-style-type: none">• Cynical outlook on life.• Perfectionism. |
|---|---|