

## نشرة معلومات للمرضى (Patient Factsheet)

صدرت في مايو/أيار 2018



## السلوكيات الداعية للقلق لدى الأطفال (Behavioural Concerns in children)



### ما هي؟ (What is it?)

يسلك بعض الأطفال سلوكا مغايرا لما يسلكه غيرهم، والتصرف بشكل مختلف لا يشكل دائما مشكلة في حد ذاته ولكن إذا بدأ سلوك طفلك في التسبب في التوتر والقلق والضرر والخطر على نفسه أو على من حوله يكون هناك داع حينها للشعور بالقلق. من الأمثلة على السلوكيات الداعية للقلق:

- العنف
- العدوانية
- النشاط المفرط
- الإضرار بالنفس أثناء نوبات الغضب
- تعدد نوبات الغضب أو كونها عارمة

تتعدد الأسباب الداعية لاتباع الأطفال لمثل تلك السلوك. أحيانا لا يكون ذلك سوى جزءاً طبيعياً من النمو. في العديد من الحالات يكون الأمر مؤقتاً.

### ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن؟ (What will my GP do now?)

أول خطوة يجب اتخاذها هي تحديد الأسباب الداعية إلى سلوك طفلك. سيقوم طبيبك العام أيضاً بالتالي:

- فحص الطفل لتحديد أي مشاكل صحية كامنة وعلاجها ومن أمثلها التهاب الأذن الوسطى
- الإفرازي، إكزيم، الإمساك أو انخفاض نسبة الحديد في الدم
- مناقشتك بشأن الإحالات للحصول على التقييم والدعم
- منحك الاستراتيجيات التي تساعدك على التحكم في السلوك بحيث تتمكن من دعم طفلك في الفترات بين المقابلات

قد يطلب الطبيب العام التحدث مع طفلك لوحده فالأطفال في بعض الأحيان يشعرون بارتياح أكبر للحديث بصراحة عما يضايقهم في غياب أولياء أمورهم. وقد يساعد هذا الحديث الانفرادي مع الطبيب في الحالات التي يكون فيها التنمر أو الصداقات سببا في المشاكل.

### ما الذي سيقوم به طبيبي العام في المستقبل؟ (What will my GP do in the future?)

قد يطلب الطبيب العام مقابلتكما بانتظام لتقييم تطور حالة طفلك.

وقد يناقش معك نتائج الفحوص بما فيها اختبارات السمع والنظر وتحاليل الدم. إذا لم يتحسن سلوك طفلك يجوز أن يناقشك طبيبك العام بشأن إحالات إضافية.

### ماذا بوسعي أن أفعل؟ (What can I do?)

يتطلب علاج السلوكيات المقلقة والتحكم فيها وقتاً طويلاً وصبراً، وقد لا يكون هناك حل سريع للمشكلة لذا عليك التحلي بالإيجابية طوال هذه العملية.

- **ادعم طفلك** - استمر في الاهتمام به ورعايته.
- **تبادل الحديث مع طفلك** - اسأله إن كان يواجه مشكلات مع أصدقائه أو يتعرض للتنمر
- **شجع على السلوك الإيجابي** وضع عواقباً واضحة للسلوك السلبي
- **اعتن بنفسك** - قد تكون هذه الفترة عصبية لذا لا تنسى أن لصحتك ورفاهك عليك حق

إذا كان سلوك طفلك متعلقاً بالمدرسة تحدث مع العاملين بها واسأل إن كانت لديهم أي استراتيجيات للتعامل مع المشكلة. استفسر أيضاً عن سير واجبات طفلك المدرسية إذ قد يفيدك ذلك أنت وطبيبك العام.

### الدعم الذاتي (Supporting yourself)

تذكر أن عليك أيضاً العناية بصحتك.  
لذلك فيما يلي بعض المواقع  
المفيدة للدعم على الإنترنت:

هيببي (HIPPY)

[hippyaustralia.org.au](http://hippyaustralia.org.au)

شبكة تربية الأطفال

:(Raising Children)

[raisingchildren.net.au](http://raisingchildren.net.au)

جمعية الأسر في نيو ساوث ويلز  
(Families NSW)

المحبة والحديث والغناء والقراءة  
واللهو [families.nsw.gov.au](http://families.nsw.gov.au)

موارد أولياء الأمور

(Resourcing Parents)

[resourcingparents.nsw.gov.au](http://resourcingparents.nsw.gov.au)

# السلوكيات الداعية للقلق لدى الأطفال (Behavioural Concerns in children)

نشرة معلومات للمرضى  
(Patient Factsheet)

## ما هي الأسئلة التي علي طرحها على طبيبي العام؟ (What questions should I ask my doctor?)

- ما بوسعي أن أفعل لأساعد طفلي الآن؟
- ما بوسعي أن أفعل لأساعد طفلي مستقبلا؟
- متى علي أن أقابل الطبيب مرة أخرى؟
- ماذا يحدث إذا ساءت حالة طفلي؟
- كم مرة ينبغي علي مقابلتك؟
- كيف يجب علي الاستجابة لسلوك طفلي؟



## ما هي أنواع الدعم المتاحة لي؟ (What supports are available?)

### برامج التدخل المبكر (Early intervention programs)

تقدم خدمة الصحة النفسية الأولية والمجتمعية التابعة لدائرة الصحة المحلية في جنوب غرب سيدني تقييما وتدخلا علاجيا مجانا للسلوكيات الداعية للقلق لدى الأطفال في الثانية عشر أو أقل من عمرهم. توجد هذه الخدمة في معظم مراكز الصحة الأهلية. للإحالة اتصل على الرقم **8788 4200**

### المتخصصون في مجال الصحة في القطاع الخاص (Private health professionals)

يمكنك الوصول إلى أطباء الأطفال أو مهنيي الفئات الصحية المساعدة. تحدث مع طبيبك العام عن التخفيضات في تكلفة الحصول على العلاج.

اتصل بالمجلس البلدي الذي تتبعه بشأن دورات تربية الأطفال وجماعات الدعم المحلية أو اطلع على الموقع [resourcing.parents.nsw.gov.au](http://resourcing.parents.nsw.gov.au).

### الدعم المتاح للرضع وصغار الأطفال (Support for babies and toddlers)

- مراكز صحة الطفولة المبكرة - لتدبير الفحوص الصحية عبر Triple A اتصل على الرقم **1800 455 511**
- كاريتان - مساعدة أولياء أمور الأطفال الصغار: اتصل على الرقم **1300 227 464** أو اطلع على الموقع [karitane.com.au](http://karitane.com.au)
- موارد التدخل المبكر من جمعية الأسر في نيو ساوث ويلز: [families.nsw.gov.au](http://families.nsw.gov.au)
- للحصول على نصائح صحية مجانا من Healthdirect Australia بشأن الحمل والولادة والرضع اتصل على الرقم **1800 882 436** أو اطلع على الموقع [healthdirect.gov.au](http://healthdirect.gov.au)
- خط أولياء الأمور في نيو ساوث ويلز - مساعدة ونصح هاتفي مجانا على الرقم **1300 130 052** أو اطلع على الموقع [parentline.org.au](http://parentline.org.au)
- تريسلان - للمساعدة على تهدئة الأطفال وتنويمهم اتصل على الرقم **1800 637 357** أو اطلع على الموقع [tresillian.org.au](http://tresillian.org.au)

## أين يمكنني الحصول على مزيد من التفاصيل؟ (Where can I find out more?)

بوسع الموارد التالية أن تمدك بالمزيد من المعلومات عن السلوك:

- موارد تربية الأطفال من خدمات الأسر والمجتمعات المحلية (Family and Community Services - parenting resources): [facs.nsw.gov.au](http://facs.nsw.gov.au)
- برنامج التفاعل المنزلي للوالدين وأطفالهم (Home Interaction Program for Parents and Youngsters): [hippyaustralia.org.au](http://hippyaustralia.org.au)
- برنامج (National Disability Insurance Scheme): [ndis.gov.au](http://ndis.gov.au)
- شبكة تربية الأطفال (Raising Children's Network): [raisingchildren.net.au](http://raisingchildren.net.au)