

آشنایی با...

اختلال اضطراب جدایی

فرزانه اسلامی / کارشناس ارشد روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی

مشخصه های اصلی این اختلال عبارت اند از:

اضطراب شدید و نامتناسب با سطح رشد فرد در مورد جدایی از خانه یا کسانی که فرد به آنان دلبستگی دارد، که با سه (یا بیش از سه) مورد از موارد زیر مشخص می شود:

- نارضایتی شدید و مداوم در زمانی که جدایی از خانه یا مظاهر اصلی دلبستگی رخ می دهد یا احتمال آن وجود دارد،

- نگرانی شدید و مداوم در مورد از دست دادن یا آسیب دیدگی احتمالی مظاهر اصلی دلبستگی،

- نگرانی شدید و مداوم در مورد اینکه یک رویداد ناگوار باعث جدایی از مظاهر اصلی دلبستگی خواهد شد، (مانند گم شدن یا دزدیده شدن)

- اکراه یا خودداری مداوم از رفتن به مدرسه یا جاهای دیگر به دلیل ترس از جدایی،

- ترس شدید و مداوم یا اکراه از تنها ماندن در خانه یا اماکن دیگر بدون حضور مظاهر اصلی دلبستگی یا افراد بزرگتر،

- اکراه یا خودداری مداوم از خوابیدن بدون حضور یکی از مظاهر دلبستگی و یا خوابیدن در مکانی غیر از خانه ی خود،

- کابوس های مکرر در باره ی موضوع جدایی،

- شکایت های مکرر از نشانه های ناراحتی بدنی (مانند سردرد، دل درد، تهوع یا استفراغ) هنگامی که جدایی از مظاهر اصلی دلبستگی رخ داده یا احتمال آن وجود دارد،

- مدت دوام این اختلال حداقل ۴ هفته است،

- شروع آن قبل از سن ۱۸ سالگی است.

این اختلال باعث ناراحتی یا اختلال قابل توجه بالینی در عملکردهای اجتماعی، تحصیلی (یا شغلی) یا سایر زمینه های مهم می شود. این اختلال به ویژه در ضمن یک اختلال فراگیر رشد، اسکیزوفرنی یا یک اختلال روان پریشی دیگر در نوجوانان و بزرگسالان رخ نمی دهد و با اختلال وحشت زدگی همراه با گذر هراسی بهتر توجیه نمی شود.

کودکانی که دچار اختلال اضطراب جدایی هستند بیشتر به خانواده های به هم وابسته تعلق دارند. هر گاه این افراد از خانواده یا مظاهر اصلی دلبستگی جدا شوند ممکن است به طور مکرر کناره گیری اجتماعی، بی احساسی، غمگینی و یا اشکال در تمرکز بر کار و بازی داشته باشند. این افراد با توجه به سن شان ممکن است از حیوانات، هیولاها، تاریکی، دزدان و سارقان، آدم رباها، تصادف با ماشین، مسافرت با هواپیما و موقعیت هایی که برای فرد و یا یکپارچگی خانواده خطرناک و تهدید کننده به نظر می رسند، دچار ترس شوند. نگرانی از مرگ و مردن در میان این افراد شایع است. خودداری از رفتن به مدرسه ممکن است موجب مشکلات تحصیلی و کناره گیری اجتماعی شود. احتمال دارد این کودکان شکایت داشته باشند از اینکه کسی آنان را دوست ندارد یا توجهی به آنان نمی شود و فکر می کنند که بهتر بود می مردند. هر گاه از احتمال جدایی به شدت آشفته شوند ممکن است خشمگین شده و گاهی به کسی که باعث جدایی آنهاست حمله می کنند. کودکان خردسال هر گاه تنها بمانند، به ویژه در شب، ممکن است





تجربیات ادراکی غیر عادی را گزارش کنند (مانند دیدن اشخاصی که به اتاق آنان سرک می کشند، موجودات ترسناکی که می خواهند آنان را بگیرند یا چشمانی که به آنها خیره شده اند). کودکانی که این اختلال را دارند اغلب پر توقع و مزاحم بوده و مدام در صدد جلب توجه هستند، خواسته های زیاد از حد این کودکان اغلب موجب سرخوردگی از والدین شده و به دلخوری و کشمکش در خانواده منجر می شود. گفته شده است کودکانی که این اختلال را دارند گاهی وظیفه شناس و مطیع بوده و دوست دارند دیگران را خوشحال کنند. این کودکان ممکن است شکایت های جسمانی داشته باشند که به انجام آزمایش های بدنی و پزشکی روی آنان منجر شود. این کودکان اغلب دارای خلق افسرده بوده و امکان دارد این حالت در طول زمان تداوم یافته و توجیه کننده ی یک تشخیص اضافی برای اختلال افسرده خوئی یا اختلال افسردگی عمده در برخی موارد باشد. اختلال اضطراب جدایی ممکن است مقدم بر ظهور اختلال وحشت زدگی توام با گذر هراسی باشد. ممکن است همانندی با سایر اختلال های اضطرابی، به ویژه در زمینه های بالینی شایع باشد. در میزان تحمل جدایی تفاوت های فرهنگی وجود دارد. لازم است بین اختلال اضطراب جدایی و ارزش بالایی که بعضی از فرهنگ ها برای وابستگی متقابل شدید بین اعضای خانواده قایلند تمیز گذاشته شود. تظاهرات این اختلال ممکن است همراه با سن تغییر یابد. امکان دارد کودکان خردسال در برابر خطرهای معینی که والدین، خانه یا خود آنان را تهدید می کند، ترس خاصی را نشان ندهند. وقتی کودکان بزرگتر می شوند نگرانی ها و ترس ها اغلب بر خطرهای ویژه ای متمرکز می شوند (مانند آدم ربایی و دزدی). اضطراب و انتظار جدایی در

اواسط دوره ی کودکی آشکار می شود. هر چند نوجوانانی که این اختلال را دارند، به ویژه پسران، ممکن است وجود اضطراب جدایی را انکار کنند ولی این اضطراب در محدود شدن فعالیت آزاد و اکراه در ترک منزل بازتاب می یابد. امکان دارد در افراد بزرگتر این اختلال توان شخص را در برخورد با تغییر شرایط محدود کند (مانند نقل مکان یا ازدواج). بزرگسالانی که این اختلال را دارند به طور معمول بیش از حد نگران فرزندان و همسر خود بوده و زمانی که از آنان جدایی شوند ناراحتی قابل ملاحظه ای احساس می کنند. این اختلال در نمونه های بالینی در پسران و دختران به نسبت مساوی دیده می شود ولی در نمونه های همه گیر شناسی در دختران بیشتر است. اختلال اضطراب جدایی پدیده ای نامتعارف و برآورد میزان شیوع آن تقریباً ۴ درصد در کودکان و نوجوانان است. شیوع اختلال اضطراب جدایی از کودکی تا نوجوانی کاهش می یابد. این اختلال ممکن است بدنبال بعضی از فشارهای روانی زندگی (مانند مرگ یک خویشاوند یا یک حیوان خانگی، بیماری کودک یا یک خویشاوند، تغییر مدرسه، تغییر منزل یا مهاجرت) ظاهر شود. امکان دارد شروع اختلال بسیار زود هنگام و در سنین پیش دبستانی باشد و ممکن است در هر زمانی تا قبل از سن ۱۸ سالگی بروز کند. ولی معمولاً شروع آن در نوجوانی نامعمول است. این اختلال به طور معمول دارای دوره های تشدید و بهبود است. در برخی موارد اضطراب در مورد احتمال جدایی و نیز اجتناب از موقعیت هایی که در آنها جدایی وجود دارد (مانند رفتن به دانشگاه) ممکن است برای چند سال دوام یابد. با وجود این، در بررسی های پیگیری گسترده، اکثر کودکان دچار اختلال اضطراب جدایی، فاقد اختلال اضطرابی جدی هستند.

منبع:

-انجمن روانپزشکی آمریکا (۱۳۸۸). متن تجدید نظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی (محمد رضا نیکخو و هامایاک آوادیس یانس / مترجمان). تهران: انتشارات سخن