

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਰੋਸ਼ਨੀ

RBC ਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

(ਡਾ. ਡੇਵਿਡ ਵੱਲਫ, ਚੇਅਰ)

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਅਲਾਮਤਾਂ ਦੀ ਤੀਖਣਤਾ ਬਾਰੇ ਜਲਦੀ (ਅਤੇ ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ) ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣ ਯੋਗਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ, ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਇਕ ਵਾਰ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸੇਧਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਕਿਸਮ ਨੂੰ ਪਛਾਨਣ ਅਤੇ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਚੰਗੇ ਹਾਂ ਜਦ ਇਹ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਨ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਹੈ, “ ਉਨੇ ਚੰਗੇ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਜਿੰਨੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ”।

ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਲਤੀ ਨਾਲ 'ਬਾਲਗਾਂ ਦਾ ਰੋਗ' ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਚ, ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਦਾ ਲੰਮਾ ਦੁੱਖਦਾਈ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਅੱਜਕਲ, ਧੰਨਵਾਦ ਸਹਿਤ, ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰ ਹਨ।

ਇਸ ਵਕਤ 1.2 ਮਿਲੀਅਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਅਜੇਹੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਅਤੇ ਤਾਜਾ ਖੋਜ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੁੱਖੀ ਅਤੇ ਕੰਮਕਾਰਜ ਪ੍ਰਤੀ ਅਸਮਰਥ ਹੋਵੇਗਾ। ਅਤੇ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ, ਭਾਵੇਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨਹੀਂ, ਜੀਵਨਭਰ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜ, ਬਚਪਨ ਜਾਂ ਜਵਾਨੀ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣਗੇ।

ਇਸ ਵਕਤ 1.2 ਮਿਲੀਅਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਅਜੇਹੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਗਾੜ, 'ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ' ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਉਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕੈਟੇਗਰੀਆਂ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ: ਵਰਤਾਰੇ ਸਬੰਧੀ ਅਤੇ ਭਾਵਕ ਵਿਗਾੜ।

ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਰਤਾਰੇ ਜਾਂ ਭਾਵਕ ਮਸਲਿਆਂ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਗੇ ਜਦ ਉਹ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸਾਡਾ ਬੱਚਾ ਘਰ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਮੁੱਢਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਜੋ ਅਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਕੀ ਇਹ ਵਰਤਾਰਾ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਿਘਟਨਕਾਰੀ ਹੈ? ਇਹ ਕਿੰਨੇ ਚਿਰ ਤੋਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਕੀ ਇਸਨੂੰ ਉਸਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਮੁਤਾਬਕ 'ਸਧਾਰਨ' ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇਹ ਹੈ: ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਹੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ- ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਜੋਂ- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਅਣਦੇਖੀ, ਸਿਰਫ਼ ਮਾੜੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਲਦੀ ਦਖਲ, ਚੰਗੇਰੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਚਾਬੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ, ਇਸ ਪ੍ਰੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.rbc.com/childrensmentalhealth 'ਤੇ ਜਾਓ।