

## Çocuklukta anksiyete problemleri

Çeviri: Dr. Muazzez AYDIN

Çocuk ve gençlerde yaygın olarak görülen anksiyete bozuklukları çocukluk çağının en büyük ruhsal sağlık sorunu grubunu oluşturur. Bu bozukluklar günlük işlevselliği önemli düzeyde etkileyebilir ve akademik başarı, arkadaşlık ve aile ilişkilerinin gelişimine engel olabilir. Pek çok anksiyete bozukluğu tedavi edilmediği takdirde devam ederek yetişkinlikte de birtakım sorunlar yaşanma olasılığını artırmaktadır.

Bilişsel, fizyolojik ve davranışsal bileşenler içeren anksiyete tepkisi karmaşıktır (Weems ve Stickle, 2005). Bilişsel bileşen, beklenen risk için durumları ve olayları değerlendirmeyi içerir; fizyolojik bileşen, vücudu herhangi bir gerekli eylem için hazırlarken (örneğin, kaç ya da savaş); davranışsal bileşen çocuğun gelecekteki tehlikeyi öngörmesine ve kaçınmasına yardımcı olur. Anksiyete, çocuğun gelişimine ve önceki deneyimlerine göre değişen korku ve endişeler ile kendini korumayı kolaylaştırmak için tasarlanmış normal bir yanıttır.

Anksiyete konusundaki önemli bilişsel unsurlardan biri endişedir; toplum araştırmaları çocuklar arasında endişenin yaygın olduğunu göstermektedir. Muris ve ark. (1998), 8-13 yaş grubundaki çocukların %70'inin arada sırada endişe duyduklarını bildirmiştir. Bu endişelerin en yoğun olanları (haftada iki ila üç kez ortaya çıkan), okul performansı, ölüm, sağlık ve sosyal ilişkilerle ilgili konuları içermektedir. Benzer şekilde Silverman ve ark. tarafından da (1995), en yaygın üç endişe alanının; okul, sağlık ve zarar görme ile ilgili olduğu bildirilmiştir.

Tanımlanmış anksiyete bozukluğu olan ve uzman kliniklerine yönlendirilen çocuklar benzer endişeler paylaşmaktadır. Endişe edilen ana konular, sağlık sorunları, okul, felaketler ve zarar görme ile ilgilidir; en sık karşılaşılan endişeler arkadaşlıklar, sınıf arkadaşları, okul, sağlık ve performanstır (Weems ve ark., 2000). Toplum ve klinik örneklemeler arasındaki fark, endişelerin