

**SUBJECT: HUMAN DEVELOPMENT (HONOURS)**

**SEMESTER: 3<sup>RD</sup>**

**COURSE CODE: HMDACOR07T**

**ASSIGNED TOPIC:**

**TOPIC- 2 (a).**

Children with Developmental Psychopathology – a) Internalizing Disorders- Anxiety Disorder, Childhood Depression: Symptoms, causes, scope for guidance and counselling.

**ASSIGNED TO:**

**DR. MAYURAKSHEE GANGOPADHYAY**

Assistant Professor

Department of Human Development

Dum Dum Motijheel College





প্রাথমিক স্তরের ও প্রতীক স্তরের অথবা প্রাকৈলো ও এলো-  
-কাল মিশ্র-বিভ-বিভের মনোবিদ্যা আক্রান্ত হতে পারে, এছাড়া  
সমস্যা অনেক জটিল প্রকৃতির হয় এবং মনোবিদ্যা গায়ে এই-মনোবিদ্যা  
-কে হেলেগোডাইনিক বলা হয়,

প্রকারভেদ : বিগাম্যুসক মনোবিদ্যার প্রকারভেদ দুই প্রকার :-

- a. Internalizing Psychopathology
- b. Externalizing Psychopathology

নিম্নোক্তক কারণে বা প্রসারিত মানসিক সমস্যাকে আন্তঃস্থিত মনোবিদ্যা  
বলা হয় (Internalizing Psychopathology), যেমন - উদ্বেগ,  
হতাশা, অসুস্থতা ইত্যাদি,

অন্যসময় - মনোবিদ্যা প্রদুর্ভেদে বহিঃ প্রকাশ দৃশ্যমান হয় ও সেসব  
অসুস্থতা বহুদূর অধিক আক্রান্ত হলে সফলভাবে প্রশস্তি প্রকাশ  
পায়, এই বহিঃ আক্রান্ত মনোবিদ্যাকে বাহ্যিক বা বহিঃস্থিত  
মনোবিদ্যা - (Externalizing Psychopathology) বলা হয়, যেমন,  
আক্রান্ত মনোবিদ্যা বা Conduct disorder, মনোঃসামাজিক  
ও অতিসক্রিয়তা সমস্যা বা ADHD (Attention Deficit  
Hyperactivity Disorder) ইত্যাদি,

বিগাম্যুসক মনোবিদ্যা সাধারণত মনোবিদ্যা  
বিপর্যয় হতে পারে, তবে যখনই এটি চিকিৎসা হওয়া  
প্রয়োজন, মিশ্রদের চিকিৎসার মাধ্যমে মনোবিদ্যা অসুস্থতা যদি  
মিশ্রিত হলে মনো গায়ে প্রকৃতিতে এই সমস্যাগুলির প্রকাশ  
নেহেগোডাইনিক বলা হয়,

Topic - 2.a.

Q.2. Childhood Anxiety Disorder නිසා ඇතිවන දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක? එහි ප්‍රකාරයන් කුමක්ද?  
නිසා Childhood Anxiety Disorder හි ප්‍රධාන ලක්ෂණයන් කුමක්ද?



Anxiety Disorder නිසා දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක. මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක. මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක.

මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක. මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක. මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක.

දිනෙන් දින වැඩිවන බවට ප්‍රකාරයන්

→ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට ප්‍රකාරයන් කුමක්ද? මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක.

එහි ප්‍රධාන ලක්ෂණයන් කුමක්ද? මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක.



GENERALIZED ANXIETY DISORDER (GAD)

GAD නිසා ඇතිවන දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක. මනසිනික සමහරක් සමහරක්, ප්‍රභවයේ මනසේ දිනෙන් දින වැඩිවන බවට කවරින් කවරින් කිව හැක.

যেহা, মিশ্রিত হলে দুইটি বা ততোধিক একে মিলিয়ে তাহা হল  
যে যে চর্চায় পারে ও নিম্ন উল্লিখিত ভাবে হয় আত্ম ধারণা যা হল  
যেহা হলেই তাহা পূর্ণ হইবে তাহা উল্লিখিত হয় যথা, ভয়  
যে উল্লিখিত বিষয় পরীক্ষা ফলাফল প্রকাশ: উল্লিখিত বিষয় উল্লিখিত  
ভাবে হয়।

(ii) OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER (OCD):

OCD-র মতী অস্বাভাবিক চিন্তা ও অস্বাভাবিক পুনরাবৃত্তিমূলক কাজ দুই  
সম্পন্ন থাকে, প্রথমটি হল obsession ও দ্বিতীয়টি হল compulsion.  
কোনো কাজে তীব্র আগ্রহ বিহীন কিন্তু অস্বাভাবিক চিন্তা করা এবং সেই চিন্তার  
প্রত্যক্ষ সমাধানের জন্য কোনো কাজে অস্বাভাবিক মনোযোগ রাখা এই  
OCD-র সংজ্ঞা।

OCD-র মতী 10 বছর কম বয়সে সনাক্ত করা যায়, তবে  
2-3 বছর মতী OCD-র মতী হয়।

(iii) PANIC DISORDER:

PANIC DISORDER বা PANIC ATTACK-ও একই, অর্থাৎ এই  
সমস্যাটি মনো বা কৈশিক বিষয় এবং আত্ম ধারণা এবং উল্লিখিত সমস্যা  
কোনো এক বা অস্বাভাবিক বিষয় হয় এবং তা কৈশিকভাবে  
এই সমস্যাটি সনাক্ত করা যায় না। Panic attack ও অস্বাভাবিক  
ভয় ও অস্বাভাবিক মনোযোগ রাখা হয়। Panic  
Disorder-এর মতী হল এই সমস্যাটি মনো অস্বাভাবিক  
attack হয় এবং মনোযোগ রাখা উল্লিখিত মনো দুইটি হয়।

(iv) Post TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD):

PTSD হল আত্ম-মনো অস্বাভাবিক উল্লিখিত সমস্যা ও অস্বাভাবিক মনো  
কাজ-কাজ, তাহা আত্ম-মনো অস্বাভাবিক মনো রাখা যায় না, উল্লিখিত  
মনো অস্বাভাবিক মনো, উল্লিখিত সামাজিক উল্লিখিত মনো,  
মনো অস্বাভাবিক মনো রাখা যায়। আত্ম-মনো অস্বাভাবিক মনো  
মনো অস্বাভাবিক মনো রাখা যায়। আত্ম-মনো অস্বাভাবিক মনো  
মনো অস্বাভাবিক মনো রাখা যায়।

ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ଏ-କୋମା ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ବା କୋମା ଦ୍ୱିଗଣନାଂଶୀ ପରିସ୍ଥିତିର  
ଅବସ୍ଥାକୁ ବାସ୍ତବିକତା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା ସ୍ୱପ୍ନ, ଆବଶ୍ୟକତା ସାମାଜିକ  
ମିଶ୍ରଣ-ସମ୍ପର୍କ-ନିରୁତ୍ତର ହେବା ଲୋକେ ମଧ୍ୟ ମିଶ୍ରଣ ହୋଇପାରେ ଏ-କୋମା ବା  
କୋମା ଦର୍ଶନ ମୁକ୍ତ ନା ବାସ୍ତବିକତା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା  
କୋମା ଦର୍ଶନ ମୁକ୍ତ ନା ବାସ୍ତବିକତା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା

କିନ୍ତୁ ଏ ସମସ୍ତ ନିରୁତ୍ତର ଏ-କୋମା ଅବସ୍ଥାକୁ ମାତ୍ର ଆବଶ୍ୟକତା ସ୍ୱପ୍ନ  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ ହୋଇପାରେ ସମସ୍ତ କୋମା କୋମା ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଦର୍ଶନେ ହେବା,  
ମିଶ୍ରଣ ବା ମିଶ୍ରଣକୁ ମୁକ୍ତ ବା କୋମା ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଦର୍ଶନେ କୋମା  
କୋମା ଦର୍ଶନ ବା କୋମା ଦର୍ଶନ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା  
କୋମା ଦର୍ଶନ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା କୋମା ଦର୍ଶନ କ୍ରମେ ସର୍ବ-ନିରୁତ୍ତର ବା

⑤ SEPARATION ANXIETY DISORDER :

ମାର୍ଚ୍ଚିକା: ୧୫ ବୟସ-କ୍ରମେ ୩ ବର୍ଷ ସମ୍ପର୍କରେ ନିରୁତ୍ତର ମିଶ୍ରଣ  
କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ ବା କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ ବା କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ ବା କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା

କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା

କିନ୍ତୁ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
Separation Anxiety Disorder ବା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା  
କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା ମିଶ୍ରଣ କ୍ରମେ କୋମା

vi

SOCIAL ANXIETY DISORDER :

ସାମାଜିକ ଦ୍ଵିଗତୀକୃତ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଖଣି ହେବା ଯାଏ, ବହୁତେ ଯାଏଁ ତାହା ଚାହାଁ ବଳାତ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ  
- ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
- ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.

ଏହି-ସମ୍ମିଳନ-ସମ୍ପର୍କୀୟତା ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ତାହା  
ଦେଖିବାକୁ ଯାଏ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.

vii

SELECTIVE MUTISM :

ସିଦ୍ଧାନ୍ତ-ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.  
ଏହି-ସମ୍ମିଳନ-ସମ୍ପର୍କୀୟତା ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ତାହା  
ଦେଖିବାକୁ ଯାଏ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.

viii

SPECIFIC PHOBIAS :

ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ-ସମ୍ପର୍କୀୟତା ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ତାହା  
ଦେଖିବାକୁ ଯାଏ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.

ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ-ସମ୍ପର୍କୀୟତା ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ, ତାହା  
ଦେଖିବାକୁ ଯାଏ ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ  
ଯାଏ, ଯାହାର ଚାହାଁ ହେ, ଲୋକ-ସମ୍ମିଳନ ଯାଏ.



Topic - 2.a.

Q.3. Childhood Anxiety Disorders বা শৈশবকালীন উদ্বেগজনিত ক্রান্তির লক্ষণ বা উপসর্গগুলি ব্যাখ্যা করা, এই ক্রান্তির কারণগুলি বোঝা, এবং শৈশবকালীন উদ্বেগজনিত ক্রান্তির লক্ষণ ও কারণগুলি ব্যাখ্যা করা,

→ উদ্বেগজনিত ক্রান্তি এমনটি বিদ্যমান যা মানসিক অসুস্থতার কারণে, সন্তান বা বয়স্কদের মধ্যে বা তাদের মধ্যে উদ্বেগ বা দুশ্চিন্তা মিলিয়ে রাখে, কিন্তু যখন এই পরিষ্কৃতির কারণে কোনো-কিছু হয় তখন তা জটিল হওয়ার হুমকি পায়, সন্তান বা বয়স্ক উদ্বেগজনিত সমস্যা-বিষয় কুমারত্ব পায় না, তখন তা তাদের বৈশিষ্ট্য কীরকমভাবে প্রতিফলিত করে তুলে।

লক্ষণ  
বা →  
উপসর্গ

শৈশবকালীন সিন্দ্রোম-সিডিক কারণে উদ্বেগজনিত সমস্যা হতে পারে, তবে তাই লক্ষণগুলি নির্ভর করে হয়-কোনো-কোনো উদ্বেগজনিত সমস্যায় উদ্বেগজনিত ক্রান্তি হতে পারে, তাই শৈশবকালীন এই উদ্বেগজনিত ক্রান্তির কারণে লক্ষণের লক্ষণ দেখা যায়, লক্ষণের বিস্তারিত →

- i) উদ্বেগ, অস্বস্তি ও অস্বস্তির অনুভূতি
- ii) ঘুমের সমস্যা
- iii) খেতে হতে পারা বা ঘুমিয়ে পড়া হতে পারা
- iv) বিস্ময়জনক দুর্বলতা
- v) স্কুল-স্বপ্নের কথা
- vi) উদ্বেগ ও সন্তান হতে না পারা
- vii) স্কুলে স্কুল
- viii) হাত-পা উদ্বেগ হতে পারে
- ix) সার্বজনীন ও মাথা ঘোরা
- x) শৈশবিক উদ্বেগ
- xi) ঘুম ঘুম হওয়া
- xii) অস্বস্তির দুশ্চিন্তা
- xiii) হাতের কাম ঘুম হওয়া ও দিহা হওয়া অতিরিক্ত ঘুম হওয়া
- xiv) হাতের কাম ঘুম হওয়া অস্বস্তির কারণে হওয়া

(xv) ସାମାନ୍ୟତା ସୂଚକ

(xvi) ସ୍ଥିତିସ୍ଥାପନ ଓ

ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣ କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଶିକ୍ଷାଦାନ ଉପସ୍ଥାପନ; ଏହା ସାମାନ୍ୟତାକୁ ଦର୍ଶାଇବା ପାଇଁ ଚାହୁଁ, ତାହା ହୋଇ, ସୁଲଭ-ସାଧ୍ୟତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ ।

ମିଶ୍ରଣ ଉପରେ ସାମାନ୍ୟତା ହେଉଛି ଉପରେ, ତାହା ଏହା ପାଇଁ, ସାଧାରଣତଃ ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ । ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ ।

ସମ୍ବନ୍ଧ :-

କ୍ଷମାକାରୀ କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ଏହାକୁ ସମ୍ବନ୍ଧ ଦେଖି ଏହାକୁ ସମ୍ବନ୍ଧ ଦେଖି ଉପରେ, ତାହା ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ । ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ ।

1) ଦ୍ୱିଗତ-ସମ୍ବନ୍ଧ :

ସାଧାରଣତଃ ଏହା ହୋଇଛି, ଯଦି କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଉପରେ ଦେଖି ଉପରେ, ତାହା ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ । ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ ।

2) କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଉପରେ କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ-ଉପାଦାନ :

କାର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାକାରୀ (Neurotransmitter) ଏହାକୁ ସାଧାରଣତଃ ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ । ଏହାକୁ ସୁଲଭତା ପାଇଁ ଓ ବିକାଶମୟ ଉପାଦାନ ଦିଆଯାଏ ।





ii) উন্নয়ন প্রক্রিয়া :

- Acceptance and Commitment Therapy (ACT) একটি মানসিক স্বাস্থ্য ও প্রতিশ্রুতি-প্রদায়ক চিকিৎসা পদ্ধতি। এখানে মনোবিদগণ তাদের মতের সাথে সাথে চলে চলে লক্ষ্যবাহী চিন্তাধারা থেকে মানসিক স্বাস্থ্য ও তার মতের এই প্রতিশ্রুতি (যা হল লক্ষ্যবাহী কার্যসম্পাদন) এর সুসংগত হলে, - দীর্ঘ বয়সের জন্যে মনোরোগের এই পদ্ধতিটি প্রমাণ করা হয়।
- Dialectical Behaviour Therapy (DBT) - এই পদ্ধতিতে মনোবিদগণ সমসাময়িক স্মৃতি হ্রাসের কারণে সৃষ্ট মানসিক স্বাস্থ্যের সমস্যাগুলি হ্রাস করে। মনোবিদগণ উদ্বেগের পরিবেশে পড়াশোনা করে মানসিক-চিকিৎসা-সমস্যা সমাধানের জন্যে চেষ্টা করে।

iii) উদ্ভূত পদ্ধতি :

সংজ্ঞা: - মনোবিদগণ উদ্ভূত পদ্ধতিতে মনোবিদগণ চেষ্টা করে যে, তবে যদি উদ্ভূত পদ্ধতিতে মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোরোগের সমস্যাগুলি হ্রাস করা যায় তবে এটি উদ্ভূত পদ্ধতি।

মনোবিদগণ উদ্ভূত পদ্ধতিতে মনোরোগের উদ্ভূত পদ্ধতিতে মনোরোগের সমস্যাগুলি হ্রাস করা যায় তবে এটি উদ্ভূত পদ্ধতি।

উদ্ভূত পদ্ধতিতে মনোরোগের উদ্ভূত পদ্ধতিতে মনোরোগের সমস্যাগুলি হ্রাস করা যায় তবে এটি উদ্ভূত পদ্ধতি।

Topic-2 @

Q 5. Childhood Depression is a common mental health problem in children? Explain its symptoms and signs.

→ Childhood depression is a common mental health problem in children. It is a mood disorder that affects children and adolescents. The symptoms and signs of childhood depression include persistent sadness, loss of interest in activities, changes in appetite and weight, sleep disturbances, fatigue, and thoughts of death or suicide. Children with depression may also experience irritability, difficulty concentrating, and changes in behavior. The diagnosis of childhood depression is based on a clinical interview and a physical examination. Treatment for childhood depression includes psychotherapy and medication.

Childhood depression is a common mental health problem in children. It is a mood disorder that affects children and adolescents. The symptoms and signs of childhood depression include persistent sadness, loss of interest in activities, changes in appetite and weight, sleep disturbances, fatigue, and thoughts of death or suicide. Children with depression may also experience irritability, difficulty concentrating, and changes in behavior. The diagnosis of childhood depression is based on a clinical interview and a physical examination. Treatment for childhood depression includes psychotherapy and medication.

ସିନ୍ଦୂର ମଝି 2.5% ହେଲେ ମିଶ୍ରଣ, ନମ ସାମାନ୍ୟ କ୍ଷୁଦ୍ର ସିନ୍ଦୂର  
ହେଲେ ଆମକୁ ଏହା ପାଠ, ଏହା ପ୍ରକୃତ ମୋଟାମୋଟା-ର  
ପ୍ରାୟ ହେଲେ ହେଲେ ହେଲେ ମାତ୍ର ଏହାକୁ ବୋଧ ହେ  
ଲେ ଏହା

ପ୍ରକାର:

ହେଲେ ବିଷୟ ପ୍ରକାରକୁ ଦେଖିଲେ →

- i) Major Depression
- ii) Dysthymia
- iii) Bipolar Disorder

① Major Depression : → ଏହା ହେଲେ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଦୁ:ଖ  
ଏବଂ, ଉପହାସନ ବା ଉପହାସନ ଏବଂ ଧୂଳି ହେବାକୁ ଏହା  
-ବୋଧ ହେବା- ସାଧାରଣ ଉପାଦାନ: ଶରୀରୀୟ ସମସ୍ୟା, ଏହା ହେଲେ  
ଉପହାସନ ଦିନଦିନ ବାହା, ଉପହାସନ, ପୁରାଣୀ-ସମସ୍ୟା-ସିନ୍ଦୂର  
ଅଭିପ୍ରାୟ ହେବ।

ସିନ୍ଦୂର ଉପହାସନ ବା ହେଲେ କ୍ଷୁଦ୍ର ମାତ୍ର ଦିର୍ଘକାଳୀନ  
ହେବ ବା ବିଷୟ ହେବେ ମଧ୍ୟମ ପାଠ, ଏହା ହେଲେ  
ଦେଖିଲେ କ୍ଷୁଦ୍ର ପାଠ ବା ବହୁ ବିଷୟ ହେବେ ଏହା ହେଲେ:  
ସୂଚିତ ହେବେ ବା ହେବେ ପାଠ ବା, ଏହା ହେଲେ ହେଲେ  
ଆଉ: କ୍ଷୁଦ୍ର-ମଝି ଦିନ ହେବେ ବା, ଏହା ହେଲେ  
(Major depression) ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ସମସ୍ୟା ଏବଂ ଏହା ହେଲେ  
ହେଲେ ଏହା ହେଲେ,





Topic - 2. (a)

Q (6)

Childhood Depression বা শৈশবকালীন হতাশাত্বনিত  
স্বাস্থ্যে কখন ও লক্ষণগুলি আলাদা করা।

→

হতাশা এক প্রকার মানসিক সমস্যা যা কতিপয় দিনের  
বিরাম থেকে আনন্দের অনুভূতিকে একেবারেই নষ্ট  
করে দেয়। শিশুদের ক্ষেত্রে আনন্দ মুহূর্তগুলি অনুভূতি, যদি  
কোন শিশু হতাশায় ভোগে তখন তার শরীর থেকে  
সহস্রক প্রকারে এই অনুভূতিই উঠে যায় যাঁর ফলে  
আনন্দ উপভোগ করার ক্ষমতা।

কারণ: শিশুদের হতাশায় আক্রান্ত হওয়ার অনেকগুলি  
কারণ আছে।

১) মস্তিষ্কে হ্রাস স্বাভাবিক স্তরে: মস্তিষ্কে কোনো স্তরে  
যদি আনন্দের হ্রাস স্বাভাবিক স্তরে যদি সঠিক - অতিরিক্ত  
পরিমাণে কমানিয়ে দেওয়া হয় তখন শিশু হতাশাপ্রকারে  
সংক্রমিত হলে মস্তিষ্কে সঠিক দিকে পাঠে না এবং  
বিভিন্ন রাসায়নিক পদার্থের তরল মস্তিষ্কের মস্তিস্ক  
কম হয়। কম হয় তখন বা দুঃসংকে স্তর কমতে থাকে,  
যা হলে আনন্দের অনুভূতি সংশ্লিষ্ট না হয়ে  
কোনো উচ্চতর মস্তিষ্ক অনুভূতি সংশ্লিষ্ট হতে পারে।

২) জিনিস কারণ: শিশুর সন্তোষ স্তরে থেকে হতাশায়  
ভেঙে হতে পারে, মিতা-মাতা বা পূর্ব জন্মের হতাশায়  
শিশু প্রায়শই একই সমস্যায় শিশুর ওপরও এসে  
পড়তে পারে।

7) সাম্প্রতিক সময় : বঙ্গদেশ মানুষের মত, বিজ্ঞানভিত্তিক  
 বিকাশ-বিহীন, হুমায় প্রকার বিঘ্নিত বিজ্ঞান রহিত,  
 প্রতিষ্ঠাকাল অতিক্রম হওয়ায় বঙ্গদেশ বিজ্ঞান রহিত  
 বিজ্ঞান রহিত পারে,

8) মানসিক জাণ : মানসিক জাণ আলাচিকতাভাৱে  
 অস্বাভাবিক বা মানসিক অক্ষতি কেহি করে, কিন্তু  
 মন) মানসিক-জাণের প্রধান সব থেকে বেশি  
 মন) মন) বিজ্ঞান প্ৰতিষ্ঠানভাৱে অর্থাৎ নতুন মানসিক  
 কেহি পারে না- যা বিজ্ঞানভিত্তিক চাৰি তাৰা পূৰ্ণ  
 কৰে পারে না, উক্ত মানসিক জাণ থেকে বঙ্গদেশ  
 কেহি হয়, এই বঙ্গদেশই দীর্ঘস্থায়ী হয়,

9) দীর্ঘস্থায়ী আত্মীয়িক অসুখ : কিন্তু যদি দীর্ঘস্থায়ী  
 জাণ আত্মীয়িক অসুখ আশ্রিত থাকে ও জাণ  
 জাণ তাৰ ফলিত জীৱন অধিকতর হয় থাকে তখন  
 মন) জাণে চিকিৎসাৰে এ অধিক ব্যবহৃত হয় জাণ  
 মানসিক চিকিৎসা-জাণে বঙ্গদেশ কেহি হতে পারে,

হতাশার লক্ষণ : হতাশার লক্ষণ কিন্তু থেকে  
 কিন্তু লক্ষণ হতে পারে, যা  
 কিন্তু যা চিকিৎসিত সময়ভাৱে প্ৰতিষ্ঠিত হয় না,  
 নতুন জাণে আশ্রিত হওয়ায় আত্মীয়িক ও অসুখভাৱে  
 আত্মীয়িক থাকে, অর্থাৎ হতাশার লক্ষণ কিন্তু  
 পূৰ্ণ হতে পারে, তা কিন্তু হতাশার আত্মীয়িক কিন্তু  
 লক্ষণ আছে, তদুপরি নিম্নলিখিত —



Q 7) Childhood Depression or Depressed mood in children  
Childhood Depression or Depressed mood in children

→ Childhood Depression or Depressed mood in children is a condition where a child experiences a period of sadness or loss of interest in activities that were once enjoyable. This is not just a phase of being sad, but a persistent state of low mood that affects the child's daily life, school performance, and relationships with family and friends. It is often accompanied by symptoms like changes in eating and sleeping habits, irritability, and thoughts of self-harm. It is a serious condition that requires professional help.

Major Depression - 5 symptoms

- 1) Loss of interest in activities
- 2) Significant weight loss or gain
- 3) Insomnia or excessive sleeping
- 4) Fatigue or loss of energy
- 5) Thoughts of death or suicide

- 6) Persistent sadness
- 7) Irritability
- 8) Difficulty concentrating
- 9) Thoughts of self-harm
- 10) Physical symptoms like stomach pain or headaches
- 11) Changes in eating and sleeping habits
- 12) Thoughts of death or suicide



বিশ্বাসিত পদ্ধতিগুলি মিশ্রিত হওয়ার চিহ্ন মাত্র প্রমাণ করা হয় -

1. Cognitive Behaviour Therapy (জ্ঞানীয় আচরণমূলক চিকিৎসা পদ্ধতি) : এই পদ্ধতিতে বিশ্রাম বা হতাশার চিকিৎসা অথবা অসুস্থতার কথা সম্বন্ধেই কোন হতাশার মতই মানসিক অবস্থা সঠিক-ভাৱে সন্ধানিত এবং তাই কাটান হওয়ার উদ্দেশ্যে হয়। সঠিক মিশ্রিত মডিউল হতাশার অনুভূতি হ্রাস করে, তাই হতাশার উৎসসমূহী উৎস হ্রাসে পূর্ণাঙ্গ মিশ্রিত হতাশার কার্যে পালন এই সুস্থতা স্বেচ্ছা জ্ঞানীয় আচরণমূলক চিকিৎসা পদ্ধতিতে মিশ্রিত করে। সুশিকার্য ও কাঙ্ক্ষিত ফলাফল অর্জন করে রাখা হয়। এর মধ্যে ৬-১২ মাসের সময়ক প্রদান করা হয়। যাতে হতাশার কার্যে পূর্ণাঙ্গ মিশ্রিত এবং মিশ্রিতিক-সাধারণ প্রদান করা সম্ভব হয়।

প্রমাণিত একমাত্র পূর্ণাঙ্গ ফলাফল দিতে পারে, অতীত ফলাফল প্রদান করলে মিশ্রিত হতাশার কার্যে পূর্ণাঙ্গ মিশ্রিত সুস্থতা পালন সম্ভব হয় ও এই উদ্দেশ্যী মিশ্রিত পদ্ধতি চিকিৎসা পরিচালনা করা যায়।

মিশ্রিত অবস্থা জটিল হলে ওষুধের মাধ্যমে এটা মোচন করা হলে ওষুধের কার্য-কার্যে আশ্রয়িত হয়।

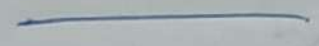
2. Psychodynamic Psychotherapy (আলাপনীয়) :

আলাপনীয়-চিকিৎসা বা ফলাফল প্রমাণ করে মিশ্রিত হতাশার চিকিৎসা করা হয়। কিন্তু এই পদ্ধতি সমস্যাগুলি ও সমস্যাগুলি হওয়ার জন্য মনে প্রমাণ করা হয় না। এই পদ্ধতিতে মিশ্রিত করে ফলাফল-ভেদে করা হয়। মনে মনে মিশ্রিত তাই হতাশার সমস্যা সমাধি দিতে পারে।

### 3. Interpersonal Therapy : (ଆନ୍ତରୀକ୍ଷିକ ଚିକିତ୍ସା)

ଏହି ଚିକିତ୍ସାରେ ସଂସ୍ଥା ଉପସ୍ଥାପନା- ବିଚାରମୂଳକ ଚିକିତ୍ସା ସହ ସାମିଲ ହୋଇ ଶାରୀରିକ ଉପସ୍ଥାପନା ଓ ସମାଜଗତ ଚିକିତ୍ସା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ମିଥ୍ୟାତା ଓ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଚିକିତ୍ସା ଓ ଚିନ୍ତା ପଦ୍ଧତି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ଉପସ୍ଥାପନା ଓ ଚିକିତ୍ସା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ମିଥ୍ୟାତା ଓ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଚିକିତ୍ସା ଓ ଚିନ୍ତା ପଦ୍ଧତି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ ।

ଉପସ୍ଥାପନା ଓ ଚିକିତ୍ସା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ମିଥ୍ୟାତା ଓ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଚିକିତ୍ସା ଓ ଚିନ୍ତା ପଦ୍ଧତି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ ।



### Interpersonal Therapy (Interpersonal Therapy)

This therapy focuses on the relationship between the patient and the therapist. It involves identifying and changing negative thought patterns and behaviors. The therapist helps the patient to understand their own role in their problems and to develop more positive and effective ways of dealing with them. This approach is particularly useful for people who have problems with their relationships and who are struggling to cope with stress and anxiety.