

آیا کودک شما بیش فعال است؟

دی 9، 1393

به گزارش [بایگاہ خیری نگاہ](#) ([نگاہ روز](#))، یک [روانشناس کودک](#) * گفت: آموزشهای بیش از حد به کودکان باعث نابودی کودکان میشود و در حال حاضر در تمام دنیا آموزشهای رسمی برای کودکان زیر شش سال منسوخ شده است.

مهدی بیاتی گفت: کودکان نباید تحت آموزشهای رسمی و مستقیم قرار گیرند زیرا این امر باعث فاصله گرفتن کودک از کودکیاش میشود.

وی در این باره تصریح کرد: کودکی که از [کودکی](#) خود فاصله بگیرد و لذت کودکی را تجربه نکند، در نوجوانی و بزرگسالی به دنبال جبران عقده‌های انباشته شده خود در دوران کودکی گرایش می‌یابد.

بیاتی ضمن اشاره به اینکه در گذشته فضای خانه‌ها بزرگ و امکان تحرک و بازی برای کودکان فراهم بود، گفت: در گذشته به علت بزرگ‌تر بودن فضای خانه‌ها فعالیت کودکان خیلی به چشم نمی‌آمد در حالی که در حال حاضر به دلیل آپارتمانی و کوچک شدن فضای منازل، کودکان با انجام کوچک‌ترین تحرکی مورد سرزنش قرار گرفته و برچسب بیش فعال می‌گیرند.

این روانشناس در این خصوص تصریح کرد: پیش‌فعالی و hyperactive دو مقوله متفاوت است در حالی که اغلب این دو موضوع متفاوت نزد عوام یکسان تلقی میشود.

وی در خصوص تفاوت این دو مساله گفت: hyperactive کسانی هستند که بیش از همه فعالیت داشته اما قدرت تمرکز خوبی دارند در حالی که پیش‌فعال‌ها علاوه بر اینکه فعالیت بیش از حد دارند، قدرت تمرکز هم ندارند.

وی ادامه داد: بیش فعال‌ها به هیچ عنوان نمیتوانند یک جا ثابت بمانند در حالی که در خانه میتوانند بازیهای کامپیوتری، نقاشی و اقداماتی از این دست داشته باشند.

وی در این خصوص ادامه داد: اگر برای مثال کودک نمیتواند در مهدکودک بنشیند در حالی که در خانه این رفتارها را ندارد به هیچ عنوان نمیتوان گفت بیش فعال است زیرا بیش فعال‌ها بیش از 2، 3

دقیقه قادر به کنترل خود نیستند. وی همچنین ضمن اشاره به این موضوع که همواره در طول تاریخ افراد موفق کسانی بودند که کودکی متفاوتی داشتند و این تفاوتها مبنی بر بیادبی، ناتوانی و... نیست، اظهار کرد: در حال حاضر والدین به دلیل تک فرزندی، نگرانی و دغدغهای بیش از حد داشته و عمدتاً برای جلوگیری از آسیب کودک و تربیت صحیح آن، اقدام به کنترل بیش از حد کودک خود میکنند.

وی در این باره تصریح کرد: والدین که با کنترل بیش از حد کودک تصور میکنند که کودک موفقتر تربیت خواهند کرد، در حالی که کنترل بیش از حد کودک دقیقاً نقطه مقابل خلاقیت و موفقیت کودک است.

وی در این باره تصریح کرد: کودکانی که کارهای تکراری انجام میدهند و دائماً در حال تکرار فعالیتهای یکسان و مشابه هستند خلاقیت کمتری داشته در حالی که به کودکان که واقعا در حال کنجکاوی هستند اگر فرصت بروز هیجانات داده شود، انسانها موفقتر میشوند.

این روانشناس همچنین ضمن بیان اینکه کارمندان عموماً افراد خلاق نیستند زیرا میتوانند از 8 صبح تا 4 بعدازظهر در محیطی ثابت کار کرده و در نهایت منتظر بازنشستگی و بیمه و... عوامل این چینی باشند، گفت: انسانهای موفق کسانی هستند که در زندگی‌شان از فضای ثابت و راکد فاصله میگیرند.

وی در این خصوص افزود: باید بدانیم انسانهایی که فعالیت بیش از حد یا مختلف دارند بالاخص کودکان زیر 6 سال نشانه اختلال یا hyperactive بودن، نیست.

وی همچنین عنوان کرد: بیش فعالی اختلال است در حالی که بسیاری از کسانی که ما تصور میکنیم بیش فعال هستند در واقع بیش فعال نبوده و باید بدانیم اگر اثبات شود که کودک دارای اختلال بیش فعالی است، راه حل آن در سن پیش از دبستان قرص‌درمانی نیست، بلکه رفتاردرمانی است.

وی ادامه داد: اگر با این کودکان مدارا شود میتوانند در آینده موفق شوند و اگر با آنها مدارا نشود، ممکن است در آینده به انسانهای وحشتناک و بزهکار تبدیل شوند.

وی همچنین خاطرنشان کرد: hyperactive هم اگر شدت خیلی زیادی داشته باشد به طوری که باعث آسیب رساندن به دیگران شود اختلال

است، باید بدانیم شدت اینها با هم خیلی متفاوت است.

وی درخصوص اینکه به اشتباه به بسیاری از کودکان انگ بیش فعالی زده میشود، گفت: 80 درصد کسانی که ما فکر میکنیم بیش فعال هستند، در واقع نیستند و ما چون بی حوصله‌ایم، خسته‌ایم و اعصاب نداریم سریع برجسب بیش فعالی به کودک میزنیم برای مثال قرص ریتالین می‌دهیم و ما باید بدانیم که باید استرس را از کودکان بگیریم نه به آنها برجسب بزنیم و استرس بدهیم.

بیاتی ضمن اشاره به اینکه باید به کودکان فرصت تخلیه هیجانات و انرژی‌ها را داد، گفت: زمانی که فرد در کودکی تخلیه شود حتی اگر بسیار پر تحرک باشد در زمان بزرگسالی نسبتاً آرام میشود اما برعکس وقتی که به فرد در کودکی اجازه تحرک داده نمیشود، در بزرگسالی آن را جبران میکند.

وی ادامه داد: وقتی کودک در کودکی تخلیه هیجانی شده باشد باعث میشود در بزرگسالی آرام‌تر شود زیرا نیازهای آن در کودکی برطرف شدن است، اما سرکوب کردن نیازهای کودک باعث ایجاد مشکلات بسیار زیاد آن در بزرگسالی میشود.

بیاتی همچنین به این نکته که تمام روانشناسان معتقدند که تمام مشکلات دوره بزرگسالی ریشه در کودکی دارد، گفت: مهم‌ترین آن از لحظه متولد تا پایان شش سالگی است زیرا این دوره سنی هم میتواند آسیب زننده باشد و هم کمک کننده زیرا 60 درصد از شخصیت کودک در زیر شش سال و 20 درصد تا پایان دبستان و 20 درصد آن هم به سختی در بزرگسالی شکل می‌گیرد.

وی همچنین عنوان کرد: مقابله با اختلال بیش فعالی در حوزه خانواده نیست و کار تخصصی [مشاور کودک](#) است و والدین باید از دارو درمانی پرهیزند و در واقع باید مشاور کودک و تشخیص خود راهکارهایی به والدین داده تا کودک بیش فعال کنترل شود.

وی همچنین تاکید کرد: تشخیص بیش فعالی و همچنین سایر اختلالات برای سنین زیر شش سال بسیار سخت بوده و قابل تشخیص نیست و نمیتوان به گفته یک روانشناس اکتفا کرد زیرا ما نمیتوانیم سریع به کودکان برجسب اختلال روانی بزنیم.

وی ادامه داد: اگر کودک بیش فعال در کودکی با یک مشاور کودک ارتباط بگیرد و از طریق ورزش و تغذیه و کنترل بازی در کامپیوتر

و... در واقع رفتار کودک ساماندهی و رفتار درمانی شود، بدون مصرف دارو می‌توان رفتار وی را کنترل کرد.

بیاتی همچنین در ارتباط با اینکه تعبیر والدین از رفتارهای کودکان عمدتاً به این شکل است که کودک دچار مشکلات عاطفی و... بوده آنان را نزد روانپزشک و روانشناس می‌برند، گفت: این امر باعث می‌شود که کودک تحت دارودرمانی قرار گرفته و قرص‌های آرامبخش مانند ریتالین مصرف کند در حالی که باید بدانیم با اینگونه رفتارها باعث می‌شویم کودک مثل مرغ ماشینی رشد کند.

وی در ارتباط با این باور غلط والدین درخصوص کودکان باید "حرف گوش کن" باشند، گفت: والدین گمان می‌کنند کودکان باید حرف آنان را گوش کنند در حالی که قرار نیست کودک زیر شش سال حرف کسی را گوش دهد، بلکه والدین باید از زاویه دید کودک دنیا را ببینند و اگر بخواهیم کودک را خوب تربیت کنیم، باید همانند کودکان و از زاویه دید آنها ببینیم.