آیا کودک شما بیش فعال است؟

دی 9, 1393

به گزارش پایگاه خبری نگاه (نگاه روز)، یک روانشناس کودک گفت: آموزش‌هاي بيش از حد به كودكان باعث نابودي كودكان مي‌شود و در حال حاضر در تمام دنيا آموزش‌هاي رسمي براي كودكان زير شش سال منسوخ شده است.

مهدي بياتي گفت: كودكان نبايد تحت آموزش‌هاي رسمي و مستقيم قرار گيرند زيرا اين امر باعث فاصله گرفتن كودک از كودكي‌اش مي‌شود.

وي در اين باره تصريح كرد: كودكي كه از كودكي خود فاصله بگيرد و لذت كودكي را تجربه نكند، در نوجواني و بزرگسالي به دنبال جبران عقده‌هاي انباشته شده خود در دوران كودكي گرايش مي‌يابد.

بياتي ضمن اشاره به اينكه در گذشته فضاي خانه‌ها بزرگ و امكان تحرک و بازي براي كودكان فراهم بود، گفت: در گذشته به علت بزرگ‌تر بودن فضاي خانه‌ها فعاليت كودكان خيلي به چشم نمي‌آمد در حالي كه در حال حاضر به دليل آپارتماني و كوچک شدن فضاي منازل، كودكان با انجام كوچک‌ترين تحركي مورد سرزنش قرار گرفته و برچسب بيش فعال مي‌گيرند.

اين روانشناس در اين خصوص تشريح كرد: پيش‌فعالي و hyperactive دو مقوله متفاوت است در حالي كه اغلب اين دو موضوع متفاوت نزد عوام يكسان تلقي مي‌شود.

وي درخصوص تفاوت اين دو مساله گفت: hyperactive كساني هستند كه بيش از همه فعاليت داشته اما قدرت تمركز خوبي دارند در حالي كه پيش‌فعال‌ها علاوه بر اينكه فعاليت بيش از حد دارند، قدرت تمركز هم ندارند.

وي ادامه داد: بيش فعال‌ها به هيچ عنوان نمي‌توانند يک جا ثابت بمانند در حالي كه در خانه مي‌توانند بازي‌هاي كامپيوتري، نقاشي و اقداماتي از اين دست داشته باشند.

وي در اين خصوص ادامه داد: اگر براي مثال كودک نمي‌تواند در مهدكودک بنشيند در حالي كه در خانه اين رفتارها را ندارد به هيچ عنوان نمي‌توان گفت بيش فعال است زيرا بيش فعال‌ها بيش از 2، 3

دقيقه قادر به كنترل خود نيستند.
وي همچنين ضمن اشاره به اين موضوع كه همواره در طول تاريخ افراد موفق كساني بودند كه كودكي متفاوتي داشتند و اين تفاوت‌ها مبني بر بي‌ادبي، ناتواني و… نيست، اظهار كرد: در حال حاضر والدين به دليل تک فرزندي، نگراني و دغدغه‌اي بيش از حد داشته و عمدتا براي جلوگيري از آسيب كودک و تربيت صحيح آن، اقدام به كنترل بيش از حد كودک خود مي‌كنند.

وي در اين باره تصريح كرد: والدين كه با كنترل بيش از حد كودک تصور مي‌كنند كه كودک موفقي تربيت خواهند كرد، در حالي كه كنترل بيش از حد كودک دقيقا نقطه مقابل خلاقيت و موفقيت كودک است.

وي در اين باره تصريح كرد: كودكاني كه كارهاي تكراري انجام مي‌دهند و دائما در حال تكرار فعاليت‌هاي يكسان و مشابه هستند خلاقيت كمتري داشته در حالي كه به كودكان كه واقعا در حال كنجكاوي هستند اگر فرصت بروز هيجانات داده شود، انسان‌ها موفقي مي‌شوند.

اين روانشناس همچنين ضمن بيان اينكه كارمندان عموما افراد خلاقي نيستند زيرا مي‌توانند از 8 صبح تا 4 بعدازظهر در محيطي ثابت كار كرده و در نهايت منتظر بازنشستگي و بيمه و.. عوامل اين چنيني باشند، گفت: انسان‌هاي موفق كساني هستند كه در زندگي‌شان از فضاي ثابت و راكد فاصله مي‌گيرند.

وي در اين خصوص افزود: بايد بدانيم انسان‌هايي كه فعاليت بيش از حد يا مختلف دارند بالاخص كودكان زير 6 سال نشانه اختلال يا hyperactive بودن، نيست.

وي همچنين عنوان كرد: بيش فعالي اختلال است در حالي كه بسياري از كساني كه ما تصور مي‌كنيم بيش فعال هستند در واقع بيش فعال نبوده و بايد بدانيم اگر اثبات شود كه كودک داراي اختلال بيش فعالي است، راه‌حل آن در سن پيش از دبستان قرص‌درماني نيست، بلكه رفتاردرماني است.

وي ادامه داد: اگر با اين كودكان مدارا شود مي‌توانند در آينده موفق شوند و اگر با آنها مدارا نشود، ممكن است در آينده به انسان‌هاي وحشتناک و بزهكار تبديل شوند.

وي همچنين خاطرنشان كرد: hyperactive هم اگر شدت خيلي زيادي داشته باشد به طوري كه باعث آسيب رساندن به ديگران شود اختلال

است، بايد بدانيم شدت اينها با هم خيلي متفاوت است.

وي درخصوص اينكه به اشتباه به بسياري از كودكان انگ بيش فعالي زده مي‌شود، گفت: 80 درصد كساني كه ما فكر مي‌كنيم بيش فعال هستند، در واقع نيستند و ما چون بي حوصله‌ايم، خسته‌ايم و اعصاب نداريم سريع برچسب بيش فعالي به كودک مي‌زنيم براي مثال قرص ريتالين مي‌دهيم و ما بايد بدانيم كه بايد استرس را از كودكان بگيريم نه به آنها برچسب بزنيم و استرس بدهيم.

بياتي ضمن اشاره به اينكه بايد به كودكان فرصت تخليه هيجانات و انرژي‌ها را داد، گفت: زماني كه فرد در كودكي تخليه شود حتي اگر بسيار پر تحرک باشد درزمان بزرگسالي نسبتا آرام مي‌شود اما برعكس وقتي كه به فرد در كودكي اجازه تحرک داده نمي‌شود، در بزرگسالي آن را جبران مي‌كند.

وي ادامه داد: وقتي كودک در كودكي تخليه هيجاني شده باشد باعث مي‌شود در بزرگسالي آرام‌تر شود زيرا نيازهاي آن در كودكي برطرف شدن است، اما سركوب كردن نيازهاي كودک باعث ايجاد مشكلات بسيار زياد آن در بزرگسالي مي‌شود.

بياتي همچنين به اين نكته كه تمام روانشناسان معتقدند كه تمام مشكلات دوره بزرگسالي ريشه در كودكي دارد، گفت: مهم‌ترين آن از لحظه متولد تا پايان شش سالگي است زيرا اين دوره سني هم مي‌تواند آسيب زننده باشد و هم كمک كننده زيرا 60 درصد از شخصيت كودک در زير شش سال و 20 درصد تا پايان دبستان و 20 درصد آن هم به سختي در بزرگسالي شكل مي‌گيرد.

وي همچنين عنوان كرد: مقابله با اختلال بيش فعالي در حوزه خانواده نيست و كار تخصصي مشاور كودک است و والدين بايد از دارو درماني بپرهيزند و در واقع بايد مشاور كودک و تشخيص خود راهكارهايي به والدين داده تا كودک بيش فعال كنترل شود.

وي همچنين تاكيد كرد: تشخيص بيش فعالي و همچنين ساير اختلالات براي سنين زير شش سال بسيار سخت بوده و قابل تشخيص نيست و نمي‌توان به گفته يک روانشناس اكتفا كرد زيرا ما نمي‌توانيم سريع به كودكان برچسب اختلال رواني بزنيم.

وي ادامه داد: اگر كودک بيش فعال در كودكي با يک مشاور كودک ارتباط بگيرد و از طريق ورزش و تغذيه و كنترل بازي در كامپيوتر

و… در واقع رفتار کودک ساماندهي و رفتار درماني شود، بدون مصرف دارو مي‌توان رفتار وي را کنترل کرد.

بياتي همچنين در ارتباط با اينکه تعابير والدين از رفتارهاي کودکان عمدتا به اين شکل است که کودک دچار مشکلات عاطفي و… بوده آنان را نزد روانپزشک و روانشناس مي‌برند، گفت: اين امر باعث مي‌شود که کودک تحت دارودرماني قرار گرفته و قرص‌هاي آرامبخش مانند ريتالين مصرف کند در حالي که بايد بدانيم با اينگونه رفتارها باعث مي‌شويم کودک مثل مرغ ماشيني رشد کند.

وي در ارتباط با اين باور غلط والدين درخصوص کودکان بايد "حرف گوش کن" باشند، گفت: والدين گمان مي‌کنند کودکان بايد حرف آنان را گوش کنند در حالي که قرار نيست کودک زير شش سال حرف کسي را گوش دهد، بلکه والدين بايد از زاويه ديد کودک دنيا را ببينند و اگر بخواهيم کودک را خوب تربيت کنيم، بايد همانند کودکان و از زاويه ديد آنها ببينيم.