

چه علائم و نشانه‌هایی را باید در رفتار فرزندان مان جدی بگیریم؟

راز زدایی از ناگفته‌های رفتاری و ذهنی کودکان

بکتا فراهانی
مهمی در زندگی است که تاثیراتی بسیار عمیق و گاهی غیر قابل تغییر در بزرگسالی

افراد دارد. به همین دلیل باید از لحظه تولد علاوه بر جسم کودک حتما به رفتار و در واقع آنچه در ذهن او می‌گذرد هم توجه داشته باشیم. برای چنین امر مهمی هم باید خودمان به عنوان پدر، مادر یا مراقب او آگاهی‌های لازم را در این خصوص داشته باشیم. فراموش نکنیم که پرورش کودک فقط در نظر گرفتن شرایط و نیازهای جسمانی او مثل اینکه گرسنه است، خوابش می‌آید یا... نیست. کودک از بدو تولد نیازهای عاطفی و روانی هم دارد که اگر آنها را نشناسیم یا نسبت به آنها بی‌توجه باشیم در آینده او بسیار تاثیرگذار خواهد بود. هر کودک همان قدر که منحصر به فرد است، به همان اندازه هم نیازهای روحی و عاطفی دارد که فقط مختص خود اوست بنابراین نباید او را با سایر فرزندان خود یا بچه‌های دوستان و آشنایان مقایسه کرد. تلاش کنیم خواسته‌ها، نیازها، ابهامات یا ناگفته‌هایی را که در رفتارش نسبت به دنیای اطراف خود نشان می‌دهد به خوبی شناسایی کنیم و تشخیص دهیم. به این ترتیب هم می‌توانیم ارتباط بهتر و دوستانه‌تری در تمام مراحل زندگی فرزندانمان با او داشته باشیم و هم با شناسایی خواسته‌ها و نیازهایش می‌توانیم به گونه‌ای رفتار کنیم تا مشکلات رفتاری و ارتباطی او نیز در آینده بسیار کمتر شود. اما چگونه می‌توانیم به چنین آگاهی و شناختی در خصوص فرزندانمان دست یابیم؟ در این خصوص با دکتر معصومه موسوی، فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان و عضو هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی گفت‌وگو کرده‌ایم.

سوال: خانم دکتر، برای شناخت رفتارها و نشانه‌های وجود مشکل در کودکان باید در ابتدا در مورد رفتارهای طبیعی و غیر طبیعی کودکان آگاهی داشته باشیم. لطفا در ابتدا در این مورد راهنمایی بفرمایید.
کاملادرست است البته این تعاریف بسیار گسترده هستند و موارد زیادی را شامل می‌شوند. موضوع مهم برای ارائه این تعریف در نظر گرفتن سن کودک هم هست، چون موضوع بسیار مهمی است. به این ترتیب ممکن است رفتاری برای یک سن عادی و برای سن دیگری کاملا غیر عادی شناخته شود. برای رفتارهای طبیعی تعریف‌های زیادی می‌توان ارائه داد. رفتارهای طبیعی را می‌توان رفتاری دانست که اگر بیشتر افراد جامعه داشته باشند و رفتارشان مطابق آن باشد، آن رفتار طبیعی و نرمال شناخته می‌شود. البته این تعریف تا حدودی ما را آگاه می‌کند که چگونه رفتاری را می‌توانیم غیر عادی تلقی کنیم، البته همیشه نمی‌توان به چنین تعریفی استناد کرد چون ممکن است به مرور زمان تغییر کند. رفتارهای غیر طبیعی نیز می‌توانند رفتارهایی باشند که موجب صدمه یا به وجود آوردن مشکل برای خود کودک یا دیگران شوند. مثلا بچه‌ای که مدام اشیا را به سمت دیگران پرت می‌کند امکان آسیب رساندن به دیگران را دارد که می‌تواند



نشان دهنده رفتار غیر عادی او باشد. البته آسیب فقط شامل آسیب جسمانی نیست و می‌تواند آزارهای روحی و روانی را هم شامل شود. مانند زمانی که کودکی به دیگران یا والدینش توهین می‌کند یا با لحن بدی حرف می‌زند. زمانی هم بعضی بچه‌ها به وسایل خودشان یا دیگران آسیب می‌رسانند. مثلا هیچ کدام از اسباب‌بازی‌هایشان را سالم نگه نمی‌دارند و به جای بازی کردن با اسباب‌بازی‌هایشان فقط آنها را می‌شکنند. یعنی رفتارهایی که از نظر اجتماعی ناپسند باشند هم غیر عادی تلقی می‌شوند. این نوع بی‌ادبی‌ها باعث می‌شود کودک «محبوب» نباشد و حتی کسی نخواهد در مهدکودک یا جمع‌های فامیلی و دوستانه علاقه‌ای به بازی کردن با او داشته باشد. اما توجه داشته باشیم کودک را با هر گونه رفتاری باید بپذیریم و دوست داشته باشیم.

سوال: والدین در رفتارهای فرزندانشان باید به چه نکاتی توجه داشته باشند؟
والدین ابتدا باید توجه داشته باشند که آیا فرزندان از لحاظ تکامل خود نرمال و طبیعی هست یا خیر. یعنی توانایی‌ها و نوع رفتارشان متناسب با سن و سالیان هست یا نه. توجه به این نکته مهم است چون اگر این مشکلات در زمان کودکی تشخیص داده نشوند تاثیر بدی در آینده کودک می‌گذارد و مشکلات زیادی برای او به وجود خواهند آورد. موضوع تکامل به موقع کودکان از لحاظ جسمی و رفتاری موضوع بسیار مهم و پیچیده‌ای است که تشخیص درست آن نیاز به تخصص دارد، بنابراین نمی‌توان از خانواده‌ها انتظار داشت چنین کاری را خودشان به تنهایی انجام دهند. اما آنها می‌توانند فرزندان خود را با همسن و سالانشان مقایسه کنند تا بتوانند بهتر تشخیص دهند. البته این مقایسه فقط در حد تشخیص رفتارهای کلی در سنین مختلف است. به مقایسه دو کودک با همدیگر و نتیجه‌گیری خوب و بد آنها.

موضوع تکامل به موقع کودکان از لحاظ جسمی و رفتاری موضوع بسیار مهم و پیچیده‌ای است



که تشخیص درست آن نیاز به تخصص دارد، بنابراین نمی‌توان از خانواده‌ها انتظار داشت چنین کاری را خودشان به تنهایی انجام دهند. اما آنها می‌توانند فرزندان خود را با همسن و سالانشان مقایسه کنند تا بهتر بتوانند مشکلات احتمالی آنها را تشخیص دهند

یک چوب‌به‌عنوان شمشیر استفاده نمی‌کند یعنی تمایلی به انجام بازی‌های سمبولیک ندارد که بهتر است دقت بیشتری در خصوص آن داشته باشیم. البته توجه داشته باشیم اگر دختر بچه‌ای به بازی‌های خشن بیشتر علاقه نشان دهد ولی در رفتارهای دیگرش نشانه خاصی وجود نداشته باشد جای نگرانی وجود ندارد. بنابراین والدین باید توجه دقت کنند اگر فرزندان حد اکثر تا حدود سن دو سال و نیم بازی سمبولیک نداشتند حتما باید به آن توجه داشته باشند و به متخصص مراجعه کنند.

سوال: والدین برای ارتباط بهتر با فرزندان باید به چه نکاتی توجه داشته باشند؟
نخستین کاری که مادر و پدرها باید آن را در نظر بگیرند این است که به فرزندان‌شان زور نگویند. یعنی سعی نکنند خصوصیت فردی کودک یا نوجوان را مطابق خواسته‌های خودشان یا آنچه در ذهن‌شان می‌گذرد تغییر دهند. اینکه والدین اصرار داشته باشند همه نمرات فرزندان عالی باشد انتظار به جایی نیست و ممکن است برای کودک یا نوجوان چنین درخواستی امکان‌پذیر نباشد. در واقع والدین باید با توجه به علائق و استعدادها و فرزندان‌شان از او انتظار داشته باشند که مطابق میل و سلیقه خود. مثلا اگر هم از فرزندتان توقع دارید مطابق میل شما به موسیقی علاقه‌مند شود باید در نظر داشته باشید که این کار جزو وظایفش نیست. ضمن اینکه برای ترغیب او باید با تشویق و پاداش کمکش کنید نه با دعوا و تنبیه و قهر. در طیف نرمال و طبیعی توجه به این نکات بسیار مهم است.

سوال: نشانه‌ها و رفتارهایی که در کودکان باید به آنها توجه داشت چیست؟
یکی از چیزهایی که در رفتار کودکان باید به آن توجه داشت میزان فعالیت‌ها آنهاست. البته هر کودکی در این خصوص باید با خودش مقایسه شود چون امکان دارد کودکی کلا پر جنب و جوش باشد اما کودک دیگری از ابتدای تولد آرام و بی‌سر و صدا باشد، بنابراین همان گونه که بی‌تحریکی کودکی که مدام در گوشه‌ای افتاده و اصلا تکان نمی‌خورد مهم است؛ کودکی هم که اصلا آرام و قرار ندارد و نمی‌تواند آرام بگیرد و بنشیند هم مهم و تاثیرگذار است. یعنی بالا و پایین سطح و دامنه نرمال و طبیعی جنب و جوش و فعالیت کودکان مهم است و باید به آنها توجه شود. توجه به این موضوع مهم است که فعالیت زیاد یا کم کودک او را دچار مشکل نکند. به همین خاطر از عروسک به عنوان بچه استفاده نمی‌کند یا از

دویم. مثلا دختر بچه‌ها باید ماشین یا تنگ هم داشته باشند. یا نباید تمام عروسک‌های پسر بچه‌ها را جمع‌آوری کنیم. چون اتفاقا خوب است که هر بچه‌ای با جنس مخالف و بازی‌های آن جنس هم آشنا باشد. این موضوع باعث می‌شود در مغز کودکان تکامل بهتر و بیشتری در برقراری روابط اجتماعی ایجاد شود. اما مهم آن است که علاقه اصلی آنها به بازی‌های جنس مخالفشان نباشد. با توجه به اینکه برای والدین ایرانی مهم است که کودک مطابق جنسیت خود رشد کند؛ اگر کودکی به بازی‌هایی که چندان تناسبی با جنسیتش ندارد تمایل بیشتری نشان داد والدین می‌توانند آن بازی را به عنوان پاداش برای او در نظر بگیرند؛ درست مانند وقتی که کودک به خوردن میوه علاقه‌ای ندارد و والدین می‌توانند بستنی را به عنوان پاداش میوه‌خوردن برای او در نظر بگیرند. اگر پدر و مادرها با هم نگرانی‌هایی در این زمینه داشتند می‌توانند به متخصص مراجعه کنند ولی نکته مهم در این خصوص آن است که کودک بتواند جنسیت خود را درست تشخیص دهد. در هر صورت بسیاری از مشکلات با بازی درمانی توسط متخصصان رفع می‌شود. بنابراین می‌توان گفت توجه‌داشتن کودک به بازی‌های سمبولیک یکی از نشانه‌هایی است که والدین باید به آن توجه داشته باشند و کمی در مورد آن بیشتر دقت کنند و حتی نگران شوند تا بتوانند مشکل فرزندان‌شان را به خوبی شناسایی کنند.

سوال: چگونه می‌توان بازی‌های سمبولیک را تشخیص داد و انجام آنها چه اهمیتی برای کودک دارد؟
بازی‌های سمبولیک به این معناست که از یک وسیله به عنوان وسیله‌ای دیگر استفاده شود که در واقع یکی از مراحل مهم تکاملی شناخت اجتماعی کودکان است که به صورت طبیعی باید در ذهن کودکان انجام شود. مثلا بچه‌ای که اصلا از عروسک به عنوان بچه استفاده نمی‌کند یا از

تجربیات ناوکی هیگاشیدا نوجوان ۱۳ ساله مبتلا به اوتیسم صدای درونی کودک مبتلا به اوتیسم

دکتر میترا حکیم‌نوشتری فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان



کتاب «چرا پریدم؟» که تجارب شخصی نوجوانی مبتلا به اوتیسم است، توسط خود این نوجوان به رشته تحریر در آمده است. او می‌نویسد تنها راه ارتباط برقرار کردن حرف زدن نیست. او با استفاده از تخته‌الغیا و صفحه کامپیوترش توانسته است آنچه را که حس می‌کند به روی کاغذ بیاورد. او پاسخ چرایی (تجربه شخصی) بسیاری از علائم اوتیسم را که خودش نیز تجربه می‌کند به ما می‌دهد. مثلا در این مورد که چرا سوالات تکراری می‌پرسد، می‌نویسد: «وقتی سوالی را تکرار می‌کنم می‌دانم که قبلا نیز آن را پرسیده‌ام اما پاسخ را فراموش کرده‌ام. خاطرات من مانند تعدادی نقطه پراکنده هستند و ارتباطی میان آنها نیست و پرسش تکراری من کمک می‌کند تا خاطراتم به هم بپیوندند و برای مدت کوتاهی به پاسخ درست پیدا کنم.»

او در برابر علامت پژواک کلام که در آن کودک مبتلا به اوتیسم سوالی را که شنیده است تکرار می‌کند می‌نویسد: «تکرار سوال به تصویرسازی در ذهن ما کمک می‌کند. وقتی از من سوالی می‌شود

پس از تصویرسازی باید در ذهنم جستجو کنم تا تجربه‌ای شبیه به آن را پیدا کنم و بفهمم که در مورد این سوال چه پاسخی می‌دادم تا دوباره از آن استفاده کنم.» او در بخشی از کتاب به احساسات منفی می‌پردازد که بعد از آن که مانند یک کودک خردسال با او رفتار می‌شود تجربه می‌کند. این نکته حائز اهمیت است که در مواجهه با افراد مبتلا به مشکلات ذهنی باید بر اساس سن شناسنامه‌ای رفتار کرد نه بر اساس آنچه که ما با آن، سن درکی فرد را حدس می‌زنیم. به عبارت دیگر این افراد ممکن است به درک مسائلی نائل شوند که قادر به بیان آن نیستند و باید در برخوردها احترام و شانی را برای آنها قائل شد که به همسالان‌شان می‌گذاریم.

او در مورد نداشتن تماس چشمی می‌نویسد: «وقتی از من سوالی می‌شود من دارم به صدای فرد نگاه می‌کنم اگرچه صدا قابل دیدن نیست. یعنی سعی می‌کنم که با دقت گوش دهم اگرچه ممکن است با کلام نتوانم این رفتارم را نشان دهم.» او در مورد ترجیح دادن تنهایی می‌گوید ما همیشه نگرانیم که برای دیگران در درس درست نکنیم به همین دلیل سعی می‌کنیم دور و بر دیگران نباشیم تا اعصابشان کمتر به هم بریزد. او می‌گوید سردی عاطفی ما به



اگر می‌خواهید با دلایل سایر علائم بچه‌های مبتلا به اوتیسم آشنا شوید، کتاب چرا پریدم را مطالعه کنید. داشتن درک بهتر از علائم اوتیسم، ما را در برابر این بچه‌ها صبورتر می‌کند و بهتر می‌توانیم به آنها کمک کنیم و می‌پذیریم که نگاه متفاوت آنها به پدیده‌ها حقیقتی است که انکار آن موجب دشوارتر شدن ارتباط با این بچه‌ها می‌شود. ■

خاطر متفاوت بودن فکر ماست. ما همیشه چالش و گرفتاری داریم و تعجب کردن و احساس فشار و شرم، بیشتر ما را دچار مشکل می‌کند. آنچه لیخندی به لبان ما می‌آورد دیدن چیزی زیباست یا خاطره‌ای است که موجب می‌شود به نظر شما بدون دلیل بخندیم. خاطرات ما پیوسته و مرتب نیستند و گاهی با هجومی از خاطرات مواجه می‌شویم که می‌تواند موجب گریه ناگهانی ما شود. ما وقتی با فرماتی مواجه می‌شویم ابتدا در مورد آن فکر می‌کنیم، سپس تصویرسازی می‌کنیم و در مرحله بعد باید خود را تشویق کنیم تا آن کار را شروع کنیم و شما این فرایند دردناک را به عنوان نمرد و نافرمانی ما تعبیر می‌کنید.

او در مورد دلیل پریدن و دست زدن ناگهانی می‌گوید: «در حالت پرش، اعضای بدنم را بهتر درک می‌کنم و حس خیلی خوبی دارم. وقتی می‌پریم احساس سبکی می‌کنم و وقتی تحت تاثیر اتفاقی عواطفم تحریک می‌شود بیشتر این کار را انجام می‌دهم. گاهی با شنیدن صداهای طوفانی در ما به وجود می‌آید. انگار زمین می‌شکند و منظره‌های دور به سرعت به ما نزدیک می‌شود. این تجربه بسیار

فراموش نکنیم هر نشانه یا رفتاری که مانع از رشد و تکامل کودک شود مشکل آفرین است و والدین باید به آن توجه نشان دهند. ضمن اینکه گاهی نگرانی بعضی خانواده‌ها پیش از اندازه است و این موضوع هم همان قدر می‌تواند مشکل آفرین باشد که بی‌توجهی پدر و مادری که کمتر توجهی به فرزندان خود و رفتارهایشان دارند. مقایسه‌های بیجا و والدین و حساسیت‌های بیش از حد آنها هم نه تنها فایده‌ای نخواهد داشت بلکه در بسیاری موارد برای خود کودک هم مشکل آفرین خواهد شد.

سوال: آیا نقاشی‌های کودکان هم باید جدی گرفته شوند؟
هر توانایی که به رشد و تکامل کودک کمک کند مهم است. نقاشی هم به تنهایی تفریح و سرگرمی نیست چون از لحاظ شناختی و ارتباطی می‌تواند به آنها کمک کند و دنیای نهان آنها را به ما نشان دهد. توجه به چند نکته در مورد تفسیر نقاشی کودکان مهم است. نخست آنکه ما هرگز نمی‌توانیم «فقط» بر اساس نقاشی‌های کودک او را ارزیابی کنیم. ارزیابی و نظر دادن در مورد کودک بدون توجه به دیگر خصوصیات و پیشینه فرهنگی و خانوادگی کودک بسیار غیر علمی است. در واقع نقاشی‌هایی که در نقاشی می‌بینیم فقط می‌توانند تکمیل‌کننده نشانه‌های دیگر باشند و نقاشی به تنهایی معنای کاملی برای ارزیابی‌های ما نخواهد داشت.

یکی از نشانه‌های طبیعی این است که انتظار می‌رود بچه‌ها تا دو سالگی قلم دست بگیرند و روی کاغذ خط‌خطی کنند. در سنین بالاتر هم به تدریج می‌توان هوش، وضعیت هیجانی و دنیای درونی او را ارزیابی کرد. استفاده از رنگ‌های خاص مثلا رنگ مشکی نشان‌دهنده هیچ مشکل روانی در کودک نیست چون گاهی نگرانی‌هایی در این خصوص وجود دارد. موارد به تنهایی معنای خاصی ندارند مگر اینکه موضوعات و مشکلات دیگری در کودک، نظر والدین را به خود جلب کند.

مثلا وقتی کودکی قبلا نقاشی‌های رنگی بوده ولی به یکباره تمام صفحه را مشکی می‌کند می‌تواند دقت بیشتر ما را برای توجه به چرایی و علت اصلی موضوع جلب کند. همچنین ممکن است کودک مشکلات رفتاری دیگری هم داشته باشد که می‌توان با توجه به آنها و با کمک مشاور و متخصص به بررسی تمام مشکلات او پرداخت. توصیه می‌شود والدین در کنار فرزندان نقاشی بکشند و بعد به توصیف نقاشی‌های کودک بپردازند. ضمن اینکه از خود او هم بخواهند در مورد چیزهایی که می‌کشد توضیح دهند. والدین باید بتوانند این احساس را به فرزندان منتقل کنند که متوجه ارزش کار او هستند. تحسین، تفسیر، توصیف، توضیح و وقت گذاشتن برای بچه‌ها و همچنین وجود جوی آرام و بدون تشنج چیزی است که آنها در هر سنی به آن نیاز دارند. وقتی جوخا نوجوان به خصوص با دعواها و مشاجرات والدین با همدیگر به هم می‌ریزد حتما کودکان را هم در هر سن و سالی تحت تاثیر قرار خواهد داد، بنابراین توجه به حفظ آرامش و رفتارهای صحیح خود والدین نقش بسیار مهمی در چگونگی رفتار فرزندان‌شان خواهد داشت. ■

ترسناکی است و ما گوش‌هایمان را می‌گیریم که از این تجربه وحشتناک خلاص شویم.» ناوکی هیگاشیدا می‌نویسد: «در پایان یکی از زیبایی‌ها و تفاوت‌هایی که اوتیسم در دیدن ما ایجاد می‌کند را برای شما بازگو می‌کنم. شما در نگاه به یک شیء ابتدا کلیت آن را می‌بینید و بعد جزئیات را، اما ما ابتدا جزئیات را می‌بینیم و بعد کلیت جسم در نظرمان مشخص می‌شود. ما ابتدا قسمت درختان و چشمگیر شیء را می‌بینیم، برای ما هر جسم، زیبایی خاص خودش را دارد و این یکی از محدودیت‌هایی است که ما از آن لذت می‌بریم.»

اگر می‌خواهید با دلایل سایر علائم بچه‌های مبتلا به اوتیسم آشنا شوید، کتاب چرا پریدم را مطالعه کنید. داشتن درک بهتر از علائم اوتیسم، ما را در برابر این بچه‌ها صبورتر می‌کند و بهتر می‌توانیم به آنها کمک کنیم و می‌پذیریم که نگاه متفاوت آنها به پدیده‌ها حقیقتی است که انکار آن موجب دشوارتر شدن ارتباط با این بچه‌ها می‌شود. ■