

بررسی اختلالات یادگیری و مشکلات ذهنی در کودکان

تفاوت اختلال یادگیری و عقب ماندگی ذهنی

هر کودکی توانایی و قدرت ذهنی خاصی دارد که نمی توان آن را با کودکان دیگر مقایسه کرد اما گاهی

بعضی بچه ها دچار مشکلات یا اختلالاتی در یادگیری بعضی دروس و موضوعات درسی می شوند. مثلا قدرت فهم بعضی بچه ها در یادگیری ریاضی خیلی خوب است، در حالی که چنین قدرتی در دیکته کلمات، املا یا آموزش زبان ندارند. نکته مهم آن است که بدانیم اختلال یادگیری ناشی از مشکلات هوشی نیست و ربطی به آن ندارد، در صورتی که مشکلات یادگیری در کودکان کم توان ذهنی اغلب ناشی از هوش پایین آنهاست. در واقع کودکان کم توان ذهنی معمولا در به دست آوردن توانایی های رشدی از همسالان خود عقب تر هستند، در صورتی که کودکان مبتلا به اختلالات یادگیری برخلاف آنها تاخیر تکاملی واضح و مشخصی ندارند و با آموزش های صحیح و به موقع می توانند به موفقیت های تحصیلی چشمگیری دست یابند. برای تشخیص بهتر اختلالات یادگیری و ناتوانی های ذهنی با دکتر شیوا دولت آبادی، روان شناس کودک و رئیس هیات مدیره انجمن روان شناسی ایران گفت و گو کرده ایم.

سالم: خانم دکتر! اختلال در یادگیری چه تفاوتی با مشکلات و ناتوانی های هوشی دارد؟ مشکلات یادگیری را نباید با ناتوانی های هوشی و ذهنی اشتباه گرفت. در واقع چند مشکل در یادگیری راحت و متعارف وجود دارد. خیلی از این مشکلات یادگیری می توانند مربوط به مسائل جسمانی مانند مشکل در بینایی، شنوایی و مشکلات حسی باشند که اغلب خیلی زود خود را نشان می دهند. مثلا کودک کم شنوایی یا ناشنوا نمی تواند از مدرسه کودکی که چنین مشکلی ندارند استفاده کند. برای این بچه ها مدارس خاصی وجود دارد که می توانند از آنها استفاده کنند.

گروه دیگر اختلالی هستند که در بعضی شرایط به وجود می آیند، مثل کودکی که خانواده های آشفته دارند یا یکی از والدین به شدت افسرده است. این بچه ها کمتر می توانند از نعمت گفت و گوی سالم در محیط خانواده برخوردار باشند، اما بعضی مشکلات ناشی از کم توانی ذهنی کودک است. این کودکان باید با تشخیص درست و دقیق شناسایی شوند و پس از آن به مدارس خاص و ویژه خودشان راه پیدا کنند. در واقع این کودکان از برنامه ها و دروس مدارس عادی استفاده می کنند اما با سرعت بسیار کمتر.

سالم: اختلال و نارسایی های یادگیری اغلب به چه صورت هستند؟ برای نارسایی های یادگیری اصطلاحات زیادی به کار می رود. مثلا از آنها به اختلالات



یادگیری هم تعبیر می شود. در هر صورت موضوع انعطاف پذیری مغز برای جبران چنین نارسایی هایی در واژه «نارسایی» بیشتر مشخص است؛ یعنی می توان بچه ها را با چنین مشخصاتی به سطح خوبی از بهره مندی آنها از دروس مدارس عادی رساند. این کودکان با این نوع از نارسایی معمولا از هوش کافی برخوردار هستند و آن را در جنبه های مختلف رشد خود هم نشان داده اند. آنها می توانند ارتباطات خود را تنظیم کنند، با شرایط محیط سازگار باشند و پاسخ های متناسب با سن خود را به محیط و اطرافیان بدهند اما ممکن است با ورود به مدرسه و جریان عادی آموزش در یک یا چند شاخه از شاخه های یادگیری مشکل داشته باشند ولی در موارد دیگر در شاخه های دیگر درسی مشکلی ندارند. مثلا اصول اولیه ریاضی را به خوبی متوجه نمی شوند، در صورتی که املا و انشای شان بسیار خوب است. توجه داشته باشیم جلب علاقه و پشتکار کودکان در این خصوص بسیار موثر است.

وقتی دانش آموزی که هم از طرف خانواده تشویق می شود، هم از طرف معلم و مدرسه حمایت می شود و هم مشکل خاص جسمی و حسی مانند نابینایی یا ناشنوایی... ندارد ولی در یک موضوع درسی آنگذر مشکل دارد که پایین تر از حد میانگین است، یعنی مشکلی در یک درس خاص دارد. به عبارت دیگر عوامل محیطی و بیرونی نقشی در این مشکل ندارند.

محل پستانکی که کودک روزانه استفاده می کند، استریل کنید. برای این منظور، تکنیک های مختلفی وجود دارد که منجر به یک نتیجه واحد می شود. روش های مختلف استریل کردن به شرح زیر است:

۱. شستشوی شیشه شیر با ماشین ظرفشویی و در دمای ۸۰ تا ۹۰ درجه سانتی گراد.
۲. قرار دادن شیشه شیر در آب جوش به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه.
۳. قرار دادن به مدت ۵ یا ۶ دقیقه در یک دستگاه ضد عفونی کننده برقی.
۴. آن را در مایکروویو به مدت ۶ دقیقه قرار دهید به نحوی که در یک ظرف غیر فلزی و همراه با آب باشد.
۵. آن را به مدت ۳۰ دقیقه در یک محلول ضد عفونی کننده شیمیایی غوطه ور کنید. (به مقادیر توصیه شده توجه کنید).

دقت به جنس بطری شیر از اهمیت بالایی برخوردار است چون اگر شما ماده سازنده شیشه شیر را بدانید، قطعا می توانید مدت باقی ماندن آن در دستگاه ضد عفونی کننده را محاسبه کنید. دقت داشته باشید که اگر بطری بیشتر از زمان مجاز در دستگاه بماند، ممکن است ذوب شود یا آسیب جدی ببیند.

مراحل استریل کردن شیشه کودک
اکنون که به اهمیت استریل کردن شیشه شیر کودک پی بردید، لازم است با ۳ مرحله مهم فرایند استریل سازی آشنا شوید:

درد آشکار شود. مثلا امکان دارد کودکی مشکل «نارسایی» داشته باشد ولی ریاضی اش خوب باشد یا بتواند خیلی خوب بخواند. ضمن اینکه درست نوشتن مستلزم درست شنیدن و درک کردن آن چیزی است که باید نوشته شود. البته شناخت «عصب روان شناختی» موضوع کمک زیادی به تشخیص درست نارسایی خواهد کرد.

سالم: والدین چگونه می توانند متوجه اختلال فرزند خود در یک یا چند موضوع درسی شوند؟
وقتی والدین می بینند تمام عوامل مهم دیگر مانند شرایط بیرونی برای فرزندشان مهیاست، بهره هوشی او خوب است و مانعی سر راه او برای فراگیری و آموزش وجود ندارد و او فقط در یکی دو موضوع درسی مشکل دارد می توانند متوجه شوند نوعی نارسایی در آموزش یادگیری کودک وجود دارد و به این ترتیب متوجه می شوند اختلال او در یادگیری بعضی دروس هاست اما وقتی آموزش و فراگیری برای کودک در هر زمینه و موضوع درسی کار شاق و سختی باشد و پیشرفت او هم خیلی کند و سخت است متوجه می شویم حتما بهره هوشی مناسبی ندارد و شاید دچار نوعی عقب ماندگی است که البته این موضوع حتما باید با نظر متخصص و با انجام آزمایشات لازم اثبات شود.

سالم: مراحل تشخیص اختلالات یادگیری اغلب شامل چه مراحل است؟
نخست، تشخیص موضوع بسیار مهم است. مثلا وقتی کودکی نمی تواند خوب بنویسد باید تمام آنچه عمل نوشتن را میسر می کند بررسی شوند تا مشخص شود اشکال کار از کجاست. آیا کمبودی در پردازش آنچه می بیند وجود دارد؟ ترکیب عمل نوشتن با حرکات ظریف دست به چه صورت است؟ آیا اشکالی در شنوایی کامل کلمات وجود دارد؟ آیا درک زبان دارد و... در حال حاضر همه این عوامل طبقه بندی و به عنوان مقوله های تشخیصی مطرح شده اند. وقتی بتوانیم به درستی این مقوله ها را پیدا کنیم، می توانیم مداخله درستی در تشخیص و درمان داشته باشیم و موثرتر عمل کنیم بنابراین موضوع تشخیص اختلال از مشکلات ذهنی و عقب ماندگی های آن موضوع بسیار مهمی است که نباید نادیده گرفته شود. البته مراکز هم برای تشخیص درست اختلالات از عقب ماندگی های ذهنی وجود دارند که والدین در صورت لزوم باید از آنها استفاده کنند.



درد آشکار شود. مثلا امکان دارد کودکی مشکل «نارسایی» داشته باشد ولی ریاضی اش خوب باشد یا بتواند خیلی خوب بخواند. ضمن اینکه درست نوشتن مستلزم درست شنیدن و درک کردن آن چیزی است که باید نوشته شود. البته شناخت «عصب روان شناختی» موضوع کمک زیادی به تشخیص درست نارسایی خواهد کرد.

سالم: آیا مرزی برای تشخیص اختلال در آموزش و یادگیری با عقب ماندگی ذهنی وجود دارد؟
معمولا معلمان به خصوص معلم های باتجربه می توانند به خوبی متوجه شوند کودک در هر درس چه استعدادی دارد؛ یعنی نظر معلم در این مورد بسیار مهم است چون با مقایسه بچه ها با یکدیگر بهتر متوجه نقاط ضعف و قوت آنها خواهد شد. البته این مقایسه به معنای منفی نیست و ارزیابی و سنجشی است که با توجه به توان همسن و سالان و معیارهای استاندارد می توان به نتیجه درستی دست یافت.

در حال حاضر که شناخت بیشتری نسبت به این اختلالات وجود دارد می توان نتیجه گیری بهتری هم درخصوص هر کدام از اختلالات داشت. مثلا می توان گفت گاهی دقت کودک در شنیدن کلمات به اندازه کافی نیست و به همین خاطر نمی تواند درست بنویسد. علاوه بر نظر معلم، موضوع ناهمگن بودن درس ها هم مدنظر است، مثل کودکی که نمره ریاضی او خوب است اما همیشه در دیکته مشکل دارد، اشکالاتش اغلب تکراری است یا مشکل خاصی در نوشتن دارد که این موضوع می تواند در درس های دیگر هم به همین شکل باشد.

به این ترتیب متوجه می شویم که او فقط در یک موضوع دچار مشکلات و اختلالاتی در یادگیری است. البته نمی توان انتظار داشت



لوازمی شوند که شما به تازگی شسته اید.

مرحله سوم: در نهایت، پس از خشک شدن بطری ها، باید آنها را درون دستگاه ضد عفونی کننده قرار دهید.

لازم به تأکید است که قبل از قرار دادن بطری ها در دستگاه، از خیس یا مرطوب نبودن آنها اطمینان حاصل کنید.

پس از انجام این ۳ مرحله، توصیه می کنیم که از یک ظرف ضد هوائی مخصوص این ظروف استفاده کنید. به این ترتیب، آنها گرد و غبار را به سمت خود جمع نمی کنند و برای مدت طولانی تری استریل شده باقی می مانند.

همچنین، باید بدانید که لازم نیست بطری ها را بیش از یک بار در روز استریل کنید و یک بار کافی خواهد بود.

وقتی والدین می بینند تمام عوامل مهم مانند شرایط بیرونی برای فرزندشان مهیاست، بهره هوشی اش خوب است و مانعی سر راه او برای فراگیری و آموزش وجود ندارد و او فقط در یکی دو موضوع درسی مشکل دارد می توانند متوجه شوند نوعی نارسایی در آموزش و یادگیری کودک وجود دارد اما وقتی آموزش و فراگیری برای کودک در هر زمینه و موضوع درسی کار سختی باشد و پیشرفت او هم خیلی کند و سخت است متوجه می شویم حتما بهره هوشی مناسبی ندارد و شاید دچار نوعی عقب ماندگی است

که والدین در حد متخصص بتوانند این گونه مشکلات را تشخیص دهند اما می توانند اشکالات ابتدایی را با توجه به عملکرد فرزندشان تشخیص دهند.

به علاوه اشکالات مربوط به عقب ماندگی کودکان بیشتر قابل تشخیص است که حتما نیاز به درمان تخصصی دارد. توجه داشته باشیم تشخیص درست و دقیق در شناسایی مشکلات یادگیری کودکان بسیار مهم است.

سالم: در حال حاضر چه پیشرفت هایی در شناخت نارسایی های یادگیری کودکان حاصل شده است؟

اختلالات یادگیری اغلب به دو گروه کلامی و غیر کلامی تقسیم می شوند که با تشخیص به موقع می توانند درمان شوند. یکی از مهم ترین کارها این است که وقتی می بینیم کودکی در یک موضوع خاص مشکل دارد باید ذهن او را متوجه نقاط قوت وجودش هم کنیم، به گونه ای که اعتماد به نفسش بیشتر شود؛ یعنی ضمن توجه به جنبه های مثبت او سعی در جبران کاستی های او هم داشته باشیم. البته در عین حال باید به درمان مشکلاتش هم بپردازیم. بهترین کار داشتن صبر و حوصله زیاد برای طی این مراحل است.

توصیه های زیادی جهت اختلالات یادگیری کودکان برای خانواده ها وجود دارد که متخصصان در روش های جدید حتما به همکاری والدین در این خصوص نیاز دارند. شاید در گذشته مشکلات در این زمینه بسیار بیشتر بود چون نارسایی های کودکان باعث دور شدن آنها از جامعه می شد و همین موضوع مشکلات زیادی را برای بچه ها به دنبال می آورد، از جمله از بین رفتن اعتماد به نفس یا کم شدن عزت نفس، تحقیر شدن و... در حالی که در حال حاضر خیلی از بچه ها دیگر با چنین مشکلاتی مواجه نیستند.

تا چه زمانی باید بطری شیر کودک را استریل کرد؟

چرا لازم است شیشه شیر کودک را استریل کنید؟ تا چه زمانی باید به این کار ادامه دهید؟ پاسخ به این سوالات اگرچه مورد پسند و قبول همه نیست، باید بگوییم "تا زمانی که لازم باشد باید به این کار ادامه دهید." بهتر است این کار را تا زمانی انجام دهید که ظروف غذای کودک تغییر می کند؛ یعنی درست تا وقتی که کودک تمایلی به مکیدن شیشه شیر نداشته باشد.

برای برخی والدین، این کار کمی کسل کننده است اما با این حال، سلامت کودک تضمین می شود و استفاده از شیشه، عوارضی برای سلامت او در بر نخواهد داشت. در فهرست لوازم کودک که به شستشو و استریل مکرر نیاز دارند، باید مورد دیگری را نیز بگنجانید و آن لوازمی است که کودک هنگام دندان درآوردن و برای آرام کردن درد لثه ها به سمت دهان خود می برد. لازم به یادآوری است که استریل کردن تمام منزل در عمل، شلنی نیست و این حقیقتی است که باید بپذیریم. با این حال، ما باید تمام سعی و تلاش خود را بکنیم تا منزل، محیط تمیزتری برای کودک باشد. پس از چند ماه زندگی و با قوی تر شدن سیستم ایمنی بدن کودک، خطر ابتلا به بیماری ها به میزان قابل توجهی در او کاهش می یابد اما به یاد داشته باشید که هر کودکی وضعیت جسمی مخصوص به خود را دارد بنابراین ایمنی بدنی هر کودکی با کودک دیگر متفاوت است. متخصص اطفال کودک شما بهترین مشاوران خواهد بود و فقط او قادر است که بهترین و مناسب ترین موقعیت را برای کودکان تشخیص دهد بنابراین برای آگاهی از نحوه صحیح مراقبت از کودک، ارتباط خود را با وی قطع نکنید.

چرا لازم است شیشه شیر نوزاد را استریل کنیم؟

ترجمه: عفت عباسیان

بهداشت لوازمی که برای نوزادان استفاده می کنیم موضوعی نیست که بتوان به سادگی از آن عبور کرد. به همین دلیل باید بر نحوه

کار و پاکیزگی آنها نظارت دقیق صورت بگیرد. از همان بدو تولد، همه نوزادان در معرض میکروب ها و باکتری هایی هستند که برای سلامت آنها مضر است، به ویژه هنگامی که در تماس با لوازمی قرار دارند که به طور مستقیم با دهان آنها در ارتباط است بنابراین پاسخ به این سوال که چرا باید شیشه شیر نوزاد استریل شود، اهمیت بالایی دارد.

سالهاست که این سوال بحث های بی شماری را برانگیخته است. بسیاری معتقدند که تمیز نگه داشتن هر وسیله ای که به نوعی با کودک در ارتباط است، ضروری است، در حالی که عده ای دیگر عکس این حرف را می زنند و معتقدند که باید آنها را رها کرد تا خودشان را ایمن سازی کنند.

آنچه مسلم است این است که سطح ایمنی نوزاد تازه به دنیا آمده صفر است و نمی توان روی آن حساب ویژه ای باز کرد بنابراین والدین باید به بهداشت تمام وسایلی که در اطراف نوزاد وجود دارد و او به نوعی با آنها در ارتباط است، توجه کنند تا به این شکل از ابتلای کودک به هر نوع بیماری یا عفونی جلوگیری شود.

نحوه استریل کردن شیشه شیر نوزاد
توصیه می شود بطری نوزاد را قبل از اولین استفاده،