

# روانشناس پاسخ میدهد

— آیا تحریکات هیجانی با عکس‌العمل‌های جسمانی  
تجلی میکند؟

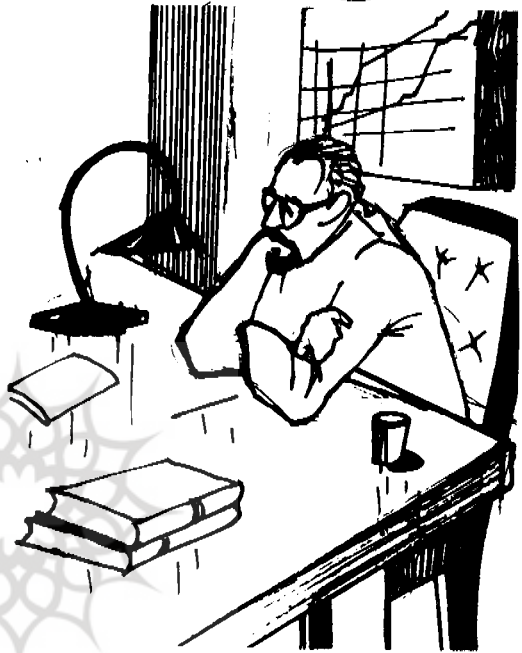
بله — عکس‌العمل‌های جسمانی در نتیجه  
حرکت هیجانی پیش می‌آید و بوسیله  
واکنش‌های مختلفی در غدد آندوکراین، در جریان  
خون، جریان تنفس، جهاز هاضمه و فعالیت  
عضلانی بمنظور تعدیل بسیار دقیق در موقعیت  
با تغییراتی در حرکات صورت ظاهر میشود  
و عضلات صدا در اینموقع برای ابراز احساس  
با کریمه، خنده و ناله بکار میرود.

— وقتیکه هیجان‌اتی از بجه ظاهر بشود چه‌سرخ  
عکس‌العمل کاملی صورت‌میگیرد؟

عکس‌العملی که در موقع ظهور هیجان‌ات طفل  
صورت‌ میگیرد ممکن است بصورت احساسات  
بسیار شدیدی منفجر شود و یا ممکن است بسا  
حادثه‌عم‌انگیز و با موقعیت‌خشنودی تلفیق  
پیدا کند.

— مفهوم هیجان‌ات چه‌شرایطی را در بردارد؟

شرایطی را که هیجان‌ات در بردارد ممکن  
است مثبت باشد مثل: خشم، رغبت، مفرط، فریاد  
خوشی و شادگامی و یا ممکن است منفی باشد مثل  
غمگینی، ناامیدی، خودخوری، نابسامانی و  
خودسوزی یا ترحم بخود و لازم به‌تذکر است که  
اصولا "هیجان‌ات هر دو عامل مثبت و منفی را در  
بردارد و در هر دو صورت داشتن هیجان‌ات نه  
گناهی است و نه آفتی یا بلائی.



— آیا هیجان‌ات شامل احساسات هم میشود؟

بله — هیجان‌ات شامل احساسات است و به  
طور وضوح میتوان توصیف کرد که: زمانی که  
انسان غضبناک شده و به غضب خود آگاه است  
و یا طوری موقعیتش مبهم است که تشریح آن  
مشکل است، یعنی وقتی که شخصی ناراحت شده  
است ولی علت آنرا نمیداند. پس اصولا "کمیت  
احساسات نه فقط نسبت به خوشی و ناخوشی  
تفاوت میکند بلکه در کیفیت آن نیز اختلاف  
زیادی وجود دارد.

— چه چیز باعث هیجان‌ها می‌شود؟

زمان معمولی مکیدن چیزی محروم‌کنند ولی در عین حال بین بچه‌هایی که تمام وسائل مکیدن را آزادانه در اختیار دارند، بازهم مکیدن شست معمول است.

سامکن است که بچه‌ها این فعالیت دست به‌دست را برای برکناری از موقعیتی که آنها را ناراحت می‌کند، بگذرانند. شست را تا مدت‌ها در زمان کودکی ادامه می‌دهند و حتی امکان دارد که بعلمت عدم تعادل گسترش اولیه جنسی آنها باشد. در هر صورت آنچه که در زمینه فعالیت بچه برای مکیدن شست نسبت به وی عمل شده بسیار قابل اهمیت است و البته باید به طفل گوشه‌گشود و مورد محبت و علاقه قرار گیرد تا بتواند این عادت را از خود دور کند و ای هیچوقت نباید او را تنبیه و مجازات کرد زیرا در این صورت ممکن است علاقه او به مکیدن شست یا انگشت تشدید گردد.

— اگر طفلی از مکیدن پستان مادر سرباز زند آیا عدم تعادلی در او هست؟

مدارکی در دست هست که اگر طفلی پستان مادر را گرفت در نتیجه عدم تعادلی است و علاوه بطوریکه مشهود گردیده بچه‌هایی که پستان مادر را می‌گیرند سلامت هیجان‌ها آنها خیلی بهتر از کودکانی است که با پستانک و شیر بطری بزرگ میشوند.

— آیا از شیر گرفتن بچه تجربه تلخی در — خواهد داشت؟

میبوان اذعان داشت که از شیر گرفتن بچه از پستان مادر و جدا کردن پستانک بطری شیر عمل ناکواری است و اقلاً " نامدنی بسیار ناراحت

هیجان‌ها، جزئی است از تمامی حالات زندگی ما و بدیهی است زمانی پیش می‌آید که به‌مدن آسیبی برسد یا مورد تهدید شدیدی واقع شود و با زحمت طاقت فرسایی به انسان برسد. ضمناً " ممکن است در نتیجه هر گونه موقعیتی ظاهر شود که طفل مورد تهدید قرار گرفته و یا افکار و عملیات او خنثی شده باشد و یا بالعکس باعث افزایش احساس شادمانی او گردیده باشد و در حقیقت هیجان‌ها در هر عاملی که طفل خود را در آن غوطه‌ور ببیند وجود دارد.

بنابراین برای درک هیجان‌ها طفل لازم است که نه فقط حرکات ظاهری او بلکه رفتار و احساسات غیر قابل شناخت او را در نظر گرفت و برای خود طفل موضوع اخیر مهم‌ترین حقایق زندگی است.

— آیا هیجان‌ها وجود دارد که بتوان آنها را هیجان‌ها اولیه تلقی کرد؟

پاره‌ای از مقامات مسئول هفت‌گانه هیجان را جز " هیجان‌ها اولیه بحساب آورده‌اند که عبارت است از: ترس، خشم، شادی، غم، کنجکاو، نفرت و بدمزگی. ولی معمولاً این صورت بالا را میتوان به سه قسم مهم توصیف کرد: ترس، عشق و خشم.

— آیا مکیدن شست نشانه‌ای است که طفل اختلال هیجانی پیدا کرده و یا تعادل خود را از دست داده است؟

بطوریکه مشهود گردیده زمانی مکیدن شست انگشت بچه زیاد طولانی‌تر می‌شود که او را از مدار

کننده است مضافاً " باینکه درجه و میزان تلخی این تجربه در طفل بستگی زیادی بر رفتار و واکنشش مادر و کثرت علاقه بچه به مکیدن دارد و چنانچه اولیاء طفل با محبت باشند و درک موقعیت را بکنند و افرادی متحمل و باحوصله باشند عمل از شیر گرفتن آنقدر برای بچه ناگوار نخواهد بود که طفل در مقابل بی‌حوصلگی، سخت‌دلی و خودپسندی مادر از شیر گرفته شود .

— آیا توالیت رفتن بچه را قبل از شش ماهگی باید تحت تعلیم قرارداد؟

البته وقت کافی لازم است تا بچه جسماً آمادگی پیدا کند و بجائی برسد که بتواند خود شخصاً لگن و بیرون رفتن خود را کنترل کند . بطور متوسط بچه‌ها بین دو و چهار سالگی باید تعلیمات توالیت رفتن را یاد بگیرند و چنانچه قبل از دوسالگی این تعلیمات داده شود بی‌معنی خواهد بود و باز هم باطل است تذکر داد که اثر آن تعلیمات باید بموازات حسن تفاهم، علاقه و محبت و برحوصلگی مادر نسبت به بچه انجام شود . زمانیکه پدران و مادران در بیرون رفتن طفل تعجیل و اصرار بکنند شاید این اصرار مداوم نمایشگر یک الگوی نظافت و نظم و ترتیب باشد و در عین حال تابع یک مقررات سخت تربیتی است و یا اینکه اولیاء طفل اجباری دارند از این که ثابت بکنند که همه چیز را میتوان با عجله انجام داد و یا اینکه میخواهند به همسایه خود بفهمانند که طفل آنها زودتر به توالیت میرود تا بچه همسایه در نتیجه اگر طفل را بتوان بین دو و چهار سالگی تحت تعلیم توالیت رفتن قرار داد بچه آنها با این مقررات سخت باید چند ماه جلوتر از این تعلیم برخوردار شود .

— آیا طفلی که از داشتن مادر حقیقی محروم است بطور طبیعی رشد و نمو میکند؟

بسیاری از مقامات صلاحیتدار اظهار نظر و تأیید کرده‌اند که اطفالی که از داشتن مسادر حقیقی محروم بوده‌اند ممکن است آثار روحی نایجائی در زندگی آنها پدیدار شود و در موارد بسیار شدید و بی‌توجهی کامل غالباً " باعث میشود که کودک از خوردن غذا سرباز زند ، مدام گریه میکند و هیچگونه اعتنائی به اطرافیان خود ندارد و یا خیلی کم با آنها توجه میکند و ضمناً باید یادآور شده عکس‌العمل یک کودک بستنه بآنست که به‌جمله عادت کرده باشد و یا بدون عکس‌العملی به زندگی، ادامه دهد و بالاخره نداشتن مادر حقیقی در طفل نسبت به چیزهایی که بدان علاقه مند است اثر بسیار چشم‌گیری دارد . بعلاوه چنین بنظر میرسد که در میزان تحمل چنین نوزادان تماس با شخص دیگر (مادر یا جانشین او) و همچنین نسبت به افرادی که از آغاز انتظار محبت و شفقت از آنها داشته است اختلافات زیادی وجود داشته باشد .

— آیا هیجانانگیز یک کودک لطیف تر از احساسات یک فرد بالغ است؟

البته جای تردید نیست که کودک در برابر بسیاری از موقعیتها قدرت و دفاعی ندارد زیرا آن استعداد، هوش و ذکاوت را فاقد است که بتواند علل پیش آمد موقعیتها را مثل افراد بالغ تلیف کند . هر چند بدیهی است که یک کودک در مقابل تهدیداتی فوراً " تحریک میشود ولی بهمان سرعت هم میتواند ناراحتی خود را

ناآیدیه بگیرد و قدرت آن را دارد که یک خشم و گریه شدید را بلافاصله به خنده و مهر و محبت خیلی سریع تر از افراد بالغ تبدیل کند و بدین طریق بنظر می آید که هر چند کودک نمیتواند مثل افراد بالغ خود را در برابر نابسامانیها حفاظت کند ولی این قدرت را دارد که واکنشهای هیجانی را خیلی زود از خود دور کند .

— آیا در گسترش هیجانات افراد اختلافاتی وجود دارد؟

بله — بطوریکه مطالعه شده است در عکس العمل و قابلیت انعطاف احساسات و هیجانات اطفال اختلافات زیادی وجود دارد . بطور مثال عصبانیتی چشمگیر در همان هفته اول زندگی طفل از لحاظ اختلاف فردی بچشم میخورد و چنین بنظر میرسد که خصائص طبیعی فردی که در زمان کودکی ظاهر شود در تمام دوره زندگی بجا می ماند و ادامه پیدا میکند .

— آیا همینکه طفل به کمال بلوغ رسد در گسترش هیجانات او اثری خواهد داشت ؟

بله — واکنش طفل در برابر موقعیت های مختلف نه فقط به گسترش هیجانات او بستگی دارد ، بلکه بموازات رشد او در طرز رفتار و کردار او نیز موثر خواهد بود .

— آیا عکس العمل هیجانی در حرکات صورت منعکس میشود؟

بله — عکس العمل های هیجانی مثل خوشحالی غم — خشم و وحشت نه فقط در حرکات صورت اطفال طبیعی که قدرت دید دارند مشاهده

میشود بلکه حتی منوزادان نابینا هم مشهود میگردد و چون اطفالی که نابینا دنیا آمده اند نمیتوانند از راه تقلید این حرکات را انجام دهند بنظر میرسد که یک الگوی هیجانی در وجود آنها بحد کمال گسترش می یابد که در حرکات صورت آنها منعکس میشود و بدیهی است که در اطفال طبیعی این الگوی حرکات صورت با تقلید از بچه های بزرگتر معمولا "از روی سبک و طرق عادی تماشای دیگران پدیدار و در حرکات صورت آنها منعکس میشود .

— آیا بتدریج که کودک بزرگ میشود چیزهای دیگری ممکن است در عکس العمل هیجانی او موثر شود؟

بله — بتدریج که طفل بزرگ میشود در مقابل علامات و اشاراتی که مسبب موانع و با پیشروی او در رفتار و انجام آزمایش بشود واکنش روز افزونی پیدا میکند و نسبت به حوادث و وقایعی که پیش می آید ، هیجانات او بیش از پیش زیاد میشود و هر چه بیشتر رشد بکند اشیاء و موقعیت ها ، ارزش هیجانی او را افزون میکند و هر زمان که طفلی با تجربه تازه ای روبرو میشود بدیهی است واکنش او نسبت بآن ، بطریقی انجام میشود که قبلا " یاد گرفته است ، مگر اینکه طرز دیگری را بعدا " یاد بگیرد ، زیرا در هر موقع که بایک واقعه تازه ای مواجه شود امکان دارد که برای او تصادف و یا هیجانی پیش بیاید .

