

بطور کلی میتوان گفت که اضطراب یک اختلالی است که در درون وجود طفل پیدامیشود که زیر بنای آن گرایشی به مبارزات درونی و تعهداتی است که طفل بدوش می کشد و در بسیاری از موارد اضطراب احساسی است که از بایست‌ها و نبایست‌هایی که طفل در خود می بیند سرچشمه میگردد، و همچنین بطور اعم اضطراب وقتی پیش می آید که طفل حقیقتاً "نمیداند چه چیز باعث آشفتگی او شده است .

چه اختلافی بین ترس و اضطراب وجود دارد؟

در ترس هامعمولاً " طفل بطور وضوح فکری کتد چه چیزی او را مورد تهدید قرار داده است ، مثل یک نیش سوزن ، ولی در اضطراب شاید نتواند آنچه چیزی را که او را نگران کرده است توصیف کند زیرا چیزی او را ناراحت کرده که شناخت آن برای او مشکل است و بدین طریق ممکن است احساسی داشته باشد که منشاء آن نامفهوم ، بی معنا و متنوع باشد و چنین احساساتی ممکن است مبتنی بر یک سابقه وحشت زائی باشد یا نباشد و در ضمن امکان دارد که این احساس از آشفتگی ، نابسامانی تحریک اعصاب ، ناراحتی و فشار خشم و خصومت ریشه داشته باشد .

آیا اضطراب ها غالباً " بلا ارادی پیش می آید؟

بلف احساس اضطراب بطور اعم بلا ارادی است که بایمیشه برای شخص کاملاً " ناشناخته است و بایه شکلی است که نمیتوان فهمید چه گونه پیش آمده است .

روانشناس پاسخ میدهد



تهدید به مجازات که ممکن است باعث گسترش ترس در اطفال شود و طفل بیم آن را پیدا کند که او را مردود و یا متروک کنند و چنانچه در او احساسی بوجود بیاید که حقیقتاً "بچه بدی است" و مستوجب مجازات است بتدریج این فکر در او گسترش یافته به افسردگی و ملالت میرسد و در نتیجه خصومتی نسبت به شخصی که او را تنبیه کرده است در او ایجاد میشود و از این خصومت ممکن است وحشتی در او تولید شود.

ضمناً، ممکن است ترس در اطفال در نتیجه تهدیداتی پیدا شود که مباداً او را از پدر و مادر جدا سازند، و یا چنانچه پدر و مادر خود را ترسناک نشان بدهند ممکن است ترس در اطفال ریشه بگیرد، و گذشته از اینها نابسامانی جسمانی یا عقب ماندگی امکان دارد که در اطفال وحشتی بوجود بیاورد.

یکی دیگر از عواملی که در طفل ایجاد ترس میکند تهدیدی است که نسبت به خود پذیرد و خود شناسی او بشود زیرا در نتیجه ممکن است اعتماد به نفس از او سلب شده بسیار ترسو یا بیابید و چنانچه لطمه به خود شناسی و خود پذیرد او در مدرسه بوقوع پیوندد این عامل بصورت حقیقت در میآید.

آیا اضطراب و هراس در اطفال بطور عادی پرورش پیدا میکند؟

در جریان پویش رشد عادی بطور طبیعی اطفال گرایش به اضطراب و هراس (فوبی) پیدا میکنند. ضمناً "باید خاطر نشان ساخت که بسیاری از مردم تا زمان بلوغ همان ترس بیگانه و اضطراب مدت طفولیت را ادامه میدهند.

آیا واکنش اضطراب قابل تشخیص نیست؟

بطوریکه غالباً "مشاهده شده ریشه واکنش اضطراب ممکن است تشخیص داده نشود و بیک شخص که از احساس خشم و خصومتی وحشت زده شده باشد امکان دارد که نه فقط با احساس چنین هراسی بتواند بایک انتقاد مختصری راحت بشود بلکه احتمال دارد که بی نهایت ناراحت شود و به کسی حمله کند که حتی بسا و زحمتی هم نداده است (البته با استثنای موارد تصویری و یا فانتزی).

آیا هراس ها (فوبی ها) یک سنخ از تجلیات اضطراب است؟

بله - فوبی یا هراس یک قسم ابراز اضطراب است که شخص بدون اساس از یک چیز یا نظر آن و یا چیزهای ایا موقعیت هائی دائماً "می ترسد در حالی که در حقیقت هیچگونه خطرواقعی در پیش نیست بطور مثال ترس از فضا و محیط بسته (کلوستروفوبی) که در اصل منشاء و اساسی ندارد مدام ترسی در انسان بوجود می آورد و از این که در بسته است، بیمناک میشود و بهمین طریق است هراس بی جا از نقاط مرتفع (آکروفوبی) و یا وحشت بی اساس از ازدحام جمعیت (آگورافوبیا).

چه عواملی باعث میشود که ترس در اطفال گسترش یابد؟

عوامل بسیاری باعث گسترش ترس در اطفال می شود که از آن جمله است تنبیهات شدید و یا

و باید اورا درجه بدرجه کمک کرده درموارد ترس و وحشت تجربیات حقیقی را سخما "بکار بندد .

آیا اطفال میتوانند با معالجات روان پزشکی بر اضطراب غالب شوند؟

بله بسیاری از اطفال با کمک معالجات روان پزشکی که شامل اقسام مداوای روانشناسی روان کاوی و مددکاری اجتماعی است بر اضطراب فائق شده‌اند و بطور کلی معالجات روان پزشکی بوسیله اشخاص مجرب در زمینه سلامت فکرو سلامت روح انجام میشود که طفل را در تفهیم حل مشکلات خود و طرق مبارزه با آنها راهنمایی میکنند .



آیا رفتاریکه از طرف اطرافیان طفل با او میشود در طرز رفتار و کردار او که باید خود را با آن بیورش دهد اشرفوق العاده دارد؟

بلی - رفتار و کردار اطرافیان طفل در طرز رفتاریکه باید طفل خود را با آن همکام کند اثر ونفوذ بسیار دارد و طرز رفتار طفل در بیورش خود بر مبنای انعکاس ارزش یابی ایست که طفل فکر می کند مردم نسبت به او چه احساس و چه اندیشه‌ای دارند . اگر چنین ارزش یابی بی ارج باشد طرز رفتار طفل نسبت به شخص خودش هم بی ارج خواهد بود و اگر بالعکس چنانچه ارزش یابی ارجمند باشد خود شناسی در طفل بسیار افزون خواهد شد .

چه کمکی باید کرد که طفل بر ترس و وحشت غلبه کند؟

طرق بسیاری بکار برده شده است تا بتوان ترس را از طفل دور کرد و بهترین راه موفقیت اینست که به طفل کمک شود تا استعداد و لیاقت خود را افزایش بدهد تا بتواند سخما "راه عملی و متناسب پیدا کند که با ترس و وحشت مبارزه کند



یاد بدهند آنها خشمگین می شوند و در سنین دوتاسه طفل از لحاظ مبارزه با قدرت نهائی والدین و اشکالاتی که در ایجاد نظم برای عادت دادن به عملیات جسمانی و مشکلاتی که با همبازیهای پیش می آید غضبناک می شود و در سنین بین سه تا چهارخشم اطفال نظیر همان جریان ناراحتی های دوسالگی صورت می گیرد و در چهار سالگی بیشتر خشم بعلت واکنشهایی است که از اشکالات اجتماعی، عدم توافق با همبازیها سرچشمه میگیرد و مبارزه با قدرت نهائی بزرگترها بیشتر در این موقع تکرار و شدت پیدا میکند.

خشم و غضب چیست ؟

خشم و غضب مثل ترس عکس العملی است از تهدید پیش آمد حوادث، ولی تحریک خشم بیشتر از سرچشمه ایجاد نابسامانی بوجود می آید در صورتیکه در ترس، تحریک از منبع شروع نمی شود بطور مثال اگر یک شیرینی را از دست طفلی بگیرند معمولا " نسبت به کسی که شیرینی را گرفته خشمناک می شود و بطور زبانی یا عملی با او مبارزه میکند .

خشم چه قسم احساساتی در بردارد ؟

علل عمده ای که کودکان چهارساله و بالاتر غضبناک میشوند چیست ؟

در چهار سالگی و بالاتر، اشکالات روابط اجتماعی رو به تزاید است و بیش از هر چیز نمایشگر تمام ناراحتیهای کودک میباشد .

در خشم احساساتی نهفته است که یکدفعه انسان از جا درمی رود و این احساسات شامل کج خلقی، ترشروئی، احساس خصومت و احساس ناراحتی، قهر، تند مزاجی و امثال آن است .

کودک چگونه غضب خود را آشکار میکند ؟

اولین نشانه غضب کودک وقتی است که عملی باعلائق او بطور کلی تطبیق نکند و معمولا " با جیغ و گریه شدید مشهود میشود ولی بتدریج که بزرگتر میشود خشم او نسبت به شخص یا چیز معینی معطوف میگردد .

چه عواملی باعث میشود که کودک یکساله خشمگین شود ؟

نصف تمام خشم و از جا در رفتن کودکان تقریبا " یکساله از پوشاندن لباس، حمام کردن و سایر ناراحتی های جسمانی و منهیات و موانع صورت میگیرد .

به چه علت کودکان دویاسه ساله غضبناک میشوند ؟

همینکه بخواهند نظم و ترتیب جسمانی و یا رابطه اجتماعی را به کودکان دو ساله

