

# شناخت عادات نامطلوب در کودکان



مکیدن انگشت

عادات نامطلوب شامل بسیاری از فعالیتهای کاهش دهنده تنش است که در مراحل مختلفی از دوران کودکی پدیدار می شود. برخی از این عادات به تقلید از افراد بالغ انجام می گیرد و پاره ای دیگر به عنوان یک فعالیت هدف دار شروع شده، تا برطرف شدن تنش به طور عاداتی انجام و به مرور تثبیت می شوند. گروهی از عادات نیز به عنوان پدیده های جلب توجه به کار رفته، به وسیله والدین تقویت می شوند. همزمان با گذشت سن، گرایش برای مهار کردن این عادات در کودک ظهور می یابد، خصوصا " زمانی که در بین جمع قرار می گیرد، ولی ممکن است در زمان تنش مجدداً پدیدار شود.

اکثر کودکان عادت می کنند انگشت را ناسن ۲ سالگی ادامه می دهند و برخی دیگر ممکن است تا سنین بیش از مدرسه، آن را انجام دهند. چنانچه مکیدن انگشت تا پس از ۴ سالگی ادامه یابد می تواند منجر به بد شکلی دهان شده، عمل جویدن و مکیدن را مختل سازد. این حالت می تواند در شکل ظاهری چهره تاءثیر گذارد، ضمناً ممکن است تعداد کمی از کودکانی که مبتلا به این عادت هستند در تلفظ برخی از حروف دچار اشکال شوند.

چنانچه کودک این عادت را در سنین ابتدایی کنار گذارد ولی در سن ۷ یا ۸ سالگی مجدداً آن را انجام دهد، این امر می تواند نشانه ای از استرس یا فشار روانی باشد. غالباً حمایت عاطفی توسط اعضای خانواده می تواند این عادت را کمتر سازد. می توان با تشریک مساعی کودک، فعالیت مناسبتر دیگری را جایگزین این عادت کرد. سنایش و تشویق می تواند این گونه عادات را در کودک برطرف سازد.

این حالت را در کودکان کمتر سارد.

حرکات غیر ارادی عضلات (تیک)

این عادت عبارت از حرکات تکراری گروهی از عضلات است که فعالیت مشخصی ندارند. این عضلات غالباً شامل عضلات صورت، گردن، شانه‌ها، تنه و دستها می‌شود. تیک‌ها نشانه‌ای از تخلیه تنش است. چشم‌زدن از تیکهای شایع صورت است.

نشانه‌های تیک شامل افزایش یا کاهش نفس و سرفه‌های عاداتی می‌باشد. نادیده گرفتن این حالت شیوه‌ای است که والدین می‌توانند اتخاذ نمایند. باید به کودکان فرصت داد تا در مورد مدرسه و خانواده صحبت کنند. ضمناً ضرورت دارد که در این نشانه‌ها از خانواده کودک نیز دعوت به عمل آید. چنانچه از شدت این کار کاسته نشود، باید کودک را به پزشک یا روان‌پزشک ارجاع نمود.

#### اختلالات سلوکی

اختلالات سلوکی به صورت خشم و سرکشی نسبت به قدرت افراد بالغ در کودکان ظاهر می‌گردد. کودکان مهارت‌های

والدین استفاده کند.

یکی از شیوه‌های برطرف کردن این حالت آن است که برای کودک ابزار مناسب این کار تهیه شده، در اختیار وی قرار گیرد. والدین را باید تشویق نمود که فرصتهایی برای بازگو کردن متقابل احساسات و نظریات با فرزندان خود داشته باشند.

#### دندان فروجه

دندان فروجه جریان است بی اختیار و غالباً در خواب انجام می‌گیرد. دلایل آن شامل تشنجهای عاطفی و بدشکلی دهان و دندانها می‌باشد. تداوم این عمل می‌تواند منجر به بیماری لثه، درد چهره و احتمالاً از دست دادن دندانها شود.

کارهایی که برای چنین کودکانی می‌توان انجام داد عبارتند از:

- تصحیح سطوح دندانها
- استفاده از پلاک دندان
- انجام تمرینهای خاص: آموزش کودک مبنی بر قفل نمودن شدید دندانها به مدت ۵ ثانیه و سپس آزاد کردن آن، که با تکرار این عمل چندین بار در روز، به مدت دو هفته، می‌توان تنش را کاهش داد.

- مشاوره: مشاوره با کودک در مورد دلیل خاص تنش می‌تواند

#### جویدن ناخن

جویدن ناخن عادتی شایع خصوصاً در میان کودکان سن رده است. این عادت می‌تواند بر مبنای تقلید انجام گیرد. تحقیقات نشان داده است که والدین این گونه کودکان دچار این حالت هستند یا سابقه‌ای از آن را داشته‌اند.

این حالت می‌تواند شامل تمام انگشتان شود. گاز گرفتن ناخن، پوشش شاخی آن، حاشیه ناخن و دندان آن، از انواع این حالت است. شدت عمل در این کار می‌تواند کوششی برای رنجاندن والدین باشد. به دلیل آن که این کار درد ناک می‌باشد، کودک ممکن است از آن به عنوان نوعی خود تنبیهی برای سازش با احساس تنفر خویش نسبت بسه





اجتماعی پذیرفته را از دست می دهند و در نتیجه مزوی شده، عزت نفس آنان مورد تهدید قرار می گیرد. والدین کودکانی که اختلالات رفتاری دارند غالباً "درگیر بحرانهای خانوادگی، مسائل روانی، مالی، قانونی و زناشویی هستند. به علاوه این گونه والدین حداقل تماس اجتماعی را دارند، در حالی که غالباً آنان را منفی و مغایر قلمداد می کنند. بسیاری از والدین این کودکان برای مطیع کردن فرزندانشان از تهدید و اجبار استفاده می کنند.

### دزدی

می دهند و یا به عنوان یک کار اجتناب ناپذیریه آنان می دهند درحالی که می دانند گرفتار خواهند شد، این امر نشانه ای از مسائل عاطفی جدی می باشد. این گونه رفتارها ممکن است نشان دهنده این نکته باشد که نیاز آنان از نظر محبت و امنیت در اوان دوره کودکی برآورده نشده است.

### دروغگویی

کودکان به محض رسیدن به سنین مدرسه کوشش می کنند که دنیای واقعی را از دنیای تخیلی جدا سازند. دروغگویی زمانی صورت می گیرد که آنان می خواهند چیزهایی را توصیف نمایند و یا به اصطلاح آرزومی -

در صورت انجام دزدی، علی رغم دلیل آن، کودک باید شیء را عودت داده با ارزش معادل آن را از طریق مؤسسات خدماتی پرداخت کند. چنانچه کودک قادر به کنترل این وسوسه نباشد باید یول و اشاء قیمتی رایه گونه ای حفظ کرد که بسادگی قادر به دسترسی به آنها نباشد. از آن جا که تقریباً اکثریت کودکان در جریان رشد، این گونه رفتار را انجام می دهند، والدین باید نظریات را به طور صریح اظهار کنند. طولانی سخن بحث ممکن است کودک را تشویق کند که برای جلب توجه، رفتار مورد نظر را تکرار نماید.

در کودگانی که بدون احساس گناه دست به دزدی می زنند یا از روی اجبار این کار را انجام

این عادت بعضی از اوقات به عنوان رفتار تلافی جویانه به دلیل شکست های کاذب یا واقعی علیه والدین استفاده می شود. وجود الگویی در منزل می تواند برانگیزنده این رفتار باشد.

بیان جملاتی نظیر "من آن را برداشته، یواشکی فرار می کنم"، می تواند مبین این حالت باشد. گاهی نیز ممکن است کودکان به عنوان جایگزین کردن شیئی که احساس می کنند از دست داده اند یا به دلیل آن که می خواهند حبس شده، بدین وسیله نیاز به توجه و محبتشان را جبران سازند، به این کار اقدام می کنند.



کنند که واقعیت آن چیزی بود که می خواستند .

در سنین ۶ یا ۷ سالگی کودکان از زشتی این کار مطلع می شوند . آنان ممکن است سیستم اخلاقی تحمیلی توسط خانواده را که حقیقت را ارزش گذاری نموده یا مدل دروغگویی را به عنوان شیوه ای از کنار آمدن با زندگی مطرح می سازد ، ارزشیابی کنند . به علاوه بعضی از کودکان مایلند که با گرفتن بزرگترین افسانه یا دروغ ، همکلاسان و همسن و سالان خود را تحت ناهنجاری قرار دهند . والدین باید از اهمیت الگو بودن برای کودکانشان آگاه شوند . آنان باید در برابر کودکان صادق و ثابت قدم بوده ، انتظارات واقعی از آنان داشته باشند . کودکان باید یاد بگیرند که با راستی و درستگی احساس رضایت نمایند ، به جای آن که با دروغگویی عزت نفس خود را انحراف آمیز جلوه دهند . چنانچه دروغگویی مشخصاً ثابت شود یا با رفتارهای دیگری مثل آزار رسانی به کودکان یا حیوانات دیگر و آتش افروزی ، تواءم شود ، لازم است برنامه منظمی از مشاوره برای کودکان مبتلا به این عادت در نظر گرفته شود .

حادثه انگیزی

بعضی از کودکان بطور مکرر ، شده . رفتارهای تواءم یا بی دقتی تصویری از حادثه را بد معرخی را به عنوان ناهنجاری نیاز از نظر نمایش می گذارند . این گونه حوادث ممکن است سانسادهای از عدم توانایی کودک برای سازش با مسائل ناشی از اختلافات زناشویی ، انزوای حویلی و با انفرادی یکی از والدین باشد . والدین غالباً در کبر بر آوردن نیازهای خود هستند و لذا کودکان و نیازهای آنان مورد غفلت قرار می گیرند . کودکان ممکن است آغاز کننده حادثه باشند ، به این منظور که بخواهند توجه والدینشان را جلب کنند . آنان بزودی آگاهانه یا ناآگاهانه بی ملاحظه

MARLOW, D.R. OF  
READING, B.A  
TEXTBOOK OF PEDIATRIC  
NURSING, W.B.  
SAUNDERS CO. 1988