

اختلال نافرمانی مقاومت آمیز در کودکان و نوجوانان (O.D.D)

ترجمه: فرانک طهماسبی

کارشناس علوم اجتماعی (مددکار اجتماعی) - تهران



نشانه‌ها

نشانه‌های اختلال نافرمانی مقاومت آمیز (O.D.D) ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- کج خلقی و اوقات تلخی‌های مداوم
- مشاجرات بیش از اندازه با بزرگ‌ترها
- مبارزه طلبی و خودداری از قبول خواست‌ها و مقررات بزرگ‌ترها
- تلاش عمدی برای آزار دادن و ناراحت کردن دیگران
- سرزنش دیگران به خاطر اشتباهات و بدرفتاری‌های خود
- حساسیت و زودرنجی بسیار
- عصبانیت و غضب مداوم
- صحبت کردن با لحنی تنفرآمیز و شرورانه در هنگام عصبانیت
- داشتن حس تلافی جویانه در مورد عملکرد دیگران

همه کودکان گهگاه رفتارهای مخالفت آمیز در برابر بزرگسالان از خود نشان می‌دهند، به‌ویژه وقتی که خسته، گرسنه یا مضطرب و ناراحت‌اند. آن‌ها ممکن است به مشاجره، نافرمانی، مبارزه طلبی و دادن جواب‌های نامناسب در مقابل والدین، معلمان و سایر بزرگ‌ترها اقدام کنند. رفتارهای مخالفت جویانه، اغلب امری طبیعی در روند رشد کودکان، به‌ویژه در سنین ۲ تا ۳ سالگی و نیز اوایل نوجوانی به‌شمار می‌آیند؛ اما اگر رفتارهای غیردوستانه و مخاصمه جویانه به‌طور مکرر و مداوم اتفاق بیفتند، به‌گونه‌ای که تعامل کودک با کودکان دیگر و نیز زندگی خانوادگی، اجتماعی و تحصیلی او را تحت تأثیر قرار دهد، این مسئله ممکن است به یک نگرانی جدی منجر شود.

در کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال O.D.D، الگوی رفتاری خصمانه، مخالفت آمیز و بدون روحیه همکاری که به‌سمت منش سست‌بندانه پیش می‌رود، به‌طور جدی بر عملکرد روزانه کودکان و نوجوانان مبتلا تأثیر می‌گذارد.

این نشانه‌ها معمولاً در موقعیت‌های گوناگون بروز می‌کند، اما بیش‌تر در خانه و مدرسه مشاهده می‌شود.

علل و عوامل

۵ تا ۱۵ درصد کودکان در سنین مدرسه به اختلال O.D.D دچارند. علل به‌وجود آورنده این اختلال شناسخته نشده است، اما برخی از والدین گزارش کرده‌اند که این کودکان در سنین خردسالی، در مقایسه با خواهران و برادرانشان، سخت‌گیرتر و طلبکارتر بوده‌اند. البته عوامل زیستی و محیطی نیز ممکن است در بروز این اختلال مؤثر باشند.

کودک دارای علائم اختلال O.D.D باید مورد ارزیابی وسیع گیرد، زیرا ممکن است این اختلال با اختلالاتی مثل کم‌توجهی بیش‌فعالی، ناتوانی در یادگیری، اختلالات خلقی (افسردگی و اختلالات دوقطبی) و اختلالات اضطرابی اشتباه گرفته شود. شایان ذکر است که بهبود علائم اختلال O.D.D بدون درمان اختلال با هم زیستن در این گونه کودکان، ممکن است دشوار باشد.

راه‌های درمان

درمان اختلال نافرمانی مقاوم‌آمیز (O.D.D)، از طریق ارائه برنامه تربیتی مشخص به والدین برای مدیریت رفتار کودکان، روان‌درمانی فردی برای تأثیر بیش‌تر بر مدیریت رفتار و کنترل عصبانیت‌ها، روان‌درمانی خانواده برای بهبود ارتباطات، شناخت رفتار درمانی برای کمک کردن به حل مسئله و کاهش منفی‌گرایی و نیز آموزش مهارت‌های زندگی به منظور افزایش انعطاف‌پذیری و حس مدارا با همسن و سالان صورت می‌گیرد.

توصیه‌هایی به والدین

- تحمل کودکان مبتلا به O.D.D ممکن است برای والدینشان بسیار سخت و دشوار باشد. این گونه والدین نیاز به حمایت و درک بیش‌تر توسط دیگران دارند. پدران و مادران نیز می‌توانند با به‌کارگیری توصیه‌های زیر به کودک یا نوجوانشان کمک کنند:
- زمانی که کودک یا نوجوانتان از خسود انعطاف‌پذیری و روحیه همکاری نشان می‌دهد، او را تشویق کنید و بر نکات مثبت رفتار او تأکید کنید.
 - به او مهلت دهید تا عیوب کار خود را بر طرف کند و کارهای مثبت انجام دهد.



- مبارزه را کنار بگذارید و از جنگ قدرت دست بردارید. کارهایی را که می‌خواهید کودکان انجام دهد، اولویت‌بندی کنید. اگر می‌خواهید به خاطر بدرفتاری‌هایش او را به اتاقش بفرستید، زمان مشاجرات را محاسبه نکنید و به او بگویید که این زمان از وقتی شروع می‌شود که تو به اتاق رفتی باشی.
- محدودیت‌هایی برای تعیین کنید که قابل قبول و متناسب با سن او باشد و همیشه بتوان آن را به اجرا درآورد و از آن نتیجه گرفت.
- به علائق دیگر خود نیز توجه کنید. از این‌رو به نحوی کودک مبتلا به O.D.D خود را مدیریت کنید که تمام وقت و انرژی‌تان را به خود اختصاص ندهد. شما می‌توانید از بزرگسالان دیگر، مانند مربی ورزش، معلم و همسر خود در ارتباط با فرزندتان کمک بگیرید.
- فشارهای روانی خود را از طریق انجام ورزش و حرکات آرام‌سازی کاهش دهید و مراقبت‌های لازم را در مورد خودتان انجام دهید.

بعضی از کودکان مبتلا به نافرمانی مقاوم‌آمیز نسبت به روش‌های تربیتی مثبت واکنش نشان می‌دهند. والدین می‌توانند از پزشک اطفال یا پزشک خانواده‌گی‌شان بخواهند که آن‌ها را به یک روان‌پزشک کودک و نوجوان ارجاع دهد تا او اختلال O.D.D یا هر ناسازگاری روانی دیگر را در فرزندشان تشخیص دهد و به درمان آن بپردازد.

منبع:

<http://aacap.org>