

هیچ فردی نیست که دست اندازها و تکان های موجود در جاده ی رشد ، از نوزادی تا نوجوانی را تجربه نکرده باشد. هر چند که هر کودکی ویژگی های خاص خود را داشته و به عبارتی منحصر به فرد می باشد، اما بعضی وقت ها کودکان احساس ها، هیجان ها و رفتارهایی دارند که سبب بروز مشکلاتی برای خود و اطرافیان شان می شود. مشاهده ی تغییرات ناگهانی در رفتار فرزندان مانند، اضطراب، شب ادراری، افسردگی، تغییر عادت های مربوط به خوردن و خوابیدن، ناخن جویدن، کم توانی ذهنی، مشکلات یادگیری، کم توجهی، بی دقتی، بیقراری، دزدی، فرار از مدرسه، ناتوانی در برقراری روابط دوستانه با دیگران، عدم تفاهم با اعضای خانواده، گرایش به مواد مخدر و بسیاری از موارد دیگر، اغلب باعث نگرانی والدین می شود.

با توجه به رسالت نشریه ی تعلیم و تربیت استثنایی که همانا آشنا ساختن مخاطبان خود با مسایل علمی آموزشی و توان بخشی کودکان و دانش آموزان با نیازهای ویژه می باشد و با در نظر گرفتن این که قشر زیادی از خوانندگان این نشریه والدین هستند، بر آن شدیم که از این پس در هر شماره، اطلاعاتی در مورد یکی از مشکلات کودکان، به زبان ساده و فشرده در اختیار آنها قرار دهیم. هر چند که، معتقدیم این مطالب برای معلمان، مشاوران، مددکاران اجتماعی، مربیان بهداشت مدارس، دانش جویان و سایر علاقه مندان به امور کودکان با نیاز های ویژه نیز مفید خواهد بود.

ان شاء الله

## آنچه والدین باید درباره ی شب ادراری کودکان بدانند

مترجم: علی اسلامیچی مقدم  
کارشناس ارشد کودکان استثنایی

• معمولاً شب ادراری تا سن بلوغ ادامه می یابد و پس از آن متوقف می شود  
• اکثر افرادی که به شب ادراری دچارند، هیچ گونه مشکل عاطفی ندارند

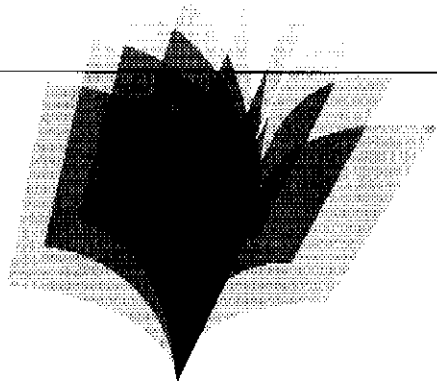
ادامه ی شب ادراری پس از ۳ یا ۴ سالگی به احتمال ضعیف می تواند نشانه ای از مشکلات مربوط به کلیه یا مثانه باشد. در بعضی مواقع شب ادراری به دنبال یکی از اختلال های مربوط به خواب پیش می آید. در بیشتر موارد، شب ادراری ناشی از تاخیر در رشد کنترل مثانه است. از این گذشته، شب ادراری می تواند نتیجه ی مشکلات عاطفی و تنش های کودک باشد که توجه بیشتر والدین را می طلبد.

دلایل عاطفی بسیاری می تواند باعث شب ادراری کودک شود. برای مثال، شب ادراری کودک پس از ماهها و سال ها

در اکثر کودکان سن شروع کنترل ادرار در شب حدود ۳ سالگی است. چنانچه پس از این سن، کودکی شب ادراری داشت، والدین باید چاره ای بیندیشند.

پزشکان معتقدند که شب ادراری بیماری نیست بلکه نشانه است و نسبتاً هم شایع می باشد و هر از گاهی به طور تصادفی اتفاق می افتد، به ویژه زمان هایی که کودک بیمار است. در زیر اطلاعاتی در مورد شب ادراری آمده که بهتر است والدین آن ها را بدانند:

• تقریباً ۱۵ درصد کودکان پس از سن ۳ سالگی رختخواب خود را خیس می کنند  
• تعداد پسرانی که شب ها رختخواب خود را خیس می کنند بیشتر از دختران است  
• شب ادراری در بین اعضای خانواده دیده می شود



## تازه های پژوهش

تهیه و تنظیم: آذر متین  
کارشناس ارشد روان شناسی کودکان استثنایی

### رشد کودکان در مخاطره ی نارساخوانی خانوادگی از تولد تا مدرسه

نتایج یک پژوهش طولی (از تولد تا سن ورود به مدرسه) بر روی ۱۰۷ کودک با نارساخوانی خانوادگی نشان داد که کودکان با نارساخوانی خانوادگی در مقایسه با گروه کنترل از توانایی رمز گشایی ضعیف تری برخوردارند و همچنین این کودکان در پردازش گفتاری، مهارت آواشناسی و ساخت شناسی نسبت به گروه کنترل تفاوت قبل ملاحظه ای دارند. این نتایج برای شناسایی به موقع و مداخله های درمانی کودکانی که در مخاطره ی نارساخوانی می باشند، اهمیت بسیار دارد.

lyytinen H, Aro M, Eklund K, Erskine J, Guttorm T, Laakso MI., Iepänen PH, Lyytinen P, Pokkeus AM, Torppam. (2004). The development of children at Familial risk for dyslexia: birth to early school age. Ann Dyslexia. 54 (2) : 173-7.  
1. Familial dyslexia

### نقص حافظه بینایی در کودکان نارساخوان

نتایج یک پژوهش بر روی ۴۸ کودک نارساخوان در دامنه سنی ۱۲/۵ - ۶/۶ سال نشان داد که مشکلات شناختی کودکان با نارساخوانی بیش از مهارت های بینایی - حرکتی بر حافظه بینایی آنها اثر می گذارد.

Vlachos F, Karapeetsas A. (2003). Visual memory deficit in children with dysgraphia. percept Mot skills ; 97 (3 pt 2) : 1281 -8.

خشک بودن می تواند نشانه ای از احساس ترس و نا امنی او باشد. این موضوع ممکن است به دنبال تغییرات یا حوادثی پدید آید که احساس نا امنی را در کودک تشدید می کند: مانند، نقل مکان به محیط تازه، از دست دادن یکی از افراد خانواده و یا کسی که کودک او را بسیار دوست دارد و یا به ویژه، تولد نوزادی دیگر در خانواده. بعضی وقت ها شب ادراری پس از دوره ای از خشک بودن اتفاق می افتد که می تواند معلول آموزش های نادرست و تنش زای آداب توالت رفتن باشد.

والدین همواره باید به یاد داشته باشند که کودکان به ندرت آگاهانه یا عمدی خود را خیس می کنند و معمولاً از این کار خجالت می کشند. به جای این که کاری کنید تا فرزندتان احساس شرمندگی کند، باید او را حمایت کنید و به او قول بدهید که به زودی او نیز می تواند از خشک بودن در شب لذت ببرد. در این مواقع توصیه ی یک پزشک اطفال بسیار مفید خواهد بود. والدین می توانند با رعایت نکات زیر به فرزندشان کمک کنند:

- نوشیدن مایعات را قبل از خواب محدود کنند
- کودک را وادارند تا قبل از خواب به دستشویی برود
- فردای شبی که کودک توانست ادرار خود را کنترل کند، او را تحسین کنند
- هرگز او را به خاطر شب ادراری تنبیه نکنند
- در نیمه های شب کودک را بیدار کرده و به دستشویی ببرند
- در موارد نادر، والدین، پزشک خانواده و یا پزشک متخصص اطفال نمی توانند مشکل شب ادراری کودک را بر طرف سازند. از این گذشته بعضی وقت ها نشانه هایی از مشکلات عاطفی مانند زودرنجی و یا اندوه دائم، و یا تغییر در عادت های مربوط به خوابیدن و خوردن در کودک مشاهده می شود. در این موارد، بهتر است والدین با یک روان پزشک کودک و نوجوان که می تواند برای یافتن علت شب ادراری کودک مشکلات جسمی و عاطفی او را ارزیابی کرده و به آن هادر حل مشکل فرزندشان کمک نماید، مشورت کنند. با دارو و ابزار شرطی سازی کلاسیک رفتار (زنگ و تشکچه) نیز می توان شب ادراری کودکان را درمان نمود.

منبع:

American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. (updated 1999). AACAP facts for families # 18. Bedwetting. [online]. Available: <http://www.aacap.org/publications/factsfam/bedwet.htm>