فصلنامه تحقیقات علوم تربیتی در نظام آموزشی

License Number :94221 ((شماره دوم-پاییز ۱۴۰۲)) ISSN :2981-099X

بررسی اختلالات رفتاری و هیجانی در دانش آموزان مقطع ابتدایی و راهکارهای مقابله با آن

(تاریخ دریافت ۱۴۰۲/۰۵/۰۲، تاریخ تصویب ۱۴۰۲/۰۸/۰۶)

زهرا عباس زاده

چکیده

اختلالات هیجانی رفتاری به شرایطی اطلاق می‌شود که در آن پاسخ‌های هیجانی عاطفی و رفتاری در محیط با هنجارهای فرهنگی سنی و قومی تفاوت داشته باشد به طوری که بر عملکرد تحصیلی، مراقبت از خود، روابط اجتماعی، سازگاری فردی رفتار در کلاس و سازگاری در محیط کار نیز تاثیر منفی بگذارد دانش آموزان با اختلالات رفتاری احساسات منفی دارند با دیگران بدرفتاری می‌کنند در بیشتر موارد معلمان و همکلاسی‌ها آنها را طرد می‌کنند و در نتیجه فرصت‌های آموزشی آنان کاهش می‌یابد اغلب این کودکان در یک یا چند مورد از توانایی‌های تحصیلی مانند خواندن نوشتن و ریاضیات مشکلات جدی دارند و این مشکلات ناشی از بهره هوشی پایین، نارسایی‌های حسی، آموزش ناکافی و کمبودهای فرهنگی آنها نیست. در این مقاله سعی شده است به ریشه های اختلالات رفتاری و هیجانی و روش های درمان و مقابله با این اختلالات پرداخته شود.

واژگان کلیدی: اختلالات، اختلالات رفتاری، اختلالات هیجانی

مقدمه

کودکان و نوجوانانی که مشکلات هیجانی و رفتاری دارند و به‌عنوان افراد ناسازگار، دشوار و مسئله دار مطرح میشوند، در خانواده‌های بحرانی زندگی میکنند. خانواده پایه و اساس ساخت اجتماعی است و در واقع ریشه و اساس بسیاری از کج رفتاریها و انحرافات اجتماعی در درون این نظام اجتماعی جایی دارد. آنها گاهی اختلالات رفتاری برونریز پرخاشگری کلامی، پرخاشگری فیزیکی، کوبیدن سر به دیوار و خرابکاری نشان میدهند، علائمی مانند اضطراب، افسردگی، کناره‌گیری اجتماعی و ناخن جویدن از خود بروز اختلالات رفتاری درونریز میدهند به پژوه، خانواده‌های تک والد به عنوان نمونه ای از این خانواده‌های بحرانی با مشکلات زیادی مواجه میشوند. استرس و اضطراب در اعضای این خانواده‌ها بیشتر بوده و از منابع مالی و حمایت اجتماعی کمتری نیز برخوردارند. در نتیجه فرزندان خانواده دچار انواع آسیب های روانی و اجتماعی میشوند. بر طبق این رویکرد فرزندان در محیط نابسامان و گسیخته خانواده ای که اعضای آن وابسته به مواد هستند، نه تنها با وظایف و کارکردهای خود آشنا نمیشوند، بلکه احساس مسئولیت هم نمی‌کنند و نسبت به ارزشها و هنجارهای جامعه خود را بیتفاوت نشان میدهند. فرزندان این خانواده‌ها نسبت به فرزندانی که در خانواده‌های سالم زندگی میکنند مشکلات رفتاری بیشتر، کمبود عزت نفس، ترک تحصیل، افسردگی و بزهکاری بروز میدهند فرزندان خانواده‌های تکوالد ناشی از طلاق حداقل دو برابر فرزندان خانواده‌های سالم مشکلات تحصیلی دارند و احتمال ترک تحصیل آنها دو برابر دیگران است. اغلب آنها دارای مشکلات رفتاری مانند پرخاشگری و رفتارهای ضداجتماعی هستند. مادران و معلمان هم این مسئله را تایید میکنند. این نوجوانان در اثر طلاق والدین نه تنها دچار مشکلات رفتاری میشوند، بلکه بیش از فرزندان خانواده‌های سالم، نگران، گوشه‌گیر و افسرده هستند، از اعتماد به نفس کمتری برخوردارند، حس ناامیدی بیشتری دارند. فرهنگ در شکل دهی علائم افسردگی و اضطراب میزان آگاهی از شدت مشکل و تاثیرات آن رفتارهای جستجوی مراقبت‌های بهداشتی نقش مهم بسزای ایفا می‌کند. بنابراین تظاهرات رفتاری اختلالات روانی لازم است در بافتار فرهنگی خاصی که افراد در آن رشد و تحول یافته‌اند مورد مطالعه قرار گیرد و از این رو درمان آن هم لاجرم تحت تاثیر متغیرهای بافتاری خواهد بود.

آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی و کسب مهارت در شناسایی و کنترل و مدیریت هیجانات خود و همفکری با دیگران موجب میشود تا افراد سازگاری بهتری داشته باشند به شیوه‌ی مؤثر استفاده کرده و از تبدیل ناگهانی هیجانها به واکنشهای منفی جلوگیری نمایند محققان برنامه‌های آموزشی گوناگونی جهت تقویت هوش هیجانی تدوین نموده اند که مقایسه‌ی ارزیابیهای پیش آزمون و پس

آزمون این گونه مداخلات نشان داده است هوش هیجانی این افراد بعد از شرکت در برنامه‌های آموزشی افزایش قابل توجهی داشته است. آن در سال ۱۹۹۷ تعریف خود را از هوش هیجانی این گونه ارائه کرد: هوش هیجانی مجموعه ای از تواناییها، مهارتها و ظرفیتهای غیرشناختی است که توان فرد را در مقابله با درخواستها و فشارهای محیطی تحت تأثیر قرار میدهد و در آخرین تعریف خود هوش هیجانی و اجتماعی را مجموعه ای از شایستگی ها و مهارتها میداند که چگونگی فهم و بیان خود، فهم دیگران و ارتباط با آنها و کنار آمدن با درخواستهای روزانه را تعیین میکند. هوش هیجانی از دیدگاه بار–آن تواناییهای اجتماعی و هیجانی مرتبط به هم هستند که شامل توانایی درک و ابراز مؤثر خود، درک دیگران، برقراری ارتباط با آنها، مقابله با هیجانهای قوی، سازگاری با تغییرات و حل مسائل اجتماعی و شخصی است. در مدل بار–آن هوش اجتماعی–هیجانی پنج مقوله‌ی کلی دارد که شامل توانمندی های مرتبط به هم هستند و در مقایسه با سایر مدلهای هوش هیجانی گسترده تر و جامع تر از مشکلاتی است که دانش آموزان دارای اختلال یادگیری با آن مواجه آمد. بنابراین باید به دنبال راهکار ها و روش‌هایی بود که بتواند این مشکلات را تا حدودی بهبود ببخشد پژوهشگران به ارائه راهکارها و روش‌هایی برای کاهش مشکلات این کودکان پرداختند احتمالاً یکی از روش‌هایی که در این زمینه می‌تواند موثر باشد بازی درمانی است بازی درمانی رویکرد فعالی است که از مبانی نظری راجرز گرفته شده است بازی درمانی یک تکنیک درمانی کودک است که برای درمان مشکلات و اختلالات کودکان مورد استفاده قرار می‌گیرد به گونه‌ای که به کودکان اجازه می‌دهد تا به واسطه بازی احساسات هوشیار و ناهوشیارشان را آشکار سازند بازی درمانی یک تعامل کمکی بین کودک و بزرگسال آموزش دیده است که از طریق ارتباط نمادین در بازی در جستجوی راه‌هایی برای کاهش اثرات رنج آور جهت عدد تکانه و تجربه هیجانی تصحیح شده را تجربه می‌کند در همین راستا باگرلی و پاکر در پژوهش خود نشان دادند که بازی درمانی بر یادگیری خود کنترلی افسردگی و اضطراب موثر است همچنین مک گیو تاثیر بازی درمانی را در کاهش مشکلات رفتاری افزایش سازگاری رفتاری و عاطفی بهبود مفهوم خود به افزایش خود کنترلی بررسی نمود و نشان داد که تمایلات مثبت در رفتار کودکان خود کنترلی و مفهوم خود در کودکان گروه آزمایش مشاهده گردید روش‌های ترمیمی و جبرانی متفاوتی توسط متخصصان برای بهبود مشکلات رفتاری کودکان دارای اختلالات یادگیری ابداع و پیشنهاد شده است بازی درمانی تکنیکی است که به وسیله آن طبیعت کودکان به صورت بیانی معنی می‌شود و روشی است برای مقابله با استرس‌های هیجانی و همچنین برای کودکانی که دچار آشفتگی‌های ناشی از مشکلات خانوادگی هستند به کار می‌روند درمانگرانی که کار بازی

درمانی را انجام می‌دهند معتقدند که این تکنیک به کودکان اجازه می‌دهد مسائلی را که نمی‌توانند در محیط روزانه‌شان مطرح کنند در قالب بازی ارائه دهند و با هدایت درمانگر هیجانات مخفی خود را نمایان کنند در بازی درمانی درمانگر رفتار کودکان را بدون قید و شرط می‌پذیرد بدون اینکه آنها را غافلگیر کند به آنها وصل کند و یا نادرستی کار آنها را به آنها گوشزد کند تحقیقات انجام شده در سال‌های اخیر تاکید پژوهشگران را بر بازی درمانی نشان می‌دهد و آن را به عنوان تکنیکی که مشکلات هیجانی و اجتماعی را کاهش می‌دهد مطرح می‌کند.

حدود ۶۰ سال است که از بازی درمانی به عنوان روشی مناسب در درمان کودکان استفاده می‌شود از دلایل موفقیت این روش در درمان کودکان عدم نیاز به تفکر انتزاعی و مهارت‌های کلامی بالا در ابراز رفتار می‌باشد.

برای کودکان اسباب بازی بیانگر زبان آنهاست و بازی کردن گفتگوی آنها محسوب می‌شود می‌توان بازی درمانی را فرایندی بین فردی تعریف نمود درمانگر طی آن تلاش می‌کند به صورتی منظم با استفاده از بازی به کودکانی که دارای مشکلات روانشناختی هستند کمک نماید یا از بروز مشکلات هیجانی در آنها جلوگیری نماید در این تکنیک به وسیله توسعه روابط بازی کردن روش‌های مختلف و مراوده و برقراری ارتباط می‌توان فرصت پیشگیری و درمان را فراهم آورد تکنیک‌های بازی درمانی بیانگر چگونگی استفاده از اسباب بازی‌ها در یک موقعیت درمانی می‌باشد. اکانر و براورمن به تاثیر بازی درمانی در کودکان کودکان مبتلا به اختلال یادگیری در برابر محرک های تنش زا پاسخ های متفاوتی از خود نشان می دهند که این به دلیل شخصیت های متفاوت آن ها می باشد. از این رو اگر محرک های تنش زا نحوه خودنگری ما را مورد تهدید قرار دهند، در کنارآمدن با آن ها دشواری زیادی خواهیم داشت. از سوی دیگر ادراک شخص از رویدادهای فشارزا و معنایی که او از آن موقعیت دارد بر استرس او مؤثر است. بنابراین اطمینان خاطر آدمی به این که می تواند یک موقعیت فشارزا را به خوبی اداره کند عامل عمده ای بر شدت فشار روانی است. همچنین باید گفت که در میان والدین دانش آموزان اختلال یادگیری اضطراب، افسردگی، ناسازگاری اجتماعی از همه شایع تر است. به نظر می رسد که والدین این دانش آموزان نسبت به والدین دانش آموزان عادی بیشتر در معرض مشکلات اجتماعی قرار دارند. در مجموع باید گفت که دانش آموزان عادی در بسیاری از موقعیتها به صورت سازش یافته عمل میکنند، موقعیت ها را درک کرده و سعی میکنند با توجه به توان خود راه حل مناسبی هم برای آن داشته باشند. از طرف دیگر برخی از اشکال هوش هیجانی افراد را از مبتلا به اختلالات رفتاری پرداختند و در ارزیابی نهایی بعد از درمان کاهش معنادار اختلالات را مشاهده کردند گیل در پژوهشی به

تاثیر بازی درمانی در درمان کودکان مبتلا به آزار جنسی پرداخت نتایج پـژوهش او نشـان داد کـه بازی درمانی باعث سازماندهی ذهن و احسـاس آرامـش و امنیـت در کـودک مـی‌شـود کلـورر در پژوهشی تاثیر بازی درمانی در درمان کودکانی تحت آزار فیزیکی و جنسی قرار گرفته بودند را مورد بررسی قرار داد که نتایج به دست آمده این روش را در کنار روش خانواده درمانی بـه عنـوان یـک درمان کامل توصیه می‌کند.

نتیجه گیری

کودکان مبتلا به اختلال یادگیری در برابر محرک های تنش زا پاسخ های متفاوتی از خـود نشـان می دهند که این به دلیل شخصیت های متفاوت آن ها می باشد. از این رو اگر محرک های تنش زا نحوه خودنگری ما را مورد تهدید قرار دهند در کنارآمدن با آن ها دشواری زیادی خواهیم داشت. از سوی دیگر ادراک شخص از رویدادهای فشارزا و معنایی که او از آن موقعیت دارد بر اسـترس او مؤثر است. بنابراین اطمینان خاطر آدمی به این که می تواند یک موقعیت فشارزا را به خـوبی اداره کند عامل عمده ای بر شدت فشار روانی است. همچنین بایـد گفـت کـه در میـان والـدین دانـش آموزان اختلال یادگیری اضطراب، افسردگی، ناسازگاری اجتماعی از همه شایع تر است. به نظر می رسد که والدین این دانش آموزان نسبت به والدین دانش آموزان عادی بیشتر در معرض مشـکلات اجتماعی قرار دارند. در مجموع باید گفت که دانش آموزان عادی در بسیاری از موقعیتها به صورت سازش یافته عمل میکنند، موقعیت ها را درک کرده و سعی میکنند با توجه به توان خـود راه حـل مناسبی هم برای آن داشته باشند.

طرف دیگر برخی از اشکال هوش هیجانی افراد را از استرس در امان داشته و به سازگاری بهتر می انجامد و در نوجوانان با بهره گیری از توانایی کنترل هیجان بـا گـرایش بـه حفـظ خلـق مثبـت از حالتهای افسردگی پیشگیری می کنند و فرد از احساس رضایتمندی بهتری برخـوردار اسـت. زیـرا هوش هیجانی بالا با انعطاف پذیری، کاهش افسردگی، کنترل تکانه، شادابی، نشاط و سر زنـدگی، استقلال بیشتر، عملکرد بهتر، خوش بینی نسبت به زندگی و پایداری در برابر استرس مرتبط اسـت و با ایجاد شخصیت مبتکر سبب لذت بردن از غلبه بر مشکلات را به دنبـال دارد. در مولفـه خلـق عمومی مطرح نموده که فرد با هیجان های مثبت از خـود و ارتبـاط بـا دیگـران لـذت مـی بـرد و همچنین بوسیله شادکامی و شوخ طبعی هیجان های مثبتی در خود ایجاد می نماید و شـخص بـا این هیجانها توانایی لذت بردن از جنبه های مختلف زندگی را بوجود می آورد. افراد شـاد، غالبـاً بـا احساسات مثبتی که دارند، در خانه و محل کار راحت هستند و قادرند از فرصـت هـایی کـه در آن

شوخی وجود دارد لذت ببرند در نتیجه خوش بینی حاصل می شود و باعث می گـردد فـرد توانـایی دیدن بخش روشن تر زندگی و حفظ بازخورد مثبت نسبت به آن حتی در صـورت بـروز مصـیبت و بدبختی به دست آورد.

منابع و ماخذ

۱. معتمدی شارک، فرزانه؛ به پژوه، احمد؛ شکوهی یکتا، محسن؛ افروز، غلامعلی؛ غباری بناب، باقر؛ طراحی برنامه‌ی آموزشی هوش هیجانی و مطالعه‌ی اثربخشی آن در کاهش مشکلات رفتاری نوجوانان تک والد با مشکلات هیجانی و رفتاری؛ فصلنامه پژوهشهای کاربردی روانشناختی؛ ۱۳۹۵.

۲. رزکی، کامران؛ شریفی، نسترن؛ ثابت، مهرداد؛ مقایسه اختلالات هیجانی–رفتاری، خودپنداره و پیشرفت تحصیلی در فرزندان والدین وابسته و غیر وابسته به مواد؛ فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی؛ سال چهاردهم؛ شماره پنجاه و هشتم؛ ص ۵۱–۷۲؛ زمستان ۱۳۹۹.

۳. سهرابی شگفتی، نادره؛ روش های مختلف بازی درمانی و کاربرد آن در درمان اختلالات رفتاری و هیجانی کودکان، رپش ها و مدل های روان شناختی؛ سال اول؛ شماره چهارم؛ تابستان ۱۳۹۰.

۴. زارعان، مصطفی؛ ملاحظات فرهنگی در آسیب شناسی و درمان اختلالات هیجانی؛ چهارمین همایش روان‌درمانی شناختی رفتاری، با تمرکز بر انتقال تجارب بالینی بین درمانگران نسل آینده؛ ۱۳۹۵.

۵. سلیمانی، قدیسه؛ بررسی تاثیر بازی درمانی در بهبود اختلالات رفتاری هیجانی دانش آموزان دارای اختلال یادگیری مقطع ابتدایی؛ همایش ملی آموزش ابتدایی.

۶. صادقی، عباس؛ اکبری، شهلا؛ رابطه اعتماد به نفس و هوش هیجانی با اختلالات یادگیری در مدارس ابتدایی؛ انتشارات پیام نور.