وقتی کودک در جمع هم‌سن‌وسال‌هایش، مثل دیواری سنگی گوشه‌گیر می‌شود

عصر یک روز تعطیل است و پارک پر از صدای خنده و دویدن بچه‌هاست. بچه‌ها دنبال توپ می‌دوند، نوبتی سوار سرسره می‌شوند و شادمانه بازی می‌کنند. اما کیان پنج ساله، کاملاً دور از بقیه، پشت یک درخت یا روی یک نیمکت خالی نشسته و سرش را پایین انداخته است. وقتی پسر کوچکی با لبخند به سمتش می‌آید و می‌گوید: بیا با هم خاک‌بازی کنیم، کیان نه تنها جواب نمی‌دهد، بلکه صورتش را برمی‌گرداند، خودش را جمع می‌کند و دست مادرش را محکم می‌کشد تا از آنجا بروند. در مهدکودک هم مربی می‌گوید کیان هیچ دوستی ندارد؛ در تمام ساعت‌های بازی، گوشه‌ای از اتاق به تنهایی با تکه‌ای چوب یا نخ بازی می‌کند و انگار هیچ انسانی در آن کلاس حضور ندارد.

پدر با دلخوری و غصه می‌گوید: این بچه مایوسم کرده، خیلی بی‌عرضه و توسری‌خور بار آمده. پسربچه باید زرنگ و اجتماعی باشد و با همه بجوشد، نه اینکه مثل موش قایم شود.

مادر می‌گوید: نه، تقصیر او نیست. کیان ذاتاً مغرور و خجالتی است. از بچه‌های تخس و پر سروصدا بدش می‌آید، برای همین با آن‌ها دمخور نمی‌شود. کمی که به مدرسه برود سر عقل می‌آید.

اما در دل کیان نه غروری وجود دارد و نه بی‌عرضگی. کیان در برابر هم‌سن‌وسال‌هایش احساس گیجی، وحشت و ناتوانی مطلق می‌کند. برای ذهن او، رفتار و حرکات بچه‌های دیگر مثل یک معمای حل‌نشده و غیرقابل پیش‌بینی است. او رمز و راز حرف زدن، شوخی کردن و بازی نوبتی را بلد

نیست و این ناتوانی، ترسی بزرگ در وجودش می‌اندازد؛ بنابراین ترجیح می‌دهد پشت دیواری از تنهایی پناه بگیرد تا آسیب نبیند.

چرا این اتفاق می‌افتد؟

بازی با همسالان در سنین سه تا شش سالگی، موتور اصلی رشد اجتماعی و زبانی کودک است. گوشه‌گیری کامل و ناتوانی در برقراری ارتباط، صرفاً یک خجالت ساده نیست. این حالت می‌تواند نشانه‌ای از اضطراب اجتماعی شدید، ناتوانی در درک احساسات دیگران، تاخیر در مهارت‌های ارتباطی و کلامی، یا نشانه‌هایی از طیف اوتیسم باشد. وقتی مغز کودک نمی‌تواند نشانه‌های رفتاری بچه‌های دیگر را بخواند، حضور در جمع برای او به محیطی پرتنش و ناامن تبدیل می‌شود.

چه کارهایی حال کودک را بدتر می‌کند؟

اول، هل دادن اجباری به میان جمع. اینکه دستش را بگیرید و به زور او را وسط حلقه بچه‌ها بیندازید و بگویید برو بازی کن، احساس بی‌پناهی شدیدی به او می‌دهد و وحشت او را از جمع بیشتر می‌کند.

دوم، برچسب زدن و مقایسه کردن. گفتن این که ببین فلانی چقدر شیرین‌زبان است و تو چقدر لال ماندی، تمام اعتماد به نفس باقی‌مانده کودک را لگدمال می‌کند.

سوم، پذیرش کامل تنهایی او. اینکه او را برای همیشه از جمع‌ها محروم کنید و بگویید چون دوست ندارد پارک نمی‌رویم، باعث می‌شود فرصت‌های یادگیری مهارت‌های اولیه از دست برود.

Daneshyar

چهارم، مسخره کردن سکوتش در حضور دیگران. وقتی جلوی بقیه می‌گویید بچه‌ام اصلاً اجتماعی نیست و بلد نیست حرف بزند، او این باور منفی را به عنوان هویت خودش قبول می‌کند.

راهکارهایی برای آرامش بیشتر در خانه

بازی‌ها را با یک نفر شروع کنید. جمع‌های شلوغ برای این کودکان بیش از حد سنگین است. به جای بردنش به شهربازی شلوغ، یک کودک آرام و هم‌سن را برای یک ساعت به خانه دعوت کنید تا بازی دونفره را در محیط امن تجربه کند.

پل ارتباطی بشوید. در پارک یا خانه، خودتان ابتدا وارد بازی شوید. همراه کودک شن‌بازی کنید و بعد کودک دیگری را با آرامش دعوت کنید: بیا تو هم با این بیلچه برای ما قلعه بساز. حضور شما به عنوان تکیه‌گاه، ترس کودک را کاهش می‌دهد.

نقش بازی کردن در خانه. در خانه با عروسک‌ها نمایش بازی کنید. مثلاً خرس کوچولو می‌خواهد با خرگوش بازی کند؛ به او نشان دهید خرس چطور جلو می‌رود و می‌گوید سلام، من می‌توانم با تو ماشین‌بازی کنم؟ این جملات را با او تمرین کنید.

به تلاش‌های بسیار کوچک پاداش کلامی بدهید. اگر فقط یک لبخند به کودکی زد یا اسباب‌بازی‌اش را چند ثانیه به کسی داد، بعداً در خلوت او را ببوسید و بگویید: دیدم که به آن آقا پسر لبخند زدی، کار خیلی قشنگی بود.

چه زمانی باید از یک متخصص کمک گرفت؟

Daneshyar

اگر کودک تا سن چهار یا پنج سالگی هیچ رغبتی به همراهی با بچه‌ها نشان نمی‌دهد، حتی بازی موازی یعنی بازی کردن در کنار بچه‌ها بدون دخالت را هم نمی‌پذیرد، هنگام مواجهه با کودکان دیگر به شدت پرخاشگر یا گریان می‌شود، و در دنیای بسته خودش مانده است، نباید فرصت را هدر داد.

مراجعه به روانپزشک یا کاردرمانگر ذهنی و بازی‌درمانگر کودک ضروری است. متخصصان با روش‌های علمی و در قالب بازی‌های هدفمند، گره‌های ارتباطی ذهن کودک را باز می‌کنند و به او یاد می‌دهند که چگونه دنیای شیرین دوستی با همسالان را بدون ترس و اضطراب کشف کند.

Daneshyar

محتوایی که مطالعه فرمودید یک بخش از محتوای ۳۵ بخشی است

برای دانلود نسخه کامل محتوا ی لطفا به وبسایت دانشیار

www.fd49.irمراجعه فرمایید .

با توجه به اهمیت آموزش مهارتهای زندگی برای کودکان و نوجوانان و نقش بدون تردید آن در ساختن جامعه سعادتمند و بالندگی فرزندان این سرزمین ،لطفا این محتوا را در گروهها ، با عزیزانتان و سایر هموطنان به اشتراک بگذارید