**مقالة:**

**بررسي رشد هيجاني و جسماني كودكان**

بهار1386

**فهرست:**

**رشد ورفتار در پزشكي كودكان**

**رشد ناكافي (FTT )**

[**رشد هیجانی واجتماعی كودك**](http://farzin46.blogfa.com/post-23.aspx)

منابع:

[www.IranianPsychologicalAssocation.ir](http://www.IranianPsychologicalAssocation.ir)

[www.mahdekodakFredos.com](http://www.mahdekodakFredos.com)

[www.Childdokters.com](http://www.Childdokters.com)

**رشد ورفتار در پزشكي كودكان**

رشد به افزايش دراندازه بدن به منزله يك كل واحدياافزايش قسمتهاي جداگانه آن اطلاق مي شود؛در حاليكه نموبه تغييرات دركاركردهايي اختصاص مي يابد كه ازمحيط هيجاني واجتماعي تاثير مي پذيرند .مسير رشد ونمو هرفرد درچرخه زندگي منحصر به فردبوده وباطيفي ازتغييرات پيچيده وهمبسته همراه است. براي هريك ازكودكان الگوهاي رشد مي توانند بسيار متفاوت باشند. يكي ازاهداف پزشكي كودكان كمك به تمامي كودكان براي دستيابي به توان فرديشان براي رشدونمو؛وسرانجام تبديل به فردبزرگسال رسيده است.براي بررسي رشد يك كودك اندازه گيريهاي مكرر درفواصل زماني مشخص لازم است .مثلا اگرصدك وزن افزاينده بوده وهمزمان صدك قد كاهش يابد احتمال هيپوتيروئيدي (كمبود هورمون تيروئيد )مطرح مي باشد.ويابراي اندازه گيري مكرردورسر؛دانستن اندازه دورسروالدين الزامي است.نسبت اعضاي بدن اززندگي جنيني تابزرگسالي تغييرمي كند.سرعت رشد دستگاههاي متعددبدن نسبت به هم ؛الگوهاي متمايزي دارندكه بستگي به اعمال آنها دارد.رشددستگاه عصبي دردوسال اول زندگي سريعتر است ؛درحاليكه سرعت رشد بافت لنفاوي در دوازده سالگي به اوج مي رسد.قلب درهنگام تولد نسبتا بزرگ است.تعداد نبض وفشارخون باافزايش سن رشد ونيزدرپاسخ به بسياري ازتغييرات سوخت وسازي وتغذيه اي فرق مي كنند.

نمو :درمورد نمو نظريه هاي زيادي عنوان شده است .پياژه مي گويد شناخت عبارتست ازفرايند دانستن دروسيع ترين معناي آن؛كه شامل ادراك؛ حافظه ؛قضاوت واستدلال مي شود وذهن كودك درهرمرحله اي به گونه متفاوت عمل مي كندوانتظارات غيرواقع گرايانه والدين ناشي ازعدم درك آنها ازتفاوتهاي منطق كودك بامنطق بزرگسال است.اگربه والدين كمك كنيم كه ازديدگاه كودك به يك مشكل رفتاري نگاه كنند؛غالبا مشكل رفتاري بهبود مي يابد.درمورد محركها نيز مي گويد محركهاي تازه كودكان راجذب مي كند؛ولي اگر ناهماهنگي شناختي بيش ازحدشديد باشد آنهاراوحشت زده يا سرخورده مي كندوبه تعادل تازه اي (رشدشناختي )نخواهند رسيد. فرويد مي گويد مفايم اخلاقي ؛ذهن كودك وآرزوهاي آرماني اوراتشكيل مي دهند.واضطراب خودبخودهنگامي ايجاد مي شودكه روان كودك براثر هجوم شديدمحركهايي كه خارج از حدتوانايي كودك دركنترل ياتخليه آنها باشد؛ازپادرآيد.اين محركها مي توانند خارجي باشند ولي بيشتر آنها دروني بوده وازنهاد منشا مي گيرند.مكانيسمهاي واپس زني هنگامي ايجاد مي شود كه من ؛راه ورود تكانه ناخواسته نهاد را به خودآگاه سد مي كند.سركوب ؛معادل واپس زني ولي درسطح خودآگاه است.واكنش سازي ؛هنگامي ايجاد مي شودكه ازيك جفت واكنشهاي دوسو گرا؛يكي به سطح ناخودآگاه فرستاده شده وباتاكيد افراطي برديگري درهمين سطح نگه داشته مي شودمثل عشق دربرابرنفرت؛ستمكاري دربرابرمهرباني ولجاجت دربرابراطاعت. واكنش كودك نسبت به خواهر يابرادرتازه متولدشده ؛مي تواندبه صورت مكانيسمهاي دفاعي مانندواپس زني (احساس خصومت آميزنسبت به خواهريابرادر)و واكنش سازي (علاقه به جاي تنفر)ونيزسايرفرايندهاي من ؛مثل همانندسازي بامادر(تقليدمراقبت) باشد.سايرمكانيسمهاي دفاعي رايج عباتند از انكار؛ يعن انكار قسمتي ناخوشايندياناخواسته ازواقعيت خارجي ؛وفرافكني يعني نسبت دادن تمايلات ياخواسته خودفردبه شخصي ديگر(مثل دوست خيالي دراوايل دوران كودكي).مكانيسمهاي دفاعي مي توانند هم نشانه روشهاي انطباق طبيعي وهم ناشي ازاضطراب باشند.

دلبستگي يك طرفه ودلبستگي متقابل واژه هايي هستندكه روابط عاطفي بين والدين وشيرخوار راتوصيف مي كنند.دلبستگي يك طرفه بلافاصله يامدت كوتاهي پس ازتولد ايجادشدهواحساسات والدين رابه نوزاد منعكس مي كند؛دلبستگي متقابل شامل احساسات دوسويه بين والدين وشيرخواراست كه بتدريج درطي سال اول زندگي تكوين مي يابد.دلبستگي به يك چهره خاص وپايدارمادرانه براي رشدطبيعي ؛رواني وجسمي كودك نقش تعيين كننده دارد.بطورطبيعي كودكان درسنين 9 تا18 ماهگي نسبت به جدايي ازمادردچاراحساس ناامني مي شوند.مهارتهاي حركتي تازه كودك وجاذبه تازگي براي اوممكنست ماجراهايي راپيش آوردكه منجربه وحشت يادردودرپي آن تلاش ديوانه واربراي يافتن وپناه بردن به مادر(مراقب اصلي)شود.اين مسئله غالبامنجربه تغييرات نوساني شديددرحالات كودك؛ازاستقلال لجاجت آميزتاوابستگي افراطي شده ومي تواندبراي والدين باسرخوردگي وگيجي همراه باشد.دلبستگي توأم بااحساس ايمني باعث كوتاهترشدن دوره پرآشوب دوسوگرايي مي شود.

برطبق نظريه يادگيري رفتاراساساً فراورده عوامل تعيين كننده محيطي است ومي توان بادستكاري وتغييرفرايندهاي محيطي وپي آمدهاي رفتاري؛رفتارناسازگارراتعديل كرده ورفتاردلخواه راافزايش داد. شرطي شدن فرايندي است كه درآن بادستكاريهاي محيطي رفتارراتغييرمي دهند.حساسيت زدايي عبارتست ازآموزش تكنيكهاي آرامبخش(RELAXATION ) وسپس ارئه تدريجي محركهايي كه مرحله به مرحله به محرك ترس آورنزديكترمي شوند.اثربخش ترين درمان موجودبراي شب ادراري پاسخ شرطي شدن است.درشرطي شدن عاملي؛ ازطريق دستكاري پيشايندهاياپيامدهاي رفتارموجب تغييررفتارمي شود.چهارروش عمده شرطي شدن عاملي عباتندازتقويت مثبت ؛تقويت منفي؛خاموشي وتنبيه. بااين روشهامي توان به بسياري ازمشكلات رفتاري رايج كودك كمك كرد.تقويت مثبت هنگامي رخ مي دهدكه به دليل وقوع رويدادي مطلوب درپي يك رفتار؛دفعات انجام آن رفتار افزايش يابد؛مثلا وقتي كه كودك براي دريافت پاداشِ دسر؛ دفعات بيشتر سبزيجات بخورد.تقويت منفي هنگامي ايجادمي شودكه دفعات يك رفتار به منظوراجتناب ياحذف يك واقعه ناخوشايندبيشترشود؛مثلابادورشدن ازچراغ خوراك پزي ازخشم والدين اجتناب مي شود.تقويت ممكنست بصورت غيرعمدي بوده ودفعات يك رفتارغيرمطلوب راافزايش دهد. خاموش شدن هنگامي رخ مي دهدكه دفعات رفتارتقويت شده قبلي كاهش يابدچون ازتقويت آن خودداري مي شود. اين پند رايج كه بايدرفتارهايي ازقبيل گريه دروقت خواب ياقشقرق راناديده گرفت مبتني برهمين اصل است؛زيرا توجه وتسلي بخشي ازسوي والدين ممكنست ناخواسته سبب تقويت اين رفتارهاشود.تنبيه هنگامي اطلاق مي شودكه دفعات يك رفتار روبه كاهش به دليل پيامد ناخوشايندكاسته شود.

تفاوتهاي فردي ورفتاري دركودكان طبيعي بسيار متفاوت است.عدم درك اين حقيقت ممكنست سبب شود برخي رفتارها راغيرطبيعي يامرضي بدانيم درحاليكه مشكل آنهاصرفا‏ًَ عدم انطباق بامعيارهاي بسيارمحدود والدين است.باوجودي كه مزاج وطرزرفتار هركودك تادرجاتي مربوط به طبيعت وذات فرد است ؛محيطي كه كودك درآن پرورش مي يابدنيزاثرقابل توجهي برروي تطبيق وسازش كودك دارد.عوامل اجتماعي وفرهنگي اثرات قابل ملاحظه اي بر روي كودك دارند.جنبه هاي مختلف عوامل محيطي بوضوح نقش مهمي درسبب شناسي واداره ودرمان بسياري ازمشكلات رفتاري دركودكان دارد.

دوران نوجواني: دراوايل ؛اواسط؛واواخردوران نوجواني مسائل رفتاري ورشدي مختلفي وجوددارندوزمان بروز هريك ازاين مسائل واهميت آنهاونيزميزان رشدشناختي؛رواني-جنسي؛رواني-اجتماعي ياجسمي تفاوتهاي چشمگيري درافراد مختلف دارد.دراوايل نوجواني رشدبدني وجنسي نوجوان به حداكثر مي رسد.افكار وي روي زمان حال وگروه همسالان متمركزاست.هويت شخصي بيشتربرتغييرات جسمي متمركزاست؛وپيرامون طبيعي بودن آنهانگران است.رفتارجنسي كاوشگرانه وتمايزنيافته كه سبب تماس باهمسالان همجنس مي شوددراوايل نوجواني طبيعي محسوب مي شود؛هرچند كه علاقه به سن مخالف نيزپديدارشود .تلاش نوجوان براي استقلال بااحساس دوسوگرايانه همراه است.

اواسط نوجواني براي نوجوانان وبزرگسالاني كه باآنهاتماس دارندمي توانددشوارترين زمان باشد.فرايندهاي شناختي پيچيدگي بيشتري مي يابند. اين نوجوانان مي توانندباانديشه قبلي دست به تجربه بزنند،چيزهاراآنطوركه هستنددرنظرآورند،به بصيرت برسندواحساسات خودوديگران رامنعكس كنند.بتدريج اين جوانان ازلحاظ شناختي وروراني- اجتماعي پخته مي شوند وتوجه آنهابه مسائلي ازهويت كه فراترازجنبه هاي جسمي است معطوف مي شود.آنها ضمن معاشرت باهمسالان وشركت دررفتارهاي مخاطره آميز،ممكنست به اعتياد داروئي ،تصادفات رانندگي و……دچارشوند.تقلاي نوجوان براي كسب استقلال ،آزمودن توانائي هاونيزبه خودمختاري دراين دوره حداكثراست وغالباً اسباب ناراحتي خانواده ،معلم وسايرمسئولان اجتماع مي شود. اواخر نوجواني معمولاباتفكرعملياتي صوري كامل مشخص مي شود،كه شامل انديشه درباره آينده(آموزشي،حرفه اي وجنسي)است. نوجوانان دراين دوره معمولاً بيش ازاواسط نوجواني نسبت به دوست خود احساس تعهدمي كنند.اضطراب جدايي حل نشده درمراحل رشدي قبلي ممكنست تدريجاً كه جوان براي رفتن به كالج،آموزشگاه حرفه اي ياخدمت نظام وظيفه ويااشتغال به كار،خانواده راترك مي كندبارديگردراين زمان بروزكند.

**رشد ناكافي (FTT )**

اين اصطلاح براي توصيف رشدناكافي دريك كودك خردسال به كارمي رود.گرچه اين اصطلاح ممكنست به وزن كمترازسومين صدك روي منحني استاندارد رشد اشاره كند؛ليكن بسياري ازكودكان زيرسومين صدك ؛طبيعي مي باشند وبرخي ازكودكان بالاي سومين صدك؛ممكنست ازصدك بسياربالاتري سقوط كرده ودچار رشدناكافي شده باشند.به طورمكرر ديده مي شود كودكي كه وزن اودر 9-6 ماه اول بالاي صدك هفتادوپنجم است؛از 18-9 ماهگي به صدك پنجاهم ياپايين ترسقوط كرده وسپس درهمان صدك باقي مي ماند.هنگامي كه افت صدك بسيارزياد باشد مقايسه صدك وزن كودك باصدك قد ودورسرش مفيد خواهدبود.

دريك زمان كوتاه كودكي كه دچار رشدناكافي مي شود نخست صدك وزنش سقوط مي كند وپس از آن قد ودور سرش .باگذشت زمان ؛صدك قد نيزسقوط خواهدكرد؛ولي معمولا دورسرجز درموارد شديد تغييري نمي كند.  
علل رشدناكافي شامل ؛علل رواني – اجتماعي ؛ناتواني درمكيدن يابلعيدن يا جويدن؛سوء هضم ؛سوء جذب به علت بعضي بيماريها مثل سلياك؛ نارسايي كليوي ؛اختلالات سيستم عصبي مركزي؛سموم متابوليك؛انسداد نسبي روده ؛فتق هياتال ؛ريفلاكس؛افزايش ميزان سوخت وساز (پركاري تيروئيد؛نارسايي قلب؛سرطانها ؛بيماري التهابي روده؛عفونت مزمن )؛سوختگيها؛ اختلالات كروموزومي؛ عفونت باويروس نقص ايمني وساير علل مي باشد.  
وجودمشكلات رفتاري دركودك ياخواهران يابرادران او؛ازقبيل گريه زياد؛مشكلات انضباطي ؛اختلالات خواب ومشكلات تغذيه اي غالبا با كاركرد نامناسب خانواده همبستگي دارند.

علائمي كه دركودكان دچار محروميت محيطي ديده مي شود شامل نخوابيدن وبي حركت ماندن (نگاه سرد ويخ زده وبي احساس) ؛لبخند زدن بسياركم ؛كاهش توليدصدا؛مقاومت نسبت به دربغل گرفته شدن و……

درمان :معاينه توسط متخصص اطفال درچندين نوبت ضروري است .دربعضي موارد بستري دربيمارستان ونظارت بر وزن گيري وي پس ازدريافت كالري كافي ؛ضرورت دارد.

اهميت FTT غير عضوي دردوسال اول زندگي از اين نظرمهم است كه درصد بالايي ازآنها (67-15 درصد)دچارعقب ماندگي ؛67-37 درصدمشكلات يادگيري تحصيلي و48-28 درصد اختلالات رفتاري را درسن 11-3 سالگي نشان مي دهند.

يك برنامه منطقي مقدماتي سرپايي شامل رژيم غذايي مناسب براي كودك وثبت دقيق وروزانه تغذيه ودفعات ؛وهمچنين حجم وقوام مدفوع مي باشد.اگربااجراي اين برنامه وضعيت بيمار مشخص نشده وكودك ظرف چند هفته علائم رشد جبراني رانشان نداد؛چون تغذيه ناكافي در دو سال اول زندگي براي رشد مغزعامل تعيين كننده اي محسوب مي شود؛بستري كردن كودك الزامي است.

[**رشد هیجانی واجتماعی كودك**](http://farzin46.blogfa.com/post-23.aspx)

كودك به آزادی تجربه کردن نیاز دارند.آنها به راهنمایی نیاز دارند . برای تربیت مطلوب كودك باید بین ارتباط وجدایی توازن برقرار کرد .صمیمیت وپذیرش والدین ،همراه با کنترل دقیق (اما نه محدودکننده)فعالیتهای كودك با جنبه های گوناگون شایستگی رابطه دارد .افزایش توانایی كودك در فکر کردن به روابط اجتماعی نیز تنشهای خانوادگی را بیشتر می کند

[**جدول اریکسون**](http://farzin46.blogfa.com/post-22.aspx)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ردیف | مراحل روانی – اجتماعی از نظر اریکسون | دامنه سنی |
| 1 | اعتماددربرابرعدم اعتماد= مراقبت کافی ومحبت واقعی باعث می شودکودک جهان راامن وقابل ،اعتمادبداندومراقبت ناکافی وطرد کودک ،سبب ترس ودودلی اودربرابرجهان واطرافیان می شود. | از تولدتا  پایان یک سالگی |
| 2 | استقلال رای دربرابرشک وتردید= اگربه کودک این امکان داده شودکه با راه وروش خود،مهارتهایش رابه کار گیرد،به استقلال رای دست می یابدوافراط وتفریط درمراقبت سبب می شود که کودک درتوانایهایش تردیدکند. | ازدوتا  پایان سه سالگی |
| 3 | ابتکار دربرابراحساس گناه = اگر کودک رادرانجام  فعالیتهای آزادبگذارندوبه سئوالات اوبا صبروحوصله ،  پاسخ دهندکودک به حس ابتکاردست خواهدیافت .درغیر این صورت ،کودک دربرابرجوابهای سربالای دیگران وبی توجهی آنها احساس گناه میکند. | ازچهارتا  پایان پنج سالگی |
| 4 | سازندگی دربرابراحساس حقارت = اگربه کودک اجازه  داده شودتا کارهای بکند یاچیزهایی بسازد که در مقابل انجام آنهاتشویق شوددراواحساس سازندگی به وجودمیآید،ولی انتقاد ازاوومحدودکردنش،حس حقارت را درپی دارد. | ازشش سالگی تا  پایان یازده سالگی |
| 5 | هویت یابی دربرابرآشفتگی نقش = هنگامی که  کودک درشخصیت خودتداوم ویک نواختی راتشخیص  دهدهویت خودرامی یابد،ولی عدم توانایی در ایجاد علائم ثابت درادراک شخصی،به آشفتگی نقش می انجامد. | ازدوازده سالگی تا  پایان هیجده سالگی |

**رشددر گستره عمر**

**كودكان در اوايل كودكي كند تر از نو با وگي رشد مي كند .چربي بدن كم مي شود وكودكان بلندتر ولاغرتر مي شوند .سلامت هيجاني در اواسط كودكي نيز بر رشد جسماني تاثير داردكودكان پيش دبستاني اي كه رشد عقلاني خوبي دارند ،ازخانه هاي پر از اسباب بازي وكتاب بر خوردارند.والدين آنها صميمي وبا محبت هستند به رشد زبان ودانش علمي كمك ميكنند،اين والدين به جاي فشار جسماني وتنبيه، از منطق از منطق براي حل كردن آنها استفاده مي كنند.**

**توصيه هاي مراقبتي رشد هيجاني واجتماعي در اوايل كودكي.**

**- رابطه سازنده برقراركنيد.-موفقيت را پرورش دهيد .آزادي انتخاب را پرورش دهيد .-هيجانهاي كودك راتاييدكنيد.**

**تنبيه سخت وبدني ،عوارض جانبي دناخوشايندي دارد .-كتك كاري كودك درپاسخ به پرخاشگري اواست.در اين صورت پرخاشگري راالگو ميسازد .-كودك سعي ميكند از فرد تنبيه كننده اجتناب ورزد .وعوارض...**

**روشهاي جايگزين تنبيه :**

**- محروم ساختن( كودك رابه اتاقش فرستاده تا زماني كه حاضر شود به طور مناسبي رفتار كند .)**

**البته براي دقايقي .**

-          **محروم ساختن از امتيازها يي مانندبازي در بيرون خانه يا تماشاي برنامه تلويزيوني دلخواه .**

-          **روابط صميمانه وياري گرانه والد –كودك باعث ميشود كه كودك با كمال ميل به درخواستهاي والدين كوش كند .**

در هر دوره اى ازرشد انسان تغير در سه زمينه گسترده روي ميدهد

**رشد جسماني** : تغير دراندازه ،تناسب،وظاهربدن ودرعملكرددستگا ههاى بدن،قابليتهاى اداركي وحركتي وسلامت جسماني

**رشد شناختي** :تغير درتواناييهاى عقلاني ،ازجماه در تئجه،حافظه،دانش علمي ودانش روزمره،مسئله گشايي تخيل ،خلاقيت،وزبان

**رشد هيجاني واجتماعي** :تغيردر ارتباط هيجاني،خودشناسي، آگاهي از ديگران،مهارتهاي ميان فردي دوستي ها،روابط صميمي،واستدلال ورفتار اخلاقي

اگر عادتهاي چون شست مكيدن ،ناخن جويدن ،مداد جويدن رادركودكي وپرخوري وسيگار كشيدن رادردوران بعدي زندگي مشاهده كرديد بدانيد درمرحله تولد تا يك سالگي نيازهاي دهاني از طريق مكيدن پستان مادر ارضاء نشده .

كودكان نوپا وپيش دبستاني از نكه داشتن ورها كردن ادرار ومدفوع لذت مي برند .لذاآموزش توالت رفتن مسئله مهمي بين والدين وكودك مي باشد. توقع مناسب وبه موقع از فرزند خود داشته باشيد.