

راهکارهای متمرکز بر والدین

مقدمه

ناروانی طبیعی همان تکرارهای ساده بخشی از کلمه یا کل کلمه، کشیده‌گویی آهنگین، بازگویی اصلاحی و میان پرانی واژه‌ها، مکث‌ها، یا سایر حالت‌هایی است که گاهی در گفتار طبیعی ایجاد می‌شود و به اصطلاح عامیانه، به "تیق زدن" معروف است. در اکثر کودکان در محدوده سنی ۱/۵ الی ۶ سالگی (اغلب در ۲ الی ۳/۵ سالگی) قابل مشاهده است. بنابراین تعداد زیادی از کودکان همزمان با رشد گفتار و زبان دوره‌ای از ناروانی گفتار را در گفتار خود تجربه می‌کنند.

لکنت اختلالی است که با وقفه‌های بیش از حد در جریان گفتار متظاهر می‌شود. این وقفه‌ها ممکن است به صورت تکرار، کشیده‌گویی یا قفل (گیر) باشند. لکنت می‌تواند انواع مختلفی داشته باشد.

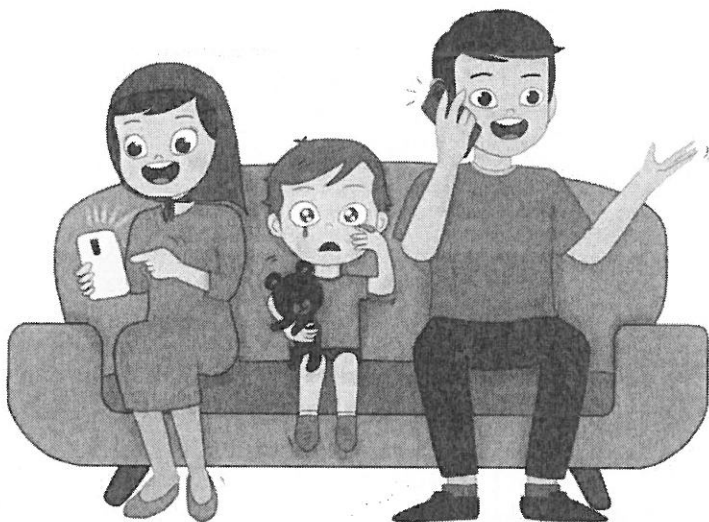
لکنت مرزی^۱: حالتی است که بیشتر ویژگی‌های ناروانی طبیعی را داراست و در همان محدوده سنی ناروانی طبیعی (۲/۵ تا ۳/۵ سالگی) روی می‌دهد. در برخی موارد لکنت بهبود می‌یابد، برخی دیگر بدتر و مواردی نیز به همان سطح مرزی باقی می‌ماند. در واقع در این حالت، ناروانی با درجه بیشتر (بیش از ۱۰ درصد کلمات)، وقوع تکرار و کشیده‌گویی (مثل "م امان بیا") بیش از بازگویی و میان‌پرانی، همچنین دفعات تکرار بیش از یک

نوع ناروانی و لکنت	رفتارهای مرکزی	رفتارهای وابسته	احساسات و نگرش ها	فرایندهای زیربنایی
لکنت بینابینی	گیر (مسدود شدن جریان هوا) توأم با تکرار و کشیده گویی	رفتارهای رهایی و اجتناب	ترس، ناکامی، نگرانی (تشویش) و شرمساری	واکنش های هیجانی ناشی از تنش به علاوه موقعیت های اجتنابی
لکنت پیشرفته	گیرهای طولانی همراه با تنس و لرزش	رفتارهای رهایی و اجتناب با درجه بیشتر	ترس، ناکامی، نگرانی (تشویش)، شرمساری و خودآگاهی منفی	موارد لکنت بینابینی به علاوه یادگیری شناختی

راهکارهای متمرکز بر والدین

راهکارهای متمرکز بر والدین شامل رشد و گسترش ادراک والدین در مورد لکنت، کمک به پذیرش لکنت، گفتگو کردن با والدین در مورد واکنش هایشان به لکنت کودک، کمک به والدین برای کاهش ترس ها و نگرانی هایشان درباره گفتار کودک شان و این که چگونه شریک فعالی در درمان کودک شان باشند، می شود.

۱- بافت و سیستم خانواده



یکی از مفاهیم کلیدی فعالیت خانواده محور، پذیرفتن خانواده به عنوان یک مراجع و کانون مهم می باشد، به جای این که فقط کودک به عنوان مراجع در نظر گرفته شود. بر اساس این

دیدگاه، تغییر یک عضو خانواده روی کل اعضای خانواده تأثیر می‌گذارد. پس مداخله نه تنها کودک، بلکه کل خانواده را دربرمی‌گیرد. به یاد داشته باشید که کودکان در ساختار خانواده بزرگ می‌شوند و برای بعضی از کودکان، خانواده شامل مادر، پدر، خواهر و برادر است. برای تعدادی دیگر ساختار خانواده شامل افراد فوق‌الذکر به‌علاوه پدربزرگ و مادر بزرگ و ... می‌باشد. زمانی که تغییری در یک بخش از این ساختار ایجاد می‌شود، باید تمام بخش‌ها در نظر گرفته شوند. خانواده‌ها مراقبان و شرکای اولیه کودک می‌باشند. شناخت محیط خانوادگی کودک و شرایط و قوانین حاکم بر خانواده می‌تواند در درمان کودکان دارای لکنت نقش مهمی داشته باشد (۳).

۱-۱ شناخت محیط خانوادگی کودک

چهار نوع محیط‌های خانوادگی متفاوت وجود دارد. این توصیفات کلی هستند و ممکن است در مورد هیچ خانه‌ای به‌طور کامل صدق نکنند. با این وجود ممکن است والدین بتوانند شباهت‌هایی را بین محیط کودک خودشان و محیط‌هایی که توصیف می‌شوند، بیابند. هیچ‌کدام از این محیط‌ها باعث ایجاد لکنت در کودک نمی‌شوند اما بعضی محیط‌های خاص می‌توانند روی کودکی که لکنت دارد اثر منفی بگذارند. باید ببینید کدام‌یک از بخش‌هایی که در توصیف محیط‌های خانوادگی ارائه می‌شود، در مورد شما نیز صدق می‌کند. اگر مواردی که در توصیف محیط خانه‌ها گفته می‌شود در محیط خانه شما وجود دارند، موضوعات مورد بحث را در نظر بگیرید و سعی در اعمال تغییراتی که پیشنهاد می‌شوند، داشته باشید. نظر غالب این است که شما درخواهید یافت که حتی تغییرات کوچک منجر به ایجاد تفاوت در روانی گفتار کودک‌تان خواهد شد.

محیط خانه اول - فضای بی‌نظم و آشفته

- اتفاقات زیادی به‌طور هم‌زمان در حال رخ دادن هستند.
- تلویزیون روشن است، حتی اگر کسی در حال تماشای آن نباشد.
- موسیقی با صدای بلند در حال پخش است، حتی اگر کسی به آن گوش نکند.
- اعضای خانواده برای این که شنیده شوند و یا به آن‌ها گوش داده شود باید فریاد بزنند.
- زمانی که بزرگ‌سالان خانواده می‌خواهند کارها را انجام بدهند احساس تحت فشار بودن می‌کنند و وقتی می‌خواهند با فرزندشان تعامل کنند، عجله دارند.

- بزرگسالان خانواده تند صحبت می کنند.
- یکی از والدین یا هر دوی آنها تحت فشار و استرس هستند و در تعامل با کودکان صبر و حوصله کمی دارند.
- نظم و انضباط کمی در خانه وجود دارد و والدین ممکن است احساس کنند کنترل اوضاع از دست آنها خارج است.
- کودکان احساس می کنند که باید برای جلب توجه والدین با خواهر و برادرهای خود بجنگند.

محیط خانه دوم - فضای خشک و سخت گیرانه / والدین کمال گرا

- یکی از والدین یا هر دوی آنها کمال گرا هستند و از کودکان شان انتظار دارند همیشه ایده آل و بی نقص باشند.
- خانه تمیز و پاکیزه است و باید به همان شکل نگه داشته شود.
- کودک باید همیشه مرتب، تمیز و خوش لباس باشد.
- والدین در مورد آنچه کودکان ممکن است انجام دهند یا ندهند سخت گیر و مقرراتی هستند و در برابر کودکانی که انتظارات شان را در خصوص رفتار درست یا نادرست برآورده نمی کنند، تحمل کمی دارند.
- والدین ممکن است فهرستی از رفتارهای بد را تعریف کنند و کودک را برای هر گونه انحراف و کج روی تنبیه کنند.
- والدین گرمی و صمیمیت کمی با فرزندان شان دارند و آرامش خیال و رضایت اندکی برای آنها فراهم می آورند.
- کودکان ممکن است هنگام صحبت کردن در مورد احساسات یا مشکلات شان با والدین احساس ناراحتی و نگرانی کنند.

محیط خانه سوم - فضای خصمانه و خشن

- کودکان در این نوع محیط هیچ وقت نمی توانند کاری را درست انجام دهند و به عنوان افرادی تنبل، خنگ و یا بدجنس در نظر گرفته می شوند.
- کودکان مرتباً برای هر خطای جزئی تنبیه می شوند.
- والدین با یکدیگر و با کودکان بحث و مشاجره زیادی می کنند.
- کودکان به دلیل مشکلاتی که والدین شان ممکن است داشته باشند، سرزنش می شوند.

- به کودکان مسئولیت‌های زیادی داده می‌شود و آن‌ها وقت کمی برای خودشان دارند.
- کودکان برای این متولد شدند که بدون توجه به آن چیزی که انجام می‌دهند احساس بی‌کفایتی کنند.
- فریاد زدن و ناسزا گفتن مرتباً تکرار می‌شود.
- اعضای خانواده به‌ندرت به کودکان لب‌خند می‌زنند و یا در تأیید آنان سخنی بر زبان می‌آورند.
- والدین گرمی و صمیمیت کمی با فرزندان‌شان دارند و آرامش خیال و رضایت‌اندکی برای آن‌ها فراهم می‌آورند.
- والدین از این‌که در حین انجام فعالیت‌هایشان وقفه‌ای ایجاد شود، ناراحت و آزرده می‌شوند.

محیط خانه چهارم - فضای آرام / متعادل

- تلویزیون تنها زمانی که یکی از اعضای خانواده نشسته و یک برنامه خاص را تماشا می‌کند روشن است.
- زمانی که موسیقی پخش می‌شود بلندی صدای آن در حدی است که مانع شنیده شدن فردی که احتمالاً نیاز به صحبت کردن دارد، نمی‌شود.
- اعضای خانواده در یک زمان تنها درگیر انجام یک فعالیت هستند.
- اعضای خانواده زمانی که در حال انجام فعالیتی هستند برای به‌دست آوردن جا و فضا با هم رقابت نمی‌کنند.
- اعضای خانواده برای شنیده شدن نیازی به رقابت کردن با یکدیگر ندارند. هر فردی احساس می‌کند که وقتی نوبتش برسد، می‌تواند حرفش را بزند.
- والدین درخواست‌های افراطی که در حد توان کودک نیست را به او تحمیل نمی‌کنند.
- والدین درک می‌کنند که کودکان خردسال هم کثیف و نامرتب می‌شوند و هم کثیف‌کاری می‌کنند و در نتیجه کودکان به خاطر بچگی کردن تنبیه نمی‌شوند.
- والدین کودکان خود را تحسین می‌کنند.
- والدین از حضور کودکان‌شان لذت می‌برند و به آن‌ها نشان می‌دهند که عاشقانه دوستشان دارند.
- کودکان متناسب با سن‌شان از استقلال برخوردار می‌شوند و در مورد توانایی‌هایشان اعتماد به نفس به دست می‌آورند.
- محیط خانه به‌طور کلی آرام و آرامش‌بخش است.

- محیط متعادل اگرچه تضمین نمی‌کند که یک کودک لکنت نخواهد کرد اما حداقل ممکن است مؤلفه‌های عاطفی که می‌توانند باعث افزایش لکنت شوند را کاهش دهد. در صورتی که محیط خانه شما از نوع محیط‌های اول، دوم و یا سوم است، باید تلنگری به خودتان بزنید. در اینجا چند پیشنهاد کلی ارائه می‌شود:
- از سروصداهای محیطی خلاص شوید. برای مثال، اگر تلویزیون روشن است و کسی آن را تماشا نمی‌کند، خاموشش کنید. این راهکار در مورد دیگر وسایل الکترونیکی نیز کاربرد دارد. به عبارت دیگر عوامل حواس‌پرت کن غیرضروری را خاموش کنید.
- میزان کار و فعالیت در خانه را کاهش دهید. ممکن است والدین به‌طور هم‌زمان مشغول انجام چندین کار مختلف باشند. این یک سناریوی احتمالی است: الآن ساعت پنج است و شما شروع به آماده کردن شام می‌کنید. کودک نوبا هم می‌خواهد غذا بپزد بنابراین مادر به او چند قاشق و کاسه می‌دهد. در همان حال که شام در حال پخته شدن و کودک در حال بازی کردن است، مادر تصمیم می‌گیرد که مقداری از لباس‌ها را اتو کند. هم‌زمان با این که مادر در حال اتو زدن است تلفن زنگ می‌خورد و یا یک پیامک می‌آید. کودک می‌بیند که مادر با تلفن مشغول است و به سمت او می‌رود تا چیزی به او بگوید، اما مادر در حال صحبت کردن و یا پیام دادن است. کودک پشت سر هم می‌گوید، "مامان، مامان، مامان" تا این که مادر به تماس گیرنده می‌گوید که یک دقیقه گوشی را نگه دارد. ممکن است مادر کمی احساس کلافگی و عصبانیت کند و از کودک بپرسد که او چه می‌خواهد. کودک به مادرش می‌گوید که برای آشپزی به چیز دیگری نیاز دارد. مادر اتو را زمین می‌گذارد و به تلفن کننده می‌گوید که یک دقیقه گوشی را نگه دارد. ناگهان چیزی روی اجاق گاز سر می‌رود. مادر خواسته کودک را فراموش می‌کند و به سرعت به سمت اجاق گاز می‌رود. به محض این که به وضعیت اجاق گاز رسیدگی می‌شود، مادر به یاد می‌آورد که فردی که زنگ زده بود، همچنان منتظر اوست و به ادامه تلفنش برمی‌گردد. به محض این که مادر به مکالمه تلفنی‌اش برمی‌گردد و مشغول اتو زدن می‌شود، کودک دوباره رو در روی مادر است تا خواسته‌اش را تکرار کند.
- اگر سناریوی بالا برای شما آشناست، کاهش مقدار کار و فعالیت در خانه می‌تواند کمک کننده باشد. اگر شما در حال پختن غذا هستید فعالیت دیگری مثل اتو کردن را به آن اضافه نکنید. در مدتی که غذا پخته می‌شود اگر وقت اضافه دارید به کودک‌تان کمک کنید تا با قاشق و کاسه‌ای که به او داده‌اید "آشپزی کند". با انجام این کار شما به