



## با کودکان بازی کنید

یادگیری یک سرگرمی یا انجام برخی اعمال پیچیده به کمک والدین و اتکا به آنها در دوران طفولیت می‌تواند از ظهور اختلالات شخصیتی در آینده جلوگیری کند.

جام جم آنلاین: یادگیری یک سرگرمی یا انجام برخی اعمال پیچیده به کمک والدین و اتکا به آنها در دوران طفولیت می‌تواند از ظهور اختلالات شخصیتی در آینده جلوگیری کند.

وقت گذاشتن برای کودکان هنگام مطالعه یا انجام تکالیف منزل یا آموختن مهارت‌های سازمانی به آنها به سلامت روانی کودکان در بزرگسالی کمک بهتری می‌کند. ارتباطات میان فردی قوی و مهارت‌های اجتماعی که کودکان در نتیجه تعامل سالم و فعال با بزرگ‌ترها می‌آموزند نقش مثبتی در توسعه و پرورش روان‌شناختی کودک دارد. به این وسیله کودک سیستم پیوندجویی یا همان ارتباط با دنیای افراد را پرورش می‌دهد و بدون آن ارتباط کودک با انسان‌های اطراف بسیار سخت شده و آسیب می‌بیند.

آنچنان که محققان دانشگاه بینگهامتون در نیویورک دریافته‌اند این اختلال باعث ظهور علائم اختلال شخصیت اسکیزوئید در دوران بزرگسالی و پس از آن می‌شود.

تحقیقات انجام گرفته توسط محققان این دانشگاه بر درگیری فعالانه کودک طی گذر زمان و فرآیند رشد که وابستگی زیادی به فعالیت‌های روزانه، تماشای تلویزیون، نوع بازی‌های کامپیوتری (واقعیت مجازی) دارد، تاکید می‌کند. از طریق فرآیندهای قوی و تعاملات معمولی همراه با مراقبت، والدین می‌توانند در پیشرفت تجربه‌های روان‌شناختی و متمایز بودن کودک نقش مهمی ایفا کنند. این کار باعث می‌شود که کودک میل بیشتری به تعامل با دیگران داشته باشد که اساس روان‌شناختی تجارب بشری است، اما برای بعضی از افرادی که دچار اختلال شخصیت (PD) هستند. این اشتیاق برای برقراری ارتباط با دیگران به شکل محسوس غایب است (وجود ندارد).

سال‌ها دانشمندان در این فکر بودند که آیا عوامل محیطی می‌تواند در ایجاد یا افزایش خطر PD موثر باشد یا خیر. به عنوان مثال آسیب‌های روانی دوران کودکی نقش مهمی در این موضوع دارند. اگرچه تا به امروز تحقیقی در رابطه با این که چه عواملی در صورت وجود می‌تواند از این اختلال شخصیت جلوگیری کند انجام نشده است، اما امروز می‌دانیم که نقش فرآیندهای مجاور در جلوگیری از آن بسیار مهم است.

با استفاده از داده‌هایی به دست آمده ناشی از مطالعات طولی اختلال شخصیت (LSPD) که از سال 1991 آغاز شده پروفیسور مارك لنزنوگر توانست از فاکتور زمان استفاده بهینه‌ای کرده و افراد را در طول زمان مورد بررسی قرار دهد. LSPD تقریباً شکل جدیدی برای محاسبه این که چگونه افراد در طی یک دوره زمانی تغییر می‌کنند است. پروفیسور لنزنوگر امیدوار است در آینده اطلاعات به دست آمده از DNA تمامی افراد بتواند در پیشگویی تغییرات شخصیتی، ثبات شخصیت و اختلالات شخصیتی در طول زمان به آنها کمک کند. تمرکز روی عوامل بیولوژیکی و اجتماعی می‌تواند چشم‌انداز روشن‌تری از چگونگی تغییر شخصیت انسان در طول عمر را میسر ساخته و ما را به مرزهایی که هنوز ناشناخته مانده‌اند برساند.

منبع: Physorg

مترجم: آتنا حسن‌آبادی