

بچه های کمرو تریبت نکنیم

می‌توان گفت پدیده کمرویی فوق‌العاده فراگیر است و به دلایل مختلف درصد قابل توجهی از کودکان، نوجوانان و بزرگسالان هر جامعه دچار کمرویی و...



جام جم آنلاین: می‌توان گفت پدیده کمرویی فوق‌العاده فراگیر است و به دلایل مختلف درصد قابل توجهی از کودکان، نوجوانان و بزرگسالان هر جامعه دچار کمرویی و چنین ناتوانی‌ها و معلولیت‌های اجتماعی هستند. کمرویی نزد کودکان و نوجوانان به مراتب بیشتر از بزرگسالان است. رفتار گوشه‌گیری یا انزواطلبی به عنوان یکی از مشکلات عمده در کودکان و نوجوانان محسوب می‌شود و متأسفانه به علت آن که برای مدرسه یا اطرافیان ایجاد دردسر و مشکل نمی‌کند، دیر شناخته و گاه کودک کمرو به عنوان فردی مودب و بی‌دردسر از طرف نزدیکان معرفی می‌شود و هنگامی که با معلمان یا خانواده در خصوص مشکلات رفتاری پرسیده می‌شود، کمتر این کودکان را معرفی می‌کنند و در نتیجه شناخت و درمان آنها به تأخیر می‌افتد و زمانی متوجه مشکل می‌شوند که کار درمان سخت‌تر و وضعیت کودکان حادث شده است. از نظر روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی، کمرویی و انزواطلبی از مشکلات جدی کودکان است. کمرویی شدید ویژگی شخصیتی پردردسری است. نشانه‌های کمرویی در کودکان

در کمرویی شدید کودک از تماس با افراد و شرکت در گفتارهای اجتماعی پرهیز می‌کند. علایق ذهنی و عاطفی کودک نسبت به محیط خارج کم می‌شود. این دسته از کودکان یا نوجوانان معمولاً از داشتن دوست محروم هستند، یا تک‌دوست و بسیار به او وابسته‌اند و به طور کلی از بودن در کنار هم سن‌های خود لذت نمی‌برند و به فعالیت‌هایی که بچه‌های دیگر در آن شرکت داشته باشند، علاقه‌ای نشان نمی‌دهند و بازی در تنهایی را به جمع ترجیح می‌دهند.

این کودکان و نوجوانان احساس بی‌کفایتی می‌کنند و به دنیای درون خود پناه می‌برند و بیش از حد متواضع هستند و حتی اگر با مسأله‌ای مخالف باشند، جرات بیان مخالفت با نظرات خود را ندارند. این افراد نسبت به مسائل اطراف خود حساسیت بیش از حدی دارند و اگر مسأله‌ای مخالف نظر آنها باشد یا مجبور به شرکت در کار جمعی باشند، در گوشه‌ای کز می‌کنند و با کسی حرف نمی‌زنند و گاه هنگام شدت ناراحتی، ناخن‌های خود را می‌چونند. اثرات کمرویی بر کودکان

کمرویی شدید، قدرت مبارزه برای گرفتن حق را از انسان می‌گیرد و آدم کمرو اجازه می‌دهد هر کس صدایش بلندتر و انصافش کمتر است، حق او را ضایع کند. چنین شخصی چون معمولاً قادر نیست عقاید خود را بدرستی بیان کند، بی‌عرضه و احمق به نظر می‌رسد.

انسان‌های کمرو با آن که نیاز عاطفی شدید دارند، در تمام مدت عمر بی‌یار و یاور می‌مانند. اگر کمرویی ادامه یابد و عواملی نیز آن را تشدید کنند، طفل دچار عقده خودکم‌بینی می‌شود و در طول زندگی ناموفق خواهد بود. کودکانی که کمرو بار می‌آیند، بتدریج احساس خود ارزشمندی‌شان به حداقل می‌رسد و عزت نفس آنها از بین می‌رود. در نتیجه این امور انگیزه ایشان برای انجام کارها به حداقل کاهش می‌یابد و لذا دچار شکست‌های پیاپی می‌شوند و مواجه شدن با تجارب تلخ و ناموفق سبب استمرار حالت کمرویی در این گونه کودکان می‌شود.

علل کمرویی در کودکان

معمولاً کودکان شدیداً کمرو دارای پدر و مادر کمرو و خجالتی هستند. به همین دلیل فرصت‌ها و روابط کمتری برای ملاقات و معاشرت با دیگران داشته‌اند.

بخشی از این ویژگی ارثی و بخش عمده آن محیطی است. کمرویی برای کودک 12 ماهه‌ای که خود را پشت چادر مادرش مخفی می‌کند یا پسر بچه 3 ساله‌ای که از بودن با کودکان دیگر خجالت می‌کشد، بسیار طبیعی است. اعتماد نداشتن به خود و احساس حقارت نیز یکی از مهم‌ترین عوامل کمرویی است.

کمرویی پدیده‌ای ارثی نیست که از پدر و مادر به کودک منتقل شود، بلکه والدین کمرویی را در خانواده به کودک می‌آموزند. آموزش کمرویی از طریق اضطراب و کمرویی پدر و مادر یا تنبیه و تهدید کردن کودکان انجام می‌گیرد.

از سوی دیگر، کمال‌جویی پدر و مادر نیز کودک را به طرف کمرویی سوق می‌دهد. یعنی برخی پدران و مادران به دلیل کمال‌جویی خود نمی‌گذارند کودکان‌شان مهارت‌های لازم را کسب کنند.

محرومیت از محبت، نقص عضو یا بیماری‌های دیگر جسمانی، شکست‌های متعدد در زندگی، تحقیر کودک جلوی جمع و نداشتن معیارهای خاص را نیز می‌توان به عنوان علل این مشکل به شمار آورد که در صورت استمرار آن کودک دچار افسردگی یا اسکیزوفرنی می‌شود.

از علل دیگر کمرویی کودکان می‌توان به غلبه و سلطه غم و اندوه بر آنان به علت فقدان غریزی از دست رفته، تنگدستی و فقر خانواده مخصوصاً برای کودکان تیزهوش، احساس گناه غیرقابل جبران یا فوق‌العاده شرم‌آور برای برخی از آنان، ضعف جسمی و مخصوصاً نقص و نارسایی عضوی که موجب شرمساری گردد، خودپرستی، خودخواهی و کبر، به گونه‌ای که دیگران او را داخل

آدم به حساب نیاورند، ضعف تحصیلی و عدم پذیرش در خانه، مدرسه یا در میان جمع وجود حسادت یا کینه‌ای ریشه‌دار در کودک، وجود ترس و احساس ناامنی بسیار از جهات مختلف، وجود پاره‌ای از بیماری ناشی از تعادل نداشتن ترشح برخی غده‌های درون‌ریز چون غده تیروئید، ناراحتی از زندگی و از جریان‌های خانواده و بخصوص درگیری والدین و وضع نابسامان آنها در برخوردها و دعوایها.

چگونه می‌توان از کمروبی کودکان پیشگیری کرد؟

- به طور کلی، هنگامی که با فرزندان صحبت می‌کنید، به چشمانش نگاه کنید تا او نیز جرات نگاه کردن پیدا و اعتماد به نفس کسب کند.

- کودک هنگامی می‌تواند بخوبی سخنش را بگوید که مادر گوش‌هایش را در اختیار او قرار دهد و با دقت به تمام حرف‌هایش گوش کند؛ زیرا این امر نیز در جلوگیری از کمروبی بسیار موثر است.

انسان‌های کمرو با آن که نیاز عاطفی شدید دارند، در تمام مدت عمر بی‌پار و یاور می‌مانند. اگر کمروبی ادامه یابد طفل دچار عقده خودکم‌بینی می‌شود و در طول زندگی ناموفق خواهد بود

- مهارت‌های اجتماعی مثل: ورزش، نقاشی، طراحی، قصه‌گویی و لطیفه‌گویی نیز در تقویت روحیه کودک و پیشگیری از کمروبی اثرات فراوان دارد.

- اگر پدر و مادری می‌بینند که کودکشان خجالت میکشد، لازم نیست او را وادار کنند که در میان مهمانان صحبت کنند و یا به زور برای خاله جان شعر بخوانند! این عمل سبب میشود کودک در اتاقش مخفی شود، گریه کند و کلاً از جمع گریزان باشد و در مهمانی‌های آینده در جمع شرکت نکند.

- هنگامی که مهمانی به خانه شما می‌آید، مانع دیدار فرزندان با آنها نشوید و اجازه بدهید با آنها معاشرت کند.

- هر جا مناسب است، فرزندان را همراه خود ببرید تا احساس کند او را به حساب می‌آورید.

- او را تشویق کنید تا حرف‌هایش را با صدای بلند بزند و هنگامی که می‌خواهد کاری انجام بدهد، بدون آن که چندان دخالتی در کار او بکنید، کمکش کنید.

- انجام بعضی کارها را باید به او محول کنید.

- کودک و نوجوانان را باید تشویق به صحبت کردن کرد. مثلاً حرف زدن با عروسک، خواندن انشاء، بازگویی خاطره‌های سفر، شرح یک بازی و آنچه در مهمانی گذشت.

- نقاط مثبت او را مورد تشویق قرار دهید.

- هرگز نباید کودک را به دلیل کمروبی تمسخر یا تنبیه کرد.

- تجربه موفقیت‌آمیز در یک فعالیت گروهی برای این گونه کودکان می‌تواند آغاز بسیار خوبی باشد.

- معلمان عزیز با درگیر کردن این کودکان در فعالیت‌های اجتماعی هر چه بیشتر در مدرسه و اجتماعی کردن این کودکان کوشش کنند.

- زمینه‌سازی برای گردش و تفریح و پیک‌نیک با افرادی که به او خیلی نزدیکند، مخصوصاً از خویشاوندان.

- ایجاد فضایی با محبت و انس و تفاهم و شور و شوق در محیط خانواده.

- از میان بردن عواملی که زمینه‌ساز کمروبی شده است. مثل تحقیر، شرمسار کردن و احساس گناه کردن.

در کل توصیه می‌شود اگر کودک سر از انزوا درآورده و در گوشه‌ای کز کرده است، والدین باید با او بجوشند و با ایجاد شور و شوق و نشاط در زندگی او را به میان خود بکشند و با او گرم بگیرند.

پدیده کمروبی به عنوان یک معلولیت اجتماعی، چنانچه بموقع تشخیص داده و درمان نشود، ممکن است آثار نامطلوبی داشته باشد و رشد شناختی، عاطفی و روانی و اجتماعی کودک را به طور جدی تحت تاثیر قرار خواهد داد.