



بازی کردن، مهمترین راه پیشگیری از اختلالات هیجانی و رفتاری در کودکان است

یک روانپزشک اظهار کرد: بازی مهمترین راه پیشگیری از اختلالات هیجانی و رفتاری در کودکان است و حتی در صورت ایجاد اختلال رفتاری در کودک، بازی کردن می‌تواند سبب کاهش اختلال در وی شود...

یک روانپزشک اظهار کرد: بازی مهمترین راه پیشگیری از اختلالات هیجانی و رفتاری در کودکان است و حتی در صورت ایجاد اختلال رفتاری در کودک، بازی کردن می‌تواند سبب کاهش اختلال در وی شود.

دکتر سامرند سلیمی در گفت و گو با ایسنا، گفت: بازی کردن راحت‌ترین، طبیعی‌ترین و بی‌اضطراب‌ترین روش بیان احساسات مانند اضطراب، ترس، افکار درونی و حتی آرزوها برای کودک محسوب می‌شود.

وی در ادامه بازی را اتوبانی میان دنیای درون و بیرون کودک دانست و افزود: بازی کردن مهمترین روش برقراری ارتباط میان کودک و دنیای خارج است. همچنین بهترین راه ایجاد رابطه با کودک بازی کردن با او می‌باشد.

وی تاکید کرد: کودکانی که مصیبت‌های بزرگی مانند سیل و زلزله را پشت سر گذاشته و شاهد مرگ پدر و مادر خود بوده‌اند تا مدتی تحت تاثیر قرار می‌گیرند که بازی کردن و بازسازی صحنه غم بار در بازی می‌تواند کودک را از حالت درماندگی نجات داده و در مقابله با این شرایط احساس، عاملیت و حل مسئله پیدا می‌کند.

وی تصریح کرد: بازی کردن علاوه بر تکمیل رشد عقلي کودک، قدرت اکتشاف و عملکرد اجرایی را در وی افزایش می‌دهد به طور مثال کودک با تغییر حالت عروسک از حالت ایستاده به خوابیده متوجه می‌شود چشم عروسک در حالت‌های مختلف تغییر می‌کند یا شکستن اسباب بازی برای کودک نوعی اکتشاف محسوب می‌شود بنابراین به والدین توصیه می‌شود از دور کردن اسباب بازی‌ها از دسترس کودکان صرفاً به خاطر ترس از شکستن آن پرهیز کنند و اجازه تجربه را به کودک خود بدهند.

سلیمی افزود: بازی کردن، توانایی مغز را برای بهره‌گیری از قوای حرکتی و مهارت‌های حسی افزایش داده و مهارت‌های حرکتی اندام‌های کودک را بالا برده و میان حرکات اندام‌ها هماهنگی ایجاد می‌کند. همچنین با بازی کردن توانایی تحمل کودک افزایش یافته و با استفاده از اسباب بازی‌ها شروع به رویاپردازی می‌کند که به دنبال آن موجب تقویت قوه تخیل در وی می‌شود.

سلیمی خاطرنشان کرد: استفاده از اسباب بازی‌های آشنا برای کودک مانند عروسک‌ها به خصوص در خیال پردازی کودک موثر است اما بهتر است اسباب بازی‌های ناآشنا و حیوانات نیز در دسترس کودک قرار گیرد تا تنها به بازسازی فیلم دیده یا داستان شنیده از آنها محدود نشود و خود کودک با قوه تخیل برای اسباب بازی ناآشنا نیز داستان پردازی کند.