



رایج ترین رفتارهای اشتباه با کم توانان ذهنی

به بهانه روز جهانی حمایت از کم توانان ذهنی از رفتارهای نامناسب

در خانواده و جامعه با این افراد گفتیم



دکتر ساحل گرامی | روان شناس

محوری

حدود ۳ درصد از افراد جامعه را افراد دچار کم توانی ذهنی تشکیل می دهند. به دلیل دشواری تشخیص دقیق کم توانی ذهنی و دامنه گسترده آن، در کشور ما آمار دقیقی از میزان این افراد توسط سازمان بهزیستی و توان بخشی منتشر نشده است. عواملی مانند ازدواج های فامیلی، ضربه به جنین در دوران حاملگی، برخی عفونت ها و مسمومیت ها، قرار گرفتن در معرض اشعه ایکس، سن بارداری بالای ۳۵ سال و مصرف الکل در بروز کم توانی ذهنی در کودکان موثر است. علاوه بر این بیهوشی طولانی مدت مادر، اشکال در تنفس هنگام تولد، تولد زودرس، ضربه به سر نوزاد هنگام زایمان و ... می تواند از عوامل دیگر این مشکل محسوب شود. ۲۱ جولای روز جهانی حمایت از کم توانان ذهنی است. به همین مناسبت تصمیم گرفتیم مطلبی را در این مورد نوشته و گامی در جهت آگاه سازی جامعه برای برخورد بهتر با آن ها برداریم. بنابر این به رایج ترین رفتارهای اشتباه با کم توانان ذهنی اشاره خواهیم کرد.

انکار ناتوانی شان به جای درمان

متأسفانه با وجود اطلاع رسانی های فزاینده در باره ناتوانی های ذهنی همچنان شاهد رفتارهای نامناسب در خانواده و جامعه با این افراد هستیم و آن طور که باید و شاید این افراد توسط خانواده و جامعه پذیرفته نمی شوند. با وجود سختی و رنجی که والدین این افراد متحمل می شوند متأسفانه در سال های ابتدایی کودکی شاهد نوعی انکار از سوی والدین هستیم، به طوری که رفتارهای غیر طبیعی یا

پایین تر از سن کودکان را با سهل انگاری نادیده گرفته و صرفا به کودکی آن ها ربط می دهند یا با وجود پیگیری و تشخیص توسط پزشک، آن را انکار کرده و آموزش اولیه و بسیار مهم آن ها را در سال های طبیعی رشد از دست می دهند. به همین دلیل لازم است که در پایش های رشدی اولیه به رشد زبان، ادراک و مهارت های کودک توجه لازم را داشته و در صورت بروز هر گونه تاخیر از کار در مانگرو گفتار در مانگر کمک بگیرند.

از دنیای روان شناسی

رابطه استرس و ابتلا به سرطان زیر سوال رفت

نتایج یک پژوهش جدید نشان می دهد که شواهد علمی درباره رابطه میان استرس و افزایش ریسک ابتلا به سرطان چندان قوی نیست. به گزارش «دییجیا تو»، برخی از پژوهش ها در سال های اخیر نشان داده بودند که اختلال استرس پس از سانحه ممکن است با ابتلا به سرطان در سال های آینده ارتباط داشته باشد اما شواهد علمی در این باره هم قطعی نیستند و پژوهشگران می گویند افراد دچار استرس مزمن نباید نگران سرطان باشند.

مطالعه روی ۵۴ هزار زن

برای مثال، یک مطالعه روی ۵۴ هزار زن نشان داد که ریسک ابتلا به سرطان تخمدان در افراد با علایم مبتلایان به اختلال استرس پس از سانحه دو برابر زن های دیگر است. با این حال، دکتر اندریا لین ابرتس، «محقق دانشگاه هاروارد می گوید مطالعات جدید حاکی از آن است که این شواهد از نظر علمی چندان قوی نیستند. البته استرس اثری عمیق روی عملکرد سیستم ایمنی بدن دارد. در نتیجه، دانشمندان در بهترین حالت می توانند بگویند که استرس باعث می شود تا بدن شما برای دفاع در برابر سرطان و بیماری های دیگر ضعیف شود. اما باید دقت کرد که استرس های کوتاه مدت، مانند استرس موقعی که برای یک سخنرانی عمومی یا یک مسابقه ورزشی آماده می شوید، تأثیری روی سلامت ندارد. بدن می تواند به خوبی

آگهی اصلاحی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

پیرو آگهی منتشره روزنامه های رویداد اسرور و خراسان به شماره م الف ۹۱۴ و م الف ۵۸۵۴ در تاریخهای ۱۴۰۲/۰۲/۱۶ و ۱۴۰۲/۰۲/۱۴ بدین وسیله رای اصلاحی آگهی منتشره به شرح ذیل اعلام میگردد: رای اصلاحی با توجه به مفاد گزارش کارشناسی و با عنایت به اینکه طبق گزارش رای هیات نا تون اجرا نشده لذا مقدار رای صادر به شرح زیر اصلاح میگردد انتقال ملک از محل مالکیت کربلایی ابراهیم پسر قربان و نامای پلاک ۴۷۶ فرعی از ۹۳- اصلی بخش ۶ میباشد. م الف ۶۶۷۵

حسن الوتایی - مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک طر قبه ساندیز از طرف محمد الوتایی ۷۷۸۱۷

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای ۱۱۰۵۴/۰۳/۰۱-۱۴۰۲/۰۳/۰۱ هیات قانون مستقر در ثبت سبزوار تصرفات مالکانه بااعراض آگهی ابوالفضل حسینی سریش فرزند محمود ششداگ یکپک ساختمان به مساحت ۹۹ متر مربع پلاک ۱۷۱۱۱ فرعی مجری شده از پلاک ۱۱۳۳۱ فرعی از اصلی واقع در بخش ۱۲ سبزوار خریداری از محل مالکیت مالک رسمی محمدرضا مسکنی محرز گردیده است لذا مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراض دارند می توانند از تاریخ انتشار نوبت اول آگهی بمدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و ضمن اقامه دعوی از طریق مراجع قضایی در مهلت مراجع قضایی در مهلت یکماهه گواهی تقدیم دادخواست از انه نمایند در صورت انقضای مهلت مذکور و عدم وصول اعتراض سند مالکیت طبق مقررات صادر خواهد شد. م الف ۴۰۳/۸۴۰۳

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۴/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۴/۳۱

صرفه جویی در زمان

سفرارش آنلاین آگهی در

روزنامه مالکیت

دلسوزی افراطی و نوعی ناامیدی

در گام بعدی شاهد نوعی دلسوزی افراطی و نوعی ناامیدی در والدین این کودکان هستیم. به طوری که شیوه های تربیتی و رفتار در مانی روان شناس و کار در مانگر انوعی اعمال فشار و سنگتیرانه تلقی کرده و به طور کلی با نوعی دلسوزی غیر منطقی کودک را ه امی کنند. این در حالی است که در سال های آتی تغییر رفتاری به شدت سخت یا غیر ممکن می شود و در نهایت این کودک است که از رفتار های والدین متضرر می شود. پس در عین ابراز محبت باید مانند هر کودک دیگری، در تربیت آن ها ریزبینانه برخورد کرد و برای کم کردن بار سختی در آینده از همان دوران کودکی رفتار در مانی را جدی گرفت.

نادیده گرفتن آن ها

در نهایت والدین خسته و در مانده این کودکان در پارهای شرایط با استدلال این که این قبیل بچه ها متوجه نمی شوند و در نمی کنند، آن ها را نادیده می گیرند یا از رفتار های خشن استفاده می کنند. این در حالی است که هر چند این کودکان در در ک احساسات خود و دیگر عملکرد طبیعی ندارند ولی با راحتی متوجه هیجانات منفی شما مانند خشم و غم می شوند و همین می تواند به رفتار های نا آرام و مضطربانه آن ها دامن بزند. پس بهتر است قبل از هر چیزی کودک خود را همان گونه که هست بپذیرید و سعی کنید در باره نحوه رفتار با کودکان ناتوان ذهنی اطلاعات خود را بالا ببرید و با و طوری رفتار نکنید که احساس کند از داشتن او خجالت زده و ناراحت هستید.

توجه نکردن به علاقه مندی ها و توانمندی های آن ها

به والدین و اطرافیان چنین کودکانی توصیه می شود به علاقه مندی ها و توانمندی های آن ها دقت کنید و با توجه به آن ها به این افراد وظایف کوچکی را محول کنید. با این روش علاوه بر بالا بردن توانمندی آن ها، خود می توانید از احساس بهتری بهره مند شوید. باید از طریق علاقه مندی ها و توانایی هایش به او آموزش داد تا بتواند در کار های کوچک، ساده و پیش پا افتاده روزانه همکاری کند و در حد توان خود باری از دوش خانواده بردارد.

جدا کردن شان از جامعه

و آخرین نکته این هم که اگر عقب ماندگی ذهنی فرزند شما در حد شدید نیست و به اطرافیان آسیبی نمی زند به هیچ عنوان آن ها را از جمع خانواده و محیط های طبیعی و اجتماعی جدا نکنید. چرا که آن ها هم مانند هر فرد دیگری در این جامعه حق حضور در اجتماع را دارند و با نگر داشتن آن ها خنده نمی شود فرهنگ سازی کرد و گامی در جهت بهبود شرایط آن ها برداشت.

اتاق مشاوره

مشاوره سالمند

رفتارهای نابودگر ارتباط فرزند نادرگسال باوالدین سالمند

حفظ رابطه خوب با فرزند نادرگسال تان می تواند کاری دشوار باشد. به گزارش «همشهری آنلاین»، رفتارهای انگشت شماری وجود دارد که می تواند بدون این که شما متوجه باشید، رابطه شما را خراب کند. بنابر این، اگر می خواهید بدانید چگونه با بچه های بزرگ تر خود پیوندهای محکمی داشته باشید، زمان خدا حافظی با این ۴ رفتار است که ممکن است ناخواسته آن ها را از شما دور کند.

دیکته کردن زندگی به آن ها

عنوان والدین، با معمولاً در دام این باور می افتیم که می دانیم چه چیزی برای فرزند نادرگسال ما بهترین است. این یک غریزه طبیعی است، اما مهم است که به یاد داشته باشید آن ها اکنون بالغ هستند. آن ها تصمیمات خود را می گیرند و این تصمیمات ممکن است همیشه با آن چه ما فکر می کنیم بهترین است مطابقت نداشته باشند و این اشکالی ندارد. تلاش برای دیکته کردن زندگی به آن ها می تواند منجر به رنجش و تنش در روابط شود. مهم است که وقتی از شما خواسته می شود، توصیه هایی ارائه کنید، اما در نهایت، اجازه دهید کشتی زندگی خود را هدایت کنند.

نادیده گرفتن مرز ها

گذاشتن به مرز ها در هر رابطه ای بسیار مهم است و در مورد فرزند نادرگسال شما تفاوتی ندارد. حفظ مرز های سالم می تواند در رابطه شما با بچه های بزرگسال تان معجزه کند.

انتقاد بیش از حد

انتقاد بیش از حد انتقاد بیش از حد به عنوان والدین واقعاً می تواند عزت نفس فرزند بزرگسال شما را به هم بزند. افتادن در این تله آسان است، با این تصور که اشاره به عیوب آن ها به نوعی

نکته ها

۶ عبارتی که افراد خودخواه

همیشه از آن استفاده می کنند



- ۱- من در... بهترین هستم.
- ۲- من به کمک کسی نیاز ندارم.
- ۳- من اشتباه نمی کنم.
- ۴- من تمام این کار ها را به تنهایی انجام دادم.
- ۵- برای من مهم نیست که دیگران چه فکر می کنند.
- ۶- نیازی به تغییر ندارم.

ما و شما

راما تباطی زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۹۹۹۹۶۶ و تلگرام ۹۳۵۴۹۶۶۰۹۳۵۴۹۶۶

* من از بچگی خیلی دوست داشتم که خلبان بشم و برای همین زندگی نامه شهید بابایی و شهید دوران رو خوانده بودم. یاد همه شهدا گرامی.
* تا حالا نشنیده بودم که عسل فاسد می شه. مربوط به طلب «آیا عسل فاسد می شود؟» در صفحه سلامت.

* یک بار در باره ماجرای شهادت شهید دوران و پیر و آخرش به صورت کامل تر مطلب بنویسید. به خصوص ثمرات آن اتفاق که ایشان به هتل محل برگزاری اجلاس غیر متعهد ها بر خورد کرد. ممنون.

* مقایسه شدن مردها با جانقا و خانم ها با جاری شون، خیلی از زندگی ها را نابود کرده. بار ها دیدم و شنیدم که می گم.
* جوانه اتیر هم نهمم شد و تا چشم به هم بز نیم، شهر یور هم نهمم می شه و دوباره باید بریم مدرسه. بهش فکر که می کنم، حامله یک جوری می شه.



- زندگی سلام
- یکشنبه
- ۳۱ تیر ۱۴۰۳
- ۱۵ محرم ۱۴۴۶
- ۲۱ جولای ۲۰۲۴
- شماره ۲۷۶۰

خانواده و مشاوره