

## وظایف والدین کودکان دارای اختلال یادگیری

سکینه شرفی / کارشناس علوم تربیتی / آموزشگاه استثنایی صالحه / مشهد مقدس

### چکیده:

یادگیری یکی از مهارت‌های اساسی و پایه‌ای زندگی است که هم به زندگی رونق و دوام می‌بخشد و هم زندگی است که ضرورت یادگیری را به وجود می‌آورد. در دنیا شخص یا موجودی را نمی‌توان یافت که از ابتدایی‌ترین تا پیچیده‌ترین و تخصصی‌ترین رفتارها و عملکردهای فردی و اجتماعی خود را مدیون یادگیری نباشد. هر چه میزان یادگیری بیشتر و عمیق‌تر باشد در بهبود شرایط زندگی نقش مؤثرتری بازی می‌کند. با توجه به اهمیت موضوع یادگیری، در این مقاله، به شرایط مؤثر و مهم در یادگیری و برخی از وظایف والدین کودکان دارای اختلال یادگیری، درمان مشکلات یادگیری و جنبه‌های پیشگیری از آن اشاره شده است.

واژه‌های کلیدی: اختلال یادگیری، یادگیری، وظایف والدین

### مقدمه

مهم است این است که مشکلات را طبیعی بپنداریم و راه پیشگیری و رفع این مشکلات را کسب کنیم.

### شرایط مؤثر و مهم در یادگیری

عده‌ای تصور می‌کنند که اگر شاگردی در کلاس معینی ثبت نام نماید، یا بهره‌های او بهنجار یا بالای بهنجار باشد و یا متعلق به خانواده‌ای مرفه و اهل فضل و دانش باشد می‌تواند مطالب مربوط به آن درس را به آسانی یاد بگیرد. اما روان‌شناسان بر اثر آزمایش‌ها و تجربه‌های گوناگون دریافته‌اند که تا یادگیرنده شخصاً آمادگی لازم را نداشته باشد نمی‌تواند چیزی بیاموزد. در واقع شرایط لازم یا آمادگی شاگرد برای یادگیری از بنیادی‌ترین پایه‌های یک آموزش و پرورش پویا و پیشرو است. زیرا روان‌شناسان آمادگی را کیفیتی می‌دانند که لازمه آن رشد مطلوب بدنی و روانی یادگیرنده است. این شرایط به ترتیب اهمیت به این قرارند:

۱. هدف: یکی از شرایط بنیادین و مؤثری که موجب

انسان از بدو تولد تا هنگام مرگ، همواره یاد می‌گیرد و بیشتر رفتارها، گفتار و فعالیت‌های خود را بر اساس عمل یادگیری انجام می‌دهد. به همین دلیل بین زندگی و یادگیری ارتباطی پیوسته و ذاتی وجود دارد؛ به عبارتی هر قدر میزان یادگیری فرد بیشتر باشد، زندگی او بامعناتر، مؤثرتر و مطلوب‌تر خواهد بود.

مهم این است که بپذیریم مهارت یادگیری، یکی از مهارت‌های اساسی زندگی بشری است و علاوه بر آن یکی از نیازهای بنیادین زندگی سالم و جامعه سالم به-شمار می‌رود. از طرفی بین انسان‌ها تفاوت فردی بسیاری وجود دارد، همه یکسان نمی‌آموزند؛ زیرا استعدادها، ظرفیت‌ها، قابلیت‌ها و انگیزه‌های آنان گوناگون است. از سویی هم بدیهی است که انسان بی‌مشکل در دنیا وجود ندارد. لذا به همین خاطر «یادگیری» هم ممکن است دچار مشکلاتی شود که بعضی از آنها منشاء ذهنی داشته و برخی هم ریشه جسمانی، محیطی و اجتماعی دارند. آنچه

برانگیختن شاگردان به یادگیری می شود هدف است. وقتی شاگردی هدف از آموختن یک درس را به خوبی بداند، علاقه اش به یادگیری افزایش می یابد و کوشش او دوچندان می گردد. معلم در امر آموزش و پرورش باید هدف های کوتاه مدت را مانند پله های نردبان بداند، یعنی روش گام به گام را برگزینند؛ زیرا این گونه هدف ها به لحاظ کامیابی های زودرس آنها، انگیزه ای برای دانش آموزان است تا بتوانند در راه رسیدن به هدف های بلند مدت کوشش های بیشتری به خرج دهند.

**۲. رشد طبیعی:** منظور از رشد طبیعی، یک رشته دگرگونی های رشد بدنی و روانی است که بر اثر وراثت و مرور زمان پدید می آید و یادگیری در آن دخالتی ندارد. اما باید دانست که رشد طبیعی بیانگر آن است که یادگیرنده برای نوعی آموختن یا قبول مسئولیت به آن درجه از رشد بدنی و روانی رسیده است که می تواند کار خاصی را انجام دهد.

**۳. افکار متعارض:** دقت داشته باشید آنجایی که کودکان خود به یادگیری و کشف می پردازند، برایشان ایجاد انگیزه می نماید. ولی آنجایی که معلم اطلاعات را به صورت دسته بندی شده در ذهن دانش آموز وارد می کند برای او جالب نبوده و انگیزه ایجاد نمی کند. لذا معلم باید سبک های یادگیری و علائق و رغبت های شاگرد را بشناسد و بر اساس آن آموزش دهد. افکار متعارض زمانی به وجود می آیند که دانش آموزان چیزهای تازه و حیرت انگیز، متناقض و پیچیده را تجربه می کنند. انسان وقتی به فکر فرو می رود و به تلاش ذهنی می پردازد که مسائل برایش روشن نباشد و پیچیدگی داشته باشد. لذا یکی از راه های ایجاد انگیزه، طرح سوال برای یادگیرنده است. معلمی موفق است که در ذهن یادگیرنده سوال ایجاد نماید و نحوه چگونگی یاد گرفتن را

یاد بدهد.

**۴. تجارب گذشته:** آمادگی شاگرد، در حد وسیعی تحت تأثیر تجارب گذشته اوست. یک فرد زمانی می تواند مفاهیم و مسائل جدید را درک کند که مفهوم و مساله جدید، با ساختار شناختی او مرتبط باشد. در واقع فرایند یادگیری همچون روند رشد است. همچنان که رشد، جریانی دائمی است، یعنی گذشته و حال و آینده آن با هم ارتباط دارد، یادگیری نیز جریانی است که تجارب گذشته پایه و اساس وضع فعلی آن را تشکیل داده و آنچه را که فرد در آینده خواهد آموخت، باید متناسب با تجارب او در زمان حال باشد. بنابراین معلم همواره باید فعالیت های آموزشی را بر اساس تجارب گذشته شاگردان و متناسب با ساختار شناختی آنان طراحی نماید.

**۵. موقعیت و محیط یادگیری:** موقعیت یادگیری و محیط آن از عوامل بسیار موثر در یادگیری است. محیط ممکن است فیزیکی باشد، مانند نور، هوا، تجهیزات آموزشی و ... طبیعی است هرچه امکانات آموزشی بهتری برای فرد فراهم شود، یادگیری بهتر صورت می گیرد. اگر مجموعه عوامل موجود در محیط برای شاگرد قابل درک نباشد، مساله ای در ذهن او ایجاد نخواهد شد و یا در صورت وجود مساله، شاگرد توانایی حل آن را نخواهد داشت. به هر حال امکانات آموزشی، اعم از نیروی انسانی و تجهیزات، وضع اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی خانواده، نگرش والدین و مربیان نسبت به تحصیل و آموزشگاه و هزاران عامل محیطی دیگر، می توانند بر کیفیت و کمیت یادگیری شاگردان مؤثر باشد.

**۶. روش تدریس معلم:** بدون شک نیروی انسانی و به ویژه معلم، از مهم ترین عوامل تشکیل دهنده محیط های آموزشی است. تأثیر موقعیت و امکانات مناسب بر هیچ

پروژه‌ها و ... است و این که چگونه کودکان این مسائل را از سر خواهد گذراند. چگونه می‌توان اطمینان حاصل کرد که کودک به حداکثر توانایی‌های بالقوه‌اش دست خواهد یافت؟ با یک لحظه تامل در می‌یابید که اگر چه موفقیت تحصیلی مهم است، اما خواسته شما برای کودکان مسلماً داشتن یک زندگی شاد و کامل است. تاثیر شما بر کودکان از تاثیر هر معلم، معلم خصوصی، درمانگر یا مشاور مهم تر است. اگر کودک شما اختلال یادگیری است عشق، تشویق و حمایت شما می‌تواند تمامی تغییرات لازمه را ایجاد نموده و او را در کسب اعتماد به نفس بالا و عزم قوی برای رسیدن به موفقیت یاری نماید. در زیر راهنمایی‌هایی برای والدین کودکانی که دارای انواعی از اختلالات یادگیری می‌باشند، ارائه گردیده و در هنگام توضیح هر یک از این نکات، راه کارهایی نیز برای هدایت والدین آورده شده است.

### به تصویر بزرگ زندگی همراه با اختلال یادگیری نگاه کنید.

یک کودک دارای اختلال یادگیری تا رسیدن به بزرگسالی نیز این اختلال را با خود به همراه خواهد داشت. مسئولیت شما به عنوان والدین، مداوای اختلال یادگیری در کودکان نیست. بلکه وظیفه شما ارائه ابزار اجتماعی و احساسی که کودک برای عبور از مخاطرات به آنها نیاز دارد، می‌باشد. در مسیر طولانی زندگی، روبرو شدن و غلبه بر چالشی نظیر اختلال یادگیری، کودک شما را یاری می‌نماید تا قوی تر و انعطاف پذیرتر رشد نماید.

برای اطمینان از کسب بهترین فرصت‌های موفقیت برای کودکان در طول دوران زندگی، او را در یادگیری مهارت‌های زندگی و توجه به سلامت جسمانی و روحی

فردی پوشیده نیست؛ اما امکانات و تجهیزات بدون وجود معلم کارآیی لازم را نخواهد داشت. معلم با شناخت امکانات به تجهیز مناسب محیط آموزشی می‌پردازد، محیط و امکانات آموزشی را سامان‌دهی می‌نماید، موقعیت آموزشی مناسب را به وجود می‌آورد و با شناخت استعدادها، علایق و توانایی‌های شاگردان، آنان را در طریق صحیح یادگیری هدایت می‌نماید؛ البته چنین نقشی به دانش و اعتقاد معلم نیز بستگی دارد.

**۷. هوش:** یکی دیگر از عوامل مؤثر در یادگیری، هوش است. بررسی‌های مختلف نشان داده است که هوش به دو عامل وراثت و محیط وابسته است. با این همه گروهی از روان‌شناسان فقط محیط را در یادگیری مؤثر می‌دانند و به وراثت هیچ بهایی نمی‌دهند. اما گروهی دیگر هر دو عامل را در یادگیری و آموزش مهم می‌شمارند، ولی به وراثت اهمیت بیشتری می‌دهند.

**۸. حافظه:** پس از هوش، حافظه یکی دیگر از مهم ترین عوامل یادگیری و بازیافت مطالب است. وقتی محرکی از طریق حواس وارد دستگاه عصبی می‌شود، از طریق حافظه کوتاه مدت و به یاری توجه و تکرار، به حافظه دراز مدت سپرده می‌شود.

**۹. توجه:** در اکتساب، توجه نقش بسیار مؤثر و کارسازی را به عهده دارد. به این معنا که میزان یادگیری و حفظ مطالب به درجه شدت توجه وابسته است. هر چه توجه بیشتر باشد یادگیری و بازیافت آن زیادتر خواهد بود.

### وظایف والدین کودکان دارای اختلال یادگیری

چنانچه کودک شما دارای اختلال یادگیری تشخیص داده شده باشد احتمالاً اولین چیزی که به ذهن شما خطور می‌کند مدرسه- مشق شب، امتحانات، کارهای عملی،

تشویق نمایید. در کنار این وظایف، مراقبت از سلامتی خودتان نیز اهمیت دارد.

### با اعضاء خانواده و دوستان در مورد اختلال یادگیری کودکان گفتگو کنید

برخی از والدین، اختلال یادگیری کودکان را مانند یک راز حفظ می کنند که در حقیقت نوعی احساس شرم یا گناه به نظر می رسد. اعضاء خانواده و دوستان بدون دانستن این موضوع ممکن است متوجه اختلال کودک نشده و یا گمان کنند که کودک شما دچار تنبلی یا بیش فعالی است. چنانچه آنان از این مشکل شما باخبر باشند، قادرند در پیشرفت کودکان یاور شما باشند.

مهارت یادگیری، یکی از مهارت‌های

اساسی زندگی بشری است و علاوه بر آن یکی از

نیازهای بنیادین زندگی سالم و جامعه سلامت به شمار می‌رود. از طرفی بین انسان‌ها تفاوت فردی بسیاری وجود دارد، همه یکسان نمی‌آموزند؛ زیرا استعدادها، ظرفیت‌ها، قابلیت‌ها و انگیزه‌های آنان گوناگون است.

در یک خانواده، برادر یا خواهر کودک دارای اختلال یادگیری ممکن است این احساس را داشته باشند که برادر یا خواهرشان از توجه بیشتری برخوردار بوده و مورد مجازات‌های تنبیهی و مقرراتی کمتری قرار می‌گیرد. حتی اگر آنها درک نمایند که اختلالات یادگیری موجب بروز چالش‌های خاصی می‌شود، ممکن است دچار حسادت یا بی توجهی نسبت به کودک شوند. والدین با مطمئن کردن مجدد کودکان نسبت این که همه آنها را به یک اندازه دوست دارند، در تکالیفشان کمک خواهند کرد و نیز با شریک کردن همه اعضاء خانواده در کارهای ویژه کودک دارای اختلال یادگیری می‌توانند این احساسات ناخوشایند را محدود نمایند.

### نکته ۱: اهمیت به عادات زندگی سالم

این نکته با عقل سلیم هم، هم‌ساز است که آموزش، هم زمان با مغز، بدن را نیز درگیر می‌نماید. عادات خواب، تغذیه و ورزش کودک شما ممکن است بیش از آنچه فکر می‌کنید اهمیت داشته باشد. اگر کودک دارای اختلال یادگیری عادات زندگی سالمی داشته باشد، قادر به تمرکز بهتر و کار بیشتر خواهد بود.

✓ رژیم غذایی: حصول اطمینان از اینکه کودکان به خوبی غذا می‌خورند به این معنی است که رژیم سرشار از حبوبات، غلات، میوه‌ها، سبزیجات و پروتئین کم‌چربی دارد. به وی پیاموزید چگونه انتخاب سالمی برای صبحانه، نهار و شام داشته باشد.

✓ خواب: خواب نیز برای یادگیری بهتر حیاتی است. اگر کودک شما در طول روز خسته شود بسیار سخت است که بتواند بر روی یادگیری مطالب جدید تمرکز نماید. برنامه خواب کودک را (خوابیدن و بیدار شدن) ثابت نگهدارید.

✓ تمرینات ورزشی: تمرینات ورزشی منظم به جای این که کودک را خسته نماید، می‌تواند به او در جهت هشیار بودن و تمرکز کمک نماید. همچنین ورزش می‌تواند پادزهری در برابر اضطراب و ناامیدی ناشی از اختلال یادگیری باشد.

این نکات ممکن است کوچک به نظر برسند، اما عادات صحیح زندگی می‌توانند به کودک شما مزایایی در کلاس عطا نموده و در ادامه زندگی به او کمک کنند.

### تقویت عادات احساسی صحیح

علاوه بر عادات جسمانی صحیح، می‌توانید کودک را تشویق کنید تا عادات احساسی صحیحی نیز داشته باشد. کودکان نیز ممکن است مانند بزرگسالان در اثر مواجهه با

چالش‌های ناشی از اختلال یادگیری ناامید شوند. سعی کنید به آنها فرصت‌هایی برای بروز عصبانیت، ناامیدی یا احساس شکست بدهید. هنگامی که کودک کتان قصد صحبت دارد به حرفش گوش کنید و محیطی ایجاد نمایید که احساساتش را ابراز نماید. انجام چنین کاری به کودک کمک خواهد کرد با احساساتش ارتباط برقرار کرده و احتمالاً یاد بگیرد چطور خودش را آرام کرده و احساسات خود را مدیریت نماید.

### نکته ۲: مسئولیت تحصیل کودک خود را بپذیرید

به عنوان والدین یک کودک دارای اختلال یادگیری، می‌توانید رهبری پژوهش در مورد روش‌ها و خدمات درمانی مؤثر و کار با مدرسه کودک را بر عهده بگیرید. ✓ ویژگی‌های اختلال یادگیری کودک کتان را یاد بگیرید. در مورد نوع اختلالی که کودک کتان دارد، مطالعه نموده و کشف کنید چطور این اختلال، فرایند یادگیری کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد و چه مهارت‌های ادراکی را درگیر می‌نماید. ✓ در مورد درمان‌ها، خدمات و نظریه‌های جدید، پژوهش نمایید. ضمن شناخت نوع اختلالی که کودک کتان داراست، در مورد مؤثرترین گزینه درمانی موجود نیز مطالبی بیاموزید.

### نکته ۳: با مدرسه کودک خود همکاری کنید

والدینی که بهترین‌ها را برای کودکشان می‌خواهند ممکن است استانداردهای مدارس را ناامیدکننده ببینند. درک قوانین تحصیلی خاص و استفاده از رهنمودهای اولیای مدرسه برای دریافت خدمات، شما را در به دست آوردن بهترین حمایت برای کودک کتان در مدرسه یاری خواهد کرد. ممکن است کودک شما واجد شرایط دریافت انواع مساعدت‌ها و حمایت‌ها باشد، اما تا وقتی از مدرسه تقاضا نکرده باشید ممکن است آنها را برای کودک کتان تامین نمایند.

### برنامه تحصیل فردی

چنانچه کودک شما دچار نوعی اختلال یادگیری باشد، بهترین راه کمک به او دنبال نمودن یک برنامه تحصیلی فردی است. این برنامه معلمان، والدین و اولیاء مدرسه را قادر می‌سازد تا برنامه تحصیلی مطابق نیازهای کودک را طراحی نمایند.

✓ دنبال کردن مداوم و خدمات در منزل. حتی اگر مدرسه منابع لازم برای درمان کودک را به صورت بهینه دارا نیست، می‌توانید این گزینه‌ها را خودتان در منزل با حضور معلم خصوصی یا درمانگر ادامه دهید.

### شناسایی محدودیت‌های سیستم مدارس

نکته ۴: بهترین روش یادگیری کودک را شناسایی کنید  
هر کسی - خواه دارای اختلال یادگیری باشد یا خیر -

گاهی والدین این اشتباه را مرتکب می‌شوند که تمام انرژی و زمانشان را در مدرسه، به عنوان راه حل اولیه رفع

رقص، هنرهای رزمی و صنایع دستی و هنر می‌باشند.

### اختلالات یادگیری و تیزهوشی:

درصدی از کودکان دارای اختلال یادگیری بسیار باهوش هستند. برخی از کودکان تیزهوش و با استعداد به اشتباه دارای اختلال یادگیری تشخیص داده می‌شوند، درحالی که تنها برخی از آنها دارای اختلال یادگیری بوده یا مشخصه‌های اجتماعی و یا احساسی آن را بروز می‌دهند.

با اینکه کودکان دارای اختلال یادگیری در یک رشته مشکل دارند، در سایر رشته‌ها ممکن است عالی باشند. به علایق کودکان توجه داشته باشید. یاری رساندن به کودک در راه ارتقاء علایقش می‌تواند به وی در تقویت نقاط ضعفش کمک نماید.

**نکته ۵:** به جای موفقیت درسی، به موفقیت در زندگی فکر کنید.

موفقیت در افراد مختلف معانی متفاوتی دارد، ولی احتمالاً امید و آرزوی شما برای کودکان در رسیدن به درجات بالای دانشگاهی خلاصه شده و شاید شامل به دست آوردن یک شغل خوب، رابطه احساسی مناسب، زندگی خانوادگی موفق و احساس رضایت از زندگی نیز باشد. موفقیت کودک شما در زندگی به موفقیت تحصیلی بستگی ندارد، بلکه به چیزهایی مانند احساس رضایت از خود، تمایل تقاضا و یا ارائه کمک، توانایی تلاش در برابر چالش‌ها، قابلیت برقراری ارتباط سالم با دیگران و سایر کیفیت‌های دیگر ارتباط دارد. یک مطالعه ۲۰ ساله بر روی کودکان دارای اختلال یادگیری که تا زمان بزرگسالی دنبال شده است، شش موفقیت زیر را مشخص می‌نماید.

دارای روش یادگیری منحصر به خود می‌باشد. برخی از افراد با دیدن یا خواندن، برخی دیگر با شنیدن و بسیاری دیگر از افراد نیز با انجام دادن، بهتر یاد می‌گیرند. شما می‌توانید با شناسایی روش اصلی یادگیری کودک دارای اختلال یادگیری به او کمک کنید. آیا کودک‌تان یادگیر-بصری است، یادگیر سمعی است یا یک یادگیر جنبشی؟ هنگامی که متوجه شدید کودک‌تان از چه طریقی یاد می‌گیرد، می‌توانید قدم بعدی را به منظور حصول اطمینان از پیاده شدن این روش در مورد کودک‌تان در مدرسه و منزل بردارید.

### شناسایی روش اصلی یادگیری کودک

۱. یادگیران بصری: با دیدن می‌آموزند. هنگامی که مسایل به صورت تصویری ارائه شده یا مورد آزمون قرار می‌گیرد نسبت به حالت شفاهی یادگیری بهتری دارند. از نوشتن یادداشت‌ها و راهنمایی‌ها، نمودار، نقشه، جداول و تصاویر سود می‌برند. اغلب به نقاشی، نوشتن و خواندن علاقه مند هستند، کلمات را خوب بخش می‌کنند. برنامه‌ریز خوبی هستند.

۲. یادگیران سمعی: با شنیدن یاد می‌گیرند. در یادگیری از طریق حضور در محیط‌های سخنرانی و گزارش‌ها و آزمون‌های شفاهی بهتر عمل می‌کنند. از مباحث کلاسی، راهنمایی‌های شفاهی و آموزش‌های گروهی بیشتر سود می‌برند. اغلب به موسیقی، زبان‌های مختلف و حضور بر روی صحنه علاقه دارند.

۳. یادگیران جنبشی: از طریق کار یا حرکت یاد می‌گیرند. با انجام حرکات بدنی، لمس کردن و کارهای اکتشافی بهتر یاد می‌گیرند و خلاقیت بیشتری دارند. از فعالیت‌های فیزیکی، کلاس‌های آزمایشگاهی، نمایش و گردش‌های علمی بهتر بهره می‌برند. اغلب عاشق ورزش، نمایش،

## ۱. خودشناسی و اعتماد به نفس:

طول زندگی را با او در میان بگذارید.  
 ✓ از کودکتان پرسید چگونه با مشکلات روبرو می‌شود، مشکلات چه نوع احساسی در او ایجاد می‌کنند، چگونه تصمیم‌گیری می‌کند و چه عکس‌العملی نشان می‌دهد.

✓ چنانچه کودک شما اصرار به انتخاب و انجام عمل دارد، سعی کنید تا شرایطی «ایمن» مانند انتخاب شام یا فکر کردن به حل اختلاف در برنامه ریزی‌ها فراهم نمایید تا خودش را محک بزند.

✓ با کودکتان در مورد مشکلات مختلف، تصمیمات احتمالی و عواقب آنها بحث نمایید. آیا کودکتان ترجیح می‌دهد که بخشی از این وضعیت باشد و تصمیم‌گیری نماید؟

## ۳. ثبات قدم:

✓ ثبات قدم محرکی برای حفظ حرکت در برابر چالش‌ها و انعطاف‌پذیری در مقابل تغییر برنامه‌ها است. افراد دارای اختلال یادگیری به دلیل نقصی که دارند نیاز به کار سخت‌تر و طولانی‌تر دارند.

✓ با کودکتان در مورد زمان‌هایی که ثابت قدم بوده است صحبت نمایید و پرسید که چرا به حرکت ادامه داده است. داستان‌هایی در مورد زمان‌هایی نقل نمایید که با چالش روبرو شده و تسلیم نشده‌اید.

✓ با یکدیگر در مورد این که ادامه دادن به حرکت، در هنگام بروز شرایط سخت چه معنی دارد صحبت نمایید. در مورد جایزه سخت‌کوشی صحبت نمایید و در عین حال از فرصت‌هایی که در صورت تسلیم شدن از دست می‌دهید حرف بزنید.

✓ هنگامی که کودکتان سخت کار کرده است ولی در رسیدن به اهدافش عقیم مانده است، در مورد احتمالات

در کودکان دارای اختلال یادگیری، خودشناسی (شناخت نقاط قوت و ضعف و استعدادهای خاص) و اعتماد به نفس بسیار مهم است. تلاش‌های بی‌نتیجه در کلاس می‌تواند موجب تردید در مورد قابلیت‌هایش گردد.

## ایده‌هایی برای پرورش خودشناسی و اعتماد به نفس در کودک:

✓ از کودک خود بخواهید تا نقاط قوت و ضعفش را فهرست کرده و در مورد نقاط ضعف و قوت خود با کودک حرف بزنید.

✓ کودکتان را تشویق کنید تا با بزرگسالانی که دارای اختلال یادگیری بوده‌اند صحبت کرده و در مورد چالش‌هایشان از آنها سوال نماید.

✓ با کودکتان بر روی فعالیت‌هایی که در محدوده توانایی‌هایش باشد کار کنید تا احساس موفقیت و توانایی نماید.

✓ به کودکتان در ارتقاء نقاط قوت و استعدادهایش کمک نمایید. احساس رضایت و مهارت در یکی از رشته‌ها می‌تواند به تشویق به کار بیشتر در سایر رشته‌ها منجر شود.

## ۲. پیشگو بودن:

یک انسان پیشگو قابلیت این را دارد که به منظور حل مشکلات یا رسیدن به اهدافش، تصمیم‌گیری نموده و اقدام کند. در افرادی که دچار اختلال یادگیری هستند، پیشگو بودن موجب عزت نفس (به عنوان مثال تقاضای صندلی در جلوی کلاس) و رضایت در انتخاب مسئولیت نیز می‌شود.

✓ با کودک دارای اختلال یادگیری خود در مورد حل مشکلات صحبت نمایید و چگونگی رفع مشکلاتتان در

مختلف برای ادامه حرکت به سمت جلو با هم بحث نمایید.

#### ۴: قابلیت تعیین اهداف:

قابلیت تعیین اهداف، همانند ثبات قدم باید با تعیین و دستیابی به اهداف واقع گرایانه و قابل دسترس همراه باشد. همچنین شامل انعطاف پذیری در تعدیل یا تنظیم اهداف بر اساس محدودیت‌ها و چالش‌ها می‌گردد.

✓ به کودک کمک نمایید تا یک سری اهداف کوتاه مدت یا بلند مدت را تعیین کرده و مراحل و بازه زمانی رسیدن به آن اهداف را یادداشت نماید. در فواصل معین با وی در مورد پیشرفت کار، تنظیمات بازه زمانی و تکمیل کار صحبت نمایید.

✓ با کودک در مورد اهداف کوتاه مدت یا بلند مدت خود صحبت نمایید. همچنین در مورد این که در هنگام برخورد با موانع چه می‌کردید حرف بزنید.

✓ هنگامی که کودک تا به یکی از اهدافش دست می‌یابد با یکدیگر جشن بگیرید. چنانچه برخی از اهداف برای دست یابی بسیار دشوار به نظر می‌رسند، در مورد دلایل آن و چگونگی تغییر برنامه برای قابل دسترس شدن آن اهداف صحبت نمایید.

#### ۵: یاد بگیرند که چگونه تقاضای کمک نمایند:

سیستم‌های حمایتی قوی، کلید موفقیت کودکان دارای اختلال یادگیری به شمار می‌روند. افراد موفق هنگامی که نیاز به کمک دارند قادر به درخواست کمک بوده و قادرند در مواقع لزوم از حمایت دیگران بهره مند شوند.

✓ به کودکان کمک کنید روابط خوبی با دیگران برقرار نموده و آن را تقویت نماید. برای کودکان معنی یک دوست یا فامیل خوب بودن را مدل سازی نمایید تا

کودک بداند معنی کمک و حمایت از دیگران چیست. ✓ به کودکان نشان دهید چگونه در شرایط خانوادگی تقاضای کمک نماید.

✓ مثال‌هایی از افراد نیازمند به کمک و نحوه تقاضای کمک توسط آنها ارائه کرده و توضیح دهید که چرا تقاضای کمک مفید است. برای کودکان سناریویی که در آن فردی ممکن است نیازمند کمک باشد را به صورت نمایش اجرا نمایید.

#### ۶: قابلیت کنترل اضطراب:

چنانچه کودک دارای اختلال یادگیری یاد بگیرد که چطور اضطرابش را کنترل کرده و خود را آرام نماید، بسیار بهتر در برابر چالش‌ها مجهز می‌گردد.

✓ از کلمات برای بیان احساسات استفاده نمایید و به کودکان کمک کنید تا شناسایی احساسات ویژه را یاد بگیرد.

✓ از کودک سؤال کنید که از چه کلمه‌ای برای بیان اضطراب استفاده می‌کند. آیا کودک شما علائم اضطراب دهنده اضطراب را می‌شناسد؟

✓ کودکان را تشویق نمایید تا فعالیت‌هایی را شناسایی نماید که به کاهش اضطراب کمک می‌کنند نظیر انواع ورزش‌ها، بازی‌ها، موسیقی یا نوشتن مطلب. با کودکان برخی از روش‌های کاهش اضطراب را مورد تجربه قرار دهید.

✓ از کودکان بخواهید فعالیت‌هایی را که موجب اضطراب می‌شوند را شرح دهد. هر کدام از این سناریوها را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهید و در مورد این صحبت کنید که چطور می‌توان از احساسات دستپاچه کننده، اضطراب و ناامیدی دوری کرد.

مهارت‌هایی که در بالا ذکر شدند برای کودکان



عهده بگیرند، تهیه نمایید.

### درمان مشکلات یادگیری

مشکلات یادگیری و علل عقب ماندگی از لحاظ درمانی، کلاً بر دو دسته تقسیم می‌شوند:

الف- آن‌هایی که درمان ناپذیرند مانند نقص هوشی

ب- عللی که می‌توان آنها را درمان کرد مانند: عوامل خانگی یا مدرسه‌ای

موضوع مهم و قابل توجه در بحث از درمان مشکلات یادگیری، این است که باید با کمال احتیاط و مهارت انجام گیرد و گرنه نتیجه معکوس داده و مزید بر علت می‌شود. بنابراین هرکسی صلاحیت این کار را ندارد و باید به وسیله متخصصان انجام گیرد. زیرا مهمترین عامل در پیشگیری، معلمی است که به این حقیقت آگاه باشد که هر دانش آموز، بدون توجه به هوش وی، زمینه گرفتاری به نوعی از نقص و ناتوانی را داراست.

هدف معلم، مدیر و متخصص آموزش و پرورش باید این باشد که شرایط و اوضاع را طوری فراهم آورند که هر دانش آموز، بتواند به میزان عادی و بر حسب توانایی‌ها، نضج و تکامل و نیازمندی‌هایش پیشرفت کند.

### جنبه‌های پیشگیری

الف- راهنمایی تحصیلی: منظور رهبری و راهنمایی هر دانش آموز به نوع تحصیلی است که با استعدادهای ذهنی او تناسب دارد. بنابراین لازم است که طرق و روش‌های تعلیم و تحصیل متنوع باشد، تا با همه درجات استعدادهای ذهنی متناسب شوند. چون همه دانش آموزان یکسان و با یک روش یاد نمی‌گیرند.

ب- توجه به تفاوت‌های فردی موجود میان دانش آموزان: در تقسیم دانش آموزان به کلاس‌ها باید تا آنجایی که

اهمیت زیادی دارند، ولی در مسیر زندگی شما به عنوان والدین یک کودک دارای اختلال یادگیری نیز مؤثر می‌باشند. بهترین راه آموزش این است که این مهارت‌ها را در هنگام مقابله با چالش‌هایی که با آنها روبرو می‌شوید، برای کودک تشریح نمایید.

### نکته ۶: از خودتان نیز مراقبت نمایید.

گاهی از اوقات سخت‌ترین قسمت نگهداری از کودکان دارای اختلال یادگیری، به یاد آوردن مراقبت از خودتان می‌باشد. درگیر بودن با نیازهای کودک، همراه با فراموش کردن نیازهای خودتان کار آسانی است. ولی حفظ قوای جسمانی و احساسی شما برای انجام وظایفتان به عنوان والدین چنین کودکی بسیار حیاتی است. برای ایجاد شرایط تشویق، حمایت و عشق در مورد کودکان، نیاز دارید که آرامش و تمرکز داشته و مثبت فکر کنید. چنانچه بتوانید راهی برای دخیل کردن همسر، دوستان و اعضاء خانواده تان بیابید و یا راه درخواست کمک در هنگام نیاز را بیاموزید، آنها می‌توانند هم تیمی‌های مفیدی برایتان باشند.

### تکاتی در مورد مراقبت از خود:

- ✓ یاد بگیرید چطور اضطراب خود را مدیریت کرده و به کودکان نیز این روش‌ها را بیاموزید.
- ✓ راه‌های ارتباطی با کودکان، همسران، اعضاء خانواده و دوستان را باز نگهدارید.
- ✓ با تغذیه مناسب و استراحت کافی از خودتان مراقبت نمایید.
- ✓ به یک گروه حمایت از کودکان دارای اختلال یادگیری بپیوندید تا از تشویق و راهنمایی افراد حاضر در گروه برخوردار شوید.
- ✓ فهرستی از معلمان، درمانگرها و مشاورانی را که در مواقع نیاز بتوانند مقداری از وظایف آموزش کودک را بر

موثر در یادگیری نیز به همان اندازه دارای اهمیت است. با فراهم نمودن شرایط مساعد برای کودک و هدایت وی به سمت استعدادها و علایقش می‌توان از کودک دارای اختلال یادگیری، فردی لایق، موفق، مفید برای جامعه و دارای اعتماد به نفس بالا ساخت. باید پذیرفت که پیشرفت‌های درسی اگرچه دارای اهمیت زیادی هستند، اما تنها راه رسیدن به سعادت و شادکامی نیستند. والدین کودکان دارای اختلال یادگیری باید درک کنند غلبه بر این مشکل بدون شناخت عوامل موثر بر اختلال، آگاهی از شرایط جانبی روحی و روانی و آمادگی برای مواجهه با شرایط خاص کودک میسر نمی‌باشد. در این مسیر والدین باید درک درستی از ارتباط موثر با اولیا مدرسه کودک و اطرافیان و خویشاوندان داشته باشند و نقص کودکان موجب انزوا و دوری از اجتماع در آنها نگردد. ضمن اینکه توجه به سلامت جسمانی خود و کودکان نیز در خور توجه است. والدین کودکان دارای اختلال یادگیری لازم است ملاک‌های موفقیت متفاوتی برای کودکان (در مقایسه با سایر افراد) در نظر بگیرند.

ممکن است هوش و استعداد و سن آنان را در نظر گرفت تا میان افراد یک کلاس تجانس و همانندی باشد. معلمان این نوع کلاس‌ها نیز باید آزموده و ورزیده بوده، نه بسیار کم تجربه و نه بسیار سالمند باشند.

مهم‌ترین عامل موثر در پیشگیری از پیدایش ناتوانی‌های تحصیلی این است که معلم به نیازهای شخصی و مدرسه کودکان توجه نماید؛ زیرا علت پیدایش هر نوع ناراحتی، خوب ارضا نشدن احتیاجات است.

ج- توجه به بهداشت و وضع اجتماعی دانش‌آموزان: مدرسه نباید از وضع اجتماعی و بهداشتی دانش‌آموزان غفلت نماید. برای این کار، لازم است که در مواقع معین و منظم، پزشک مدرسه از دانش‌آموزان معاینه به عمل آورد و در صورت احساس ناراحتی، فوراً به پیشگیری و درمان بپردازد.

### نتیجه‌گیری

شناخت کودک و استعدادهای او نقش بسیار اساسی در برخورد با اختلالات یادگیری دارد. آشنایی با شرایط

### منابع:

- امیرحسینی، خسرو و مخاطب، محمد (۱۳۸۱) - مهارت یادگیری نیاز اساسی زندگی، نشر عارف کامل، چاپ چهارم  
 امیرحسینی، خسرو (۱۳۸۰) - رازهای تربیت فرزند که همه والدین باید بدانند - انتشارات ایرانیان  
 شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۶۹) - روان‌شناسی یادگیری - انتشارات توس  
 سیف نراقی، مریم. نادری، عزت الله (۱۳۸۴). نارسایی‌های ویژه در یادگیری. چاپ سوم. انتشارات مکیان

Michael T. George, Parenting children with learning disabilities, Available at: <http://helpguide.org/learning-disabilities-treatment-help-coping.htm>

Marshall H. Raskind & Robert J. Goldberg. Life success for students with a learning disability. Available at: <http://www.ldanatl.org/aboutld/parents/help/index.asp>