دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی و کارشناس ستادی گروه سلامت روان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی نیشابور، در تأکید بر اهمیت پیشگیری از کودک‌آزاری، گفت : خانه‌ای که در آن کودک شنیده می‌شود و احساس امنیت می‌کند، در برابر آسیب‌های بیرونی بسیار مقاوم‌تر است .

بهاره کوثری در گفتگو با روابط عمومی معاونت بهداشت بیان کرد : برخلاف تصور عموم، پیشگیری از کودک‌آزاری تنها به معنای اجتناب از تنبیه بدنی نیست؛ بلکه ایجاد یک فضای عاطفی امن، حیاتی‌ترین رکن پیشگیری است.

کوثری اظهار داشت: کودکی که در خانه شنیده می‌شود و احساس امنیت می‌کند، راحت‌تر می‌تواند درباره تجربه‌های آزاردهنده خود با والدین یا مراجعین صحبت کند .

وی با اشاره به اینکه آسیب‌های روانی ناشی از کلمات، بی‌توجهی‌ها و فضای پرتنش خانه، می‌تواند به اندازه آسیب‌های جسمی مخرب باشد، راهکارهای زیر را برای ایجاد

1 / 2

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

فضای امن در خانواده پیشنهاد کرد :

گوش دادن فعال : والدین به جای اصلاح فوری و سرزنش، ابتدا به کودک اجازه دهند احساسات خود را تخلیه کنند .

وی افزود : وقتی کودک حس کند شنیده می‌شود، اعتماد به نفس او برای بیان حقیقت در آینده افزایش می‌یابد .

مدیریت رفتار به جای تنبیه : تنبیه بدنی تنها باعث ایجاد ترس می‌شود، بنابراین والدین به جای تمرکز بر «چرا این کار را کردی؟» ، باید بر روی «حل مسئله» تمرکز کنند .

ثبات رفتاری : نوسانات شدید عاطفی والدین (مانند نوسان بین خنده و فریاد) باعث می‌شود کودک همواره در حالت «آماده‌باش و استرس» باقی بماند که این امر سلامت روان او را تهدید می‌کند .

شناسایی علائم هشداردهنده : تغییرات رفتاری ناگهانی مانند گوشه‌گیری، شب‌گریزی یا افت تحصیلی، می‌تواند پیام‌هایی از دنیای درون کودک و نشانه‌هایی از نیاز به مداخله باشد .

در پایان، یادمان باشد پیشگیری از کودک‌آزاری، یک وظیفه اجتماعی است که ریشه در سلامت خانواده دارد و خانه باید اولین و امن‌ترین پناهگاهی باشد که کودک در آن احساس ارزشمندی و احترام می‌کند .

2 / 2

Phoca PDF