

گوش کردن فعال به کودکان و نوجوانان : اولین قدم برای کمک به رشد سالم و ایمن آنها

به گزارش روابط عمومی معاونت بهداشتی ، کارشناس مسئول گروه سلامت روانی ، اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشتی با حضور در برنامه زنده رادیویی ضمن پاسخگویی به سوالات مجری برنامه ، در راستای طرح تحول سلامت به تشریح برنامه های معاونت بهداشتی برای پیشگیری از اعتیاد پرداخت

کارشناس مسئول گروه سلامت روانی ، اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشتی با حضور در برنامه زنده رادیویی ضمن پاسخگویی به سوالات مجری برنامه ، در راستای طرح تحول سلامت به تشریح برنامه های معاونت بهداشتی برای پیشگیری از اعتیاد پرداخت. در ادامه با توجه به شعار امسال روز جهانی مبارزه با مواد مخدر ، با تاکید بر مهارت گوش دادن فعال بعنوان یکی از مهم ترین بخش های آموزش مهارت های زندگی برای پیشگیری اولیه اعتیاد ، در خصوص مشکلات جدید مواد مخدر نیز اطلاع رسانی نمود.

شنیدن و گوش دادن دو مقوله متفاوت هستند. شنیدن عمل ادراک اصوات می باشد. شنیدن عمل غیر ارادی بوده و فقط به دریافت محرک های شنیداری اطلاق می گردد در حالیکه گوش دادن فعالیتی انتخابی است که شامل دریافت و تفسیر محرک های شنیداری می باشد. گوش دادن به دو نوع تقسیم می شود: گوش دادن فعال و گوش دادن غیر فعال. گوش دادن غیر فعال از نظر کیفیت کمی بالاتر از شنیدن است و زمانی رخ می دهد که گیرنده پیام ، انگیزه زیادی برای گوش دادن دقیق ندارد. گوش دادن به موسیقی، تلوزیون و گوش دادن از روی ادب نمونه هایی از گوش دادن غیر فعال هستند. گوش دادن فعال را می توان گوش دادن هدفمند هم نامید و دارای خصوصیات ذیل می باشد: اختصاص زمان بیشتر به گوش دادن بجای صحبت کردن ، عدم تکمیل جملات دیگران ، آگاه بودن از سوگیری ها ، نپرداختن به تخیل یا عدم اشتغال ذهنی با مسائل دیگر ، عدم سلطه جویی در مکالمه ، تعیین پاسخ ها پس از اتمام صحبت های فرد مقابل ، دادن باز خورد و پرسیدن سوال های باز . روش های موثر برای گوش کردن فعال: به فرد مقابل نگاه کنید ، نشان دهید که به حرف های او علاقه مند هستید ، کمی به طرف او متمایل شوید ، نشانه های غیر کلامی او را به شیوه ای ظریف تکرار کنید. با گفتن کلماتی او را به صحبت بیشتر در مورد موضوع تشویق کنید(بله، آهان، خیلی خوب و ...) ، سعی کنید آنچه را که گفته نمی شود را بشنوید ، ببینید هر چیزی را چگونه می گوید و در نهایت کمتر صحبت کنید .

متأسفانه مدتی است عارضه مسمومیت با سرب به دنبال مصرف تریاک و یا مشتقات آن به ویژه به شکل خوراکی در کشور دیده می شود . علایم این بیماری عبارتند از : کاهش اشتها، تهوع، استفراغ، بیوست و دردهای شدید در ناحیه شکم، سردرد ، خواب آلودگی ، بیقراری ، گیجی ، بی حسی و فلج اندام ها و حتی تشنج. کاهش سطح هوشیاری ، اغما و مرگ . به تمامی افرادی که تریاک و یا مشتقات آن را به ویژه به شکل خوراکی مصرف می کنند، توصیه شد از مصرف این مواد به طور جدی خودداری کنند و به منظور درمان وابستگی خود به مراکز درمان مصرف مواد مراجعه کنند .

لینک مطلب در سایت : <http://mrgums.ac.ir/?MID=21&Type=News&id=366>