

علل بروز اختلالات یادگیری

۱) عوامل پیش هنگام و قبل از تولد

اختلالات یادگیری برخی کودکان می تواند بواسطه مشکلاتی باشد که پیش از تولد، هنگام تولد و بلافاصله بعد از تولد وجود داشته است.

از جمله عوامل پیش از تولد عبارتند از:

- عدم تناسب خون مادر با جنین
- اختلالات در ترشحات داخلی مادر
- قرار گرفتن در برابر اشعه
- استفاده از دارو

از عوامل هنگام تولد می توان به مواردی چون:

- کم وزنی هنگام تولد
- آسیب وارده بر سر
- آمدن جفت پیش از نوزاد
- تولد با پا اشاره کرد.

از عوامل بعد از تولد عبارتند از:

- مسمومیت سرب
- نارسایی های تغذیه ای

○ محرومیت های محیطی و ...

۲) عوامل فیزیولوژیک مؤثر در بروز اختلالات یادگیری

بسیاری از متخصصان بر این باورند که علل اساسی و عمده اختلالات یادگیری آسیب دیدگی مغزی شدید یا جزئی و صدمه وارده به دستگاه مرکزی عصبی است.

۳) عوامل بیوشیمیایی مؤثر در بروز اختلالات یادگیری

گفته شده است که اختلالات گوناگون متابولیسمی در حکم عواملی هستند که موجب اختلالات یادگیری می شوند. برخی از عوامل بیوشیمیایی که در ارتباط با اختلالات یادگیری از آن ها نام برده شده است عبارتند از: هایپوگلیسمی و کم کاری تیروئید.

۴) عوامل آموزشی مؤثر در بروز اختلالات یادگیری

به عقیده برخی از متخصصان تدریس ناکافی و ناصحیح می تواند در بسیاری از اختلالات یادگیری عامل به حساب بیاید، به نظر می رسد که شماری از کودکان مبتلا به اختلالات یادگیری مرکز آموزش کافی و مناسب قرار نگرفته اند.

انواع اختلالات یادگیری

کودکان مبتلا به اختلالات یادگیری ممکن است در یکی یا چند مورد از موارد زیر دچار مشکل باشند: اختلال در زبان گفتاری-اختلال در زبان نوشتاری-اختلال در خواندن و حساب، به عبارتی ممکن است کودکی در همه موارد فوق به جز یک مورد عملکرد خوب و مناسبی داشته باشد، ولی در یک زمینه دچار مشکل شود و به این ترتیب همپوشی های مختلفی در زمینه های یاد شده ممکن است اتفاق بیفتد.

چه کسانی دارای اختلالات یادگیری هستند ؟

افراد مبتلا به ناتوانی های یادگیری در تمام سطوح و در تمام پایه های کلاسی از آمادگی تا دانشگاه وجود دارند امتیاز آن عده از کودکانی که در سطوح دبستانی درس می خوانند اصولا این است که تاکید و علاقه به شناسایی و درمان این گونه کودکان در این دوره بیشتر است بنابراین در آینده از شمار مبتلایان به این ناتوانی در سطوح بالاتر آموزشی کاسته خواهد شد ۱ .

انواع ناتوانی های یادگیری :

تشابه اولیه کودکان مبتلا به ناتوانی یادگیری ، عدم قدرت آنها در یادگیری است اختلاف میان این کودکان تنها زمانی خود را نشان می دهد که انواع ناتوانی هایی که به آن مبتلایند طبقه بندی شود .

از دهه ی ۱۹۶۰ کودکان مبتلا به ناتوانی های یادگیری توجه مطالعات روانی و آموزشی بوده اند و در واقع شاخه جدیدی است که به آموزش و پرورش ویژه افزوده شد هر چند که ناتوانی های یادگیری یک قلمرو نسبتا جدیدی است لکن رشد مفهوم آن ظاهرا سریع بوده به طوریکه از طریق آمیختگی پیشه های متعدد به صورت یک پیشه گسترده میان رشته ای جلوه گر شده است . در کوشش های مکرری که برای تعیین جمعیت کودکان ناتوان در یادگیری به عمل آورده ابعاد مختلف مساله مورد توجه قرار گرفته است و هر گروهی بر اساس دیدگاه خود و با شیوه متفاوتی مساله را بررسی و تعریفی از آن به دست داده است .

در سال ۱۹۶۸ یک تعریف به وسیله کمیته مشورت ملی در مورد کودکان ناتوان در

گزارش سالیانه آنها به کنگره به عمل آمد " کودکان ناتوان در یادگیری در یک یا چند فراگرد اساسی روانی در ارتباط با فهمیدن یا کاربرد زبان شفاهی یا کتبی ناتوانی نشان می دهند تظاهرات این ناتوانی ممکن است به صورت اختلال در گوش دادن ، فکر کردن ، سخن گفتن، خواندن ، نوشتن هجی کردن یا حساب باشد .

این اختلالات را نتیجه شرایطی دانسته اند که شامل نقائص ادراکی ، ضایعه مغزی ، اختلال جزیی در کارکرد مغز ، نارساخوانی ، اختلال گویایی و غیره است ناتوانی یادگیری این کودکان از نوع مشکلاتی نیست که بدایتا مربوط به بینایی ، شنوایی ، یا نقائص حرکتی ، عقب ماندگی ذهنی پریشانی عاطفی و یا کمبود امکانات محیطی باشد ۱ .

درمان اختلال یادگیری با دارو

استفاده از دارو درمانی و آموزش های خاص در درمان اختلالات یادگیری کودکان موثر است.

اختلال یادگیری شامل دیکنه نویسی، روخوانی و ریاضی از اختلالات مربوطه یادگیری در کودکان به حساب می آید که این اختلالات در پسران بیشتر از دختران است. این کودکان از نظر درمانی نیازمند آموزش هایخاص هستند لذا در صورت وجود هر دو اختلال یادگیری و کمبود تمرکز در کودکاناستفاده از داروهای اختصاصی برای افزایش تمرکز کمک کننده است.

این کودکان از نظر بهره ی هوشی، سلامتی در حواس بینایی و شنوایی و داشتن امکانات محیطی و آموزشی در موقعیت نسبتا مناسبی هستند و محدودیت هایشدید عاطفی ندارند لذا برای تشخیص انواع اختلالات یادگیری در کلاس اولباید حداقل شش تا نه ماه از شروع

سال تحصیلی بگذرد زیرا بسیاری از اشکالات در شروع سواد آموزی طبیعی است. ژنتیک در بروز این اختلالات نقش مهمی دارد زیرا در تعدادی از موارد مشابه مشکل کودک در دیکتونویسی یا خوانی در اقوام درجه اول مثل پدر و مادر یا درجه دوم خانواده‌های پدری و مادری هم وجود دارد ۱.

راه های تقویت حافظه

۱ - غذاهای سالم بخورید

استفاده از یک رژیم غذایی سالم و مناسب نه تنها برای جسمتان مفید است، بلکه برای مغز و حافظه‌تان نیز لازم است. بر طبق نظرات آکادمی عصب شناسی آمریکا، خوردن میوه‌ها و سبزیجاتی که حاوی میزان زیادی آنتی‌اکسیدان هستند؛ مثل توت‌ها، مرکبات، اسفناج، هویج، کلم بروکلی، گوجه فرنگی و سیب زمینی شیرین می‌تواند تا ۱۱ درصد احتمال سکنه را پایین بیاورد.

تحقیق دیگری نشان می‌دهد که آنتی‌اکسیدان‌ها و پلی‌فنول‌های موجود در ذغال‌اخته و انگور می‌تواند توانایی ارتباط سلول‌های مغزی را با یکدیگر بالا برده و خطر آسیب رسیدن به آنها را پایین آورد.

به جز میوه و سبزیجات، مواد دیگری مثل کارکامین و همچنین ویتامین‌های B مثل نیاکتین و اسید فولیک نیز در این زمینه کمک‌کننده هستند و خطر ابتلا به آلزایمر را پایین می‌آورند.

۲- از نوشیدن مشروبات الکلی خودداری کنید.

همه می دانند که نوشیدن مشروبات الکلی باعث از دست دادن حافظه به طور موقت می شود. اما محققین دریافته اند که می تواند عوارض طولانی مدت نیز داشته باشد و روی سلول های مغزی تاثیر بگذارد. تاثیر موقتی آن رابطه ای نزدیک با میزان مصرف نوشیدنی دارد. هرچه میزان بیشتری بنوشید، حافظه تان کندتر خواهد شد.

۳- جسمتان را ورزش دهید

همه ی ما می دانیم که برای روی فرم نگاه داشتن هیکل و بدنمان باید ورزش کنیم. اما آیا می دانستید که ورزش کردن باعث تقویت حافظه تان نیز می شود؟

ورزش های قلبی-عروقی مانع از دست رفتن حافظه می شود. پزشکان بر این عقیده اند که علت آن است که ورزش گردش خون را در مغز بالا می برد و نمی گذارد بافت های عصبی مغز با بالا رفتن سن به سرعت از بین بروند.

حتماً لازم نیست که دوندگی دوی ماراتن باشید تا حافظه تان تقویت شود. ورزش های جسمی-فکری نیز می توانند با از دست رفتن حافظه مقابله کنند.