



بررسی نقش ورزش‌های حرکتی در بهبود عملکرد و سلامت روان کودکان دارای اختلال طیف اتسیم

محمد رضا فرشاد*¹، سمیرا ملائی²، فاطمه زهدی³

1. دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه هرمزگان، بندرعباس، ایران (*نویسنده مسئول).

2. کارشناس ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.

3. کارشناسی ارشد، روانشناسی، دانشگاه آزاد تهران، واحد مرکزی

*Email: (Mohamadfarshad70@gmail.com)

چکیده

اختلال طیف اتسیم یک اختلال عصبی-رشدی می باشد، که فرد مبتلا به آن حقوق دیگران را نقص می کند و قواعد اجتماعی را زیر پا می گذارد، این کودکان در برخی از مؤلفه های روانشناختی نقص های ویژه ای را نشان می دهند، و انجام برخی از فعالیت های حرکتی در بهبود عملکرد آنان تأثیرگذار است. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی نقش ورزش های حرکتی در بهبود عملکرد و سلامت روان کودکان دارای اختلال طیف اتسیم می باشد. و به صورت کتابخانه ای و مروری به تبیین این مسئله می پردازد که ورزش های حرکتی که برای بهبود عملکرد این کودکان به کار گرفته می شوند کدامند و نقش ورزش های حرکتی در بهبود عملکرد و سلامت روان این قبیل کودکان چگونه است. مروری بر نتایج پژوهش های انجام شده نشان داده است کودکان مبتلا به اختلال طیف اتسیم مشکلاتی از جمله روابط اجتماعی ضعیف، خستگی، مشکل خواب، افسردگی، عدم تعادل-دیداری و حرکتی دارند و ورزش می تواند جزء برنامه های درمانی اولیه آن ها باشد، تشویق این کودکان به ورزش بسیار مهم است و با توجه به یافته ها و مبانی نظری شکل گرفته در این زمینه، ورزش می تواند آمادگی جسمانی کودکان دارای اختلال طیف اتسیم را افزایش دهد و بر کسب مهارت، موفقیت، اعتماد به نفس، روابط اجتماعی آنها تأثیر بگذارد. در نهایت اینگونه می توان اظهار داشت، انجام ورزش های حرکتی می تواند بر بهبود عملکرد و سلامت روان کودکان دارای اختلال طیف اتسیم مؤثر باشد، و مشاوران و روانشناسان و درمانگران و کلیه کسانی که با این قبیل کودکان برای بهبود عملکردشان کار درمانی می کنند در انجام کارهای مشاوره ای و روانشناختی باید حتماً مسئله ورزش های حرکتی و تمرکز با این قبیل کودکان را مد نظر قرار بدهند، در تنه اصلی پژوهش سعی بر آن شده اسن که ورزش های حرکتی مؤثر و همچنین چگونگی اثربخشی این ورزش ها بر بهبود عملکرد و سلامت روان این قبیل کودکان مفصل توضیح داده شود.

کلیدواژه ها: اختلال رفتاری کودکان، سلامت روان، ورزش حرکتی، اختلال طیف اتسیم.