

چرا کودک پرخاشگر می شود؟

• در مقابل کودک پرخاشگری که می خواهد هر چیزی را به زور و با جیغ و فریاد به دست آورد، باید چه رفتاری داشت؟

-نباید به جیغ های آنها اعتنا کرد. وقتی یک کودک پرخاشگر با جیغ زدن یا به خواسته های خود می رسد چون از این رفتار خود امتیاز و پاداش می گیرد و برایش لذت بخش است، بنابراین می آموزد که این رفتار را تکرار کند. اگر پدر و مادر به جیغ زدن فرزندان خود توجه کنند، این رفتار را در او تقویت می کنند.

• چه راهکاری برای جلوگیری از این رفتارها پیشنهاد می کنید؟

در چنین وضعیتی باید از تکنیک نادیده گرفتن، استفاده کرد. یعنی وقتی يك كودك تلاش می کند فراتر از قوانین و مقرراتی که برایش وضع شده، امتیازی بگیرد ما باید از تکنیک نادیده گرفتن استفاده کنیم. یعنی در کنار او هستیم ولی نه به او نگاه می کنیم نه با او حرف می زنیم، فقط خودمان را مشغول می کنیم بدون این که با او ارتباط برقرار کنیم. این طوری کودک متوجه می شود بدون ارتباط با پدر و مادر، هیچ لذتی برایش وجود نخواهد داشت. اگر این کار را ادامه دهیم رفتار ناپسندش را ترک می کند.

• این رفتار آینده کودک را تهدید نمی کند؟

اگر اجازه دهیم کودک با پرخاشگری به اهداف خود برسد بعد از این که این رفتار در او ثابت شد ممکن است اشتباه دیگری نیز انجام دهد. یعنی بعد از مدتی ما يك بچه خوب را به بچه ای تبدیل می کنیم که مجموعه ای از مشکلات رفتاری مانند دزدی، دروغ گویی، مردم آزاری و... را دارد.

معمولا بچه هایی که سرشت سخت دارند بدر رفتار هستند و سعی می کنند با پافشاری و جیغ زدن های بیش از اندازه به آنچه می خواهند از ویژگی های يك بچه با سرشت سخت، تسلیم کردن والدین است، یعنی آن قدر جیغ می زنند که پدر و مادر احساس می کنند اگر به بچه توجه نکنند ممکن است از دست برود در حالی که این طور نیست.

وقتی به عنوان پدر و مادر، سرشت فرزند خود را شناختیم، دیگر باید به جیغ هایش بی اعتنایی کنیم. وقتی چنین کاری انجام دهیم کودک یاد می گیرد یا از کنار آن مساله رد شود یا روش درست تری را در پیش بگیرد.

در این حالت کودک حس می کند هنگام جیغ زدن، نمی تواند با پدر و مادر ارتباط خوبی برقرار کند. باید حتما کاری انجام دهیم که کودک حس کند دو روش وجود دارد. در روش خوب، طبق قانون می تواند امتیاز گرفته و مورد توجه پدر و مادر قرار بگیرد و در روش بد، با جیغ زدن مورد توجه پدر و مادر قرار نگیرد.

از طرفی در صورتی که جیغ زدن تقویت شود، ممکن است به جروبحت هم برسد. بچه هایی که معمولا از طریق جیغ زدن به خواسته های خود می رسند در سنین بالاتر با پدر و مادر خود جروبحت می کنند و زمینه برای پرخاشگری و زورگویی کودک تقویت می شود.

بچه هایی که جیغ می زنند معمولا نسبت به دیگران واکنش های عاطفی پرخاشگرانه ای نشان می دهند و سعی می کنند با رفتار پرخاشگرانه، به آرامش برسند. حالا اگر ما به جیغ های کودک اعتنا کنیم این رفتار پرخاشگرانه در او تقویت شده و گاهی اوقات به رفتار های کلامی تبدیل می شود.

• در کنار نادیده گرفتن او، دیگر از چه شیوه ای استفاده کنیم تا به نتیجه بهتری برسیم؟

در کنار نادیده گرفتن، باید به تقویت رفتارهای مثبت کودک هم توجه کنیم تا میزان پرخاشگری کم شود. اگر فقط نادیده گرفتن

انجام گیرد و به تقویت رفتارهای مثبت کودک توجه نکنیم، پس از مدتی بچه ناراحت‌تر می‌شود و آن‌قدر گریه می‌کند تا از پدر و مادرش امتیاز بیشتری بگیرد. باید کاری کنیم که کودک حس کند راه دیگری نیز وجود دارد که می‌تواند به احساس ترس و اضطراب جدایی خود پیروز شود و با داد و فریاد به هیچ نتیجه‌ای نرسد.

• مراحل جلوگیری از جیغ زدن کودک را می‌گویید؟

در مرحله نخست باید مراقب باشیم جیغ زدن مورد تقویت قرار نگیرد و در مرحله بعد باید بفهمیم که چرا کودک جیغ می‌زند. آیا جیغ زدن به خاطر سرشت بد بچه است یا کودک وابستگی ناامن دارد و...

• گاهی هدف کودک از پرخاشگری، رسیدن به یک خواسته یا مورد توجه واقع شدن است، گاهی هم هدفش پرخاشگری به شکل کلامی یا غیرکلامی و برخورد فیزیکی است، در این‌گونه موارد باید چه رفتاری داشته باشیم؟

قبل از هر چیز باید چگونگی رعایت مقررات را برای کودک توضیح دهیم. کودک باید بداند اگر رفتار درستی داشته باشد امتیاز دارد و در غیر این‌صورت ممکن است تنبیه شود. اما اگر هدفش از پرخاشگری، مورد توجه قرار گرفتن یا رسیدن به خواسته‌ای است، باید بی‌اعتنایی کرده و قانون را رعایت کنیم ولی اگر معنی این جیغ‌زدن‌ها پرخاشگری است باید از تکنیک‌های درمان رفتارهای خشن استفاده کرده و بچه را مجازات کرد.

• با کودک پرخاشگر چگونه برخورد کنیم که اصلاً جیغ نزند؟

باید همه چیز طبق قانون و مقررات باشد تا بچه لجبازی نکرده و جیغ نزند. او باید بیاموزد خارج از قوانین عمل نکند. ما در شماره‌های پیش در مقاله "لجبازی در کودکان طبیعی است" به‌طور مفصل به چگونگی اجرای قانون پرداخته‌ایم، اما به‌طور خلاصه، لجبازی بین دو تا پنج سالگی طبیعی است و کودک بین این سنین به دلیل خودمختاری لجابت می‌کند و دوست ندارد به حرف والدین خود گوش دهد، بنابراین تنها راهش این است که ما از یک سوم شخص به نام قانون کمک بگیریم.

برای نمونه می‌توانیم بگوییم دخترم، قانون بچه‌ها می‌گه شما باید در این ساعت به رختخواب بروید، بنابراین از آن‌جا که کودک احساس می‌کند این حرف را فرد دیگری به جز پدر و مادرش گفته و مستقیماً از پدر و مادر دستور نگرفته، لجبازی نمی‌کند و به حرف‌های شما گوش می‌دهد.

• با کودک زیر دو سال چگونه رفتار کنیم؟

از شش ماهگی به بعد می‌توانیم از تکنیک‌های نادیده گرفتن استفاده کنیم. نسبت به گریه‌ها و جیغ‌زدن‌های زیاد و بی‌دلیل کودک واکنش نشان نمی‌دهیم، بغلش می‌کنیم، نازش می‌کنیم زیرا بچه زیر دو سال ناراحت می‌شود اما، نه نگاهش می‌کنیم و نه با او حرف می‌زنیم، گریه بچه که تمام شد بعد با او ارتباط برقرار می‌کنیم.

• بچه‌های بیشتر از دو سال چطور، آنها را هم باید بغل کرد؟

او را بلند نمی‌کنیم. فقط نازش می‌کنیم. در این حالت کودک احساس می‌کند کنار پدر و مادر هست اما نه با او حرف می‌زند و نه نگاهش می‌کند زیرا بیشترین بار هیجانی را حرف زدن و نگاه کردن دارد. بنابراین از آن‌جا که هیچ لذتی برای او ایجاد نمی‌شود و امتیازی هم نمی‌گیرد، این رفتار را کنار می‌گذارد.