



کودکان بر اساس مهر و قهر والدین روش زندگی را انتخاب می‌کنند

یک روانشناس گفت: کودک راه و رسم زندگی و نحوه موضع‌گیری در برابر مسائل را از والدین می‌آموزد و به طور کلی بر اساس مهر و قهر والدین خود روش زندگی را انتخاب می‌کنند.

ایسنا/لرستان: یک روانشناس گفت: کودک راه و رسم زندگی و نحوه موضع‌گیری در برابر مسائل را از والدین می‌آموزد و به طور کلی بر اساس مهر و قهر والدین خود روش زندگی را انتخاب می‌کند.

مژگان صفری در گفت و گو با ایسنا با اشاره به این که وقتی صحبت از عصبیت می‌شود پرخاشگری، خشونت، عصبانیت، اضطراب، نافرمانی و رفتارهایی از این قبیل در ذهن تداعی می‌شود، اظهار کرد: مسائلی که هر پدر و مادری در مراحل مختلف رشد فرزندشان کم و بیش و با درجاتی از شدت و ضعف با آن‌ها روبه‌رو می‌شوند و این سؤالات برایشان مطرح می‌شود که چگونه با فرزند خود برخورد کنیم؟ علت این واکنش‌ها چیست؟ و اصولاً آیا این رفتار در کودکان طبیعی هستند؟

وی با اشاره به این که در بیشتر خانواده‌ها علت و ریشه رفتارهای عصبی فرزندان را می‌توان در رفتار والدین پیدا کرد، افزود: درواقع بسیاری اوقات رفتار بچه‌ها انعکاسی از مسائل و مشکلات حل نشده پدر و مادر است وقتی مادر ناراضی و خشمگین است کودک عصبانی و تندخو می‌شود، پدری که مدام مضطرب است آن‌ها به فرزند خود منتقل می‌کند و کودک برای مقابله با این اضطراب، دست به رفتارهای عصبی می‌زند، پرخاشگری می‌کند، مدام بهانه می‌گیرد یا ناسازگاری و نافرمانی را در پیش می‌گیرد، در این میان صرف نظر از داشتن الگوهای نادرست گاهی نداشتن عزت نفس یا احساس رفتار غیرمنصفانه نیز کودک را به خشونت متمایل می‌کند.

صفری ادامه داد: علاوه بر نقش مهم رفتار والدین در ایجاد عصبیت‌ها، در دوره‌های خاصی از زندگی بخصوص در نوجوانی، برخی رفتارهای عصبی تکرار و شدت بیشتری پیدا می‌کنند در این دوران نوجوان در شرایطی شبیه بحران به سر می‌برد، از طرفی دوران کودکی را پشت سر گذاشته است و دیگر کودک نیست و از طرف دیگر می‌خواهد بزرگ باشد و بزرگ نیست و این مسئله در او ایجاد تضاد می‌کند، به علاوه نوجوان با تغییرات فیزیکی و روحی زیادی روبه‌روست، سؤالات زیادی در ذهنش ایجاد می‌شود و به دنبال هویت خود است در نتیجه بسیاری از مواقع خلقی ناپایدار پیدا می‌کند، خیلی زود عصبانی و خشمگین و در عین حال بسرعت پشیمان می‌شود.

این روانشناس افزود: در کنار همه این‌ها، پیشرفت تکنولوژی و اختراعات گوناگون و اثرات آن‌ها بر افکار و رفتار فرزندان باعث می‌شود همه چیز دچار تحول شود، امروزه حرف شنوی و اطاعت کردن بیشتر به نافرمانی تبدیل شده و چشم گفتن و شنیدن نصیحت جای خود را به «نمی‌توانم» و «نمی‌شود» داده است، فرزندان امروز با فرزندان دیروز فرق دارند، امروز نصیحت‌ها به تنهایی تأثیری ندارند و کارساز نیستند اما این به معنای کم‌رنگ شدن نقش والدین نیست بلکه وظیفه آن‌ها سنگین‌تر شده است.

وی با اشاره به این که والدین نیز باید همراه با فرزندان تغییر کرده، شیوه‌های رفتاری جدید را آموخته و نگرشی واقع بینانه داشته باشند، تصریح کرد: فراموش نکنید که همه افراد در طول زندگی خود دچار عصبانیت و خشم می‌شوند که اساساً یکی از احساسات انسان بوده که برای زندگی او ضروری است، اما آنچه اهمیت دارد نحوه صحیح ابراز خشم و کنترل آن بوده که همان نقش بزرگی است که والدین باید ایفا کنند و به فرزند خود بیاموزند.

صفری افزود: ابتدا بر رفتارها و برخوردهای خودتان دقت کنید، بهتر است قبل از فرزنددار شدن با شخصیت و ویژگی‌های رفتاری خود آشنا شوید و اگر نیاز به بهبودی دارند، آن‌ها را بهبود ببخشید.

این روانشناس با بیان این که والدین باید در کنار فرزند خود باشند نه در مقابل او، افزود: این را بدانید که هر رفتاری دلیلی دارد پس هنگام بروز رفتارهای عصبی با حفظ آرامش خود سعی کنید علت را بیابید، تلاش کنید مسأله را از دریچه ذهن فرزند خود ببینید چراکه این یک رفتار همدلانه است پس با او همدلی کنید.

وی ادامه داد: زمان بروز خشم و عصبانیت اصلاً زمان مناسبی برای نصیحت نیست، وقتی رابطه مطلوب است با فرزند خود صحبت کنید و ارتباطی صمیمانه را بین خودتان شکل دهید حالا در خلال این رابطه صمیمی بیشتر می‌توانید بر او

صفری با اشاره به این که وقتی عصبانیت و پرخاشگری بروز می کند سعی کنید با لحنی آرام و در عین حال قاطع با او صحبت کنید، افزود: این گونه خشم او نیز کنترل می شود، همچنین در برخورد با فرزندان خود چه در تشویق و چه در تنبیه، منصفانه و عادلانه برخورد کنید، اطلاعات و آگاهی های خود را در مورد مراحل رشد فرزندان و ویژگی های هر دوره افزایش دهید تا بهتر بتوانید با فرزند خود ارتباط برقرار کنید.

این روانشناس با اشاره به این که رفتار پرخاشگرانه که از انگیزه پرخاشگری سرچشمه می گیرد واکنشی است انفجاری و آتشین نسبت به محرومیت و ناکامی، عنوان کرد: گاهی پرخاشگری نتیجه عدم توانایی کودک در کنترل خود است که به شکل های مختلف ظاهر می شود، ممکن است بدنی باشد، لفظی، تجاوز به حقوق دیگری یا خصمانه باشد.

وی با اشاره به این که کودکان در ۱۲ ماهگی و وقتی با هم هستند شروع به ابراز رفتار پرخاشگرانه وسیله ای می کنند که غالباً به خاطر اسباب بازی و متعلقات دیگر است و در ارتباط با همسالان خود ابراز می شود، عنوان کرد: کودکان سه ساله بیش از همه دعوا به پا می کنند اما همچنان که به سال های پیش از مدرسه و مدرسه نزدیک می شوند کمتر دست به اعمال پرخاشگری می زنند و در نوع پرخاشگری آنان هم تغییراتی ایجاد می شود که بستگی به سن، شخصیت، نیرومندی جسمانی و عوامل دیگر دارد.

صفری افزود: بعضی از مطالعات نشان می دهند که ثبات پرخاشگری دخترها در طول زمان کمتر از پسرهاست، البته کودکان به هنگامی که با وقایع تنش زایی همچون جدایی پدر و مادر، یا به دنیا آمدن کودکی جدید روبه رو می شوند بیشتر پرخاشگر می شوند.

این روانشناس تصریح کرد: در اکثر جوامع پسرها بیش از دخترها تشویق به ابراز خشونت و پرخاشگری می شوند، پسرها بیش از دخترها پرخاشگری بدنی و لفظی دارند به طوری که دعوا به راه می اندازند، انتقام گیری می کنند و در دعوایشان از نیروی بدنی استفاده می کنند.

وی افزود: براساس مطالعات مشاهده ای در مورد کودکان میان سنین ۱ تا ۳ سالگی تفاوت های جنسیتی به لحاظ تعدد پرخاشگری بعد از ۱۸ ماهگی ظاهر می شود و قبل از آن اثری از آن نیست، پسرها به خصوص هنگامی که به آن ها حمله شده یا کسی مانع کارهایشان می شود تلافی می کنند.

صفری با اشاره به این که خانواده در این امر نقش اساسی دارد به ویژه از آن جهت که طفل دوران شکل گیری شخصیت خود را در خانه می گذارند، از پدر و مادر درس و الگو می گیرد، عنوان کرد: کودک راه و رسم زندگی و نحوه موضع گیری در برابر مسائل را از آنان می آموزد و به طور کلی بر اساس مهر و قهر والدین خود روش زندگی را انتخاب می کنند.

این روانشناس با اشاره به این که بهترین روش برای ممانعت از بروز رفتار پرخاشگرانه این است که والدین چنین رفتاری را تشویق ننمایند و با ملایمت کودک را وادار کنند تا رفتار دیگری را انجام دهد، افزود: والدین نباید کودک را هنگام رفتار پرخاشگرانه تنبیه بدنی کنند چراکه این کار یک رفتار پرخاشگرانه است این در حالی است که والدین مهربان که در برابر فرزند خودشان رفتاری متعادل پیش می گیرند به ندرت اطفالی پرخاشگر را پرورش می دهند اما در مقابل والدین عصبی و پرخاشگر و یا آنان که برای ممانعت از ظهور پرخاشگری به تنبیه بدنی متوسل می شوند می توانند اطمینان داشته باشند که فرزندان عصبی و پرخاشگر پرورش می دهند.