

## لجباری در کودکان

امر و نهی کردن بیش از حد به کودک، باعث لجبازی او می‌شود.



امر و نهی کردن بیش از حد به کودک، باعث لجبازی او می‌شود.

به گزارش ایسنا، روزنامه **همشهری** نوشت: «لجبازی در کودکان مرحله ای اجتناب ناپذیر از رشد آنهاست و در کودکان نوپا به حدی شایع است که بسیاری از والدین را به دردسر می‌اندازد. اما نکته مهم در کنترل لجبازی کودکان رفتار درست و منطقی در مواجهه با این رفتار کودک است چرا که نوع رفتار والدین در ذهن کودک حک می‌شود و برخورد مناسب با لجبازی می‌تواند به کاهش احتمال بروز آن در آینده کمک کند. شروع لجبازی کودکان معمولاً پس از یک سالگی بوده و در حدود ۳ سالگی به اوج خود می‌رسد به طوری که اگر والدین نحوه صحیح برخورد با لجبازی در کودکان را در پیش نگیرند با مشکلات زیادی در تربیت فرزند خود روبه رو می‌شوند.

ابراز خشم یکی از رفتارهای شایع در کودکان لجباز است که با رشد کودک، با رفتارهایی همچون نافرمانی نیز همراه می‌شود. عدم کنترل این رفتار کودک توسط والدین سبب باقی ماندن این خصیصه در کودک می‌شود که حتی تا سنین مدرسه نیز ادامه پیدا کرده و سبب بروز مشکلات تحصیلی کودک نیز می‌شود.

دفاع از خواسته های شخصی و توانایی مقابله با خواسته های دیگران توسط کودک مسئله ای ضروری است اما آن چیزی که از آن به لجبازی نام برده می‌شود، تداوم دفاع از خواسته های خود و مقابله با خواسته های دیگران است. زمانی که والدین در مقابل رفتارهای نادرست کودک خود رفتار مناسبی را نشان ندهند یا اگر کودک برای خواسته های خود دادو فریاد کرد و والدین خواسته او را اجابت کردند، همین مسئله باعث می‌شود که این رفتار منفی در کودک تقویت شود. نکته ای که نباید از نظر دور داشت این است که والدین با دیدن رفتار نادرست و لجبازی نباید با کودک رفتار نامناسب داشته باشند، حتی اگر به عنوان یک والد از رفتار نامناسب کودک خود خشمگین شده باشید، باید پس از مکث و ایجاد آرامش در خود رفتار نادرست کودک خود را کنترل کنید.

فریمه سادات ایجاد، روانشناس کودک با بیان اینکه لجبازی می‌تواند کارهایی از قبیل سرپیچی، گوش ندادن و... باشد، می‌گوید: کودک تقریباً از زمانی که خودش را می‌شناسد متوجه می‌شود که توانمندی مخالفت کردن با دیگران را نیز دارد که والدین از این موضوع با عنوان لجبازی نام می‌برند. این رفتار از حول و حوش یک سالگی آغاز و از ۶ سالگی به بعد کاهش پیدا می‌کند. به گفته او در سن ۲ تا ۳ سالگی کودک مشغول اکتشاف و کنجکاوی است و به شناخت محیط علاقه مند می‌شود و دوست دارد تا کشف کند و ببیند اما به دلیل اینکه از برخی کارها منع می‌شود شروع به لجبازی می‌کند. در سنین ۳ تا ۴ سالگی کودک می‌تواند محیط را کنترل کند و علاقه به کنجکاوی تبدیل به توانمندی می‌شود. در سنین ۴ تا ۵ سالگی کودک به حدی از استقلال می‌رسد و می‌خواهد که خودش را اثبات کند و بگوید که نقش مهمی دارد و تا ۶ سالگی این استقلال پررنگ تر می‌شود و نوع و میزان لجبازی کودک نیز به فراخور سن و سال او متفاوت و پررنگ تر می‌شود اما از ۶ سالگی به بعد کودک وارد فاز جلب توجه و کمک و محبت کردن به دیگران است و لجبازی در او اگر تا قبل از این سن تثبیت نشده باشد، کم کم مگر در موارد خاصی به فراموشی سپرده می‌شود.

### لجبازی های آموخته شده

ایجاد می‌گوید: زمانی که والدین زیاد از حد به فرزند خود امر و نهی می‌کنند و کودک در انجام کارهای خود آزادی عمل نداشته باشد به صورت ناخودآگاه وارد فاز لجبازی می‌شود چرا که از والدین خود یاد گرفته باید به بقیه دستور بدهد یا با آنها مخالفت کند همانطور که والدین با او مخالفت می‌کنند. روی دیگر ماجرا هم والدینی هستند که کارهای بچه بی توجه هستند، همین بی توجهی والدین باعث می‌شود تا بچه به مرور یاد بگیرد که با خراب کاری کردن و با لجبازی کردن پدر و مادر را در کنار خود نگهدارد تا به او توجه کنند.

به گفته این روانشناس کودک، کودکانی که والدین همراهی با خود ندارند و دچار آسیب های روانشناختی شده اند، کودکانی که با والدین خود مشکل دارند و پدر و مادر تعامل مثبتی با آنها ندارند، کودکانی هستند که رفتارهای لجبازانه در آنها بیشتر دیده می‌شود و این رفتارها تا جایی ادامه دارد که به عملکرد کودک آسیب زده و باعث می‌شود کودک نتواند فعالیت اجتماعی داشته باشد و با جامعه ارتباط برقرار کند.

ایجاد تأکید می‌کند: بی‌اعتنایی به کودک در زمانی که لجبازی می‌کند نکته مهمی است اما باید بدانیم که چه زمانی باید به او بی‌اعتنایی کنیم که مفید و سازنده باشد و به کودک آسیبی نزنند. یک زمانی کودک عملاً کاری می‌کند که توجه پدر و مادرش را جلب کند در این زمان باید به او توجه کنیم، حتی اگر کار اشتباهی انجام می‌دهد اما نباید به گونه ای رفتار کنیم که به این کار خود که جلب توجه کردن است، عادت کند. در زمانی که کودک با کارهای خود - حتی کار اشتباه - سعی در جلب توجه مادر دارد باید هم قد کودک شویم و به او بگوییم که من دیدم الان تو چه کاری انجام دادی، به نظرت ما الان باید چکار کنیم، نه به او بخندیم و نه سرش داد بزنیم، بلکه باید با چهره ای عادی و صدایی معمولی با او صحبت کنیم. تغافل و چشم پوشی کردن در اکثر مواقع

در سنین پایین جوابگوست اما زمانی که کودک روی کارش پافشاری می کند نشان می دهد که به توجه پدر و مادرش احتیاج دارد و به این نیاز او باید پاسخ دهیم. این نکته را نباید فراموش کنیم که هر چه سن بچه پایین تر باشد بروز رفتاری بیشتری دارد مثلا راحت تر جیغ می زند و یا خرابکاری می کند اما از ۵سالگی به بعد یاد می گیرد که چطور بدون جلب توجه دیگران کارش را انجام دهد.

### **با کودک لجباز چه کار کنیم؟**

در مواجهه با لجبازی، ابتدا باید سن بچه را در نظر بگیریم و بعد علت لجبازی او را جست وجو کنیم ولی راه حل های کاربردی تر و کلی تری هم وجود دارد. مثلا با بچه ها نباید بحث کنیم یا بگوییم چون من می گویم باید این کار را انجام دهی. بهترین راه حل تعامل با بچه هاست، باید با آنها صحبت کنیم و اگر قرار است کاری را انجام دهیم علت و چرایی آن را توضیح دهیم، می توانیم به کودک خود-بالای ۳سال- کار جایگزین پیشنهاد بدهیم و یا حتی چند گزینه پیش پای او قرار دهیم تا یکی از آنها را انتخاب کند. باید از دید بچه ها نگاه و علت لجبازی آنها را پیدا کنیم.»