



## لجبازی کودکان؛ لطفا همیشه کوتاه نیاید

لجبازی نوعی رفتار و واکنش نامطلوب است که بخصوص اگر از سوی کودکان 3 تا 5 سال به صورت مکرر بروز پیدا کند، از سوی والدین یا مربیان مهد کودک قابل پذیرش نیست.

جام جم آنلاین: لجبازی نوعی رفتار و واکنش نامطلوب است که بخصوص اگر از سوی کودکان 3 تا 5 سال به صورت مکرر بروز پیدا کند، از سوی والدین یا مربیان مهد کودک قابل پذیرش نیست.

بسیاری از والدین از رفتارهای کودکان که در قالب آسیب رساندن به خود و دیگران، ناسزا گفتن، گریه کردن، فریاد کشیدن و شکستن وسایل بروز پیدا می‌کند، بشدت نگران و آزرده می‌شوند، اما اگر ریشه این نوع رفتارها بدرستی شناخته شود، در بسیاری موارد قابل کنترل و اصلاح خواهد بود. روان‌شناسان تاکید می‌کنند که لجبازی کودکان در قالب رفتارهای خشونت‌آمیز یا تخریب کردن در بسیاری موارد انگیزه‌های زیستی، عاطفی یا هیجانی دارد.

صدیقه بزازان، کارشناس ارشد مشاوره روان‌شناسی در گفت‌وگو با جام‌جم می‌گوید: از آنجا که کودکان دو تا پنج ساله به رشد و تکامل شناختی و اجتماعی نرسیده‌اند، قادر به بررسی و ارزیابی پیامد رفتارشان نیستند و در بسیاری موارد رفتارهای خشن یا مخالف خواسته والدینشان را با هدف جلب توجه و محبت یا تامین نیازهای زیستی چون گرسنگی، تشنگی و خواب آلودگی بروز می‌دهند.

وقتی کودک گرسنه است

روان‌شناسان تاکید می‌کنند که کمبود هموگلوبین و کلسیم به بروز رفتارهایی چون دندان قروچه کردن یا حرص خوردن کودکانی منجر می‌شود که قادر به بیان خواسته‌هایشان نیستند. بزازان در این باره می‌گوید: وقتی کودک دو ساله‌ای گرسنه است و نمی‌تواند آن را به زبان بیاورد، ناخودآگاه با خشونت سعی می‌کند تا خوراکی یکی از همسالانش را در مهد کودک از دستش بگیرد. پس اصلی‌ترین وظیفه والدین و مربیان برطرف کردن نیازهای زیستی کودک است.

به من توجه کن!

در بسیاری موارد کودک نه گرسنه است و نه خوابش می‌آید، اما به رفتارهای تخریبی، گریه و عدم اطاعت از درخواست‌های والدین خود ادامه می‌دهد. به گفته بزازان والدین ابتدا باید ریشه لجبازی کودک را پیدا کنند، یعنی ببینند که رفتار لجبازانه کودک به تامین کدام نیازش بازمی‌گردد؛ زیرا در بسیاری موارد این رفتارها با هدف جلب توجه و محبت والدین صورت می‌گیرد.

این مشاور روان‌شناس اضافه می‌کند: معمولا توجه‌هایی که کودک از طریق این رفتارها دریافت می‌کند، توجه منفی است؛ چرا که به جای جلب محبت والدین مورد تنبیه یا انتقاد از سوی آنها قرار می‌گیرد. چنین شرایطی به رفتارهای سرکشانه یا خشن کودک کاملاً جنبه لجبازی می‌دهد. بخصوص آن که در بسیاری موارد این نوع رفتارها ناشی از حسادت فرزندان بزرگ‌تر خانواده به خواهر یا برادر کوچک‌تر است. در چنین مواردی نادیده گرفتن رفتار لجبازانه کودک و پرت کردن حواس او با نوعی خوراکی، منظره، کارتون یا بازی کارساز است. روان‌شناسان تاکید می‌کنند، توجه به نیازهای عاطفی کودک بدون شک مانع از بروز رفتارهای خشن و لجبازانه از سوی او می‌شود.

توقعاتی در حد توان کودک

روان‌شناسان می‌گویند، والدین همیشه باید متوجه این نکته باشند که آنچه از فرزندشان توقع دارند در حدی باشد که او از عهده انجامش بر می‌آید. بزازان می‌افزاید: نفي کودکان از انجام رفتاری که بر خلاف خواسته والدین است، نباید در قالب زیر سوال بردن تمام شخصیت کودک صورت بگیرد، در چنین شرایطی کودک دچار نوعی تعارض عاطفی و رفتاری می‌شود، به شکلی که تصور می‌کند والدینش او را دیگر همچون گذشته دوست ندارند. به گفته این روان‌شناس، نکته مهمی که والدین نباید از نظر دور دارند این است که هنگام بروز رفتارهای لجبازانه کودک، باید تنها خود رفتار و نه شخصیت کودک مورد انتقاد قرار بگیرد.

بگذاریم کودکمان خودش دریابد

امروزه آموزه‌های روان‌شناسی بر این نکته تاکید دارد که آموزش رفتارهای مطلوب باید از طریق خواندن داستان‌های ناتمام یا دیدن کارتونهایی که نتیجه‌گیری از آنها به عهده کودک واگذار می‌شود، صورت بگیرد. به بیان دیگر، کنجکاوی کودکان باید برای یافتن پاسخ

پرسش‌هایی که از سوی والدین برایشان مطرح می‌شود، تحریک شود تا خلاقیت کودکان آنها را به سوی یافتن پاسخ‌های صحیح هدایت کند.

یا نجنگید یا تسلیم نشوید

بزازان با تاکید بر این که اگر نمی‌توانیم در برابر خواسته فرزندمان مقاومت کنیم، باید با او سازش کنیم، اضافه می‌کند: اگر ایستادگی در برابر خواسته فرزندان در مقطعی از حوصله والدین خارج است، نباید در برابر اجرای آن خواسته مقاومت کنند؛ در غیر این صورت مقاومت والدین تا پایان مسیری که به انصراف کودک از بر آورده شدن خواسته‌اش می‌انجامد، باید ادامه پیدا کند. اگر پدر یا مادری در برابر گریه و لجبازی کودک به خواسته‌اش تن بدهد، ناخودآگاه به او می‌آموزد که چنین رفتارهایی کلید جلب تایید والدین برای رسیدن به خواسته‌های غیرمنطقی‌اش است. به گفته وی امر و نهی از سوی والدین باید روند متعادلی داشته باشد؛ چرا که نهی کردن بیش از اندازه کودک نیز می‌تواند تبعات زیانباری را به همراه داشته باشد.

چه وقت از روان‌شناس کمک بگیریم؟

بر اساس گفته‌های بزازان اگر با وجود تامین نیازهای زیستی و عاطفی کودک رفتارهای ناآرام و تخریبی او همچنان ادامه داشته باشد، کمک گرفتن از روانپزشک یا روان‌شناس کودک، بسیار ضروری می‌شود. مشاوره‌های روان‌شناسی در چنین شرایطی می‌تواند به یافتن منشأ ژنتیک و تربیتی بسیاری از رفتارهای ناهنجار کودک، کمک کند و مانع از آن شود که در آینده کودک به شخصیتی غیراجتماعی مبدل شود.

پونه شیرازی / گروه سلامت