

## شیبنت‌های غیرقابل تحمل کودکانه

داد می‌زند، هوار می‌کشد، پا به زمین می‌کوبد و شروع می‌کند به گفتن همه حرف‌های بدی که بلد است. تنها سه سال دارد.



سلامت نیوز : داد می‌زند، هوار می‌کشد، پا به زمین می‌کوبد و شروع می‌کند به گفتن همه حرف‌های بدی که بلد است. تنها سه سال دارد. مادر سعی در آرام کردنش دارد، اما کودک بی‌توجه همچنان گریه می‌کند و حاضر نیست کاری را که مادر گفته انجام دهد. این همان کوچولوی دوست داشتنی است که حالا در نقش يك شیطان کوچک ظاهر شده است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم ؛ جیغ و گریه‌های بلند و داد و بیداد کودکان برای خیلی از والدین صحنه آشنایی است. زمانی که مستاصل و درمانده می‌شوند و نمی‌دانند چه کار کنند. زمانی که کودک حاضر است سرش را به دیوار یا زمین بکوبد تا به خواسته‌اش برسد و والدین را مرعوب کند. لجبازی یکی از خصوصیات رفتاری منفی است که در سنین خاصی در کودکان بروز می‌کند؛ نافرمانی و پافشاری بر خواسته‌های عموماً نامعقول که در صورت مخالفت پدر و مادر به داد و بیداد و به تعبیری «#171;قشرق» منتهی می‌شود. سنینی که کودک برای دستیابی به استقلال تلاش می‌کند و می‌خواهد کارها را آن‌گونه که خودش می‌خواهد و نه آن‌طور که والدین می‌خواهند، انجام دهد.

### لجبازی طبیعی در کودکان نوپا

به گفته دکتر کنایون خوشابی، روان‌شناس کودک و نوجوان، رفتارهای لجبازانه به‌طور طبیعی در سنین بین پانزده‌ماهگی تا سه و نیم سالگی در کودکان شایع است. دکتر خوشابی می‌گوید: کودکان در این سنین لجباز و نافرمان هستند به‌طوری که گاهی والدین بهتر است از افعال منفی برای واداشتن آنها به کاری که باید انجام دهند، استفاده کنند. مثل این‌که به این غذا دست نزن که مال مادر یا خواهرت است تا کودک غذای خود را بخورد.

وی با بیان این‌که در این سنین هر خواسته‌ای که از سوی والدین مطرح می‌شود با جواب نه کودک روبه‌رو می‌شود، می‌افزاید: در بسیاری مواقع کودکان برای انجام هر کاری اجازه دخالت والدین را نمی‌دهند و مرتب از واژه خودم استفاده می‌کنند. عضو هیات علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی این رفتارها در کودکان نوپا را طبیعی و ناشی از استقلال‌طلبی آنها می‌داند و می‌گوید: در این سنین زمانی که پاسخ نه به خواسته کودک داده می‌شود يك سلسله رفتارهای پرخاشگرانه از آنها سر می‌زند که به آن قشرق می‌گویند. این رفتارها شامل پا کوبیدن، جیغ و داد و فریاد زدن و گریه کردن است.

### آگاهی، گام اول در کنترل لجبازی

معمولاً آگاهی کافی والدین از خصوصیات و ویژگی‌های روانشناختی کودکان نوپا می‌تواند در کنترل رفتارهای آنها موثر باشد. از این‌رو دکتر خوشابی پرت کردن حواس کودک را یکی از راه‌های کنترل رفتارهای لجبازانه در کودکان ذکر می‌کند و معتقد است: این کار منجر به قطع خواسته و پافشاری کودک می‌شود و به این ترتیب می‌توان جلوی قشرق را گرفت.

وی پافشاری والدین بر پاسخ منفی به خواسته کودک را نیز موثر می‌داند و می‌گوید: اگر باید به خواسته کودک جواب منفی داده شود والدین باید بر پاسخ نه خود پافشاری کنند، در رفتار خود قاطع باشند و رفتار قشرق مانند کودک را تحمل کنند. این روانپزشک کودک و نوجوان در عین حال به این موضوع نیز اشاره می‌کند که در بعضی مواقع تحمل رفتارهای لجبازانه کودک برای والدین سخت می‌شود و آنها احساس می‌کنند روش‌های تربیتی درست را نمی‌دانند یا کودکشان دچار يك مشکل جدی است در حالی که این رفتارها در سنین نوپایی و همچنین در سنین نوجوانی کاملاً طبیعی تلقی می‌شود.

### لجبازی در نوجوانان

وی به لجبازی‌های نوجوانان هم اشاره می‌کند و می‌گوید: نوجوانان هم برای کسب استقلال و احراز هویت خود رفتارهای لجبازانه در برابر والدین دارند و در برابر خواسته‌های آنها جواب منفی می‌دهند. دکتر خوشابی تاکید می‌کند با توجه به خصوصیات روانشناختی، مدارای والدین با نوجوان و کنار آمدن با آنها در کنترل رفتار لجبازانه نوجوانان، نقشی موثر دارد.

### بحث‌های بی‌پایان کودکان لجباز

ماندگاری رفتارهای لجبازانه در برخی کودکان که از حدود چهار تا پنج سالگی خود را نشان می‌دهد، موضوع دیگری است که می‌تواند والدین را درگیر کند. بد اخلاقی‌ها معمولاً در سنین بالاتر کمتر دیده می‌شود اما ممکن است به شکل دیگری بروز کند. رفتارهای لجبازانه دائمی همراه با پرخاشگری و نه گفتن مکرر کودکان به والدین، زمینه تنش همیشگی را در خانه فراهم می‌کند.

دکتر خوشابی در این باره می‌گوید: کودکانی که چنین رفتاری دارند دچار اختلال بی‌اعتنایی مقابله‌ای هستند که از علائم آن لجبازی، سرکشی، نافرمانی، بحث‌کردن زیاد و پرخاشگری است. این کودکان در مقابل هر خواسته‌ای حتی معمولی‌ترین خواسته‌های والدین «چرا» می‌گویند و بحث می‌کنند. آنها در بیشتر موارد دچار پرخاشگری هستند. در این اختلال، کودکان با والدین وارد جنگ قدرت می‌شوند و می‌خواهند به نوعی قدرت را در خانواده در دست بگیرند. به گفته این روانپزشک منزل این کودکان تبدیل به میدان جنگ والدین و کودک می‌شود.

وی با بیان این‌که در این اختلال، کودکان مشکل‌دار تنها با خانواده‌های اصلی به ویژه با مادران خود در جنگ و تضاد هستند، می‌گوید: به دلیل سرپرستی مداوم مادران و اجرای روش‌های تربیتی از سوی آنها بیشترین مقابله با مادر و پس از آن با پدر صورت می‌گیرد. اما در محیط‌های آموزشی، آنها هیچ مشکلی ندارند و اولیای مدرسه از آنها راضی هستند. وی بر درمان‌های خاص اختلال بی‌اعتنایی مقابله‌ای تاکید می‌کند و می‌گوید: این کودکان نیازمند درمان‌های خاص خود به صورت استفاده از درمان‌های دارویی و رفتاری هستند.

### تاثیر تنبیه و تشویق در کنترل رفتارهای لجبازانه

معمولاً کودکان بدون شناخت مفهوم خونسردی یا لجبازی و بد اخلاقی می‌دانند با چه کارهایی به اهداف خود می‌رسند. آنها دقیقاً می‌دانند والدین در چه زمانی، کوتاه‌می‌آیند یا عصبانی می‌شوند. آنها برای جلب توجه والدین بدخلقی می‌کنند اما اگر بدانند با این کار به هدف نمی‌رسند به احتمال زیاد دست از کار خود برمی‌دارند. بد اخلاقی‌های کودکان به هر علتی که باشد به هیچ وجه قابل پذیرش نیست و نباید در والدین این ترس را به وجود آورد که در برابر هر پاسخ نه به کودک خود با داد و فریاد و کوبیدن سرش به زمین مواجه شوند.

رفتارهای لجبازانه کودکان گاه کار را به جایی می‌کشاند که والدین کنترل خود را از دست می‌دهند و حتی ممکن است در مواردی به تنبیه فیزیکی روی آورند. اما دکتر خوشابی با نفی کامل تنبیه فیزیکی کودکان می‌گوید: زمانی که صحبت از تنبیه می‌شود به هیچ وجه تنبیه فیزیکی مدنظر نیست زیرا روش‌های تربیتی که تنبیه بدنی دارد، جایی در تربیت نوین و سازنده امروزی ندارد، اما می‌توان از روش‌های رفتاری مانند تشویق و تنبیه در کنترل رفتار لجبازانه استفاده کرد.

این روانپزشک کودک و نوجوان یکی از روش‌های تنبیهی را محرومیت موقتی برمی‌شمارد و ادامه می‌دهد: در محرومیت موقتی، والدین می‌توانند کودک را از حضور در مکانی که آنها در آن حضور دارند، منع کنند. به‌طور مثال برای کودک سه ساله به میزان سه دقیقه او را در اتاق با در باز قرار دهند و از او بخواهند اتاق را ترک نکنند. پس از این سه دقیقه هم نیم ساعت بی‌توجهی عاطفی به کودک کارساز است. همچنین محروم کردن کودک از اسباب‌بازی‌های مورد علاقه به مدت دو تا سه ساعت یا محرومیت کودک از بردن به جایی که دوست دارد، می‌تواند به‌عنوان یک تنبیه مورد استفاده قرار گیرد.

وی در عین حال به این موضوع هم اشاره دارد که بعد از رفتار نامطلوب اگر تنبیه به صورت طولانی‌مدت ادامه یابد می‌تواند رفتارهای لجبازانه را تقویت کند. دکتر خوشابی با تاکید بر این‌که رفتارهای تنبیهی باید بلافاصله پس از رفتار نامطلوب باشد وگرنه تاثیرات لازم را ندارد، می‌گوید: در صورتی که کودک عذرخواهی کند والدین باید این معذرت‌خواهی را بپذیرند و او را به‌خاطر این کار تشویق کنند اما تنبیه لازم را نیز انجام دهند.