



پرخاشگری؛ رفتاری آگاهانه برای بیان رنج جسمانی و روانی / لزوم کنترل خشم کودکان در خانواده برای حفظ تعادل جامعه

پرخاشگری رفتاری است که از خشم و عصبانیت سرچشمه می گیرد و به خودی خود بسیاری از کلمات نازیبا از جمله ناکامی ها و شکست ها را در مراحل مختلف زندگی انسان به یاد می آورد که هر فردی با دست نیافتن و نرسیدن به خواسته های درونی خود واکنش های خشونت آمیزی را از خود نشان می دهد.

پرخاشگری رفتاری است که از خشم و عصبانیت سرچشمه می گیرد و به خودی خود بسیاری از کلمات نازیبا از جمله ناکامی ها و شکست ها را در مراحل مختلف زندگی انسان به یاد می آورد که هر فردی با دست نیافتن و نرسیدن به خواسته های درونی خود واکنش های خشونت آمیزی را از خود نشان می دهد.

به گزارش خبرنگار مهر، پرخاشگری در تمام مقاطع سنی از جمله در دوران کودکی با علایم مختلفی چون اضطراب بخاطر نرسیدن به خواسته ها آغاز می شود و کودک بر اثر قرار گرفتن در دو راهی، بد خلقی از خود نشان داده و دچار افسردگی و اضطراب می شود.

والدین برای کنترل خشونت کودکان از تنبیه بدنی و یا به اصطلاح عامیانه کتک استفاده می کنند اما باید توجه کرد این کنترل موقتی است و برای ریشه کن کردن این امر باید از راه های منطقی به نیازهای کودکان پاسخ گفت.

بر اساس این گزارش، اکثر کودکان با قرار گرفتن در محیط های استرس زا، بخاطر ترس و اضطراب هیچ گونه رفتاری از خود نشان نمی دهند و فقط به گریه متوسل می شوند، اما هنگام قرار گرفتن در جمع افراد رفتارهای ناخوشایندی از خود نشان می دهد و در واقع می توان گفت که کودکان قربانیان خشونت دیگران هستند که آن رفتارها را الگویی برای به دست آوردن نیازهای خود قرار می دهند.

مادران امروز اگر در دوران بارداری در محیط های آرام قرار نگیرند و نتوانند در این دوران بر خشم و عصبانیت و اضطراب درونی خود غلبه کنند باعث انتقال رفتارهای خود به جنین شده و پس از به دنیا آوردن کودک ناآرام نه تنها محیط خانه بلکه جامعه را نیز در آینده از کنترل و تعادل خارج می کند که این امر تبعات جبران ناپذیری در جامعه می تواند داشته باشد.

بدون شناسایی منشأ پرخاشگری نمی توان رفتارهای خشن را در کودک کنترل کرد

امید صفری کارشناس روانشناسی عمومی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به تعریف پرخاشگری گفت: پرخاشگری یک نوع رفتار است که از خشم و عصبانیت سرچشمه می گیرد و به دو قسمت خصمانه و وسیله ای تقسیم می شود که در حالت خصمانه به منظور آسیب رسیدن به دیگران است اما در حالت وسیله ای فرد برای به دست آوردن خواسته های خود به دیگران آسیب می رساند.

وی اضافه کرد: پرخاشگری در کودکان با رفتارهایی از قبیل گاز گرفتن، لگد زدن، فریاد زدن، تجاوز به حقوق دیگران و بدست آوردن نیازهایی که به آنها دست نیافته نمود می یابد و این نوع رفتارها در کودکان از دوزاده ماهگی آغاز شده و کودکان این رفتارها را در بازی با همسالان به خوبی نشان می دهند و با بزرگتر شدن رفتارهای خشونت آمیز کودک تغییر می کند.

عضو انجمن روانشناسان ایران ادامه داد: هر فردی در طول زندگی خود بر اثر قرار گرفتن در محیط های تنش زا و مشاجره با افراد عصبانی می شود، اما باید راه های کنترل خشم را یاد بگیریم و در هنگام خشمگین شدن خود را کنترل کنیم تا باعث آزار اطرافیانمان نشویم.

پرخاشگری در کودکان جنبه انتقام جویی دارد

صفری اضافه کرد: زمانی که کودک مورد آزار و اذیت اطرافیان قرار می گیرد و نمی تواند خشم خود را بروز دهد دچار اضطراب می شود.

وی با اشاره به انواع پرخاشگری در کودکان گفت: پرخاشگری در کودکان به دو حالت درونی و بیرونی بروز می کند و زمانی که در دچار عصبانیت شده اما خشم خود را ابراز نمی کند، دچار افسردگی می شود که عاملی برای نارضایتی کودک از خود و ایجاد روحیه منفی در کودک می شود.

صفری ابراز خشم بیرونی کودک را با رفتارهایی از قبیل فریاد زدن، لگد زدن، پای کوبی به زمین و حمله به بزرگترها دانست. وی راه های شناخت درمان پرخاشگری در کودکان را در مرحله اول شناخت نوع آن بر اساس تقسیمات انواع پرخاشگری عنوان کرد.

محروم سازی کودک از الگوی پرخاشگری مهم ترین راهکار برای کنترل پرخاشگری در کودکان است

عضو انجمن روانشناسان ایران هم چنین در ادامه گفت: محروم سازی کودک از الگوی پرخاشگری، کاهش ساعات بازی های کامپیوتری، کاهش دادن زمان تماشای فیلم های ترسناک و جنگی، دادن مسئولیت به کودک و تشویق او به اتمام رساندن مسئولیت و قرار دادن تشویقی های مناسب برای کودک، انجام دادن رفتارهای برعکس پرخاشگری توسط والدین، خودداری از توجه کردن مستقیم به رفتارهای پرخاشگرانه کودک، تخلیه هیجانی کودک با قرار دادن او در مکان های مناسب از عوامل مهم برای کاهش و کنترل پرخاشگری در کودکان است.

صفری کتک و تنیه بدنی را بدترین راه برای کنترل پرخاشگری در کودکان دانست و ادامه داد: برای کنترل پرخاشگری در کودک قبل از هر چیزی باید منشاء و سرچشمه آن شناسایی شود و بر اساس نوع پرخاشگری او از طریق راه های مناسب وارد عمل شد.

وی حذف عوامل منفی در الگوگیری پرخاشگری کودکان را ضروری دانست و گفت: عوامل منفی در الگوگیری پرخاشگری کودکان باید حذف شود تا کودک بتواند در مدت کوتاهی به رفتارهای تعدیل شده دست یابد.

صفری در ادامه همچنین از مادران خواستار شد تا از قرار گرفتن در محیط های تنش زا و استرس آور خودداری کرده و به دور از هرگونه استرس و اضطراب کودکان آرامی را به دنیا بیاورند.

پرخاشگری در کودکان؛ بیان کننده درد و رنج جسمانی و روانی آنها است

مریم منصوری مدرس دانشگاه و مشاور خانواده نیز با اشاره به معنای واقعی پرخاشگری گفت: پرخاشگری رفتار آگاهانه ای برای بیان درد و رنج جسمانی و همچنین روانی است که برخی از مردم معنای واقعی این امر را با ابراز وجود اشتباه می گیرند.

وی اضافه کرد: برخی از افراد جامعه از پرخاشگری معنای غیر واقعی از جمله پافشاری در بدست آوردن حق و حقوق و بلند پروازی یاد می کنند، در صورتی که اینها عوامل پرخاشگری در کودکان به حساب نمی آید.

منصوری با بیان این مطلب اظهار داشت: هدف از پرخاشگری در کودکان، ضربه زدن به چیزی است که باعث محقق نشدن خواسته وی می شود.

ناکامی؛ علت اساسی پرخاشگری در کودکان است

این مدرس دانشگاه علت اساسی پرخاشگری در کودکان را ناکامی دانست و افزود: کودکان با تجربه شکست و ناکامی ها در موقعیت خاص، انتقام خود را در قالب پرخاشگری و خشونت بروز می دهند.

منصوری ادامه داد: کودکان با قرارگیری در گروه های اجتماعی رفتارهای بزرگترها و دیگران را برای خود الگو قرار داده و در تجربه شکست ها و ناکامی ها رفتارهای آموخته از دیگران را تکرار می کنند.

این مشاور خانواده با تاکید بر کنترل پرخاشگری در کودکان گفت: کنترل پرخاشگری در کودکان امری بسیار مهم و ضروری است که خانواده ها باید با راهکارهای مناسب آن را کنترل کنند.

فیلم های جنگی تلویزیونی پرخاشگری را در کودکان تشدید می کنند

منصوری فیلم های جنگی تلویزیونی را از دیگر عوامل موثر در ایجاد زمینه های خشونت در کودکان عنوان کرد و ادامه داد: تماشای فیلم های جنگی تلویزیونی از دیگر عوامل موثر در ایجاد زمینه های خشونت در کودکان است که شخصیت های فیلم با به کار بردن تکنیک های خاص زمینه های پرخاشگری و خشونت را در کودکان تشدید می کند.

وی افزود: زمانی که کودک شاهد صحنه های تنش زا در خانواده و یا محیط می شود، حساسیت خاصی به رفتارهای آنها پیدا کرده و در مقابل هر عملی عکس العمل نشان داده و حس احساساتی بودن در وی کاهش می یابد.

منصوری مدرس دانشگاه از خانواده ها خواستار شد تا با کنترل خشونت و پرخاشگری در کودکان تنبیه کردن را که تاثیر موقتی دارد خودداری کرده و باعث تشدید خشونت در آنها نشوند چرا که اگر این امر به شیوه های صحیح کنترل نشود در آینده شاهد تکرار شدن رفتارهای خشونت آمیز آنها در جامعه می شویم.

اولین بستر رشد و نمو پرخاشگری در کودکان، خانواده است

روح الله ساعی جامعه شناس و استاد دانشگاه در خصوص پرخاشگری در کودکان گفت: پرخاشگری در کودکان از دو قسمت فردی و اجتماعی تشکیل شده است که پرخاشگری فردی نشان از فردگرایی کودک بوده و پرخاشگری اجتماعی نیز در زمان ناکامی برای مطرح کردن خواسته ها و نیازهای خود در قالب رفتارهای خشونت آمیز بروز می کند.

وی خانواده را نخستین بستر رشد و نمو پرخاشگری در کودکان دانست و افزود: کودکان نیازهای خود را قبل از هر جایی در خانواده جست و جو می کنند و در صورت پاسخ ندادن به نیازها و خواسته ها اقدام به رفتارهای خشونت آمیز می کنند.

ساعی ادامه داد: اگر در خانواده آرامش و آسایش کودکان فراهم نشده و به دنبال آن کودک از تغذیه سالمی برخوردار نشود، باعث بر هم خوردن تعادل روحی و روانی کودک در محیط خانه خواهد شد.

نقش بازی های کامپیوتری و تماشای فیلم های جنگی عامل ایجاد خشونت در کودکان

وی با اشاره به مهم ترین علل ایجاد پرخاشگری در کودکان گفت: رسانه ها، رفتارهای خشونت آمیز اعضای خانواده و محیط از علت های مهم پرخاشگری در کودکان را تشکیل می دهد.

عضو انجمن جامعه شناسان ایران یکی از عوامل مهم پرخاشگری در کودکان را قرار گرفتن ماد در محیط های تنش زا، استرس آور، نا آرام و تحمل رفتارهای بد دانست و ادامه داد: تحمل فشارهای اطرافیان در دوران بارداری باعث ایجاد زمینه های پرخاشگری در وجود کودک می شود.

ساعی با بیان این مطلب اظهار داشت: آموزش برای مادران قبل از بارداری یکی از ضروریات است که باید از سوی متولیان امر جدی گرفته شود و قبل از به دنیا آمدن فرزند، چگونگی برخورد با کودک و تامین نیازهای او آموزش داده شود.

وی بازی های کامپیوتری و تماشای فیلم های استرس زا را از عوامل موثر در ایجاد زمینه های خشونت و بدرفتاری در کودکان دانست و گفت: بازی های کامپیوتری و تماشای فیلم های خشونت آمیز یکی دیگر از عوامل تاثیر گذار در پرخاشگری کودکان

است که باعث ایجاد روحیه خشن در کودکان می شود و خانواده ها برای کنترل بد رفتاری های کودک خود باید با جایگزین کردن برنامه های مناسب از تشدید این رفتارها در کودکان جلوگیری کنند.

عضو انجمن جامعه شناسان ایران هم چنین در ادامه گفت: اگر رفتارهای پرخاشگرایانه کودکان در دوران کودکی کنترل نشود در آینده شاهد رفتارهای غیرطبیعی آنها در گروه های مختلف خواهیم بود که کنترل آن ها در سنین بزرگسالی امکان پذیر نخواهد بود.

کودکان در هر زمانی نیاز به توجه والدین دارند که با بیان احساسات و نیازهای درونی خود به آرامش روحی و روانی برسند، اما زمانی که والدین از درک حقایق و خواسته های کودکانشان غفلت کرده و خواسته های آنها را سرکوب می کنند، کودکان نیز برای اعتراض خود دست به پرخاشگری و خشونت می زنند که این امر در خانواده ها توسط والدین باید جدی گرفته شود تا کودکان در دوره نوجوانی یا جوانی خواسته های سرکوب شده خود را در جامعه عقده گشایی نکنند.

.....

گزارش از زهرا ناصران