

چرا کودکانم بچه های دیگر را کتک می زند؟

وقتی که کودک راه رفتن و تکلم را بیاموزد روش های بیان مشکلات هیجانی او هم توسعه می یابد. در این حال ممکن است مشکلات هیجانی خود را از راه تخریب و عدم تحرک و مخالفت جویی و منفی کاری و مانند اینها ابراز کند



وقتی که کودک راه رفتن و تکلم را بیاموزد روش های بیان مشکلات هیجانی او هم توسعه می یابد. در این حال ممکن است مشکلات هیجانی خود را از راه تخریب و عدم تحرک و مخالفت جویی و منفی کاری و مانند اینها ابراز کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه شهروند، در ۲ تا ۳ سالگی کودک گاهی رفتارهایی دارد که مورد قبول خانواده نیست بنابراین باید بعد از یافتن علت راه های مقابله با این رفتارهای نامناسب را بیابید.

شاید عصبانی است

عصبانیت شایع ترین مشکل بچه هاست. این عصبانیت در واقع تجلی درد و ناکامی کودک به دلیل ناتوانی او در کنترل جهان اطراف است. از آنجا که کودک نویاست، هر چند احساسات او بسیار قوی است اما وسیله کافی برای ابراز ناامیدی را ندارد و همین او را بیش از پیش ناامید کرده و از عصبانیت منفجر می کند. در نهایت او با تنها وسیله ای که در اختیار دارد به دیگران حمله می کند یعنی با کتک زدن.

جلب توجه می کند

کودک نیاز به توجه دارد به طور معمول او ترجیح می دهد از راه های مثبت یعنی با انجام کارهای خوب این توجه را به دست آورد اما اگر تشویق کارهای خوب به اندازه کافی نباشد و کودک مورد بی توجهی قرار گیرد، برای او توجه منفی هم بهتر از بی توجهی است. کودکی که اغلب مورد غفلت واقع می شود ممکن است پس از مدتی کشف کند که اگر جنگ و دعوا راه بیندازد و دیگران را بزند در مرکز توجه دیگران قرار می گیرد.

ارتباط کلامی را یاد دهید

کودک باید بیاموزد که از کلمات برای بیان احساسات منفی اش استفاده کند. به کودک یاد بدهیم در زمان مناسب بگوید «الان عصبانی هستم» وقتی کودک بتواند احساسات خود را مستقیماً و مانند افراد بالغ بیان کند، شیوه کتک زدن به تدریج متوقف می شود.

احساساتش را تصدیق کنید

کودک کتک می زند چون نمی تواند احساسات خود را به ما منتقل کند. وقتی به احساسات کودک آگاه باشید و آن را تصدیق کنید، دیگر دلیلی برای کتک زدن وجود ندارد. مثلاً به او بگویید «حتماً از این که به تو اجازه نداده ام این کار را بکنی خیلی ناراحت هستی» با این جمله به او نشان می دهید که احساس او را درک کرده اید و به او حق می دهید که احساس عصبانیت کند و این طبیعی است. آنچه ما با این کار به او می آموزیم، این است که با روشی غیر از کتک زدن عصبانیت خود را ابراز کند.

الگوی خوبی باشید

کودکان اگر ببینند والدین آنها تنبیه بدنی را به کار می برند، بیشتر تمایل به کتک زدن بچه های دیگر پیدا می کنند. اگر درباره رفتار خشن کودک نگران هستید، نباید به او اجازه دهید شما را در حال کتک زدن حتی به عنوان تنبیه ببیند.

هیجان‌اتش را برون‌سازی می‌کند

۳ عامل وجود دارد که در بیماری‌ها باید به آن توجه شود؛ یکی رفتار انفعالی جدی است که در آن کودک، کاری به کسی ندارد و برای خودش بازی می‌کند، دوم رفتار پرخاشگرانه و دیگری رفتار وسواس‌گونه است. اگر این ۳ نوع رفتار در کودکان مشاهده شود باید حتماً با مشاور مشورت شود تا بررسی انجام و اطمینان حاصل شود که مساله خاصی وجود ندارد.

برونی‌سازی می‌کند

پسرچه‌ها یک مکانیسم دفاعی دارند که به آن برون‌سازی کردن می‌گویند. به این معنا که اگر یک مشکل روانشناختی داشته باشند معمولاً با درگیر شدن با محیط سعی می‌کنند آن مشکل را برطرف کنند یا هیجان منفی را کم کنند. در دخترها بیشتر به این صورت است که آنها را درون‌سازی می‌کنند.

اختلال بیش‌فعالی

مساله دیگری که وجود دارد طیف اختلالات بیش‌فعالی و اختلال سلوک و نافرمانی مقابله‌ای است که اگر در تاریخچه خانوادگی چنین مشکلاتی وجود داشته باشد، می‌تواند به ارث برسد و کودک از همان ابتدا حالت ناسازگارانه‌ای داشته باشد. سوال مهم اینجاست که این کودک از قبل این حالت را داشته یا به تازگی این رفتار را شروع کرده، تاریخچه خانوادگی این کودک و شرایط خانوادگی در این رفتار کودک بسیار مهم است.

این یک نشانه است

نمی‌توان به صورت واضح درباره مشکل این کودک صحبت کرد چون طیف عوامل گوناگونی در بروز رفتار موثر است اما در میان پسرچه‌ها این یک نشانه است. ممکن است این رفتار در یک جایی از خانواده یادگیری یا تقویت شده باشد. ممکن است مادر افسرده هنگام رسیدگی به کودک پرخاش کرده باشد.

به این توصیه‌ها عمل کنید

1. توجه به بخشی از رفتار کودک که اتفاقاً مثبت است می‌تواند بسیار موثر باشد.
2. در مقابل رفتار پرخاشگرانه صبر کنید و اجازه ندهید کودک خشم‌تان را تحریک کند.
3. بی‌توجهی کنید. مدت زمانی بی‌توجهی کردن باعث می‌شود کودک نسبت به آن رفتار سرد شود.
4. کودک را نترسانید. در برخی خانواده‌ها کودک را از پدر می‌ترسانند. ترساندن غریزه صیانت از ذات را در کودک تحریک می‌کند. در برخی کودکان همین امر باعث اختلالات روانی شده و در برخی دیگر هم منجر به پرخاش می‌شود.