

خشم و عصبانیت کودکان

از شماره ۴/۸۶ مجله مدرسه اولیاء

ترجمه

محمدکاری



خشمگین شدن و عصبانیت، رفتاری عادی در کودکان بوده و برای ابراز وجود ضروری است لیکن در این قبیل موارد باید جوابی روشن و بدون ابهام بکودک داد بگونه‌ای که حدود خود را بداند و التهابات و هیجاناتی که او را در بر گرفته‌اند مهار گردد.

خشم و عصبانیت کودک نوعی بیان حال است که در مواقع ناراحتی و احساس بیهودگی و قهر ابراز میشود و اطرافیان کودک می‌توانند غالباً ریشه ناراحتی را با سانی شناسائی کنند.

این خشم و ناراحتی در جریان رشد طبیعی کودک و غالباً " در فاصله ۷ تا ۱۸ ماهگی و ۳ تا ۴ سالگی بروز میکند، یعنی دوره‌هایی که نیاز به استقلال و ابراز وجود در حال گسترش و فزونی است.



برعکس کودکی که از مرز ۵ و ۴ سالگی میگذرد خشم و ناراحتی خود را بگونه‌ای دیگر ابراز میدارد که صرفاً " مبتنی بر نیازهای فیزیولوژیک نیستند . بهنگام بحث در مورد خشم کودکان باید عکس‌العملهای اطرافیان و محیط زیست کودک را در نظر گرفت و این محیط شامل خانواده (پدر و مادر، پدر بزرگ و مادر بزرگ - برادران و خواهران) شیر خوارگاه و مدرسه میگردد . طبعاً " کودک با افراد یاد شده بویژه پدر و مادر برادران و خواهران خود تماسها و تصادماتی پیدامیکند . مثلاً " در خانواده‌ای که چندین بچه دارد بچه‌های بزرگتر جایی مخصوص برای خود دارند و نمیخواهند که بچه‌های کوچکتر وارد محدوده آنها شوند در حالیکه احتمالاً " خود آنان بنوبه خود از نظر تعیین محدوده خود مشکلاتی با پدر و مادر و پدر بزرگ و مادر بزرگ خود دارند و احیاناً " در محدوده دیگران وارد میشوند و طبعاً " با درگیریهائی روبرو میشوند و بر اساس همین برخورد ها روش برای خود بر میگزینند .

کودک بوسیله عصبانیت و خشم خود میخواهد بگوید : " من وجود دارم و دلم میخواهد که من هم جایی مخصوص خود داشته باشم " منتهی باید به ترتیب مقتضی و مناسب با و پاسخ داد مثلاً " بله جای تو است ولی اگر از این حد تجاوز کنی یا از اندازه خود بیرون گذاشته‌ای " معمولاً " برادران و خواهران کودک خشم او را با خشم پاسخ میگویند بخصوص هنگامیکه فاصله سنی شان کم است در صورتیکه عکس‌العمل بزرگترها یعنی اولیاء و مربیان باید بگونه دیگری باشد . یا توجه باینکه کودک مایل است خواسته‌اش انجام شود و حوصله انتظار طولانی را ندارد لذا خانواده در جواب گوئی و درک کودکان باید باین مطلب

در این موارد کودک به " خشم های انفجاری " دست میزند یعنی چیغ میکشد و سروصدامیکند ، پاهای خود را بر زمین میکوبد ، خود را بر زمین میاندازد ، خود را میزند و خلاصه خصومت تعرضی و تهاجمی خود را از طریق بدن خود ابراز میکند . وقتی سن کودک بالاتر می‌رود نوبت به خشم‌های هدایت شده میرسد یعنی چیزی رامیشکند و میزند ، نافرمانی میکند ، ناسازمیکوید و این جریانات موجب عکس‌العملهای رفتاری در افراد خانواده و محیط میشود و موضع و روش اولیاء را از لحاظ تربیتی در معرض سوال قرار میدهد . طبعاً " باید به تفاوت بین موارد خشم کودک قبل از یکسالگی و خشم های هدف دار و سازمان یافته کودکان ۴ و ۵ ساله بالا توجه داشت . قبل از یکسالگی عصبانیت کودک را " خشم نوزاد " مینامند که همراه است با حرکات آناشیک و چیغ و داد و علت این سروصداها (مثلاً " در یک کودک دوماهه) ممکن است گرسنگی - پائین آمدن میزان قند خون - و نظایر آن باشد بعبارت دیگر نیازهای فیزیولوژیک که بعلت نداشتن قدرت تکلم و بیان ، بدین طریق و وسیله ابراز میشود . بعضی از کودکان شیرخوار نسبت باطفال دیگر بیحوصله تربوده و حتی توقعشان هم بیشتر است و لذا بیشتر متوسل باین حرکات میشوند در صورتیکه کودکان آرامتر کمتر نیاز باین روش و رفتار پیدامیکنند . ضمناً " برخی از مادران که نظر و مورد علاقه خود را بکودک تحمیل میکنند و او را کلافه مینمایند باعث عکس‌العملهای خشم آمیز و ناراحتی بچه میشوند .

ناراحت شده و این جریان است گذر امسئلهای نیست بعضی دیگر برعکس میگویند: " نمیخواهم که او ابراز خشم و عصبانیت کند و لذا بعنوان پدر یا مادر در برابرش میایستیم و جواب های راباهوی میدهیم و " مسلما " نقش پدر و مادر بسیار مشکل است . پدر و مادر بودن را که تعلیم نمی دهند و در ضمن هر پدر و مادری خود نیازها و خواسته هائی دارد که در یک لحظه معین با خواسته ها و امیال کودک مطابقت نمی کند و لذا باید در جستجوی هماهنگی بود و این چیزی است که وقت و استقامت و پیگیری

توجه کند تا از افتادن در دایره بسته ای که گاهی اولیا و کودکان در آن گرفتار میشوند احتراز گردد . گفت و شنود و مذاکره با کودک هنری است پیچیده و مشکل . اگر بچه دوساله ای چیزی رابه صورت آبی و فوری بخواهد و پدر و مادر امکان بر آوردن آن خواسته را نداشته باشند و یا آنرا مصلحت ندانند میتوانند با کلمات مناسب باو بگویند: " حالا وقتش نیست کمی صبر کن بعد ترتیبش را میدهم " . کودک گاهی با شنیدن صدای مادر و سخنان او آرام میشود ولی گاهی بایــــ



آسانبهارضایت نمیدهد و خشم و عصبانیت ادامه مییابد . بعضی از پدر و مادرها در این قبیل موارد میگویند: این طبیعی است . بچه است

لازم دارد.

بی نقشه و هدف تسلیم شدن و یابهرقیمت مخالفت و ایستادگی کردن کاری است ناصحیح و درواقع بمنزله نفی تربیت و پرورش است.

بسیاری ازما شاهد این صحنه یانظایر آن بوده‌ایم که مادری با کودک خود واردفروشگاهی میشود کودک بهر چیزی که میرسد دست میزند و مادرهم کاری به کاراونداردمثل اینکه اورانمی بیند ولی وقتی بچه درمحیطی نو و کنجکاو و برانگیز به جولان افتاده و اینطرف و آنطرف میپرد و احتمالاً چیزی رامی شکند ، آنوقت مادرشروع به دادوبیداد میکند و سرکودک دادمی کشد . کودک هم متقابلاً شروع به سروصدا و ناراحتی میکند و عصبانی میشود و بدین ترتیب عبورآنی ازیکروال بی بندوباره یک روش سختگیرانه موجب برانگیختن خشم کودک میشود .

یک لحظه کودک را کاملاً " و دربست آزاد گذاشتن که هرخشت می خواهد به قالب بندودودقیقه بعد اورا منع مطلق نمودن مسلماً " منطبق با موازین تربیت نیست . متأسفانه بسیاری از پدران و مادران یکی از دو قطب آزادی بی بندوبار یا سختگیری مطلق را انتخاب می کنند . برخی چنین می انگارند که اگر سختگیری کنند کودک آرامتر بار خواهد آمد و آمادگی بیشتری از لحاظ زندگی اجتماعی پیدا خواهد کرد . گروهی دیگر برای اینکه خود راحات کنند هیچ حدود و دودی برای کودک قائل نمیشوند مثلاً " براحتهی تمام میگویند : " میگذارم هر کار دلش میخواید بکند چراباعث عصبانیت و دلخوری بشوم ؟ " وتوجه ندارند باینکه بچه های عصبانی حتی موقعیکه همه چیز برایشان فراهم است خشمگین میشوند و چون مسئله حدود و مطرح نیست لذا جریان تصاعدی

پیش می آید و وضع همچنان لاینحل نماند .

یکی از نکاتی که از نظر تربیتی واجد اهمیت میباشد موضوع تداوم و یک نسق عمل کردن است هر خانواده ای قانون و روال تربیتی ویژه ای برای خود دارد . هنگامیکه پدر و مادر در خصوص روال تربیتی مورد نظر خود به توافق رسیدند باید در مورد آن ایستادگی کنند و آنرا با نرزش و مهربانی به کودک تفهیم نمایند و اگر روزی در مورد چیزی موافقت و روز دیگر آنرا قدهن نمایند کودک سردر گم میشود و نمیداند چه بکند و همین جریان باعث خشم او میشود . اولیاء باید باین مطلب توجه کنند که کودک توان شنیدن و فهمیدن و قبول حدود برای خود را دارد بشرطی که آن حدود متناسب و سازگار با سن او باشد و بر پایه روابط متناسبی صریح و مهر آمیز ابراز و تنظیم گردد . بسیاری از پدران (اگر نگوییم همه شان) میتوانند روش و رفتار خود را نسبت به کودکان خود تغییر دهند مشروط بر اینکه به تفکر و تعمق در این زمینه تن در دهند و وقت و حوصله لازم را برای طرح مطلب با کودکان در جوی مشحون از اعتماد و محبت متقابل و فارغ از پیشداوریها مصروف دارند زیرا خشم کودک بیماری نیست و اصلاً " مسئله درمان بیماری در میان نبوده بلکه بحث بر سر درک بهتر رفتار کودک و کوشش در پیداکردن تفاهمی دوزار بی بندوباری یا سختگیری مطلق بلکه مبتنی بر واقعیات زندگی روزمره و خواسته ها و نیازها و برنامه های اولیاء و کودکان (هردو) میباشد .