

لجبازی کودکان

مریم حیدری



نیازهایشان را برآورده نمایند و در رفع مشکلات آنها به موقع و به طرز صحیحی اقدام کنند.

لجبازی یکی از رفتارهای ناسازگار بوده،

بر اثر رشد تغییراتی در جسم و روان کودکان ایجاد می‌شود و تواناییها، نیازها و مشکلاتی را به دنبال خود به وجود می‌آورد. بنابراین شناخت ویژگیهای کودکان در سنین مختلف، به والدین و مربیان کمک می‌کند تا با مهارت بیشتری تواناییهای کودکان را شکوفا کنند،

عبارت از پافشاری بر روی عقیده خود و مخالفت با دیگران است.

علل ایجاد لجبازی:

۱- طبیعت کودک

به نظر می‌رسد که طبیعت کودک بین یک تا سه سالگی او را تحریک می‌کند و وامی دارد که خودش تصمیم بگیرد و در مقابل هر نوع فشاری از جانب دیگران مقاومت کند. مبارزه و کوششی که کودک بدون داشتن تجربه کافی در این دو جهت مبذول می‌دارد، او را در تصمیم خود محکم و مصمم می‌کند. خصوصاً اگر والدین کودک افرادی کنترل‌کننده نیز باشند و بخواهند بر رفتار کودک تسلط پیدا کنند، در این صورت کودک ابتدا به صورت آزادی لجبازی می‌کند، ولی کم‌کم این رفتار را به صورت عادت تا سنین بزرگسالی ادامه خواهد داد.

۲- اعمال روش خصمانه و محدودکننده:

برخی از والدین احساس خصمانه شدیدی در اطفال خودشان به وجود می‌آورند و اجازه ظاهر ساختن این احساس را به کودک نمی‌دهند. گاهی طفل به گونه‌ای در محدودیت قرار می‌گیرد که حتی نمی‌تواند بطور خودآگاه خصومت را درک کند. والدین متخاصم و محدودکننده حالات عصبی در فرزندانشان ایجاد می‌کنند. ترکیب عوامل خصومت و محدودیت؛ ایجاد انزجار، لجاجت و نفرت می‌کند که بخشی از آن به سوی خود فرد معطوف می‌شود و به صورت لجبازی و ناراحتی درونی احساس می‌گردد.

۳- دخالت بیش از حد در کارهای کودک:

امر و نهی بیش از حد به کودک مخصوصاً در

لجبازی در حدود سن یک سالگی شروع شده، به تدریج شدت می‌یابد و در حدود ۲ تا ۳ سالگی به مرحله‌ای از شدت خود می‌رسد. بعد از این دوره سنی لجبازی در کودک کمتر دیده می‌شود و فقط گاهی اتفاق می‌افتد، اما هنگام بروز در رفتار کودک دارای قدرت خاصی است. طفل یک ساله با مادرش مخالفت می‌کند، در حالی که کودک دو سال و نیمه با خودش مخالفت و لجاجت می‌نماید. طفل به سختی تصمیم می‌گیرد و سپس در پی تغییر آن است. رفتار کودک حتی موقعی که کسی مزاحم او نیست مانند شخصی است که بشدت مورد امر و نهی و دستوره‌های آمرانه قرار گرفته است. کودک اصرار دارد همه کارها را همان طور که خود می‌خواهد انجام دهد و یا عیناً به طریقی که همیشه انجام می‌داده است، به انجام برساند. اگر شخصی در کارهای مربوط به کودک دخالت کند و یا وسایل او را به شکل دیگری منظم نماید، کودک بشدت واکنش نشان می‌دهد.

تظاهرات لجبازی

لجبازی به صورت سرپیچی از درخواستهایی که حتی ممکن است مورد علاقه کودک باشد، سرپیچی از دستوره‌های دیگران، آسیب رساندن به خود (گریه کردن، فریادکشیدن، گازگرفتن، ناسزاگفتن، خودداری از خوردن غذا، کوبیدن مکرر پاهای و سر به زمین)، آسیب رساندن به دیگران و شکستن وسایل تظاهر می‌کند.



سنی که او برای کسب استقلال تلاش می‌کند، حالات شدید تضاد را به وجود می‌آورد. بدین صورت که طفل مایل است مطابق خواست خود عمل کند و از طرف دیگر تحت فشار خواسته‌های والدین قرار می‌گیرد. نتیجه این امر اضطراب شدید و پافشاری بر روی خواست خود است که اگر با روش صحیح درمان نشود، لجباجت برای همیشه در رفتار فرد تثبیت خواهد شد.

درمان لجبازی

۴- وادار کردن کودک به شتابزدگی در کارها:

معمولاً اگر والدین یا مراقبان کودک فرصت کافی برای انجام برخی از کارها به کودک ندهند و کودک از نظر رشد و تکامل در مرحله‌ای باشد که نیازمند دقت و صرف وقت بیشتری است، این امر باعث عصبانیت کودک شده، به تدریج به ایجاد لجبازی و توسعه آن می‌انجامد.

۵- خستگی، گرسنگی و بیماریهای جسمانی:

معمولاً کودکان بعد از فعالیت روزانه و خستگی ناشی از آن، لجباز و بداخلاق می‌شوند. تأخیر در ساعت صرف غذا، لجبازی آنها را افزایش می‌دهد و وضع نامساعد جسمانی نیز موجب بروز لجبازی و بداخلاقی می‌گردد.

۶- یکنواختی در برنامه زندگی:

یک برنامه ثابت و یکنواخت در زندگی باعث عصبانیت و ناراحتی کودکان می‌شود. در واقع این امر سلامت کودک را به مخاطره می‌اندازد. یک برنامه متنوع و در عین حال منظم به ایجاد کانون گرم خانوادگی و رابطه صمیمی میان اعضای خانواده کمک می‌کند.

از آنجا که لجبازی کودکان رفتاری است که در جریان رشد ظاهر می‌شود، می‌بایست اقدامات اطرافیان در جهت تعدیل این رفتار باشد. اطرافیان و به ویژه والدین در مقابله با لجبازی اطفال باید این نکات را رعایت کنند:

- ۱- به کودکان استقلال عمل بدهید، چراکه آنان باید بتوانند به تنهایی خودشان را اداره کنند و امیال و آرزوهای مستقل داشته باشند. با آزاد گذاشتن کودکان برای انجام کارهای مربوط به خود و راهنمایی به موقع آنان می‌توان به رشد استقلال در آنها کمک کرد. به عنوان مثال، کودک را برای غذا خوردن آزاد بگذارید، سپس با ملایمت و مهربانی چگونگی در دست گرفتن فاشق و صرف غذا را به او آموزش دهید. این امر باید مقارن سنین ۳ سالگی صورت گیرد.

- ۲- از دخالت بیش از حد در کارهای کودک بپرهیزید، زیرا سن کودک اقتضاء می‌کند که دائماً به اطراف بدود و تحرک داشته باشد. هرگاه کودک مشغول بازی و فعالیت است، در کار او دخالت نکنید. اجازه دهید به فعالیت خود ادامه دهد و نوع فعالیتش را انتخاب نماید.

مطمئن باشید وقتی که خسته شود آرام می‌گیرد. به این ترتیب کودک امکان انتخاب و پیشرفت و تجربه را مطابق خواستش به دست می‌آورد. به عبارت دیگر تمایلات خود را به او تحمیل نکنید.

۳- از وادار کردن کودک به تعجیل در کارها اجتناب کنید. به عنوان مثال وقتی که کودک مایل است لباسش را بپوشد و یا آن را از تن بیرون آورد، فرصت کافی در اختیار او قرار دهید تا بیاموزد که در هر کاری صبر و حوصله به خرج داده، میزان دقت خود را افزایش دهد.

۴- موقع غذا خوردن بدون اینکه به او اصرار کنید، بگذارید خودش غذايش را بخورد و موقعی که غذای او تمام شد بگذارید هر وقت که مایل است از سر سفره بلند شود و کنار برود.

۵- حمام کردن کودک را کمی زودتر شروع کنید تا فرصت آب بازی داشته باشد.

۶- موقعی که وقت خوابیدن یا رفتن به گردش و یا مراجعت به منزل فرامی‌رسد، در حالی که با کودک درباره مطالب جالب و شیرین صحبت می‌کنید، او را هدایت نمایید. نظر کودک را در مورد مسائل نپرسید، زیرا در پاسخ کلمه نه را بطور پی در پی تکرار خواهد کرد.

۷- به خاطر داشته باشید که شما یک فرد بزرگسال هستید و او یک کودک است. از تنبیه، سرزنش و پرخاشگری و لجبازی با کودک خودداری نمایید.

۸- اجازه ندهید که کودک به خود آسیب برساند، برای مثال بطور مکرر سرش را به زمین یا دیوار بکوبد، زیرا این عمل خطرهای جبران‌ناپذیری به دنبال دارد. مراقب کودک باشید، احساساتش را به بازی نگیرید و او را به حساب آورید. پس از آنکه لجبازی و کج خلقی

کودک برطرف شد و آرام گرفت در موقع مناسبی موضوع را به طور منطقی و با ملایمت با او در میان بگذارید. به او بفهمانید که این رفتاری نیست که از یک کودک خوش اخلاق سر بزند، و اینکه شما این رفتار را دوست ندارید و پدر هم تأکید دارد که این گونه اعمال نباید تکرار شود. سپس در مورد آسیبهای احتمالی ناشی از کوبیدن سر به دیوار یا زمین یا کودک صحبت کنید.

۹- خود را در مظان اتهام قرار ندهید و به ویژه در حضور کودک خود را پدر و مادر ناموفق اطلاق نکنید، زیرا گاهی وقوع این موارد اجتناب‌ناپذیر است. وجود لجبازی در سنین بین یک تا سه سالگی طبیعی است. سعی کنید با قلبی آکنده از محبت به حل مسائل زندگی‌تان بپردازید.

۱۰- از ایجاد شرایطی که منجر به برهم خوردن وضع آرام خانواده می‌شود، جلوگیری کنید. در صورت بروز لجبازی در کودک، جار و جنجال به راه نندازید. عصبانی، ناراحت و دل‌سرد نشوید. آینده بهتر و درخشانتری در پیش است.

والسلام

منابع :

- ۱- اسپاک، بنیامین. تغذیه و تربیت کودک. ترجمه مصطفی مدنی. انتشارات زوار. ۱۳۶۴
- ۲- دکتر عظمی، سیروس. روان‌شناسی کودک. انتشارات دهخدا. ۱۳۶۳
- ۳- گروه پزشکان در بهداشت و تربیت کودک. بیاید مادر نمونه باشم. ترجمه محمدحسین کمپایه. انتشارات پدر. ۱۳۶۶