

بدون
عصبانیت
بکار
نرو



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

دستورات بزرگترها دارند سعی میکنند که هر چه را بزرگترها میگویند و میخواهند انجام ندهند ، در حقیقت طبیعت بچهها در این سنین اینطور است والبته رفته رفته با گذشت زمان روحیه آنها عوض میشود . بنابراین هیچگاه نباید از عصبانیت و سرکشیهای بچهها ناراحت شد و از همه مهمتر اینکه نباید آنها را وادار کرد

اگر بچه سه ، چهار یا پنج ساله ای دائما آرام باشد ، هرچه را که بزرگترها بگویند اطاعت کند و با دستور آنها مخالفت نکند و عصبانی نشود ، غیر عادیست و به عقیده روانشناسان یک عیب و نقص روانی دارد علت هم اینست که معمولا در این سنین که آنرا دوره سرکشی باید نامید ، بچهها یک روحیه مقاومی در مقابل



سکند ، سعی نکنید با تهدید آنها را آرام کنید ومثلا بگوئید " گریه نکن و داد نزن وگریه ترا دراطاق یا حمام زندانی میکنم " بچه دراینصورت از ترس ساکت میشود ولی چون گریه وخشم و ناراحتی خود را فرو میبرد و در خود مخفی میکند ، از نظر سلامتی گرفتار عوارض ناراحت کننده میشود .

شما باید بدانید هر اندازه بچهها را از این نظر بیشتر تحت فشار قرار دهید وآنها را وادار کنید که درمواقع عصبانیت ساکت بمانند و عکس العملی بوسیله گریه کردن و داد زدن از خود نشان ندهند ، در حقیقت به ضعف جسمانی وکم کردن قدرت مقاومت بدنی آنها کمک کرده اید ، این قبیل بچه ها در آینده ، در برابر مشکلات

ناراحتی وعصبانیت خود را باصطلاح بخورند وظاهر نکنند ، بچه ممکن است بر اثر ترس از تنبیه ویا قهر کردن پدر ومادر خشم ، غضب ، عصبانیت و ناراحتی خود را فرو برده ونشان ندهد ولی باید دانست که اینکار گرچه از نظر بزرگترها خوب و موجه بنظر میرسد ولی برای خود کودک فوق العاده زبان آور است وروی سلامتی و مخصوصا معده او اثر میگذارد . غالب کسانیکه درسنین جوانی گرفتار زخم معده و ناراحتیهای دیگر جهاز هاضمه میشوند افرادی هستند که در دوران خردسالی خشم و غضب خود را فرو برده وظاهر نکرده اند .

بنابراین وقتی بچه ها دراین سن عصبانی میشوند ، فریاد میکشند وگریه



و ناراحتی ها ناتوان میشوند واز عهده برطرف کردن و رفع موانع زندگی بر نمی آیند واین ضعف را چه بسا از همان سالهائی که ب مدرسه میروند از خود نشان دهند .

بعضی بچهها وقتی عصبانی میشوند هر چیز را که کنار دست خود می یابند پرت میکنند و میشکنند و بدین ترتیب عقده دل خود را به اصطلاح خالی میکنند ، ولی بعضی ها که از بزرگترها هراس دارند ، خشم خود را متوجه خودشان میکنند . موهای خود را میکشند توی سر خود میزنند و با ناخن دست و صورت خویش را خراش میدهند . عکس العمل هائی که این بچهها از خود نشان میدهند خویست و بهتر از بچه هائی هستند که ساکت میمانند و همه چیز را در خود فرومیبرند ، گرچه عکس العمل دومی یعنی خود آزاری هم خوب نیست ولی بهتر از خاموش ماندن است . بچه هائیکه بر اثر پیش آمدی عصبانی و ناراحت میشوند ، تندی و نصیحت چاره عصبانیت آنها را نمیکند ، آنها بزرگترها را پیر زور و متجاوز می پندارند که چون زور دارند حرف خود را بکرسی نشانده و آنها را وادار به هرکاری که میخواهند میکنند و بدین ترتیب در اوج عصبانیت نصیحت کردن آنها فایده ای ندارد و باید گذاشت که داد بزنند و بنحوی عکس العمل خود را

نشان دهند ، و در این مواقع بزرگترها معمولا باید با بچه ابراز همدردی کنند و بحرفهای او گوش دهد و اعتراضات او را با صبر و حوصله بشنود .

همین گوش دادن و شنیدن در رفع عصبانیت کودک فوق العاده موثر است و وقتی بچه کمی آرامتر شد آنوقت بزرگتر باید دست او را گرفته و ضمن آنکه نوازشش میکند وی را نصیحت کند و پند و اندرز دهد که کاری را که کرده است درست نبوده و با چنین و چنان نمی بایستی بکند . باردیگر در پایان مقاله متذکر میشویم که در

برابر عصبانیت بچه‌های سه تا پنج‌ساله صبر و حوصله و تحمل بخرچ دهید واز تندى و خشونت و خاموش کردن اجبارى بچه‌ها بپرهیزید .

و اما نکته قابل توجه دیگر اینکه نظر ما درباره جلوگیری نکردن از ابراز خشم و عصبانیت کودکان ، بهیچ وجه بدین معنی نیست که در برابر خواسته‌های نا مشروع آنها تسلیم شوید ، بعنوان مثال کودک عصبانى هرکاری که دلش خواست انجام دهد و ما نیز چون می‌خواهیم آنها عقده‌ای نشده و دچار ناراحتی‌های روحی و جسمی نشوند جلوی آنها را باز گذاریم تا شیشه اطاق را بشکنند و سماور را بیندازند و یا با گاز گرفتن دست و صورت و کوبیدن سر کودک کوچکتر عصبانیت و خشم خود را برطرف نمایند . خیر و به هیچ وجه ، چه چنانکه کودکى ببیند شما در مقابل عصبانیت او تسلیم میشوید و او میتواند هر کاری که خواست انجام دهد ، از این حالت و موقعیت سوء استفاده نموده و در مقابل کوچکترین درخواست شما خود را به عصبانیت و خشم میزند و اعمال خلافی انجام میدهد تا دیگر شما نه از او ستوالی کنید و نه درخواستی و مسلما چنین کودکى پس از رشد و تکامل نیز این عادت زشت خود را حفظ نموده و در اجتماع به فرد غیر قابل تحملی تبدیل خواهد شد . بنابراین

نتیجه می‌گیریم :

- ۱- حتی المقدور تا آنجا که ممکن است از عصبانى شدن کودکان جلوگیری نمائیم .
- ۲- حال که عصبانى شد بدو اجازه دهیم تا بصورتی که باعث سوء استفاده بیشتر او نمیشود ، خشم خود را بروز دهد و با داد و فریاد و غیره عصبانیت خود را برطرف نماید .
- ۳- پس از فرو نشستن خشم و غضبش ، او را کنار خود نشانده و یا نوازش و نصیحت اشتباهاتش را گوشزد نموده و پس از بی بردن کودک به اشتباهاتش برای شاد کردن او و اینکه از دست اعمالی که در موقع خشم و غضب انجام داده زیاد ناراحت نیستیم با خریدن بستنی یا شکلات و یا با چیز اندکی او را سرزنده و شاد نمائیم - (زیرا انسان خصوصا کودک پس از بی بردن به اعمال خلاف خود خجل میشود) .
- ۴- و چنانکه کودک خواست از این بردباری و صبر والدین سوء استفاده نموده و دست به کارهای خلاف بزرگی بزند ، باید جلوگیری نموده و حتی کمی او را در نهایت تنبیه نمائیم فراموش نشود تنبیه همیشه بعنوان آخرین راه حل بکارگرفته میشود و بگذاریم تا داد و فریاد و گریه کند و حتی ناسزا بگوید . تا هم خشم و غضبش سرکوب نشود و هم صبر ما موجب انحراف بیشتر او نگردد .

