



## چگونه می توان اختلال رفتاری لجبازی - نافرمانی دانش آموزان را کاهش داد

سمیرا بختیاری<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> دکتری تخصصی، زمین شناسی، استان کرمان

اداره آموزش و پرورش شهرستان رفسنجان، فرزندگان ( دبستان دوم)

sbakhtiyare@yahoo.com

شماره تماس: ۰۹۱۳۲۷۹۲۸۳۵

### چکیده:

اختلالات رفتاری به عنوان میزان ناسازگاری رفتاری یک فرد با ارزشهای اجتماعی تعریف می شود. از آنجا که دانش آموزان به عنوان آینده سازان جامعه محسوب می شوند لذا توجه به سلامت رفتاری آنها ضروری به نظر می رسد. یکی از مشکلات دانش آموزان در محیط اختلال رفتاری لجبازی - نافرمانی است که اغلب ریشه این اختلالات را باید در بنیان خانواده جستجو نمود.

پژوهش حاضر با هدف بررسی علل و راهکارهای کاهش اختلالات رفتاری لجبازی - نافرمانی و پرخاشگری در یکی از دانش آموزان دبستان صورت گرفته است. در این پژوهش ضمن بررسی و تحلیل رفتارهای این دانش آموز تلاش شد تا اقداماتی صورت گیرد و زمینه کاهش رفتارهای نامناسب او را فراهم شود. پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی است. برای گردآوری اطلاعات روش های متعددی وجود داشت؛ با توجه به موضوع پژوهش، به نظر می رسد که باید از روش های مصاحبه، مشاهده و مطالعات کتابخانه ای برای جمع آوری اطلاعات استفاده نمود. از آنجا که مهمترین علت پرخاشگری وی، از درون خانواده ناشی می شد، با ارائه راهکارها تا حدودی پرخاشگری دانش آموز کاهش یافت.

**واژگان کلیدی:** پرخاشگری، اختلالات رفتاری، لجبازی، خانواده

### ۱- مقدمه: (مقدمه، بیان مسئله، ضرورت، بیان اهداف، سوالات پژوهش، مبانی نظری، پیشینه پژوهش)

هر جامعه ای برای پیشرفت و رشد در ابعاد مختلف اجتماعی - اقتصادی و فرهنگی نیاز به افرادی دارد که از نظر روانی و جسمانی سالم باشند. دانش آموزان امروز و سازندگان فردای جامعه، قشر عمده ای از جمعیت جوامع انسانی را تشکیل می دهند به طوری که در کشورهای در حال توسعه، سهم این قشر از کل جمعیت تقریباً به ۵۰ درصد می رسد (Khodam et al., 2009). سلامتی و بیماری این قشر عظیم در سلامتی و بیماری جامعه ای فردا و نسل های آینده، نقش مهمی دارد. بنابراین، لازم است به سلامت روانی - جسمانی این قشر عظیم بیشتر توجه شده و گام های اساسی در جهت پیشگیری و درمان بیماری ها و اختلالات روانی و رفتاری آنان برداشته شود. اختلال لجبازی - نافرمانی یک اختلال نسبتاً جدید در کودکان است که ملاک های کامل اختلال سلوک را ندارند. این اختلال، اولین بار به عنوان یک اختلال رفتاری پیشنهاد شد. این اختلال به دفعات در بین کودکان ۳ تا ۱۷ ساله گزارش شده است (Steiner and Remsing, 2007; Heflinger and Humphreys, 2008). مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان، اختلالات شایع و ناتوان کننده ای هستند که برای خانواده، کودکان و نوجوانان مشکلات بسیاری را ایجاد می کنند (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۴).

ابتدا با نگاه به زندگی روزمره و مشاهده اطرافیان و خانواده هایی که دارای کودک یا نوجوان هستند متوجه شدم که با مشکل لجبازی - نافرمانی فرزندان شان روبرو هستند. از آنجایی که تعدادی از معلم ها از مشکلات دانش آموزان و ناسازگاری تعدادی دانش آموز در کلاس های درس صحبت کردند و به رفتارهایی از جمله از کوره در رفتن، مشاجره با معلم ها، زودرنجی و زود ناراحت شدن از دیگران، دلخوری و کینه توزی و انتقام جویی تعدادی از دانش آموزان اشاره نمودند، متوجه شدم برخی دانش آموزان دارای یکسری رفتارهایی اختلالی هستند. بعداً با دوستان روانشناسی که در این زمینه تخصص داشتن صحبت نمودم و آنها اعلام نمودند که این علائم از نشانه های اختلال رفتاری لجبازی - نافرمانی است. آنها همچنین اعلام کردند که در سال های اخیر تعداد مراجعین



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

دانش آموز در این زمینه به مراکز روانشناسی بسیار زیاد شده است. در ادامه بیان کردند که این اختلال یک اختلال تدریجی و مزمن است که تقریباً همیشه در روابط بین فردی و عملکرد تحصیلی کودک تداخل دارند. این کودکان و نوجوانان اغلب دوست و رفیقی ندارند و روابط انسانی برای آنها رضایت بخش نیست.

بنابراین برآن شدم تا به مطالعه موضوع اختلال رفتاری لجبازی- نافرمانی کودکان و نوجوانان پرداخته و عوامل ایجاد و راه‌های درمان را مطالعه نمایم و سپس بر روی دانش‌آموزان که دچار این اختلال هستند، اجرا نمایم. جهت شناخت بهتر مسئله اختلال رفتاری (لجبازی و پرخاشگری) دانش‌آموزان یک دانش-آموز را که دارای چنین مشکلی بود از نزدیک مورد مطالعه قرار دادم تا بتوانم با این موضوع از نزدیک آشنا شوم.

نافرمانی و لجبازی کودکان و نوجوانان یک مرحله اجتناب ناپذیر از رشد آنهاست و در فرایند نوپایی چنان شایع است که والدین مجبور هستند که آن را در دوره رشدی کودک خود تحمل کنند ولی مفهوم آن این نیست که کاری نمی‌توان کرد. اگر با اولین نشانه‌های بروز لجبازی درست رفتار کنیم، در آینده کمتر شاهد بروز آن خواهیم بود. متأسفانه به دلیل عدم آگاهی کافی والدین از این اختلال و عدم درمان این اختلال در سنین بالاتر و مدرسه مشکلاتی برای دانش-آموزان در خانواده و مدرسه ایجاد می‌نماید.

کودکان لجباز معمولاً کج خلقی می‌کنند بدون آنکه علت آن را بیان کنند. اما این کج خلقی‌ها به طور متوسط سه دقیقه طول می‌کشد. آنها رفتارهایی مثل جیغ و فریاد زدن، پا بر زمین کوبیدن و قشقرق به پا کردن را درست در مقابل دیدگان پدر و مادر انجام می‌دهند. این رفتارها در حدود ۱۸ ماهگی دوام زیادی ندارند و حدود سه دقیقه طول می‌کشند. اما با افزایش سن کودک چنین رفتارهایی در دفعات بیشتر و با مدت زمان بیشتر بروز می‌کند که پدر و مادرها و اطرافیان را به شدت تحت تاثیر قرار می‌دهد.

دفاع از خواسته‌های شخصی و توانایی مقابله با خواسته‌های دیگران برای رشد طبیعی اهمیتی اساسی دارد و در هویت‌یابی و خودمختاری و تنظیم معیارها و کنترل‌های درونی بسیار موثر است. بارزترین رفتارهای مقابله‌ای بین ۱۸ تا ۲۴ ماهگی نمود می‌یابد. این وضعیت زمانی جنبه آسیب‌شناختی پیدا می‌کند که از نظر تداوم یا شدت، وضعیتی غیرعادی پیدا کند و فراوانی آن چشمگیرتر شود، به بیان روشن‌تر با وضعیت رشدی و سنی کودک همانند نباشد. روانشناسان، نافرمانی را به عنوان خشم‌انگیزی تعریف کرده‌اند. خشمی که کودک به عنوان ابزار برای تحت فشار گذاشتن والدین استفاده می‌کند.

گاهی این رفتارها از درون خانه آغاز می‌شود و به همین خاطر هم آن را معطوف به والدین می‌دانند. گاهی نیز، رفتارها از بیرون خانه آغاز می‌شود و به صورت نوعی بدبینی و عناد در مقابل بزرگسالان آشنا یا همکلاسی‌ها، نمود می‌یابد. به عنوان مثال، این کودکان همیشه دیگران را مقصر می‌دانند و رفتارهای خود را وابسته به اوضاع و شرایط غیرمنطقی دیگران می‌دانند. زمانی که این رفتارها مکرراً تکرار شود و حالت شدیدی به خود بگیرد، به نوعی اختلال به نام نافرمانی مقابله‌ای تبدیل می‌شود.

## ۲- توصیف وضع موجود :

یک دانش‌آموز دبستانی به نام ابوالفضل که با اختلال رفتاری (لجبازی و پرخاشگری) مواجه است به عنوان نمونه جهت مطالعه برای موضوع مورد تحقیق انتخاب گردید. دانش‌آموز مذکور به دلیل قابل دسترس بودن و آشنایی قبلی با خانواده در اولویت انتخاب و مطالعه قرار گرفت. به مدت ۴ سال است که از نزدیک با خانواده دانش‌آموز آشنا هستم. پس از اینکه مدتی بود به موضوع تحقیق اقدام پژوهی فکر میکردم به یاد مشکل اختلال رفتاری این دانش‌آموز افتادم که مدتی بود مادر دانش‌آموز طی درودهایی که داشت به آن اشاره نموده بود، بنابراین به این نتیجه رسیدم که چگونه مشکل اختلال رفتاری او را حل نمایم. به پیرو آشنایی قبلی با دانش‌آموز، با دقت در رفتار ایشان متوجه رفتارهای غیرعادی، اضطراب، بی‌اعتنایی به دستورات، جر و بحث کردن با مادر، کینه-توزی، حسادت و پرخاشگری دانش‌آموز شدم با دوستان و همکلاسی‌های دانش‌آموز که در اوقات فراغت با هم بازی میکردند صحبت کردم.

از دوستان در مورد رفتار ابوالفضل سوال کردم. آنان نیز به رفتارهایی از جمله پرخاشگری، مشاجره‌کردن و دعوا با دیگران، کینه‌توزی و انتقام، قهر کردن و قشقرق به راه انداختن و همچنین نگران بودن (استرس و اضطراب داشتن) اشاره نمودند. برای پی بردن به واقعیت مسئله، با مادر ایشان صحبت کردم. مادر ابوالفضل زنی جوان و نگران است. از او پرسیدم رفتار و اخلاق ابوالفضل در خانه چطور است؛ ایشان گفت: از زمانی که خواهرش متولد شده است، او خیلی بد اخلاق شده و همیشه خواهر کوچکش را می‌زند؛ حرف گوش نمی‌دهد؛ دائم جر و بحث و دعوا می‌کند؛ گاهی وسایلی درخانه می‌شکند؛ زود قهر می‌کند. خلاصه از دست او خسته شده‌ام و هیچ چاره‌ای جز کتک زدنش ندارم. پدر ابوالفضل با توجه با اینکه به صورت اقماری کار می‌کند و اغلب در خانه نیست. از او خواستم که همکاری لازم را در مورد اصلاح رفتارهای پسرش بکند. بنابراین متوجه شدم که می‌توانم به کمک مادرش امیدوارم باشم. طی شناختی که از قبل از خانواده دانش‌آموز داشتم متوجه شدم که اضطراب که در مادر وجود دارد عیناً به فرزند منتقل شده است به عنوان مثال یک نمونه از خاطرات اضطراب مادر و فرزند را که عیناً مشاهده نمودم، بیان می‌کنم. یک روز عصر مادر ابوالفضل، او را برای خرید به مغازه‌ای در ۳۰۰ متری منزلشان می‌فرستد. این کودک پس از خرید حین برگشتن با یک سری پسر که در حال دیدن مسابقه فوتبال بودند، به تماشای فوتبال می‌نشیند، از طرف دیگر مادر که متوجه دیر کردن فرزند می‌شود، به دنبال ابوالفضل می‌رود و در مسیر او را نمی‌بیند و به خانه برمی‌گردد و قشقرق به راه می‌اندازد و همسایه‌ها را دور خود جمع می‌کند که بچه‌ام دزدیده



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

شده و در نهایت چند نفر از پسرها او را می‌بینند و به خانه می‌آورند. این رفتار و اضطراب مادر به فرزند منتقل شده که هر بار که مادر برای خرید به خارج خانه می‌رود و کمی دیر می‌کند عیناً فرزند هم همان رفتار را تکرار می‌کند. با توجه به اطلاعات بدست آمده سوالاتی برای رفع مشکل ابوالفضل در ذهن من ایجاد گردید. لازم به ذکر است که ابوالفضل با مشکلات دیگری نیز در خانواده مواجه است که در قسمت مصاحبه با مادرش به اشاره شده است.

## ۳- شواهد (۱):

برای گردآوری اطلاعات از روش مشاهده و مصاحبه استفاده نمودم و فکر می‌کنم با استفاده از همین روش‌ها توانستم مشکل ابوالفضل را تا حدودی تشخیص و کاهش دهم. البته در این راستا مطالعات قبلی و مشورت با متخصص در مورد پرخاشگری کودکان خیلی کارساز بوده است. از طریق مشاهده رفتارهای ابوالفضل را زیر نظر گرفتم و از طریق مصاحبه اطلاعاتی در خصوص رفتار ابوالفضل با دوستان و در خانواده جمع‌آوری کردم. به نظر می‌رسید که از طریق روشهای فوق اطلاعات لازم در خصوص شناسایی مشکل و ارائه راه حل جمع‌آوری شده است. از آنجایی که آشنایی چندساله با ابوالفضل و خانواده ایشان داشتم و اطلاعاتی که از قبل (طی شناخت قبلی و درودل‌های مادر ابوالفضل) داشتم به دنبال شناسایی و رفع مشکل گشتم.

با توجه به سوابق خانوادگی ابوالفضل تا قبل از تولد خواهر کوچکتر به مدت ۶ سال تنها فرزند خانواده بوده و تمام توجه والدین به سمت ابوالفضل بوده است اما پس از تولد فرزند دوم، توجه و محبت والدین نسبت به ابوالفضل کمتر شده است و بیشتر وقت خود را در خانه با فرزند دوم می‌گذرانند. این رفتار تبعیض‌آمیز والدین سبب ناراضی، ناراحتی و خشم ابوالفضل شده است و به همین زودرنج، کینه‌توز و پرخاشگر شده و برای جلب توجه والدین، قشقرق به راه می‌اندازد، با آنها جر و بحث می‌کند، به بی‌اعتنایی و سرپیچی از دستورات و گاهی پرخاشگری همراه با شکستن اشیاء می‌پردازد. این رفتار والدین همچنین سبب حسادت دانش‌آموز نسبت به خواهر کوچکتر و در نتیجه آزار و اذیت خواهر کوچکتر شده است. این رفتارهای ابوالفضل باعث شده، والدین وی را تنبیه کنند. بنابراین ابوالفضل به همین دلیل زودرنج شده و زود قهر می‌کند و همچنین کینه‌توز و انتقام‌گیرنده شده است. از طرف دیگر اضطراب دانش‌آموز به صورت الگوپذیری از رفتار مادر بوده است. طبق مطالعات روانشناسان چنانچه پدر و مادری خلق و خوی عصبی یا مضطرب داشته باشند، مسلماً این رفتار توسط کودک یا گرفته می‌شود.

ابتدا مشکل را با یکی از آشنایان که در زمینه کودکان تخصص و اطلاعات کافی داشت در میان گذاشتم و ایشان راهنمایی لازم را کردند. بعد به مطالعه کتابهای روانشناسی، تحقیقات و پژوهش‌هایی که در زمینه اختلالات رفتاری کودکان بود، پرداختم تا ببینم مشکل را چگونه می‌توانم حل نمایم. به طور کلی اطلاعات و مشاهداتی که بدست آورده بودم در زیر بیان گردیده است:

- ابوالفضل کودکی مضطرب است.
- مادر ابوالفضل زنی مضطرب و نگران است.
- ابوالفضل در خانه بد اخلاق است.
- هر روز با مادر در خانه جر و بحث می‌کند.
- ابوالفضل کودکی حسود است.
- با خواهر خود دعوا می‌کند و او را می‌زند.
- به دستورات بی‌اعتنا است.
- گاهی در خانه پرخاشگری می‌کند (چیزی را می‌شکند).
- عصبانی و زودرنج است.
- زود قهر می‌کند.
- کینه‌توز و به فکر انتقام است.
- اغلب با دوستانش دعوا می‌کند.
- ابوالفضل اغلب قشقرقش به راه می‌اندازد.
- رفتار مادر با ابوالفضل غلط بوده است.



## ۴- تجزیه تحلیل اطلاعات (یافتن راه حل) :

برای رفع اختلالات رفتاری، ابتدا بهتر است علل اختلالات مشخص شود تا راه حل‌هایی جهت بهبود اختلالات رفتاری تعیین گردد. با توجه به شناختی که از ابوالفضل داشتیم و اطلاعاتی که بدست آورده بودم مشخص شد مهمترین علت رفتارهای ابوالفضل از خانواده است. به نظر می‌رسد مشکل تا حدی شناسایی شده است. بعد از شناسایی مشکل باید به دنبال راه حل رفت. برای این کار به سراغ دوستان روانشناس و مشاوران رفتیم و به کتاب‌های روانشناسی و تحقیقات و مقالات مراجعه کردیم.

با توجه به اختلالات رفتاری ابوالفضل، اختلالات رفتاری او را می‌توان در حسادت، پرخاشگری، لجبازی و اضطراب خلاصه کرد. برای بهبود اختلالات رفتاری ابتدا بهتر است علل اختلالات رفتاری مشخص شود تا راه‌حلی جهت بهبود اختلالات رفتاری تعیین گردد. با توجه به سوابق خانوادگی ابوالفضل، به خاطر تولد فرزند دوم، ابوالفضل مورد بی‌مهری و کم‌توجهی قرار گرفته است. لذا ابوالفضل برای جلب توجه والدین، به رفتارهای نابهنجار روی می‌آورد و این عمل باعث می‌گردد که والدین علاوه از بی‌مهری، وی را تنبیه بدنی کنند. از طرف دیگر اضطراب دانش‌آموز ناشی از اضطراب والدین است که دانش‌آموز آنرا به صورت ناخودآگاه از مادر خود الگوپذیری کرده است بنابراین برای رفع اضطراب دانش‌آموز ابتدا باید مشکل اضطراب مادر حل شود. بعد از تعیین مشکل، حال به دنبال راه حل می‌گردیم. برای اینکار به سراغ روانشناسان، مشاوران، کتاب‌های روانشناسی و تحقیقات انجام شده در این زمینه می‌رویم تا راه‌هایی را پیدا کنیم.

## ۵- انتخاب راه حل و اعتبار بخشی :

جهت انتخاب راه‌های درمان رفتار پرخاشگرانه کودکان و نوجوانان در خانواده ابتدا باید علت عمده پرخاشگری کودکان را شناسایی نمود و سپس به تکنیک‌های کاهش پرخاشگری پرداخت. در زیر به تعدادی از علت‌های عمده پرخاشگری کودکان و تکنیک‌هایی برای کنترل رفتار پرخاشگرانه که در منابع مختلف ذکر گردیده است، اشاره می‌کنیم:

### الگوپذیری کودکان از والدین

یکی از دلایل بسیار مهم مهم پرخاشگری در کودکان یادگیری است. یعنی کودکانی که الگوهای رفتاری پرخاشگرانه داشته‌اند، همانند الگوهای خود رفتار می‌کنند. چنانچه پدر یا مادری خلق و خوی عصبانی و پرخاشگر داشته باشند، مسلماً فرزندانشان نیز پرخاشگر خواهند شد. این رفتار توسط کودک یاد گرفته می‌شود. از آنجا که کودکان با والدین همسان‌سازی می‌کنند، بنابراین بسیاری از رفتارهای پدر و مادر ناخودآگاه توسط فرزندان فراگرفته می‌شود. نکته دیگر این است که لازم نیست والدین با کودک پرخاشگری کرده باشند؛ چنانچه او شاهد رفتارهای خشونت‌آمیز پدر یا مادر با افراد دیگر نیز باشد، اینگونه رفتار را فرا می‌گیرد. بنابراین کودکان از طریق مشاهده، رفتارهای والدین را می‌آموزند.

### اضطراب و پرخاشگری

کودکان مضطرب نمی‌توانند کودکان آرامی باشند. آنها رفتارهای پرخاشگرانه از خود بروز می‌دهند؛ البته بلافاصله پشیمان می‌شوند و از والدین خود عذرخواهی می‌کنند.

### پرخاشگری، نشانه‌ای از تضاد درونی

گاهی کودکان در دوگانگی و تضادهای درونی قرار می‌گیرند. یا بهتر است بگوییم، گاهی بر سر دو راهی‌هایی گیر می‌کنند. نمی‌دانند کدام راه را انتخاب کنند؛ و این حالت آنها را دچار تعارض، اضطراب و خشم می‌کند. مثلاً کودکی که دوست دارد نزد مادرش در منزل بماند از طرفی وقتی می‌بیند تمام کودکان به مدرسه می‌روند؛ همزمان تمایل به مدرسه رفتن دارد، دچار دوگانگی می‌شود.

### پرخاشگری و افسردگی

پرخاشگری و کج‌خلقی در کودکان چنانچه با علامت‌هایی دیگر همراه باشد، می‌تواند نشانه‌ای از افسردگی باشد که در این صورت لازم است شرایط زندگی کودک تمام و کمال مورد بررسی قرار گیرد.

## تکنیک‌هایی برای کنترل رفتار پرخاشگرانه در محیط خانواده



# کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت

National Conference on Applied Studies in Education Processes

## صمیمیت

صمیمیت در خانواده امری لازم و ضروری است زیرا نقش مهمی در کاهش خشونت در خانواده دارد. بسیاری از رفتارهای خشونت آمیز به این دلیل است که صمیمیت بین طرفین وجود ندارد. صمیمیت هنگامی افزایش می‌یابد که افراد خانواده در امور زندگی با یکدیگر مشارکت داشته باشند. همچنین اعتماد و اطمینان در مشارکت بین اعضای خانواده باعث صمیمیت می‌شود.

## تامل و سکوت

یکی از بهترین راههای کنترل خشونت در خانواده، کنترل رفتار خویشتن در مواقعی است که یکی از اعضای خانواده به تحریک دیگری بپردازد. بهترین شکردر این هنگام آن است که دیگران سکوت اختیار کنند تا آن فرد هم آرامش پیدا کند سپس در یک فرصت مناسب با هم به بحث و بررسی بپردازند.

## تخلیه

یعنی اینکه به طور مستقیم جواب خشونت را ندهیم. تحقیقات جدید نشان می‌دهد که پرخاشگری علاوه بر اینکه خشم را کاهش نمی‌دهد بلکه باعث افزایش آن نیز می‌شود.

## مدل پرخاشگری غیر پرخاشگرانه

تحقیقات نشان داده که افرادی عادی که پرخاشگری خود بدون رفتار پرخاشگرانه بروز دادند بعد از این کار سطح کمتری از پرخاشگری را داشته‌اند ولی به طور کل این روش هم زیاد موثر نیست.

## تنبیه

در طول تاریخ یکی از وسایل اجتماعی برای کم کردن میزان خشونت تنبیه بوده است که توسط آن جلوی تجاوز خشونت و دیگر رفتارهای پرخاشگرانه را می‌گرفتند ولی در حال حاضر اکثر دانشمندان معتقدند که تنبیه به طور موقت جلوی خشونت حاضر را می‌گیرد و برعکس در طولانی مدت به طور مستقیم باعث تقویت آن می‌شود در حال حاضر تنبیه بدنی از طرف سازمان بهداشت جهانی ممنوع شده است.

## صحبت کردن در مورد مشکل

بهترین روش برای کاهش پرخاشگری صحبت کردن در مورد آن است این تکنیک به طور عملی به دو صورت عملی است ولی اینکه در لحظه ای که پرخاشگری به حد اعلای خود می‌رسد یکی از طرفین سکوت اختیار کند و سعی کند قائله را ختم کند ولی بعد از اینکه طرفین آرام شدند و مدتی نیز گذشت با خونسردی مطالب را با یکدیگر در میان می‌گذارند و آن را حل و فصل می‌کنند.

## قوانین یادگیری

### قانون اثر و نتیجه:

وقتی یک پاسخ یا واکنش برای یک وضع (انگیزه یا محرک)، با احساس خوشی و رضایت خاطر همراه باشد باید دنبال آن خوشی حاصل شود شخص به تکرار آن رفتار مایل خواهد شد. ولی اگر با احساس رنج و ناخوشایندی همراه بوده یا به دنبال ناراحتی پیدا شود آن رفتار دیگر تکرار نشده به تدریج فراموش خواهد شد (سیف، ۱۳۹۷).

## تشویق و تنبیه

مشاهدات و آزمایش‌های زیاد ثنردایک و دیگران نشان دادند که پاداش، فرد را به تکرار پاسخی که موجب پاداش گرفتن او شده است تحریک می‌کند و همواره باعث تقویت ارتباط بین انگیزه و پاسخ می‌شود. در حالی که نتایج کیفر را نمی‌توان همیشه تضمین کرد و چه بسا از اشتباه و لغزش جلوگیری نمی‌کند (سیف، ۱۳۹۷). برای کاهش حسادت، شرکت دادن فرد در گروه و احساس مسئولیت فرد نسبت به گروه ایجاد می‌گردد و از والدین فرد خواسته می‌شود که بین فرزندان تبعیض قائل نشوند و رفتارشان نسبت به فرد ملایم گردد.

تنبیه بدنی بچه را پرخاشگر می‌کند



یکی از مکانیزم دفاعی کودکان و حتی افراد بالغ در برابر حوادث، پرخاشگری است. فرد ناموفق و در مواردی ناکام با واکنشی چون پرخاشگری، می‌خواهد حفاظتی تدافعی برای خود بسازد. به‌رغم این که پرخاشگری رفتار مطلوبی است در روند رشد طبیعی کودکان، ولی باید آن را تحت کنترل قرار داد. پرخاشگری بیش از حد کودکان، زمانی است که ناکام شوند و یا از مدل و الگوی مناسبی آموزش ببینند. اولیا و مربیان هر چه بیشتر به پرخاشگری بپردازند، کودکان نیز به همان اندازه به سمت پرخاشگری تمایل پیدا می‌کنند. پرخاشگری در کودکانی که خانواده یا مربی سخت‌گیری دارند و با تنبیه بدنی سعی به تربیت آن‌ها می‌کنند بیش از دیگر کودکان دیده می‌شود. گرچه همه افراد نمی‌توانند آزادانه از این مکانیزم استفاده کنند ولی در کودکان و طبقات محروم جامعه غیر مرفه احساسات زودتر بروز می‌کند. پرخاشگری کودکان در زمان‌های متفاوت متغیر است بیشتر پرخاشگری‌ها در مواقعی است که کودک احساس خستگی می‌کند و به استراحت نیاز دارد یا در مواقعی است که گرسنه باشد.

کودکان به قصد دفاع از خود دست به حمله می‌زنند، دعوای بچه‌ها در منازل و محیط مدرسه خود بیانگر این موضوع است. بعضی از روانشناسان پرخاشگری را ضروری می‌دانند. فردی که جسارت نداشته باشد و نتواند در برابر تحقیر شدن با مخاطب خود ستیزد معمولاً با انتقاد و غیبت کردن احساسات خصمانه خویش را بروز می‌دهد. برای استفاده صحیح از این مکانیزم دفاعی، به خصوص در کودکان، باید شیوه معقولی پیش گرفت و نیروی مخرب پرخاشگری را به نیروی سازنده مبدل کرد. از جمله شیوه‌های مفید در این زمینه می‌توان از فعالیت‌های ورزشی و انواع و اقسام کارهای علمی، تفریحی و خواندن سرود با صدای بلند و غیره نام برد. هر یک از این فعالیت‌ها می‌تواند راهی باشد با حاصل و ثمری سودمند برای مصرف نیروی انباشته در نوجوانان.

## ۶- اجرای راه حل و نظارت :

برای اینکه رفتارها و اضطراب ابوالفضل را تغییر دهیم، ابتدا تصمیم گرفتیم والدین ابوالفضل را تغییر دهیم چون به نظر می‌رسد علت ناپهنجاری و اضطراب ابوالفضل در وهله اول والدین ایشان بودند. آنان با تولد فرزند دوم، نسبت به ابوالفضل بی‌توجه شده بودند و خود را با فرزند دوم یعنی خواهر ابوالفضل سرگرم کرده بودند. به همین علت ابوالفضل دچار کم‌توجهی و کمبود محبت شده بود و برای جبران کم‌توجهی و کمبود محبت دست به رفتارهای ناپهنجاری زده بود و ناپهنجاری ابوالفضل نگرش والدین را نسبت به او تغییر داده و به او بر چسب‌هایی همچون بداخلاقی، پررویی، لجبازی زده بودند.

برای کاهش ناپهنجاری ابوالفضل، با مادر ایشان صحبت کردم و مشکلات ابوالفضل با مادر ایشان در میان گذاشته شده و از مادر ایشان خواسته شد تا با پدر نیز در این مورد صحبت کند و سعی کنند با ابوالفضل رفتاری همراه با مهر و محبت داشته باشند و به او توجه بیشتری نمایند. در خانه وقت بیشتری برای ابوالفضل بگذارند، با ابوالفضل بیشتر گفتگو کنند و همراه با او به بازی مورد علاقه‌اش بپردازند. بین ابوالفضل خواهرش تبعیض قائل نشوند. بعضی مواقع مراقبت از خواهرش را به ابوالفضل بسپارند و والدین از دور آنها را مراقبت کنند. ابوالفضل را تنبیه نکنند و بیشتر ایشان را تشویق کنند. زمانی که ایشان شروع به پرخاشگری می‌کند، صبور بوده و از کوره در نروید.

از مادر ابوالفضل خواستم که او را در بازی‌های دسته جمعی با گروه همسالان شرکت دهد از جمله فرستادن که کلاس‌های ورزشی و همچنین در مدرسه از مدیر مدرسه بخواهد تا اجازه دهد ابوالفضل در مراسم صبحگاهی دعا بخواند و او را در فعالیت‌های گروهی شرکت دهند.

برای رفع مشکل اضطراب مادر نیز مراجعه به یک متخصص روانشناس در این زمینه بهترین راه حل بود تا با رفع شدن مشکل اضطراب مادر احتمالاً و به صورت ناخودآگاه مشکل اضطراب دانش‌آموز نیز برطرف خواهد شد. زیرا مشکل اضطراب به صورت الگوپذیری و ناخودآگاه از مادر در ابوالفضل نهادینه شده است.

## ۷- شواهد (۲) توصیف وضع مطلوب :

والدین ابوالفضل به راه‌حل‌ها به این شیوه عمل کرده بودند: برای ابوالفضل در خانه بیشتر وقت می‌گذاشتند و به بازی‌های مورد علاقه او می‌پرداختند. محبت خود را نسبت به فرزندشان بیشتر کرده بودند و بین فرزندان تبعیض نگذاشتند. گاهی اوقات نگهداری از خواهر را به ابوالفضل می‌سپردند. در رابطه با تغییر رفتارهای ابوالفضل در منزل پس از گذشت سه هفته مادرش اینگونه گفت: پرخاشگری ابوالفضل کمتر شده و به ندرت عصبانی می‌شود، کمتر قهر می‌کند. حسادت نسبت به خواهر کمتر شده است و کمتر او را می‌زند. از ایشان خواسته شد که مانند گذشته با او رفتار شود و صبر و تحمل را از یاد نبرند و برای رفع مشکل اضطراب خواسته شد ابتدا خود مادر به یک متخصص مراجعه نماید تا مشکل اضطراب نیز به مرور زمان با از بین رفتن مشکل اضطراب مادر رفع گردد.



## ۸- ارزیابی نهایی و اعتبار سنجی :

بعد از چند روز از صحبت با والدین و اجرای تکنیک های توسط والدین مشاهده شد که دانش آموز مورد نظر در کوچه با گروه همسالانش بازی می کند و گاهی خواهر کوچکتر را با خود بیرون می آورد و با هم قدم می زند. در اینجا بود که به اجرایی بودن راهکارها و صحت نتایج پی بردیم.

## ۹- نتیجه گیری و پیشنهادات :

داشتن کودک لجباز و نافرمان، موضوعی است که بسیاری از خانواده ها آن را تجربه کرده اند. درحالی که والدین به دلیل عدم اطلاع رسانی مناسب، با واکنش های نادرست در مقابل این رفتار کودکان، بر آن دامن می زنند، اما هم والدین و هم کودکان در نتیجه چنین کنش و واکنش هایی آسیب می بینند. استفاده از روش های یاد شده تا حدود زیادی در کنترل لجبازی کودکان و همچنین جلوگیری از بروز آن یاری رسان خواهد بود. نا فرمانی و لجبازی کودکان رفتارهای متعدد در موقعیتهای متعدد را در بر می گیرد. قطعاً والدین نباید انتظار داشته باشند که همه آنها را به یکباره و در مدت زمان کوتاهی برطرف سازند. ضروری است که والدین مشکلات رفتاری فرزندان خود را فهرست کنند و در گام بعد مهمترین آنها را - ترجیحاً با مشورت یک روانشناس کودک - انتخاب کنند و یکی یکی به حل آنها اقدام نمایند. مهمتر اینکه در فرایند تغییر و اصلاح رفتار فرزندانمان باید صبور باشیم و در مدت زمان کوتاه، انتظار تغییرات بزرگ را نداشته باشیم.

با توجه به سوابق خانوادگی ابوالفضل، به خاطر تولد فرزند دوم، ابوالفضل مورد بی مهری و کم توجهی قرار گرفته است. لذا ابوالفضل برای جلب توجه والدین، به رفتارهای ناپهنجار روی می آورد و این عمل باعث می گردد که والدین علاوه از بی مهری، وی را تنبیه بدنی کنند. اغلب مشکلات دانش آموز از بستر خانواده ناشی شده بود. از آنجایی که ابوالفضل چندین سال در خانواده تک فرزند بوده است و تمامی محبت و توجه خانواده معطوف به ایشان بوده و پرتوقع بزرگ شده است به ناگهان با تولد فرزند دوم، ابوالفضل مورد کم توجهی و بی مهری والدین قرار می گیرد. ابوالفضل برای جلب توجه والدین، به رفتارهای ناپهنجاری که در گردآوری اطلاعات به آنها پرداخته شده است، روی آورده بود و همچنین سبب ایجاد حسادت در دانش آموز نسبت به خواهر کوچکتر و آزار و اذیت خواهر شده بود. پس از صحبت با مادر ایشان و ارائه راه کارهایی از جمله توجه بیشتر به ابوالفضل و محبت به ایشان، سپردن خواهر کوچکتر و ... سبب کاهش حسادت و رفتار لجبازی و پرخاشگرانه در ابوالفضل شد. از طرف دیگر اضطراب دانش آموز ناشی از اضطراب والدین است که دانش آموز آن را به صورت ناخودآگاه از مادر خود الگوپذیری کرده است بنابراین برای رفع اضطراب دانش آموز ابتدا باید مشکل اضطراب مادر حل شود اما به دلیل کمبود زمان در اجرای این طرح، مشکل اضطراب مادر تاکنون از طرف خانواده پی گیری جدی نشد و رفع مشکل اضطراب نیاز به گذشت زمان دارد و مشکلی نیست که به سرعت قابل رفع شدن باشد.

## پیشنهادات

- با توجه به نتایج این تحقیق راه کارهایی زیر برای کاهش مشکلات رفتاری کودکان ارائه می گردد:
- ۱- محبت به موقع و متناسب به فرزندان و دانش آموزان، موجب کاهش اختلالات رفتاری می شود.
  - ۲- عواملی که موجب پرخاشگری کودک می شوند بطور کامل مشخص و برطرف شوند.
  - ۳- ایجاد تفریحات شاد و سالم در بین اعضای خانواده سبب افزایش صمیمیت اعضا خانواده می شود.
  - ۴- بین فرزندان نباید تبعیض قائل شد.
  - ۵- بهتر است برای شناسایی و رفع مشکل از راهنمایی های صاحب نظران استفاده گردد.
  - ۶- بهتر است برای رفع مشکل، نظریه های علمی و تحقیقات گذشته مورد توجه قرار گیرد.
  - ۷- والدین باید دقت کافی در رفتار خود داشته باشند زیرا بسیاری از رفتارهای والدین به صورت ناخودآگاه در فرزند الگوپذیری و نهادینه می گردد.

## منابع :

۱. پورحسین، رضا، حبیبی، مجتبی، عاشوری، احمد، قنبری، نیکزاد، ریاحی، سایمن، قدرتی، سعید، (۱۳۹۴). میزان شیوع اختلالات رفتاری در کودکان پیش دبستانی. مجله اصول بهداشت روانی. سال ۱۷ شماره ۵، ص ۲۳۴-۲۳۹.
۲. سیف‌نراقی، مریم و نادری، عزت‌الله، (۱۳۹۷). روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، تهران، ارسباران، چاپ ششم.
3. Heflinger, C.A., Humphreys, K.L., 2008. Identification and treatment of children with oppositional defiant disorder: A case study of one state's public service system. *Psychological Services*.;5(2):139-52. DOI:10.1037/1541-1559.5.2.139.
4. Khodam, H., Modanlu, M., Ziaei, T., Keshtkar, A.A.L.I., 2009. Behavioral disorders and related factors in school age children of Gorgan. *Iranian journal of nursing research*; 4: 29-37.
5. Steiner, H., Remsing, L., 2007. Work Group on Quality I. Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with oppositional defiant disorder. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*.;46(1):126-41. DOI: 10.1097/01.chi.0000246060.62706.af PMID: 17195736