

عنوان مقاله :

## پرخاشگری در کودکان و راههای مقابله با آن

تهیه شده در :

گروه روان شناسی استان آذربایجان شرقی

سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲

## پرخاشگری :

عواطف و احساسات ، نحوه رفتار و عملکرد انسان را مشخص می سازد و در چگونگی اداره امور زندگی روزمره نقش بسزایی دارد . رفتار پرخاشگرانه که از انگیزه پرخاشگری سرچشمه می گیرد ، از دیدگاههای گوناگون به طرق متعدد تعریف شده است . پرخاشگری به معنی ستیزه جوئی و جنگ طلبی و رفتار تند و خشن است و برای توصیف حالت‌های عاطفی مختلف از رنجش عادی تا غلیظ و غضب شدید به کار می رود.

پرخاشگری یکی از رایجترین واکنش های کودک نسبت به ناراحتی ها و ناکامی هاست که به منظور صدمه رساندن به دیگران ، کسب پاداش ، ارضای نیازها یا رفع موانع انجام می شود . چون تمام اعمال و رفتارهای انسان دارای هدف است ، رفتار پرخاشگرانه نیز هدف دارد . هدف مهمترین عامل در توجیه نوع رفتار است . بر اساس شناخت هدف ، می توان بین اعمال و رفتارهای گوناگون وجه تمایز قائل شد و آنها را در زمره رفتارهای سالم یا پرخاشگرانه بر شمرد ممکن است دو عمل یکسان در یک زمان با دو هدف متفاوت انجام گیرد که یکی رفتار سالم و دیگری رفتار پرخاشگرانه تلقی شود ، برای مثال کودکی را در نظر آورید که در حیاط مدرسه در حال توپ بازی است . اگر توپش به طور تصادفی و بدون آنکه کودک اراده کند به شیشه پنجره بخورد و آن را بشکند این عمل رفتاری پرخاشگرانه تلقی نمی شود ، در حالی که اگر همان کودک توپش را عمدی به قصد شکستن شیشه به سوی پنجره پرتاب کند رفتارش پرخاشگرانه است ، از این رو در شناسایی و تعریف پرخاشگری و رفتار پرخاشگرانه باید هدف از انجام دادن آن علل مشخص می شود .

به طور کلی پرخاشگری رفتارهای تهاجمی و خصمانه و واکنشی نسبت به ناکامی و سرکوبی امیال که زائیده پیچیده بین وضعیت محیطی و تغییرات بیوشیمیایی و عوامل فرهنگی و پاسخهای آموخته شده است و به صورت ضرب و جرح و آزار و اذیت و تخریب و صدمه رسانی به دیگران بروز می کند. می توان پرخاشگری را واکنش دفاعی دانست که هدف از آن رفع مانع و حذف عامل تهدید است.

### **علائم و نشانه ها**

علائم و نشانه های پرخاشگری همانند تعریف آن متعدد و متنوع است و نمی توان با قاطعیت و صراحت گفت که فلان علامت، نشانه رفتار پرخاشگرانه است، بلکه باید پیشینه رفتار و موقعیت زمانی و مکانی شخص پرخاشگر دقیقاً مطالعه شود. به طور کلی علائم پرخاشگری را می توان در دو دسته پرخاشگری با خود و پرخاشگری با دیگران طبقه بندی کرد. پرخاشگری با خود به صورت احساس خستگی و فرسودگی، دروغگویی، نگاههای تند و خشن، به هم فشردن دندانها، پیدایش چین و چروک در صورت بالا رفتن ضربان قلب، افزایش فشار خون، اختلال در کار دستگاه گوارش، کاهش دقت، گریه، جیغ زدن، حسادت، گوشه گیری، عصیان و حالات دفاعی بروز می کند. پرخاشگری با دیگران به صورت ایجاد مزاحمت برای اطرافیان، سرزنش دیگران، به هم ریزی نظم، دزدی، تخریب، ضرب و جرح، استهزای دیگران، جنگ و ستیز، فحاشی، نادیده گرفتن حقوق دیگران، تجاوز، شکستن اشیاء، سلطه جوئی و زمینه سازی برای ایجاد درگیری مشاهده می شود.

## علل

درباره علل پرخاشگری سخن بسیاری گفته شده و نظریات متفاوتی از جانب روانشناسان ارائه گردیده است در اینجا، علل پرخاشگری از دیدگاههای غریزی، زیستی و محیطی بررسی می شود.

فروید پرخاشگری را حالتی غریزی و ذاتی می داند و اعتقاد دارد که کودک از بدو تولد کم و بیش برای بروز رفتارهای پرخاشگرانه آمادگی دارد به نظر او حالت پرخاشگری در تمام انسانها از تولد تا مرگ وجود دارد و این خصوصیت بین انسان و حیوان مشترک است به عقیده او نیروی حاصل از غریزه مرگ پس از انباشته شدن در درون انسان، به دو صورت تخلیه می شود: یکی به صورت بیرونی که به بروز رفتارهای پرخاشگرانه می انجامد و دیگری به صورت درونی که به اعمال خود تخریبی و احساس گناه شدید در کودک منتهی می شود.

پرخاشگری ممکن است ناشی از اختلالات و بیماری های جسمی باشد، برای مثال اگر کودکی اختلال شنوائی یا بینائی داشته باشد، احتمال دارد به رفتارهای پرخاشگرانه متوسل شود معلمان و مربیان باید به این مورد که بین کودکان مدارس شایع است توجه خاصی مبذول دارند. همچنین اشکال در عملکرد سیستم مرکزی اعصاب، وجود ضایعات مغزی، اختلال در ترشح غدد و تحریک هیپوتالاموس موجب بروز رفتارهای پرخاشگرانه می شود.

از دیدگاه علل محیطی، پرخاشگری، رفتاری آموخته شده است. اگر کودک به هدفش نرسد و ناکام شود، یکی از رفتارهای او رفتار پرخاشگرانه خواهد بود که بدان وسیله نیاز درونی خود را برآورده می سازد. اگر کودکی از طریق توسل به رفتارهای پرخاشگرانه به خواسته هایش

برسد بتدریج می آموزد که در آینده ، بیشتر از اینگونه رفتارها استفاده کند . در این زمینه ، خانواده و مدرسه و جامعه نقش بسیار مهمی دارند .

بی توجهی یا توجه افراطی اعضای خانواده به کودک ، تنبیه های شدید ، تبعیض ها و بی عدالتیها بین فرزندان ، تشویق های بی جا ، حسادت و احساس نا امنی ، واگذاری کارهای فراوان و خارج از توان کودک ، نزاعها و کشمکش های خانوادگی ، بی ارزش شمردن کودک ، دخالتهای بیش از حد و بی مورد بزرگتران در کارهای کودکان ، ممانعت از فعالیت کودک و عدم استفاده صحیح از اوقات فراغت ، رفتارهای متناقض والدین در تربیت کودک ، غیبت های طولانی والدین و فقر اقتصادی می تواند به بروز رفتارهای پرخاشگرانه بینجامد . همچنین کودکان با مشاهده رفتارهای پرخاشگرانه و تهید آمیز معلمان و دوستان در مدرسه ، ملاحظه صحنه های درگیری خشن و کشت و کشتار و شنیدن داستانهای خشنونت آمیز ، رفتار پرخاشگرانه را می آموزد .

## **درمان :**

پرخاشگری به شیوه های گوناگون درمان می شود . در درمان پرخاشگری باید علل ایجاد کننده آن بخوبی شناسایی شود . هدف از درمان پرخاشگری به هیچ وجه حذف غریزه پرخاشگری در کودک نیست ، بلکه هدف آن است که پرخاشگری بتدریج به سوی اعمال مطلوبتر و مناسبتر سوق داده شود . از نظر فروید ، درمان پرخاشگری مشکل و در موارد بسیار ، کار محالی است و فقط می توان از طریق توسل به فعالیت های اجتماعی مقبول و برقراری علاقه بین انسانها یا برگزاری مسابقات ورزشی از شدت آن کم کرد . درمان پرخاشگری ، از دو جنبه فردی و اجتماعی قابل بررسی است . در روش درمان از بعد فردی ، درمان با خود کودک انجام می شود

و راههای تغییر رفتار از طریق انجام دادن فعالیت های مختلف به خود کودک آموزش داده می شود ، از جمله ورزش و انجام دادن کارهای هنری نظیر نقاشی ، تخلیه هیجانات و عواطف ، سپردن مسئولیت ، آگاه کردن کودک از اینکه پرخاشگری ، تنها راه رسیدن به هدف نیست ، آشنا ساختن کودک با حقوق دیگران و کمک به او برای رعایت قوانین ، آگاه کردن کودک به زشتی و ناپسندیده بودن رفتار پرخاشگرانه ، آموزش رفتارهای پسندیده و نیکو به کودک و تشویق او به انجام دادن این رفتارها ، شرکت در فعالیت های اجتماعی ، کمک به کودک برای آنکه در زندگی معنی و هدف مشخصی را بیابد و تعقیب کند و داشتن کودک به استراحت ، تامین سلامت جسمی کودک و تغییر محیط .

در درمان پرخاشگری از بعد اجتماعی ، تا هنگامی که رفتار والدین و دیگر کسانی که با کودک ارتباط دارند تغییر نکند ، در رفتار پرخاشگرانه کودک هیچگونه تغییر چشمگیری به وجود نخواهد آمد . در صورتی که بین اعضای خانواده و معلم با کودک رابطه متعادل و سالمی برقرار باشد ، رفتارهای پرخاشگرانه کودک بشدت کاسته خواهد شد در این مورد توصیه های زیر ارائه می شود:

۱- پرخاشگری کودک از همان سالهای اول زندگی کنترل شود تا در سالهای بعد به صورت عادت در نیاید.

۲- رفتارهای پرخاشگرانه کودک در نیل به اهدافش تشویق نشود.

۳- در قبال عصبانیتها و ناراحتی های کودک پرخاش نشود.

۴- ناکامی ها و محرومیتهای کودک تا حد ممکن برطرف شود.

- ۵- مسئولیتها و تکالیف سنگین به کودک واگذار نشود.
- ۶- با کودک هنگام عصبانیت جر و بحث نشود.
- ۷- به کودک توجه افراطی نشود.
- ۸- از تنبیه بدنی کودک خودداری شود.
- ۹- کودک ، بویژه در حضور دیگران مورد تمسخر قرار نگیرد.
- ۱۰- نقایص کودک بویژه در جمع بیان نشود.
- ۱۱- کودک بازی های خشونت آمیز نکند.
- ۱۲- کودک از مشاهده صحنه های خشونت آمیز منع شود.
- ۱۳- به کودک توجه شود و بین اعضای خانواده رابطه صمیمی برقرار شود.
- ۱۴- والدین در تربیت کودک تضاد نداشته باشند.
- ۱۵- در مواردی که خانواده به رفع مشکلات قادر نباشد از افراد متخصص کمک گرفته شود .

## منابع :

- شفیع آبادی ، عبدالله ؛ فنون تربیت کودک ؛ چاپ ششم، انتشارات چهر ، تهران : ۱۳۷۱
- شفیع آبادی ، عبدالله ؛ راهنمایی و مشاوره کودک (مفاهیم و کاربردها) ؛ چاپ یازدهم ، انتشارات سمت ، تهران : ۱۳۸۳
- قائمی . علی . پرخاشگری کودکان . پیوند شماره ۷۹ و ۸۰ تهران ۱۳۶۵ .
- ملا صادقی . منیره . پرخاشگری . تربیت . شماره ۴ تهران ۱۳۶۶ .