

پرخاشگری در مسیر رشد کودک

* [دکتر رویا درویش بیسه - مشاور خانواده](#)

. پرخاش از نظر لغوی غضب ، غصه و انفعال است و پرخاشگری یعنی جنگجویی ، فتنه طلبی ، ستیزه جویی و هنگامه طلبی است .

اگرچه پرخاشگری یک رفتار مطلوب در مسیر رشد طبیعی کودک است اما اگر تحت کنترل صحیح نباشد، می تواند به صورت هیجان ازهم پاشیده ای درآید.

ذبیح الله فرجی در کتاب "[انگیزش و هیجان](#)" می نویسد:

غریزه پرخاشگری در تمام حیوانات و از جمله انسان به طور ارثی وجود دارد و یک ویژگی طبیعی است . این سائق یک استعداد ذاتی و عملاً "مبتنی بر سودمندی برای موجود زنده و همیشه در دسترس اوست و به راحتی می تواند برانگیخته شود و نیز وقتی ظهور پرخاشگری ، مانع رسیدن به هدف دیگری باشد، می تواند فرو نشانده شود.

کریس، ال کلینکه در مجموعه کامل " مهارت های زندگی " پرخاشگری را دفاع کردن از حقوق خود به شیوه ای خصمانه می داند افراد پرخاشگر سعی می کنند نیازها خواسته های خود را از طریق تسلط ، توهین تحقیر دیگران برآورده کنند و موناکو معتقد است پرخاشگری انگیزه ای است که ما به یکدیگر حمله می کنیم ؛ آسیب می رسانیم و گاهی همدیگر را می کشیم . در واقع ما با دشنام دادن یا کوشش در جهت بی آبرو کردن دیگران به صورت کلامی پرخاشگری می کنیم .

برونسون پرخاشگری را یکی از ملاک های رشد اجتماعی می داند که کودک به اشکال مختلف از قبیل خراب کردن، برداشتن اسباب بازی کودکان دیگر، جیغ و فریاد زدن، گریه کردن، زد و خورد کردن و ناسازگاری و اختلاف ظاهری می شود .

در واقع پرخاشگری رفتاری است که از خشم مخربی ناشی می شود و به قصد آسیب رساندن یا از بین بردن چیزی یا کسی به کار می رود. پرخاشگری به عنوان روشی خصمانه است که فرد برای ارضای انگیزه های درونی و بیرونی و همچنین رسیدن به هدف از آن استفاده می کند و این رفتار اغلب در نتیجه پاداش تنبیه و نیز از طریق تقلید از الگوهای مختلف آموخته می شود .

نواکو، یکی از روانشناسان تربیتی در تحقیق و مطالعه ای نشان داده است که برای تبیین خشم باید پاسخگوی چند سوال بود:

1. چرا افراد خشمگین می شوند؟
2. واکنش اطرافیان نسبت به خشم چیست؟
3. واکنش فرد خشمگین نسبت به خشم چیست؟

در پاسخ به این سوالات می توان گفت:

- خشم، هیجان شایعی است که بیشتر نسبت به اطرافیان است که نتوانسته اند انتظارات و خواسته های فرد را برآورده سازند .
- انگیزه خشم اغلب تحقق خواسته های فرد است.
- واکنش اطرافیان نسبت به خشم اکثرا "منفی است".
- گرچه پس از خشم ممکن است فرد احساس رضایت کند اما این بدان معنا نیست که به خواسته هایش رسیده است .
- و در نهایت: خشم اثرات نامناسبی برای افراد دارد.

دکتر شکوه نوابی نژاد در کتاب " رفتارهای بهنجار و نابهنجار " درباره علل پرخاشگری می نویسد:

صاحب نظران معتقدند که پرخاشگری ممکن است یا از ناکامی های بنیادی ناشی گردد یا به علت وجود مدل های پرخاشگرانه در کودکان به وجود آید .

پرخاشگری بر حسب زمان در شبانه روز، موقعیت، میزان آشنایی با کودکان دیگر و حضور یا غیبت بزرگسالان تغییر می کند.

**** انواع پرخاشگری**

بسیاری از صاحب نظران پرخاشگری را به دو دسته تقسیم می کنند:

* پرخاشگری وسیله ای:

اگر رفتاری در جهت نیل به هدفی انجام گیرد پرخاشگری وسیله ای تلقی می شود. در این رفتار آسیب رساندن به دیگران و یا آزار و اذیت مدنظر نمی باشد هر چند ممکن است در این میان به دیگران لطمه ای نیز وارد شود ولی هدف و غایت اصلی آن بدست آوردن چیز دیگری بوده است .

* پرخاشگری خصمانه :

پرخاشگری خصمانه راه نوع رفتاری می دانند که هدفش اذیت کردن یا

آسیب رساندن به موجود زنده دیگری است . به بیان ساده تر؛ پرخاشگری خصمانه رفتاری است درجهت آسیب رساندن به خوددیگران .

****عوامل موثر در پرخاشگری**

فقر خانواده-الگوپذیری از خانواده- تشویق و تنبیه - پایین بودن بهره هوشی- جنسیت- مصرف داروها- اهانت و ارزشیابی منفی- اضطراب و استرس- ترس - عدم موفقیت و تضاد کشمکش های درونی از عوامل موثر در پرخاشگری شناخته شده اند.

در کنار عوامل فوق عده ای از کارشناسان روانشناسی معتقدند که تلویزیون و رسانه ها نقش عظیمی در یادگیری پرخاشگری دارند .

"ارون" در پژوهشی نشان داد که بین تماشای خشونت از تلویزیون و پرخاشگرانه عمل کردن ، یک همبستگی وجود دارد.

کودکان پرخاشگر، غالباً " بیش تر تلویزیون تماشا می کنند با هنرپیشه های پرخاشگر، بیش تر همانند سازی می کنند شاید بیشتر معتقد باشند که پرخاشگری روی صفحه تلویزیون منعکس کننده زندگی واقعی است .



****پرخاشگری کودکان**

کودکان پرخاشگر بد رفتار را معمولاً " نمی توان صرفاً" به وسیله روش های چشم پوشی و پاداش دهی کنترل کرد. بنابراین والدین نیاز به یادگیری روش های کنترل و چاره ساز دارند که آنان را برای رسیدن به کنترل سریع و موثر قادر سازد .

کودکان باید بیاموزند که محدودیت عملکرد آنان چقدر است . به آنان باید یاد داده شود که نتایج حاصله از اعمال خود را که قابل قبول نیست ، ببینند . رفتارهای خشونت آمیز اغلب ناشی از تجارب خشم ،

ناامیدی یا عدم خویشتنداری است . کودکان همه چیز را به خوبی تقلید می کنند و پیروزی یک احساس رضایت و قدرت در آنان به وجود می آورد. این الگوی رفتاری می تواند به صورت عادت درآید چنان که کودک می آموزد ، هرکجا که لازم شد احساس خشم عصبانیت خود را بروز دهد هم از خشم و پرخاشگری برای کنترل دیگران استفاده کند.

در بعضی از خانواده هایی که کودکان پرخاشگر دارند ، احتمالاً " حدود و اندازه ی رفتارهای پرخاشگرانه مشخص نیست. در چنین محل هایی ممکن است بین الدین کودک برای کسب قدرت، ستیزی دائم وجود داشته باشد که به سرعت منجر به بروز خشونت می شود.

والدین اغلب احساس می کنند که نباید هرچه فرزندانشان می خواهند در اختیارشان قرار دهند و سعی می کنند با خواسته های آنان مخالفت نمایند ولی متأسفانه تا هنگامی که این محدودیت ها و مخالفت ها برای کودک واضح و کاملاً مشخص نباشد ، آنان یاد می گیرند که چگونه با استفاده از تظاهر و صحنه سازی آن چه را می خواهند بدست آورند.

بعضی از والدین تحمل دیدن گریه فرزندانشان را ندارند و سعی می کنند به هر شکلی شده از گریه آنان جلوگیری کنند و بعضی دیگر هم ممکن است نتوانند خود را به طور طبیعی کنترل کنند . این امر می تواند در چهارچوب رابطه والدین و فرزندان اتفاق بیفتد. بدین ترتیب زمانی که والدین در عین حال که می خواهند مهربان باشند ، تمایل دارند محدودیت هایی را به کار ببرند در نتیجه آنان در ارتباط با فرزندان خود دچار مشکل می شوند .

آنان در حالی که نمی خواهند در ارتباط با فرزندان خود حالت جنگ و دعوا داشته باشند؛ از خواسته های مصرانه و دائمی فرزندان خود احساس ناراحتی و عصبانیت می کنند .

خانواده هایی که کودکان پرخاشگر دارند را می توان از طریق آموزش والدین در انتخاب روش های موثر و همسان کمک کرد چرا که وقتی والدین یک کودک نافرمان را اداره می کنند ، احتیاج دارند تا آموزش صحیح و روشن و واضح ببینند تا بتوانند درخواست های خود را به کودکان منتقل کنند.

****درمان پرخاشگری**

در درمان پرخاشگری باید نخست به علت یابی و ریشه یابی رفتار پرخاشگرانه پرداخت و پس از شناخت انگیزه های پرخاشگری در کودک

متناسب با هر یک از انگیزه های طرح شده اقدام نمود.

اکثر پژوهشگران معتقدند که عوامل محیطی باعث کسب و نگهداری رفتارهای پرخاشگرانه می شود. به نظر آنان تغییرات مناسب در موقعیت های محیطی سبب از بین رفتن زمینه های کننده پرخاشگری و خشونت در رفتار کودکان و نوجوانان می شود. هم چنین با دادن شخصیت مثبت و منطقی به کودکان، عدم تبعیض میان آنان، عدم تحقیر کودکان، دادن مسوولیت در حد توان به افراد پرخاشگر، صحبت کردن با آنان و آگاه کردن آنان در مورد پرخاشگری، ایجاد رابطه صمیمی و عاطفی با آنان، تشویق کردن آنان به کارهای گروهی و جمعی و در پایان با شناسایی روحیات فرد و برخورد صحیح با آن می توان در شناسایی عواملی که پرخاشگری را ایجاد و یا تشدید می کنند، اقدام کرد.

دکتر شکوه نوایی نژاد معتقد است:

به طور کلی می توان به کمک ایجاد فرصت های مناسب و کانال های صحیح و مورد قبول اجتماع مانند فعالیت ها و مسابقات ورزشی و انواع هنرهای دراماتیک به افراد پرخاشگر کمک کرد.

در نهایت می توان گفت که توکل به خداوند متعال، شناسایی خشم، دوری از اندوه، خواب کافی، خویشتن داری و دوری از محرک های محیطی روش های مقابله با پرخاشگری است.

**منابع

- مهارت های زندگی، جلد اول، دکتر عباس خورشیدی و همکاران، نشریسترون، تهران: 1390

- رفتارهای بهنجارنا بهنجار، دکتر شکوه نوایی نژاد، انتشارات انجمن اولیا و مربیان، تهران: 1372

- مشکلات نوجوانی و جوانی، ابوالقاسم اکبری، نشر ساوالان، 1381

- مهارت های زندگی، کریس. ال. کلینکه ترجمه شهرام محمدخانی، انتشارات اسپندهنر، تهران: 1383

- اصلاح رفتار کودکان، یدانگلاس ترجمه سیاوش جمالفر، موسسه نشر ویرایش، تهران: 1380

- انگیزش هیجان، ذبیح الله فرجی، انتشارات خردمند، تهران: 1372