

# پرخاشگری والدین چه تاثیری بر مغز بچه‌ها دارد؟

تحقیقات نشان می‌دهند در دنیای امروزی بسیاری از کودکان در معرض پرخاشگری کلامی والدین قرار می‌گیرند و این موضوع با توجه به مشکلات زیاد مادر و پدرها و افزایش میزان افسردگی، اضطراب، از هم گسستگی‌های خانوادگی و مصرف مواد مخدر شایع و رایج است.

بررسی‌ها و شواهد نشان می‌دهند افرادی که در دوران کودکی، پرخاشگری کلامی مادر را تجربه کرده‌اند، سه برابر بیشتر در معرض ابتلا به اختلالات شخصیت مرزی، خودشیفته، وسواسی-اجباری و پارانوئید در دوران نوجوانی یا اوایل بزرگسالی قرار خواهند داشت.

بررسی اثرات پرخاشگری کلامی از خشونت‌های کلامی والدین گرفته تا تنبیهات فیزیکی و تاثیرات منفی آن‌ها بر عزت نفس و پیشرفت تحصیلی کودکان می‌تواند به شما کمک کند بر چگونگی رفتار خود بر فرزندانان تجدید نظر کنید.

## مراقب عصبانیت‌های خود باشید

**مهنار کهریزه؛ روان‌شناس** درباره تاثیرات سخت‌گیری والدین بر کودکان می‌گوید به والدین توصیه می‌شود در تمام لحظات مخصوصاً هنگام عصبانیت مراقب رفتارهای خود با فرزندانشان باشند. یعنی نمی‌توانند عصبانیت خود را کنترل کنند و در واقع آن را سر بچه‌ها خالی می‌کنند حتماً باید تحت درمان‌های روان‌شناسی قرار بگیرند.

## آیا محبت می‌تواند تأثیر پرخاشگری را از بین ببرد؟

توجه داشته باشید اعمال پرخاشگری و خشونت بر کودکان فقط شامل خشونت فیزیکی نیست و می‌تواند خشونت‌های کلامی و بد خلقی‌ها و بی‌حوصله بودن والدین را هم در بر بگیرد.

سؤال کلیدی که هنگام عصبانیت والدین برای آن‌ها مطرح می‌شود آن است که وقتی عصبانی هستند و با فرزندشان بد رفتاری می‌کنند آیا محبت کلامی از طرف خودشان یا همسرشان می‌تواند تاثیرات چنین رفتاری را

از بین ببرد؟

داده‌ها نشان می‌دهند حتی سطوح بالای قرار گرفتن کودکان در معرض محبت‌های کلامی؛ تأثیرات پرخاشگری همان والدین را کاهش نمی‌دهد، و سطوح بالای محبت کلامی از والدین دیگر هم به طور کلی منجر به کاهش قابل توجهی از تأثیرات پرخاشگری کلامی نمی‌شود.

## تأثیر تمسخر، تحقیر و توهین

فراموش نکنید شما نمی‌توانید هر گونه می‌خواهید با فرزندتان رفتار کنید و بعد در صدد جبران رفتارهای خشن و نادرست خود بر آید یافته‌ها نشان می‌دهند تمسخر، تحقیر و توهین را نمی‌توان به راحتی با تمجید و گرمی از سوی یکی از والدین خنثی کرد چون همه این موارد تأثیرات مخرب خود را بر کودکان خواهد گذاشت؛ به گونه‌ای که از بین رفتن آن‌ها در بزرگسالی هم بسیار سخت یا غیر قابل جبران خواهد بود.

## اثر سخت‌گیری والدین

به گفته این روان‌شناس؛ در یک بررسی آموزنده، پژوهشگری به نام سابرینا سافرن از دانشگاه مونترال آمریکا با همکاری تیم پژوهشی دانشگاه‌های استنفورد و دوبلین به دنبال آن بودند که تأثیر سخت‌گیری والدین چه اثراتی می‌تواند روی مغز بچه‌ها داشته باشد.

به عبارت دیگر آن‌ها می‌خواستند نتیجه رفتار پدر و مادر سخت‌گیر را که دائم در حال داد و بیداد و کتک‌کاری با بچه‌هایشان هستند بر مغز کودکان مشاهده کنند. برای رسیدن به جواب این سؤال، دکتر سافرن با همکاری تیم پژوهشی از دانشگاه‌های استنفورد و دوبلین مطالعه عمیق و طولی را شروع کردند.

روش کار آنان هم به این صورت بود که با استفاده از داده‌های یک مطالعه طولی؛ اطلاعات خانوادگی ۲۱۷۴ نفر به صورت سالانه و دقیق بررسی و ثبت کردند. همچنین تعداد زیادی از نوجوانانی که در خانواده‌های سخت‌گیر همراه با سبک فرزندپروری خشن و تندخو بزرگ شده بودند انتخاب شدند.

# داد و بیدادهای شما؛ توان حل چالشها را از کودکان سلب می‌کند

این روان شناس می‌گوید توجه داشته باشیم ماده خاکستری بخش پیش پیشانی در تنظیم عواطف، هیجانات و احساسات نقش دارند و در موقعیتهای ترسناک، بحرانی و تنشزای زندگی به کمک افراد می‌رسند.

اما آسیب در این نواحی بچه‌ها را به سمتی می‌برد که در سنین بزرگسالی و در موقعیتهای بحرانی و فشارهای زیاد زندگی نمی‌توانند هیجانات و احساسات خود را تنظیم کنند؛ به گونه‌ای که به‌جای ماندن و حل کردن مسائل با ترس زیاد از موقعیتهای فرار می‌کنند. به عبارتی فرار را بر قرار ترجیح می‌دهند.

بنابراین می‌توان گفت هر داد و بیدادی که والدین بر سر بچه‌ها می‌زنند، مجموعه‌ای از سلولها را در ناحیه مهم مغز که در آینده قرار است به حل چالشها کمک کند، به فنا می‌دهد.