

لجبازی و مخالفت جویی کودکان



لجبازی یا مخالفت کردن در کودکان یک پدیده ی رفتاری است که طی آن کودک از پذیرفتن و قبول کردن نظر و خواست والدین یا بزرگ تر خود سر باز می زند و برخاست و ایده ی خود اصرار می ورزد. به طور کلی لجبازی کردن در کودکان یعنی نپذیرفتن و امتناع کردن از درخواست و نظر پدر ، مادر ، مربی و ... بروز این پدیده رفتاری معمولاً در سیر طبیعی رشد کودکان از سن ۲-۳ سالگی به بعد دیده می شود و شیوع این قبیل مشکلات در میان پسران بیش از دختران است. به طور طبیعی هر کودکی به دنبال آن چیزی می رود که توجه اش به آن جلب می شود و نه به دنبال خواسته و مطلوب دیگران . از سویی دیگر والدین انتظار دارند که بچه از خواسته های آنان پیروی کند و آن ها را اجرا نماید که معمولاً این کار را از طریق دستور دادن و امر و نهی کردن به کودک انجام می دهند. درست در همین جاست که میان خواسته کودک و والدین تعارض و اختلاف شکل میگیرد و این امر می تواند زمینه ساز تنش و درگیری های کلامی ، محرومیت ها و حتی گاهی برخوردهای فیزیکی میان کودکان و والدین آنها گردد. زمانی که لجبازی و مخالفت جویی شدید است و یا موجب ایجاد تنش بین کودک و والدین و یا سایرین می گردد، نیاز به مداخله روانشناس و یا روانپزشک کودک خواهد بود.

به طور کلی عوامل متعددی باعث بروز بدرفتاری یا به قولی لجبازی در کودکان می شود. به طور خلاصه می توان به برخی از عوامل شناخته شده ی این پدیده اشاره کرد:

عوامل سرشتی و زیست شناختی

تفاوت های سرشتی و زیست شناختی ای است که به طور کلی تمام افراد (و در همه ی سنین) با یکدیگر دارند. کودکان لجباز نیز طبیعت و سرشت وجودی شان به طور ذاتی نسبت به سایر همسالان شان سخت تر و انعطاف ناپذیرتر است و همین امر باعث می گردد که آنها به خواسته های خودشان اصرار داشته باشند و برای رسیدن به اهداف شان پافشاری کنند. گاهی کودکان لجباز با مشکل بیش فعالی نیز مواجه اند و به همین دلیل مخالفت جویی و سرسختی آن ها شدیدتر است و با اطرافیان خود مشکلات و برخوردهای بیش تری دارند. اگرچه بیش فعالی و لجبازی دو پدیده ی مجزا از یکدیگر است اما در اغلب موارد این دو مشکل رفتاری همراه هم می باشد، به طوری که کودکان بیش فعال معمولاً لجباز و سر سخت نیز هستند و کودکانی که لجبازند، با مشکل بیش فعالی و پر تحرکی نیز مواجه اند. در مواردی که لجبازی حاصل طبیعت و خلق و خوی کودک است ، بچه همیشه ، یا حداقل در اکثر زمان ها دست به مخالفت جویی می زند و بنابر همین ماهیتی که دارد از پذیرفتن خواسته ی والدین و بزرگ ترهای خود سر باز می زند. به طور کلی این کودکان برحسب الگوی شخصیتی و رفتاری شان به لجبازی و مخالفت جویی با دیگران تمایل دارند و رغبتی به پذیرش آسان و سریع درخواست های آنها نشان نمی دهند.



عوامل محیطی و بیرونی

در مواردی که عوامل محیطی و بیرونی سبب لجبازی و مخالفت جویی می شود ، کودک در اغلب موارد آرام تر است و با اطرافیانش بیش تر همکاری می کند. این کودکان اگر با واکنش نامناسب والدین یا ناکامی ها مواجه شوند ، بدرفتاری و لجبازی در آنان تشدید می شود و در این موارد واکنش مناسب والدین نقش بسیار مهمی در کاهش این بدرفتاری کودکان داشته باشد. محیط خانواده ، نحوه ی برخورد والدین، استفاده از روش های تربیتی ناکارآمد ، همچون تهدید ، سرزنش کردن و تنبیه ، تاثیر محیط بیرون از خانه همچون مدرسه و جامعه ، همسالان و مشکلاتی همچون سابقه بیماری جسمانی و روانپزشکی کودک و سایر اعضای خانواده از مهم ترین عوامل محیطی ای است که می تواند شرایط بروز بدرفتاری در کودکان را فراهم نماید.



آموزش مهارت های مدیریت مشکلات رفتاری به والدین ، حذف یا کاهش سایر عوامل محیطی و بیرونی با مشارکت خانواده ، مدرسه و جامعه و در موارد شدید دریافت خدمات تشخیصی و درمانی تخصصی و شروع مداخلات دارویی و غیردارویی مناسب از طریق مراجعه به روانپزشک و روانشناس از مهمترین اقدامات توصیه شده در جهت پیشگیری و کاهش مشکلات لجبازی - نافرمانی در کودکان می باشد.



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز طبی کودکان
قطب علمی اطفال کشور

راهنمای والدین در مورد

لجبازی در کودکان



رفتار نامطلوب توسط کودک، آرام بودن و خودداری وی را تشویق نمایید.

✓ در صورت ادامه یافتن لجبازی و نافرمانی توسط کودک ، با حفظ آرامش و خونسردی خود از طریق خارج کردن وی از موقعیت برای وی محدودیت ایجاد کنید. بری اینکار از قبل مکانی خلوت و بدون جذابیت برای کودک را در نظر بگیرید و کودک را چند دقیقه در آنجا نگه دارید. توجه داشته باشید که مکام انتخاب شده تارپیک و ترسناک برای کودک نباشد و از سرزنش کردن ، توهین و تهدید کودک اجتناب کنید. به محض توقف رفتار نامطلوب توسط کودک ، آرام بودن و خودداری وی کودک را از آن محیط خارج کنید و با مشاهده اولین و کوچکترین رفتار مطلوب پس از این موقعیت ، وی را تشویق نمایید.

✓ عصبانیت و ناراحتی کودک خود را بپذیرید ، از او به خاطر داشتن این احساسات طبیعی عصبانی و خشمگین نشوید و پس از پایان بدرفتاری ، با او همدلی کنید و بگوئید متأسف هستم از اینکه او عصبانی بوده است. پس از بیرون آمدن از این موقعیت دشوار و همدلی با کودک ، در پیدا کردن سایر راه حل ها و اقدامات برای مشکل کودکان به او کمک کنید.



تهران ، انتهای بلوار کشاورز ، خیابان دکتر قریب، جنب بیمارستان امام خمینی(ره)،
پلاک ۶۲ مرکز طبی کودکان. تلفن: ۰۲۱۶۱۴۷۵
وب سایت بیمارستان: آموزش به بیمار مرکز طبی <http://chmc.tums.ac.ir>

توصیه های زیر در خصوص نحوه مدیریت رفتاری در کاهش مشکلات لجبازی و نافرمانی کودکان را به شما پیشنهاد می نمایم:

✓ سعی کنید همیشه آرام و خونسرد باشید تا تسلط بهتری بر رفتارهای خود در این موقعیت های دشوار داشته باشید. والدین و دیگر اعضای خانواده الگوی خوبی برای یادگیری کودکان هستند.

✓ رفتارهای مطلوب کودک را همیشه مورد توجه قرار داده و تشویق نمایید.

✓ رفتارهای نامطلوب خصوصا کج خلقی معمولا زمانی اتفاق می افتد که کودک گرسنه ، خسته و یا بیمار است . همواره در برطرف بودن این نیازهای اولیه کودکان در اسرع وقت تلاش نمایید.

✓ زمان ها و مکان هایی که بیشترین بدرفتاری کودکان در آنها اتفاق می افتد را شناسایی کنید و برای این موقعیت ها از قبل برنامه ریزی نمایید.

✓ با مشاهده اولین علائم بدرفتاری در کودکان (همچون کج خلقی) و قبل از شدت یافتن آن ، سریعاً مداخله کنید و هوشمندانه حواس کودک را به موقعیت دیگری معطوف کنید. علت بدرفتاری کودکان را پیدا کنید و در صورت امکان ، آن را برطرف نمایید.

✓ در صورت عدم امکان برطرف نمودن علت بدرفتاری کودک و شدت یافتن و ادامه یافتن آن ، بدرفتاری او را تا زمان خاموشی بدرفتاری نادیده بگیرید و به محض توقف رفتار نامطلوب توسط کودک ، آرام بودن و خودداری وی را تشویق نمایید.

✓ با ادامه بدرفتاری توسط کودکان و یا انجام دادن رفتار های خطرناک و آسیب رساندن به خود و دیگران ، با حفظ آرامش و خونسردی خود ، کودک را دعوت به سکوت و متوقف رفتار خود نمایید. به محض توقف