

با کودکان لجباز چگونه رفتار کنیم؟

لجبازی کودکان می‌تواند علل متعدد داشته باشد از محیط نامناسب خانواده تا ناپرووردگی، سرزنش و انتقاد از کودک، فشارهای خانواده، مشکلات جسمی و روانی تا جلب توجه و برخی اختلالات مثل اختلال نافرمانی - مقابله جویانه، سندروم داون، کودک آزاری و اختلال بیش فعالی - نقص توجه و همچنین مشکلات دیگری مثل استرس‌های زیاد، بی‌توجهی یا انتظارات زیاد والدین از بچه‌ها و در نهایت اینکه طبق گفته محققان لجبازی بین پسران بیش از دختران است.

به گزارش سایت خبری پرسون، واقعا با بچه‌ای که به قول معروف به هیچ صراطی مستقیم نیست باید چطور برخورد کرد. این گزارش را بخوانید:

سال‌ها پیش که تازه ازدواج کرده بودم و هنوز بچه نداشتیم خاطرم می‌آید که با چند خانواده از دوستانمان به سفری چند روزه رفتیم که این خانواده‌ها هر کدام یک یا دو بچه داشتند. یکی از این خانواده‌ها دختر بچه شش ساله‌ای داشت که هنوز رفتارش در خاطرم مانده چرا که مدام برای خواسته‌های نامعقول مختلف خود فریاد می‌کشید و می‌توانست برای رسیدن به خواسته اش ساعت‌ها گریه کند، حتی یادم است به خاطر گریه هایش به او بی‌توجهی کردند، اما او توانست تا چندین ساعت جیغ بزند و گریه کند و همه را مات و مبهوت کند.

با کودکان لجباز چگونه رفتار کنیم؟

پس از سال‌ها که دو مرتبه این دختر بچه را که البته بزرگتر شده بود و به مدرسه می‌رفت، دیدم به شدت تحت تأثیر رفتار و کردارش قرار گرفتم چرا که هیچ شباهتی به آن دختر لجبازی که قبلاً دیده بودم، نداشت. رفتار و حرکاتش بسیار سنجیده و موقر شده بود و برایم جای سوال داشت که چطور این دختر این اندازه تغییر کرده است؟ آیا واقعا می‌توان لجبازی کودکان را درمان کرد؟

لجبازی کودکان می‌تواند علل متعدد داشته باشد از محیط نامناسب خانواده تا ناپرووردگی، سرزنش و انتقاد از کودک، فشارهای خانواده، مشکلات جسمی و روانی تا جلب توجه و برخی اختلالات مثل اختلال نافرمانی - مقابله جویانه، سندروم داون، کودک آزاری و اختلال بیش فعالی - نقص توجه و همچنین مشکلات دیگری مثل استرس‌های زیاد، بی‌توجهی یا انتظارات زیاد والدین از بچه‌ها و در نهایت اینکه طبق گفته محققان لجبازی بین پسران بیش از دختران است.

برخی علل فیزیولوژیک مثل کشیدن سیگار و مواد مخدر در دوران بارداری مادر و مصرف الکل نیز در این زمینه ایجاد خلق و خوی لجبازی در بچه‌ها اثرگذار است.

حال برای خانواده‌ای که به هر دلیلی دارای فرزند لجبازی هستند که نمی‌توانند او را زیاد به میهمانی‌ها یا جمع‌های مختلف ببرند، با دوستانش تنها بگذارند. چرا که سایرین را دچار اذیت می‌کند و همین‌طور لجبازی اش بر رفتار دیگر اعضای خانواده نیز اثرگذار است، چه کارهایی لازم است تا بتوانند این حالت‌های کودک را اصلاح کنند.

۱- هماهنگی پدر و مادر در فرزندپروری

سپیده بشول، روانشناس کودک در این باره می‌گوید: «در بین پدر و مادرها زیاد دیده می‌شود که در زمینه تربیتی پدر یک سازی می‌زند و مادر ساز دیگری. بچه گریه می‌کند، مادر می‌گوید به لجبازی اش بی‌توجهی کنیم، اما پدر او را در آغوش می‌گیرد و به خواسته اش تن می‌دهد یا بالعکس این دیده می‌شود. چنین چیزی جز افزایش لجبازی کودک به منظور رسیدن به خواسته اش نتیجه دیگری ندارد. در واقع پدر و مادر هر روش تربیتی که می‌خواهند داشته باشند در بهترین حالت باید با هم هماهنگ باشد تا بچه در جبهه یک طرف آن‌ها قرار نگیرد و دیگری را دچار عذاب کند و در نهایت نیز خودش به ورطه لجبازی بیافتد.»

۲- پاسخگویی به نیاز کودک

بشول در این باره نیز توضیح می‌دهد: «باید نیازهای کودکان به فراخور سنشان مورد توجه قرار بگیرد مثلاً نیاز یک نوزاد به پاسخگویی با نیاز یک کودک هشت ساله متفاوت است قطعاً نیاز یک نوزاد دو ساله باید همان لحظه برآورده شود حال اگر تشنه است، جایش را خیس کرده یا هر مشکل دیگری که دارد نباید عقب بیافتد که بچه علق و بداخلاق شود و احساس کند که به او بی‌توجهی می‌شود، اما برای بچه‌های سنین بالاتر بهتر است که آموزش صبر از سوی والدین داده شود باین حال در زمینه نیازهای ضروری بهتر است که همان لحظه پاسخگویی از سوی پدر و مادر صورت بگیرد. مثلاً مادر در حال گفتگو با یک دوستش پشت تلفن است، دو ساعت هم به طور انجامیده، بچه مشکلی دارد، مدام مادرش را صدا می‌کند، اما مادر به او می‌گوید که صبر کند. قطعاً این بچه با هر مشکلی کارش به لجبازی می‌کشد و شروع به تخریب وسایل اتاقش یا هر چیز دیگری می‌کند تا توجه مادرش را جلب کند.»

۳- به کودکان حق انتخاب دهیم

بشول می‌گوید: «بسیار دیده شده که پدر و مادرها به بچه‌ای سنین مدرسه شان نیز هیچ انتخابی برای رفتن به گردش و تفریح، زمان انجام تکالیف، غذا خوردن یا کارهای دیگری نمی‌دهند زمانی هم که بچه‌ها اعتراضشان را با لجبازی نشان می‌دهند، آن‌ها را شماتت می‌کنند. بهتر است گاهی فضا را هم برای انتخاب کردن بچه‌ها باز بگذاریم حتی اگر یک بچه‌ای می‌خواهد روی دیوار نقاشی بکشد، به جای مقابله با او، دیوارها را پر از کاغذ سفید بکنیم و به او حق انتخاب نقاشی کشیدن بدهیم.»

۴- اثر جایگزین‌ها

برای بچه‌هایی که مدام به دلائل مختلف معقول و غیر معقول جیغ می‌کشند و گریه می‌کنند، می‌توان راهکارهایی جایگزین ارائه داد مثلا به جای تهدید بچه که اگر جیغ بزنی، کتک می‌خوری یا مسائل دیگر، از جملات خبری استفاده کنیم و مثلا به او حق انتخاب دهیم که: «الان زمان این است که یا غذایمان را بخوریم یا اتاق را مرتب کنیم، کدام را انتخاب می‌کنی؟ اگر گریه کنی من متوجه انتخابت نمی‌شوم؟ پس حرف بزنی تا یک راه را انتخاب کنیم.»

تنظیم زمان برای فعالیت‌های کودک

کودکان نیاز به زمان بندی درست برای خواب، بیداری، غذا خوردن و تفریح و بازی دارند. گاه دیده می‌شود والدین بدون توجه به این زمان‌ها هر کاری که خودشان دوست دارند، می‌کنند مثلا طبق برنامه خودشان ساعت خواب یا غذای بچه را تغییر می‌کنند و همین بر روحیه و خلق و خوی بچه اثر می‌گذارد. بهتر است هر جا که هستیم این برنامه‌ها را به طور منظم در نظر داشته باشیم.

گوش دادن فعال در کنار گفت و گوی صحیح

بشول می‌افزاید: «خیلی وقت‌ها پیش می‌آید که بچه‌ها مثلا به خاطر مشکل پیدا کردن با یک دوست یا هر چیز دیگری در منزل جیغ می‌زنند و لجبازی می‌کنند یا اینکه بدون اینکه حرفی بزنند مدام بداخلاقی می‌کنند و بهانه می‌تراشند. اینطور مواقع به جای اینکه والدین عصبانی شوند بهتر است که وارد گفتگو با کودک شوند بچه هر چقدر هم که کوچک باشد مثلا دو سال، می‌تواند این را درک کند و آرام بگیرد.

مثلا کودک شما در حال گریه کردن بی دلیل است. شما به جای واکنش عصبی سراغ او می‌روید، نوازشش می‌کنید و می‌گویید: «عزیزم گرسنه‌ای برای غذا بیاورم؟ می‌خوای با هم بازی کنیم یا بریم بخوابیم؟» برای بچه‌های بالای چهار سال می‌توان درباره رفتارشان با آن‌ها صحبت کرد و تذکر هم داد مثلا اگر در جمع دست به رفتارهای لجبازی می‌زند، او را کناری ببرید و با او صحبت کنید که این رفتارش درست نیست و علتش چیست، در مرحله بعد به او در منزل تذکر بدهید یا اینکه از حقوقش مثل دیدن تلویزیون او را یک روز محروم کنید یا مثلا فوتبال نمی‌تواند امروز بازی کند تا بدان که لجبازی کار درستی نیست یا اگر به او قول داده اید که فلان بازی را برایش در این ماه بخرید، این را به ماه دیگر موکول کنید و علتش را هم برایش توضیح دهید.

تنبيه بدنی ممنوع

اما تنبيه بدنی در این مسیر اصلا چاره نیست. چرا که تنها باعث می‌شود بچه نسبت به تنبيه اثرش را از دست بدهد و هر چقدر که بیشتر تنبيه شود، بی توجه‌تر و البته لجبازتر شود چرا که با تنبيه بدنی کودک متوجه اشتباهش نمی‌شود.

با همه مسائلی که طرح شد اگر دقت کنیم همیشه کودکان مقصر لجبازی شان نیستند گاهی خود والدین با اشتباهات یا بی توجهی‌شان به لجبازی بچه‌ها دامن می‌زنند. برخی بچه‌ها هم اصلا لجباز نیستند فقط کنجکاوی زیاد دارند یا یک واکنش نسبت به دیگران باعث می‌شود که انگ لجبازی بخورند و همین باعث می‌شود که بیشتر روی موضوعات مختلف از آن پس پافشاری کنند.

لجبازی در جمع را چه کنیم

بشول درباره لجبازی بچه‌ها در جمع نیز می‌گوید: «بسیاری از بچه‌ها به دلیل هوش زیادی که دارند در جمع به دلائل مختلف مثل اینکه والدین نمی‌توانند آن‌ها را سرزنش کنند یا خواسته شان را رد کنند یا مثلا در فروشگاه و مراکز عمومی دست به لجبازی برای رسیدن به خواسته هایشان می‌زنند.

اینطور مواقع فشار زیادی به والدین از سوی دیگران وارد می‌شود و دیگران ممکن است که پدر و مادر را نقد کنند که چرا بچه را تحت فشار قرار می‌دهند، بهترین حالت این است که در جمع اصلا عصبانی یا پرخاشگر نشوید تا بچه‌ها رفتار بدتری داشته باشند. از او در مقابل دیگران تعریف کنید و رفتار خوبی با او داشته باشید حتی اگر لجبازی کرده و همینطور زیاد بکن نکن برایش نداشته باشید. همین‌ها باعث می‌شود که کودک لجبازی اش را کم کند و رفتار معمول از سر بگیرد.

نکته دیگر اگر برای کودک در سنین مدرسه حد و حدود تعیین کرده اید، پای قوانین خودتان بایستید و اگر با لجبازی کودک خواست به اهدافش برسد، هرگز کوتاه نیایید تا متوجه شود که نمی‌تواند در این زمینه‌ها قوانین شما را زیر پا بگذارد.»