

کھوئی پر فاشگر من

نویسندگان:

زینب محمدزاده

فرشید بی باک

سرشناسه	: محمدزاده، زینب، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور	: کودک پرخاشگر من
مشخصات نشر	: نویسندگان زینب محمدزاده، فرشید بی‌باک، تهران: تایماز، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۴ ص.
شابک	: 978-600-403-076-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: پرخاشگری در کودکان
شماره افزوده	: بی‌باک، فرشید، ۱۳۶۰ -
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۹۵ ۳۴م۳۴/پ/ BF۷۲۲
رده‌بندی دیویی	: ۱۵۵/۴۱۸۲۳۲
شماره کتابخانه‌ای	: ۴۱۸۸۹۸۷

انتشارات تایماز

کودک پرخاشگر من

ناشر:	تایماز
مؤلف:	زینب محمدزاده - فرشید بی‌باک
طرح جلد و صفحه آرایی:	زهرا محمدزاده
مدیر اجرایی:	مجید باشعور
چاپ و صحافی:	تایماز
نوبت چاپ:	اول - ۱۳۹۵
شمارگان:	۵۰۰
قیمت:	۶۰۰۰۰ ریال
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۴۰۳-۰۷۶-۲

حق چاپ محفوظ و متعلق به مولفین می باشد.

TB

آدرس: تهران - خیابان کارگر جنوبی - خیابان روانمهر - پلاک ۱۵۸ - طبقه ۳ صندوق پستی: تهران ۶۴۸-۱۳۱۴۵
تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۰۲۷۴۴ موبایل: ۰۹۱۲۷۲۴۴۵۳۵ ایمیل: taymazpub@yahoo.com

فهرست مطالب

صفحه

۱	مقدمه
۵	تاریخچه پرخاشگری
۷	پیامدهای پرخاشگری
۸	عوامل ایجاد کننده خشم و پرخاشگری
۱۲	خشم و غضب از نظر فلاسفه اسلامی
۲۰	شیوع پرخاشگری
۲۳	علائم پرخاشگری
۲۴	عوامل پیش بینی کننده پرخاشگری
۳۵	نظریه طرفداران غریزه پرخاشگری
۴۱	خانواده به عنوان زمینه آموزش رای رفتار پرخاشگرانه
۴۶	مراحل تنبیه از دید اسلام
۵۳	عکس العمل ها و پاسخ های پرخاشگرانه
۵۵	وسایل جلوگیری از خشم
۵۶	پرخاشگری
۶۵	الگوهای پرخاشگری در کودکان
۶۶	کودکان و خشونت در تلویزیون
۷۳	بد دهنی در کودکان
۷۵	درمان پرخاشگری در کودکان
۷۷	کودکان و پرخاشگری
۸۰	علل رفتار پرخاشگرانه در کودکان
۸۲	پرخاشگری در دنیای کودکان
۸۷	شیوه های نامناسب فرزندپروری
۹۳	هفت توصیه به والدین
۹۴	روند رشد پرخاشگری در کودکان
۹۶	چند نکته اساسی در مورد خشم
۹۷	روش جلوگیری از خشم

برخی از کودکان و نوجوانان در خانواده خودشان نه تنها از عاطفه‌ای که لازمه رشد روانی سالم آنهاست محرومند، بلکه گاهی وسیله‌ای برای تخلیه روانی والدین خود می‌شوند و والدین، ناکامی‌های روانی، اجتماعی و اقتصادی خود را با زدن آنها تسکین می‌بخشند. به عنوان مثال، یکی از معانی در تجربه تربیتی خود می‌گفت: پدر شاگردش، دست و پای او را بسته، و برای تنبیه از او واپس در چاه آویزان می‌کند. گاهی اولیای کودکان و نوجوانان چنان دارای فقر فرهنگی عمیقی هستند که مثلاً چاقو به فرزند خود حمله می‌کنند تا به او بگویند باید درس بخواند! در چنین شرایطی، بخشی از دانش‌آموزان ممکن است با اتکا به توان بدنی بالاتر - در قیاسی با همکلاسان خود - دست به پرخاشگری و تخلیه قسمتی از فشارهای وارده به خودشان بزنند (البته برخی از کودکان و نوجوانان نیز متعاقباً ممکن است به دلیل ضعف بدنی راه انزوا را پیش بگیرند)^۱ (کدیور، ۱۳۹۰).

روان‌شناسانی که اعتقادات نظری متفاوتی دارند در مورد چگونگی تعریف پرخاشگری اساساً با هم توافق ندارند. موضوع اصلی این است که آیا باید پرخاشگری را بر اساس پیامدهای قابل دیدن آن تعریف کنیم یا بر اساس مقاصد شخصی آن را شامل می‌شیم. گروهی پرخاشگری را رفتاری می‌دانند که به دیگران آسیب می‌رساند یا بالقوه می‌تواند آسیب برساند. پرخاشگری ممکن است بدنی باشد (زدن - لگد زدن - گاز زدن) یا لفظی (فریاد زدن - نجانیدن) یا به صورت تجاوز به حقوق دیگران (چیزی را به زور گرفتن)، نقطه قوت این تعریف می‌باشد که می‌توان آن است که به رفتار قابل مشاهده اطلاق می‌شود. نقطه ضعف آن این است که شامل بسیاری از رفتارهایی است که ممکن است به طور معمول پرخاشگری تلقی نشود. (کدیور، ۱۳۹۰).

^۱ نظریه پردازان دانشگاه پیل در نظریه ناکامی - پرخاشگری خود، این نکته را نیز به میان کشیدند که شخصی که با ناکامی مواجه است و راه‌های غیر مستقیم نیز به او بسته است، ممکن است پرخاشگری خود را متوجه خودش کند که جلوه‌های آن تنفر از خود، انتقاد از خود یا خودکشی است (مرتضی کدیور پاییز، ۱۳۷۳).

پرخاشگری وسیله‌ای رفتاری است در جهت رسیدن به هدفی، پرخاشگری خصمانه رفتاری است در جهت آسیب رساندن به دیگران، بیشتر پرخاشگری‌های بین کودکان کوچک از نوع وسیله‌ای است. این نوع پرخاشگری، به خاطر متعلقات است، کودکان از یکدیگر اسباب‌بازی می‌فایند، یکدیگر را هل می‌دهند تا به اسباب‌بازی که می‌خواهند بازی کنند دست یابند. بنابراین، اندک اختلافی افتد که کودکان بخواهند به کسی آسیب برسانند یا از روی عصبانیت دست به پرخاشگری بزنند.

پرخاشگری را باید از جرأت و ورزی متمایز دانست. جرأت ورزی، دفاع از حقوق یا متعلقات (مانند ممانعت کودک از این که کسی به اسباب‌بازی‌اش دست بزند) یا بیان امیال و آرزوها را در بر می‌گیرد. مردم معمولاً شخص با جرأت را پرخاشگر می‌دانند، در صورتی که کسی که از حق خود دفاع می‌کند با جرأت است نه پرخاشگر (روزنهان، ۱۳۸۷).

بعضی از مردم خشم را یک نیروی قدرتمند می‌دانند تب یا طوفان می‌پندارند که در بدن طوفان یا طغیان بر می‌انگیزد. افلاطون، شک‌پیر و فروید خشم را اسب سرکشی نامیده‌اند که دلیل بر آن سوار است. زمانی تصور می‌شد خشم عاطفه‌ای است ویرانگر که به هر قیمتی باید سرکوب شود اما امروزه معتقدند خشم عاطفه‌ای است. ظلم که اگر سرکوب گردد، برای انسان خیلی گران تمام خواهد شد. برخی دیگر برای ظهور هرگونه موج بر روی دریای آرامش طبیعی خود بیم دارند و می‌ترسند که دیو خشم نیز باعث شود کنترل‌شان را از دست بدهند. (روزنهان، ۱۳۸۷).

از زمان افلاطون تاکنون کسی را مردم سالم نامیده‌اند که عصبانی نشود و به قول هملت برده عواطف خویش نباشد. افلاطون می‌گوید انسان می‌تواند بدترین انگیزه‌های ما را کنترل کند اما فروید و پیروانش بر آن بودند که این تمایلات انسان (یا به عبارت بهتر نوسان

های غریزه انسان) است که انگیزه‌ها را در ید خویش دارد. افلاطون و پیروانش می‌کوشیدند تا ثابت کنند انسان برتر از حیوان است.

داروین گفت: انسان فقط یکی از انواع جانوران است. امروزه بسیاری از پیروان داروین برآنند که اکثر جانورها عاقل‌تر و مهربانتر از انسانند. پژوهشگرانی که در مورد حیوانات مطالعه می‌کنند و همچنین جامعه زیست‌شناسان معتقدند که انسان موجودی معقول نیست. نظریه‌های فروید و داروین تأثیر ژرفی بر عقاید امروزی در باب خشم گذارده است. (روزنهان، ۱۳۸۷).

داروین و فروید به دلیل نظریه‌های جالبی که در رشته‌های خاصی ارائه دادند، بهترین نمونه در رشته مزبور به شما می‌آیند. این بدان معنا نیست که کسی دیگر در آن زمینه‌ها دست نزده باشد. به علاوه اندیشه‌های عملی و نظری باید در زمین حاصلخیزی قرار گیرند تا بتوانند ریشه بدوانند و رشد یابند. از این لحاظ شرایط اجتماعی و اقتصادی سده‌های ۱۹ و ۲۰ میلادی طوری بود که اعتماد به نفس بشریت را تقویت می‌کرد و در نتیجه دنیا آمادگی آن را دریافت که نظریه تکامل تا به بی‌نهایت در نظریه روانکاوی فروید را بپذیرد.

نظریات داروین و فروید بیانگر نقطه عطفی در تاریخ اندیشه غرب است زیرا زمانی همه عقیده داشتند خشم را می‌توانیم کنترل کنیم و باید کنترل کنیم. پس این نظر جای خود را به این عقیده داد که ما نمی‌توانیم خشم خود را کنترل کنیم. اکنون کافی است یک قدم از این عقیده دور شویم تا به این عقیده برسیم که ما نباید خشم خود را کنترل کنیم. داروین خشم و پرخاشگری را یکسان و برابر انگاشته و وجود این رابطه برابری خشم و پرخاشگری در انسان حق الوقوع نیست، شما ممکن است خشمگین باشید ولی خشم خود را به جای روش پرخاشگری به صدها طریق دیگر نشان دهید که خیلی از این روش‌ها شاید صلح جویانه و آرام و حتی سودمند باشند. (روزنهان، ۱۳۸۷).

خشم نشانه نماد و بخشی از زندگی است، نشانه‌ای که پیامی با خود دارد و نمایانگر آزرده‌گی خاطر، ضایع شدن حقوق و برآورده شدن امیال و آرزوهای آن است. باور کردن اینکه انسان هیچ‌گاه عصبانی یا خشمگین نشده باشد، دشوار است و حتی در برخی موارد بدون داشتن این احساس نمی‌توان زندگی کرد. خشم سرانجام منجر به ایجاد احساسی قوی می‌شود که باید از عملکرد آن در زندگی مطلع بود. خشم یک ساز و کار دفاعی است، اگرچه گاهی با احساس خردپسندی، از کوره در رفتن، خود کم بینی و ضعف اعتماد به نفس و یا قضاوت غلط همراه می‌شود. خشمی که بی‌موقع و ناپهنگام سرکوب شود، همانند غولی است که در بطری به دور زدن می‌شود که البته به هر بهانه‌ای با احساسات خشم آلود و آتشین به بیرون فوران می‌کنند و اگر هم در همان جا بماند، برای صاحب خود انواع سردردها و عوارض روانی، کابوس‌های شبانه و اختلالات دیگر را به همراه می‌آورد که افسردگی یکی از نشانه‌های آن است. (کدزر، ۱۳۹۰). بسیاری بر این عقیده هستند که افسردگی در واقع خشمی است که شخص موجه درم خویش می‌کند که به گسستگی و بریدن از افراد خانواده، نزدیکان، دوستان و کلاً اجتماع می‌انجامد. خشم هیجانی طبیعی است ولی واکنش‌ها و بازتاب‌های شخص است که می‌تواند غیرطبیعی و ناسالم باشد. اصولاً آدمی همواره بر آن بوده است تا از اسرار وجود و روح خود آگاه شود و بداند که تا چه اندازه آرام، متعادل و یا خشمگین و عصبی می‌باشد. قدر مسلم این است که خشم تعادل زندگی روانی انسان را بر هم می‌زند و خستگی روحی و جسمی، پیامد آن خواهد بود و چه بسا مدت‌ها طول می‌کشد تا خود خشمگین از نو بر خویشتن مسلط شود و آرامش پیشین را به ارگانیسم خویش بازآورد و آثار آتش فشانی را که شاید خرابی‌ها به بار آورده، از بین ببرد و ترمیم و اصلاح کند (روزنهان، ۱۳۸۷).