

زمانی که خواندن این مقاله را آغاز می کنید ممکن است از خود سؤال کنید: کج خلقی و بد اخلاقی کودکان چیست؟ چه تفاوتی با پر خاشگری و عصبانیت آن‌ها دارد؟ آیا تنها والدین با این مقوله درگیرند؟ یا کودکان نیز این لحظات پرنش و پراضطراب را تجربه می کنند؟

### کج خلقی چیست؟

معنی لغوی کج خلقی اوج عصبانیت و فوران خشم و ناراحتی ای است که معمولاً در کودکان به شکل نا آرامی و بی قراری و بد اخلاقی ظاهر می شود. این رفتار در ۱۸ ماهگی تا ۳ سالگی به اوج خود می رسد گاه تا حدود ۵ تا ۶ سالگی نیز ادامه دارد. روان شناسان کج خلقی های کودکان را به دو گروه مشخص تقسیم می کنند:

۱. نا آرامی ها و کج خلقی هایی که به خشم و عصبانیت کودک مربوط می شوند.
۲. نا آرامی ها و کج خلقی هایی که ریشه در ترس، بهت و حالت گیجی کودک دارند.

### ذهنیت والدین در مورد بدر رفتاری و کج خلقی کودکان:

والدین تعبیرات مختلفی در مورد بدر رفتاری و کج خلقی کودکان دارند، بعضی از آن‌ها کوچک ترین گریه اعتراضی کودک را نوعی بدر رفتاری می دانند و عده ای دیگر جیغ کشیدن کودک، فریادهای بلند و لگد کوبیدن های او را کج خلقی می نامند. خلاصه اینکه هر یک از پدر و مادرها تعبیر و تفسیر خاصی از این حالات دارند.

### عوامل ایجاد کج خلقی کودکان

جلب توجه:

نخستین نا آرامی های کودکان برای جلب توجه و تحت تأثیر قرار دادن پدر و مادر است اما اگر کودک پاداش ببیند و بزرگ ترها به این دلیل او را مورد توجه بیش از حد قرار دهند، ممکن است خیلی زود دوباره آن رفتار بد را تکرار کند. خواستن چیزی که متعلق به او نیست:

این مورد می تواند اسباب بازی، شیرینی یا هر چیز دیگری باشد. آموختن این مسئله که او باید برای انجام و اجرای خواسته هایش صبر کند، نیاز به زمان دارد. اثبات استقلال شخصی:

ممکن است کودک از تلاش برای نشان دادن استقلال خود به شما نا امید شود. برای مثال تقاضا برای پوشیدن یک لباس نازک در هوای سرد! اگر شما به او اجازه این کار را ندهید، حتی اگر دلیلتان درست باشد، وی احساس می کند استقلال شخصی اش در معرض خطر قرار گرفته است و همین ترس عمیق موجب کج خلقی کودک می شود.

خشم و ناراحتی درونی:

احساسی که به خاطر نداشتن صبر در اثر محدودیت توانایی و قدرت کودک و عدم موفقیت در تلاش هایش ایجاد می شود، همچنین نداشتن توانایی در بیان و ابراز احساسات به خاطر نداشتن مهارت کلامی باعث ایجاد کج خلقی و بدر رفتاری در کودکان می شود.

حسادت:

این حالت نسبت به خواهر و برادر یا یک کودک دیگر بروز پیدا می کند. خواستن یک کتاب یا یک اسباب بازی موجب ایجاد کج خلقی و بدر رفتاری می شود.

خستگی و گرسنگی:

این عوامل همیشه می توانند سازگاری با مشکلات را سخت کنند. وقتی کودک احساس گرسنگی یا خستگی کند، به سادگی در مقابل مسائل دیگر حساس می شود و واکنش نشان می دهد.



# کج خلقی و بدر رفتاری در کودکان

محبوبه فیض نژاد

کارشناس ارشد پیش از دبستان و مدرس دانشگاه

مناسب برای دویدن، بازی‌های فعال و شنیدن موسیقی‌های شاد فراهم کنید تا مانع ایجاد خشم، ناآرامی و کج خلقی در کودک شوید.

– زمانی که کودک رفتار صحیحی دارد او را تشویق کنید.

– سرزنده و شاداب باشید؛ هر قدر رفتار شما شاداب‌تر، آرام‌تر و مثبت‌تر باشد، محیطی آرام‌تر و شادتر به وجود می‌آید و در نتیجه شاهد رفتارهایی شاد، آرام و دور از ناآرامی و کج خلقی در کودکان خواهید بود.

#### منابع

۱. منصف، گتونی؛ ناآرامی در کودکان و نوجوانان، ترجمه زهرا بازرگان، سخن، ۱۳۹۰.
۲. مهجور، سیامک رضا؛ چگونه کودکانی کارآمد داشته باشیم، مدرسه، ۱۳۸۴.
۳. ودیسی، پارما، ناآرامی و مشکلات رفتاری کودکان، ترجمه سیمین حسینیان، الزهرا، ۱۳۸۵.
۴. هیز، ایلین؛ ناآرامی در کودک، ترجمه متین پنداری، پدایش، ۱۳۸۷.

5. [www.tebyan.net](http://www.tebyan.net)

6. [www.ninikocholo2.pertion.blogfa.ir](http://www.ninikocholo2.pertion.blogfa.ir)

7. [www.ninisisite.com](http://www.ninisisite.com)

تحریک بیش از حد:

بعضی از اوقات یک روز جالب و پرهیجان، یک میهمانی و یا گردش، باعث ایجاد نگرانی یا اضطراب در کودک می‌شود؛ چون این مسائل تا حدودی در برنامه روزانه کودک تغییراتی به وجود می‌آورند و باعث ناآرامی و کج خلقی در کودک می‌شوند.

بار احساسی و عاطفی سنگین:

گاهی اوقات کودک ممکن است به دلیل بار عاطفی، روحی و یا یک تجربه جدید، احساس سنگینی و فشار درونی کند. به طور طبیعی گاه این مسئله بر آن‌ها غلبه می‌کند در نتیجه کودک دچار در ماندگی و بی‌قراری و سپس کج خلقی و بد رفتاری می‌شود.

### شیوه‌های جلوگیری از بد خلقی کودکان

– سعی کنید به مسائل از دیدگاه کودک نگاه کنید؛ گاه این کار کمک می‌کند که بتوانید دنیا را مثل او ببینید و در این صورت متوجه بعضی از رفتارهای بد بزرگ‌تره‌های می‌شوید.

– توقعات خود را متعادل کنید؛ بسیاری از رفتارهایی که بزرگ‌تره‌ها از آن‌ها تحت عنوان «رفتار بد» یاد می‌کنند، بخشی از رفتار رشدی کودک هستند. در این زمینه صحبت و گفت‌وگو با والدین دیگر بسیار مؤثر است؛ چرا که والدین متوجه می‌شوند بسیاری از کودکان آن رفتار را دارند.

– در مورد قواعد و اصول خانوادگی زیاده‌روی نکنید؛ به این ترتیب کودک به علت کثرت این قوانین دچار سردرگمی نمی‌شود و می‌تواند به راحتی این قوانین را یاد بگیرد و با آن‌ها زندگی کند.

– تلاش کنید قواعد خانوادگی برای کودک ساده، قابل فهم و اجرا باشد؛ چرا که او می‌تواند به آن‌ها عادت کند و بعد آن‌ها را انجام دهد و همین مسئله موجب آرامش فضای خانه می‌شود.

– واقع بین باشید؛ برای کودک طبیعی است که واکنش‌های شما را آزمایش و بعد برخی از آن‌ها را تکرار کند؛ حتی با وجود آنکه شما «نه» می‌گویید. این بخشی از رشد و تکامل اوست. او می‌آموزد که چه رفتاری را «باید» و چه رفتاری را «نباید» انجام دهد.

– مسائل را با دادن نمونه و الگو برای کودک روشن کنید؛ کودکان بسیاری از موقعیت‌ها را با تقلید از بزرگ‌تره‌ها می‌آموزند. اگر می‌خواهید کودک آرام و خوش رفتار باشد، پس شما هم از رفتار و گفتار ناآرام و عصبی بپرهیزید.

– هنگامی که کودک خسته و عصبی است، کمی به او فرصت دهید. – به کودک برای یادگیری، تکرار و تمرین فرصت دهید. برای او فضا و زمان

