

برنام‌ها

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای رویارویی با پدیده

خشونت

در کودکان و نوجوانان

دکتر باری ای. مک‌نامارا و فرانسین جی. مک‌نامارا

مترجم: دکتر مسعود حاجی‌زاده

www.saberinbooks.ir

سرشناسه:	مک نامارا، باری، ۱۹۴۹ م. - McNamara, Barry E.
عنوان و نام پدیدآور: کليدهای رويارویی با پديدهٔ خشونت در کودکان و نوجوانان / باری ای مک نامارا، فرانسین جی مک نامارا؛ ترجمه مسعود حاجی زاده.	
مشخصات نشر:	تهران: صابرين، کتاب‌های دانه، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری:	ص ۱۲۵
فروست:	کليدهای تربيت کودکان و نوجوانان.
شابک:	۹۷۸-۹۶۴-۶۱۸۱-۲۳-۶
وضعیت فهرست‌نویسی:	چاپ چهاردهم؛ فیبا.
موضوع:	Bullying زورگویی؛
موضوع:	Aggressiveness in children: پر خاشگري در کودکان؛
موضوع:	School violence خشونت در مدرسه؛
موضوع:	Violence in children خشونت در کودکان؛
شناسه افزوده:	مک نامارا، فرانسین، McNamara, Francine
شناسه افزوده:	حاجی زاده، مسعود، ۱۳۴۱ - ، مترجم
رده‌بندی کنگره:	BF ۶۳۷ م ۷ / ۹ ز / ۱۳۹۷
رده‌بندی دیویی:	۱۵۵ / ۴۱۸
شماره کتابشناسی ملی:	۵۱۱۵۵۵۰



کتاب‌های دانه

مؤسسه انتشارات صابرين ۸۸۹۶۸۸۹۰

کليدهای رويارویی با پديدهٔ خشونت در کودکان و نوجوانان دکتر باری ای مک نامارا و فرانسین جی مک نامارا

مترجم	دکتر مسعود حاجی زاده
ویراستار	احمد بروجردی
اجرای طرح جلد	ترگس محمدی
تعداد	۵۰۰
چاپ چهاردهم	۱۳۹۷
حروفچینی و صفحه‌آرایی	فاطمه بابایی
چاپ متن و جلد	روزنه کار

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۶۱۸۱-۲۳-۶

ISBN: 978 - 964 - 6181 - 23 - 6

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت: ۱۱۵۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	سخن ناشر
۹	مقدمه
۱۱	بخش اول - نگرشی کلی بر خشونت در کودکان
۱۲	فصل یکم. خشونت چیست؟
۱۴	فصل دوم. چه کودکانی خشونت‌گرا هستند؟
۱۷	فصل سوم. چه کسانی قربانی خشونت هستند؟
۱۹	فصل چهارم. والدین چه می‌توانند بکنند؟
۲۱	فصل پنجم. خشونت و مدرسه
۲۳	بخش دوم - کودکان قربانی خشونت
۲۴	فصل ششم. شناسایی قربانیان خشونت
۲۶	فصل هفتم. انواع قربانیان خشونت
۲۸	فصل هشتم. خانواده‌های قربانیان خشونت
	فصل نهم. الگوهای رفتاری خشونت - پسران در مقابل
۳۰	دختران
۳۲	فصل دهم. وقتی که قربانیان خشونت بزرگ می‌شوند
۳۳	بخش سوم - کودکان خشونت‌گرا

- ۳۴ فصل یازدهم. خشونت، اکتسابی است نه مادرزادی
- ۳۷ فصل دوازدهم. انواع کودکان خشونت‌گرا
- ۳۹ فصل سیزدهم. خانواده‌های کودکان خشونت‌گرا
- فصل چهاردهم. الگوهای رفتاری کودکان خشونت‌گرا - پسران
- ۴۲ در مقابل دختران
- ۴۴ فصل پانزدهم. وقتی کودکان خشونت‌گرا بزرگ می‌شوند

بخش چهارم - اگر کودک شما قربانی خشونت باشد چه می‌توانید

- ۴۵ بکنید؟
- ۴۶ فصل شانزدهم. شناسایی و دخالت اولیه
- ۴۸ فصل هفدهم. پیشنهادهایی برای برخورد با کودک خشونت‌گرا
- فصل هجدهم. پیشنهادهایی گوناگون در زمینهٔ برخورد با کودک خشونت‌گرا
- ۵۱
- ۵۵ فصل نوزدهم. به فرزندتان در دوست‌یابی، کمک کنید
- ۵۷ فصل بیستم. آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان
- فصل بیست و یکم. کودکان نیازمند به آموزش‌های ویژه - ناتوانی
- ۶۲ در یادگیری
- ۶۷ فصل بیست و دوم. کودکان نیازمند به آموزش‌های ویژه - کم‌توجهی

بخش پنجم - اگر کودک شما ناسازگار باشد چه می‌توانید بکنید؟

- ۷۲ فصل بیست و سوم. شناسایی و دخالت اولیه
- ۷۴ فصل بیست و چهارم. الگوی رفتاری مناسبی باشید
- ۷۸ فصل بیست و پنجم. تشویق کودکان
- ۸۲ فصل بیست و ششم. استفادهٔ مؤثر از تنبیه
- ۸۶ فصل بیست و هفتم. چه زمانی باید به متخصص مراجعه کرد؟

بخش ششم - کارهایی که مدرسه می تواند در مورد خشونت‌گرایی

- انجام دهد ۸۹
- فصل بیست و هشتم. مدارس، مکانی مناسب برای خشونت ۹۱
- فصل بیست و نهم. شناسایی اولیه کودکان خشونت‌گرا و قربانیان آن‌ها ۹۳
- فصل سی‌ام. تهیه و اجرای برنامه مبارزه با خشونت در مدرسه ۹۶
- فصل سی و یکم. تضمین حمایت از قربانیان خشونت ۱۰۰
- فصل سی و دوم. کمک به کودکان خشونت‌گرا ۱۰۶
- پرسش و پاسخ ۱۱۶
- واژه‌نامه ۱۱۸
- پیوست - انواع تشویق‌ها ۱۱۹
- نمایه ۱۲۴

سخن ناشر

خواننده محترم، کتاب پیش روی شما یک جلد از **کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان** است.

کتاب‌های این مجموعه، با وجود ارتباط موضوعی، هریک از نظر مطلب مستقل‌اند. آمادگی برای زایمان، روش‌های مناسب و صحیح شیردادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان درباره خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روش‌ها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتاب‌ها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هر کتاب از فصل‌های متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه **کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان**، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آن‌ها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

مقدمه

خشونت، پدیده‌ای جدید نیست، اما امروزه مجلات تخصصی، روزنامه‌ها و کتاب‌ها بیش از گذشته به بررسی آن می‌پردازند. به‌رغم اینکه ۱۵ درصد از کودکان در مدارس گرفتار خشونت هستند، هنوز هم اطلاعاتی که دربارهٔ خشونت در اختیار والدین و اولیاء مدارس قرار دارد ناچیز است. غیر از ۱۵ درصد از کودکان قربانی خشونت، کودکان دیگری نیز هستند که از رویارویی با کودکان قلدر وحشت دارند. این کودکان نیز جزو قربانیان ناشناختهٔ خشونت به‌شمار می‌آیند.

مطالعهٔ «کلیدهای رویارویی با پدیدهٔ خشونت در کودکان و نوجوانان» سبب آشنایی والدین با این پدیده شده و راه‌حل‌های ویژه‌ای برای برخورد با کودکان خشونت‌گرا یا قربانیان خشونت در اختیار آنان قرار می‌دهد. این کتاب شامل شش بخش است؛ بخش اول، نگرشی کلی بر پدیدهٔ خشونت است، بخش دوم و سوم، دربارهٔ قربانیان خشونت و کودکان خشونت‌گرا بحث می‌کند. بخش چهارم و پنجم به‌ترتیب راه‌های کمک به کودک قربانی و کودک خشونت‌گرا را به والدین آموزش می‌دهد و بخش ششم به نقش مدارس در برخورد با پدیدهٔ خشونت پرداخته، والدین را راهنمایی می‌کند تا از اولیاء مدارس بخواهند برای این پدیده اهمیت لازم را قائل شوند.

مداخلهٔ والدین یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین راه‌های مقابله با خشونت

است. این کتاب، اطلاعاتی را در اختیار والدین قرار می‌دهد تا بتوانند با استفاده از شیوه‌های مؤثری که براساس نتایج جدیدترین تحقیقات پیشنهاد شده‌اند در حل پدیده خشونت دخالت کنند.

بخش اول

نگرشی کلی بر خشونت در کودکان

خشونت چیست؟ این اصطلاح معمولاً بدون قاعده‌ای خاص مورد استفاده قرار می‌گیرد. در این بخش از کتاب، پدیده خشونت را تعریف کرده‌ایم، ویژگی‌های کودکان خشن و قربانیان آنان را شرح داده و راه‌حلهایی را در اختیار والدین قرار داده‌ایم. همچنین، در مورد اهمیت مدارس در برخورد با پدیده خشونت نیز بحث کرده‌ایم.

خشونت چیست؟



واژه خشونت، باعث ایجاد احساسی ناخوشایند در افرادی می‌شود که در دوران کودکی، مورد تمسخر و بی‌توجهی هم‌بازی‌ها یا هم‌کلاسی‌های خود قرار گرفته‌اند. تمسخری ساده، ممکن است منجر به واکنش شدیدی شود که دامنه آن از اهانتی لفظی تا خشونت فیزیکی، متغیر است. براساس گزارش «جامعه ملی روان‌شناسان مدارس امریکا» از هر هفت دانش‌آموز امریکایی، یک نفر خشونت‌گرا یا قربانی خشونت است. قربانیان خشونت، احساس می‌کنند که بزرگسالان اهمیتی برای مشکل آن‌ها قائل نیستند. بررسی پدیده خشونت، اهمیت غیرقابل انکاری برای والدینی دارد که یک یا چند فرزند آن‌ها خشونت‌گرا یا قربانی خشونت هستند. گروه سنی این کودکان ممکن است ۲ تا ۳ ساله، نوجوان یا بین این سنین باشد.

کودکان خشونت‌گرا، سعی می‌کنند از طریق خشونت فیزیکی یا لفظی، بر کودکان دیگر مسلط شوند. آن‌ها ممکن است عصبانی، نگران، آزرده و ناامید از خود باشند، اما قادر به برخورد با این احساسات نبوده و یا رفتارهای خشونت‌آمیز را از الگوهای شخصیتی خاصی آموخته باشند. آن‌ها برای خروج از وضعیت نامطلوب روحی خود، از خشونت لفظی یا فیزیکی استفاده کرده و دیگران را آزار می‌دهند. متأسفانه، کودکان خشن تیزهوشی شگفت‌آوری در انتخاب قربانیان خود دارند. آن‌ها معمولاً

قربانیان خود را از میان افراد منزوی، بی‌نام و نشان و آسیب‌پذیر انتخاب می‌کنند.

خشونت می‌تواند موجب بروز حوادث فاجعه‌آمیزی در میان کودکان شود. در یکی از موارد تأسف بار، یک پسر کلاس هفتمی، چون دائماً مورد تمسخر قرار می‌گرفت، خودکشی کرد. دیگران او را «لغت‌نامه متحرک» و «چاقالو» خطاب می‌کردند. او قبل از کشتن خود، کسی را که بیش از دیگران او را مسخره می‌کرد، به قتل رساند. خشونت، اغلب به‌عنوان نوعی «عادت زودگذر کودکان» مورد غفلت و بی‌توجهی قرار می‌گیرد. معمولاً به کودکانی که مورد تمسخر قرار می‌گیرند، توصیه می‌شود که «نادیده بگیرش» ولی موضوع به این سادگی‌ها نیست. خشونت می‌تواند نقش مخربی در زندگی کودکان مدرسه‌ای داشته باشد. ترس، اضطراب و انزوای اجتماعی قربانیان خشونت، باعث آسیب دیدن بهره‌وری آن‌ها در مدرسه و ایجاد نابهنجاری‌های روانی ناشناخته در آنان خواهد شد.

برخی محققان معتقدند، قربانیان خشونت در مقایسه با کودکان خشونت‌گرا، اعتماد به نفس کمتری دارند. آنان، مدرسه را محل امنی نمی‌دانند و از رفتن به کلاس یا بازی با دیگران هراسانند. کوچک‌ترین بی‌توجهی یا اهانت لفظی، باعث خودداری این کودکان از رفتن به مدرسه و افزایش اضطراب آن‌ها می‌شود. بی‌توجهی والدین یا مسئولان مدارس و عدم دخالت آن‌ها به‌هنگامی که قربانی تحت رفتاری خشونت‌آمیز قرار دارد، تأثیرات روانی مخربی بر کودک می‌گذارد.

هدف این کتاب، ارائه اطلاعاتی به والدین در زمینه اهمیت پدیده خشونت در کودکان و راهنمایی آنان در برخورد با این معضل اجتماعی است. همچنین با توجه به اینکه پدیده خشونت عمدتاً در مدارس روی می‌دهد، رهنمودهایی لازم در اختیار والدین قرار می‌گیرند تا بتوانند مسئولان مدارس را نیز در حل این معضل مشارکت دهند.



چه کودکانی خشونت‌گرا هستند؟

کودکان قلدر، به تسلط بر دیگران و کنترل آن‌ها تمایل دارند. آن‌ها از شیوه‌های مختلفی استفاده می‌کنند. دامنه رفتارهای تهاجمی آن‌ها، از متلک‌گویی، نام‌گذاری، تمسخر و شایعه‌پراکنی‌های زشت تا تهدید کودکان دیگر، گسترده است. کودکان خشونت‌گرا، اغلب از خشونت فیزیکی استفاده کرده و پول و اشیاء باارزش دیگران را می‌ربایند. معمولاً به انواع رفتارهای نابهنجار که به‌طور مکرر از کسی سر می‌زند، خشونت و ناسازگاری گفته می‌شود. کودکان خشونت‌گرا و ناسازگار، در یافتن قربانیان خود مهارت دارند. آن‌ها اگر در انتخاب طعمه اشتباه کنند، سراغ قربانیان دیگری می‌روند تا از طریق آزار و تسلط بر آن‌ها، روحیه خشونت‌گرایی و تهاجمی خود را تقویت کنند. آن‌ها به سرعت می‌آموزند که خشونت روشی کارآمد برای دستیابی به خواسته‌ها و اهداف آن‌هاست.

کودکان قلدر و خشونت‌گرا که هستند؟ چه نوع کودکی تمایل به آزار دیگران دارد؟

یافته‌های تحقیقاتی، پاسخ روشنی برای این پرسش‌ها ندارند. برخی محققان معتقدند، کودکان با استفاده از خشونت احساس می‌کنند فرد مهمی هستند. آن‌ها، به دلیل احساس ناامنی، سعی می‌کنند از طریق ناراحت کردن و ایجاد ناامنی برای دیگران، به امنیت و آرامش برسند. این

نوع افراد از اعتماد به نفس خوبی برخوردارند، ولی از نظر پیشرفت تحصیلی، اقتصادی و شغلی چندان موفق نیستند. اگرچه همه محققان با این نظریه موافق نیستند، اما این نظریه بیانگر اجماعی از نظریات دیگر درباره ویژگی‌های کودکان خشونت‌گرا و ناسازگار است.

همه محققان بر این باورند که گرایش به خشونت در کودکان، پدیده‌ای مادرزادی نیست. در واقع، کودکان می‌آموزند که خشونت یکی از راه‌های مؤثر دستیابی به اهداف شخصی و کنترل دیگران است. سؤال این است که آن‌ها چگونه به این موضوع پی می‌برند؟ به عقیده متخصصان، والدین و اشخاصی که الگوی رفتاری کودک به شمار می‌آیند، نقش مهمی در این زمینه دارند. کودکان ناسازگار در زندگی روزمره خانواده خود درمی‌یابند که والدین شان از طریق خشونت به خواسته‌های خویش می‌رسند، لذا از آن‌ها تقلید می‌کنند. هنگامی که والدین برای تسلیم کردن فرزندشان از خشونت فیزیکی یا لفظی استفاده می‌کنند، ناخودآگاه به فرزندشان می‌آموزند که اعمال خشونت راهی مؤثر برای رسیدن به هدف است، به ویژه اگر بزرگ‌تر و قوی‌تر بوده و توانایی زورگویی به دیگران را داشته باشیم. بنابراین، اگر کودکی از سوی والدین خود مورد خشونت فیزیکی یا لفظی قرار گیرد، به نوبه خود کودک ضعیف‌تری را خواهد یافت تا نسبت به او خشونت ورزد. کودکان خشونت‌گرا، معمولاً از قربانیان خود بزرگ‌تر و قوی‌تر بوده و در سراسر دوران زندگی خود «قلدر» باقی می‌مانند. بنابراین تسلسل فاسدی در این زمینه برقرار است؛ والدین خشونت‌گرا به فرزندانشان خود زور می‌گویند و فرزندان آن‌ها نیز خشونت را از آنان آموخته و سایر کودکان را تحت فشار می‌گذارند. برخی از متخصصان معتقدند یادگیری خشونت از طریق شخصیت‌های فیلم‌های تلویزیونی و سینمایی نیز امکان‌پذیر است. این الگوهای رفتاری می‌توانند باعث تشدید روحیه خشونت‌گرایی در کودکانی شوند که مورد خشونت والدین خود قرار می‌گیرند.

خشونت‌گرایی در کودکان صفتی نیست که با بزرگ‌شدن آن‌ها محو شود بلکه می‌تواند در سراسر زندگی آن‌ها حضور داشته و در سنین جوانی باعث تمایل آن‌ها به ارتکاب جرائم مختلف شود. این افراد با همسر خود ناسازگار خواهند بود و اگر مسئولیتی اجتماعی به آن‌ها واگذار شود، سعی می‌کنند نیروهای تحت امر خود را از طریق استفاده از خشونت تحت انقیاد درآورند. برای رهایی از این تسلسل مخرب، باید برنامه‌ای در خصوص برخورد مناسب والدین و مدارس با پدیده خشونت‌گرایی کودکان، تدوین و ارائه شود.



چه کسانی قربانی خشونت هستند؟

بسیاری از ما در موقعیت‌هایی قرار می‌گیریم که احساس می‌کنیم مورد خشونت قرار گرفته‌ایم. این‌گونه تجربه‌ها اگر مکرر نباشند و گاه‌گاه روی دهند، نمی‌توان خود را قربانی خشونت دانست، اما این تجربه‌ها به ما کمک می‌کنند تا احساس یک کودک قربانی خشونت را درک کرده و با او برخورد شایسته‌ای کنیم. قربانیان خشونت دو دسته‌اند: افراد منفعل و افراد تحریک‌پذیر.

قربانیان منفعل، معمولاً از نظر قدرت بدنی ضعیف بوده و قادر به مبارزه نیستند. قربانیان تحریک‌پذیر، معمولاً ناآرام و حساس بوده و به‌طور مکرر دیگران را مسخره می‌کنند. آن‌ها درصدد جلب توجه دیگران بوده و دست به کارهای غیرعادی می‌زنند و درنهایت مورد تمسخر دیگران قرار می‌گیرند.

قربانیان خشونت، از نظر فیزیکی ضعیف‌تر از افراد خشونت‌گرا هستند. آن‌ها کودکانی مضطرب و نگران بوده و توانایی ضعیفی در برقراری روابط اجتماعی دارند و به همین دلیل، اکثراً منزوی هستند و در فعالیت‌های گروهی شرکت نمی‌کنند. دوست‌یابی و ادامهٔ دوستی یکی از بزرگ‌ترین مشکلات این نوع کودکان است. بسیاری از آن‌ها علاقه‌ای به مدرسه ندارند، چراکه در این محل بیشتر در معرض تماس با افراد خشونت‌گرا هستند. نزد خود تصور کنید که دائم نگران نوع برخورد دیگران با خود هستید؛ دائم منتظرید کسی شما را مسخره کند و همواره

تمام انرژی خود را بر این ترس متمرکز می‌کنید. در چنین شرایطی، ناگفته پیداست که مدرسه مکان خوشایندی برای شما نخواهد شد.

قربانیان خشونت به دلیل تحت فشار بودن در مدرسه، موفقیت چندانی در تحصیلات خود ندارند. آن‌ها از مدرسه می‌ترسند و به‌طور مکرر غیبت می‌کنند. آن‌ها حتی در ساعات فراغت و استراحت نیز آرامش ندارند و نگرانند که مورد اذیت و آزار دیگران قرار گیرند.

در این زمینه، وضعیت مایکل^۱، کودک کلاس سوم، مثال مناسبی به‌نظر می‌رسد. او هر روز به‌هنگام ناهار، توسط کودکی دیگر مورد اذیت و آزار قرار می‌گرفت. کودک ناسازگار، دوستان خود را گرد مایکل جمع می‌کرد و طرز لباس پوشیدن و نازک‌نارنجی بودن او را مورد تمسخر قرار می‌داد. مایکل، کودک مهاجمی نبود و به‌سختی از خودش دفاع می‌کرد. مسئولان مدرسه با مشاهدهٔ چنین صحنه‌هایی، برای کمک به مایکل دخالت کردند.

قربانیان، روحیهٔ تهاجمی ندارند. آن‌ها به‌هیچ‌وجه حاضر به دفاع و مقابله نیستند و هنگامی که مورد اذیت قرار می‌گیرند، گریه می‌کنند. کودک خشونت‌گرا، این نوع کودکان را به‌آسانی شناسایی کرده و کودک قربانی نیز تسلیم خواسته‌های او می‌شود و از این طریق، باعث تقویت خشونت در کودک قلدر می‌گردد. این نوع کودکان قربانی، قادر به برخورد مناسب با مشکلات خود نیستند.

والدین کودکان قربانی، با حمایت شدید از فرزند خود به او فرصت نمی‌دهند تا با مشکلات دست‌وپنجه نرم کند. کمبود اعتمادبه‌نفس و ترس و اضطراب در این کودکان به‌قدری تقویت می‌شود که تبدیل به‌ویژگی بارز آن‌ها شده و کودکان قربانی خشونت باور می‌کنند که لیاقت انجام هیچ کاری را ندارند. این افراد، معمولاً در معرض اقدام به خودکشی قرار دارند. تأثیرات روانی قربانی بودن می‌تواند در درازمدت بسیار مخرب باشد.

1. Michael



والدین چه می‌توانند بکنند؟

تمام متخصصان معتقدند قدرت نفوذ والدین مهم‌ترین عامل بازدارندهٔ خشونت در کودکان است. بزرگسالان، هم در مدرسه و هم در محیط خانه باید «خشونت‌گرایی» را جدی بگیرند، زیرا این مشکل به‌طور خودبه‌خودی و به‌مرور زمان از بین نمی‌رود. کودکان قربانی خشونت اغلب از بی‌توجهی والدین خود نسبت به مشکلی که دارند شکایت می‌کنند. در بدترین حالت، والدین به فرزندشان توصیه می‌کنند: «اگر کسی به تو زور گفت، تو هم مقابله به‌مثل کن.» و در بهترین حالت به فرزندشان می‌گویند: «فراموشش کن.» فراموش کردن رفتاری ناشایست، ممکن است در اصلاح برخی از رفتارها مؤثر باشد، ولی در مورد برخورد با خشونت کارایی ندارد. قربانیان خشونت، معمولاً بسیار حساس بوده و نمی‌توانند آزار و اذیت کودکان خشونت‌گرا را فراموش کنند. از سوی دیگر، این نوع آزارها گاهی فیزیکی بوده و قابل فراموشی نیست. گاهی اوقات، توصیه‌های ارائه‌شده به کودکان را در مورد مشکلات مشابه بزرگسالان، به کار نمی‌بندیم. مثلاً هیچ‌کس به کارگری که از همکارش کتک می‌خورد، توصیه نمی‌کند که واکنشی در برابر او نشان ندهد و موضوع را فراموش کند، اما همواره به کودکان چنین توصیه‌ای می‌کنند که در واقع کاری صحیح نیست. تشویق به مقابله به‌مثل نیز بدترین نوع توصیه است، زیرا کودکان قربانی خشونت معمولاً ضعیف‌تر و منزوی‌تر از کودکان خشونت‌گرا بوده و در صورت مقابله به‌مثل، بی‌شک شکست

خواهند خورد. همین شکست، به تسلط بیشتر کودکان خشونت‌گرا و ترس بیشتر قربانیان آن‌ها منجر می‌شود. مقاومت در برابر کودکان خشونت‌گرا ممکن است در پاره‌ای مواقع مؤثر باشد، ولی کتک‌کاری و مقابله به مثل قربانیان، معمولاً مؤثر نخواهد بود.

والدین باید الگوهای شخصیتی مناسبی برای فرزندان خود باشند. اگر کودکی مشاهده کند که والدین او برای رسیدن به اهداف خود از خشونت استفاده می‌کنند، احتمالاً خود نیز چنین خواهد کرد. والدین باید سعی کنند اختلافات خانوادگی را بدون استفاده از خشونت حل کنند. کودکانی که از والدین خود کتک می‌خورند، عاقبت کودک ضعیف‌تری را خواهند یافت تا اورا کتک بزنند.

والدین باید از ریشخند کردن فرزندشان و اهانت به آن‌ها خودداری کنند تا فرزندشان نیز چنین رفتاری با کودکان دیگر نداشته باشد. والدین باید حس مسئولیت و کمک به هم‌نوعان را در فرزندشان تقویت کنند. اگر کودکی به دوستانش کمک کرد، او را تشویق کنید. اگر به نیازها و احساسات دیگران توجه کرد، به او نشان دهید که از این رفتار او بسیار خرسند هستید، به این ترتیب، شرایط مناسبی را برای فرزندان فراهم می‌سازید تا رفتار متعادلی با دوستانش داشته باشد (در فصول بعدی، به تشریح راهبردهایی ویژه برای والدین کودکان خشونت‌گرا و کودکان قربانی خشونت خواهیم پرداخت).

والدین باید به خصوصیات مثبت فرزندشان بیشتر توجه کنند. بسیاری از والدین، به‌رغم اینکه الگوی رفتاری مناسبی برای فرزندان خود نیستند و حتی به‌طور ناخودآگاه باعث تقویت رفتارهای خشن آن‌ها می‌شوند، تمایلی ندارند که فرزندانی شرور داشته باشند. والدین باید بیاموزند که برای تغییر رفتار فرزندشان، باید رفتار خودشان را تغییر دهند. هیچ‌کس دوست ندارد فرزندش قربانی خشونت شود. والدین باید راهبردهای مؤثر برخورد با خشونت کودکان خشونت‌گرا را به فرزند خود بیاموزند. این کار بدون کمک مسئولان مدرسه موفقیت‌آمیز نخواهد بود، زیرا مدرسه مکان مناسبی برای بروز خشونت بین کودکان است.

بحث درباره خشونت و ناسازگاری بدون بحث درباره مدرسه، امکان‌پذیر نیست زیرا پدیده خشونت عمدتاً در محیط مدرسه یا در راه مدرسه روی می‌دهد. والدین باید ارتباط مستمری با مسئولان مدرسه فرزندشان برقرار سازند و اطلاعات لازم را در اختیار آنان قرار دهند تا برنامه‌ای برای مبارزه با پدیده خشونت در محیط مدرسه تهیه شود و از این طریق به فرزند آن‌ها کمک کند.

برخی کارشناسان معتقدند رفتار خشونت‌گرا در ایالات متحده آمریکا، تحمل نمی‌شود و مقاومت و دفاع از خود، نوعی ارزش فرهنگی به‌شمار می‌آید. مدارس باید قوانین شفاف‌ی برای رفتارهای شایسته تهیه کنند و مجازات‌هایی جدی برای رفتارهای ناشایست در نظر بگیرند. تمام کودکان خشونت‌گرا باید بفهمند که رفتار آن‌ها در محیط مدرسه تحمل نخواهد شد و تمام کودکان قربانی خشونت نیز باید باور کنند در صورت مراجعه به مسئولان مدرسه، از حمایت جدی آن‌ها برخوردار خواهند شد. دخالت مشاور اجتماعی مدرسه در مورد مشکل مایکل (رک. فصل سوم) به حل مشکل او انجامید. او شیوه‌های مقابله با کودکان خشونت‌گرا را به مایکل آموزش داد و تأکید کرد که برای حل این مشکل نباید به‌تنهایی وارد عمل شود و حتماً باید از مسئولان مدرسه کمک بخواهد. مسئولان مدرسه، افراد آموزش‌دیده در زمینه نحوه برخورد با پدیده خشونت در

مدارس را به کار گرفته و در ساعات زنگ تفریح، آن‌ها را ناظر فعالیت‌های دانش‌آموزان کردند. تمام افرادی که در مدرسه مشغول به کار هستند، اعم از معلمان، ناظم، مدیر، مستخدم و کارمندان دفتری، باید پدیده خشونت را جدی بگیرند. تنها در این صورت است که می‌توان برنامه‌ای جامع برای مقابله با این ناهنجاری رفتاری در مدرسه تهیه کرد. این برنامه همچنین باید شامل آموزش کودکانی باشد که دارای ناتوانی‌های یادگیری بوده و یا دچار کم‌توجهی و کندذهنی هستند، زیرا چنین کودکانی معمولاً بیش از دیگران قربانی خشونت می‌شوند. مشارکت و همکاری والدین نیز نقشی حیاتی در موفقیت چنین برنامه‌ای دارد. والدین باید از ماهیت این برنامه‌ها مطلع شده و در خانه نیز آن‌ها را اجرا کنند.

خشونت، معضلی اجتماعی است که شیوع بسیاری در مدارس دارد. رمز موفقیت در مقابله با این پدیده، در همکاری تنگاتنگ اولیاء و مربیان نهفته است.

بخش دوم

کودکان قربانی خشونت

شناسایی کودکان قربانی خشونت، اهمیت فراوانی دارد. این بخش به بررسی راه‌های شناسایی کودکان قربانی، انواع قربانیان، خانواده‌های آنها، تأثیر اختلاف جنسی و تأثیرات درازمدت قربانی خشونت بودن، اختصاص دارد.



شناسایی قربانیان خشونت

یکی از عمده‌ترین شکایت‌های کودکان قربانی خشونت، عدم توجه والدین و معلمان به مشکل خشونت است. از نظر آن‌ها، بزرگسالان همواره از مشکل آن‌ها غفلت می‌ورزند. در فیلمی به نام «به خانه عروسی من خوش آمدید»^۱ زندگی یک دختر کلاس هفتمی قربانی خشونت، به نمایش درآمده است. والدین و معلمان او نسبت به مشکلی که باعث عذاب دخترک شده است، بی‌توجهند. در صحنه‌ای از فیلم، دختر توسط تمام هم‌کلاسی‌های خود مورد تمسخر قرار می‌گیرد، اما معلم او متوجه این رفتار نمی‌شود. برای توجه به خشونت و دخالت در حل آن، باید نشانه‌های یک قربانی خشونت را در خانه و مدرسه شناخت.

نشانه‌های قربانیان خشونت در خانه

- بازگشت از مدرسه به خانه با لباس‌های نامرتب، کتاب‌های پاره و یا در حال گریه.
- زخمی بودن کودک بدون اینکه علت آن را توضیح دهد.
- منزوی بودن، نداشتن دوست و عدم تمایل کودک به شرکت در فعالیت‌های جمعی کودکانه.

1. welcom to my Dollhouse

- نداشتن دوست صمیمی.
- دعوت نشدن به جشن تولد دوستان و عدم تمایل او به دعوت کردن آنها.
- عدم تمایل به حضور در مدرسه، کم‌اشتهایی، سردردهای مکرر و احساس دل‌درد به‌ویژه در آغاز صبح.
- خواب‌های آشفته، گریه در خواب و دیدن خواب‌های بد.
- عدم تمایل به انجام تکالیف مدرسه و افت تحصیلی.
- غمگین، افسرده و ناراحت بودن و عصبانیت سریع.
- درخواست پول بیشتر یا دزدیدن پول از والدین برای دادن آن به کودکان خشونت‌گرا و قلدر.

نشانه‌های قربانیان خشونت در مدرسه

- به‌طور دائم مسخره شدن، متلک شنیدن، تحقیر شدن، تهدید شدن، اطاعت کردن از دیگران و تسلیم بودن.
- مضحکه دیگران شدن.
- کتک خوردن و اذیت شدن بی‌آنکه قادر به دفاع از خود باشند.
- فرار از درگیری‌ها و مشاجرات و در مواقعی گریه کردن.
- گم کردن پول و سایر وسایل شخصی خود به‌طور مکرر.
- زخمی بودن و پارگی لباس‌ها بدون اینکه توضیحی برای آن‌ها داشته باشد.
- گوشه‌گیری از دیگران، تنهایی در زنگ تفریح و نداشتن یک دوست خوب در کلاس.
- آخرین نفر انتخاب شده در بازی‌های دسته جمعی.
- تمایل به سپری کردن اوقات استراحت و یا زنگ تفریح با معلم یا بزرگسالان دیگر.
- خجالتی بودن و سکوت مکرر در کلاس.
- افت تحصیلی و افسرده و ناراحت بودن.



انواع قربانیان خشونت

قربانیان خشونت دو دسته‌اند: ۱. قربانیان منفعل (که اکثریت قربانیان را تشکیل می‌دهند). ۲. قربانیان تحریک‌پذیر.

قربانیان منفعل

این نوع کودکان، معمولاً کوچک‌تر و ضعیف‌تر از کودکان قلدر و خشونت‌گرا بوده و قادر به دفاع از خود نیستند. آن‌ها به راحتی تسلیم شده و بی‌درنگ گریه می‌کنند. تسلیم‌پذیری آن‌ها باعث می‌شود بارها و بارها مورد آزار کودکان قلدر قرار بگیرند. این نوع کودکان (یا افراد) عموماً مضطرب و ناآرام بوده از آسیب دیدن وحشت دارند و حتی برای دفاع از خود نیز کسی را کتک نمی‌زنند. آن‌ها از اعتماد به نفس بسیار ضعیفی برخوردارند و به نجات از این وضع امیدی ندارند. این نوع کودکان، فاقد مهارت‌های لازم برای برقراری روابط اجتماعی با کودکان هم‌سن خود بوده و قادر نیستند با دیگران شوخی کنند و یا روابطی دو جانبه برقرار سازند. بنابراین، قادر نیستند شیوه‌های مقابله با کودکان قلدر را اجرا کنند.

کودکان تحریک‌پذیر

این نوع کودکان که برخلاف کودکان منفعل، به راحتی قابل شناسایی نیستند، درصد کمی از قربانیان خشونت را تشکیل می‌دهند، آن‌ها معمولاً

سایر کودکان را ناراحت و مسخره کرده و حد و مرز هیچ چیزی را رعایت نمی‌کنند. شوخی‌های آن‌ها اغلب به مشاجره و دعوا ختم می‌شود و چون قادر نیستند از لحاظ لفظی یا فیزیکی از خود دفاع کنند، همیشه بازنده هستند. متأسفانه، والدین این نوع کودکان قضاوت درستی درباره رفتار آن‌ها ندارند و اغلب، آنان را لایق شکست و مستحق تنبیه می‌دانند. معلمان نیز چنین کودکانی را دوست ندارند و از کتک خوردن آن‌ها خوشحال می‌شوند. این کودکان، دچار کم‌توجهی دیگران بوده و نمی‌توانند بر نکات مهم تکالیف مدرسه تمرکز کنند. آن‌ها اغلب، تکالیف خود را تمام نمی‌کنند زیرا هنوز فعالیتی را به پایان نرسانده سریعاً مشغول فعالیت دیگری شده یا توسط محرکی خارجی تحت تأثیر قرار می‌گیرند و از ادامه فعالیت خود غافل می‌شوند. والدین و مسئولان مدرسه باید این نوع کودکان را شناسایی کرده و مانع از قربانی شدن آن‌ها در برابر خشونت شوند.



خانواده‌های قربانیان خشونت

دختر شما از مدرسه به خانه آمده و می‌گوید دوست او سارا به دوستان دیگرش گفته است او را به جشن تولد خودشان دعوت نکنند. پیراهن پسر شما پاره شده و پول او را دزدیده‌اند. پسری قلدر، او را در راه مدرسه کتک زده و مجبور کرده است پولش را تقدیم او کند. پسر شما درحالی‌که گریه می‌کند، به شما می‌گوید همهٔ دوستانش عینک او را مسخره کرده و برایش اسم گذاشته‌اند. اکثر والدین در صورت رویارویی مکرر با چنین وقایعی، بسیار ناراحت می‌شوند. ممکن است آن‌ها ندانند چه باید بکنند و چگونه موقعیت را برای فرزند خود شرح داده و به قربانی شدن او پایان دهند. آن‌ها اگر به مسئولان مدرسه نیز شکایت کنند، نتیجه‌ای نخواهند گرفت. مسئولان مدرسه ممکن است با این والدین همدردی کنند، اما بیشتر مدارس فاقد روش‌های مؤثر برای مقابله با خشونت در مدرسه هستند. خانوادهٔ کودکان قربانی به اندازهٔ فرزند خود از این وضعیت رنج می‌برند.

تحقیقات نشان داده است که والدین کودکان قربانی، به شدت از فرزند خود حمایت و مراقبت می‌کنند. آن‌ها به نحوی افراطی فعالیت‌های فرزندشان را تحت نظر می‌گیرند و سعی می‌کنند مشکلات او را پیش‌بینی کنند و در بسیاری از موارد از رویارویی فرزندشان با مشکلات جلوگیری کنند. کودکان قربانی، توانایی برخورد با خشونت را ندارند. برخی از محققان، این ناتوانی را ناشی از عدم تجربهٔ کافی آن‌ها در برخورد با مشکلات و خشونت می‌دانند. والدین نیز به دلیل اطلاع از ناتوانی

فرزندشان، سعی می‌کنند از صحنه‌های خشونت بار و هرگونه دعوایی پرهیز کنند. کودکان قربانی، معمولاً کوچک‌تر از کودکان قلدر بوده و خجالتی هستند. آن‌ها بسیار مضطرب بوده و به راحتی تسلیم خواسته‌های کودکان قلدر می‌شوند و خیلی سریع گریه می‌کنند. لذا، طبیعی است که والدین از چنین فرزندى حمایت کنند.

حمایت افراطی والدین از فرزندشان، ممکن است علت یا معلول قربانی شدن فرزندشان باشد. هنوز نظری قطعی در این خصوص وجود ندارد اما این نوع حمایت‌ها از نیاز فرزندان به کمک سرچشمه می‌گیرند. کودکان ضعیف و آسیب‌پذیر به کمک والدین خود نیاز دارند. نیاز آن‌ها به کمک، گاهی به شکلی افراطی آشکار می‌شود.

در یک جشن تولد، یکی از کودکان مهمان، کودک میزبان را کتک زد زیرا هر دو مایل بودند از یک اسباب‌بازی استفاده کنند. والدین کودک قربانی، اسباب‌بازی را از دست کودک قلدر گرفته و او را سرزنش کردند. آن‌ها به مادر او گفتند مواظب رفتار فرزند خود باشد و از مردم آزاری او جلوگیری کنند. در پایان جشن تولد، کودک قلدر همراه مادرش عذرخواهی کردند ولی مادر کودک کتک‌خورده، با واکنشی سریع جلو فرزندش ایستاد تا از او حمایت کند. او در پاسخ عذرخواهی مادر کودک قلدر گفت، بهتر است پسر قلدرش را از پسر او دور نگه دارد و به او بیاموزد که نباید به دیگران آسیب برساند. مهمانان دیگر از این نوع واکنش او تعجب کردند. آن‌ها نمی‌دانستند که فرزند او همیشه از دیگران کتک می‌خورد و او مجبور است که به هر طریق ممکن، از فرزندش حمایت کند. با توجه به اینکه کودکان ضعیف، قادر به مقابله با خشونت نبوده و فاقد مهارت‌های لازم برای برقراری ارتباطات اجتماعی هستند، والدین آن‌ها سعی می‌کنند فرزندشان را از این صحنه‌ها دور نگاه دارند و یا اجرای چنین مهارت‌هایی را خود برعهده بگیرند و به جای فرزندشان با مشکلات او برخورد کنند. این والدین باید بیاموزند که وظیفه آن‌ها تنها کمک کردن به فرزندشان برای مقابله با مشکلات است.

الگوهای رفتاری خشونت - پسران در مقابل دختران

پسران، معمولاً بیش از دختران در معرض خشونت قرار گرفته و قربانی آن می‌شوند. صحنه‌های خشونت‌بار پسران، عمدتاً با کتک‌کاری همراه است. با توجه به آشکار بودن تاکتیک‌های خشونت‌بار در پسران، ممکن است چنین تصور شود که موارد ناسازگاری در پسران بیش از دختران است. این درحالی است که ناسازگاری دختران، اغلب به شکل منزوی شدن از فعالیت‌های جمعی و شایعه‌پراکنی دربارهٔ یکدیگر بروز می‌کند. توجه به گوناگونی اشکال ناسازگاری بین پسران و دختران اهمیت بسیاری دارد، زیرا یک دختر ممکن است قربانی خشونت باشد، ولی به علت مخفی و نامشخص بودن ماهیت خشونت دخترانه، مشکل او ناشناخته باقی بماند.

عده‌ای از معلمان مدارس دخترانه در امریکا، موضوع خشونت را در کلاس‌های خود مورد بحث قرار داده و تجربه‌های کودکی خود را بررسی کرده‌اند؛ تجربهٔ زمانی را که به دلیل درس‌خوان بودن مورد استهزاء دوستانشان قرار می‌گرفتند یا از سوی هم‌کلاسی‌های خود تحریم می‌شدند و در انزوا قرار می‌گرفتند. آن‌ها به یاد می‌آوردند که مشکل‌شان دو تا سه سال ادامه داشت اما کسی به آن‌ها کمک نمی‌کرد. آن‌ها بارها از والدین خود شنیده بودند که «فراموشش کن» یا «بالاخره تمام می‌شود» اما برای حل مشکل، هیچ کمکی به آن‌ها نمی‌کردند. یکی از معلمان به یاد

دارد زمانی که در کلاس سوم راهنمایی درس می‌خواند، هفته‌ای دوبار مزاحم تلفنی داشت. والدین او به مخابرات اطلاع دادند. با شناخته شدن پسر مزاحم، مزاحمت‌های تلفنی او نیز خاتمه یافت و والدین دختر خوشحال شدند که ماجرا به پایان رسیده است.

شکل‌های ناسازگاری و خشونت در پسران در مقایسه با دختران بسیار متفاوت است، اما تأثیر یکسانی بر فرد قربانی می‌گذارد. هیچ‌گاه نمی‌توان گفت چه نوع مزاحمتی بدتر از دیگری است، زیرا کودکان در محیط مدرسه و خانه نیاز به آرامش دارند و هر چیزی که این آرامش را از آن‌ها سلب کند، آزاردهنده است. درجه‌بندی شکل‌های خشونت و مزاحمت باعث بی‌توجهی به برخی شکل‌های خشونت می‌شود. مهم‌ترین عامل در شناسایی خشونت و ناسازگاری این است که بپذیریم مشکل خشونت پدیده‌ای جهانی است و راه‌های مختلفی برای قربانی کردن ضعیف‌ها وجود دارد. لذا نباید به شکل‌های خاصی از خشونت توجه داشت و از شکل‌های دیگر غافل شد، چراکه در این زمینه تفاوتی بین دختر و پسر وجود ندارد.



وقتی که قربانیان خشونت بزرگ می شوند

کودکانی که در دوران تحصیلی خود گرفتار خشونت و آزار و اذیت هستند چه آینده‌ای خواهند داشت؟ بدیهی‌ترین پاسخ به این سؤال این است که این نوع تجربه، تأثیری منفی در زندگی آن‌ها خواهد گذاشت. به یاد آوردن کودکی همراه با تحمل آزار و اذیت دیگران، باعث ناراحتی عمیق بزرگسالان می‌شود. آن‌ها نام کودکان مردم‌آزار را به یاد دارند و روش‌های آزاردهنده آن‌ها را هرگز فراموش نمی‌کنند. تاکنون تحقیقاتی کافی در زمینه تأثیر خشونت در بزرگسالی قربانیان آن انجام نگرفته و نظریه‌ای منسجم وجود ندارد. برخی از محققان پی برده‌اند که پسران قربانی، بیشتر تحت تأثیر فشار قرار داشته و اعتماد به نفس کمتری دارند. برخی دیگر معتقدند کودکان قربانی اعم از پسر یا دختر، ترسو و خجالتی بوده و فاقد شهامت مقابله با مشکلات هستند. این افراد، خصوصیات خود را به فرزندان خویش منتقل کرده و هنگامی که به تعادل شخصیتی رسیدند، به نحوی افراطی از فرزندان خود حمایت می‌کنند.

کودکان ضعیف، به دلیل وحشت از کودکان قلدر، از مدرسه‌گریزان بوده و دچار افت تحصیلی می‌شوند. اثرات درازمدت این مشکل هنوز مورد مطالعه قرار نگرفته است. این نوع کودکان احتمالاً موفقیتی در طی مدارج عالی تحصیلی نخواهند داشت. برخی از آنان، هیچ‌گاه بزرگ نمی‌شوند و خودکشی می‌کنند. برنامه‌های مبارزه با خشونت، در پی وقوع چنین خودکشی‌هایی تدوین شده است.

بخش سوم

کودکان خشونت‌گرا

علت‌یابی عوامل بروز قلدری و ناسازگاری در کودکان و شناسایی روش‌هایی که به کار می‌برند، اهمیت بسیاری دارد. این بخش، به معرفی انواع کودکان خشونت‌گرا و ناسازگار، بررسی خانواده‌های آن‌ها، اختلاف جنسی و تأثیرات درازمدت ناسازگاری، اختصاص دارد.



خشونت اکتسابی است نه مادرزادی

در اتوبوس مدرسه، گروهی از دانش‌آموزان شروع به مسخره کردن یکی از کودکان کرده و طرز لباس پوشیدن، نمرات درسی یا خانواده او را به ریشخند می‌گیرند. این رفتار تا ماه‌ها بدون اینکه مسئولان مدرسه دخالتی بکنند، ادامه می‌یابد. یک روز، هنگامی که پدر یکی از بچه‌های شرور در ایستگاه اتوبوس منتظر فرزندش ایستاده است، راننده به او می‌گوید پسرش یکی از دانش‌آموزان را بدون هیچ دلیلی اذیت می‌کند. او نیز بلافاصله سیلی محکمی به گوش فرزندش می‌نوازد.

در یک روز آفتابی، گروهی از کودکان مشغول بازی هستند. یکی از بچه‌ها بازیکنی را هل داده و به او آسیب می‌رساند. پس از پایان بازی، مادرش او را تشویق می‌کند و می‌گوید: «آفرین رابرت^۱ خوب بهش هجوم بردی».

مدیر مدرسه، به مادر ماتیو^۲ تلفن می‌کند و به او می‌گوید پسرش با یکی از کودکان درگیر شده و او را زخمی کرده است. پدر و مادر ماتیو با او گفت‌وگو کرده، به توافق می‌رسند که فرزندشان از چنین درگیری‌هایی دوری کند. پس از این توافق، پدر ماتیو می‌گوید: «ضربه جانانه‌ای به آن پسر زدی‌ها!»

1. Robert

2. Matthew

در یک سبزی فروشی هستید. کودکی سعی می‌کند بدون اجازه میوه‌ای بردارد. مادرش جلوی او را می‌گیرد، اما او به کارش ادامه می‌دهد. سرانجام مادرش سیلی محکمی به او می‌زند. کودک شروع می‌کند به گریه کردن. مادرش می‌گوید: «گریه نکن». کودک به گریه ادامه می‌دهد و مادرش برای ساکت کردن او بیشتر کتکش می‌زند.

دو کودک مشغول بازی هستند. کودک سومی اسباب‌بازی آن‌ها را به‌زور می‌گیرد. والدین آن‌ها وارد ماجرا می‌شوند. یکی از والدین می‌گوید: «اجازه نده کسی اسباب‌بازی‌ات را به‌زور تصاحب کند. برو و آن را از او بگیر». فرزندش پاسخی نمی‌دهد. مادر او ناراحت شده و می‌گوید: «تو باید از خودت دفاع کنی. برو و اسباب‌بازی‌ات را پس بگیر». کودک باز هم حرکتی نمی‌کند. او شروع می‌کند به گریه کردن و مادرش احساس عجز می‌کند.

در مثال‌هایی که خواندید، والدین پیام روشنی برای فرزندشان داشتند: «اگر تو دوستت را کتک بزنی، من هم تو را کتک می‌زنم.» «باید روحیه تهاجمی داشت.» «اگر بزرگ‌تر و قوی‌تر از کسی هستی، می‌توانی به او زور بگویی.» و... این نوع واکنش‌ها از سوی والدین، موجب تقویت روحیه قلدری و خشونت‌گرایی در فرزندانشان می‌شود.

اکتسابی بودن «خشونت و ناسازگاری» الزاماً به این معنی نیست که والدین مقصرند بلکه رفتار والدین می‌تواند تأثیر تقویت‌کننده‌ای بر رفتارهای خشونت‌بار فرزندان بگذارد. اگر آن‌ها رفتار تهاجمی داشته باشند، فرزندشان نیز این نوع رفتار را از آن‌ها خواهد آموخت. وقتی آن‌ها رفتار تهاجمی را رفتاری پسندیده بدانند، فرزندشان را به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم تشویق به تهاجم خواهند کرد. وقتی آن‌ها فرزندشان را کتک بزنند یا به او توهین کنند، او نیز کودک ضعیف‌تری را خواهد یافت تا چنین رفتاری را درمورد او انجام دهد. مواردی وجود دارند که تأثیر خصوصیات روحی کودکان را در ارتکاب خشونت، ثابت می‌کنند اما

در بیشتر موارد، نقش تربیتی والدین، اهمیت بیشتری دارد. برخی کودکان ممکن است تحت تأثیر فیلم‌های سینمایی، بازی‌های کامپیوتری و کتاب‌های پلیسی - جنایی قرار گیرند.

اولین چیزی که والدین کودکان قلدر باید بیاموزند، این است که ارتباط بدآموز خود را با فرزندشان قطع کرده، در رفتار خود تجدیدنظر کنند. البته انجام این کارها چندان آسان نیست. به نظر بسیاری از والدین ممکن است موضوع مثال‌هایی که در ابتدای این فصل ارائه شد، مشکل خاصی نباشد، آن‌ها ممکن است دفاع از خود، مقاومت و برخورداری از روحیه تهاجمی فرزند خویش را قابل تحسین بدانند. این‌گونه والدین به دلیل داشتن چنین احساساتی قابل سرزنش نیستند. جامعه معمولاً قضاوت واحدی درباره این خصوصیات ندارد. شخص مهاجم، صرف‌نظر از اینکه در فعالیت‌های ورزشی یا سیاسی یا تجاری مشغول باشد، معمولاً مورد احترام دیگران قرار می‌گیرد. فصل‌های بعدی، کلیدهایی در اختیار والدین قرار خواهد داد تا بتوانند در الگوهای رفتاری خود تجدیدنظر کرده و در نتیجه فرزندی مهربان و مسئولیت‌پذیر داشته باشند.

اکثر کودکان ناسازگار، روحیه‌ای تهاجمی دارند و خواهان رهبری گروه هستند. در این کودکان، حس همدردی و احساس گناه از عمل ناشایست بسیار ضعیف است. این خصوصیات با تلقی کلیشه‌ای موجود از یک کودک شرور، انطباق دارد؛ کودکی که دیگران را کتک می‌زند یا تهدید می‌کند.

کودکان شرور از روش‌های متعددی استفاده می‌کنند که گستره‌ای از نوع خفیف مثل هل دادن تا نوع شدید مثل تهدید کردن با اسلحه را دربر می‌گیرد. آن‌ها ممکن است علیه یکی از کودکان جو سازی کرده و باعث انزوی او شوند. استفاده از خشونت لفظی و تهدید دیگران نیز از شیوه‌های رایج این نوع کودکان به شمار می‌آیند. آن‌ها در تمامی موارد ابراز خشونت، به هر شکلی سعی می‌کنند تا بر دیگران مسلط شوند. بسیاری از مردم معتقدند که در پس چنین ظاهر خشونت‌باری، نوعی احساس ناامنی و کمبود اعتماد به نفس نهفته است. این گفته اگرچه تا حدی درست است اما همیشه چنین نیست. عده‌ای از کارشناسان معتقدند که این کودکان کمتر دچار اضطراب می‌شوند و بیشتر از دیگران دارای آرامش و اعتماد به نفس هستند. کودکان خشونت‌گرا با سایر کودکان تفاوت دارند. آن‌ها تمامی رفتارهای دیگران را نوعی دشمنی با خویش تلقی می‌کنند. به همین دلیل کوچک‌ترین شوخی دیگران را با شدیدترین

واکنش فیزیکی پاسخ می‌دهند. کارشناسان معتقدند که این کودکان قادر به تحلیل درست رویدادها نیستند و هر رفتاری را نوعی توطئه علیه خویش می‌دانند.

برخی از کودکان شرور ممکن است خود قربانی خشونت شوند. قربانیان تحریک‌پذیر، خصوصاً دانش‌آموزانی که توجه کافی به اطراف خود ندارند، در رفتار تهاجمی خود دچار شکست می‌شوند. آن‌ها ممکن است چیزی بگویند یا کاری کنند که سبب ناراحتی دیگران شوند. آن‌ها سریعاً ناراحت می‌شوند و جبهه‌گیری می‌کنند، ولی نمی‌توانند رفتار تهاجمی خود را ادامه دهند و در نتیجه تسلیم می‌شوند. این کودکان اگرچه اغلب قربانیان خشونت هستند، اما ماهیت رفتاری آن‌ها به نحوی است که در فعالیت‌های خشونت‌بار شرکت می‌کنند.

یکی از دخترانی که در دورهٔ آموزشی مخصوص کودکان کم‌توجه شرکت می‌کرد، توسط دوستانش مورد تمسخر قرار می‌گرفت؛ لذا از شرکت در این دوره متنفر شد. او دائم از دل‌درد و سردرد شکایت می‌کرد. او با کسانی که مسخره‌اش می‌کردند، درگیر می‌شد و کارش به کتک‌کاری می‌کشید. او به کوچک‌ترین رفتار دوستانش بدبین بود و تصور می‌کرد که همه پشت سرش حرف می‌زنند و او را مسخره می‌کنند، لذا دست به اقداماتی می‌زد که مشکل را پیچیده‌تر می‌کرد.

یکی از خصوصیات ناسازگاری، وقوع مکرر آن است. برخی کودکان ممکن است گاهی از شیوه‌های خشونت‌بار استفاده کنند، ولی نمی‌توان آن‌ها را کودکانی شرور و ناسازگار قلمداد کرد، زیرا رفتار خشونت‌بار ویژگی شخصیتی آن‌ها را تشکیل نمی‌دهد.

والدین، چه نقشی در رفتار کودکان خوشونت‌گرا و ناسازگار دارند؟ سایر اعضای خانواده چه نقشی دارند؟ کودکان با مشاهده رفتار والدین آموزش می‌بینند. اگر والدین رفتارهایی خوشونت‌آمیز داشته باشند، کودکان نیز چنین رفتارهایی را از آن‌ها می‌آموزند. والدینی که فرزندشان را کتک می‌زنند، در واقع به او آموزش می‌دهند که «اگر قوی‌تر بودی، می‌توانی دیگران را کتک بزنی و از طریق اعمال خوشونت به اهداف خودت برسی.» والدین، قادر به تغییر رفتار خود هستند، اما ابتدا باید از بدآموز بودن رفتار خویش آگاه شوند. والدین کودکان قلدر نیز رفتارها، روش‌های مقابله با مشکلات و شیوه‌های تربیتی را به تدریج آموخته‌اند و قادرند آن‌ها را به نحو مطلوبی تغییر دهند.

خانواده‌های کودکان قلدر و ناسازگار، معمولاً فاقد نظم هستند. فرزندان آن‌ها بدون اینکه تحت نظارت والدین خود باشند، در فعالیت‌های متعددی شرکت می‌کنند. بی‌اطلاعی والدین از نحوه فعالیت فرزندشان باعث غفلت آن‌ها از رفتارهای ناشایست فرزندشان می‌شود، غفلت آن‌ها تا آنجا ادامه می‌یابد که این رفتارها تدریجاً به خصوصیت شخصیتی کودک تبدیل شده و تغییر آن به راحتی امکان‌پذیر نباشد. در این خانواده‌ها، روابط بین والدین و کودکان اگر دیکتاتورمنشانه نباشد، بسیار تمرکزگرایانه است. والدین انتظار دارند فرزندانشان از آن‌ها

کاملاً اطاعت کنند و برخوردشان با مشکلات، بسیار پرخاشگرانه و خشونت‌آمیز است. برخی از والدین، رفتارهای پرخاشگرانه را ضروری می‌دانند، لذا فرزندشان را نیز به کسب این رفتارها تشویق می‌کنند. آن‌ها اگر فرزندشان رفتاری خشونت‌آمیز و تهاجمی در بازی فوتبال داشته باشد، از او تمجید می‌کنند و اگر چنین نباشد به او می‌گویند: «با این طرز تفکر لطیف به هیچ‌جایی نخواهی رسد.» این والدین، پیروزی به هر قیمت را نوعی ارزش می‌دانند.

برخی کارشناسان معتقدند در خانواده‌های ناسازگار، توجهی به حالت‌های مختلف روحی و روانی کودکان نمی‌شود. مثلاً هنگامی که کودکان عصبانی یا غمگین می‌شوند، هیچ‌یک از اعضای خانواده به مشکل آن‌ها اهمیتی نداده و آن‌ها را دلداری نمی‌دهد.

والدین کودکان قلدر، اغلب به رفتار خشونت‌بار فرزندشان اهمیتی نمی‌دهند و آن‌را ویژگی دوران کودکی می‌دانند؛ ویژگی‌ای که با بزرگ شدن فرزندشان رفع خواهد شد. آن‌ها می‌گویند: «پسر باید همین‌طور باشد» و چون خشونت پدیده‌ای عادی در محیط خانوادگی آن‌هاست مضر بودن آن‌را درک نمی‌کنند.

کودکان می‌توانند رفتارهای خشونت‌بار را از فیلم‌های تلویزیونی یا سینمایی نیز بیاموزند. اگر کودکی یک برنامه تلویزیونی کمدی را که آکنده از توهین، مسخره کردن و کنایه زدن به دیگران است، تماشا کند و از خنده‌دار بودن این رفتارها لذت ببرد، ممکن است نسبت به کودکان دیگر نیز چنین رفتاری را انجام دهد. اینجاست که والدین او باید توضیح دهند که اگرچه این نوع صحنه‌ها مضحک و خنده‌آورند، ولی اگر به واقعیت تبدیل شوند، باعث جریحه‌دار شدن احساسات فرد مورد تمسخر خواهند شد که رفتاری بسیار بی‌رحمانه است. تذکر این مطلب سبب می‌شود تا کودک قبل از الگوبرداری، دربارهٔ رفتار خود بیندیشد.

خلاصه اینکه، تحقیقات نشان می‌دهند که خانواده‌های کودکان

ناسازگار با خانواده‌های کودکان معمولی تفاوت دارند. این خانواده‌ها بسیار نامنظم هستند، نظارتی بر رفتارهای فرزندشان ندارند، احساسات فرزندشان را درک نمی‌کنند، از کنار مشکل او به‌سادگی می‌گذرند و الگوی رفتاری مناسبی به فرزندشان ارائه نمی‌دهند. البته، این عوامل باعث نمی‌شوند تا خانواده‌ها را مسئول رفتارهای ناشایست فرزندشان بدانیم. این‌ها فقط نشان‌دهندهٔ ضرورت تغییر در الگوهای رفتاری این نوع خانواده‌هاست تا شرایط مساعدی برای تقویت رفتارهای خوشونت‌بار در فرزندشان ایجاد نشود.

الگوهای رفتاری کودکان خوشونت‌گرا پسران در مقابل دختران

خشونت و ناسازگاری معضلی است که رفتار تمامی کودکان، صرف‌نظر از پسر یا دختر را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. تفاوت خشونت در پسران و دختران در کیفیت آن است نه در کمیت و میزان آن. روش‌های خشونت‌بار پسران با دختران تفاوت دارد. پذیرش این تفاوت به این مفهوم نیست که ایده «مختص بودن خشونت‌گرایی به مردان» صحت دارد و قلدری یا انفعال و تسلیم‌پذیری فقط در بین پسران شایع است.

پسران تمایل بیشتری به خشونت فیزیکی دارند و استفاده از قدرت را روش سریعی برای رسیدن به اهداف خود می‌دانند. آن‌ها قربانیان خود را با دقت و به‌درستی انتخاب می‌کنند تا با آزار آن‌ها به رفتارهای خشونت‌بار خود ادامه دهند. آن‌ها از روش‌هایی همچون: هل دادن، گاز گرفتن، لگد زدن، پاره کردن لباس و به‌زور گرفتن پول قربانیان خود استفاده می‌کنند. ممکن است کودکی به مادرش بگوید دیگر کسی او را اذیت نمی‌کند و مادرش خوشحال شود، ولی بعد دریابد که فرزندش به کودکان قلدر پول می‌دهد تا او را اذیت نکنند. بسیاری از رفتارهای خشونت‌بار پسران، با کمی دقت و نظارت به‌راحتی قابل شناسایی است. رفتارهای ناسازگار دختران، به‌سختی قابل شناسایی است. آن‌ها در مقایسه با پسران، از روش‌های متفاوتی استفاده می‌کنند، مانند: ترساندن، منزوی کردن، قهر، تبابی با دیگران برای منزوی کردن یک کودک، شرکت

ندادن او در بازی‌های دسته‌جمعی و دعوت نکردن او به مهمانی‌های جمعی. بدترین نوع آزار و خشونت مورد استفاده دختران عبارتند از: نوشتن نامه‌های تهدیدآمیز، شایعه‌پراکنی برای لطمه زدن به شهرت طرف موردنظر، تشدید اختلاف بین دیگران و تلفن‌های تهدیدآمیز.

این روش‌ها ممکن است ظاهراً به شدت و خشونت روش‌های فیزیکی و کتک‌کاری پسران نباشند، اما تأثیرات یکسانی بر کودک قربانی می‌گذارند. برخی معتقدند که این روش‌ها خطرناک‌تر از روش‌های خشونت فیزیکی هستند، زیرا آشکار نبوده و تا مدت طولانی‌تری ادامه می‌یابند.

والدین و مربیان مدرسه باید از روش‌های خشونت‌بار مختلفی که در محیط مدرسه به کار می‌روند، مطلع باشند. عدم مشاهده این رفتارها، دلیل بر عدم وقوع آن‌ها نیست.

یکی از والدین به مدیر دبیرستان دخترش مراجعه کرده، به او می‌گوید که دخترش توسط دوستان سابقش مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرد. آن‌ها پشت سر او بدگویی می‌کنند، با او صحبت نمی‌کنند و او را در بازی‌های گروهی خود شرکت نمی‌دهند، به نحوی که دخترش دیگر حاضر نیست به مدرسه برود. مدیر مدرسه به او پاسخ می‌دهد: «ما در مدرسه‌مان مشکل خشونت نداریم. من هرگز نشنیده‌ام که دانش‌آموزی چنین رفتارهایی داشته باشد.» متأسفانه مسئولان مدارس نمی‌توانند روش‌های آرام و پنهان خشونت‌بار را مشاهده کنند. مادر، با توضیحات مدیر مدرسه قانع نشد و با مراجعه به مقامات بالاتر معلوم شد که مشکل خشونت و ناسازگاری در آن دبیرستان وجود دارد. لذا، برنامه‌ای برای مبارزه با این معضل در آن مدرسه تدوین شد.

تحقیقات نشان می‌دهند که مشکل ناسازگاری در تمامی مدارس وجود دارد و در صورت عدم توجه مسئولان مدارس به معضلی جدی تبدیل شده، محیط مدرسه را ناآرام خواهد کرد.

برخی از والدین، به‌فرزند مورد آزار و اذیت قرارگرفته خود می‌گویند: «ناراحت نباش، آن‌ها روزی به‌سزای اعمالشان خواهند رسید.» این سخن ممکن است صحیح باشد. اشخاص خشونت‌گرا، در بلندمدت گرفتار رفتار ناشایست خود خواهند شد. آن‌ها معمولاً در سنین پایین‌گرایش به فعالیت‌های غیرقانونی یافته و به‌هنگام بلوغ، پنج برابر بیش از کودکان متعادل، مرتکب جرائم اجتماعی می‌شوند.

کودکان خشونت‌گرا فاقد مهارت‌های اجتماعی لازم برای برخورد مناسب با درگیری‌ها و مشاجرات هستند و به‌تدریج که بالغ می‌شوند، این ناتوانی در آن‌ها بارزتر می‌شود. آن‌ها برای فرار از این ناتوانی به رفتارهای خشونت‌آمیز پناه می‌برند. آن‌ها دچار افت تحصیلی می‌شوند و از همسر یا فرزندان خود سوءاستفاده می‌کنند. این افراد معمولاً تن‌پرور بوده و تمایل به انجام کارهایی دارند که سود فراوان و زحمت کمی داشته باشد و در نتیجه، مستعد ارتکاب جرائم مختلف اجتماعی هستند.

بخش چهارم

اگر کودک شما قربانی خشونت باشد، چه می‌توانید بکنید؟

این بخش، به تشریح راهبردهایی ویژه برای والدینی اختصاص دارد که فرزند ضعیف و منفعلی دارند. همچنین حاوی پیشنهادهایی برای ارائه الگوی شخصیتی مناسب و نحوه استفاده از تشویق و تنبیه است. والدین با مطالعه این بخش، زمان مراجعه به متخصص را تشخیص خواهند داد.

کلید حل هر مشکل، شناسایی آن است. به همین دلیل، اطلاع از نشانه‌های خشونت و ناسازگاری در سنین ابتدایی، اهمیت بسیاری دارد. کودکان قربانی خشونت، معمولاً ضعیف‌تر، خجالتی‌تر و منفعل‌تر از کودکان قلدر و ناسازگار هستند. والدین باید نسبت به بروز این خصوصیات در کودکان خود هشیار باشند، زیرا فرزندشان ممکن است مورد آزار و اذیت بچه‌های ناسازگار قرار گیرد. کودکان کندذهن، کودکانی که مشکلاتی در یادگیری دارند یا دچار کم‌توجهی هستند، طعمه مناسبی برای کودکان شرور به شمار می‌آیند.

کودکان قربانی خشونت، معمولاً فاقد مهارت‌های اجتماعی متناسب با سن خود هستند. اگر متوجه شدید که فرزندتان در دوست‌یابی مشکل دارد و یا قواعد روابط اجتماعی را درک نمی‌کند، هشیار باشید که ممکن است مورد آزار و اذیت کودکان ناسازگار قرار گیرد. نشانه‌های هشداردهنده‌ای که والدین باید به آن‌ها توجه کنند، عبارتند از:

- گم کردن وسایل،
- نخوردن ناهار،
- پارگی لباس‌ها،
- زخمی شدن بدون داشتن توضیحی برای آن،
- بیماری (تمارض)،

- بی حوصلگی،
- مشکل دربارهٔ مدرسه،
- ترس از رفتن به مدرسه،
- انزواطلبی و گوشه‌گیری،
- نداشتن دوست،
- دوری از فعالیت‌های گروهی.

مربی بهداشت مدرسه بهترین فرد برای کسب اطلاع دربارهٔ رفتار کودکان در محیط مدرسه است. کودکان ضعیف، بارها به او مراجعه می‌کنند تا بهانه‌ای برای دوری از فعالیت‌های گروهی بیابند. فشارهای روانی قربانیان خشونت به نوعی با وضعیت سلامتی آن‌ها ارتباط دارد. آن‌ها دچار کم‌خوابی، سردرد و دل‌درد می‌شوند. آن‌ها غمگین بوده و دچار شب‌اداری می‌شوند. اگر این نشانه‌ها را در فرزندتان مشاهده کردید، به جای فشار آوردن به او برای ترک خصوصیات یادشده، بهتر است با مربی بهداشت مدرسه‌اش مشورت کنید. والدین باید در مورد مشاهدهٔ این خصوصیات، بسیار هشیار باشند، در جلسات اولیاء و مربیان شرکت کنند و نسبت به وضعیت فرزندشان در مدرسه بی‌تفاوت نباشند. شناخت دوستان و فعالیت‌های فرزندتان به شما کمک می‌کند تا در صورت بروز مشکلی برای او، سریعاً مطلع شوید. ارتباط نزدیک با فرزندتان به او کمک می‌کند تا بتواند مشکلاتش را با شما مطرح سازد. این ارتباط، باید فراتر از طرح سؤال ساده مانند «خب، مدرسه چطور بود؟» باشد.

اگر احساس کردید فرزندتان مشکلی دارد، با مسئولان مدرسه‌اش تماس بگیرید. اگر مدرسه با شما همکاری نکرد، مایوس نشوید و سعی کنید با معلم او ارتباط برقرار کرده و با کمک هم به مشکل فرزندتان رسیدگی کنید.

جذب و قدرت نفوذ والدین، مهم‌ترین عامل بازدارندهٔ قربانی شدن کودکان است. کودکان نباید به‌تنهایی با افراد شرور و ناسازگار برخورد کنند. توصیه به فراموش کردن ماجرا، فایده‌ای ندارد و تشویق آن‌ها به مقابله به‌مثل و کتک‌کاری نیز نه‌تنها بی‌فایده که حتی خطرناک است. ارتباط کودکان شرور و کودکان منفعل، براساس قدرت استوار است و چون کودکان قلدر قوی‌تر از کودکان منفعل هستند، در صورت بروز درگیری میان این دو گروه، کودکان منفعل شکست خواهند خورد. در این صورت، آن‌ها علاوه بر آسیب دیدن و زخمی شدن، مورد آزار و اذیت بیشتری قرار خواهند گرفت. در چنین شرایطی، هر کودک منفعل به یک بازندهٔ دعوا معروف خواهد شد.

شما تاکنون دریافته‌اید که چه کارهایی را نباید بکنید اما سؤال این است که چه کارهایی را باید بکنید؟ یکی از مؤثرترین راه‌ها دوری از مقابله است. کودکی که در حال قدم زدن با عده‌ای از کودکان شرور روبه‌رو می‌شود بهتر است که مسیرش را تغییر دهد تا با آن‌ها برخورد نکند. درگیری بی‌مهابا با افراد شرور نه‌تنها افتخار نیست بلکه نوعی حماقت است. خود شما در صورت مشاهدهٔ خطرناک بودن یک مسیر هیچ‌گاه برای اثبات شهادت خود، آگاهانه آن را انتخاب نمی‌کنید. دوری از خطر، نشانهٔ ضعف نیست بلکه نشانهٔ هشیاری و عقلانیت فرد است. البته این

راه‌حل در تمامی موقعیت‌ها مصداق ندارد. از این رو، باید راه‌حل‌های دیگری را نیز به فرزندتان بیاموزید.

کمک خواستن

کودکان ضعیف باید بتوانند از بزرگ‌ترها کمک بخواهند. والدین نیز باید فرزندشان را به این امر تشویق کنند. به آن‌ها بگویید اگر به کمک دیگران احتیاج داشتند، به شما یا به معلم خود مراجعه کنند. آن‌ها نباید به تنهایی با مشکل خشونت برخورد کنند.

شوخی کردن

برخی متخصصان معتقدند با استفاده از شوخی کردن می‌توان از موقعیتی خطرناک گریخت. استفاده از این روش، نیازمند مهارت است. کودکان قربانی ممکن است فاقد چنین مهارتی باشند، زیرا در صورت برخورداری از چنین مهارتی، هیچ‌گاه مورد آزار و اذیت قرار نمی‌گرفتند. به هر حال، یکی از راه‌های گریز از ناسازگاری و خشونت، شوخ‌طبعی است.

مقاومت در برابر کودکان خشونت‌گرا

اگر فرزندتان تنها بود، بهترین راه‌حل، مقابله کردن در برابر خشونت است. اگر کودکان دیگری ناظر صحنه باشند، کودک قلدر برای خودنمایی مجبور می‌شود با او دعوا کند. گاهی اوقات شنیدن جملاتی مانند: «من تسلیم تو نمی‌شوم» یا «تو نمی‌توانی مرا اذیت کنی» موجب صرف‌نظر کردن کودک قلدر از درگیری می‌شود. اگر فرزندتان احساس کرد با گفتن چنین جملاتی اوضاع وخیم‌تر خواهد شد، به او بگویید هنگامی که فرد بزرگسالی او را همراهی می‌کند، از چنین جملاتی استفاده کند.

گفت‌وگو کردن

کودکانی که قدرت بیان خوبی دارند، در صورت رویارویی با کودک قلدر،

می‌توانند دربارهٔ غیرمنطقی بودن خشونت با او گفت‌وگو کنند. این شیوه در برخی موارد مؤثر بوده است.

موافقت با کودک قلدر

اگر با کودک ناسازگار موافقت کنید، در بیشتر موارد درگیری ایجاد نخواهد شد. اگر کلاه فرزندان را مسخره کردند، می‌تواند به آن‌ها بگوید: «من هم این کلاه را دوست ندارم، اما پدرم مجبورم می‌کند آن را روی سرم بگذارم.» در این صورت، کودک ناسازگار انگیزهٔ خود را از دست خواهد داد.

سخن گفتن با خود

برخی از کودکان برای کاهش فشار روحی و تحمل موقعیتی که در آن قرار دارند، با خود سخن می‌گویند و خود را دلداری می‌دهند، آن‌ها می‌توانند موقعیت را بسیار ساده تلقی کنند و به خود بگویند: «اگر خواستند با من درگیر شوند، از دیگران کمک خواهم خواست و به همین سادگی قضیه تمام خواهد شد.»

هیچ‌یک از راه‌حل‌های پیشنهادشده، بهتر از دیگری نیست. کارآیی هریک از آن‌ها به روحیهٔ هر فرد و موقعیتی بستگی دارد که در آن قرار می‌گیرد.



پیشنهادهایی گوناگون در زمینه برخورد با کودک خشونت‌گرا

والدین کودکانی که مورد آزار و اذیت سایر کودکان قرار می‌گیرند باید تجربه‌های موفقیت‌آمیزی برای فرزندشان فراهم کنند. آن‌ها باید فرصت‌هایی را برای کودکان خود پدید آورند تا اعتماد به نفس آنان تقویت شود. عمل به پیشنهادهاى زیر، دیدگاه فرزندتان را نسبت به خودش تغییر داده، باعث می‌شود که خود را قربانی و منفعل نپندارد.

نقاط ضعف و قوت فرزندتان را بشناسید

از معلم فرزندتان بپرسید توانایی‌ها و ناتوانی‌های او در مدرسه کدامند. معلم او، دیدگاه خود را در این باره برای شما توضیح خواهد داد. به خاطر داشته باشید که قضاوت معلم درباره فرزندتان فقط نظر و تحلیل اوست. توماس^۱ شاگرد کلاس چهارم ابتدایی است و به هیچ نوع ورزشی علاقه ندارد. متأسفانه، این مسئله موجب گریز او از فعالیت‌های ورزشی است. در گذشته، هنگامی که توماس در ورزشی شرکت می‌کرد، معمولاً آخرین فردی بود که مورد انتخاب اعضای تیم قرار می‌گرفت. به همین دلیل همواره از سوی هم‌بازی‌هایش، مسخره می‌شد. معلم ریاضیات او می‌دانست که توانایی توماس در زمینه ورزش قابل تحسین است، لذا پس

1. Thomas

از مشورت با معلم ورزش، او را به عنوان مسئول کارهای محاسباتی تیم ورزشی، وارد گروه کردند. توماس کار خود را به خوبی انجام داد و اعضای تیم به توانایی او در زمینهٔ ریاضیات پی برده و او را تحسین کردند.

فعالیت‌های منطبق با نقاط قوت فرزندان را انتخاب کنید

ممکن است چنین تصور کنید که انجام فعالیت‌هایی که فرزندان در آن‌ها ضعیف است، باعث یادگیری و رشد او خواهد شد. مثلاً ممکن است والیبال فرزندان ضعیف باشد. در این صورت اگر او را تشویق به انجام این فعالیت ورزشی کنید، ممکن است به جای یادگیری و مهارت، باعث سرخوردگی و از دست دادن اعتماد به نفس او شوید. فعالیت‌های ورزشی فرزندان باید مورد علاقه او بوده و فرصت‌هایی را برای پیروزی وی فراهم آورد، نه اینکه باعث شکست و سرخوردگی او شود.

بازی‌های تیمی کوچک یا فعالیت‌های انفرادی را انتخاب کنید

به جای تشویق فرزندان به شرکت در بازی فوتبال سعی کنید او را در بازی‌هایی فعال کنید که بازیکنان کمتری دارند و در آن‌ها، جنبه رقابت و مقایسهٔ بازی او با سایر بازیکنان کمتر است. در این صورت، فرزندان نگران رقابت با هم‌بازی‌های خود نبوده و از قضاوت دیگران نخواهد ترسید. او در این صورت، استعداد خود را با آرامش پرورش داده و با کسب هر موفقیت و پیروزی، اعتماد به نفس او برای فعالیت‌های دیگر تقویت خواهد شد.

علائق و سرگرمی‌های ویژه‌ای را تشویق کنید

فعال شدن فرزندان در زمینه‌ای خاص، باعث افزایش اطلاعات او و حتی صاحب نظرتر شدن او در مقایسه با فردی بالغ خواهد شد. این علائق و سرگرمی‌ها الزاماً به طور خوددیده‌خودی ایجاد نمی‌شوند، بلکه والدین

باید از طریق کتاب، روزنامه، فیلم، نوار، گفت‌وگو و دیدار از مراکز تفریحی و تاریخی، باعث ظهور چنین علاقه‌ای در فرزندشان شوند. در این صورت، باید از علاقه ایجاد شده در فرزندان حمایت کنید و لوازم ضروری برای کسب اطلاعات بیشتر در آن زمینه را در اختیار او قرار دهید. مدتی بعد، بی‌شک در زمینه مورد علاقه خود صاحب‌نظر شده و در محیط خانواده و مدرسه خود معروف خواهد شد. مثلاً اگر فرزندان به مسائل مربوط به جنگ جهانی دوم علاقه دارد، کتاب‌ها و فیلم‌های مربوطه را در اختیار او قرار دهید و با او از مراکز تاریخی دیدن کنید تا اطلاعاتش در این زمینه تکمیل و از توانایی اظهارنظر برخوردار شود.

تقویت تلاش و کوشش

گاهی اوقات، کودکان به فعالیت‌هایی علاقه دارند که مهارت‌های لازم برای انجام آن‌ها را کسب نکرده‌اند یا قادر نیستند آن‌ها را به خوبی انجام دهند. در این صورت چه باید کرد؟ آیا می‌توانید به او بگویید چون از لحاظ بازی ضعیف هستی، نمی‌توانی عضو تیم فوتبال شوی؟ یکی از راه‌ها این است که تلاش و پیگیری او را تحسین کنید و ضعیف بودن بازی‌اش را بزرگ جلوه ندهید. در این صورت حتی اگر فرزندان بازیکن خوبی از آب درنیایند، از وضعیت کنونی خود بسیار بهتر خواهد شد. تحسین سماجت و پیگیری کودکان، باعث تقویت مهارت‌ها و توانایی‌های آنان می‌شود.

از فرزند خود بپرسید به چه فعالیت‌هایی علاقه دارد

این توصیه، بسیار ساده و بدیهی به نظر می‌رسد، اما اغلب از آن غفلت می‌ورزیم. فرزند شما ممکن است در فعالیت‌هایی شرکت کند که از آن‌ها لذت می‌برد. در این صورت دربارهٔ موانع و مشکلات آن فعالیت و نحوهٔ غلبه بر آن‌ها با او بحث کنید. اگر نتیجه‌ای حاصل نشد به فرزندان اجازه دهید فعالیت مورد بحث را ترک کند.

والدین باید فرزندشان را تشویق کنند تا با کودکانی که ناسازگار نیستند، دوست شود. برخی از کودکان ضعیف، فاقد توانایی دوست‌یابی بوده و در این باره باید آموزش‌هایی به آن‌ها داد. برخی دیگر ممکن است دچار ضعف در یادگیری باشند یا اهمیت روابط اجتماعی را درک نکنند. والدین باید به این مسائل توجه کنند، زیرا در غیراین صورت فرزندشان دچار سرخوردگی و خودکم‌بینی خواهد شد.

پس از شناسایی مشکلات، راه‌های مختلفی برای حل آن‌ها خواهید یافت تا در توسعهٔ روابط دوستانهٔ فرزندتان به او کمک کنید.

راه‌های کمک به فرزندان در یافتن دوست، عبارتند از:

به فرزندان کمک کنید تا خود را با محیط تطبیق دهد

در طرز لباس پوشیدن، نوع فعالیت‌های ورزشی و تفریحات دوستان فرزندان دقت کنید. فرزند شما مجبور نیست همیشه از دوستانش تقلید کند یا کاملاً با آن‌ها هماهنگ باشد، شما نیز مجبور نیستید لباس‌هایی گران‌قیمت برای او بخرید. فقط دقت کنید فرزندان احساس بی‌دست‌وپایی نکنند و فاصله خود و دوستانش را به‌صورت دره‌ای عمیق نبینند.

کودکی به کفش خاصی علاقه داشت. والدین او اهمیت موضوع را درک نکردند، اما پس از مدتی مجبور شدند تسلیم خواسته او شوند، زیرا فرزندشان درحالی از مدرسه به خانه برگشت که از تمسخر دوستانش ناراحت بود. او تنها فرد در میان دوستانش بود که آن نوع کفش را نخریده بود. هماهنگی با گروه دوستان به‌ویژه در سنین مدرسه راهنمایی، دارای اهمیت بسیاری است.

اهمیت نگاه کردن به دیگران را به فرزندان بیاموزید

کودکان کم‌توجه، اغلب بی‌حوصله و بی‌علاقه‌اند، زیرا هنگام صحبت

کردن با طرف مقابل به او نگاه نمی‌کنند. والدین باید آن‌ها را تشویق کنند تا برای دقت و توجه بیشتر به سخنان دیگران، به آن‌ها نگاه کنند.

اهمیت شکل‌ها و حرکات دیگران را به فرزندتان بیاموزید

کودکان ممکن است به علل مختلف قادر نباشند احساسات و واکنش‌های دیگران را براساس نوع رفتار و حرکات آن‌ها تشخیص دهند. شما باید از طریق توضیح دادن تجربه‌های روزمره، تماشای فیلم و مطالعه کتاب، این حالت‌ها را به فرزندتان آموزش دهید. شما مجبور نیستید از هر تجربه‌ای به‌عنوان یک فرصت آموزشی استفاده کنید، ولی حتماً برخی فرصت‌ها را غنیمت بشمارید.

الگوی رفتاری خوبی برای فرزندتان باشید

تجربه دوست‌یابی خود را در اختیار فرزندتان قرار دهید. برای او توضیح دهید که چگونه دوستان خود را انتخاب می‌کنید، چگونه یک بحث را آغاز می‌کنید، چگونه به منظوری که در پس سخنان و رفتار افراد نهفته است، پی می‌برید و در چه اموری با دوستان خود شریک و در چه مواردی از آن‌ها جدا هستید. هرچه بیشتر دربارهٔ این تجربیات با فرزندتان سخن بگویید، مهارت‌های اجتماعی او را بیشتر تقویت می‌کنید. دوست‌یابی برای بسیاری از کودکان، کار ساده‌ای است اما برای برخی دیگر مشکلی است که سال‌ها ادامه می‌یابد. در برخی موارد به‌ویژه در مورد دانش‌آموزان راهنمایی و دبیرستانی، ممکن است به کمک کارشناسانی خارج از محیط مدرسه نیاز داشته باشید. هرچه تعداد دوستان فرزندتان بیشتر باشد، احتمال اینکه مورد آزار و اذیت کودکان ناسازگار قرار بگیرد کمتر خواهد شد.



آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان

بسیاری از قربانیان خشونت، فاقد مهارت‌های اجتماعی لازم هستند. والدین می‌توانند از طریق تمرین‌های مختلف، این مهارت‌ها را در منزل به فرزندشان آموزش دهند. آن‌ها می‌توانند مسئولان مدرسه فرزندشان را نیز به ارائه آموزش چنین مهارت‌هایی تشویق کنند. در مواقعی نیز لازم است به یک متخصص مراجعه کنند و با مشورت او این مهارت‌های اجتماعی را به فرزند خود منتقل کنند.

مهارت‌های اجتماعی چه نوع مهارت‌هایی هستند؟ توانایی درک اینکه رفتار شما چه تأثیری بر دیگران دارد، چگونه باید دوست‌یابی کنید، دانستن اینکه چه چیزی را کجا باید گفت و موارد مشابه دیگر، مهارت‌های اجتماعی به‌شمار می‌آیند. کودکان فاقد مهارت‌های اجتماعی، درک نمی‌کنند که رفتارشان چه تأثیری بر دیگران دارد. آن‌ها سخنان نامناسبی بر زبان می‌آورند و مشکلاتی جدی در زمینه دوست‌یابی دارند. عده‌ای از متخصصان طی بیست سال گذشته به این مشکلات توجه کرده و آموزش‌هایی خاص برای تقویت مهارت‌های اجتماعی تدارک دیده‌اند. این آموزش‌ها به کودکان کمک می‌کنند تا نسبت به رفتار خود آگاه شوند و توانایی برقراری ارتباط مناسب با دیگران را به دست آورند. اکثر آموزش‌های مورد بحث، شامل این پنج عنصر اساسی هستند:

۱. ارائه دستورالعمل‌ها،
۲. ارائه الگوهای رفتاری،
۳. تمرین تحت نظارت والدین،
۴. ارائه بازخورد،
۵. تمرین به تنهایی در موقعیت‌های مختلف.

ارائه دستورالعمل‌ها

هنگامی که می‌خواهید مهارت‌های اجتماعی را در فرزندان تقویت کنید، صریح و شفاف سخن بگویید. اکثر اوقات، کودکان و نوجوانان می‌دانند چه کارهایی ناشایست است، اما به‌هنگام عمل دچار مشکل می‌شوند و نمی‌توانند دانسته‌های خود را با مسائل واقعی وفق دهند. این مسئله تاحدی ناشی از فقدان آموزش‌های لازم است. آموزش مهارت‌های اجتماعی کمک می‌کند تا از جزئیات یک رفتار اجتماعی مطلوب مطلع شویم و آن‌ها را به‌صورت شفاف و غیرمبهم توضیح دهیم. اگر می‌خواهید راه رفتن باوقار را به فرزندان آموزش دهید، باید چند رفتار را برای او شرح دهید که حاوی دستورالعمل‌هایی روشن باشد. مثل:

۱. وقتی راه می‌روی سرت را بالا بگیر.
۲. هنگام راه رفتن شانه‌هایت را عقب نگه دار و قوز نکن.
۳. نگاهت را به جلو متمرکز کن.
۴. قدم‌هایت را شمرده بردار و یکنواخت حرکت کن.

ارائه الگوهای رفتاری

الگو، نمادی از رفتاری شایسته است. ابتدا مشخص کنید چه رفتاری را از فرزندان انتظار دارید، سپس آن نوع رفتار را با عمل خود به او نشان دهید. آنگاه از الگوهای مختلفی برای تقویت آن رفتار استفاده کنید. برخی والدین برای این کار از عروسک، عکس، تلویزیون، ویدئو و کتاب

استفاده می‌کنند. از هر چیزی که می‌تواند مثالی برای آموزش یک رفتار باشد استفاده کنید. هنگامی که الگویی خاص انتخاب می‌شود، دقت کنید عناصر اساسی یک رفتار در آن نمایان باشد. برای آموزش راه رفتن باوقار، می‌توانید از تلویزیون استفاده کنید و این نوع راه رفتن را به کودک نشان دهید. اگر بین خانواده و دوستان خود نمونه‌ای برای این نوع راه رفتن سراغ دارید، او را به فرزند خود نشان دهید. به‌هنگام مطالعه یک کتاب، در زمینه نکاتی که راه رفتن باوقار را توضیح می‌دهند، تأمل کنید. اگر مثال‌های شما حاوی رفتارهای دیگری نیز باشند، ممکن است فرزند شما توانایی تمرکز بر رفتار موردنظر را از دست بدهد و افکارش مغشوش شود. بنابراین، آموزش باید با صحبت کردن و توضیح دادن همراه باشد.

تمرین تحت نظارت والدین

تمرین مهارت‌های اجتماعی سبب می‌شود کودکان بتوانند تحت راهنمایی والدین خود آن‌ها را بیاموزند. نحوه سخن گفتن و نشان دادن واکنش در موقعیت‌های مختلف، مؤثرترین نوع تمرین در این زمینه است. در خلال هر مرحله، از یک مهارت اجتماعی با فرزندتان صحبت کنید و به او فرصت دهید تا آن را اجرا کند. ارائه الگوی رفتاری نیز می‌تواند در این مرحله مفید باشد، به شرطی که با دقت اجرا شود، چراکه در غیراین صورت بی‌فایده خواهد بود. ارائه الگوی رفتاری نباید در حد بازی کردن نقش خلاصه شود. شما باید مشخص کنید که چه نوع رفتاری را می‌خواهید به فرزندتان بیاموزید و در چه زمانی باید این کار را بکنید. در این صورت، حتماً موفق خواهید شد.

والدین می‌توانند همانند یک هنرپیشه عمل کنند و به فرزندشان اجازه دهند نقش فعالی در انجام یک رفتار خاص داشته باشد. دیگر اعضای خانواده نیز می‌توانند نقش‌های ویژه‌ای در این خصوص ایفا کنند، مثلاً

مادر و یکی از فرزندان دیگر می‌توانند نقش فردی مردم‌آزار را بازی کنند و از کودکی که در حال یادگیری است بخواهند همراه پدرش از کنار آن‌ها عبور کرده و واکنشی مناسب را تمرین کند.

ارائه بازخورد

بسیاری از کودکان، بدون داشتن اطلاعات لازم دربارهٔ نقشی که باید ایفا کنند، قادر به اجرای آن نقش نخواهند بود. این بازخورد، در برنامهٔ آموزش مهارت‌های اجتماعی اهمیت بسیاری دارد. هر نقشی که توسط فرزندتان اجرا می‌شود، باید از سوی شما مورد بازخورد قرار گیرد. این بازخورد باید اصلاح‌کننده (سعی کن قدم‌هایت را بلندتر برداری) و یا تقویت‌کننده (طرز نگاه کردن تو خیلی جالب است) باشد و از برخورد انتقادی پرهیز شود. برخی کودکان می‌توانند از بازخورد ارائه‌شده توسط ویدئو یا ضبط‌صوت بهره‌مند شوند. این روش ممکن است بسیار مؤثرتر از بازخورد مستقیم والدین باشد.

تمرین به تنهایی در موقعیت‌های مختلف

زمانی که فرزندتان توانست بدون کمک شما رفتاری را انجام دهد، برای تمرین آن رفتار در موقعیت‌های دیگر و بدون حضور شما آمادگی خواهد داشت. در آغاز، شما باید مرتباً او را تشویق کنید، تا از آموزش یک مهارت توسط او اطمینان یابید. اگر چنین اطمینانی نداشتید، مراحل آموزش قبلی را دوباره ادامه دهید.

والدین می‌توانند همراه فرزند خود به گردش یا خرید رفته و قدم زدن باوقار را با او تمرین کنند. سعی کنید این نوع تمرین‌ها را در شرایط مختلف و مناطق پرجمعیت و کم‌جمعیت انجام دهید. طرز نگاه کردن به کودکان ناسازگار، از دیگر مهارت‌هایی است که کودکان قربانی خشونت باید بیاموزند. اجرای پنج مرحلهٔ زیر در این زمینه بسیار مفید است:

۱. ارائه دستورالعمل: وقتی با کسی صحبت می‌کنی یا او با تو صحبت می‌کند، به چهره او نگاه کن.
 ۲. ارائه الگو: فیلم‌های سینمایی و تلویزیونی، فیلم‌های خانوادگی، کنار دریا، رستوران و دیگر مراکز اجتماعی، دارای الگوهای متعددی برای مشاهده این مهارت اجتماعی هستند.
 ۳. تمرین تحت نظارت والدین: والدین می‌توانند نقش کودکی را بازی کنند که هنگام صحبت کردن، کسی به او توجه نمی‌کند. آن‌ها می‌توانند علاوه بر این نقش منفی، نقش مثبتی را نیز درخصوص توجه به سخنان فرد مقابل بازی کنند. زمانی که فرزندان در اجرای این نقش موفق نشد، او را مورد انتقاد قرار ندهید، هدف شما آموزش یک مهارت است، نه سرزنش کردن ناتوانی کودک در انجام آن.
 ۴. ارائه بازخورد: همراه فرزندان به یک فیلم نگاه کنید و اجازه بدهید خود او تفاوت بین توجه قوی و ضعیف نسبت به موضوعی خاص را تشخیص دهد. درعین حال، از راهنمایی کردن او غافل نشوید.
 ۵. تمرین به‌تنهایی: در این مرحله، فرزندان آماده است که یک مهارت را در جامعه تمرین کند. توانایی فرزندان را در اجرای هر مهارت، مورد تشویق قرار دهید. هر بار که ضعفی در اجرای یک مهارت داشت، از میزان نسبی پیشرفت او اظهار رضایت کنید.
- اجرای پنج مرحله یادشده برای والدین بسیار مفید بوده و یک استراتژی منطقی را برای برخورد با رفتارهای مسئله‌دار، ارائه می‌دهد. کودکان نیز از این استراتژی استقبال می‌کنند، زیرا به‌جای اینکه به دلیل نداشتن یک مهارت مورد سرزنش قرار گیرند، آن مهارت را آموزش دیده و در هر مرحله از پیشرفت خود مورد تشویق قرار می‌گیرند.



کودکان نیازمند به آموزش‌های ویژه - ناتوانی در یادگیری

دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری، طعمهٔ مناسبی برای کودکان ناسازگار و خشونت‌گرا به‌شمار می‌آیند. عدم توازن قدرت بدنی، هوشی و روانی، مشخصه‌های بارز روابط بین کودکان ناسازگار و قربانیان آن‌ها هستند. بنابراین، تعجب‌آور نیست کودکان دارای ناتوانی در یادگیری، بیشتر در معرض آزار و اذیت کودکان ناسازگار قرار داشته باشند. دو دسته از کودکان، بیشتر از سایرین دچار مشکل هستند: گروهی که دارای ناتوانی در یادگیری هستند و گروه دارای کم‌توجهی. کودکان گروه اول معمولاً قربانیان منفعل بوده و گروه دوم، جزو قربانیان تحریک‌پذیر به‌شمار می‌آیند.

مشخصات اصلی دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری عبارتند از:

ناتوانی‌های فیزیکی

برخی کودکان یا نوجوانان دارای ناتوانی در یادگیری، ممکن است در انجام تکالیف نیازمند به تحرک دقیق بدنی و فیزیکی، دچار مشکل شوند. این ناتوانی، گستره‌ای از میزان خفیف مثل حرکت دستان و انگشتان تا میزان شدیدتر مثل حرکت بازوها، پاها و دیگر عضلات بزرگ بدن را شامل می‌شود. این دانش‌آموزان ممکن است در استفاده از وسایل خانه‌سازی، استفاده از قاشق و چنگال یا چاقو و همچنین نقاشی کردن

دچار مشکل باشند. دستخط آن‌ها زیبا نیست و در انجام تکالیفی مانند ژیمناستیک و بازی‌های ورزشی که به هماهنگی عضلات نیاز دارند، آشکارا ضعیف هستند. آن‌ها اغلب قادر نیستند و سیله‌ای را به دقت حمل کنند یا با وسایلی که در مسیرشان قرار دارد، برخورد می‌کنند.

ناتوانی‌های ادراکی

این نوع ناتوانی‌ها به دو دسته تقسیم می‌شوند: شنوایی و بینایی. ادراک تفسیر اطلاعاتی است که از محیط خود دریافت می‌کنیم. اگر این اطلاعات از طریق چشم به ما برسند، آن‌ها را ادراکات بینایی می‌نامیم و اگر از طریق گوش به ما برسند، ادراکات شنوایی نامیده می‌شوند. بیشتر اطلاعات ترکیبی از این دو نوع ادراک هستند. دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری، در تمایز میان اطلاعات مشابه دچار مشکل می‌شوند. مثلاً نمی‌توانند حروف مشابه (ب و ت، ب و ث) یا لغات مشابه (بار و تار، کید و کند) را از هم جدا کرده و در محیط‌های پرسروصدا قادر به درک سخنان شما نیستند.

کم‌توجهی

تقریباً یک‌سوم از دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری، دچار کم‌توجهی بوده و بقیه آن‌ها از اختلالاتی در زمینه توجه کردن رنج می‌برند. دانش‌آموزان کم‌توجه کسانی هستند که به سختی بر انجام تکالیفی خاص تمرکز می‌کنند. آن‌ها ممکن است تحریک‌پذیر بوده و یا تحریک‌پذیر نباشند. تشخیص این اختلال، به ارزیابی‌ها و معاینه‌های پزشکی به‌ویژه توسط یک روان‌پزشک نیاز دارد. درمان این ناراحتی از طریق مصرف دارو، مشاوره روان‌پزشکی و مدیریت رفتاری، امکان‌پذیر است.

کودکان دارای ناتوانی در یادگیری، ممکن است قادر به تشخیص

نکات کلیدی یک متن یا یک سخنرانی نباشند یا نتوانند یک تکلیف را ادامه دهند و یا در انجام تکلیفی خاص تمرکز نداشته باشند. این اتفاق ممکن است همیشه روی ندهد و محدود به انجام برخی از تکالیف باشد. بسیاری از متخصصان معتقدند تعداد قابل توجهی از دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری دچار کم‌توجهی هستند، اما اکثر آن‌ها کم‌توجهی قابل ملاحظه‌ای ندارند.

حافظهٔ ضعیف

برخی کودکان دارای ناتوانی در یادگیری، از حافظه‌ای ضعیف رنج می‌برند. عده‌ای از آن‌ها دچار ضعف در حافظه موقت^۱ (STM) (حافظه‌ای که فقط سی دقیقه دوام دارد) هستند. شما اگر به اطلاعات دریافتی از محیط اطراف توجه نکنید، هیچ‌گاه نمی‌توانید آن‌ها را در حافظهٔ خود ثبت کنید. این مشکل در میان دانش‌آموزان دارای ناتوانی در یادگیری بسیار رایج است. آن‌ها اگر به محیط خود توجه کرده و موفق شوند اطلاعات دریافتی را وارد حافظهٔ موقت خود کنند، تا نیم ساعت آن‌ها را در حافظه خواهند داشت. بنابراین، برای تبدیل این حافظهٔ موقت به حافظهٔ بلند مدت^۲ (LTM) باید عملیاتی را بر روی اطلاعات دریافتی انجام دهند. مثلاً، در یک مهمانی، شخصی را به شما معرفی می‌کنند (STM)، ولی شما تلاشی نمی‌کنید نام او را به خاطر بسپارید. یک هفته بعد وقتی همان شخص را ملاقات می‌کنید، نامش را به یاد نخواهید آورد، اما اگر به‌هنگام معرفی او بیشتر در مورد نام وی دقت کنید و فرمولی را برای به‌خاطر سپردن این نام ابداع کنید (تمرین کردن) اطلاعات را به حافظهٔ بلندمدت خود منتقل کرده و نام او را در دیدار بعدی به‌یاد خواهید آورد.

-
1. Short-term memory (STM)
 2. Long-term memory (LTM)

حافظه، روندی بسیار پیچیده است که محققان هنوز هم تمام ابعاد آن را نشناخته‌اند. کودکان دارای ناتوانی در یادگیری، برای استفاده از حافظه خود نیاز به کمک دیگران دارند. والدین این نوع دانش‌آموزان می‌گویند: «او همیشه کلیدش را گم می‌کند.» یا «او همیشه فراموش می‌کند کتاب‌هایش را به خانه بیاورد» یا از این شکایت دارند که فرزندشان بسیار درس می‌خواند ولی به هنگام امتحان، اطلاعاتی را که جمع‌آوری کرده است به یاد نمی‌آورد و نمرات مطلوبی نمی‌گیرد. تمام این مشکلات به عملکرد حافظه مربوطه می‌شوند. آیا مشکلات یادشده از نوعی نارسایی در حافظه ناشی می‌شوند یا به نحوه استفاده افراد از حافظه‌شان مربوط هستند؟ پاسخ این سؤال هنوز مشخص نشده است.

ناتوانی گفتاری

دریافت، تحلیل و بیان مفهوم، یکی از مشکلات کودکان دارای ناتوانی در یادگیری به شمار می‌آید. این مشکل در ۵۰ درصد از این کودکان حتی در دوران جوانی نیز ادامه می‌یابد. کودکانی که در زمینه دریافت مفاهیم دچار مشکل هستند، یا قادر به درک صداها، لغات یا جملاتی خاص نیستند، یا نمی‌توانند ساختار و ادبیات زبان را درک کنند. این ناتوانی سبب می‌شود تا بیان مفاهیم نیز برای آنان مشکل باشد. به بیانی دیگر، کودکان دارای مشکل در زمینه دریافت مفاهیم، در بیان مفاهیم نیز دچار مشکل می‌شوند. آن‌ها، لغات را درست به کار نمی‌برند و به جای استفاده از یک لغت برای بیان یک مفهوم، توضیحاتی مختلف را به کار می‌گیرند تا منظور خود را بیان کنند. این کودکان، دستور زبان را رعایت نکرده و جملات را به‌نحو نامناسبی بیان می‌کنند، آن‌ها در اظهارنظر درباره مسائل پیرامون خود، ضعیف بوده و درباره نیازهای خود نیز کمتر سخن گفته و درخواست می‌کنند.

نارسایی در درک مناسبات اجتماعی

این ناتوانی باعث عدم درک مقررات و آداب و رسوم اجتماعی می‌شود. والدین این کودکان عموماً مشاهده می‌کنند که فرزندشان در دوست‌یابی دچار مشکل است، سخنان نابجایی می‌گوید، قبل از سخن گفتن فکر نمی‌کند و سخنانی بر زبان می‌آورد که از بیشتر کودکان شنیده نمی‌شود. اطلاعات ما دربارهٔ این نارسایی بسیار ناچیزتر از سایر ناتوانی‌هاست، اما اهمیت آن بسیار زیاد است، زیرا تمامی اعضای خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به‌یاد داشته باشید که مشخصات عنوان‌شده برای این نوع نارسایی، فقط برخی از جنبه‌های آن را روشن می‌کند.

هیجان‌ات روانی

هیجان‌ات روانی ارتباط نزدیکی با ناتوانی در یادگیری دارند. کودکان تازه‌وارد به مدرسه، علاقه دارند مثل سایر دانش‌آموزان در فعالیت‌های خود موفق باشند، ولی هرچه تلاش می‌کنند کمتر به نتیجه می‌رسند. اگر والدین و معلمان قادر به تشخیص مشکل این نوع دانش‌آموزان نباشند ناتوانی آن‌ها در یادگیری، به اضطراب‌های روانی - اجتماعی تبدیل می‌شود. این کودکان به‌هنگام بلوغ، خاطرهٔ خوشایندی از گذشتهٔ خود نخواهند داشت. آن‌ها در آغاز ورود به مدرسه، فاقد اختلالات رفتاری یا حالت‌های هیجانی هستند، اما بسیاری از متخصصان معتقدند که این آرامش طولانی نخواهد بود و مشکلات آن‌ها آشکار خواهد شد.

ویژگی‌های یادشده، موجب آسیب‌پذیری کودکان قربانی در برابر کودکان ناسازگار و خشونت‌گرا می‌شود. این کودکان باید شناسایی شده و نحوهٔ برخورد با کودکان ناسازگار را بیاموزند. مراجعه به روان‌شناس برای کمک به این کودکان بسیار مفید خواهد بود.



کودکان نیازمند به آموزش‌های ویژه - کم توجهی

سه مشخصه عمومی کودکان دارای کم‌توجهی عبارت است از: تحریک‌پذیری، پریشانی^۱ و اقدامات بدون فکر و تأمل^۲ (عجول بودن). این کودکان حوصله بسیار کمی برای انجام یک کار دارند و تمرکز بر نکات مهم یک گفت‌وگو برایشان بسیار مشکل است. آن‌ها هیچ‌گاه کاری را به پایان نمی‌رسانند و با تحریکات خارجی به‌آسانی از ادامه یک کار غافل شده، مشغول کاری دیگر می‌شوند.

تحریک‌پذیری، نوعی اختلال در سیستم عصبی مرکزی است که موجب بروز اشکال در کنترل حرکات می‌شود. این کودکان، بسیار بی‌تاب و نگران به نظر می‌رسند، هیچ‌گاه حوصله تمام کردن ناهار خود را ندارند، سریعاً از یک فعالیت به فعالیت دیگری روی می‌آورند و پرحرف بوده و هیچ‌گاه ساکت نمی‌شوند. آن‌ها، بارها و بارها مداد خود را می‌تراشند، نوک مدادشان را روی میز می‌کوبند، به‌طور مستمر در حال حرکت و ورجه‌وورجه هستند و انشاء خود را سریعاً و بدون دقت تمام می‌کنند و به‌همین علت بارها دچار اشتباه می‌شوند.

این رفتارها اغلب بدون هدف و دقت انجام می‌شوند به طوری که هر ناظری خواهد گفت: «نمی‌دانم او این همه انرژی را از کجا آورده است؟»

1. Distractibility

2. Impulsivity

یا «کاش من هم مثل او این قدر پرنرژی بودم». این نوع انرژی، نه تنها معمولاً مفید نیست و صرف به پایان رساندن یک کار نمی‌شود بلکه تأثیر مخرب و بازدارنده‌ای بر کار و فعالیت فرد دارد. البته هر نوع تحرک چشمگیر را نباید «تحریک‌پذیری» نامید. تشخیص این اختلال نیازمند ارزیابی‌های پزشکی است.

برخی کودکان ممکن است دچار تحریک‌پذیری نباشند، اما در پیگیری یک کار تا پایان آن، مشکل داشته باشند. این نوع کودکان بر اثر کوچک‌ترین تحرک یا حادثهٔ خارجی از فعالیت خود غافل شده و به کار دیگری مشغول می‌شوند. آن‌ها قادر نیستند اطلاعات اصلی را از فرعی تشخیص دهند و بر اثر هر رویدادی که ممکن است هیچ ارتباطی با فعالیت و علایق آن‌ها نداشته باشد، از مسیر خود منحرف می‌شوند. تمرکز و پیگیری طولانی آن‌ها بر یک کار خاص، بسیار ضعیف است و معمولاً بسیار کم حوصله به نظر می‌رسند. به همین علت، دامنهٔ تمرکز آن‌ها بسیار محدود و کوچک است. این کودکان بر اثر کوچک‌ترین سروصدا تمرکز خود را از دست داده و عصبانی می‌شوند. حتی صداهای بیرون از محیط خانه نیز ممکن است موجب ناراحتی و اغتشاش فکری آن‌ها در خانه شود. صدای اتومبیلی که از کنار خانهٔ آن‌ها عبور می‌کند، باعث اغتشاش افکارشان می‌شود. آن‌ها برای انجام کاری وارد اتاق می‌شوند و بلافاصله فراموش می‌کنند که چرا به اتاق آمده‌اند. به بیانی دیگر، آن‌ها بسیار «حواس‌پرت» هستند.

انجام اقدامات بدون فکر و تأمل یا عجول بودن، یکی دیگر از خصوصیات کودکان کم‌توجه است. آن‌ها اول عمل کرده، سپس فکر می‌کنند. حتی ممکن است به کسی توهین کنند و بعد از ارتکاب این عمل فکر کرده و متوجه اشتباه خود شوند. این کودکان با دوستان خود کتک‌کاری کرده و سپس از آن‌ها عذرخواهی می‌کنند. آن‌ها سؤالاتی بی‌ارتباط با مکالمه‌ای که در جریان است مطرح می‌کنند (طرح سؤالات

بی ربط). آن‌ها قبل از پایان سؤال شما به آن پاسخ می‌دهند و چون کاملاً به سؤال گوش نکرده‌اند پاسخ‌هایشان معمولاً اشتباه است.

برخی کودکان یا نوجوانان عجول، به دلیل سهل‌انگاری و عدم توجه به عواقب اعمال خود، گرفتار حوادث خطرناک بیشتری می‌شوند. برخی از پنجره به بیرون می‌پرند، خود را از بالای درخت به پایین می‌اندازند و یا بدون توقف به طرف درهای شیشه‌ای می‌دوند و دچار حادثه می‌شوند. کودکان کم‌توجه، در مدرسه و خانه رفتار مشابهی دارند. اگر کودکی اختلال یادشده را فقط در یکی از این مکان‌ها نشان دهد، دچار کم‌توجهی نیست بلکه علت خاصی سبب بروز چنین رفتاری شده است. والدین باید درمورد تشخیص این اختلال هشیار باشند تا از قربانی شدن فرزندشان توسط کودکان ناسازگار جلوگیری کنند.

بخش پنجم

اگر کودک شما ناسازگار باشد چه می‌توانید بکنید؟

این بخش، شیوه‌های ویژه‌ای در اختیار والدین قرار می‌دهد تا بتوانند با مشکلات فرزندشان برخورد کنند. همچنین رهنمودهایی در اختیار آنان می‌گذارد تا زمان مراجعه به متخصص را تشخیص دهند.



شناسایی و دخالت اولیه

والدین باید ویژگی‌های شخصیتی فرزندشان را شناسایی کنند تا قادر به مداخلهٔ اصلاح‌گرانه در حل مشکلات فرزند خود در مراحل اولیه باشند. برخی از نشانه‌های ناسازگاری کودکان عبارتند از:

- مسخره کردن مداوم دیگران.
- ترساندن دیگران.
- دعوا کردن با سایر کودکان.
- ریاست‌طلبی.
- اذیت کردن کودکان کوچک‌تر و ضعیف‌تر از خود.
- از نظر جسمی قوی‌تر بودن از هم‌کلاسی‌ها خصوصاً قوی‌تر بودن از قربانیان خود. کارآمدی بسیار در فعالیت‌های بدنی، ورزش و دعوا (در مورد پسران).
- تمایل شدید به تسلط بر دیگران برای اثبات برتری خود و دست یافتن به خواسته‌های خود.
- کم‌حوصلگی و بداخلاقی، عصبانیت سریع، کم‌تحمل بودن درمورد اجرای مقررات، مخالفت، انتقاد، تأخیر و بدقولی. حقه‌بازی برای کسب موفقیت.
- مخالفت و پرخاشگری نسبت به بزرگ‌ترها (والدین و معلمان) و برخورداری از قدرت بیان عالی در شرایط مختلف برای دفاع از خود.

- خشونت، بی‌رحمی و عدم حمایت از کودکان ضعیف.
 - از خود راضی بودن.
 - تمایل به بزهکاری.
 - از نظر شهرت، در حد متوسط یا کمی بالا و پایین قرار داشتن بین هم‌کلاسی‌ها، برخورداری از طرفدارانی در گروه کوچکی از هم‌کلاسی‌ها. کودکان ناسازگار دوره ابتدایی شهرت بیشتری نسبت به دوره راهنمایی دارند.
 - متوسط، خوب یا ضعیف بودن نمرات درسی آن‌ها در دوران ابتدایی، افت تحصیلی شدید در دوره راهنمایی و علاقه به ترک تحصیل.
- اگر کودکی این رفتارها را به‌صورت پراکنده و غیرمداوم ظاهر سازد نمی‌توان او را خشونت‌گرا و ناسازگار نامید. تداوم این رفتارها، ماهیت اصلی ناسازگاری را تشکیل می‌دهد. والدین کودکان ناسازگار می‌گویند هر تنبیهی برای ترک این رفتارها به‌کار گرفته‌اند، بی‌تأثیر بوده است. کودکان ناسازگار در دوران ابتدایی دوستان زیادی داشته و از اعتمادبه‌نفس بالایی برخوردارند، اما پس از ورود به دوران راهنمایی و دبیرستان، از شمار دوستان آن‌ها کاسته می‌شود. والدین این‌گونه کودکان می‌توانند با رفتار خود سبب تقویت خشونت‌گرایی و ناسازگاری در آن‌ها شوند. لذا، هیچ‌گاه نباید برای تنبیه فرزند خود از روش‌های خشونت‌آمیز استفاده کنند.
- معمولاً چنین تصور می‌شود که آن دسته از قربانیان خشونت که گاهی خودکشی می‌کنند، تحت شدیدترین فشارهای روحی قرار دارند. این درحالی است که کودکان خشونت‌گرا و ناسازگار نیز در درازمدت گرفتار مشکلات روحی می‌شوند. آن‌ها دچار افت تحصیلی شده، از نظر اجتماعی منزوی می‌شوند، معمولاً شغل مناسبی ندارند و به سمت فعالیت‌های غیرقانونی و جنایی گرایش می‌یابند. بنابراین، مشکلات کودکان خشونت‌گرا را باید جدی گرفت. اولیاء مدرسه و والدین این‌گونه کودکان اگر با یکدیگر همکاری کنند، به نتایج مطلوبی دست خواهند یافت.

کودکان تحت تأثیر مناسبات اجتماعی قرار می‌گیرند و این امری بدیهی است. کودکان با یکدیگر تفاوت دارند و برخی مستعد بروز سلسله رفتارهای ویژه‌ای هستند، اما در هر صورت، نقش والدین اهمیت بسیاری دارد. آن‌ها باید الگوهای رفتاری مناسبی برای فرزند خود باشند، یعنی اختلافات خود را به‌طور مسالمت‌آمیز حل کنند، به حقوق دیگران احترام بگذارند و به دیگران کمک کنند. والدین باید در گفتار و کردار خود بسیار دقیق باشند، زیرا فرزندشان سریعاً از آن‌ها الگوبرداری کرده و شیوه‌های والدین خود را خواهد آموخت. در ادامه این فصل، از طریق ارائه چند سناریو، درباره راه‌حل‌های ممکن در این زمینه بحث خواهیم کرد.

سناریوی اول

با خانواده خود در صف فروشگاه منتظرید. فردی که در حال عبور است با شما برخورد می‌کند. شما بلافاصله به او تذکر می‌دهید مواظب راه رفتن خودش باشید. او عذرخواهی می‌کند، ولی شما به اعتراض خود ادامه می‌دهید، زیرا قصد دارید به او بفهمانید که باید بیشتر مراقب باشد. در همین هنگام، حاضران در محل به شما خیره می‌شوند و شخصی که با شما برخورد کرده بود، صحنه را ترک می‌کند. شما با رضایت کامل، رو به خانواده خود می‌گویید: «حسابی تنبیه شد!»

والدین تصور می‌کنند با گزینش شیوه‌های انعطاف‌ناپذیر در برابر دنیای خارج، به فرزند خود می‌آموزند که از حقوق خویش دفاع کند. حال اگر فرزند آن‌ها مستعد خشونت‌گرایی باشد، نزد خود تصور می‌کند که باید تا تسلیم شدن دیگران به سرزنش آن‌ها ادامه داد. همچنین تلقی می‌کند که نباید به نگاه‌های انتقادآمیز دیگران توجه کرد و باید به واکنش خشونت‌بار خود در هر شرایطی ادامه داد. این نوع والدین می‌توانند با پذیرفتن عذرخواهی دیگران، به فرزند خود نشان دهند که هیچ‌کسی بی‌عیب و نقص نیست و به‌همین علت باید اشتباهات یکدیگر را بخشید. حتی اگر فرد خاطی سناریوی ما، معذرت‌خواهی هم نمی‌کرد، والدین واکنشی منفی نشان نمی‌دادند و به فرزند خود می‌گفتند که برخی از افراد بسیار بی‌توجه هستند و باید مراقب بی‌توجهی آن‌ها بود تا حادثه‌ای پیش نیاید.

سناریوی دوم

همراه خانواده‌تان در خیابانی مشغول رانندگی هستید. ناگهان اتومبیلی جلو شما می‌پیچد و سبقت می‌گیرد. شما عصبانی می‌شوید و اتومبیل خود را به اتومبیل او می‌رسانید، چند ناسزا نثار راننده آن می‌کنید و دور می‌شوید. سپس، با عصبانیت می‌گویید: «چه آشغال‌هایی توی خیابان رانندگی می‌کنند؟!»

برخی افراد به‌هنگام رانندگی احساس قدرت می‌کنند. یکی از همین راننده‌ها در شهر نیویورک، به‌طور خطرناکی از اتومبیلی دیگر سبقت گرفت. راننده اتومبیل دوم عصبانی شده و به او فحش داد. همین واکنش سبب شد تا راننده خاطی عصبانی شده و همسر و فرزند او را به قتل برساند.

افراد بسیار آرام، با مشاهده تخطی دیگران از قوانین رانندگی و تجاوز آن‌ها به حقوق سایرین، به شدت عصبانی می‌شوند. عصبانی شدن، امری

اجتناب‌ناپذیر است، اما نشان دادن واکنش خشونت‌بار هم قابل اجتناب است. چرا با مشاهدهٔ اشتباه دیگران فکر نمی‌کنید که آن‌ها به‌عمد خطا نکرده‌اند؟ مثلاً، خود ما در حال رانندگی در بزرگراه بودیم که یک تریلی هجده‌چرخ به‌هنگام سبقت، با اتومبیل ما برخورد کرد و باعث انحراف اتومبیل به سمت جدول کنار بزرگراه شد. راننده تریلی به‌سرعت توقف کرده و از ما عذرخواهی کرد. ما هم بدون اینکه عصبانی شویم، منتظر پلیس شدیم.

سناریوی سوم

فرزند شما یکی از هم‌کلاسی‌های خود را «کودن» نامیده و رفتارهای مضحک و مسخرهٔ او را برای شما شرح می‌دهد. اگر با شنیدن گفته‌های او سکوت کنید، به او آموخته‌اید که تمسخر دیگران اشکالی ندارد. شما باید متناسب با سن فرزندتان واکنش مناسبی در برابر گفته‌های او نشان دهید. مثلاً بگویید: «مسخره کردن دیگران کار خوبی نیست.»، «حتماً او هم از رفتارهای خودش خیلی ناراحت است.»، «من مطمئنم که تو می‌توانی به او کمک کنی.» یا «چرا تو با او خوش‌رفتاری نمی‌کنی تا دیگران هم از تو یاد بگیرند و او را اذیت نکنند؟». شما باید در سنین اولیه به فرزندتان پیام‌زید که اذیت و آزار دیگران کار شایسته‌ای نیست.

سناریوی چهارم

در رستورانی همراه خانواده‌تان مشغول صرف غذا هستید، چند نفر که پشت میز کنار شما نشسته‌اند، شروع می‌کنند به متلک گفتن به گارسن. اگر شما در برابر رفتار آزاردهندهٔ آن‌ها سکوت کنید، به فرزند خود آموخته‌اید که فقط شاهد اذیت کردن دیگران باشد و دخالتی نکند. اصولاً یکی از علل ادامهٔ پدیدهٔ خشونت، همین بی‌تفاوتی ناظران و شاهدان خشونت است. البته، در صورت اعتراض شما به مردم‌آزاری آن‌ها ممکن

است گفته شود: «به شما ربطی ندارد.» به همین علت، هرگز به طور مستقیم انتقاد نکنید. در این شرایط بهتر است مدیر رستوران را مطلع کنید و از او بخواهید تا از ادامه رفتار زشت آن‌ها جلوگیری کند. فرزند شما با مشاهده این واکنش می‌آموزد که نسبت به محیط خود بی‌تفاوت نباشد.

سناریوی پنجم

فرزندانتان در مورد استفاده از اسباب‌بازی با هم مشاجره می‌کنند. به آن‌ها تذکر می‌دهید، اگر به کارشان ادامه دهند، هر دو را تنبیه کرده و اجازه نمی‌دهید از آن اسباب‌بازی استفاده کنند. آن‌ها به مشاجره خود ادامه می‌دهند، شما ناگهان عصبانی می‌شوید، اسباب‌بازی را می‌گیرید، آن را می‌شکنید و در سطل آشغال می‌اندازید، هر دو فرزندتان را کتک می‌زنید و آن‌ها را به اتاقشان می‌فرستید. در واقع، شما کنترل خود را از دست داده و به نحوی پرخاشگرانه با فرزندانتان برخورد کرده‌اید و با این کار خود به آن‌ها می‌آموزید هر وقت که عصبانی شدند، می‌توانند از روش‌هایی خشونت‌آمیز برای رفع عصبانیت خود استفاده کنند، هیچ‌گاه از کتک زدن به عنوان روشی تنبیهی استفاده نکنید. ساده‌ترین راه‌حل، محرومیت چندروزه هر دوی آن‌ها از آن اسباب‌بازی است. اگر باز هم به دعوای خود ادامه دادند، دیگر اجازه ندهید که با وسیله مورد اختلاف بازی کنند. تشویق رفتارهای شایسته کودکان بهترین راه‌حل اصلاح آن‌هاست (در فصل آینده به این موضوع خواهیم پرداخت).

الگو شدن برای کودکان کار ساده‌ای نیست، اما شما چه بخواهید و چه نخواهید برای فرزندتان الگو هستید. شیوه برخورد شما با مشکلات و موقعیت‌های مختلف، به فرزندتان می‌آموزد که چگونه رفتار کند. استفاده شما از روش‌های خشونت‌آمیز، منجر به ناسازگاری و خشونت‌گرایی فرزندتان خواهد شد.

تشویق، واکنشی است که به تقویت رفتار خاص منجر می‌شود. اگر فرزند شما رفتار شایسته‌ای انجام دهد، تشویق شما باعث تکرار این رفتار توسط او خواهد شد، افراد معمولاً به مشوق‌های متفاوتی پاسخ می‌دهند. برخی به پول، برخی به غذا و شکلات و عده‌ای نیز به تشکر کردن اهمیت می‌دهند. با این وجود، رهنمودهای کلی و مشترکی درباره نحوه تشویق کودکان وجود دارد. اولین اقدامی که باید انجام دهید، تحسین کودک است. مراتب مختلف تشویق کردن عبارتند از:

۱. تحسین گفتاری یا غیرگفتاری،
۲. تحسین همراه با فعالیت‌ها،
۳. تحسین همراه با جوایز جزئی،
۴. اعطای نشان‌های لیاقت.

مرحله اول، تحسین کردن است

والدین گاهی چنین تصور می‌کنند که خرید هدیه و اسباب‌بازی گران‌بها می‌تواند تشویق‌کننده خوبی برای کودکان باشد. اگرچه اعطای جوایز در برخی موارد ضروری به نظر می‌رسد، اما تحسین نیز یکی از روش‌های مؤثر تشویق است (گفتاری یا غیرگفتاری). اولین یافته تحقیقاتی در این زمینه، بیان می‌دارد که: «از خوبی‌های کودکان خود غافل نشوید.» این

عبارت، بسیار ساده به نظر می‌رسد، اما اجرای آن مشکل است. والدین ممکن است به ضعف و کاستی‌های فرزندان خود بیش از توانایی‌های آنان توجه کنند، یا شیوهٔ تحسین آن‌ها بسیار ناشیانه باشد. برخی والدین می‌پرسند: «چرا باید فرزندان را برای رفتاری تحسین کنیم که سایر کودکان نیز آن را انجام می‌دهند.» و به همین علت از تحسین فرزند خود در حضور دیگران، پرهیز می‌کنند. این والدین اگر نتیجهٔ تحسین بر تقویت رفتارهای شایسته فرزندان را ببینند، به کارآیی این روش معتقد و امیدوار خواهند شد. راهنمای گام‌به‌گام استفاده از تحسین عبارت است از:

۱. فهرستی از رفتارهای شایستهٔ فرزند خود، بدون توجه به سادگی آن‌ها، تهیه کنید. اگر در طول روز به رفتارهای فرزند خود توجه کرده و چنین فهرستی را تهیه کنید، ارزش‌های وجودی او را درک خواهید کرد. سعی کنید این فهرست را مستقل از همسر خود تهیه کرده، آنگاه نگرش خود را با همسران مقایسه کنید.

۲. برای تحسین فرزندان تنها به گفتن «آفرین» اکتفا نکنید بلکه ماهیت رفتار شایستهٔ او را برایش توضیح دهید. مثلاً، اگر فرزندان از تمسخر کودکی ضعیف خودداری کرد، به او بگویید: «من به تو افتخار می‌کنم چون به دوستت کمک می‌کنی تا خودش را کمتر از دیگران نبیند.»

۳. تحسین باید پس از انجام رفتاری شایسته، صورت پذیرد تا بتواند بین رفتار و نتیجهٔ آن ارتباطی معنی‌دار ایجاد کند. اگر هنگام ارتکاب رفتاری ناشایست، کودک را تحسین کنید، باعث تقویت آن رفتار در او خواهید شد.

۴. تحسین باید در آغاز رفتاری شایسته، به‌طور مداوم و مکرر صورت پذیرد و به تدریج که آن رفتار به عادت رایج زندگی فرزندان تبدیل می‌گردد، باید از میزان تحسین نیز کاسته شود.

۵. تحسین باید بلافاصله پس از تکرار رفتار شایسته انجام شود ولی پس از عادی شدن آن رفتار، باید از دفعات تحسین کاسته شود.

۶. تحسین باید از صمیم قلب باشد، زیرا کودکان قادرند تحسین‌های غیرواقعی را تشخیص دهند.

۷. اگر تحسین کردن کودکان برای شما مشکل است، به راهنمایی‌های زیر توجه کنید:

الف - در مکان‌هایی از خانه که دائم در دسترس شماست یادداشت‌هایی بگذارید تا به شما یادآوری کنند که باید به‌خاطر یکی از رفتارهای فرزندتان، از او تشکر کنید.

ب - تحسین‌هایی را که در طول روز انجام داده‌اید، ضبط کرده و دوباره به آن‌ها گوش دهید تا بتوانید اشتباهات خود را اصلاح کنید.

ج - تعداد تحسین‌هایی را که در طول روز انجام داده‌اید، یادداشت کنید تا پرونده‌ای از واکنش‌های خود داشته باشید و با مطالعهٔ آن کاستی‌های خود را جبران کنید.

تحسین کردن، درمورد تمامی رفتارهای مرتبط با خشونت‌گرایی مؤثر نیست. بنابراین باید از مشوق‌های دیگری نیز استفاده کنید. تحسین، موجب اصلاح بسیاری از رفتارهای فرزند شما و شناسایی رفتارهای غیرقابل اصلاح او خواهد شد. به بیانی دیگر، ارزش‌گذاری رفتارها از طریق تحسین مشخص می‌شود. در مواردی که تحسین کردن فاقد کارایی لازم به‌نظر می‌رسد، در کنار ادامهٔ آن از مشوق‌های دیگری نیز استفاده کنید.

مرحلهٔ بعدی، تحسین همراه با فعالیت‌هاست

فهرستی از فعالیت‌های موردعلاقهٔ فرزندتان تهیه کنید و هر بار که رفتار شایسته‌ای از او دیدید، اجازه بدهید که آن فعالیت را انجام دهد. این فعالیت‌ها می‌توانند بسیار ساده باشند، مثل: فوتبال، پینگ‌پنگ، کوهنوردی، تماشای تلویزیون و یا بازی با کامپیوتر. کودکان می‌آموزند که ابتدا باید کار شایستهٔ موردنظر شما را انجام دهند تا بتوانند به فعالیت

مورد علاقه خودشان بپردازند. این روش، بسیار مؤثر است. هیچ‌گاه آن‌ها را تهدید نکنید که: «اگر می‌خواهی تلویزیون تماشا کنی باید چنین رفتاری داشته باشی» بلکه به آن‌ها بگویید: «اگر فلان رفتار را انجام دهی، از فلان امتیاز برخوردار خواهی شد.» در صورت مؤثر نبودن این روش، می‌توانید از روش بعدی استفاده کنید.

مرحله بعدی، تحسین همراه با اهداء جوایز جزئی است

درباره تمامی جوایز مورد علاقه فرزندان فکر کنید. مداد، دفترچه، غذا یا هر وسیله جزئی مورد علاقه او را مدنظر گرفته و به‌عنوان جایزه از آن‌ها استفاده کنید. سعی کنید جوایز را در طول روز و به تفاوت توزیع کرده و همه آن‌ها را یک‌باره در اختیار فرزندان قرار ندهید.

مرحله آخر، اعطای نشان‌های لیاقت است.

دادن نشان‌هایی مانند: ستاره، کارت و نظایر آن‌ها، کاری بسیار تشویق‌کننده است. گاهی اوقات، والدین و کودکان با یکدیگر به توافق می‌رسند که به‌ازای رفتاری شایسته در زمانی معین، پاداش مشخصی دریافت شود. این روش، اگرچه بسیار مؤثر است، ولی برای انجام آن بهتر است با یک روان‌شناس مشورت شود.

برخی والدین، در تشویق فرزندشان بسیار ضعیف عمل می‌کنند. در پیوست کتاب حاضر، پیشنهادهایی تحت عنوان «انواع تشویق‌ها» به والدین ارائه شده است.

تشویق، همواره مؤثر نبوده و گاهی لازم است برای تغییر یک رفتار، از تنبیه استفاده شود. در بسیاری موارد، ترکیبی از «حداکثر تشویق و حداقل تنبیه» بهترین راه حل ممکن به شمار می آید. هر چیزی که باعث تضعیف یک رفتار شود، نوعی تنبیه کننده به شمار می آید. تنبیه الزاماً به معنی تنبیه بدنی نیست. کتک زدن به دلایلی متعدد، کاری کاملاً نادرست بوده و توجیه پذیر نیست. تنبیه بدنی، پیام روشنی برای کودکان دارد: «کسانی که از تو بزرگ تر و قوی تر هستند، با زور می توانند تو را وادار به انجام کاری کنند که دلشان می خواهد.» به همین دلیل است که بسیاری از کودکان و بزرگسالان، از روش های خشونت آمیز استفاده می کنند. از نظر رفتارشناسی، سیلی زدن و کتک زدن روش هایی هستند که باعث بدآموزی کودکان و بزرگسالان می شوند. والدین باید راه های انسانی تری را برای برخورد با مشاجرات انتخاب کنند.

برخورد با رفتارهای ناشایستی که به طور مکرر روی می دهند، کاری بسیار مشکل است، اما بدون راه حل نیست. اگر احساس می کنید به تنبیه بدنی فرزندتان تمایل دارید، برای برخورد با مشکل رفتاری او از دیگران کمک بخواهید. تنبیه نیز مانند تشویق دارای سلسله مراتبی است. والدین گاهی به این موضوع توجه نکرده و بدون رعایت مراحل تنبیهی، بی درنگ به فرزندشان می گویند: «بس کن!» و بلافاصله او را تا مدتی در اتاقش

زندانی می‌کنند. مراحل میانی متعددی برای تنبیه وجود دارد که عبارتند از:

۱. نادیده گرفتن رفتار ناشایست و بی‌توجهی به آن،

۲. سرزنش لفظی،

۳. محرومیت از امتیازات،

۴. محرومیت موقت.

اکثراً به والدین توصیه می‌شود که رفتارهای ناشایست فرزند خود را نادیده بگیرند تا مشکل رفتاری او به تدریج حل شود، اما موضوع به این سادگی نیست. «نادیده گرفتن یک رفتار ناشایست» روشی مؤثر است، اما اجرای آن برای والدین بسیار مشکل است. عبارت تکنیکی به کار رفته برای این نوع نادیده گرفتن، «محرومیت موقت از تشویق اجتماعی» است. عوامل تشویق‌کننده متعددی در محیط زندگی کودک وجود دارند که حذف آن‌ها (نادیده گرفتن آن‌ها) باعث می‌شود کودک برای کسب مجدد آن‌ها رفتار خود را تغییر دهد. اجرای این مکانیزم تا حدودی دشوار است. والدین به دلیل ناتوانی در نادیده گرفتن رفتارهای ناشایست فرزند خود، غالباً مضطرب هستند. به چند مثال در زمینه شیوه‌های نادیده گرفتن توجه کنید:

۱. هنگامی که فرزندان مشغول انجام کاری ناشایست است، هیچ‌گاه

بی تفاوت نایستید و به او خیره نشوید.

۲. به اتاق دیگری بروید.

۳. به موسیقی گوش دهید (واکنش بسیار مفید است).

۴. خود را با غذا پختن، مطالعه و غیره سرگرم کنید.

۵. با خودتان صحبت کنید. به خود بگویید این رفتار زودگذر بوده و نادیده

گرفتن آن روش بسیار مؤثری است.

۶. پدر و مادر باید در نادیده گرفتن رفتار ناشایست کودک خود به یکدیگر

کمک کرده و هماهنگ باشند.

اگر در ابتدای بی‌توجهی شما رفتار ناشایست فرزندان تقویت شد،

اصلاً تعجب نکنید. درباره آن فکر کنید. در چند مرحله، رفتاری ناشایست را نادیده گرفته‌اید، ولی نهایتاً صبرتان لبریز شده و به آن پاسخ داده‌اید؟ فرزندتان از شما می‌خواهد قبل از شام برایش شیرینی تهیه کنید، شما پاسخ منفی می‌دهید و او آن‌قدر اصرار می‌کند که بالأخره تسلیم می‌شوید و برای خلاصی از اصرارهای او به درخواستش عمل می‌کنید، این نوع واکنش به کودکان می‌آموزد که با اصرار و پیگیری به خواسته خود برسند، هرچه اصرار و سماجت آن‌ها بیشتر باشد، احتمال موفقیت آن‌ها و تسلیم شما بیشتر خواهد شد. بنابراین، اگر درخواست او را نادیده گرفتید و با اصرار او مواجه شدید، تعجب نکنید و به روش خودتان ادامه دهید تا تغییر در رفتار او را مشاهده کنید. هیچ‌گاه رفتارهایی را که به فرزندتان آسیب می‌زنند، نادیده نگیرید. «نادیده گرفتن» در صورتی که با تشویق رفتارهای مطلوب همراه شود، بهترین نتیجه را خواهد داد. فرزندتان باید با رفتار شایسته خود نظر شما را جلب کند نه با رفتاری ناشایست.

بی‌توجهی به رفتاری ناشایست، کاری دشوار بوده و ممکن است در زمانی طولانی باعث تغییر در رفتاری خاص شود. این روش در مورد رفتارهایی که با تحسین‌های لفظی و غیرلفظی تشویق می‌شوند بسیار مؤثر است، زیرا محرومیت از این تحسین‌ها برای کودکان دشوار است. این روش در همه موارد نتیجه نمی‌دهد و در چنین شرایطی باید وارد مرحله دوم شد و از سرزنش لفظی استفاده کرد.

سرزنش لفظی باید خیلی کوتاه و مختصر باشد. سرزنش و بحث و مشاجره بیش‌ازحد و طولانی می‌تواند باعث تقویت رفتاری ناشایست شود، زیرا ممکن است برای کودک دلایل خودداری از انجام رفتاری خاص و تأثیر آن بر والدین، خودش و سایر اعضای خانواده، قابل درک نباشد. به جای اینکه بگویید: «صدها بار گفته‌ام وقتی مشغول آشپزی هستم مزاحم من نشو. آیا نمی‌دانی ممکن است حواسم پرت شود و به

خودم آسیب برسانم؟ آیا نمی‌توانی منتظر بمانی تا کارم تمام شود؟ اگر مزاحم من شوی نمی‌توانم غذا را آماده کنم». در این موارد گفتن: «نه» یا «بس است» یا «لطفاً این کار را نکن» کافی خواهد بود. در این حالات به محض اینکه فرزندان رفتاری شایسته از خود نشان داد، او را تشویق کنید.

در بسیاری اوقات، سرزنش لفظی مؤثر نبوده و باید وارد مرحله سوم شوید. «محرومیت از امتیازی ویژه» (مرحله سوم) نباید بدون اطلاع قبلی باشد: («همین که گفتم، امروز حق نداری از خانه بیرون بروی» یا «فردا نمی‌توانی به استخر بروی»). محرومیت از امتیازی خاص، باید پس از توافق قبلی و پیش‌آگهی کودک شما صورت پذیرد. فرزند شما باید بداند اگر مرتکب رفتاری خاص شود، از پاداشی خاص محروم خواهد شد. به این ترتیب، او با نوع رفتار خود در مورد دستیابی یا محرومیت از پاداش خاص تصمیم خواهد گرفت. در صورت لزوم می‌توان این روش را با سرزنش لفظی نیز همراه کرد.

اگر تمامی روش‌های یادشده بی‌حاصل بودند، می‌توانید از روشی پیچیده‌تر به نام «محرومیت موقت» استفاده کنید. برای اجرای این روش بهتر است با یک روان‌کاو مشورت کنید. این روش باید به‌طور سیستماتیک اجرا و پیگیری شود. استفاده از روش‌های تنبیهی، باید با چند احتیاط همراه باشند. تحقیقات نشان می‌دهند که ارتباط والدین و فرزندان عمدتاً «منفی‌نگر» است. والدین بیش از آنکه به رفتارهای شایسته فرزندان توجه کنند، نارسایی‌ها و اشتباهات او را می‌بینند بنابراین تنبیه باید به‌طور موقت صورت گیرد، اما تشویق باید مستمر و پیوسته باشد. اگر تنبیه کودک با جدیت همراه نباشد یا به‌طور مکرر و بیش‌ازاندازه صورت بگیرد، حاصلی در پی نخواهد داشت.

برای ما بسیار مشکل است که رفتار خود را تغییر دهیم. والدین معتقدند که باید به وظیفه خود آشنا باشند، چراکه در غیراین صورت در تربیت کودک موفق نخواهند بود. والدین باید روش‌های مؤثر تربیتی را فراگیرند تا بتوانند رفتارهای خشونت‌آمیز فرزندانشان را اصلاح کنند. آن‌ها قادرند رفتار فرزندشان را تغییر دهند، اما گاهی انجام این کار به‌تنهایی بسیار دشوار بوده و ضرورت کمک خواستن از متخصص احساس می‌شود، اما آن‌ها چگونه می‌توانند تشخیص دهند که چه زمانی باید به متخصص مراجعه کنند؟ در این فصل، به بیان موقعیت‌هایی می‌پردازیم که در آن‌ها، والدین به کمک متخصص نیاز دارند.

● اگر احساس کردید قادر به کنترل خود نیستید و تمایل دارید فرزندتان را کتک بزنید، یقین کنید به کمک یک متخصص نیاز دارید. یکی از والدین می‌گفت: «با دختر هشت‌ساله‌ام سوار اتوبوس بودم که شروع کرد به گریه کردن. او آن‌قدر گریه کرد که احساس کردم اگر سرش را به صندلی بکوبم، ساکت خواهد شد.» این نوع احساسات که تنبیه فیزیکی را تنها راه حل مشکل جلوه می‌دهند، باید جدی تلقی شده و تحت درمان قرار گیرند. هستند والدینی که فرزند خود را به قتل رسانده‌اند، زیرا تصور می‌کردند که راه حل دیگری ندارند. اگر احساس می‌کنید استفاده از زور تنها راه حل مقابله با رفتارهای ناشایست فرزند شماست یا اگر او را

مرتباً کتک می‌زنید، بی‌درنگ به متخصص مراجعه کنید، زیرا به کمک او نیاز دارید.

● زمانی که مشاهده می‌کنید فرزندان از دیگران سوءاستفاده می‌کند؛ اگر فرزندان مرتباً دوستان خود را کتک می‌زند، از دیگران کمک بخواهید. ناسازگاری مستمر فرزندان در مدرسه، مهمانی‌ها و موقعیت‌های دیگر را جدی بگیرید و حتماً به متخصص مراجعه کنید.

● وقتی که فرزندان با پلیس درگیر شد؛ اگر مرتکب اعمال غیرقانونی مانند دزدی و... شد و توسط پلیس دستگیر شد، حتماً به متخصص مراجعه کنید. عدم کنترل خشونت در بین کودکان، منجر به ارتکاب جرائم مختلف توسط آنان خواهد شد.

● در صورتی که مرتباً توسط مسئولان مدرسه احضار می‌شوید؛ اگر مسئولان مدرسه به‌طور مکرر از فرزندان شکایت دارند و خود قادر به برخورد با خشونت‌گرایی فرزندان نیستید، حتماً باید به متخصص مراجعه کنید.

● اگر مدرسه فرزندان فاقد برنامه مبارزه با خشونت است و شما می‌دانید که فرزند خشونت‌گرا و ناسازگاری دارید که قادر به کنترل او نیستید حتماً به متخصص مراجعه کنید.

● برای اصلاح فرزندان روش‌های مختلفی را به کار برده‌اید که همه آن‌ها بی‌نتیجه بوده‌اند. شما ممکن است راه‌های مختلفی را امتحان کنید ولی موفق نشوید. در این صورت باید بیاموزید که چگونه می‌توانید پدر یا مادری مؤثر باشید. بسیاری از والدین مایلند رفتار خود را تغییر دهند اما بدون کمک متخصص قادر به این کار نیستند. چنین والدینی حتماً به مشاوره با یک روان‌شناس نیاز دارند.

بخش هشتم

کارهایی که مدرسه می تواند در مورد خشونت‌گرایی انجام دهد

تصور کنید، کودکی که در مورد مسئله‌ای خاص، دو نوع راه‌حل متفاوت را از والدین و معلم خود می‌شنود، تا چه اندازه مبهوت خواهد شد. او به معلم خود می‌گوید: «دانش‌آموزان مرا اذیت می‌کنند.» معلم نیز راه‌حلهایی را در اختیار او می‌گذارد که شامل دعوا و مقابله‌به‌مثل نمی‌شوند. مدارس، برنامه‌هایی را برای برخورد با خشونت و ناسازگاری اجرا می‌کنند که شامل قوانین و مجازات‌های مشخصی هستند، هنگامی که همین کودک به خانه برمی‌گردد و از آزار خود توسط دیگران شکایت می‌کند، والدینش او را تشویق می‌کنند که مقابله‌به‌مثل کند و با کودکان خشونت‌گرا بجنگد. اگر مدرسه و والدین در این زمینه با یکدیگر همکاری نکنند، توصیه‌های آن‌ها متضاد یکدیگر بوده و باعث پریشانی کودک خواهد شد.

والدین باید از مراحل اولیه رویارویی فرزندشان با خشونت و ناسازگاری، به او کمک کنند. مدرسه می‌تواند نامه‌ای درخصوص مشاهده این مشکل برای والدین ارسال کند و پرسش‌ها و پیشنهادهای

خود را بیان دارد. والدین نیز می‌توانند چنین ارتباطی با مدرسه فرزندشان برقرار سازند. آن‌ها به اطلاعاتی درباره ماهیت خشونت و ناسازگاری و پیشنهادهایی در زمینه نحوه برخورد با این مشکل در منزل، نیاز دارند. آن‌ها باید قوانین و مجازات‌هایی را که مدرسه برای این مسئله تدوین کرده است، بشناسند و از هر تغییری در این خصوص با اطلاع و آگاه باشند. این بخش، والدین را با اجزای اصلی برنامه جامع مدرسه برای مبارزه با ناسازگاری آشنا می‌سازد، تا از طریق همکاری با مدرسه بتوانند به فرزند خود کمک کنند.



مدارس، مکانی مناسب برای خشونت

تمام مدارس باید برای مبارزه با خشونت برنامه‌ای خاص داشته باشند. موارد خشونت، بیشتر در مسیر رفت و آمد مدرسه و یا داخل و اطراف مدرسی که فاقد سطحی مطلوب هستند، روی می‌دهند. کودکانی که مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند، می‌گویند در مسیر رفت و آمد مدرسه یا هنگامی که در انتظار سرویس مدرسه هستند، مورد تمسخر قرار می‌گیرند، کتک می‌خورند و وسایل شان ربوده می‌شود. آن‌ها ترجیح می‌دهند به تنهایی غذا بخورند تا کسی نتواند غذای آن‌ها را تصاحب کند. هنگام زنگ تفریح نیز گوشه‌گیر بوده و از دانش‌آموزان دیگر فاصله می‌گیرند و به نقاط خلوت مدرسه می‌روند. این درحالی است که این نوع مناطق خلوت، مکان مناسبی برای اذیت کردن آن‌ها به دور از نظارت دیگران است. بسیاری از قربانیان خشونت، دچار انواع مشکلات جسمی و روانی مانند غش، استفراغ، مشکلات بینایی، سردرد، دل‌درد و هیستری می‌شوند. آن‌ها به دلیل بروز این مشکلات و یا وحشت از آزار دیگران، از مدرسه غیبت می‌کنند. این نوع وحشت از مدرسه، نشانه حضور پدیده خشونت و ناسازگاری در مدرسه آن‌هاست. امروزه، دیدگاهی که این نوع رفتارها را بازی‌های طبیعی کودکان تلقی می‌کند، تاحدی درحال تغییر است، اما سرعت تغییرات هنوز کافی نیست. برنامه‌هایی برای مبارزه با خشونت در مدارس تدوین شده است، اما تمام

مدارس مجهز به این برنامه‌ها نیستند. یکی از تکان‌دهنده‌ترین یافته‌های به‌دست آمده از تحقیقات انجام‌شده دربارهٔ کودکان قربانی خشونت، این است که آن‌ها فکر می‌کنند مدرسه هیچ تلاشی برای مبارزه با خشونت انجام نمی‌دهد. اکثر این کودکان خود را بی‌پناه یافته و نمی‌دانند هنگامی که مورد اذیت قرار می‌گیرند، باید به چه کسی مراجعه کنند. یکی از این کودکان، وقتی به معلم خود شکایت می‌کند که دانش‌آموزان دیگر او را اذیت می‌کنند، در پاسخ می‌شنود: «خودت یک طوری این مشکل را حل کن.» همین کودک وقتی سر کلاس نیز توسط یکی از دانش‌آموزان ناسازگار مورد آزار قرار می‌گیرد، به معلم خود شکایت می‌کند، اما در جواب می‌شنود: «من که ندیدم تو را اذیت کند، بنابراین نمی‌توانم کاری برایت بکنم.» وقتی والدین او توصیه کردند که کودکان شرور را به مسئولان مدرسه معرفی کند، در پاسخ آن‌ها گفت: «فایده‌ای ندارد، آن‌ها کاری انجام نمی‌دهند.»

قبل از تدوین هر نوع برنامهٔ اصلاحی، باید ارزیابی‌های ضروری صورت پذیرد تا ماهیت خشونت‌گرایی در محیط مدرسه شناسایی شود. والدین و مسئولان مدرسه می‌توانند با همکاری یکدیگر پرسشنامه‌ای تهیه کرده، یا از پرسشنامه‌های موجود استفاده کنند. یکی از این پرسشنامه‌های موجود «زندگی من در مدرسه» نام دارد که توسط واحد آموزش دانشگاه شفیلد^۱ انگلستان تهیه شده است.

به محض تکمیل این پرسشنامه توسط دانش‌آموزان، نتایج را مورد ارزیابی قرار دهید. گردآوری اطلاعات در زمینهٔ یک سلسله فعالیت‌های ویژه، باعث شناسایی دفعات و نوع خشونت و ناسازگاری در مدرسه می‌شود. بررسی برخی از کلاس‌ها یا دوره‌های تحصیلی، ممکن است برای ارزیابی بیشتر ضروری باشد. این کار باید با همکاری اولیاء و مربیان انجام شود.

زندگی من در مدرسه

پسر	دختر	سن	سال تحصیلی
این هفته یکی از دانش‌آموزان	ابتداً	یک‌بار	بیش از یک‌بار
۱. مرا به نام دیگری خطاب کرد			

۲. با من به مهربانی سخن گفت
۳. به خانواده‌ام توهین کرد
۴. سعی کرد به من لگد بزند
۵. با من خیلی مهربان بود
۶. با من نامهربان بود، زیرا با او فرق دارم
۷. هدیه‌ای به من داد
۸. گفت مرا زده است
۹. به من پول داد
۱۰. مرا مجبور کرد تا پولم را به او بدهم
۱۱. سعی کرد با من دعوا کند
۱۲. سؤال احمقانه‌ای کرد
۱۳. چیزی به من قرض داد
۱۴. مانع از بازی من شد
۱۵. دربارهٔ کاری که انجام دادم، نامهربان بود
۱۶. دربارهٔ لباس‌هایم با من صحبت کرد
۱۷. برایم لطفیه تعریف کرد
۱۸. به من دروغ گفت
۱۹. دوستانش را علیه من تحریک کرد
۲۰. مرا وادار کرد دیگران را اذیت کنم
۲۱. به من لبخند زد
۲۲. سعی کرد برایم مشکل درست کند
۲۳. در حمل چیزی به من کمک کرد
۲۴. سعی کرد مرا اذیت کند
۲۵. در انجام تکالیف مدرسه به من کمک کرد
۲۶. مرا وادار به انجام کاری کرد که دوست نداشتم
۲۷. دربارهٔ برنامه‌های تلویزیون با من صحبت کرد

-
۲۸. چیزی از من گرفت
۲۹. اجازه داد از وسیله‌اش استفاده کنم
۳۰. رنگ پوستم را مسخره کرد
۳۱. سرم داد کشید
۳۲. با من بازی کرد
۳۳. به من پشت پا زد
۳۴. درباره چیزهای مورد علاقه‌ام صحبت کرد
۳۵. به من خندید
۳۶. گفت درباره‌ام خبرچینی می‌کند
۳۷. سعی کرد وسایلم را خراب کند
۳۸. درباره من دروغ گفت
۳۹. سعی کرد مرا بزند

تهیه و اجرای برنامه مبارزه با خشونت در مدرسه

برخی از مدیران مدارس تصور می‌کنند که با اخراج کودکان خشونت‌گرا و ناسازگار از مدرسه قادر به حل این معضل هستند، درحالی‌که مسئله پیچیده‌تر از آن است که چنین برخوردهایی قادر به حل آن باشد. حل این معضل به برنامه‌ای جامع نیاز دارد که باید با همکاری اولیاء و مربیان اجرا شود. هدف چنین برنامه‌ای عبارت است از:

۱. کاهش وقوع خشونت و ناسازگاری در داخل و خارج مدرسه.

۲. جلوگیری از وقوع خشونت در آینده.

قربانیان خشونت باید در محیط مدرسه احساس آرامش کنند و کودکان ناسازگار نیز باید روش مناسب اظهار وجود را بیاموزند. اولیاء و مربیان باید به اهمیت خشونت و ناسازگاری پی ببرند. تهیه پرسشنامه و تکمیل آن توسط دانش‌آموزان، باعث می‌شود اولیاء و مربیان از وجود این مسئله مطلع شده و قادر به برنامه‌ریزی برای مبارزه با آن شوند. بدون اطلاع از ماهیت مسئله، هر نوع برنامه‌ریزی برای مبارزه با آن ناموفق خواهد بود. برنامه‌های جامع مبارزه با خشونت در مدرسه دارای سه جزء اصلی هستند:

۱. قوانین مشخص،

۲. تقویت دانش‌آموزانی که از این قوانین اطاعت می‌کنند،

۳. مجازات دانش‌آموزانی که از این قوانین تبعیت نمی‌کنند.

اولین گام در اجرای برنامه‌ای اصلاحی، آموزش دادن کارکنان مدرسه

است. قبلاً گفتیم که اکثر والدین و معلمان و کارکنان مدارس، از اهمیت خشونت و ناسازگاری آگاه نیستند. کودکانی که مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند، معتقدند که نمی‌توانند به کمک مسئولان مدرسه امیدوار باشند، بنابراین، آگاهی از مشکل، نخستین گام در مبارزه با آن به شمار می‌آید.

آموزش کارکنان مدرسه باید شامل ارائه الگوهای رفتاری، استراتژی‌های مداخله‌گرایانه و حمایت از قربانیان خشونت باشد. مطالعه انواع کتاب و تماشای فیلم‌های مرتبط با این موضوع، بسیار مفید است.

معلمان برای مبارزه با ناسازگاری در کلاس خود چه می‌کنند؟ قبلاً نیز اشاره کردیم که برای مبارزه با خشونت و ناسازگاری در محیط مدرسه باید برنامه‌ای جامع تهیه شود. توانایی‌های یک معلم در موفقیت این برنامه، اهمیت بسیاری دارد. همان‌طور که والدین در محیط خانه الگوی رفتاری فرزند خود به شمار می‌آیند، معلمان نیز در محیط مدرسه از چنین موقعیتی برخوردارند. کلاس‌هایی که معلمان آن‌ها محیطی دوستانه در آن‌ها ایجاد کرده، قوانین مشخصی برای مبارزه با ناسازگاری ارائه می‌دهند و در اجرای قوانین قاطعیت دارند، پیام‌های مفیدی برای دانش‌آموزان دارند. معلمان باید از ماهیت خشونت و قربانیان آن آگاه شوند و بدانند که کودکان چه زمانی به کمک احتیاج دارند. تشویق‌های کلامی (تحسین) رفتارهای شایسته، یکی از راه‌هایی است که به دانش‌آموزان نشان می‌دهد، رفتار محترمانه با دیگران عملی بسیار شایسته است. همواره دانش‌آموزانی را که چنین رفتاری دارند، مورد تحسین قرار دهید. رهنمودهای مؤثر برای تحسین دانش‌آموزان در کلاس عبارتند از:

- تحسین کردن معلمان باید پس از انجام عمل شایسته توسط دانش‌آموز، صورت پذیرد. معلم باید سعی کند بین تحسین و انجام عمل شایسته ارتباطی معنی‌دار برقرار سازد. اگر تحسین در زمانی انجام شود که دانش‌آموز رفتار ناشایستی دارد، این رفتار را در او تقویت خواهد کرد. این تصور که تحسین کودک به‌هنگام ارتکاب عمل ناشایست باعث

ارضای او شده و به رفتار ناشایست او پایان خواهد داد، تصویری کاملاً غلط است.

● تحسین کردن در مراحل اولیه بروز رفتاری شایسته باید به طور مداوم انجام شود. پس از آنکه رفتاری خاص به عادت رفتاری تبدیل شد، دفعات تحسین نیز باید به تدریج کاهش یابد.

● تحسین باید واقعی و غیرساختگی باشد. بسیاری از معلمان با مشاهده رفتار شایسته یک دانش آموز، از صمیم قلب او را تحسین می کنند و تحسین آن ها احساسی سرشار از صمیمیت را به دانش آموز منتقل می کند.

تغییر حالت چهره و نوع حرکات نیز وسیله ای قوی در ارائه الگویی رفتاری به دانش آموزان است. معلمان ممکن است با طرز نگاه خود به طور غیرارادی پیامی را به دانش آموز منتقل کنند که مثلاً «رفتار قابل تحملی ندارد و لایق اذیت شدن توسط دیگران است.» این پدیده، خصوصاً در مورد قربانیان تحریک پذیر بیشتر مشاهده می شود. دانش آموزی توسط سایر دوستانش مسخره می شد. وقتی در این مورد به معلم خود شکایت کرد، دوستان او به معلم گفتند که او در کارهایش کند است و به اطراف خود توجهی ندارد و به سخنان آنان پاسخ نمی دهد. معلم وقتی چنین رفتارهایی را در آن دانش آموز مشاهده کرد، به دانش آموزان حق داد که او را مسخره کنند، نقطه قوت واکنش معلم این بود که از مجازات رفتارهای ناشایست آن دانش آموز خودداری ورزید، ولی نقطه ضعف آن ادامه مسخره شدن وی توسط سایر دانش آموزان بود. در واقع او جلوی رفتار ناشایست دیگران را نگرفت.

اگر کودکی گوشه گیر باشد (که بیشتر کودکان قربانی خشونت چنین رفتاری دارند) معلم می تواند توانایی های او را کشف کرده و فعالیتی را برای کلاس تعیین کند که طی آن کودک مورد بحث بتواند به سایر دانش آموزان آموزش داده و برتری های خود را تجربه کند. معلم می تواند او را وارد بازی های گروهی دانش آموزانی کند که تعادل رفتاری دارند و با

دیگران به مهربانی رفتار می‌کنند. فعالیت گروهی، سبب تقویت اعتمادبه‌نفس در کودک قربانی شده و توانمندی‌های او را آشکار می‌سازد. لذا دوستان دیگر او با مشاهده این توانمندی‌ها او را وارد فعالیت گروهی خود می‌کنند.

کودکان قربانی خشونت، معمولاً در فعالیت‌های ورزشی ضعیف بوده و آخرین نفری هستند که از سوی دیگران پذیرفته می‌شوند. خودکم‌بینی آن‌ها، باعث نوعی دست‌پاچگی شده و مانع از انجام مطلوب تکالیف آن‌ها می‌شود. بنابراین، معلمان نباید به دانش‌آموزان اجازه دهند تا افراد تیم خود را برای انجام فعالیتی گروهی انتخاب کنند، زیرا دانش‌آموزان ضعیف در هیچ تیمی انتخاب نخواهند شد و در صورت انتخاب نیز دائماً مورد سرزنش دیگر اعضای تیم قرار خواهند گرفت. انتخاب اعضای تیم باید از طریق قرعه‌کشی انجام شود و هر رفتار خشونت‌آمیز با دیگران، مجازاتی مشخص و قاطعانه در پی داشته باشد.

برخی کودکان، غذای خود را به‌تنهایی می‌خورند و هنگام زنگ تفریح نیز با کسی بازی نمی‌کنند. معلم باید دانش‌آموزان را به انجام فعالیت‌های گروهی تشویق کند. او باید دانش‌آموزانی را که علاقه‌مند محبت به کودکان منزوی بوده و آن‌ها را در فعالیت‌های گروهی خود شرکت می‌دهند شناسایی کرده و از آن‌ها کمک بگیرد. موقعیت‌هایی را که فرزندتان نمی‌تواند توانایی‌های خود را در آن‌ها بروز دهد، شناسایی کرده و از آن‌ها پرهیز کنید. مثلاً اگر فرزندتان خوب شنا می‌کند، اما بازی پینگ‌پنگ او عالی است، سعی کنید بیش از آنکه با او به استخر بروید، پینگ‌پنگ بازی کنید.

معلمان باید به شاگردان خود نشان دهند که تمامی دانش‌آموزان کلاس مورد احترام آن‌ها بوده و باید به یکدیگر احترام بگذارند. به‌تازگی، گزارش‌هایی در مورد معلمان خشونت‌گرا منتشر شده است، رفتار و تنبیهات خشونت‌آمیز این نوع معلمان، باعث تحقیر کودکان شده و به‌جای حل معضل ناسازگاری دانش‌آموزان، باعث پنهان شدن این رفتار بر اثر وحشت از حضور آن‌ها خواهد شد.



تضمین حمایت از قربانیان خشونت

مدارس باید حمایت از کودکان قربانی خشونت را تضمین کنند. کودکان قربانی باید بدانند در مواقع ضروری به چه کسی مراجعه کنند و از او کمک بخواهند. آن‌ها باید بدانند کمک خواستن از دیگران نشانه ضعف آنان نیست. اکثر دانش‌آموزان متعادل، باید تشویق شوند با مشاهده صحنه‌های خشونت‌آمیز، سکوت نکرده و از قربانیان خشونت حمایت کنند، چراکه با سکوت خود به کودکان مردم‌آزار و خشونت‌گرا کمک خواهند کرد. دکتر جان اچ. هوور^۱ دانشیار آموزش ویژه دانشگاه داکوتای شمالی، در مقاله‌هایی تحت عنوان «بازپروری کودکان و نوجوانان» درباره تجربه خود این‌گونه توضیح می‌دهد:

«در یکی از کلاس‌های مدرسه، همین که معلم چند لحظه‌ای از کلاس خارج می‌شد، اوضاع کلاس متشنج شده و دانش‌آموزان با یکدیگر درگیر می‌شدند. تعداد کمی از آن‌ها در این اغتشاش شرکت نمی‌کردند و در سکوت به کار خود ادامه می‌دادند. دایان^۲، یک ماه پس از آغاز سال تحصیلی، وارد این کلاس شده بود. او چاق بود و نمرات درسی‌اش متوسط روبه‌ضعیف بود. جوش‌های دوران بلوغ، در صورت او زودتر از دیگران ظاهر شده بود. صرف‌نظر از این خصوصیات، تفاوت دیگری با

1. John H. Hoover

2. Diane

دیگر دانش‌آموزان کلاس نداشت. عده‌ای از دانش‌آموزان، از همان ابتدا او را «بوکسر» خطاب کردند و دایان به تدریج به همین نام معروف شد. او ابتدا سعی می‌کرد در برابر آزار و اذیت دانش‌آموزان ناسازگار مقاومت کند ولی وقتی دید مقاومت باعث افزایش مردم‌آزاری آن‌ها می‌شود، تصمیم گرفت به‌رغم فشارهای روحی، سکوت کند. یک روز، معلم کلاس سؤالی از دایان پرسید که او متوجه آن نشد. یکی از دانش‌آموزان فریاد زد: «بیدار شو بوکسر!» دایان ناگهان متوجه آموزگار شد و از او درخواست کرد که سؤال خود را تکرار کند. معلم از بی‌توجهی دایان ناراحت شد و نسبت به رفتار دانش‌آموزی که دایان را بوکسر خطاب کرده بود، واکنشی نشان نداد. دانش‌آموزان ناسازگار دائماً دایان را اذیت می‌کردند، حتی در حضور بزرگسالان نیز به آزار و اذیت او در شکل‌های خفیف‌تری ادامه می‌دادند. دایان که خود را بی‌پناه می‌دید، دچار افسردگی شد. من همیشه از خود می‌پرسیدم چه چیزی باعث می‌شود عده‌ای از دانش‌آموزان تا این حد نسبت به کودکی بی‌آزار، بی‌رحم باشند. یکی از دانش‌آموزان که مهارت زیادی در تقلید صداهای مختلف داشت، هنگامی که معلم مشغول تدریس بود، پشت سر دایان قرار گرفته و صدایی از خود درآورد. بعد بلافاصله فریاد زد: «دایان! دوباره که صدا دادی؟» دایان که به شدت شرمسار شده بود با چشمانی گریان کلاس را ترک کرد. با مشاهده این مشکل، تصمیم گرفتم دخالتی نکنم و با این کار باعث شکنجه بیشتر دایان شدم. من به نیرویی احتیاج داشتم تا بتوانم دایان را از آن وضعیت ناگوار رها سازم. ساده‌ترین راهی که به ذهنم می‌رسید این بود که اولین دانش‌آموز مردم‌آزار را مجازات کنم. این واقعه، سؤالاتی را در ذهنم به وجود آورد: چه چیزی باعث می‌شود یک دانش‌آموز آسیب‌پذیر مستعد سوءاستفاده دیگران شود؟ با وجودی که همه دانش‌آموزان می‌دانند اذیت کردن دیگران تا چه اندازه دردناک است، چرا به این کار ادامه می‌دهند؟ این بود که تصمیم گرفتم درباره

خشونت‌گرایی در کودکان مطالعه و تحقیق کنم.»

بسیاری از افراد مانند دکتر هوور، مسئله خشونت را نادیده می‌گیرند و سعی می‌کنند خود را از درگیری با آن دور نگاه دارند. بسیاری از مسئولان مدارس نیز معتقدند این رفتارها یکی از مراحل طبیعی رشد کودکان بوده و خود آن‌ها باید راه‌حلی برای مشکل خود بیابند. به‌همین علت، از هرگونه دخالتی خودداری می‌کنند. برخی از کودکان نیز از دخالت بزرگسالان وحشت دارند، زیرا تصور می‌کنند که دخالت آن‌ها مشکل را حادتر خواهد کرد. این اکثریت خاموش و بی‌تفاوت را باید تحت آموزش قرار داد تا با روش‌های مقابله با صحنه‌های خشونت‌آمیز آشنا شوند. در ادامه این فصل، به بررسی فعالیت‌هایی می‌پردازیم که معلمان می‌توانند به کودکان متعادل بی‌طرف در مشاجرات، آموزش دهند تا بتوانند از کودک قربانی خشونت حمایت کنند. نحوه اجرای این فعالیت‌ها نیاز به مشورت و تبادل نظر والدین، معلمان و کارکنان مدارس دارد.

درجه‌بندی شهامت

بحث و ارزیابی (کلاس ۱)

اهداف

ارزیابی درجات مختلفی از شهامت لازم برای رویارویی با صحنه‌های خشونت‌بار و آزاردهنده، بحث درباره نحوه دخالت عواملی مانند شهرت و سن در بروز صحنه‌های خشونت‌بار، صرف‌نظر از دخالت یا عدم دخالت دیگران و چگونگی نحوه دخالت آن‌ها.

آمادگی

دانش‌آموزان می‌توانند این فعالیت را به‌تنهایی و یا همراه با فردی دیگر انجام دهند. هر دانش‌آموز برای شروع کار به یک کاغذ و قلم نیاز دارد.

فعالیت

● هریک از صحنه‌های مسخره‌کننده و آزاردهنده زیر را در کلاس نمایش دهید. پس از نمایش هر مورد، از دانش‌آموزان بخواهید درجهٔ شهادت لازم برای مداخله کردن را براساس رتبه‌های ۱ تا ۴ مشخص کنند. درجهٔ ۱ نشان‌دهندهٔ کمترین شهادت و درجهٔ ۴ نشان‌دهندهٔ بیشترین شهادت لازم برای مداخله است. از دانش‌آموزان بخواهید توضیح کوتاهی دربارهٔ علت تشخیص خود بدهند. سپس، موقعیت‌های مختلف زیر را سریعاً مرور کنید:

● برای انجام اقدامات زیر چه درجه‌ای از شهادت لازم است؟

۱. آیا به یکی از دوستان خود می‌گویید که از اذیت کردن کودکی که نمی‌شناسید، خودداری کند؟
۲. آیا به یکی از دانش‌آموزان معروف مدرسه می‌گویید کودکی را که نمی‌شناسید، مسخره نکند؟
۳. آیا به یک کودک ناسازگار می‌گویید از اذیت کردن کودکی که دوستش ندارید، خودداری کند؟
۴. آیا از بهترین دوست خود حمایت می‌کنید؟
۵. اگر کودکی که شما را دوست ندارد مورد آزار کودک ناسازگاری قرار بگیرد، آیا به او کمک می‌کنید؟
۶. آیا به کودکی که در حال آزار دانش‌آموزی است که قبلاً شما را اذیت می‌کرده می‌گویید که او را اذیت نکند؟
۷. آیا به یک کودک ناسازگار می‌گویید کودکی را که دوستان زیادی ندارد، اذیت نکند؟
۸. اگر آدم مشهوری باشید، آیا به کودک ناسازگار می‌گویید که کسی را اذیت نکند؟
۹. آیا فردی جدید را وارد بازی می‌کنید؟
۱۰. آیا با گروهی از کودکان که در حال اذیت کردن کودکی دیگر هستند

درگیر می شوید؟

۱۱. آیا با کودکی که هم سن شماست و در حال اذیت کردن کودکی کوچکتر از خود است، مقابله می کنید؟
۱۲. آیا اگر کسی شما را اذیت کرد از او به والدین خود شکایت می کنید؟
۱۳. آیا اگر کسی شما را اذیت کرد از او به معلم خود شکایت می کنید؟
۱۴. آیا اگر کسی فرد دیگری را اذیت کرد، به معلم خود گزارش می دهید؟
۱۵. آیا به کودکی بزرگتر از خود که مشغول اذیت کردن کودکی هم سن و سال شماست، اعتراض می کنید؟
۱۶. اگر کسی هنگام بازی شما را مسخره کرد، آیا توجهی به او نمی کنید؟
۱۷. آیا از رویارویی با یک کودک ناسازگار فرار می کنید؟
۱۸. اگر تعداد کودکان ناسازگار بیش از تعداد شما بود، آیا از آنها می گریزید؟

۱۹. آیا به دختری که در حال اذیت کردن پسری است، اعتراض می کنید؟

۲۰. آیا به پسری که در حال اذیت کردن دختری است، اعتراض می کنید؟

پس از خواندن تمام موقعیت های یاد شده برای کلاس، درباره درجات مختلف شهامت لازم برای دفاع از خود و دیگران در هر یک از موقعیت ها، با دانش آموزان بحث کنید. پرسش های مفید برای آغاز بحث، عبارتند از:

۱. کدام یک از موقعیت ها (از نظر شما) نیازمند بیشترین درجه شهامت (۳ یا ۴) برای مداخله است؟ چرا دخالت کردن در این موقعیت ها تا این حد مشکل است؟
۲. در کدام یک از موقعیت ها، کمک کردن به کودکانی که مورد اذیت دیگران هستند، آسان تر است (۱ یا ۲)؟ این موقعیت ها چه تفاوتی با موقعیت های دیگر دارند؟
۳. شهرت یک فرد چه تأثیری در شهامت او دارد؟
۴. آیا سن فرد تأثیری در شهامت او دارد؟ چگونه؟

۵. آیا محل رویداد واقعه اهمیت دارد (در مکان‌های شلوغ یا خلوت)؟
۶. مهم‌ترین صحنه‌ای که در آن، شاهد کمک فردی باشهامت به یک کودک ضعیف بوده‌اید، کدام است؟
۷. آیا در موقعیت‌های دشوار به چیزهایی می‌اندیشید که باعث آسان شدن دشواری‌ها شده و شهامت شما را تقویت کند؟
۸. چرا یک کودک ناسازگار احساس قدرت می‌کند؟
- به یاد داشته باشید که اکثر دانش‌آموزان بی‌طرف، به آموزش مهارت‌ها و نیز تشویق‌هایی نیاز دارند تا بتوانند از کودکان ضعیف حمایت کنند.



کمک به کودکان خشونت‌گرا

مدارس می‌توانند از راه‌های مختلف به کودکان خشونت‌گرا کمک کنند. این کودکان را می‌توان توسط مشاور خانواده و کارکنان مدرسه شناسایی کرد و والدین آن‌ها را معلم یا مدیر، به مدرسه دعوت کنند. آن‌ها احتمالاً به کمک متخصصان خارج از مدرسه نیاز دارند. در هر حال، پول و وقت زیادی صرف مبارزه با خشونت در کودکان می‌شود، برخی مدارس سعی می‌کنند به والدین کمک کنند، ولی فعال کردن والدین در برخورد با معضل ناسازگاری کار دشواری است.

نتایج تحقیقات مختلف، مداخله مستقیم در رفتار کودکان ناسازگار را توصیه نمی‌کند. مؤثرترین راه‌حل، تعیین مقررات و مجازات‌های مشخص برای خشونت‌گرایی و مشارکت مدارس در اجرای برنامه جامع مبارزه با خشونت است. تمام تلاش‌ها باید بر کاهش رفتارهای خشونت‌آمیز، تقویت روابط صمیمانه، توسعه مهارت‌های اجتماعی و روش‌های مطلوب در برخورد با مشاجرات متمرکز شود.

دکتر گاریتی^۱ و همکاران او در کلرادو، اهدافی را برای مداخله در خشونت‌گرایی توصیه کرده‌اند که عبارتند از:

- کاهش خشونت‌گرایی و رفتارهای تهاجمی،

- جایگزینی خطاهای فکری با تفکر صحیح،
- توسعه تفکری واقع‌بینانه‌تر نسبت به خود،
- افزایش مهارت‌های ایجاد یکدلی و صمیمیت،
- تقویت توانایی استدلال،
- تقویت ابراز عصبانیت به روشی مناسب‌تر،
- تقویت مهارت‌های تحلیل مسائل اجتماعی.

بسیاری از اهداف یادشده، درازمدت بوده و برخی از آن‌ها راحت‌تر از بقیه تغییر می‌کنند. به‌هرحال، برای تغییر الگوهای رفتاری باید تلاش کرد. گفتنی است که این اقدامات باید با هماهنگی و همکاری مدرسه انجام گیرند.

دکتر ترنس وبستر دوایل^۱ متخصص رفتارشناسی کودکان، الگوهای رفتاری مناسبی برای کودکان ناسازگار ارائه داده است. به پیشنهاد او: «والدین می‌توانند به نوبت نقش کودک ناسازگار و چهره پنهان او را که ممکن است کودکی مهربان باشد، بازی کنند؛ اگر بیش از یک فرزند دارید اجازه بدهید تا به نوبت این نقش‌ها را بازی کنند؛ شما نیز به آن‌ها کمک کنید. ایفای این نقش‌ها در محیط منزل یا مدرسه می‌تواند سؤالات و بحث‌های عمیقی را در پی داشته باشد. نحوه اجرای این نقش‌ها عبارت است از: قسمت مربوط به کودک ناسازگار (والدین و فرزند به نوبت می‌توانند این نقش را بازی کنند) و چهره پنهان کودک ناسازگار را (تفکر و احساسات او که همواره خود را مُحق می‌داند) بخوانید. قسمت‌هایی که زیر آن‌ها خط کشیده شده است، نباید خوانده شوند. کودک ناسازگار باید آن‌ها را اجرا کند.

۱. وارد ماجرا شوید.

۲. خود را در جایگاه کودک ناسازگار قرار دهید و از دریچه تفکر و

احساسات او به مسائل نگاه کنید.

۳. تأمل و تفکر کنید.

۴. اگر به کمک احتیاج داشتید، از درخواست آن خودداری نکنید.

۵. متنی را که در دست دارید. بخوانید تا بتوانید نقش خود را به درستی بازی کنید.

الگوی رفتاری شماره ۱

کودک ناسازگار: (چهره پنهان او #۱) احساس می‌کنم دوست دارم این بچه را اذیت کنم. او مثل یک بچه گریه‌ای رفتار می‌کند. آماده شو که مشتی به او بزنی.

تأمل و تفکر

کودک ناسازگار: (چهره پنهان او #۲) کتک زدن این بچه‌ننه چه فایده‌ای دارد؟ او فقط سعی می‌کند دلسوزی خود را نشان دهد. کودک ناسازگار مشت گره کرده‌اش را باز می‌کند.

کودک ناسازگار: چرا مثل یک آدم بی‌عرضه و بی‌دست‌وپا رفتار می‌کنی؟ تو باید برای خودت متأسف باشی.

سؤالات

۱. عصبانی شدن از دست یک کودک چه احساسی داشت؟

۲. وقتی که تصمیم داشتی او را با مشت بزنی، چه احساسی داشتی؟

۳. وقتی از زدن او منصرف شدی، چه احساسی داشتی؟

۴. وقتی تصمیم گرفتی با او گفت‌وگو کنی، چه احساسی داشتی؟

الگوی رفتاری شماره ۲

کودک ناسازگار: (چهره پنهان او #۱) وضع مالی او بهتر از وضع من است.

لباس‌هایش همیشه مرتب است و والدینش اتومبیل گران‌قیمتی دارند. دوست دارم او را اذیت کنم. او همیشه خودنمایی می‌کند.

تأمل و تفکر

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۲) بله، ولی چه اهمیتی دارد؟ من طرز لباس پوشیدن او را دوست ندارم. شاید روزی درآمد کافی داشتم و توانستم لباس‌های مرتبی بپوشم. چرا وقتم را با اذیت کردن او تلف کنم؟ کارهای بهتری دارم که باید انجام دهم، ولی لباس او واقعاً زیباست!

کودک ناسازگار: هی رفیق! لباست خیلی قشنگ است.

سؤالات

۱. وقتی از دست او عصبانی شدی، چه احساسی داشتی؟
۲. وقتی تصمیم گرفتی او را اذیت کنی، چه احساسی داشتی؟
۳. وقتی از اذیت کردن او منصرف شدی، چه احساسی داشتی؟
۴. وقتی از لباس او تعریف کردی، چه احساسی داشتی؟

الگوی رفتاری شمارهٔ ۳

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۱) من می‌دانم که او عمدتاً به من تنه زد. نشانش خواهم داد، او آماده می‌شود تا مشتت بر دهان کودک بکوبد.

تأمل و تفکر

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۲) او عذرخواهی کرد. به چهره‌اش نگاه کن، از من می‌ترسد. کودک ناسازگار آرام می‌شود.

کودک ناسازگار: ایرادی ندارد، ولی از این به بعد بیشتر دقت کن.

سؤالات

۱. وقتی او با تو برخورد کرد، چه احساسی داشتی؟
۲. وقتی که تنه خوردی، چه افکاری به مغزت خطور کرد؟
۳. آیا عذرخواهی او خالصانه بود؟
۴. وقتی عذرخواهی او را پذیرفتی، چه احساسی داشتی؟

الگوی رفتاری شماره ۴

(چهره پنهان او #۱) او خیلی از خودراضی است و مرا تحویل نمی‌گیرد. فکر می‌کند خیلی بهتر از من است.

تأمل و تفکر

کودک ناسازگار: (چهره پنهان او #۲) اگر او از خودراضی است، اهمیتی ندارد. من که نیازی به او ندارم.
کودک ناسازگار: تو خیلی خودت را می‌گیری. اگر این طوری نبودی می‌توانستی دوستان بیشتری داشته باشی.

سؤالات

۱. چطور فکر کردی که او خیلی بهتر از توست؟
۲. وقتی فکر کردی که او از خودراضی است، چه احساسی داشتی؟
۳. وقتی تصمیم گرفتی اهمیتی به او ندهی، چه احساسی داشتی؟
۴. وقتی از او انتقاد کردی، چه احساسی داشتی؟
۵. آیا دوست داری با او دوست شوی؟

الگوی رفتاری شماره ۵

کودک ناسازگار: (چهره پنهان او #۱) چه آدم بی‌دست‌وپایی است! بند کفش خودش را هم نمی‌تواند درست گره بزند. بالأخره وقتی مشغول

دوچرخه سواری است او را به زمین خواهیم انداخت.

تأمل و تفکر

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۲) ریاضی او بسیار عالی است، شاید بتواند کمک کند.

کودک ناسازگار: هی پسر! می‌توانی در ریاضیات کمک کنی؟ من هم در عوض دوچرخه سواری یادت می‌دهم.

سؤالات

۱. وقتی تصمیم گرفتی او را از دوچرخه به زمین بیندازی، چه احساسی داشتی؟

۲. وقتی تصمیم گرفتی تأمل و تفکر کنی، چه احساسی داشتی؟

۳. وقتی فهمیدی که ریاضیات او قوی است، چه احساسی داشتی؟

۴. وقتی به جای اذیت کردن او تصمیم گرفتی با او همکاری کنی، چه احساسی داشتی؟

الگوی رفتاری شمارهٔ ۶

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۱) چه آدم ضعیفی است! آب دهانش را هم نمی‌تواند جمع کند.

کودک ناسازگار: (چهرهٔ پنهان او #۲) من دوست ندارم مثل او ضعیف باشم. ضعیف بودن او به خودش مربوط است.

کودک ناسازگار: هی استخوانی! من فقط شوخی کردم. می‌توانم چندتا نرمش یادت بدهم تا کمی قوی شوی.

سؤالات

۱. وقتی خواستی او را ضعیف خطاب کنی، چه احساسی داشتی؟

۲. وقتی تصمیم گرفتی به جای اذیت کردن او کمکش کنی، چه افکاری به مغزت خطور کرد؟
۳. شوخی کردن با او چه احساسی داشت؟
۴. کمک کردن به او چه احساسی داشت؟
۵. وقتی صحنه درگیری را به صحنهٔ شوخی تبدیل کردی، چه احساسی داشتی؟

مثال‌های ارائه شده نشان می‌دهند که در موقعیت‌های مشابه، چه افکاری ممکن است به مغز فرزندتان خطور کند و شما چگونه قادرید افکار منفی او را به افکاری مثبت تبدیل کنید. نکته‌ای که باید به خاطر سپرد این است که فرزند شما اگرچه ممکن است مایل به اذیت کردن کسی باشد، ولی مجبور نیست که این کار را عملی کند. کودکان دارای قدرتی هستند که آن‌ها را قادر می‌سازد تصمیمات خود را تغییر دهند. گاهی اوقات، تغییر تصمیم بیش از مردم‌آزاری به انرژی نیاز دارد. به فرزند خود بگویید: «ما گاهی اوقات ناراحت می‌شویم و می‌خواهیم آن را سر کسی خالی کنیم، ولی اگر تأمل و تفکر کنیم، می‌توانیم راه‌حل‌های دوستانه‌تری پیدا کرده و به اهداف خود برسیم.»

درد دل کردن با دیگران

اگر احساس کردی عصبانی هستی، با کسی درد دل کن و احساسات خود را برای او توضیح بده. احساس خشم ایرادی ندارد، اما اگر به فکر انتقام افتادی، با دوستی صمیمی صحبت کن. گاهی اوقات، درد دل کردن باعث تسکین انسان می‌شود. کسانی هستند که برای تو اهمیت قائلند و می‌توانند به تو کمک کنند، ولی برای اینکه احساس بهتری داشته باشی باید تغییر کنی. این کار در آغاز ممکن است مشکل به نظر رسد، ولی تو می‌توانی آن را انجام دهی. میلیون‌ها کودکی که در شرایط بدی زندگی می‌کنند، موفق شده‌اند بر رفتار خشونت‌بار خود غلبه کرده و آن را تغییر

دهند، اگر طرز نگرش و تفکرت را نسبت به رویدادها تغییر دهی، رفتارت نیز تغییر خواهد کرد. چیزی که تو به آن احتیاج داری تغییر در رفتار است:

۱. علاقه به تغییر رفتار،
۲. انگیزه و اراده تغییر رفتار،
۳. پیگیری در تصمیم به تغییر رفتار،
۴. هشیاری به آنچه که در حال روی دادن است،
۵. مهارت‌هایی که توانایی تغییر را ایجاد می‌کنند،
۶. انتخاب‌های مناسب برای رفتار کردن به گونه‌ای دیگر.

آیا تو واجد صلاحیت‌هایی هستی؟ اگر کودکی ناسازگار یا قربانی خشونت هستی، می‌توانی رفتارت را تغییر دهی. به مثال‌های زیر توجه کن:

۱. درباره احساسات خود با والدینت صحبت کن.
۲. از والدینت تقاضا کن اوقاتی را با تو بگذرانند.
۳. درباره راه‌های غیر خشونت‌آمیز برای رسیدن به اهداف خودت تفکر و صحبت کن.
۴. این راه‌ها را آزمایش کن.
۵. از خودت قدردانی کن. برای کارهای شایسته‌ای که انجام می‌دهی خودت را تحسین کن.
۶. به جای مسخره کردن دیگران، به آن‌ها کمک کن.
۷. با دیگران به گونه‌ای ارتباط برقرار کن که باعث احساس شادی در تو و آن‌ها شود.
۸. دوستانی را انتخاب کن که نقاط قوت تو را تقویت کنند.
۹. برنامه‌های غیرخشونت‌بار تلویزیون را تماشا کن.
۱۰. فیلم‌هایی را تماشا کن که احساس برخورد‌های دوستانه و مسالمت‌آمیز را در تو تقویت می‌کنند.

۱. در تماشای فیلم‌های سینمایی، دقت کن. برای دیدن هر فیلمی وقت خودت را تلف نکن.
- و اما سؤالاتی که کودکان خشونت‌گرا باید به آن‌ها پاسخ دهند:
۱. آیا فکر می‌کنی که استفاده از زور صحیح است؟
۲. اگر بله، چه کسی این را به تو آموخته است؟
۳. رادیو، تلویزیون و مطبوعات چه تأثیری در تقویت رفتارهای خشونت‌بار تو داشته‌اند؟
۴. قهرمانان تو چه کسانی هستند؟
۵. آیا آن‌ها واقعاً قهرمان هستند یا فقط نقش قهرمانان را بازی می‌کنند؟
۶. آیا تنبیه کودکانی را که اطاعت نمی‌کنند، قبول داری؟
۷. اگر آری، چرا؟
۸. آیا فکر می‌کنی مردم آزاری کودکان به خاطر ناراحت شدن آن‌هاست؟
۹. آیا فکر می‌کنی مردم آزاری یکی از راه‌های تفریح و سرگرمی است؟
۱۰. اگر آری چرا؟
۱۱. آیا فکر می‌کنی پسران باید خشن باشند؟
۱۲. آیا با دیگران احساس همدردی می‌کنی؟
۱۳. آیا با دیگران احساس رقابت داری؟
۱۴. آیا اصرار زیادی داری که شاگرد اول شوی؟
۱۵. آیا می‌خواهی ورزشکاری بی‌رقیب شوی؟
۱۶. آیا می‌خواهی در بهترین رشتهٔ دانشگاهی قبول شوی؟
۱۷. آیا فکر می‌کنی اصرار در کامل بودن، باعث اذیت کردن دیگران خواهد شد؟
۱۸. به چه نوع مردم آزاری می‌اندیشی؟
۱۹. تأثیرات شخصی مردم آزاری چیست؟
۲۰. تأثیرات جهانی خشونت و مردم آزاری چیست؟
۲۱. آیا فکر می‌کنی قربانیان خشونت نیز در تشویق دیگران به خشونت

مقصر هستند؟

۲۲. آیا فقط پسران، ناسازگار و خشونت‌گرا هستند؟
۲۳. دختران و پسران ناسازگار چه تفاوت‌هایی با هم دارند؟
۲۴. چه چیزی تو را وادار به دعوا می‌کند؟ تفریح کردن؟ توهین شدن؟ مقاومت کردن؟ کله شقی؟ یا دلیلی خاص؟
۲۵. آیا فکر می‌کنی خشونت باعث دشمن‌آفرینی می‌شود؟ چگونه؟
۲۶. آیا جنگ و دعوا می‌تواند مشکلات را حل کند؟
۲۷. آیا با خشونت می‌توان به صلح رسید؟
۲۸. برای رسیدن به صلح و آرامش چه باید کرد؟ در خانه؟ در مدرسه؟ در جامعه؟ در جهان؟
۲۹. آیا خودت را صلح‌طلب می‌دانی؟ اگر نه، چرا؟
۳۰. آیا اهمیتی برای تغییر قائل هستی؟
۳۱. آیا برای کمک کردن به تغییر و اصلاح دیگران، اهمیتی قائل هستی؟
۳۲. آیا در مواقعی که به کمک نیاز داری، دلت می‌خواهد از کسی کمک بگیری؟
۳۳. آیا این‌ها واقعاً به تو مربوط نیست؟

پرسش و پاسخ

س: آیا پسران بیش از دختران، خشونت‌گرا هستند؟
ج: روش‌های خشونت‌بار پسران، معمولاً فیزیکی و قابل رؤیت است و به همین دلیل به نظر می‌رسد که بیشتر از دختران ناسازگار هستند. ناگفته پیداست که دختران می‌توانند ناسازگار باشند، البته با این تفاوت که روش‌های آن‌ها مخفی‌تر و معمولاً گفتاری است (ترساندن، شایعه‌پراکنی، قهر کردن و...)

س: فراگیری مسئله خشونت تا چه حدی است؟
ج: ۱۵ درصد از کودکان دچار صحنه‌های خشونت‌بار در مدارس هستند. ۶ درصد از آن‌ها ناسازگار و ۹ درصد نیز قربانی خشونت هستند.
س: آیا کودکان ناسازگار، اعتمادبه‌نفس ضعیفی دارند؟
ج: خیر، اعتمادبه‌نفس آن‌ها برخلاف آنچه که دیگران تصور می‌کنند متوسط یا خوب است.

س: آیا کودکان ناسازگار، دانش‌آموزان ضعیفی هستند؟
ج: آن‌ها در دوران ابتدایی، متوسط یا خوب هستند ولی با ورود به دوره راهنمایی وقت خود را عمدتاً صرف مردم‌آزاری کرده و دچار افت تحصیلی می‌شوند.

س: کیفیت تحصیلی قربانیان خشونت چگونه است؟
ج: کودکان قربانی خشونت، معمولاً به دلیل وحشت از مدرسه و

رویاری با کودکان ناسازگار، غیبت‌های متعددی دارند و نمی‌توانند استعداد‌های خود را به‌خوبی آشکار سازند.

س: آیا عبارت «یک‌بار که مورد آزار دیگران قرار بگیری، برای همیشه چنین خواهی شد.» صحیح است؟

ج: کودکان ضعیف می‌توانند چگونگی برخورد با کودکان خشونت‌گرا را بیاموزند، ولی قبل از هر چیز آن‌ها باید بیاموزند که می‌توانند از بزرگ‌ترها کمک بگیرند. سپس می‌توانند روش‌های مقابله با کودکان ناسازگار را به کمک بزرگ‌ترها بیاموزند.

س: آیا کودکان ناسازگار رفتارهای آزاردهنده خود را ترک خواهند کرد؟

ج: آن‌ها نه تنها به‌طور خودبه‌خودی رفتار خود را ترک نمی‌کنند بلکه در آینده به والدین کودکان خشونت‌گرا تبدیل می‌شوند. آن‌ها معمولاً دچار انحرافات اجتماعی شده و به‌علت ارتکاب جرائم مختلف زندانی می‌شوند.

س: مدرسه برای مبارزه با خشونت چه می‌تواند بکند؟

ج: می‌تواند برنامه‌ای جامع برای مبارزه با خشونت تهیه کند. این برنامه نباید محدود به معلمان شود بلکه باید تمام کارکنان مدرسه را در برخورد با خشونت مشارکت دهد. مدرسه باید قوانین و مجازات‌هایی مشخص و قاطع ارائه دهد و در اجرای آن‌ها هیچ‌گذشت و اغمازی نکند.

س: اصلی‌ترین عامل بازدارنده خشونت‌گرایی و ناسازگاری چیست؟

ج: قدرت نفوذ بزرگسالان، کودکان باید بیاموزند که مسئله خشونت مشکلی نیست که آن‌ها به‌تنهایی قادر به حل آن باشند بلکه باید به بزرگ‌ترها مراجعه کرده و درباره نحوه برخورد با مشکل خویش از آن‌ها کمک بگیرند.

واژه‌نامه

کم‌توجهی: اشکال در تمرکز و تداوم یک کار. این مشکل ممکن است شامل تحریک‌پذیری نیز باشد.

خشونت‌گرایی و ناسازگاری: حملات لفظی و فیزیکی مکرر و پیش‌رونده. ناتوانی در یادگیری: اصطلاحی است که در مورد کودکان دارای ضریب هوشی متوسط به کار می‌رود. این کودکان قادر نیستند در حد توانمندی‌هایی که دارند رشد کنند. این عارضه از اختلال در سیستم اعصاب مرکزی ناشی می‌شود.

الگوسازی: تمایل به تقلید رفتاری خاص از افرادی خاص. **قربانیان منفعل:** کودکان خجالتی و احساساتی که طعمه خوبی برای کودکان ناسازگار به شمار می‌آیند.

قربانیان تحریک‌پذیر: کودکانی که به دلیل ضعف مهارت‌های لازم در برقراری ارتباط با دیگران، به اذیت کردن آن‌ها می‌پردازند تا خود را مسلط نشان دهند، اما قادر نیستند در برابر واکنش‌های دیگران از خود دفاع کنند.

مهارت‌های اجتماعی: مهارت‌هایی که برای زندگی اجتماعی و برقراری ارتباط با دیگران حیاتی به شمار می‌آیند.

پیوست - انواع تشویق‌ها

این فهرست اقتباسی است از فهرستی که توسط دکتر ونس هال^۱ در دانشگاه کانزاس منتشر شده است. فهرست انواع مشوق‌ها اگرچه جامع نیست، ولی برای شروعی خوب، مفید به نظر می‌رسد.

مشوق‌های لازم برای دوران آمادگی قبل از دبستان

مشوق‌های اجتماعی

گفتاری

۱. تحسین‌های ویژه.
۲. تحسین‌های غیرمستقیم (تعریف کردن از کودک در برابر دیگران).
۳. عبارات یا لغات پیشنهادی: بله، عالی، درست است، خوب است، ادامه بده، بهتر است، مایلم که، خوشحالم، به تو افتخار می‌کنم، به من نشان بده چطور، خیلی باادب هستی، متشکرم، از دیدن تو خوشحالم، دوباره کار را بکن.

فیزیکی و رفتاری

در آغوش گرفتن، بوسیدن، لبخند زدن، قلقلک دادن، دست دادن، بالا و پایین انداختن و بازی دادن کودک.

1. Dr. R. Vance Hall

وسایل تشویق‌کننده

اسباب‌بازی، بادکنک، کتاب، جدول، معما، مجله، تنقلات، پول.

فعالیت‌های تشویق‌کننده

گردش در پارک، باغ‌وحش، کتابخانه، موزه، رفتن به محل کار پدر یا مادر، بازی با دوستان، گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم، مهمانی رفتن، عکس گرفتن، فیلم‌برداری، سه‌چرخه‌سواری، شنا کردن، کوهنوردی.

مشوق‌های اهدایی

هدایا، جوایز و پول.

مشوق‌های لازم برای کودکان دبستانی در خانه (۶ تا ۱۱ ساله)

مشوق‌های اجتماعی**گفتاری**

۱. تحسین‌های ویژه.
۲. تحسین‌های غیرمستقیم (دربارهٔ موفقیت‌های او با دیگران صحبت کردن)
۳. عبارات و جملات پیشنهادی: بله، خیلی تمیز بود، خوب، عالی، فوق‌العاده، خیلی جالب، ادامه بده، صحیح، کارت عالی بود، البته، خوشحالم، به تو افتخار می‌کنم، شمارهٔ یک هستی، چطور این کار را کردی؟

فیزیکی و رفتاری

در آغوش گرفتن و فشار دادن، بوسیدن، دست دادن، کول کردن.

وسایل تشویق‌کننده

اسباب‌بازی، دوچرخه یا سه‌چرخه، طناب‌بازی، کتاب، جدول، غذا، اتاق‌خواب خصوصی، وسایل موسیقی، ضبط صوت.

فعالیت‌های تشویق‌کننده

بازی کردن با والدین، سپری کردن اوقات با والدین، بازی کردن با دوستان، مطالعه، تزیین منزل به مناسبت جشن تولد یا مناسبت‌های ویژه، کمک کردن به والدین در کارهای خانه، غذا دادن به بچه، تماشای تلویزیون، کلاس‌های آموزشی (هنری، ورزشی، موسیقی و زبان).

مشوق‌های اهدایی

هدایا و جوایز.

مشوق‌های لازم برای نوجوانان راهنمایی در خانه (۱۲ تا ۱۴ ساله)

مشوق‌های اجتماعی

گفتاری

۱. تحسین‌های ویژه.
۲. شوخی کردن و لطیفه گفتن.
۳. عبارات و لغات پیشنهادی: تمیز، عالی، فوق‌العاده، حرف نداره، به تو افتخار می‌کنم، خیلی فکورانه بود، کمک خوبی هستی، بهتر است، چطور این کار را کردی، خوشحالم که ...

فیزیکی و رفتاری

لبخند زدن، چشمک زدن، دست دادن، در آغوش گرفتن (در صورت مجاز).

وسایل تشویق‌کننده

غذاهای دلخواه، تنقلات، لباس، کتاب و مجله، ضبط صوت، سشوار، اتاق خصوصی، وسایل موسیقی، وسایل ورزشی، پول.

فعالیت‌های تشویق‌کننده

شرکت در فعالیت‌های گروهی، آموزش‌های ویژه (موسیقی، ورزشی و هنری)، بازی با اسکیت، گوش دادن به موسیقی، بیدار ماندن تا

دیروقت، پس انداز پول، خوابیدن تا دیروقت، بحث کردن با والدین، مهمانی‌های دوستانه، فعالیت‌های ورزشی.

مشوق‌های اهدایی

هدایا، جوایز و پول.

مشوق‌های لازم برای نوجوانان دبیرستانی در خانه (۱۵ تا ۱۸ ساله)

مشوق‌های اجتماعی

گفتاری

۱. تحسین‌های ویژه
۲. شوخی کردن و لطیفه گفتن.
۳. تحسین‌های غیر مستقیم (درباره موفقیت‌های آن‌ها با دیگران صحبت کردن)
۴. عبارات و لغات پیشنهادی، فوق‌العاده، آفرین، شیرین، عالی، دوست‌داشتنی، خوشحالم، چه زیبا، خوش فکر، سعی خودت را می‌کنی، می‌توانی هر تصمیمی بگیری، پیشنهاد خوبی بود، نظرت چیست؟ چه پیشنهادی داری؟

فیزیکی و رفتاری

لبخند زدن، سر تکان دادن.

وسایل تشویق‌کننده

انواع کتاب، بازی‌های کامپیوتری، وسایل موسیقی، ضبط صوت، وسایل ورزشی، وسایل تعمیر دوچرخه یا ماشین.

فعالیت‌های تشویق‌کننده

آشپزی، تعمیر دوچرخه یا اتومبیل، تماشای تلویزیون، گوش دادن به موسیقی، شرکت در گردش‌های تفریحی با دوستان، شرکت در تیم‌های ورزشی، خرید کردن برای منزل.

مشوق‌های اهدایی

هدایا، جوایز و پول.

پرسشنامه زیر برای انتخاب مشوق‌های لازم، بسیار مفید است.
پرسشنامه تشویقی

نام: تاریخ:

مدرسه: سن:

۱. چیزهایی که دوست دارم پس از مدرسه انجام دهم، عبارتند از:
۲. برنامه‌های تلویزیونی موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۳. اگر هزار تومان داشتم، با آن:
۴. بازی‌های موردعلاقه‌ام در مدرسه، عبارتند از:
۵. بهترین دوستانم، عبارتند از:
۶. بهترین اوقات روزانه‌ام، عبارتند از:
زیرا (توضیح دهید):
۷. اسباب‌بازی‌های موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۸. نوارهای موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۹. درس‌های موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۱۰. کتاب‌هایی درباره... را دوست دارم.
۱۱. مکان‌هایی که (در شهر) دوست دارم، عبارتند از:
۱۲. غذاهای موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۱۳. فعالیت‌های موردعلاقه‌ام در خانه، عبارتند از:
۱۴. فعالیت‌های موردعلاقه‌ام در بیرون از خانه، عبارتند از:
۱۵. سرگرمی‌هایم عبارتند از:
۱۶. حیوانات موردعلاقه‌ام، عبارتند از:
۱۷. سه چیزی که بیش از همه دوست دارم انجام بدهم، عبارتند از:
۱۸. سه چیزی که کمتر از همه دوست دارم انجام بدهم، عبارتند از:

نمایه

- اعتماد به نفس ۳۷-۳۸
اکثریت بی طرف ۷۷، ۱۰۵-۱۰۲
بازخورد ۶۰-۶۱
برنامه‌های مبارزه با خشونت
۲۰-۱۹، ۴۳
پرسشنامه برای... ۹۵-۹۳
مشارکت والدین ۹۰-۸۹
برنامه جامع ۹۹-۹۶
پسران ۳۱-۳۰، ۴۳-۴۲، ۱۱۶
تحریک‌پذیری ۶۸-۶۷
تحسین ۸۱-۷۸، ۹۸-۹۷
ترساندن ۴۳-۳۹
تشویق ۲۰
تنبیه بدنی ۷۷، ۸۲
حافظه بلندمدت ۶۵-۶۴
خانواده‌ها ۲۹-۲۸، ۳۹-۴۱
خشونت‌گرا و ناسازگار
تأثیر رفتار والدین ۳۶-۳۴
- شخصیت ۱۶-۱۴، ۳۸-۳۷،
۱۱۶
برخورد با... ۵۴-۴۸
شناسایی اولیه و مداخله
۷۳-۷۲
خانواده ۴۱-۳۹
کمک کردن به... ۱۱۵-۱۰۶
الگوی رفتاری والدین ۷۷-۷۴
به‌عنوان قربانی ۳۸
خشونت و ناسازگاری
موانع بازدارنده ۱۹، ۴۸، ۱۱۷
دختران در برابر پسران ۴۳-۴۲،
۱۱۷
نشانه‌ها در مدرسه ۲۵
نشانه‌ها در خانه ۲۴
دختران ۳۱-۳۰، ۴۳-۴۲، ۱۱۶
دوستی ۵۴
راه‌حل مشاجرات ۲۰-۱۹

مدارس	رفتارهای تهاجمی ۳۵، ۳۷
برنامهٔ جامع مبارزه با خشونت	زور ۳۷
۲۲-۲۱، ۴۳	سرزنش کردن ۸۴
شناسایی اولیهٔ کودکان ناسازگار	سرگرمی‌ها ۵۴، ۵۳
و قربانیان آن‌ها ۹۵-۹۳	شناسایی و مداخلهٔ اولیه ۲۵-۲۴،
نشانه‌های ناسازگاری ۱۱-۹	۴۷-۴۶، ۷۳-۷۲
مشکلات هیجانی ۶۶	شوخی ۴۹
مشوق‌ها ۷۷	شهامت در پاسخگویی به کودکان
مقابله‌به‌مثل ۲۰	ناسازگار ۱۰۵-۱۰۳
مهارت‌های اجتماعی ۴۴، ۴۶، ۵۳	فعالیت‌ها ۵۳
ناتوانی در یادگیری ۱۷، ۲۲، ۴۶	قربانیان تحریک‌پذیر ۶۳
کم‌توجهی ۶۴-۶۳	قربانیان خشونت ۱۴
مشکلات حافظه‌ای ۶۵-۶۴	خصوصیات ۱۸-۱۷، ۲۲، ۱۱۷
مشکلات حرکتی ۶۳-۶۲	خانوادهٔ آن‌ها ۲۹-۲۸
نادیده گرفتن رفتارهای ناشایست	منفعل ۱۸-۱۷، ۲۶، ۶۲
۲۰-۱۹، ۸۵-۸۴	پسران در برابر دختران ۳۱-۳۰
نفوذ والدین ۱۹، ۴۸، ۱۱۷	تحریک‌پذیر ۱۷، ۲۷-۲۶، ۳۸،
والدین ۱۹-۱۸	۹۹
تأثیر رفتار آن‌ها روی کودکان	ضعف‌ها و قوت‌ها ۵۱
۳۴-۳۶	حمایت از... ۱۰۵-۹۶
الگوهای رفتاری مناسب ۱۵، ۲۰،	کمک متخصصان ۸۷-۸۶
۳۹، ۷۷-۷۴	کودک منزوی ۹۹-۹۸

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

- **آمادگی برای زایمان و مراقبت از نوزاد**
- **چهل نکته کلیدی برای شیردادن به نوزاد**
- **آشنایی نوین برای کودکان، از سه ماهگی تا هیجده ماهگی**
- **کلیدهای آرام کردن کودک ناآرام**
- **بهترین کلیدهای تغذیه برای کودک و نوجوان**
- **نقش پدر در مراقبت و تربیت کودک**
- **فرزند دوم، پیامدها و راه‌حلهای**
- **کلیدهای آموختن به کودکان درباره خدا**
- **کلیدهای تربیتی برای والدین تک‌فرزند**
- **کلیدهای پرورش اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای رویارویی با مشکلات رفتاری کودکان**
- **کلیدهای رویارویی با پدیده خشونت در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای رفتار با نوجوانان**
- **کلیدهایی برای بیماریهای کودکان**
- **دستورات ایمنی و مراقبت از آسیب‌های کودکان**
- **کلیدهای رویارویی با بیماری حساسیت در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای تربیت فرزند در خانواده‌های تک‌سرپرست**
- **کلیدهای پرورش کودک تیزهوش**
- **کلیدهای پیشگیری و مقابله با اعتیاد در نوجوان و جوان**
- **کلیدهای آموزش و مراقبت از سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای گفتن و شنیدن با کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای پرورش مهارت‌های اساسی زندگی در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای مراقبت از نوزاد از تولد تا یک‌سالگی**
- **کلیدهای رفتار با کودک یک‌ساله**
- **کلیدهای رفتار با کودک دو‌ساله**
- **کلیدهای رفتار با کودک سه‌ساله**
- **کلیدهای رفتار با کودک چهارساله**
- **کلیدهای رفتار با کودک پنج‌ساله**
- **راهنمای کامل تربیت کودک**
- **ماساژ کودک**
- **کلیدهای عادت دادن فرزند به کار در خانه**
- **کلیدهای پرورش فرزندان امیدوار و موفق**
- **کلیدهای همراهی و مراقبت از نوجوانان در اینترنت**
- **کلیدهای پرورش خلاقیت هنری در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای مقابله با اضطراب در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای تربیت و رفتار با پسرها**
- **کلیدهای شناخت و رفتار با دخترها**
- **کلیدهای برخورد با مشکلات خواب کودکان**
- **کلیدهای برخورد با ناتوانی در یادگیری**
- **چگونه به کودک خود «نه» بگوییم!**
- **پاسخ به والدین**
- **کلیدهای پرورش هوش عاطفی در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای پرورش هوش اخلاقی در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای تربیت کودک مبتلا به سندرم دان**
- **راهنمای بهبود روابط خواهر و برادرها**
- **کلیدهای رفتار با دوقلوها**
- **روشهای انتخاب مهد و پرستار کودک**
- **کلیدهای رفتار با کودک مبتلا به اختلال کمبود توجه**
- **کلیدهای موفقیت پدر ناتنی**
- **کلیدهای موفقیت مادر ناتنی**
- **کلیدهای پرورش احساس امنیت در کودکان و نوجوانان**
- **کلیدهای پرورش فرزند شاد**
- **کلیدهای کمک به کودک برای برخورد با مرگ عزیزان**

Famous bookshop

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

- کلیدهای آموختن دربارهٔ کودکان کم توجه و بیش فعال (ADD/ADHD)
- کلیدهای برخورد با لکنت زبان در کودکان
- کلیدهای برخورد با ترس در نوجوانان
- فرهنگ نامهها
- آموزش دستشویی رفتن به کودکان
- تربیت بدون فریاد
- کلیدهای پرورش تفکر در کودکان و نوجوانان
- کلیدهای آموختن آداب اجتماعی به کودکان و نوجوانان
- راهنمای کامل والدین (۱، ۲ و ۳)
- اولین غذاها
- کلیدهای پرورش فرزند شاد از ۲ تا ۴ سالگی
- بهداشت کودک
- کلیدهای کشف و پرورش استعداد در کودکان
- کودک و حد و مرزهایش
- کلیدهای پرورش مهارت دوست یابی در کودکان و نوجوانان
- کلیدهای تربیت و رشد دختران
- کلیدهای تخلیه هیجانی در کودکان
- رشد والدین همراه با فرزندان
- کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها
- کلیدهای تربیت کودک حرف شنو
- روشی متفاوت در تربیت فرزند
- کلیدهای رفتار با کودک مبتلا به اوتیسم
- والدین هشیار
- اصول کارکرد مغز در کودکان
- کلیدهای پرورش هوش اجتماعی در کودکان و نوجوانان
- والدین، قطعاً تأثیرگذارند
- انضباط بدون گریه
- ۱۰ روز تا داشتن کودکی سازگارتر و آرام تر
- کلیدهای تربیت فرزند قدرشناس

کلیدهای همسران موفق

- ۱۰۰۱ پرسش پیش از ازدواج
- راهنمای مادران شاغل
- تغذیه دوره بارداری
- ده قرار مهم برای زندگی مشترک
- برای روابط بهتر کاری نکنید!
- معجزه گفت و گو
- غذاهای فوری
- زندگی مشترک و حدود مرزهایش
- مراقبتهای دوره بارداری
- زندگی مشترک بدون فریاد
- بارداری سالم
- ازدواجها چرا موفق می شوند و چرا شکست می خورند

کلیدهای بازسازی زندگی پس از طلاق

- تأثیر طلاق بر فرزندان
- فرزندان طلاق از نوزاد تا هفده ساله
- دعوی پدر و مادر
- نخستین خداحافظی
- یک دل و دو خانه
- ورود به خانواده جدید
- بازسازی زندگی پس از طلاق

کلیدهای آموزش کودکان و نوجوانان

- ۵۰ روش ساده برای علاقه‌مند کردن فرزند به مطالعه
- ۵۰ روش ساده برای علاقه‌مند کردن فرزند به ریاضی
- ۵۰ روش ساده برای علاقه‌مند کردن فرزند به علوم تجربی
- ۵۰ روش ساده برای علاقه‌مند کردن فرزند به تاریخ و جغرافی
- ۵۰ روش ساده برای علاقه‌مند کردن فرزند به ورزش و سلامتی
- وقتی گه فرزندتان باهوش نمره‌های کم می‌گیرند!
- یادگیری نژاد
- زیبا چیست؟ زیبا کیست؟
- فعالیت‌هایی برای پرورش حافظه

کلیدهای مشاوره

- نه تنبیه، نه تشویق (چگونه انگیزه‌های درونی را پرورش دهیم)
- نجات فرزند از تفکر منفی

کلیدهای مدیریت زندگی

- ۹ گام در راه عشق و زندگی
- اعتیاد به نت
- رازهای خدا
- پایان‌های ضروری
- ۵۰ روش برای ایجاد ارتباط سازنده
- روابط سالم
- هنر گمشده گوش دادن
- قوانین زبان بدن
- موهبت کامل نبودن
- بحران و رشد

ادبیات عرفانی

- هدیه‌ای از فرشته مادر
- لیلی نام تمام دختران زمین است
- در سینه‌ات نهنگی می‌تپد
- پیامبری از کنار خانه ما رد شد
- من هشتمین آن هفت نفرم
- نامه‌های خط‌خطی
- جوانمرد نام دیگر تو
- گشت‌های بی‌گفتمان
- اخلاق بردگان و اخلاق آزادگان
- ۱۳ روز با سلیمان
- دو پادشاه، بخت‌نصر و کورش
- طربنامه
- چقدر با تو خوبم
- گوی نومیدی مرو امیدهاست