

چگونه توانستیم مشکل دانش آموز لجباز، بهار را رفع نماییم؟

صفورا اسدی^۱ نجمه الله گانی دزکی^۲

۱. کارشناس علوم تربیتی

۲. کارشناس ارشد مهندسی کامپیوتر

چکیده

یکی از اختلالاتی که در میان کودکان و نوجوانان مشاهده می شود، اختلال لجبازی است. این رفتار نامطلوب اگر در حد کم باشد، طبیعی است. اما اگر بیش از حد باشد برای رفع آن نیاز به مداخله است. هدف از این پژوهش کمک به شناسایی و رفع اختلال لجبازی در کودکان است. این پژوهش در مدرسه ابتدایی الزهرا(س) سلم از توابع شهرستان کیار در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در مورد دانش آموزی که در پایه سوم در حال تحصیل است، انجام شده است. ابتدا شواهدی از لجبازی دانش آموز بیان و در جمع آوری شواهد از منابع مختلف شامل دانش آموز، والدین دانش آموز، معلمان، سایر دانش آموزان و پرونده تحصیلی دانش آموز استفاده شده است. همچنین در این پژوهش از روش پرسشنامه گروه سنجی، مصاحبه و مشاهده برای جمع آوری اطلاعات در خصوص این اختلال استفاده شده است. سپس راهکارهای درمان این اختلال بیان شده است و در عمل راهکارها مورد اجرا قرار گرفته است و نتایج به دست آمده از این اقدامات بیان شده است.

واژگان کلیدی: لجبازی، روش خاموشی، تقویت رفتار نا همساز، اقدام پژوهی

مقدمه

جامعه ای را یک جامعه ی سالم می گویند که افرادی که در آن زندگی می کنند، از نظر جسمی و روحی در سلامت باشند. دانش آموزان آینده سازان جامعه آینده هستند. در صورتی که دانش آموزان امروز در سلامت باشند، می توان امید داشت نسل آینده نیز از این سلامت بهره مند خواهد شد. پس نیاز است به سلامت روانی و جسمانی دانش آموزان که بخش بزرگی از جامعه را تشکیل می دهند، توجه شود و گام هایی اساسی در جهت پیشگیری و درمان اختلالات روانی و رفتاری آنان برداشته شود. با توجه به پژوهش هایی که به بررسی اختلالات روانی و رفتاری کودکان پرداخته است میزان اختلالات رفتاری در کودکان در مناطق مختلف متغیر بوده و معمولاً بین ۲ تا ۱۲ درصد است. علاوه بر آن نتایج بررسی های انجام شده نشان می دهد که میزان شیوع این اختلالات در دانش آموزان ابتدایی بیش از سایر پایه هاست (حبیبی و همکاران، ۱۳۹۴).

یکی از شایع ترین اختلالات رفتاری کودکان اختلال لجبازی است. ۲ تا ۶ درصد از کودکان و نوجوانان به اختلال لجبازی و نافرمانی مبتلا هستند. در کودکان زیر ۸ سال لجبازی بیشتر در پسران دیده می شود. در کودکان بالاتر از ۸ سال اغلب در پسران و دختران به یک اندازه است. رفتارهایی که مشخصه لجبازی هستند می توانند تشدید گردند و منجر به نقص تحصیلی و شغلی در آینده گردند و حتی به اختلالات درونی سازی، اختلال سلوک^۱، اختلالات خلقی، اختلالات اضطرابی و رفتارهای ضد اجتماعی شدیدتر تبدیل شوند. شناسایی و درمان زود هنگام لجبازی می تواند در پیشگیری از این اختلالات موثر باشد و به کودکان دارای نشانه های اختلال لجبازی کمک کند (ذوالقدر نیا و همکاران، ۱۳۹۴).

با توجه به اهمیت و جایگاه کودکان، بررسی مشکلات و رفع آنها شایان توجه است. اختلال لجبازی اختلالی نسبتاً جدید در کودکانی است که ملاک های کامل اختلال سلوک را ندارند. این اختلال اولین بار به عنوان یک اختلال رفتاری پیشنهاد شد و یکی از اختلالات بالینی در کودکان و نوجوانان به شمار می رود. این اختلال با یک الگوی در حال پیشرفت از عدم همکاری، مشاجره، حاضر جوابی، نافرمانی و رفتار خصمانه در مقابل مظهرهای قدرت (والدین، معلم و سایر بزرگسالان) شکل می گیرد، که به طور جدی با عملکرد روزانه کودک تداخل دارد و این علائم ممکن است در خانه یا مدرسه بسیار قابل توجه تر باشد (مرشد و همکاران، ۱۳۹۴).

این اختلال بیشتر در کودکانی دیده می شود که تربیت منقطع داشته اند. یعنی مسئولیت نگهداری و تربیت کودک چندین بار بر عهده افراد مختلف بوده است. همچنین در خانواده هایی که در روش فرزندپروری خشن، بی ثبات و یا مسامحه کار دارند و یا شخصیت ضد اجتماعی سوء مصرف مواد دارند این اختلال بیشتر دیده می شود (نیک پور و همکاران، ۱۳۹۷).

بیان مسئله

اختلالات رفتاری در کودکان در صورت عدم تشخیص و درمان به موقع احتمال ابتلای آنان به اختلالات روانپزشکی در نوجوانی، اختلالات روانی در بزرگسالی می شود و مشکل افزایش می یابد. همچنین منجر به ابتلای کودکان به اختلالات

¹conduct disorder

دیگری از قبیل اختلالات یادگیری، اضطراب و افسردگی می شود. با توجه به آسیب پذیری کودکان و اهمیت نیازهای بهداشت روانی آنها لزوم تشخیص زود هنگام و به موقع مشکلات و اختلالات رفتاری هیجانی کودکان مقطع ابتدایی لازم است (معمدین و همکاران، ۱۴۰۰).

لذا بر ما خدمتکاران امر آموزش و پرورش یک تکلیف است که با استفاده از منابع گوناگون و شیوه های صحیح سرمایه های کشور را هدایت کنیم. اهمیت و ضرورت این پژوهش از اینجا ناشی شده که دانش آموز مورد نظر این اقدام پژوهی مشکلش احتمالاً کاهش خواهد یافت. زیرا وقتی علل مشخص شود راه حل هم مشخص و در نتیجه مشکل نیز حل خواهد شد و نتایج بدست آمده از آن می تواند در موارد مشابه مورد استفاده سایر همکاران و مسئولان امر تعلیم و تربیت قرار گیرد.

در آموزشگاه الزهرا دانش آموزی مشغول به تحصیل بود که دارای اختلال لجبازی بود. با نگاهی به رفتار بهار (نام مستعار) متوجه شدیم که وی در کلاس از خود خشونت نشان می دهد و با دیگران جرو بحث مداوم دارد، نسبت به درخواست ها و مقررات بی اعتنائی یا عدم همکاری نشان می دهد، کینه توزی می کند یا به صورت عمدی، کارهایی انجام می دهد که برای دیگران مزاحمت برانگیز است و دیگران را برای اشتباه ها و رفتارهای نادرستشان سرزنش می کند. همیشه سعی می کند دیگران را مقصر نشان دهد. در کارهای گروهی همکاری نمی کند و یا باعث ایجاد اختلال و بی نظمی در گروه دانش آموزان می شود. پس تصمیم گرفتیم برای کمک به او اقدام پژوهی خود را در این زمینه انجام دهیم. با توجه به آنچه بیان شد. و عوارض اختلال لجبازی نیاز بود تا برای کنترل و درمان آن مداخلاتی به عمل آید.

اهمیت و ضرورت پژوهش

لجبازی کودکان مرحله ای اجتناب ناپذیر از رشد آنهاست و در کودکان نوپا به حدی شایع است که بسیاری از والدین را به دردسر می اندازد. نکته مهم در کنترل لجبازی کودکان رفتار درست و منطقی در موارد اول دیده شدن این خصیصه در کودک است، چراکه رفتار والدین در ذهن کودک حک می شود و برخورد مناسب با لجبازی کودک می تواند به کاهش احتمال بروز آن در آینده کمک کند. اختلال خلق یکی از خصوصیات بارز در کودکان لجباز است که در بسیاری موارد علت خاصی نیز ندارد. کودکان لجباز اغلب رفتارهایی همچون جیغ و داد زدن و کوبیدن پا بر زمین بخصوص در محیط خارج از منزل برای قانع کردن پدر و مادر از خود نشان می دهند. ابراز خشم یکی از رفتارهای شایع در کودکان لجباز است که با رشد کودک همراه با رفتارهایی همچون نافرمانی نیز می شود. کودکان لجباز به هیچ وجه آماده ی پذیرش تغییر در شیوه ی خود نیستند. گاهی حتی هدف خاصی را دنبال نمی کنند (یوسف زاده کوهستانی، ۱۴۰۲).

کودکان و نوجوانان دارای اختلال لجبازی ممکن است در خانه با والدین و خواهران و برادران، در مدرسه با معلمان و در محل کار با سرپرستان و دیگر شخصیت های مرجع مشکل داشته باشند. کودکان مبتلا به اختلال لجبازی ممکن است در برقراری روابط دوستانه به مشکل بخورند (مرادیانی گیزه رود و همکاران، ۱۳۹۵). لذا بررسی این اختلال و راهکارهای رفع آن می تواند به جامعه، خانواده ها و فرزندان آنان و همچنین سازمان آموزش و پرورش کمک شایانی کند.

یوارد (۲۰۰۰) عنوان می کند اختلال لجبازی- نافرمانی اولین بار در سال ۱۹۶۶ به عنوان یک اختلال رفتاری پیشنهاد شد. با انتشار ویرایش سوم راهنمای آماری و تشخیص اختلالهای روانی، اختلال لجبازی، نافرمانی در یک طبقه جدید و مستقل در طبقه بندی اختلال های روانی جای گرفت.

اعتصامی پور و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهشی تحت عنوان "پیش بینی اختلال نافرمانی مقابله ای بر اساس آموزش والدین و ذهن آگاهی فرزندان" بیان کرده اند که اختلال نافرمانی مقابله ای یک اختلال برونساز شده است که به شکل نافرمانی از مراجع قدرت، لجبازی، خصومت و سرکشی خود را نشان می دهد. این اختلال در کودکان اگر حل نشده باقی بماند، سبب آسیب رسانیدن به خود و صدمه و آزار و اذیت اعضای خانواده و اطرافیان می شود. در این پژوهش به منظور افزایش اثر بخشی درمان اختلال مقابله ای در کودکان، توجه همزمان به عوامل زمینه ساز و تشدید کننده و عوامل تعدیل کننده پیشنهاد گردید. در تحلیل مقایسه ای صورت گرفته، زوایای استفاده از آموزش ذهن آگاهی با رویکردهای مختلف و بررسی تاثیر آن در مشکلات رفتاری، کارکرد اجرایی، رفتارهای سازشی و ناهماهنگی شناختی مورد توجه ویژه قرار گرفت. همچنین به منظور افزایش اثر بخشی و ثبات درمان اختلال نافرمانی مقابله ای استفاده همزمان از رویکردهای حل مسئله بالاخص استفاده همزمان از آموزش والدین و آموزش ذهن آگاهی فرزندان بدست آمد.

سلیمی بنی (۱۴۰۲) در پژوهشی تحت عنوان "بررسی پدیده و اختلال لجبازی در کودکان و وظایف والدین، معلم و جایگاه روانپزشک" بیان کردند سومین اختلال شایع روانپزشکی کودکان و نوجوانان (DSM-5)^۲، اختلال نافرمانی مقابله ای است که با الگویی از رفتارهای مداوم و غیرقابل انطباق و با تحریک پذیری و خشم شناخته می شود و اغلب تا بزرگسالی ادامه می یابد. براساس مطالعات متعدد، رفتارهای منفی والدین مثل پرخاشگری و تهدید می تواند رفتارهای منفی کودک مانند لجبازی، نافرمانی و قلدری را تقویت کرده و دو طرف را وارد یک چرخه معیوب رفتاری و فزاینده نماید؛ پس کیفیت رابطه والد-کودک تاثیر قابل توجهی بر تشدید یا تعدیل نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای دارد. این پژوهش با ماهیت توصیفی-تحلیلی به بررسی و واکاوی اختلال لجبازی در کودکان پرداخته و نقش معلم، خانواده و پزشک را نسبت به کودک دچار اختلال رفتاری بیان می کند. سپس با راهنمایی معلم و اولیا رفتارهای مناسب آنها را در برابر کودک مبتلا به اختلال لجبازی و نافرمانی تعیین می کند. این پژوهش در واقع یک جمع بندی در مورد اختلال لجبازی و نافرمانی کودکان است که هر قشری که با کودک و اجتماع کودکان سر و کار دارد می تواند آن را مطالعه کند.

شاکری و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی تحت عنوان "تعیین اثربخشی درمان های روان شناختی اختلال نافرمانی مقابله ای در ایران" بیان کرده اند درمان های روان شناختی (اعم از بهبود سبک های فرزند پروری، آموزش مهارت های زندگی و اجتماعی، بازی و قصه درمانی) بر کاهش نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای تاثیرگذار هستند. بنابراین استفاده از درمان های روان شناختی برای درمان اختلال نافرمانی مقابله ای مفید است.

خارایی و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی تحت عنوان "تاثیر آموزش فرزندپروری مثبت بر کاهش علائم لجبازی -ناافرمانی و اختلال سلوک در کودکان سنین ۷ تا ۱۰ سال" بیان کردند آموزش گروهی فرزند پروری مثبت بر کاهش لجبازی-

^۲نسخه پنجم راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی

نافرمانی و اختلال سلوک آزمودنی های گروه آزمایش موثر بوده و در مورد لجبازی - نافرمانی دارای ماندگاری تاثیر است. می توان نتیجه گرفت آموزش گروهی فرزند پروری مثبت به مادران بر نشانه های لجبازی- نافرمانی و اختلال سلوک تاثیر دارد و باعث کاهش علایم آنها می شود.

نیک پور و همکاران (۱۳۹۷) در مقاله ای تحت عنوان بررسی تاثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی رفتاری بر کاهش نشانه های اختلال لجبازی و نافرمانی در کودکان ۸ تا ۱۱ سال بیان کرده اند علائم اختلال لجبازی و نافرمانی به گزارش والد و به گزارش معلم کاهش معنی داری داشت. بنابراین بازی درمانی با رویکرد شناختی درمانی ، میزان نشانه های اختلال نافرمانی مقابله ای در کودکان پسر و دختر را در مرحله پس آزمون و پیگیری به طور معنی داری کاهش داده است. این یافته ها اثربخشی بازی درمانی گروهی را برای کاهش علائم کودکان دارای اختلال لجبازی نافرمانی نشان می دهد و پس استفاده از این روش درمانی در مورد این کودکان به درمانگران توصیه می شود.

توصیف وضعیت موجود

در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ دانش آموزی در پایه سوم ابتدایی با شرایط زیر مشغول به تحصیل بود. او نه ساله و لجباز بود. بهار با وجود اینکه کودکی لجباز بود ولی نسبت به کلاس هوش خوبی داشت. خانواده بهار هر موقع که به آنها می گفتیم برای حل مشکل به مدرسه مراجعه می نمودند. ابتدا که حساس نشده بودیم مادرش می گفت در خانه هم همین طور است، سرکشی می کند ولی بعد گفتند که او در هنگام ورود به مدرسه (پایه اول) از طرف معلمش به عنوان دانش آموزی لجباز و سرکش به همکلاسی هایش معرفی شده و اکنون همه به او این برچسب را می زنند. و او لجباز نیست.

جمع آوری اطلاعات (شواهد۱)

برای اینکه مسئله ای برایمان روشن تر شود و دلایل رفتارهای غیرعادی او را مورد بررسی قرار دهیم، درصدد جمع آوری اطلاعات از روش ها و منابع مختلف برآمدیم.

روشهایی که در این پژوهش از آنها بهره گرفته شده، عبارتند از :

۱ - مشاهده رفتار دانش آموز در موقعیت های مختلف

۲ - مصاحبه با خود دانش آموز و والدین او

۳ - اجرای پرسشنامه

۴ - اجرای گروه سنجی در کلاس

منابع کسب اطلاعات مورد نیاز شامل موارد زیر می باشد:

الف : خود دانش آموز

ب : والدین دانش آموز

ج : همکلاسی های او

د : آموزگاران سال های گذشته

ه : پرونده تحصیلی دانش آموز

در اولین مرحله به سراغ آموزگار سال گذشته بهار رفتیم و نظرشان را در مورد رفتار وی جویا شدیم. آموزگار سال قبل وی را به غرور و خود خواهی و بی نظمی برای مطرح کردن خود، متهم می کرد .

همکلاسی های بهار هم او را فردی می دانستند که فقط به فکر خودش است، حرف خودش را قبول دارد و حاضر نیست به نظرات دیگر دانش آموزان توجه کند یا با آنها در فعالیت های گروهی همکاری و مشارکت نماید و در بیشتر موارد دانش آموزان را مورد تمسخر قرار می دهد.

برای بررسی دقیق از وضعیت بهار و از آنجایی که یکی از منابع کسب اطلاعات در مورد دانش آموز، خود او می باشد، از وی دعوت کردیم که وقتی کلاس تمام شد، به دفتر مدرسه بیاید و از او در مورد علایق اش سؤال کردیم و اینکه اوقات فراغت چه می کند؟ متوجه شدیم او تقریباً بیکار و بدون برنامه است و اظهار کرد اغلب اوقات حوصله ام سر می رود. لازم به ذکر است در جلسه اول به جهت اعتماد او، در مورد مشکلات او با همکلاسی ها اشاره ای نکردیم و تنها صحبت درباره علایق و خواسته هایش اکتفا نمودیم. برای گردآوری اطلاعات دقیق تر پرسشنامه ای تهیه نمودیم تا همکلاسی ها در مورد خصوصیات رفتاری او اظهار نظر نمایند که براساس نتایج استخراج شده از اجرای این پرسشنامه حالات و رفتارهای زیر بیشترین فراوانی را داشت. حالات و رفتارهای مشاهده شده در دانش آموز قبل از اقدامات در جدول شماره ۱ نشان داده شده است.

جدول شماره ۱- حالات و رفتارهای مشاهده شده در دانش آموز قبل از اقدامات

ردیف	نوع رفتار	میزان تکرار در یک ماه
۱	جر و بحث زیاد و بی مورد	۹
۲	عدم توجه به خواسته ها و نظرات اطرافیان	۶
۳	عدم توانایی در کنترل احساسات و عواطف	۵
۴	مقاومت کردن در پذیرش سخنان اطرافیان	۴
۵	مسخره کردن دیگران	۴

در جلسه دیگری با او برخی از نتایج بدست آمده از پرسشنامه و انتظارات آموزگاران و همکلاسی ها از او مطرح شد. در مورد رابطه اش با اعضای خانواده سؤال کردیم، گفت: آنها مرا درک نمی کنند و کارهایم را جدی نمی گیرند. همیشه به دنبال اشکال گرفتن از کارهایم هستند، خیلی نصیحت می کنند، که این کارها مرا خیلی ناراحت و عصبی می کند، فکر می کنند که هنوز بچه ام و چیزی نمی فهمم!

تصمیم گرفتیم با والدین وی صحبت نماییم. چند بار به خود دانش آموز گفتیم که باید پدر و یا مادر به مدرسه بیایند تا با هم حرف بزنیم ولی نتیجه ای نمی گرفتیم. یک روز که به وی بسیار اصرار نموده بودیم، دانش آموز گفت که مادرم چند روزی خانه نیست. پس با خانه آنها تماس گرفتیم. پدرش تلفن را پاسخ داد و ما در مورد مشکلاتی که بهار در ارتباط با معلمان و همکلاسی ها داشت، توضیحاتی را مطرح کردیم. وی ضمن تایید این مطالب معتقد بود که بهار خیلی پر ادعا است و ما را هم دچار درد سر کرده است، به همه چیز اشکال می گیرد، هیچکس را قبول ندارد و در خانه انتظار دارد همه دستورات او را اجرا کنند.

برای تکمیل اطلاعات بدست آمده به متون و کتب و مقالاتی که در ارتباط با لجبازی و ویژگیهای این کودکان در اختیار داشتیم، مراجعه نمودیم که به خلاصه ای از موارد مرتبط با مشکل دانش آموز اشاره می شود.

سبب شناسی لجبازی

کودکان و نوجوانان در طی دوره کودکی و رشد خود برای آنکه خود را مطرح سازند و به بزرگسالان تفهیم کنند که دیگر بزرگ شده اند، خواهان آن هستند که کارها را به طور مستقل انجام دهند و در مقابل بزرگسالان سرسختی و لجاجت نشان دهند، چنین حالتی در سنین ۳ تا ۶ سال و دوره نوجوانی طبیعی است و جنبه مرضی ندارد (حسینی، ۱۳۷۷).

اصولا لجبازی یک نوع رفتار و واکنش نامطلوب است که در این مطلب راه های درمان لجبازی کودکان که به صورت های مختلفی خود را نشان می دهد، از جمله آسیب رساندن به خود و دیگران، ناسزا گفتن، گریه کردن و فریاد کشیدن، شکستن وسایل و ... در افراد لجباز پایین بودن اعتماد به نفس و عدم داشتن خود باوری مثبت و پذیرفتن خود واقعی مشهود است. در تحقیقات انجام شده در مورد لجبازی و خود نمایی بیشتر به علل اجتماعی و محیطی اشاره می شود که آن را نوعی یادگیری محیطی می دانند و به دلایل زیر اشاره می شود. وجود اختلال لجبازی در اعضای خانواده که کودک با آن همانند سازی می کند، ایجاد هویت در خانواده ای که دارای معیارهای قدرت طلبانه هستند و نسبت به رفتارهای فرزند خود کنترل شدیدی دارند و او ناچار است برای اثبات هویت و جایگاه خود، با خواسته های آنان مقابله کند (اعتصامی پور و همکاران، ۱۴۰۲).

راه درمان لجبازی

۱- مستقل بار آوردن کودک: در برخورد کلی در زندگی باید طوری با کودک رفتار کرد که او بتواند در امور روزمره خود به طور مستقل و گاهی بدون نیاز به دیگران تصمیم بگیرد. البته فشارهای منفی را نباید در این خصوص وارد کرد، بلکه باید با راهنمایی های به جا تذکر داد و روش های صحیح را به موقع به او آموزش داد.

۲- کودک را تا حد امکان وادار به عجله و شتاب زدگی نکنیم: معمولاً خانواده ها در چند کار، کودک را ناخواسته یا خواسته به عجله و شتابزدگی وادار می کنند که بیشتر مواقع عدم آگاهی والدین در تشدید آن ها، دخالت مستقیم دارد.

۳- رشوه ندادن و حذف پاداش کودک لجباز: اگر کودک برای رسیدن به مطلوب خود چه درست و چه نادرست شروع به گریه کردن و یا داد کشیدن بکند و از این راه بخواهد به خواسته ی خود برسد و والدینی که به اصطلاح حوصله ی ندارند با دادن امتیاز (رشوه) به کودک، او را ساکت می کنند، باعث پرورش لجبازی در او می شوند. پس باید پدر به خصوص مادر از دادن هرگونه رشوه و پاداش به کودک خوداری کند. البته تشویق برای کارهای خوب و مثبت کودک با رشوه دادن فرق دارد. تشویق باعث رشد اعمال نیک و حرکت به سوی ترقی می شود. اما باید توجه داشت که تشویق و پاداش، باید به اندازه و درخور کار او باشد. حتما در مورد عواقب تشویق کردن بیش از اندازه کودک مطالعه کنید و اطلاعات بیشتری کسب کنید.

۴- عدم توجه و نادیده گرفتن رفتار کودک لجباز: گاهی بهتر است وقتی فرزندان شروع به داد و بیداد می کند خیلی خونسرد و بی توجه از کنار مسئله عبور کنیم به طوری که یا متوجه نشده ایم و یا موضوع برایمان اهمیت ندارد.

۵- برقراری آرامش و امنیت در خانواده: به هر حال در هر خانواده مسایل و مشکلاتی به وجود می آید که منجر به بحث و گفت و گو می شود. والدین باید بدانند که تمام مسایل گره هایی هستند که به وسیله ی دست باز می شوند. یعنی به جای بحث و متهم کردن دیگران، آرام و بدون برهم زدن امنیت خانواده به خصوص کودکان، مشکلات و مسایل را می توان به راحتی حل کرد، به طوری که هم خود و هم دیگران از نوع گفت و گو ها لذت ببرند.

۶- راهنمایی "آری" اما دخالت "خیر": هیچ کس از دخالت کردن دیگران در امور زندگی خود احساس رضایت و خشنودی نمی کند. پدر و مادر از همان شروع تربیت باید حرکت صعودی خود را بر پایه ی راهنمایی قرار دهند تا کودک بتواند کم کم راه صحیح زیستن را تشخیص دهد. دیگر قابل پذیرش نیست که "من می گویم این طور باش"، "من می گویم این جا نرو"... بلکه ارشاد و راهنمایی های خردمندانه و کمک گرفتن از خود کودک در مشکلات می تواند کمک بزرگی باشد.

۷- عدم لجبازی والدین: آموزش های عملی به مراتب از آموزش های تئوری، موثرتر و آموزنده تر می باشند. اگر والدین در حضور بچه ها با هم لجبازی کنند، خیلی راحت و بدون دردسر لجبازی کودکان را به آن ها یاد می دهند و بچه ها به طور واضح فیلمی مشاهده می کنند که در آن یکی از والدین با پافشاری دیگری را مجبور به اطاعت از خود می کند و آنان متوجه می شوند که از این راه می توانند به راحتی به خواسته های خود برسند.

تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها

۱- گرایش به تنوع طلبی و استقلال به جای فعالیت های معمولی و تبعیت جو بودن

۲- مطیع نبودن در برابر قراردادهای رسمی، آداب و رسوم و قواعد خشک

۳- مخالف با ارزش های موجود و روش های متعارف در رفتار بزرگترها

۴- دفاع افراطی از عقیده خود، میل به رهبری و نفوذ در دیگران و توجه بیشتر به خواسته های شخصی

با جمع بندی اطلاعات بدست آمده از طرق مختلف در مورد بهار به این نتیجه رسیدیم که علت اصلی مشکل بهار این است که می بایست اراده وی تقویت گردد. و برنامه ای برای سرگرمی وی طراحی شود. همچنین والدینش گفتند که او از سال اول دبستان این مشکل را داشته است و یادگیری خوبی ندارد و کند ذهن است. دانش آموز از نوشتن بیزار بود و به گوش دادن علاقه نداشت. و در کلاس، حیاط، و راهرو با چرب زبانی و پر حرفی سعی بر جلب توجه آموزگار، مدیر و معاون و... داشت.

کاربرد راه حل ها

برای کاهش رفتارهای نامطلوب بهار تصمیم گرفتیم روش های تغییر و اصلاح را در موقعیت کلاسی به کار ببریم. با توجه به مشکل دانش آموز و رفتارهای غیر عادی او استفاده از «خاموشی»^۳ و «تقویت رفتارهای ناهمساز»^۴ یا مغایر را مناسب تشخیص دادیم.

در روش "خاموشی" اگر رفتاری را که قبلاً تقویت شده بود برای مدتی تقویت نکنیم، از نیرومندی آن کاسته می شود و تکرار بدون دریافت تقویت رفتار، سرانجام منجر به توقف کامل آن رفتار خواهد شد (سیف، ۱۳۷۰).

در روش "تقویت رفتار ناهمساز"، از طریق تقویت نکردن رفتار نامطلوب و تقویت کردن رفتاری که با آن ناهمساز و مغایر است به کاهش رفتار نامطلوب می پردازیم (سیف، ۱۳۷۰).

بنابراین با توجه به روش های فوق وقتی بهار در کلاس درس مطلب و حرف منطقی و بجایی را مطرح می نمود. او را تشویق می شد و با کمک گرفتن از سایر دانش آموزان کلاس درباره آن موضوع بیشتر صحبت می شد (تقویت رفتار مغایر) و وقتی نظرات غیر منطقی برای جلب توجه و ایجاد بی نظمی مطرح می کرد، سعی می کردیم بی اعتنا از آن بگذریم (خاموشی) در نتیجه به تدریج بحث های مطرح شده در کلاس از سوی بهار روال منطقی تری گرفت که برای تغییر رفتار باید آن را تا نتیجه مطلوب ادامه می دادیم.

³ Extinction

⁴ Incompatible Behavior

در جلسه ی دیگری در اتاق مشاوره براساس دیدگاه عقلانی، عاطفی، آلبرت الیس در زمینه ارتباط او با والدین و دیگر اعضای خانواده، آموزگاران و همکلاسی ها با یکدیگر بحث کردیم و اینکه در زندگی اجتماعی هر یک از ما باید سعی کنیم انتظارات معقول و منطقی اطرافیان را بر آورده سازیم و تلاش کردیم برخی تصورات و افکار غیر منطقی که در ذهن داشت، اصلاح نماییم. نکته مثبت اینکه بدلیل درک بالای بهار، از طریق بحث و استدلال منطقی براحتی قانع می شد و اشتباهاتش را می پذیرفت.

به والدین بهار توصیه هایی برای توجه بیشتر به علایق و نیازهای فرزندشان و توجه خاص به ویژگی های رشدی او، روش هایی برای افزایش رفتارهای مطلوب و کاهش رفتارهای نامطلوب ارائه دادیم. اینکه به نظرات منطقی وی توجه بیشتری بنمایند. به او در خانه مسئولیت بدهند. بچه ها وقتی بیکار می شوند و حوصله شان سر می رود هوس در دسر می کنند و به هر نحوی که شده می خواهند که انرژی شان را تخلیه کنند؛ حالا یا با خرابکاری یا لجبازی و جلب توجه دیگران. توصیه کردیم از بهار انتظارات متناسب داشته باشند و به فعالیتهای علمی او با دید احترام و تحسین نگاه کنند و مشوق او برای یادگیری بهتر باشند. همچنین از والدین خواستیم از کلمات مثبت برای تشویق بهار استفاده کنید و به طور مداوم ویژگی های مثبت رفتار او را بازگو و به آن افتخار کنند و ما نیز به عنوان مسئولان تعلیم و تربیت به این نکته به طور ویژه توجه کردیم. از والدین خواستیم با توجه به استعداد وی در فعالیت های ورزشی او را به باشگاه ورزشی بفرستند و آنان موافقت کردند.

همچنین با دادن مسئولیت به بهار به او کمک کردیم که حس ارزشمند بودن، داشته باشد. در زنگ ورزش مسئولیت تقسیم وسایل ورزشی بین دانش آموزان را برعهده گرفت و به عنوان کمک مربی به دانش آموزان حرکات ورزشی را آموزش داد. از این طریق انرژی های او تحت کنترل قرار گرفت.

گرد آوری اطلاعات (شواهد ۲)

گرچه عملکرد بهار در کلاس و مدرسه مبین تاثیر مثبت روش های بکار گرفته شده بود، اما برای اینکه به نتایج عینی و ملموس تری دست پیدا کنیم، بعد از گذشت حدود ۲ ماه از اجرای اولیه راهکارها، حالات جر و بحث زیاد، عدم توجه به خواسته ها و نظرات اطرافیان، عدم توانایی در کنترل احساسات و عواطف، مقاومت در پذیرش سخنان اطرافیان و مسخره کردن دیگران پس از اجرای روش های تغییر رفتار از نظر دیگران کاهش قابل ملاحظه ای داشته است و رضایت کلی از رفتار بهار داشتند. همکلاسی ها هم که قبلا شکایات متعددی را مطرح می کردند، کمتر برای این کار به دفتر مدرسه مراجعه کرده اند. حالات و رفتارهای مشاهده شده در دانش آموز بعد از اقدامات انجام شده در جدول شماره ۲ نشان داده شده است.

ردیف	نوع رفتار	میزان تکرار در یک ماه
۱	جر و بحث زیاد و بی مورد	۵
۲	عدم توجه به خواسته ها و نظرات اطرافیان	۲
۳	عدم توانایی در کنترل احساسات و عواطف	۰
۴	مقاومت کردن در پذیرش سخنان اطرافیان	۳
۵	مسخره کردن دیگران	۲

ارزشیابی روش های به کار رفته

مادر بهار هم در مراجعه به مدرسه اظهار می داشت که فرزندش نسبت به زمان گذشته خیلی تغییر کرده و تلاش می کند که رضایت آنها را بدست آورد و در فعالیت های خانواده به طور داوطلبانه همکاری دارد. بهار خودش هر از چند گاهی مراجعه می کند، و طرح و ایده نویی در ارتباط با امور مدرسه دارد، در مورد فعالیتهای مورد علاقه اش و اهداف و برنامه ریزی آینده اش صحبت می کند، محبوبیت او در کلاس درس نسبت به گذشته خیلی بهتر شده که این نتیجه از طریق مشاهده رفتار وی و سایر دانش آموزان در کلاس و حیاط و همچنین اجرا گروه سنجی بدست آمد. بهار در پایان ترم اول تحصیلی بعد از تغییر رفتارش در جهت مطلوب عنوان نمود شما به من خیلی کمک کردید، تا در کلاس بقیه مرا دوست داشته باشند.

نتیجه گیری و پیشنهادات

دانش آموزان لجباز نیاز به حمایت و توجه ویژه دارند. نحوه برخورد با آنها می تواند بسیار مؤثر باشد و به آنها کمک کند تا موفقیت در تحصیل و زندگی داشته باشند. دانستن دلیل لجبازی کودکان راه درمان را ساده تر می کند. این علت ها در سنین مختلف متفاوت است. باید به این نکته توجه کرد که لجبازی بخشی از شخصیت برخی از کودکان است. بنابراین، این وظیفه ماست که به کودکان خود راه های مختلفی را آموزش دهیم که از طریق آن روش ها بتوانند استرس خود را کنترل کنند و احساسات خود را بیان کنند.

کودکانی که به لجبازی متمایل هستند، در صورت بی توجهی و عدم حل مشکل در آینده با مشکلات روانی و عصبی همچون افسردگی، پایین بودن اعتمادی به نفس و مشکل در ارتباط و گوشه گیری مواجه می شوند. در نهایت، متوجه شدن علل و مشخصه های لجبازی کودکان، بهره گیری از روش های تربیتی مناسب و تعامل فعال با کودکان با توجه به نیازها و رشد شخصی آنها می تواند کمک کند تا این رفتار بهبود یابد و کودکان بتوانند به شکل سالم تری با احساسات و

نیازهای خود برخورد کنند. همچنین به والدین و معلمان گرامی پیشنهاد می شود از مشاوره روانشناسی به عنوان یک ابزار مفید استفاده شود تا بتوانند به بهترین نحو با لجبازی کودکان مقابله کنند.

منابع و مآخذ

۱. اعتصامی پور، راضیه، مدبری، فائقه، و شادمسگران، محمدرضا. (۱۴۰۲). پیش بینی اختلال نافرمانی مقابله ای بر اساس آموزش والدین و ذهن آگاهی فرزندان. اولین کنفرانس بین المللی و چهارمین کنفرانس ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری. SID. <https://sid.ir/paper/1046511/fa>
۲. حبیبی، مجتبی، مرادی، خدیجه، پورآوری، مینو و صالحی، سمیه. (۱۳۹۴). بررسی میزان شیوع اختلالات رفتاری در دانش آموزان مقطع راهنمایی و متوسطه استان قم. مجله تخصصی اپیدمیولوژی ایران، دوره ۱۱، شماره ۱، صفحات ۶۳-۵۶.
۳. حسینی، سید مهدی، مشاوره والدین در مسایل تربیتی و تحصیلی فرزندان، چاپ اول، انتشارات اساطیر، ۱۳۷۷.
۴. ذوالقدرنیا، لیلا، پورشهریاری، مه سیم، و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۴). قصه درمانی برای کودکان دچار نافرمانی-لجبازی. کنگره انجمن روانشناسی ایران. SID. <https://sid.ir/paper/828963/fa>
۵. سلیمی بنی، یوسف، ۱۴۰۲، بررسی پدیده و اختلال لجبازی در کودکان و وظایف والدین، معلم و جایگاه روانپزشک، چهارمین کنفرانس ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری، تهران، <https://civilica.com/doc/1701313>
۶. سیف، بهار اکبر، روانشناسی پرورشی، نشر آگاه، چاپ پنجم، ۱۳۷۰.
۷. شاکری ناصره، طاهر محبوبه، حسین خانزاده عباسعلی، محمدی سلیمانی محمدرضا. تعیین اثربخشی درمان های روان شناختی اختلال نافرمانی مقابله ای در ایران: فراتحلیل. فصلنامه علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی تهران. ۱۴۰۱؛ ۳۲ (۳): ۲۳۸-۲۲۹
۸. شاملو، سعید، بهداشت روانی، انتشارات رشد، چاپ هشتم، ۱۳۶۹.
۹. فرقانی، رئیسی، شهلا، شناخت مشکلات رفتاری در کودکان و نوجوانان، معاونت پرورشی وزارت آموزش و پرورش - چاپ اول، ۱۳۷۲.
۱۰. مرادیانی گیزه رود، سیده خدیجه، میردريکوند، فضل اله، حسینی رمقانی، نسرین السادات، و مهرابی، مهناز. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی بر اضطراب، افسردگی و پرخاشگری مادران دارای کودک مبتلا به اختلال لجبازی نافرمانی. ارمغان دانش، ۲۱ (۶ پی در پی ۱۱۳)، ۵۷۶-۵۹۰. SID. <https://sid.ir/paper/77619/fa>
۱۱. مرشد، نرگس، داوودی، ایران، و بابامیری، محمد. (۱۳۹۴). اثربخشی بازی درمانی گروهی بر علائم لجبازی- نافرمانی کودکان. آموزش و سلامت جامعه، ۲ (۳)، ۱۸-۱۲. SID. <https://sid.ir/paper/253553/fa>
۱۲. معتمدین، آیدین، حسینی نسب، سید داود، و علیوندی وفا، مرضیه. (۱۴۰۰). ساخت، رواسازی و تعیین پایایی پرسشنامه اختلال لجبازی و نافرمانی و سلوک کودکان پسر مقطع ابتدایی شهر تبریز بر اساس DSM-5. روان شناسی کاربردی، ۱۵ (۲ (پیاپی ۵۸))، ۲۴۸-۲۲۷. SID. <https://sid.ir/paper/385501/fa>
۱۳. نیک پور، غلامعلی، زار پور، مزده، و نیک پور، فاطمه. (۱۳۹۷). بررسی تاثیر بازی درمانی با رویکرد شناختی رفتاری بر کاهش نشانه های اختلال لجبازی و نافرمانی در کودکان ۸ تا ۱۱ سال. طلوع بهداشت، ۱۷ (۱ (مسلسل ۶۷))، ۷۲-۶۲. SID. <https://sid.ir/paper/102852/fa>
۱۴. یوسف زاده کوهستانی، طیبه، ۱۴۰۲، بررسی لجبازی در کودکان، پنجمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم. <https://civilica.com/doc/1760527>