**مشكلات رفتاري و اختلال سلوك**

**مقدمه :**

براي اينكه كودكان ياد بگيرند كه چگونه رفتار مناسب داشته باشند، زمان لازم است . با كمك و تشويق والدين و معلمين بيشتر كودكان بسرعت رفتارهاي مناسب را ياد مي‌گيرند. تمام كودكان برخي اوقات از بزرگسالان اطاعت نمي‌كنند. گاهي كودكان تغييرات خلقي بصورت طغيان خشم يا رفتار تخريب گرانه دارند. گر چه در بسياري موارد جاي نگراني وجود ندارد، طول مدت و شدت اين علائم مي‌توانند تعيين‌كننده نياز به مشاوره يا مراجعه به متخصص باشند.

**اختلالات رفتاري – علائم :**

اختلالات رفتاري در تمام سنين كودكي بروز مي‌كند. اغلب اوقات اين مشكلات در اوائل دوران زندگي شروع مي‌شود. نوپايان و كودكان خردسال گاهي ممكن است از انجام آنچه كه بزرگسالان از آنها مي‌خواهند انجام دهند، عليرغم چندين بار تكرار درخواست، خودداري كنند. كودگان گاهي بي‌ادب، فحاش و كج خلق مي‌شوند. ضرب و شتم ديگران نيز رايج است. گاهي نيز به شكستن اشيا يا از بين بردن لوازمي كه براي سايرين مهم هستند، مي‌پردازند.

برخي كودكان مشكلات رفتاري جدي دارند. علائمي كه قابل ملاحظه هستند عبارتنداز :

- كودك به رفتار بدخود به مدت چندماه يا بيشتر ادامه مي‌دهد، مكرراً نافرماني مي‌كند، پرخاشگر و گستاخ است.

- اگر رفتار كودك شديدتر از حد رفتار معمول و بطور جدي همراه با نقض قوانين خانواده و يا جامعه و در كل بيشتر از حد شرارت بچگانه يا سركشي نوجواني باشد اين نوع رفتارها مي‌تواند بر رشد كودك اثر بگذارد و با توانايي آنها براي گذران يك زندگي عادي تداخل ايجاد نمايد. زماني كه رفتار اينگونه باشد بيشتر ناشي از مشكلي است كه بنام اختلال سلوك ناميده مي‌شود.

**پيامدهاي اين مشكلات رفتاري چيست؟**

كودكان داراي اختلال سلوك بيشتر درگير مبارزات همراه با خشونت فيزيكي مي‌شوند و ممكن است دزدي كنند يا بدون وجود هر گونه احساس پشيماني يا گناه دروغ بگويند. اينگونه كودكان معمولاً از پيروي از قوانين امتناع مي‌كنند و يا بتدريج اقدام به شكستن قوانين مي‌كنند. گاهي شبها را بيرون از منزل سپري مي‌كنند و در طول روز نيز از مدرسه فرار مي‌كنند. نوجوانان مبتلا به اختلال سلوك نيز بدليل سوء مصرف مواد و يا مقاربت جنسي ممكن است سلامتي و ايمني خود را در معرض خطر قرار دهند.

**اين مسئله چه تأثيراتي مي‌تواند داشته باشد؟**

اين نوع رفتارها فشار عظيمي برخانواده و فرد وارد مي‌كند. كودكاني كه به اين ترتيب رفتار مي‌كنند اغلب در دوست‌يابي مشكل دارند. عليرغم هوش طبيعي، عملكردشان در مدرسه اصلاً خوب نيست و اغلب در پايين ترين سطح كلاس هستند. ار نظر احساس دروني، افراد جوان ممكن است احساس بي‌ارزشي كنند و تصور نمايند كه نمي‌توانند هيچكاري را درست انجام دهند. اگر ندانند و يا نتوانند تغييري در وضعيت خود بدهند، سايرين را بخاطر مشكلاتشان سرزنش مي‌كنند.

**چه چيز موجب اختلال رفتار مقابله‌اي اختلال سلوك مي گردد؟ ‌**

- دارا بودن خلق دشوار

- دارابودن اختلالات خواندن يا يادگيري – اين مورد مي‌تواند باعث دشواري در فهم يا مشاركت در دروس گردد. اين افراد به سادگي از درس خواندن خسته مي‌شوند احساس كندذهني مي‌كنند و دچار سوء رفتار در كلاس مي‌شوند.

- افسردگي :

- وجود سابقه‌اي از سوء استفاده جنسي و يا بهره‌كشي از آنان

- بصورت شايع بيش فعال هستند. اين مسئله مي‌تواند موجب مشكلاتي در زمينه كنترل خود، توجه ارادي و پيروي از قواعد شود.

والدين گاهي اوقات بطور ندانسته موجب تشديد رفتارها مي‌شوند. توجه اندك به رفتار خوب كودك، نشان دادن واكنش سريع در هنگام موارد بحراني، يا انعطاف پذيري زياد درباره قوانين و عدم رعايت آنها و عدم نظارت مناسب بر رفتارهاي كودكان نمونه‌هايي از اين عوامل به شمار مي‌روند.

**كم توجهي به رفتار خوب :**

غفلت والدين در صورت خوب بودن رفتارهاي كودكان، آسان است ولي در صورت بدرفتاري والدين سريعاً به كودكان توجه مي‌كنند.

بيشتر كودكان و همچنين نوجوانان نياز به دريافت توجه زياد از طرف والدينشان دارند و به نحوي رفتار مي‌كنند كه اين توجه را بدست آورند. شايد تعجب آور باشد كه بنظر مي‌رسد كودكان ترجيح مي‌دهند بجاي غفلت والدين، عصبانيت يا توجه منفي والدين را بدست آورند. اين مسئله مي‌تواند يك چرخه معيوب بوجود آورد: بي‌توجهي به كودك \_\_\_\_ رفتارهاي نامناسب كودك\_\_\_ توجه منفي و عصبانيت والدين \_\_\_\_ رفتارهاي نامناسب كودك \_\_\_ ...

**انعطاف پذيري بيش از حد در مورد عدم رعايت قوانين:**

كودكان نياز به يادگيري اهميت قوانين دارند و «اهميتي ندارد» براي قوانين وجود ندارد. تداوم اين مسئله كار سختي براي والدين است. اين مسئله گاهي بصورت وسوسه‌اي براي حفظ يك زندگي آرام در خانواده جلوه گر مي‌شود. مشكل اينجاست كه به اين ترتيب كودك ياد مي‌گيرد كه محدوديتها را تا زماني كه آنچه را كه مي‌خواهد به آن برسد به تعويق بياندازد.

**چگونه مي‌توانيم در اين موارد كمك‌هاي لازم را دريافت كنيم؟**

والدين مي‌توانند كارهاي زيادي انجام دهند. اين مسئله وقتي مي‌تواند مؤثر باشد كه منظم، منضفانه و مستمر باشد و پدر و مادر هر دو در مورد آنچه كه به كودك ارائه مي‌شود توافق داشته باشند.

- براي اصلاح رفتار كودكان، ارائه پاداش و جايزه مؤثر است . بدين ترتيب كه پاداش، حتي پاداشهاي كوچك به امور عادي و معمولي به كودك مي‌فهماند كه دوست‌داشتني است و رفتار او قابل تحسين است.

- دريافت آموزش اضافي و مهارت آموزي در جهت اصلاح رفتار ضروري است. شما مي‌توانيد اندرزهاي لازم در زمينه روشهاي اصلاح رفتار را از مراقبين بهداشت مدرسه يا از يك روانشناس تربيتي سئوال كنيد.

- اگر مشكلات جدي بيش از 3 ماه ادامه يابد، لازم است كه از يك پزشك عمومي سئوال شود اگر كمك تخصصي بيشتري مورد نياز باشد، آنها قادرند كه كودك شما را به يك فوق تخصص روانپزشكي كودك و نوجوان ارجاع دهند تا با يافتن علت مشكل به شما كمك كنند و همچنين روشهاي عملي اصلاح رفتار را به شما ارائه دهند.

*تهيه كننده :سودابه ملك پور*

*كارشناس ارشد روانشناسي كودكان استثنايي*