

## بررسی علل و عوامل پرخاشگری در کودکان

امیرحسین مهدی مقدم<sup>۱\*</sup>، سحر نورآبادی<sup>۲</sup>، حانیه گرمابی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان امام رضا (ع) اندیمشک، اندیمشک، ایران. (نویسنده مسئول).

۲. دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان فاطمه الزهرا (ع) تبریز، تبریز، ایران.

۳. دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی، دانشگاه فرهنگیان شهید هاشمی نژاد مشهد، مشهد، ایران.

فصلنامه ایده‌های نو در تعلیم و تربیت، دوره دوم، شماره پنجم، زمستان ۱۴۰۱، صفحات ۶۴-۵۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۲/۱۸

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۱۰

### چکیده

در پژوهش حاضر تلاش کردیم که به موضوع مهم پرخاشگری در کودکان و علتهای آن بپردازیم. این مقاله به روش کتابخانه‌ای مروری صورت گرفته و از مقالات معتبر در این زمینه استفاده کرده‌ایم. پرخاشگری، به دلیل پیامدهایی که روی کودکان و اطرافیان آن‌ها دارد باعث توجه بسیاری از روانشناسان و جامعه‌شناسان به خود شده است. علی‌رغم بروز برخی رفتارهای پرخاشگرانه در سال‌های اولیه تولد، کودک در طی فرایند رشد خود فرصت‌هایی برای یادگیری مهارت‌های نظارت بر هیجان و رفتار را خواهد داشت، که منجر به کنترل مناسب خشم و پرخاشگری می‌شود. بااین‌حال، بعضی از کودکان در کسب این مهارت‌ها موفق نیستند، در نتیجه سطوحی از پرخاشگری را در روابط میان فردی بروز می‌دهند، خانواده، مدرسه مهم‌ترین نهاد برای پرورش مهارت‌های اجتماعی کودک است. تحقیقات، درباره علل پرخاشگری در کودکان، نشان داده است که ناکامی در خود ابراز گری، قرار گرفتن در موقعیت‌هایی که کودک دچار دوگانگی و تضاد درونی می‌شود، می‌تواند از علتهای پرخاشگری باشد؛ بنابراین ایجاد فضایی دوستانه و تفکر برانگیز، و همدلانه، می‌تواند در پیشگیری از پرخاشگری کارساز باشد.

**واژه‌های کلیدی:** پرخاشگری، کودکان، علل پرخاشگری، انواع پرخاشگری، نظریه‌ها و درمان پرخاشگری.

فصلنامه ایده‌های نو در تعلیم و تربیت، دوره دوم، شماره پنجم، زمستان ۱۴۰۱

## مقدمه

به‌طور طبیعی در زندگی خود با افرادی مواجه شده‌اید و یا خود دچار این حالت شده‌اید که در مقابل دیگران و در زمان مشکلات و برخورد با موانع، خیلی سریع از کوره دررفته و خشمگین و عصبی شده‌اید و آن حالت را به‌صورت رفتار لفظی یا فیزیکی بروز داده‌اید. پرخاش در لغت به معنی، جنگ و جدال، درشتی و تندى از روی خشم و پیکار است که از آن به‌عنوان پرخاشگری یاد می‌شود؛ رفتاری است که به‌قصد آزار کسی یا آسیب‌رساندن به چیزی ابراز می‌شود. خشم از نظر لغت به معنی قهر و غضب و برآشتگی در مقابل خشنودی آمده است. خشم در اصطلاح، حالتی است که انسان در برخورد با ناکامی و محرومیت از خود نشان می‌دهد. ممکن است این آسیب‌رساندن به‌صورت بدنی یا به‌صورت کلامی باشد؛ برای مثال کودکی که موقع عبور کردن پا روی پای فرد دیگری می‌گذارد و فوراً عذرخواهی می‌کند، قطعاً عملش، یک عمل پرخاشگرانه نیست؛ اما اگر با برنامه‌ریزی قبلی این کار را بکند، این رفتار او از روی دشمنی است. اگر والدین و اعضای خانواده نتوانند خشم خود را از راهی غیر از پرخاشگری و عصبانیت بیان کنند، کودک هم فرصتی برای مهار کردن خشم خود و یادگیری این مهارت نخواهد داشت. خشم یکی از هیجان‌هاست و احساس خشم معمولاً توأم با پرخاشگری، جاروجنجال و دعوا نسبت به شی یا کسی که خواستگاه ناکامی و موجود خشم است، ابراز می‌شود. پرخاشگری را غریزه می‌دانند که دائم به‌صورت تخریب، جنگ و آزار گری نمایان می‌شود. خشم حالتی است که در مقابله با وضع دشوار حاصل می‌شود و کودک خردسال خشم خود را به‌صورت حمله و تجاوز نشان می‌دهد. کودک ۳ یا ۴ ساله خشم خود را به‌وسیله‌ی استفاده از قدرت بیانش خاموش می‌کند و دادو فریاد و ناسزاگویی دارد. کودک اگر از راه‌های ابتدایی مثل لگزدن و گریه کردن نتواند خشم خود را تسکین دهد، به راه‌های دیگری متوسل می‌شود. کودک ۵ و ۶ ساله از راه کناره‌گیری و کودکان بزرگ‌تر از طریق جریحه‌دار کردن احساسات دیگران خشمشان را تسکین می‌دهند.

## تعریف پرخاشگری

پرخاشگری را عبارت از ایجاد ناراحتی‌های روان‌شناختی و یا وارد کردن صدمات جسمانی بر دیگری می‌داند که با قصد قبلی همراه است البته به‌استثنای تنبیه‌هایی که جنبه قانونی دارند و یا آسیب‌هایی که برای دفاع از خود به دیگری وارد می‌گردند، چه در تعریف‌های بعدی، اعمال پرخاشگرانه فعل پذیر را که عبارت است از مقاومتی خاص در برابر اجرای الزامات شغلی و اجتماعی که مستقیماً ابراز نمی‌گردند بلکه به‌صورت انفعالی نشان داده می‌شود مانند به تعویق انداختن انجام کار، تلف کردن وقت، سرسختی و لجاجت، تظاهر به بی‌کفایتی و ناشایستگی و ندانم‌کاری، و از همه شایع‌تر، فراموش کردن در برنمی‌گیرند. آزاد در توضیح این نوع پرخاشگری چنین آورده است: این کارشکنی‌های غیرمستقیم ویژگی‌های شخصیتی انفعالی پرخاشگری است زیرا پوششی است عاریتی برای پوشاندن دشمنی و خشم فرد (آزاد، ۱۳۸۴).

## پرخاشگری کودکان

در اوایل سال‌های پیش‌دبستانی دو نوع پرخاشگری ممکن است بروز کند یکی از آن دو و البته شایع‌ترین آن‌ها پرخاشگری وسیله‌ای است. در این نوع پرخاشگری وقتی که کودکان شی، امتیاز یا چیز خاصی را می‌خواهند برای به دست آوردن آن به فردی که سر راه آن‌هاست حمله‌ور می‌شوند یا بر سر او فریاد می‌کشند، درست مانند آنچه در بزرگسالان مشاهده می‌گردد. نوع دیگر پرخاشگری خصمانه است که در این نوع کودک به دیگری آسیب می‌رساند که این نوع پرخاشگری دو حالت دارد: حالت اول که پرخاشگری آشکار است و در آن نوع کودک به فرد مقابل صدمه بدنی می‌زند و یا او را به چنین صدمه‌ای تهدید می‌کند. مثل کتک زدن، لگزدن، یا تهدید کردن یک همسال به کتک زدن و نوع دوم پرخاشگری رابطه‌ای است که به‌صورت محرومیت اجتماعی و شایعه‌پراکنی رخ می‌دهد و به رابطه همسالان آسیب می‌رساند. زورگویی شکلی از پرخاشگری است که یک‌طرفه بوده، یک شخص به‌طور مکرر به فرد دیگر که فاقد توان مقابله است حمله می‌کند و اغلب در میان کودکان و نوجوانان رخ می‌دهد. در روابط زور گویانه، یک شخص پرخاشگری را انجام می‌دهد و شخص دیگر همواره دریافت‌کننده است. این نوع پرخاشگری با دو انگیزه که نقش کلیدی در آن دارد مشخص می‌شود: ۱- حفظ قدرت در برابر دیگران ۲- عضو گروه خشن که به اعضاء پایگاه و اعتبار می‌بخشد بودن که این پرخاشگری نیز در کودکان شایع است. این انگیزه‌ها در پژوهش رولاند (۲۰۰۲) قابل مشاهده هستند: در این پژوهش بیش از دو هزار کودک

در نروژ به پرسش‌هایی پاسخ دادند که برای اندازه‌گیری تمایل آن‌ها به اعمال قدرت نسبت به دیگران، تمایل آن‌ها به عضویت در یک گروه نیرومند، و تمایل آن‌ها به افسرده یا ناخشنود بودن طراحی شده بود. نتیجه حکایت از تفاوت جنسیتی می‌کرد به این صورت که در پسران تمایل به کسب قدرت و عضو گروه نیرومند بودن، به‌طور معنی‌داری با زورگویی رابطه داشت. درحالی‌که در مورد احساس افسردگی چنین رابطه‌ای دیده نشد اما در مورد دختران هر سه انگیزه نام‌برده با زورگویی رابطه داشت؛ و این شاید بدین معنا باشد که در دختران پرخاشگری نسبت به کسی که نمی‌تواند کارهای او را تلافی کند، یکی از فنون مقابله با احساسات منفی ناشی از افسردگی است (بابایی حسن سرا، ۱۳۹۷).

### چرا کودکان پرخاشگر و عصبی می‌شوند؟

قبل از بیان علل پرخاشگری، باید بدانیم بسیاری از رفتارها که ممکن است به‌صورت عادی رخ دهند، پرخاشگری محسوب نمی‌شوند. مثلاً اگر کودکی در را با لگد باز کند و با این کار به شخصی که پشت در ایستاده است، آسیب برساند، به این کار پرخاشگری نمی‌گوییم؛ مگر اینکه کودک از پیش بداند چه کسی پشت در ایستاده است، در پیدایش و تداوم پرخاشگری عوامل متعددی وجود دارند که بسته به نوع شخصیت فرد متفاوت‌اند؛ اما مهم‌ترین علل پرخاشگری عبارت‌اند از:

- ارثی: بعضی از افراد پرخاشگر، پدر یا مادر یا اجدادشان زمینه پرخاشگری دارند و این روحیه به کودکان خود منتقل می‌شود. همان‌گونه که خصوصیات جسمانی مانند رنگ چشم، مو و قد منتقل می‌شوند، خصوصیات روانی نیز منتقل می‌شوند.
- جسمانی: بچه‌هایی که از نظر جسمانی مشکلاتی مانند کم‌کاری یا پرکاری بعضی غدد، و مشکلات بینایی یا کم‌خونی دارند، آمادگی بیشتری برای پرخاشگری دارند.
- ناکامی: کودک به چیزی تمایل دارد، ولی مانعی باعث می‌شود به خواسته خود نرسد. انسان نیازهای واقعی‌ای دارد که اگر مانعی برای ارضای آن‌ها به وجود آوریم، زمینه را برای پرخاشگری او مهیا کرده‌ایم.
- یادگیری: گاهی کودکان پرخاشگری را از والدین، مربیان، دوستان، رسانه‌های گروهی (به‌ویژه تلویزیون) و بازی‌های ویدئویی تقلید می‌کنند و یاد می‌گیرند.
- نابسامانی خانواده: در خانواده‌هایی که اختلاف و کشمکش وجود داشته باشد و اعضای خانواده به‌طور دائم از هم انتقاد کنند و محیط خانه ناامن و نامتعادل باشد، زمینه پرخاشگری بیشتر است. جایی که محبت، رأفت، انسانیت، لطف و صمیمیت، دلسوزی و خدمت به هم وجود دارد، بچه‌ها کمتر مشکل پیدا می‌کنند.
- اعتیاد یکی از والدین: مرد یا زنی که معتاد باشند، زمینه را برای پرخاشگری دیگران آماده می‌کنند.
- تنبیه بدنی: تنبیه بدنی که از متداول‌ترین شیوه‌های کنترل رفتارهای پرخاشگرانه است، خود یکی دیگر از دلایل پرخاشگری است. تنبیه به معنی بیدار کردن، هشدار دادن، تذکر دادن یا محروم کردن موقت است، نه به معنی کتک زدن و تحقیر کردن.
- رفتار متضاد والدین: رفتار متضاد والدین زمینه را برای پرخاشگری فراهم می‌کند. مثلاً پدری دستوری می‌دهد و مادر برخلاف آن دستور عمل می‌کند و برعکس. هرچه تضاد بین والدین، خانه و مدرسه بیشتر باشد، حالت پرخاشگری در کودک بیشتر می‌شود.
- غیبت طولانی والدین: پدرانی که برای مدت طولانی فرزندان خود را نمی‌بینند و مادرانی که کمتر در منزل حضور دارند، عاملی می‌شوند برای پرخاشگری کودکانشان.
- تحمیل باور از طرف والدین: والدین بعضی از باورهای خود را به کودکان تحمیل می‌کنند، و می‌گویند: اگر کسی تو را کتک زد، تو هم او را کتک بزن! مثل گرگ باش!
- مربیان: شیوه‌های غلط رفتاری بعضی مربیان؛ مثلاً مربیانی که خیلی سخت همه‌چیز را کنترل می‌کنند و هزاران قانون دارند؛ ندو! ساکت باش! وقت نیست!
- تبعیض: تبعیض بین خواهر و برادر یا دختر و پسر.

### بعضی دیگر از عوامل زمینه‌ساز پرخاشگری عبارت‌اند از:

ابتلای والدین به بیماری؛ جلب کردن توجه دیگران (بیشتر در هنگام مهمانی رخ می‌دهد)؛ زمانی که توجه شما به طفل کم می‌شود؛ گرسنگی (این عامل موجب افزایش اسید معده می‌شود که به شکل ناراحتی، عصبانیت و پرخاشگری نمود پیدا می‌کند)؛ احساس بی‌کفایتی و ناتوانی؛ دریغ کردن محبت و نادیده گرفتن فرزند و ناراحتی او؛ برنامه‌ها و بازی‌های رایانه‌ای؛ برنامه‌های تلویزیونی و فیلم‌هایی با ماهیت خشونت‌آمیز؛ خشونت والدین؛ بی‌تفاوتی والدین به رفتارهای نادرست کودک؛ طلاق؛ پایین بودن سطح تحصیلات خانواده و اطرافیان؛ تعداد زیاد خواهر و برادر و نیز پایین بودن سطح درآمد خانواده؛ استرس مادر در دوران بارداری و ابتلای او به برخی عفونت‌های ویروسی؛ رفتارهای پرخاشگرانه و تند اطرافیان مادر با او در دوران بارداری. (طهماسبی و ناصری، ۱۳۹۹).

### پرخاشگری در سنین گوناگون کودکی چگونه خود را نشان می‌دهد؟

اغلب کودکان خشم خود را زیاد آشکار می‌کنند، ولی با رشد سنی و عقلی، ورود به مهدکودک و پیش‌دستانی و قرار گرفتن در معرض آموزش مربیان و بودن در کنار همسالان، خشم خود را بهتر کنترل می‌کنند. این بهبود به شخصیت موروثی، محیط خانوادگی، هوش و رشد آنان بستگی دارد. هراندازه میزان رفتارهای پرخاشگرانه کودک در دوران خردسالی بیشتر باشد، احتمال بروز رفتارهای خشن و تند در آینده، به‌ویژه در بزرگسالی، افزایش می‌یابد. کودک تا شش ماهگی، زمانی که در انتظار غذاست یا چیزی به او می‌دهند که نمی‌خواهد، یا زمانی که به کاری وادارش می‌کنند، از خود خشم نشان می‌دهد. در ۱۵ ماهگی، زمانی که به او اجازه نمی‌دهند در غذا خوردن مستقل باشد، عصبانی می‌شود. از ۱ تا ۳ سالگی در مرحله منفی‌گرایی و لج بازی است. کودکان می‌توانند حاکمان و مستبدانی کوچک باشند. آن‌ها از کسی که بازی‌شان را قطع کند متنفر می‌شوند و ممکن است از روی خشم اشیاء را پرت کنند. از ۱۸ ماهگی در هنگام ناراحتی لگد می‌زنند. از ۲ تا ۲/۵ سالگی تلاش می‌کنند برای داشتن و مالکیت یک اسباب‌بازی بچه‌های دیگر را بزنند. از ۳ تا ۴ سالگی به تدریج زبانی را به کار می‌گیرند تا از طریق آن احساسات پرخاشگرانه خود را خالی کنند. در حدود ۶ سالگی غالباً لگزدن و کتک‌کاری دوباره تکرار می‌شود. در ۸ تا ۹ سالگی بیشتر بحث‌و‌جدل و به کار بردن کلمات توهین‌آمیز و دشنام را جایگزین پرخاشگری‌های جسمانی می‌کنند (ناصری و طهماسبی، ۱۳۹۹).

### پرخاشگری از بدو تولد

تفاوت‌های بین کودکان از نظر خصوصیات مثل گریه کردن، بدخلقی و تحریک‌پذیری عمومی در شش ماه اول زندگی، تفاوت‌های پایداری نیست. ولی تحریک‌پذیری شدید در کودکان بالای هفت ماه معمولاً تا یک یا دو سال اول زندگی ثابت می‌ماند. شواهد نشان می‌دهد بچه‌هایی که به‌شدت تحریک‌پذیرند، کمتر احتمال دارد در دوسالگی اجتماعی باشند؛ زیرا چنین بچه‌هایی کمتر از بچه‌های دیگر لبخند می‌زنند یا می‌خندند. عامل اصلی عصبانیت در کودکان قبل از دیستان، احساس ناکامی و دست نیافتن به خواسته‌هایشان است. در ابتدای این مرحله سنی، رشد کلامی و بدنی کودک به آن حد نرسیده که بتواند تمام کلمات را درست به کار برد یا بازی دلخواهش را به‌درستی انجام دهد؛ بنابراین بعضی مواقع دچار مشکل می‌شود و گریه می‌کند یا وسیله در دستش را پرت می‌کند؛ در این صورت والدین واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند. بیشتر والدین خشم و عصبانیت را یک واکنش منفی تلقی، و سعی می‌کنند با تویب و مؤاخذه و قهر و طرد کودک از بروز آن جلوگیری کنند. این گونه رفتارهای والدین باعث تقبیح رفتار کودک می‌شود، در صورتی که آن‌ها با این شیوه رفتاری خود، کودکی را که در حال تجربه کردن خشم است، گیج و سردرگم می‌کنند. والدین باید به او کمک کنند تا هنگام بروز هیجانات قوی و شدید، چگونه رفتار کند.

### پرخاشگری در ۷ تا ۱۱ سالگی

کودکان هم‌چنان که به سال‌های پیش از مدرسه نزدیک می‌شوند، کمتر دست به اعمال پرخاشگرانه می‌زنند و در نوع پرخاشگری آنان هم تغییری ایجاد می‌شود؛ یعنی وقتی که پرخاشگری ابراز می‌شود، غالباً خصمانه و کمتر وسیله‌ای است. هم‌چنین کودکان به تدریج به‌عمد یا تصادفی بودن پرخاشگری دیگران پی می‌برند؛ برای مثال زمانی که کودکان باهم بازی، و به همدیگر برخورد می‌کنند و یکی می‌افتد، کودک درک می‌کند که این برخورد تصادفی بوده و یا اینکه دوستش به‌صورت عمدی او را هل داده است. دلایل عمده خشم کودکان در این دوره مانند دوره قبل، نزاع بر

سر اسباب‌بازی، نادیده گرفتن خواسته‌های دیگران و مورد حمله واقع شدن از سوی سایر کودکان است. کودکان خشم خود را به صورت شلوغ کردن، گریه کردن، فریاد زدن، پا به زمین کوبیدن، لگزدن، بالا و پایین پریدن یا اعتصاب کردن نشان می‌دهند. در بروز واکنش‌های عاطفی کودکان در این دوره، تفاوت‌های عمده‌ای با کودکان دوره قبل دیده می‌شود. واکنش‌های عاطفی کودک در دوره قبل بیشتر عملی و حرکتی بوده است، در حالی که در این دوره بیشتر زبانی و کلامی است. به‌طور کلی واکنش‌های عاطفی کودک در دوره قبل بیشتر مستقیم و آشکار بود و در این دوره بیشتر غیرمستقیم می‌شود. در این دوره اگر کودک خشمگین شود، ممکن است واکنش عاطفی خود را بیشتر به صورت کج خلقی و یا قهر نشان دهد و حتی ممکن است رفتاری کاملاً عادی از خود نشان دهد؛ ولی در دوره قبل کودک واکنش‌های عاطفی مستقیم‌تر و آشکارتری مانند گریه کردن را از خود نشان می‌دهد. (حسینی، ۱۳۹۳).

### انواع پرخاشگری

پرخاشگری ممکن است به صورت فردی یا گروهی باشد. در پرخاشگری فردی نوجوان یا جوان نسبت به هم سن و سال‌های خود پرخاشگری نشان می‌دهد؛ اما این پرخاشگری به صورت فردی و معمولاً به‌دوراز پنهان کاری است. در پرخاشگری جمعی، فرد سعی می‌کند با کسانی که هم‌جنس و هم‌فکر او هستند، به صورت متحد و گروهی اقدام به پرخاشگری کند و در صورت بروز دعوا و کتک کاری، به صورت جمعی و گروهی عمل می‌کنند. نوع دیگری از پرخاشگری، پرخاشگری رابطه‌ای است که موجب حذف اجتماعی و آزار سایرین می‌شود. پرخاشگری رابطه‌ای دارای همان الگوی رفتاری پرخاشگری جسمانی است که به آسیب و آزار دیگران از راه روابط می‌انجامد. این نوع پرخاشگری به روابط دوستانه آسیب می‌رساند و کنار گذاشته شدن فرد از گروه هم‌سالان را در پی دارد. کودک پرخاشگر با پخش شایعات و بدگویی یا وادار کردن سایرین به قطع رابطه دوستانه، موجب حذف یک فرد از گروه می‌شود که قربانی این نوع رفتار دچار مشکلات سازگاری روانی اجتماعی خواهد شد (کهندل و همکاران، ۱۳۹۴).

#### ۱- پرخاشگری خصمانه:

رفتاری است که به منظور صدمه و آزار رساندن به دیگری یا دیگران ابراز می‌شود؛ و هدف در آن صرفاً آزار رساندن است. مثلاً کودکی کودک دیگر را می‌زند و یا در مدارس دیده می‌شود که زنگ‌های تفریح، کودکان در حیاط مدرسه بعضاً به کتک کاری می‌پردازند.

#### ۲- پرخاشگری وسیله‌ای:

رفتاری است که فرد به وسیله آن خواستار به دست آوردن هدفی دیگر است و ابتدا قصد حمله به دیگران یا اذیت کردن آن‌ها را ندارد. البته در این میان ممکن است لطمه‌ای نیز به کسی وارد شود. مثلاً کودکی بزه‌کار کیف خانمی را می‌رباید تا به این وسیله مورد تشویق و تأیید گروه همسالان قرار گیرد. ممکن است پرخاشگری جنبه انتقام‌گیری نیز داشته باشد؛ یعنی کودکی که مورد اذیت و آزار قرار گرفته و نتوانسته خشم خود را ابراز کند، اکنون با پرخاشگری به کاهش اضطراب خود می‌پردازد. در اینجا پرخاشگری وسیله‌ای است که کودک با توسل به آن می‌خواهد به هدف خود یعنی کاهش اضطراب دست یابد.

جهت پرخاشگری ممکن است به یکی از این دو صورت باشد:

#### الف) پرخاشگری درونی

#### ب) پرخاشگری بیرونی

چنانچه جهت پرخاشگری به طرف درون باشد، کودک خشم را به درون خود می‌افکند و دچار خشم فروخورده می‌شود. پیامد چنین عملی می‌تواند افسردگی نیز باشد. کودکان افسرده درواقع از دست خودشان عصبانی هستند. خشم درونی عصبانیت و نارضایتی از خود را به وجود می‌آورد. خشم بیرونی؛ کودک ممکن است خشم خود را به صورت رفتارهایی از قبیل فریاد کشیدن، پا به زمین کوبیدن یا پرتاب کردن اشیاء بروز دهد. (ایوبی، ۱۴۰۰).

## علل خشونت و پرخاشگری در کودکان

### ۱- الگوپذیری کودکان از والدین:

یکی از دلایل بسیار مهم پرخاشگری در کودکان یادگیری است؛ یعنی کودکانی که الگوهای رفتاری پرخاشگرانه داشته‌اند، همانند الگوهای خود رفتار می‌کنند. چنانچه پدر یا مادری خلق و خویی عصبانی و پرخاشگر داشته باشند، مسلماً فرزندشان نیز پرخاشگر خواهد شد. این رفتار توسط کودک یاد گرفته می‌شود. از آنجاکه کودکان با والدین همانندسازی می‌کنند، بنابراین بسیاری از رفتارهای پدر و مادر ناخودآگاه توسط فرزندان فراگرفته می‌شود. توضیح این که فرایند همانندسازی کاملاً ناخودآگاه صورت می‌پذیرد. نکته دیگر این که حتماً لازم نیست والدین با خود کودک پرخاشگری کرده باشند؛ چنانچه او شاهد رفتارهای خشونت‌بار پدر و مادر با افراد دیگر نیز باشد، این گونه رفتار را فرامی‌گیرد؛ بنابراین کودکان از طریق مشاهده، رفتارهای والدین را می‌آموزند. براین نکته می‌توان تأکید کرد که کودکان با چشمان خود می‌آموزند؛ یعنی آنچه را مشاهده می‌کنند، یاد می‌گیرند؛ حتی اگر آن رفتار به‌طور مستقیم در مورد خود آن‌ها صورت نگیرد.

### ۲- کودکان ناکام پرخاشگر می‌شوند:

ناکامی یکی از مسائلی است که به پرخاشگری می‌انجامد. وقتی کودک به هدف خود دست نیابد و ناکام شود، یکی از رفتارهایی که از او سر می‌زند پرخاشگری است.

### ۳- اضطراب و پرخاشگری:

کودکان مضطرب نمی‌توانند کودکان آرامی باشند. آن‌ها رفتارهایی پرخاشگرانه از خود بروز می‌دهند؛ البته بلافاصله پشیمان می‌شوند و از والدین خود عذرخواهی می‌کنند. اگر از کودک مضطرب بپرسیم که چرا پرخاش می‌کند و عصبانی هستی؛ خواهد گفت نمی‌دانم؛ یا خواهد گفت دست خودم نیست.

### ۴- پرخاشگری، نشانه‌ای از تضادهای درونی:

گاهی کودکان در دوگانگی و تضادهای درونی قرار می‌گیرند. یا بهتر بگوییم، گاهی بر سر دوراهی‌هایی گیر می‌کنند و نمی‌دانند کدام راه را انتخاب کنند؛ و این حالت آن‌ها را دچار تعارض، اضطراب و خشم می‌کند. مثلاً کودکی که دوست دارد نزد مادرش در منزل بماند و از طرفی وقتی می‌بیند تمام کودکان به مدرسه می‌روند، همزمان تمایل به مدرسه رفتن نیز دارد، دچار دوگانگی می‌شود. به کودکان خود کمک کنیم که در دوراهی‌های زندگی، مدتی طولانی قرار نگیرند. آن‌ها بایستی به‌سرعت و با دقت درست‌ترین کار را انجام دهند.

### ۵- پرخاشگری و افسردگی:

پرخاشگری و کج خلقی در کودکان چنانچه با علامت‌های دیگر همراه باشد، می‌تواند نشانه‌ای از افسردگی باشد که در این صورت لازم است شرایط زندگی کودک تمام و کمال مورد بررسی قرار گیرد.

### ۶- پرخاشگری؛ بیماری‌ها مصرف دارو:

بعضی از بیماری‌ها به مصرف دارو نیاز دارد و ممکن است از عوارض جانبی داروها کج خلقی و رفتارهایی باشد که خشونت را برمی‌انگیزند.

### ۷- خشونت و مدرسه:

گاهی کودکان در مدرسه قربانی خشونت می‌شوند؛ و این قربانی شدن باعث می‌شود که خود آن‌ها نیز عامل خشونت شوند. عواملی که به خشونت در مدرسه می‌انجامد، عبارت‌اند از:

- وقتی کودکی توسط دانش آموزان دیگر مورد تمسخر قرار گیرد

- وقتی کودکی توسط دانش آموزان دیگر کتک بخورد و قادر به دفاع از خود نباشد.

- وقتی کودکی همیشه از مشاجرات فرار می‌کند و حتی در مواقعی به گریه متوسل می‌شود.

- وقتی کودکی مرتب اشیاء، وسایل و پول خود را گم می‌کند.

– وقتی کودک از لحاظ ظاهری (پارگی لباس و یا نامناسب بودن آن) مورد تمسخر قرار می‌گیرد.

– خجالتی بودن و سکوت مکرر در کلاس.

– افت تحصیلی، افسردگی و ناراحت بودن.

این عوامل کودک را قربانی خشونت دیگران می‌کند و خود کودک نیز عامل خشونت می‌شود و رفتارهای پرخاشگرانه از او سر خواهد زد (ایوبی، ۱۴۰۰).

### پرخاشگری و تفاوت‌های جنسیتی

پسرها پرخاشگرتر از دخترها هستند. این تفاوت در غالب فرهنگ‌ها و تقریباً در همه سنین و نیز در غالب حیوانات دیده می‌شود. پسرها بیش از دخترها پرخاشگری بدنی و لفظی دارند. از سال دوم زندگی این تفاوت‌ها آشکار می‌شود. بر اساس مطالعات مشاهده‌ای در مورد کودکان نوپای بین سنین ۱ تا ۲ سال تفاوت‌های جنسیتی از لحاظ تعداد پرخاشگری بعد از ۱۸ ماهگی ظاهر می‌شود و قبل از آن اثری از آن نیست. پسرها به‌خصوص وقتی که به آنان حمله می‌شود یا کسی مزاحم کارهایشان می‌شود تلافی می‌کنند. در یک مطالعه مشاهده‌ای در مورد کودکان پیش از مدرسه پسرها فقط اندکی بیش از دخترها مورد حمله قرار گرفتند، ولی دو برابر دخترها تلافی کردند. شاید این که پسر بچه بالقوه پرخاشگر است یا می‌تواند آن را بیاموزد علتی فیزیولوژیک داشته باشد. برای مثال پسران ۱ تا ۳ ساله در کلاس‌های پیش از دبستان از طرف بزرگسالان و همسالان بیش از دخترها به خاطر پرخاشگری مورد توجه قرار گرفتند. این توجه گاهی مثبت بود (لبخند زدن، ملحق شدن به بازی کودکان) و گاهی تا حدودی منفی (متوقف کردن کودک یا سر کودک را با چیزی گرم کردن). توجه نشان دادن به رفتار کودک، به هر نحوی که باشد، بیش از بی‌توجهی به آن باعث تشویق رفتار می‌شود. (ایوبی، ۱۴۰۰).

### نظریه‌های پرخاشگری

دیدگاه روان‌پویشی: فروید در ابتدا برای پرخاشگری به‌عنوان یک کشاننده مستقل هویت قائل نیست و آن را واکنشی به عدم لذت و نتیجه ناکامی و درد می‌داند؛ اما به‌طور خاص آن را به خواست‌های ((من)) وابسته دانسته است (دادستان، ۱۳۸۵). ولی آخرین دیدگاه وی درباره پرخاشگری این است که تغییر جهت غریزه خود تخریب‌گر مرگ به سمت دیگران، ریشه آن است. بدین معنا که غریزه مرگ که مقابل غریزه زندگی است، میل به خود تخریب‌گری دارد اما از طریق مکانیسم جابجایی نیروی خود را به سمت بیرون معطوف می‌سازد تا مینای پرخاشگری بر ضد دیگران باشد؛ اما هر یک از نظریه‌پردازان دیگر این دیدگاه شاید نگاهی متفاوت از فروید به این مسئله داشته باشند. به‌عنوان مثال اریک فرام بدین نتیجه رسید که باید عواملی را که در فراسوی عوامل فردی هستند بررسی کرد و تأثیر عوامل اجتماعی، اقتصادی و سیاسی را در تسریع و تشدید پرخاشگری و خشونت در نظر گرفت.

دیدگاه رفتارشناسی طبیعی: این دیدگاه که سعی در شناخت رفتار انسان از طریق مطالعه رفتار حیوان در چارچوب طبیعی زندگی آن‌ها و مقایسه رفتار آن‌ها باهم دارد به سردمداری لورنز، بر اساس مشاهده و تجربه‌های حیوانی به این نتیجه رسید که پرخاشگری به‌طور مستقیم از یک غریزه جنگجویی فطری ناشی می‌شود. در ادامه توضیح این دیدگاه عنوان می‌کند که رفتار شناسان طبیعی بر این اعتقادند که درک پرخاشگری انسانی مستلزم بررسی پرخاشگری حیوانی است زیرا انسان‌ها بخشی از زندگی حیوانی هستند و احتمالاً از اغلب اصول حاکم بر آن که داروین برجسته کرده است، تبعیت می‌کنند. کنراد لورنز بیان داشت که انرژی این غریزه مشترک بین انسان و دیگر ارگانیسم‌ها، کم‌وبیش به‌طور ثابت و خودبه‌خود تولید می‌شود و احتمال پرخاشگری تابع میزان انرژی ذخیره‌شده، وجود محرک‌های آزادکننده پرخاش و قدرت این محرک‌هاست.

دیدگاه رفتارنگر: رفتارگراها پرخاشگری را از طریق شرطی شدن کشر ابزار و سرمشق‌گیری تبیین می‌کنند. از دیدگاه محیطی، پرخاشگری رفتاری آموخته‌شده است. اگر کودکی از راه توسل به رفتارهای پرخاشگرانه به هدفش برسد می‌آموزد که از چنین رفتارهایی در آینده نیز برای دستیابی به خواسته‌هایش استفاده کند.

دیدگاه زیستی: از این دیدگاه نظام عصبی و دستگاه غدد درون ریز به عنوان زیربنای فیزیولوژیک رفتار پرخاشگرانه شناخته شده است. دیدگاه زیستی، پرخاشگری انسان را که مانند هر فعالیت هماهنگ شده دیگری به ویژگی‌های ساختاری مغز و عضلات وابسته است، ناشی از تأثیر سیستم‌های عصبی شیمیایی فطری می‌داند، و بر شباهت انسان‌ها و دیگر انواع حیوانات بیش از تفاوت آن‌ها تأکید می‌کند، از این دیدگاه به نقش انتقال دهنده‌های عصبی، داروها و مواد مورد سوءاستفاده اشاره کرده عنوان می‌کنند که پرخاشگری را در حیوانات به مواد مختلفی چون تستوسترون، پروژسترون، هورمون سازنده جسم زرد، رنین، بتا اندورفین، پرولاکتین، ملاتونین، نوراپی نفرین، استیل کولین، سروتونین، هیدروکسی ایندول استیک اسید (HIAA) و فیل استیک اسید ربط داده اند. در مورد داروها و موارد سوءاستفاده به نظر می‌رسد پرخاشگری با اندک الکل مهار و با مقادیر زیاد آن تسهیل می‌شود. اثرات باربیتورات‌ها شبیه اثرات الکل است. اضطراب زداها در مجموع پرخاشگری را مهار می‌کنند یعنی می‌توان نتیجه گرفت که اضطراب می‌تواند سبب پرخاشگری شود. وابستگی به مواد شبه افیونی و نیز مصرف محرک‌ها، کوکائین، توم‌زها با افزایش پرخاشگری همراه است (بابایی حسن سرا، ۱۳۹۷).

### درمان پرخاشگری

برای کنترل پرخاشگری باید ریشه و علت آن را کشف کرد. حرف زدن با شخصی دیگر درباره‌ی احساساتی که منجر به پرخاش می‌شود، برای درمان این حالت مفید خواهد بود. گاهی اوقات هم با تغییر حرفه یا سبک زندگی می‌توان از احساسات پرخاشگری دور شد. استراتژی‌هایی برای درمان حالات منفی این مشکل وجود دارد. برای نمونه، می‌توان شیوه‌ی برقراری ارتباطات صادقانه و صریح را یاد گرفت تا از پرخاش و تهاجم در برقراری ارتباط دور شوید. پزشکان معمولاً برای رفع پرخاش و تهاجم در افراد، جلسات روان‌درمانی را توصیه می‌کنند؛ مثلاً رفتاردرمانی شناختی (CBT) به شما در کنترل رفتارهایتان کمک می‌کنند. به یاری این روش، نوعی مکانیزم برای کنار آمدن با شرایط مختلف آموزش داده می‌شود. درواقع، عواقب کارهای هر فرد به او گوشزد خواهد شد. گفت‌وگو درمانی هم روش دیگری است که به درک ریشه پرخاشگری می‌انجامد و به رفع احساسات منفی نیز کمک شایانی می‌کند. در برخی از موارد هم پزشک برای رفع مشکل، دارو تجویز می‌کند؛ مثلاً داروهای (AEDs) نظیر فنی‌توئین، کار با مازپین و... اگر فردی دچار آلزایمر، اسکیزوفرنی یا اختلال دوقطبی باشد هم از داروهای تثبیت کننده خلق استفاده خواهد شد. تجویز مکمل‌های اسیدهای چرب امگا ۳ نیز رایج است. بنا به علت و ریشه‌ی پرخاشگری، درمان‌های متنوعی وجود دارد که باید درباره‌ی آن‌ها با پزشک صحبت کرد (شه‌دوست، ۱۳۹۷).

### نتیجه‌گیری

خشم نوعی رفتار آسیب‌رسان است که ممکن است به حالت‌های گوناگونی انجام گردیده و حتی آسیب‌های روانی نظیر تحقیر، توهین و فحاشی را نیز به همراه داشته باشد. پاسخ ناکامی، پرخاشگری است و پرخاشگری می‌تواند ناکامی‌های فشرده را رها سازد و نوعی تخلیه روانی و تسکین موقتی برای فرد را فراهم آورد. منشأ پرخاشگری خصمانه، وسیله‌ای و یا انتقام‌گیری است و جهت‌گیری آن ممکن است درونی یا بیرونی باشد. قدیمی‌ترین تبیین علت پرخاشگری انسان، به طبیعت ذاتی انسان برای پرخاشگری و غریزه مرگ که به اعمال پرخاشگرانه منجر می‌شود، اشاره دارد اما دیدگاه‌های جدید، بیان می‌کند که پرخاشگری در انسان اگر هم ذاتی باشد قویاً تحت تأثیر عوامل اجتماعی قرار می‌گیرد و معتقدند که بروز رفتار پرخاشگرانه در یک موقعیت خاص به عوامل مختلفی نظیر تجربه‌های گذشته، پاداش‌هایی که در زمان گذشته و یا حال نصیب او می‌شود و ارزش‌ها و نگرش‌هایی که اندیشه مربوط به مناسب بودن و اثرات بالقوه چنین رفتاری را در این شخص شکل می‌دهند، تأثیر می‌پذیرد. از دیگر عوامل مؤثر در بروز رفتارهای پرخاشگرانه می‌توان به عوامل عصب‌شناختی، اجتماعی، عوامل فرهنگی، عوامل شخصی، عوامل موقعیتی و اقتصادی اشاره نمود. پرخاشگری می‌تواند از دیدگاهی هم سازنده و هم مخرب باشد و برای کنترل پرخاشگری می‌توان از تنبیه، مداخله‌های شناختی، آموزش مهارت‌های اجتماعی و آموزش جرأت‌ورزی بهره گرفت.

## منابع

- آزاد، حسین (۱۳۸۴). آسیب شناسی روانی. تهران: بعثت.
- ایوبی، یاشار (۱۴۰۰). علل پرخاشگری، بد دهنی و عصبانیت در کودکان و راههای کنترل آن.
- بابایی حسن سرا، محدثه؛ قلندری، محمد مهدی (۱۳۹۷). تأثیر قصه گویی بر گرایش منفی نسبت به والدین و پرخاشگری کودکان. رویش روان شناسی، ۷(۳)، ۵۳-۷۸.
- سادات حسینی، زهرا (۱۳۹۳). بررسی علل پرخاشگری در کودکان. مجله مطالعات قرآنی نامه جامعه. ۱۰۹.
- شهدوست، نیلوفر (۱۳۹۷). پرخاشگری چیست؛ علت پرخاشگری و نحوه درمان آن، مجله چطور.
- طهماسبی، سیامک و ناصری، شیما (۱۳۹۹). چیستی و چرایی پرخاشگری کودکان. دفتر انتشارات و فناوری آموزشی وزارت آموزش و پرورش.
- کهندل، جواد؛ مصطفی لو، فاطمه و مصطفی لو، حمیده (۱۳۹۴). نقش آفرینی معلمان ورزش در کنترل و پیشگیری از خشونت و پرخاشگری در بین دانش آموزان مقطع ابتدایی.
- همایش ملی علوم ورزشی نوین، ورزش حرفه ای و ارتقا تندرستی.
- نوربخش، علیرضا (۱۴۰۰). نظریه های پرخاشگری. دانشنامه روانشناسی مردمی.