

أسباب الغضب عند الأطفال

يعتبر الغضب عند الأطفال من أهم وأبرز المشكلات التي تواجه الوالدين طوال فترة التربية ، لذا فالיום سنعرض لكم أسباب الغضب عند الأطفال وطرق العلاج الفعالة .

أسباب الغضب عند الأطفال:

- العند الفطري: وهي مرحلة تبدأ من سن ثلاث سنوات حتى سن خمس سنوات تقريباً ، يبدأ فيها الطفل العمل على إبراز هويته وشخصيته المستقلة فتجده يرفض معظم الأشياء ومعظم تعليمات الوالدين ولا يقبل أداء أي مهمة أو الامتناع عن فعل أي شئ بسهولة.
- الغيرة: تعد الغيرة من أهم أسباب الغضب عند الأطفال ، الغيرة من الأصدقاء والأقران ، وأبرز أشكال الغيرة هي الغيرة من الإخوة الأصغر سناً ، فإذا لاحظت الطفل أن الاهتمام لم يعد منصباً عليه موجهاً إليه ، يبدأ لديه الشعور بالغيرة والتي بدورها تظهر في صورة موجات من الغضب .
- اللعاب القديو والإفراط في مشاهدة الشاشات: أصبح من الواضح جداً تأثير الشاشات السلبي على الأطفال ، وهو موضوع نال الكثير من البحث والدراسات التي يصعب سردها في سطور قلائل لأهميتها لذلك ستجده في هذا الرابط <https://> إن أردت الرجوع إليه .
- التنمر: قد يعاني بعض الأطفال من التنمر من أقرانهم وأصدقائهم في المدرسة والمنزهات مما يزيد من نوبات الغضب لديهم بشكل ملحوظ .
- مشاكل الآباء وطريقة التعامل: قد تكون مشكلة الطفل الأساسية هي أن والديه يوجهون إليه اللوم والصراخ بشكل متكرر ، حتى أنهم فيما بينهم يتعاملون بغضب وحده .
- الجينات والتكوين النفسي والدماعي: أظهرت معظم الدراسات عن أن الغضب عند الأطفال قد يكون مرتبط بتكوين الطفل جينياً ومدى استعدادة النفسي والدماعي للتعامل مع العوائق والمشكلات ، لذلك فإن هذه النقطة توضح وجود فروق فردية أيضاً عند الأطفال.

العلاج :

فيما يلي نوضح باختصار أهم طرق علاج الغضب عند الأطفال:

- التدريب النفسي للأهل في التعامل السوي مع أطفالهم .
- التخلي عن الشاشات والألعاب الإلكترونية قدر الإمكان .
- مساعدة الطفل على تكوين شخصيته وتفهم متطلبات كل مرحلة .
- تمكين الطفل من القدرة على التعامل مع التنمر .
- تدريب الطفل على السيطرة على مشاعره عند الغضب .
- إحتواء الطفل وعدم التفريق بينه وبين الآخرين لمعالجة الشعور بالغيرة .

في نهاية هذا المقال نسأل الله العظيم أن يحفظ أبنائنا جميعاً و أن نكون قدما قدر من الإفادة .