



به نام خدا

## CHILD ABUSE

### سوء رفتار با کودکان ( کودک آزاری )

#### اهداف آموزشی

انتظار می رود که فرد پس از گذراندن این دوره بتواند:

۱. مفهوم سوء رفتار در خانواده را بیان کند.
۲. سوء رفتار نسبت به کودکان را تعریف نماید
۳. انواع سوء رفتار نسبت به کودکان را نام برده و نشانه های آنان را شرح دهد
۴. راههای تشخیص انواع سوء رفتار نسبت به کودکان را توضیح دهد
۵. علل و عوامل مؤثر در بروز سوء رفتار نسبت به کودکان را تشریح نماید.
۶. نتایج فردی و اجتماعی اعمال خشونت در خانواده را توضیح دهد.
۷. نقش پرسنل بهداشتی درمانی در موارد سوء رفتار نسبت به کودکان را توضیح دهد

۸. با طرق مختلف پیشگیری از پدیده کودک آزاری در جامعه آشنا شده و آنها را برشمارد.

## مقدمه:

انتظار می‌رود که بزرگسالان به بچه‌ها کمک کرده و همواره آنها را تشویق نمایند؛ درست است؟ آنها باید به بچه‌ها کمک کنند تا کارهای مختلف از جمله طرز برخورد صحیح با دیگران را آموزش ببینند، و نقاط مثبتشان را نیز تقویت نمایند. اما تمام افراد بزرگسال، نسبت به کودکان برخورد مناسبی از خود نشان نمی‌دهند. برخی از آنها به جای کمک کردن به بچه‌ها، آنها را مورد آزار و اذیت قرار می‌دهند.

مسئله سوء رفتار کودکان یک مسئله قدیمی است. در گذشته به طور آشکار از وظیفه کودکان قبل از حقوق آنان صحبت می‌شد کودکان وظیفه داشتند یاد بگیرند به جای آن که حق آنان باشد که آموزش ببینند، کودکان تنبیه و مجازات می‌شدند چرا که بر این باور بودند که تنبیهات شدید بدنی برای تربیت کودکان، یادگیری درس و یا خروج شیطان از وجود آنان لازم است.

ضربه زدن، کشیدن توأم با زور و فشار، داد و فریادهای پی در پی، همه و همه می‌توانند به عنوان نمونه‌های مختلف آسیب به شمار روند و متأسفانه برخی از کودکان همه روزه با چنین صحنه‌های دردناکی مواجه هستند. تجاوز به حقوق کودکان، احساسات آنها را جریحه دار می‌سازد و موجب ایجاد رعب و وحشت در آنها می‌شود.

کودک آزاری یک مشکل جهانی است و به اشکال مختلف رخ می‌دهد که عمیقاً ریشه در فرهنگ، عملکرد اقتصادی و اجتماعی دارد. کودک آزاری رفتاری است که باعث آزار جسمی، ذهنی، عاطفی یا جنسی کودک می‌شود که در اثر این اعمال، سلامتی و آسایش و تحصیل کودک آسیب می‌بیند.

گاهی اوقات غریبه‌ها از کودکان سوء استفاده می‌کنند. اما در اغلب موارد، قربانیان به طور کامل با آزاردهندگان خود آشنا هستند. فرد متجاوز می‌تواند هر کسی باشد، حتی یکی از والدین، مادرخوانده یا پدرخوانده، یا یکی از بستگان دیگر، مثل: دایی، عمو و یا پسرخاله. این فرد هم می‌تواند زن باشد و هم مرد، بزرگسال باشد یا کم سن و سال، شاید کودک او را به طور کامل بشناسد و یا اصلاً هیچ‌گونه آشنایی با او نداشته باشد. گاهی اوقات معلمین، مربی‌ها، و یا حتی پرستارهای کودک نیز می‌توانند از بچه‌ها سوء استفاده کنند.

کودکانی که مورد آزار قرار می‌گیرند، احساس ترس، وحشت، بی‌ارزشی، و نگرانی می‌کنند و نمی‌توانند به درستی بخوابند، درس بخوانند و یا بازی کنند؛

اما چطور می‌توان تشخیص داد که کودکی مورد آزار و اذیت قرار گرفته؟ پس از تشخیص چه اقدامی می‌توان انجام داد؟

## آشنایی با کودک آزاری:

تعریف سوء رفتار با کودکان (کودک آزاری):

هرگونه عملی که با قصد یا بدون قصد به وسیله افراد بزرگسال، اجتماع یا کشور انجام گیرد و اثر منفی بر سلامت کودک، رشد فیزیکی یا رشد روانی او داشته باشد سوء رفتار نامیده می‌شود.

کودک آزاری<sup>۱</sup> به‌عنوان یک مساله مهم بهداشتی و اجتماعی در سراسر جهان شناخته شده است. برخورداری از یک زندگی سالم و بدون خشونت حق هر کودکی است، با این وجود، هر ساله میلیون‌ها کودک در سراسر جهان مورد آزار جسمی، جنسی و عاطفی قرار می‌گیرند. کودک آزاری شامل هرگونه آسیب جسمی، روانی، جنسی، غفلت و بهره‌کشی از فرد زیر ۱۸ سال توسط والدین و یا سایر افراد است که به صورت بالقوه باعث آسیب بر رشد، سلامت و بقاء کودک می‌شود (سازمان بهداشت جهانی). در یک تعریف کودک آزاری چنین آمده است: هرگونه آسیب جسمانی یا روانی، سوءاستفاده جنسی و رفتارهای اهمال‌گرانه یا خشونت‌آمیز با کودک توسط فردی که مسئولیت آسایش و رفاه او را بر عهده دارد، طوری که سلامت و آسایش کودک آسیب‌دیده به خطر می‌افتد. سایر محققین کودک آزاری را به‌عنوان هرگونه اعمال خشونت‌آمیز جسمی، روانی و غفلت نسبت به کودکان معرفی کرده‌اند.

تحقیقات نشان داده‌اند که سوءرفتار با کودک یک مشکل جهانی است که هم در کشورهای پیشرفته و هم در کشورهای در حال توسعه مشاهده می‌شود. وزارت بهداشت امریکا اعلام کرد که دو و نیم میلیون مورد کودک آزاری در سال ۲۰۰۹ میلادی گزارش شده که شامل ۳،۷۰۰،۰۰۰ کودک بوده است. بررسی مطالعات در سراسر جهان نشان می‌دهد میزان شیوع کودک آزاری در کشورهای مختلف در طیف گسترده‌ای گزارش شده است. لذا ضرورت پایش کودکان، تدوین قوانین حمایت از کودکان و طرح و اجرای برنامه‌های آموزشی پیشگیری می‌تواند در کاهش کودک آزاری مفید باشد.

---

<sup>۱</sup> Child abuse

بدرفتاری با کودک یک مشکل اجتماعی است که می‌تواند به طور موفقیت آمیزی درمان شود، به راحتی قابل پیشگیری است و علائم آن برطرف می‌گردد. اما ابتدا، بیشتر مردم باید آن را بشناسند و مراقب باشند.

بدرفتاری و بی توجهی مکرر نسبت به کودک توسط والدین یا سایر افرادی که وظیفه مراقبت از کودک را برعهده دارند، منجر به آسیب جسمی یا آزار و اذیت روانی کودک می‌گردد.

محیط اجتماعی بر کیفیت زندگی تاثیر می‌گذارد و بعضی شرایط موجب بروز بیماری‌های روانی و جسمانی در کودکان می‌شود.

وقوع پدیده کودک آزاری متاثر از عوامل تعیین کننده فقر قابلیتی مانند درآمد خانوار، نوع منزل مسکونی، منطقه محل سکونت و کار کودکان است.

خشونت در برابر کودکان، در نگاه اول پدیده‌ای فردی به نظر می‌رسد؛ اما با توجه به پیامدهای انحرافی همچون سوءمصرف مواد و الکل، فحشا، فرار از خانه، رفتارهای بزهکارانه و جرائم جنسی، همراهی خشونت در قبال کودکان و همسرآزاری و بالا بردن تحمل روابط خشونت آمیز در زندگی زناشویی، پدیده‌ای اجتماعی و چندوجهی است.

سوء رفتار با کودک از مشکلات عمده بهداشتی و درمانی است که با توجه به اثرات همه جانبه آن در دراز مدت نیازمند توجه جدی است. آگاهی و اطلاعات پرسنل بهداشتی درمانی و پزشکان در زمینه عوامل خطر و علائم تشخیصی و اثرات سوء رفتار با کودکان بسیارحائز اهمیت است.

## انواع سوء رفتار با کودکان:

آزاردیدگی به طور کلی چهار شکل به خود می‌گیرد که عبارتند از: غفلت (neglect)، آزار عاطفی (emotional abuse)، آزار جسمانی (physical abuse) و آزار جنسی (sexual abuse)

آزار به عنوان "ارتکاب" یک عمل وغفلت به عنوان "حذف" یک عمل می‌باشد.



## سوءاستفاده ( آزار ) جسمی ( Physical Abuse )

وارد آوردن ضربه های شدید با دست و یا با شیئی مانند کمر بند به ویژه هنگامی که کبودی، خون مردگی و یا جراحت نیز بر روی بدن ایجاد شود، جزء نمونه های بارز آزار و اذیت فیزیکی است. تکان دادن، هل دادن، سیلی زدن و لگد زدن را نیز می توان در این دسته طبقه بندی کرد. گاهی اوقات چنین آزار و اذیت هایی می توانند برای روزها، ماهها، و حتی سالها نیز به طول انجامند. فردی که مورد آزار و اذیت قرار می گیرد معمولاً این مطلب را با دیگران در میان نمی گذارد به ویژه اگر فرد آزار دهنده او را از انجام چنین کاری منع کرده باشد؛ باید توجه داشت شخصی که متحمل چنین سوء استفاده هایی می شود شدیداً نیازمند کمک می باشد.

آزار فیزیکی یا جسمی شامل اعمال تجاوز کارانه مانند صدمه زدن، سوزاندن کودک، کشتن کودک، کار کشیدن از کودکان (مسئله کارگران خردسال) آزار جسمانی شامل آسیب هایی نظیر ضربه، سوختگی، ضربه به سر، شکستگی، آسیب های داخلی، زخم و سایر اشکال آسیب جسمانی است که حداقل به مدت ۴۸ ساعت دوام داشته باشد.

بنابراین با طبقه بندی علایم آزار جسمانی می توان تا حد زیادی به شناخت به موقع این پدیده کمک کرد:

### ۱- علایم جسمی

- سوختگی
- کوفتگی
- شکستگی ها

- صدمات شکمی
- صدمات وارد ه به سر



## ۲-علایم رفتاری

- غمگین و خشمگین شدن
- مشکل در برقراری ارتباط
- تاخیر در رشد و تکامل کودک
- اضطراب افراطی یا بی تفاوتی
- منفی گرائی
- تلاش دائمی برای جلب توجه، دریافت احسان، غذا و .....



## سوء استفاده ( آزار ) جنسی (sexual abuse)

همه ما به هر حال طعم ناز و نوازش معقول و متعارف را چشیده‌ایم. بغل شدن توسط مادر و یا پدر، جمع شدن در بغل مادر بزرگ برای شنیدن یک داستان شیرین، و یا در آغوش گرفتن عروسک در رختخواب همه به عنوان نمونه‌هایی از لمس شدن موجه هستند. اما اگر لمس کردن از حوزه اصلی خود خارج شده و احساس نامساعد و مغشوشی را در فرد ایجاد کند، می‌توان بر روی آن نام سوء استفاده جنسی گذاشت، به ویژه زمانی که کودک از طرف مقابل درخواست توقف این کار را کرده باشد ولی او هیچ توجهی به کودک نکرده باشد.

بدن افراد کاملاً شخصی بوده و متعلق به خودشان می‌باشد. این قضیه به ویژه برای اندامی که با لباس زیر پوشانده می‌شوند از اهمیت بیشتری برخوردار می‌باشد: سینه، باسن و واژن برای دخترها و باسن و قضیب برای پسرها. اگر یک فرد بالغ یا بچه بزرگتری، اندام خصوصی کودکی را لمس کند و یا از او بخواهد تا اندام خصوصی او را لمس کند، در چنین حالت سوء استفاده جنسی رخ می‌دهد.

آزار جنسی به عنوان خشونت جنسی علیه کودک در نظر گرفته می‌شود که می‌تواند شامل هر تعامل یا تماسی بین کودک و بزرگسال باشد که در آن کودک برای ارضای بزرگسال مورد استفاده قرار می‌گیرد. آزار جنسی وادار نمودن کودک به انجام عملی است که متناسب با سن وی نبوده و کودک از درک آن عاجز است. زمانی که آزارگر جنسی بیش از ۵ سال از قربانی بزرگتر باشد، این عمل آزار جنسی در نظر گرفته می‌شود.

### طبقه بندی آزار جنسی:





۱-تماسی: تجاوز کردن و عشق ورزی به کودک

۲- غیرتماسی: عورت نمایی، استفاده از نوشته‌ها یا تصاویری که باعث افزایش میل جنسی می‌شود.

نمایش عمدی اعضای جنسی بزرگسالان یا فعالیت جنسی آنها به کودکان

✓ علایم جسمی: همانند سایر تجاوزات است.

✓ علایم رفتاری کودک:

- ارتباط ضعیفی با همسالان نشان می‌دهد
- مضطرب و ترسیده است
- احساس شرمندگی و گناه را بیان می‌کند
- شخصیت متغیر دارد
- یک ارتباط مثبت را نسبت به متجاوز نشان می‌دهد
- رفتار جنسی غیر عادی
- دچار بی‌اختیاری ادرار و مدفوع
- افزایش اضطراب
- افسردگی یا بی‌احساسی
- عقب افتادگی رشد و تکامل
- علایم جسمی:



- تاخیر در رشد جسمانی
- تاخیر رشد به دلیل کمبود محبت و ارتباط عاطفی

## آزار عاطفی (emotional abuse)

آزار عاطفی شامل تهدیدهای فراوان کلامی، تمسخر، عقاید خوارکننده، سپر بلا نمودن کودک، خودداری از فراهم نمودن غذا، سرپناه و سایر ضرورت‌های زندگی به صورت عمدی و بهره‌کشی اقتصادی از کودک از کودک است. همچنین آزار عاطفی به پنج نوع تقسیم‌بندی می‌شود که عبارت‌اند از طرد، منزوی نمودن، ترساندن، نادیده گرفتن و فاسد نمودن کودک شامل تقویت پرخاشگری، رفتارهای جنسی، مصرف مواد یا رفتار جنایی به وسیله کودک می‌باشد. غفلت عاطفی شامل عدم تامین عاطفی، قرار دادن کودک در معرض آزار همسر، اجازه مصرف مواد و الکل به کودک



دادن یا عدم مراقبت روان‌شناختی از کودک می‌شود.

اگر کسی تمام مدت فریاد بکشد، کلمات تهدید آمیز به زبان بیاورد، کودک را با نام های پست مورد خطاب قرار دهد، کلیه این امور به عنوان آزار و اذیت شفاهی و احساسی حساب می‌شوند. تمام کودکان نیاز دارند تا همواره در تمام مراحل رشد خود، بزرگسالانی را در کنارشان داشته باشند که آنها را دوست بدارد و حمایتشان کند. اگر چنین نیاز اساسی در کودکان برآورده نشود و بیش از اندازه مورد انتقاد و آزار و اذیت لفظی قرار بگیرند، این امر می‌تواند بر روی درک کودک تاثیر منفی بگذارد و سبب شود تا او احساس بدی نسبت به خودش پیدا کند.

آزار شفاهی مانند تحقیر کردن یا توهین کردن به کودک، بد رفتاری کلامی و عاطفی مانند تمسخر در جمع ، تحقیر، دشنام و ناسزا

- عدم موثر بودن والدین از نظر روانی

- حبس کردن کودک در یک فضای بسته
- امتناع یا تاخیر در مراقبت‌های روانی کودک
- نظم و انضباط بیش از اندازه غیرفیزیکی

نتایج خشونت روانی برخلاف سوء رفتار جسمی از نظر جسمانی قابل رویت نیست، و به همین دلیل بررسی آن مشکل‌تر است.



## غفلت ( neglect )

غفلت به معنای عدم کفایت والدین در برآوردن نیازهای اساسی کودک می‌باشد. غفلت ( فیزیکی) جسمانی شامل نبود مراقبت بهداشتی، رها کردن، نظارت ناکافی، تغذیه نامناسب، پوشاک و بهداشت نامناسب و غیره است.

این نوع بی‌توجهی زمانی به وقوع می‌پیوندد که کودکان در خانه‌ای زندگی کنند که در آن بزرگسالان هیچ توجهی به تأمین وسایل ضروری و مورد نیاز او مانند: غذا، لباس‌های تمیز و مرتب، و جایی مناسب برای خواب، از خود نشان ندهند. زمانیکه والدین و یا سرپرست نسبت به کودک بی‌توجهی می‌کنند، ممکن است که کودک هیچ‌گاه حمام نکند، زیر یک پتوی گرم نخوابد، و در زمان مقرر مورد معاینه پزشکی قرار نگیرد.

- ترک کردن و رها کردن کودکان

- بی‌توجهی به مراقبت‌های بهداشتی مورد نیاز کودک به نحوی که باعث ایجاد بیماری و صدمات در وی شود.

- نارسایی در رشد به علل روانی - اجتماعی

- اجازه دادن یا چشم‌پوشی کردن از رفتارهای ناپه‌نجانار کودک مانند جرایم، سواستفاده‌های دارویی و فحشاء

غفلت‌های آموزشی

عدم توجه به نیازهای آموزشی ویژه کودک غفلت آموزشی شامل دادن اجازه گریز از مدرسه به صورت مداوم و عدم نام نویسی در مدرسه است.

قصور و غفلت برای ثبت نام کردن در مدرسه

قصور و غفلت در پاسخ به گریزهای مکرر کودک از مدرسه

## علل سوء رفتار

آزار و اذیت در بسیاری از خانواده‌ها پنهان داشته می‌شود. کودک آزاری اغلب در خانواده‌هایی اتفاق می‌افتد که از نظر اجتماعی بسیار منزوی بوده، دوستی نداشته و با دیگران نیز ارتباطی ندارند.

والدینی که در دوران کودکی مورد آزار و اذیت قرار گرفته‌اند بیشتر امکان دارد کودکان خود را مورد آزار قرار دهند. استفاده از مخدرات و دارو می‌تواند شمار کودک آزاری را افزایش دهد. والدینی که بیش از حد انتقاد می‌کنند، در روش‌های تربیتی و رعایت نظم بسیار خشن هستند، آنهایی که برای کودکانشان خیلی کم یا زیاد ابراز نگرانی می‌کنند و یا استرس بسیار زیادی دارند ممکن است در شمار والدین کودک آزار نیز قرار داشته باشند.

والدین کودک آزار اغلب قصد صدمه زدن به کودکان خود را ندارند. معمولاً آنها در هنگام عصبانیت کودکان خود را مورد ضرب و شتم قرار می‌دهند. اینچنین والدینی نیاز به کمک حرفه‌ای روان‌شناسی دارند.

تنبیه کودک راهی است که والدین در برابر عدم توانایی درس‌گزاری با فشارهای زندگی ابراز می‌کنند. علل سوء رفتار و غفلت پیچیده و متغیر است.

اگر چه از جهاتی در همه گونه خانواده ممکن است گزارش شود ولی بروز آن از علایم خانواده‌های ناپه‌نجا است.

به عبارتی در یک تقسیم بندی کلی می‌توان علل ایجاد این پدیده را به صورت زیر بیان نمود:

۱. استرس دنیای مدرن

۲. عدم توانایی خانواده درس‌گزاری با استرس

۳. مسائل اقتصادی مثل فقر

۴. مسائل مربوط به ازدواج و شغل

۵. اعمال خشونت در خانواده در ارتباط با عواملی مانند سطح درآمد، میزان سواد و ...

۶. عدم ارتباط خانواده با خویشاوندان و همسایه‌ها، سازمان‌ها و نهادهای حمایت‌کننده‌ی خانواده

۷. ناآگاهی و بی‌سوادی، تفاوت‌های فرهنگی، بیماری‌های روحی و روانی و شهرنشینی

**بطور کلی: علل به وجود آمدن سوءرفتار در مشخصات کودک، مشخصات والدین و مشخصات محیط نهفته است.**

## مشخصه های موثر در به وجود آمدن سوءرفتار با کودکان

عوامل متعددی در بروز کودک آزاری نقش دارد، بخشی از این عوامل را فاکتورهای محیطی و خانوادگی (سواد والدین، تعداد خانوار، وضعیت روانی والدین، مشکلات اقتصادی، درگیری‌های خانوادگی، قوانین مربوط به حقوق کودک در جامعه و نگرش‌های مربوط به تعلیم و تربیت) شکل داده و بخشی نیز به خود کودک (مسایل جسمی و روانی آن‌ها) مربوط می‌شود. وجود بیماری روانی یا جسمی مزمن، اعتیاد یا سابقه کودک آزاری جسمانی در گذشته والدین، همچنین شلوغ بودن خانواده، وضعیت اقتصادی-اجتماعی پایین و وجود تاریخچه خشونت و کودک آزاری در اعضای خانواده، از جمله عوامل ترغیب‌کننده کودک آزاری جسمانی به شمار می‌روند. نارس بودن، ناخواسته بودن، معلولیت و بیش‌فعالی کودک، از عوامل دیگری هستند که می‌توانند در بروز کودک آزاری نقش بسزایی داشته باشند. تک‌والدی بودن، سابقه جدایی و طلاق والدین، از دست دادن شغل یا مرگ یکی از اعضای خانواده نیز از دیگر عوامل موثر در کودک آزاری می‌باشد. طبق مدل تحولی-اکولوژیکی به منظور فهم پیش‌بینی عوامل موثر بر سوءرفتار با کودک دامنه‌ای از عوامل باید در نظر گرفته شود، این عوامل شامل موارد زیر می‌باشد.

### ۱. مشخصات والدین:

مشخصات این گونه والدین:

۱. این گونه والدین خود در دوران طفولیت مورد سوء رفتار و شکنجه قرار گرفته‌اند.

۲. بسیاری از آنان احساس کرده‌اند که در خانواده ناخواسته هستند.
۳. احساس عمیق عدم کفایت کرده و دارای اعتماد به نفس پایینی هستند.
۴. عواطف و احساسات خود را نمی‌توانند کنترل کنند و روابط دوستانه را بسیار مشکل برقرار می‌کنند.
۵. جهت برقراری ارتباط مدل و الگوی مثبتی ندارند.
۶. والدین کم سن و سال
۷. در دوران کودکی مورد سوءرفتار و شکنجه قرار گرفته‌اند
۸. اعتماد به نفس پائین
۹. عدم کنترل احساسات
۱۰. میانگین سن مادر ۲۶ سال و میانگین سن پدر ۳۰ سال
۱۱. طلاق و .....

## ۲. مشخصات کودک:

عوامل خطر مرتبط با کودک: تحقیقات نشان داده‌اند که آزار فیزیکی با سن، جنس، سلامتی جسمی و رفتارهای مخرب کودک ارتباط دارد. به طوری که آزار فیزیکی در سنین ۳-۸ سال شایع‌تر از سایر سنین می‌باشد. آزار جنسی در دختران شایع‌تر است. کودکانی که مشکلات جسمی دارند یا رفتارهای مخرب نشان می‌دهند بیشتر تحت کودک آزاری قرار می‌گیرند.

مشخصات این گونه کودکان.

۱. خلق کودک: مانند کودکی که زیاد گریه می‌کند
۲. موقعیت کودک: فرزند چندم خانواده بودن
۳. نیازهای فیزیکی: مانند داشتن بیماری
۴. سن کودک: معمولاً کودکان ۱ تا ۳ سال به علت نیازهای فیزیکی بیشتر در معرض خطر قرار دارند
۵. عوامل دیگر: بارداری سخت و زایمان مشکل، ناخواسته بودن کودک و شبیه بودن کودک به کسیکه والدین از وی بدشان می‌آید و .....

### ۳. مشخصات محیطی و اجتماعی و جمعیت شناختی

ویژگی‌های محله، اجتماع و حمایت اجتماعی: ویژگی‌های منفی محله همچون محرومیت اقتصادی یا اجتماعی محله، با وقوع کودک آزاری در ارتباط می‌باشد. همچنین کیفیت حمایت اجتماعی نسبت به کمیت آن، به ویژه در مادران، در کاهش وقوع کودک آزاری بااهمیت تر است.

قومیت و سن والدین، وضعیت تاهل و وضعیت اقتصادی خانواده با کودک آزاری در ارتباط می‌باشد. فقر خانواده و سن کم والدین به هنگام تولد کودک ارتباط قوی با شیوع کودک آزاری دارد.

محیط می‌تواند عامل تنش‌زای مزمن باشد مشکلات عاطفی، جسمی، بحران‌های زناشویی و جنگ از جمله این گونه عوامل می‌باشند. والدینی که هیچ راه نجاتی برای کنترل کردن احساسات خشونت‌آمیز در خود پیدا نمی‌کنند این احساسات خصمانه را روی کودک بی‌دفاع و مظلوم پیاده می‌کنند که به علت عدم وجود حمایت عاطفی و آموزش در جامعه می‌باشد.

مراقبان آزارگر نسبت به مراقبان غیرآزارگر تعاملات مثبت کمتری با کودک داشته، کمتر پاسخگو بوده و عواطف مثبت کمتری نسبت به کودکان‌شان ابراز می‌دارند. اغلب مراقبان دارای تاریخچه مورد کودک آزاری واقع شدن، به آزار کودکان خودشان ادامه می‌دهند. محققان همچنین رضایت پایین فرزند پروری را با خطر بالاتر کودک آزاری مرتبط دانسته‌اند. همچنین احتمال کودک آزاری در خانواده‌های از هم گسیخته و آشفته و مراقبان دارای مشکلات روانی و بخصوص اعتیاد بالاتر می‌باشد.



### کار کودک

کودکان کار به کودکان کارگری گفته می‌شوند که به صورت مداوم و پایدار به خدمت گرفته می‌شوند. کار کودک نزد بسیاری از کشورها و سازمان‌های بین‌المللی فعالیتی استثماری تلقی می‌شود.

کار کودکان بسیار معمول است و می‌تواند شامل کار در کارخانه، معدن، روسپی‌گری، کشاورزی، کمک در کسب و کار والدین، داشتن کسب و کار شخصی (مانند فروش غذا) یا کارهای نامتعارف باشد. ناپذیرفتنی‌ترین شکل‌های کار کودکان استفاده نظامی از کودکان و تن‌فروشی کودکان است. موارد کم‌تر جنجالی و معمولاً قانونی (با بعضی محدودیت‌ها) شامل کار کشاورزی در ایام تعطیلی مدرسه (کار فصلی)، کسب و کار خارج از ساعات مدرسه و همچنین بازیگری یا آواز خوانی کودکان می‌باشد.

## اشکال کار کودکان

۱. کار بردگی و اجباری

۲. سوء استفاده‌ی جنسی

۳. کار کشاورزی

۴. کار در معدن

۵. کار در منزل

۶. کار در ساختمان‌ها

## نتایج فردی و اجتماعی اعمال خشونت در خانواده



۱. کاهش کارایی در محیط کار

۲. کاهش یادگیری در مدرسه

۳. عدم توانایی در برقراری روابط اجتماعی

۴. تثبیت خشونت و دور باطل سوءرفتار

۵. کودکان مورد خشونت آمادگی زیادی برای ابتلا به بیماری‌های روانی و اختلالات رشد به خصوص نارسایی کلامی دارند.

مشکلات اقتصادی (احتمال کودک آزاری در خانواده‌های فقیر ۲۲ برابر بیشتر است)

- مشکلات عاطفی
- مشکلات جسمی
- بحران‌های زناشویی و جنگ
- عدم وجود حمایت و آموزش کافی

## پیامدهای کودک آزاری

کودکی، دوران رشد و شکل‌گیری شخصیت است. انواع کودک آزاری در این سال‌های حساس و مهم، به رشد و سلامت کودکان آسیب‌های جدی می‌رساند. کودکان آزاردیده در همه جنبه‌های رشد، مانند رشد جسمی، ذهنی، روانی و اجتماعی با مشکلات و نارسایی‌های فراوان روبه‌رو خواهند شد. بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد بسیاری از کودکانی که در دوران کودکی قربانی آزار و بدرفتاری بوده‌اند، در بزرگسالی خود به آزار کودکان پرداخته‌اند و این بزرگ‌ترین زیان کودک آزاری است که سبب تداوم آن می‌شود.

سوءرفتار با کودک یک پدیده خشونت خانگی است که در همه گروه‌های نژادی رخ داده و یکی از مشکلات مهم جوامع است. این پدیده با ابعاد گوناگون خود می‌تواند موجب بروز پیامدهایی شود که در نهایت سبب بی‌ثباتی و تزلزل ارکان مختلف اجتماعی گردد. مهم‌ترین پیامد کودک آزاری مرگ و میر بوده ولی عواقب دیگری نیز دارد که کودکی و بزرگسالی فرد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. عواقب اجتماعی و بهداشتی کودک آزاری نسبت به مرگ و آسیب‌های جسمی و روانی آن خیلی وسیع‌تر است همان طوریکه بر اساس نتایج مطالعات، اختلالاتی مانند افسردگی اساسی، اختلال هراس، وابستگی به الکل، اختلال سلوک، اختلال استرس بعد از ضربه، اضطراب جدایی و وجود رفتارهای خودکشی در این افراد بیشتر است. همچنین، به احتمال زیاد این کودکان در آینده والدین آزاردهنده‌ای خواهند شد. در کودکانی که تحت آزارهای عاطفی نظیر تهدید، ارتکاب خشونت در مقابل کودک، نادیده گرفتن، جدا کردن و بی‌توجهی‌های عاطفی قرار می‌گیرند، مشکلاتی نظیر اختلالات خوردن، سوءمصرف الکل و مواد، مشکلات سازگاری و رفتارهای تهاجمی بیشتر است. عوارض جسمانی کودک آزاری، بروز اختلالات رشدی، معلولیت جسمانی، سوءتغذیه منتهی به کاهش توانایی ذهنی، کبودی بدن، شکستگی استخوان‌ها و موارد



مشابه بوده است. نشان دادند که افزایش آزار جسمانی در کودکی باعث افزایش بروز اختلالات اضطرابی، مصرف مواد مخدر و برخی مشکلات رفتاری در بزرگسالی می‌گردد. افسردگی، شخصیت چندگانه، اختلال نقص توجه، رفتارهای ضداجتماعی و بزهکاری، پرخاشگری، رفتارهای آسیب به خود، تاخیر در تکامل زبان و مهارت‌های حرکتی و تکامل شناختی، اعتماد بنفس پایین و داشتن دیدگاه منفی نسبت به خود و دیگران از جمله عوارض روحی کودک آزاری هستند. کودک آزاری علاوه بر اثرات جسمانی، روانی و اجتماعی به دلیل هزینه‌های ناشی از درمان، بستری‌های طولانی مدت و هزینه‌های سلامت روان، بار اقتصادی زیادی را بر خانواده و جامعه تحمیل می‌کند.

کودک آزاری نه تنها امروز و دیروز کودکان را نشانه می‌رود، بلکه از آن‌ها بزرگسالانی ضعیف النفس، تحقیر شده و با عزت نفس بسیار پایین می‌سازد که یا در خود فرو می‌روند و منزوی گونه می‌زییند و یا از جامعه انتقام می‌گیرند.

## گام های اولیه در مقابله با کودک آزاری در جامعه

### ۱. پیشگیری

### ۲. شناسایی

### ۱. پیشگیری.

سوءرفتار با کودک یک تهدید اصلی برای سلامتی و بهداشت کودکان محسوب می‌گردد و ضروری است که برنامه‌های حمایتی، پیشگیری و رسیدگی به این معضل اجتماعی به اجرا درآید. به‌طور کلی برنامه‌های پیشگیرانه پزشکی و بهداشتی شامل سه سطح می‌باشد. به‌همین ترتیب سه سطح پیشگیری از کودک آزاری و غفلت وجود دارد: اولیه Primary prevention، ثانویه secondary prevention و ثالثیه tertiary prevention. هدف پیشگیری اولیه، جلوگیری از کودک آزاری و غفلت قبل از وقوع آن می‌باشد و معمولاً معطوف به جمعیت وسیعی می‌باشد. راهبردهای پیشگیری اولیه، متمرکز بر جمعیت عمومی می‌باشد و هدفش قوت بخشیدن به کارکردهای خانواده می‌باشد. هدف طولانی مدت چنین راهبردهایی آموزش کل اجتماع جهت خلق تغییر اجتماعی در راستای حمایت از رشد سالم کودک می‌باشد. راهبردهای پیشگیری ثانویه خطرات ویژه‌ای را در گروه‌های خاصی مورد هدف قرار می‌دهد تا از کودک آزاری و غفلت قبل از وقوع آن جلوگیری کند. به‌عبارتی، پیشگیری ثانویه راهبردهایی را دربرمی‌گیرد که متمرکز بر افرادی می‌باشد که در معرض خطر آزار یا غفلت نسبت به کودکان‌شان قرار دارند. هدف پیشگیری ثالثیه تامین درمان و اقدامات توانبخشی برای خانواده‌هایی است که قبلاً با کودک آزاری و غفلت مواجه شده‌اند، به‌منظور جلوگیری از وقوع مجدد سوءرفتار.

پیشگیری همیشه بهتر، آسان تر و سریع تر از درمان است.

برای پیشگیری از کودک آزاری می توانیم از راه کارهای زیر استفاده کنیم:

- ۱- دقت در ازدواج و تشکیل خانواده، خودداری از ازدواج های تحمیلی، ناشناخته؛ شتاب زده و ازدواج در سنین پایین.
- ۲- توجه به تنظیم خانواده و شمار مناسب فرزندان
- ۳- افزایش آگاهی خود در زمینه پرورش فرزندان و شیوه های فرزندپروری ( که در انتهای مطالب به تفصیل بدان پرداخته ایم...).
- ۴- پذیرش مسئولیت ها و انجام وظایف خود به عنوان پدر، مادر؛ معلم، سرپرست و ... نسبت به کودکان.
- ۵- آشنایی با حقوق و نیازهای اساسی کودکان
- ۶- توجه به سلامت جسمی و روانی خود و کاهش فشارهای عصبی و مشکلات رفتاری خود که سبب کودک آزاری می شود.
- ۷- تقویت روحیه کمک کردن، هنگام برخورد با مشکلات، و آشنایی با مراکز حمایتی، مشاوره و امداد در مورد کودکان و خانواده ها

## ۲. شناسایی

شناسایی کودکانی که مورد آزار و اذیت قرار می گیرند از شکایت کردن و بیان آن، می ترسند. آنها از این می ترسند که مورد سرزنش قرار بگیرند و یا این که بزرگترها، حرف هایشان را باور نکنند. والدین اغلب نشانه های کودک آزاری را نمی شناسند زیرا نمی خواهند با واقعیت روبه رو شوند.

کودکانی که آزرده شده اند، باید هر چه سریع تر تحت درمان و پشتیبانی خاص قرار گیرند. هر قدر آزار کودکان طولانی تر باشد، احتمال بهبود کامل آنها کمتر خواهد بود. مراقب تغییرات جسمی و یا رفتاری کودک باشید، هر چند توضیحی در مورد آن ندهند.

اگر دلیل خاصی مبنی بر مورد آزار قرار گرفتن کودک خود ندارید، انجام آزمایشات مربوطه را ضروری بدانید. ممکن است کودک شما ترسیده باشد. به تغییرات و نشانه های زیر توجه کنید:

- نشانه های آزار جسمی:

هر گونه جراحت (کوفتگی و کبودی پوست، سوختگی، شکستگی، هر گونه جراحت مربوط به سر و شکم) که کودک در مورد آن توضیحی نمی دهد.

- بعضی از نشانه های آزار جنسی:

رفتارهای ناشی از ترس (کابوس، افسردگی، ترس‌های غیرمعمول، تلاش برای فرار کردن) دردهای شکمی، شب‌اداری، خونریزی.

- نشانه‌های آزار عاطفی:

تغییر ناگهانی در سطح اعتماد به نفس، معده درد و یا سردردهایی بدون علت مشخص پزشکی، ترس‌های غیرنرمال، افزایش کابوس‌ها و تلاش برای فرار.

- نشانه‌های بی‌توجهی عاطفی و غفلت از کودکان:

به دست آوردن وزن به صورت بسیار ناموفق به خصوص در نوزادان، اشتهاى سیری ناپذیر برای رفتارهای محبت‌آمیز.

### چگونگی مقابله پس از شناسایی

اگر حدس می‌زنید که کودکی تحت آزار و اذیت قرار دارد با پزشک اطفال و مرکز حمایت از کودکان تماس گرفته و از آنها کمک بخواهید. پزشکان از نظر اخلاقی ملزم هستند، هرگونه نشانه‌های آزار کودکان و یا غفلت و بی‌توجهی نسبت به آنها را گزارش دهند.

هر اقدامی که طبیعتی آزار دهنده دارد باید فوراً گزارش شده و برای رفع آن کمک گرفته شود. تأخیر در گزارش، شانس کودکان را برای بهبودی کامل کاهش می‌دهد. اغلب اوقات کودکی که با او بدرفتاری شده و یا مورد آزار قرار گرفته، افسرده شده و رفتارهای خشونت‌آمیز، گوشه‌گیری و یا خودکشی از او سر خواهد زد.

وقتی این کودکان بزرگ می‌شوند به مواد مخدر و دارو روی می‌آورند و تلاش می‌کنند به صورتی فرار کنند و یا این که آزار، اذیت و آسیبی که از سوی دیگران دیده‌اند، انکار نمایند. تحمل آزار در دوران کودکی ممکن است در بزرگسالی به خودکشی و افسردگی منجر شود. اگر کودکی تحت آزار شدید قرار دارد، شاید شما تنها کسی باشید که می‌توانید به او کمک کنید. در گزارش و اعلام این آزار به افراد ذی‌صلاح درنگ نکنید.

بی‌توجهی و تکذیب مشکلات، تنها اوضاع را وخیم‌تر می‌کند. با این کار شانس کودکان را برای بهبود کامل به شدت کاهش می‌دهید. در بیشتر اوقات، کودکانی که تحت آزار و یا بی‌توجهی قرار می‌گیرند، جراحات و صدمه‌های عاطفی‌شان بسیار شدیدتر از جراحات جسمی‌شان است. کودکانی که با آنها بدرفتاری شود بیشتر خودکشی کرده و یا افسرده می‌شوند.

از طریق برقراری ارتباط نزدیک با این کودکان، می‌توان به میزان جراحات‌های وارده از نظر عاطفی و جسمی پی برد. بزرگسالانی که در کودکی تحت آزار قرار داشته‌اند، با مشکلات بیشتری مواجهند و رفتارهای پر خطر در آنها بیشتر وجود دارد.

اگر شما حدس می‌زنید که کودکی به نوعی تحت آزار قرار دارد باید:

- کودک را به محلی امن و آرام ببرید.

- اطلاعاتی دقیق از چگونگی آزارهایی که به او رسیده کسب کنید.

- آرام باشید و کودک را عصبانی نکنید.

- برای این که کودک آزارهایی که دیده آشکار کند، به او اطمینان قلبی بدهید تا باورتان کرده و تمامی اتفاقات را صادقانه بیان کند.

- به کودک بگویید به او کمک می‌کنید و از دیگران نیز برایش کمک خواهید گرفت.

- تمامی اطلاعاتی که به دست آورده‌اید، یادداشت کنید.

- فوراً به مقامات مسئول در این زمینه گزارش دهید.

باید توجه کرد که مداخلات اساسی پس از وقوع سوء رفتار یک سری مداخلات تخصصی است که نیاز به تیم درمان شامل پزشک متخصص کودکان، روانپزشک کودک و نوجوان، روانشناس بالینی، مددکار و پرستار و..... دارد و پیگیری‌ها و اقدامات درمانی، حمایتی برای کودک و خانواده توسط این تیم طراحی و اجرا می‌گردد.

## راهکارهای اساسی در پیشگیری از خشونت علیه کودکان

۱. ثبت دقیق تمامی موارد تولد نوزادان در اسرع وقت

۲. بازنگری و اصلاح قوانین موجود درباره حقوق کودکان و تثبیت قوانین باز دارنده از تنبیه بدنی و سوءاستفاده از کودکان

۳. اقدام به پیشگیری از بروز خشونت در تمامی خدمات و امور مربوط به کودکان و خانواده‌های آنان

۴. رفع هرگونه نابرابری و تبعیض در مورد کودکان

۵. ارتقاء سطح خدمات بهداشتی

## چگونه می‌توانیم کودک آزاری را کاهش دهیم؟

۱. کودکان را بیش‌تر و بهتر بشناسیم

شناخت کودکان و نیازهای آنان سبب می‌شود که رفتار بهتری با آن‌ها داشته باشیم. برای این کار می‌توانیم از روش‌های مختلف مانند خواندن کتاب‌های مناسب، شرکت در کلاس‌های آموزشی، مشورت کرن با افراد آگاه و ... استفا ه کنیم.

۲. علت کودک آزاری را بشناسیم

کودک آزاری مانند هر رفتار دیگری علتی دارد. سعی کنیم علت آن را پیدا کنیم و با برطرف کردن آن، کودک آزاری را کاهش دهیم. ممکن است برخی از مشکلات را نتوانیم از بین ببریم، در آن صورت پذیرش آن بهتر از آزار دادن کودکان است.

۳. از دیگران کمک بگیریم

کمک گرفتن و مشورت کردن نشانه هشیاری و آگاهی است، نه ناتوانی. برای کاهش مشکلات خود می‌توانیم از مراکز مشاوره حضوری و تلفنی، سازمان‌های غیردولتی، افراد آگاه و ... کمک بگیریم.

۴. آرامش خود را حفظ کنیم

زندگی همیشه با مشکلات همراه است، سعی کنیم خشم خود را کنترل کنیم و برای مشکلات چاره‌جویی نماییم. بسیاری از کودک آزاری‌ها در شرایطی انجام می‌گیرد که والدین قادر به کنترل خشم خود نیستند. کنترل خشم آموختنی است و می‌توانیم با تمرین بر خشم خود غلبه کنیم.

افزایش آگاهی خود در زمینه پرورش فرزندان و آموزش شیوه‌های فرزندپروری از **مهم‌ترین و کارآمدترین** روش‌های پیشگیری از سوء رفتار با کودکان می‌باشد که در این قسمت خلاصه‌ای از این روش‌ها توضیح داده می‌شود:

## مهارت‌های فرزند پروری

در این قسمت در مورد چگونگی مثبت کردن فضای خانه، برقراری ارتباط موثر با یکدیگر، افزایش صبر و تحمل در سازگاری با کودک و تشویق کردن اعتماد به نفس در کودک توضیحاتی داده می‌شود.



## ایجاد فضای مثبت در خانه

همه می‌دانیم خانواده‌ها در گذشته در فضایی متفاوت از فضای کنونی زندگی می‌کرده‌اند. اکثر خانواده‌های جوان همراه پدر بزرگ و مادر بزرگ و دیگر اعضای خانواده زندگی می‌کردند و هر کدام از اعضاء حامی قوی برای یکدیگر به شمار می‌آمدند. کودکان نقش‌های مشخصی در خانواده داشتند و در کارهای خانه کمک می‌کردند. این فعالیتها اغلب تعاملات زیادی با والدین منجر می‌شد و کودکان نه تنها مهارت‌های شغلی را می‌آموختند بلکه حس مسئولیت‌پذیری نیز پیدا می‌کردند که به نوبه خود به شکل‌گیری اعتماد به نفس در آنها می‌انجامید. بعد از کار روزانه نیز، اعضای خانواده شب را در کنار هم می‌گذرانیدند.

امروزه، تغییراتی نظیر کار کردن طولانی مدت بیرون از خانه، جدا شدن از الگوی خانواده گسترده، جدا شدن خانواده از جامعه، افزایش میزان طلاق، سوء مصرف مواد و نقش برجسته تلویزیون در زندگی، تعامل والدین و کودکان را دچار مشکلات بسیار کرده است. در نتیجه، نداشتن نقش معنی‌دار کودک در خانواده و تعاملات ناچیز مانع ایجاد حس مسئولیت، خود انضباطی، ایجاد ارزش‌ها، قضاوت خوب و اعتماد به نفس در کودک می‌شوند. با وجود اینکه استرس در جامعه فعلی زیاد است ولی والدین باید سعی کنند که محیط خانه را آلوده به آن نکنند و رفتارهایی نظیر خشم، عدم تحمل، گوشه‌گیری، سوء مصرف الکل و مواد را نشان ندهند. زیرا کودک نیاز دارد که شما را در جایگاهی ببیند که می‌توانید از عهده مشکلات زندگی برآیید. در اینجا به چند راه که موجب بهتر شدن تعاملات و مثبت شدن فضای خانه می‌گردد اشاره می‌کنیم.

### با فرزند خویش زمان‌هایی برای تفریح داشته باشید.

مهم آن است که فعالیتهایی را پیدا کنید که برای هر طرف لذت بخش باشد. این فعالیتها باید تعاملی باشند. در نهایت هدف بهتر شدن ارتباط شما و کودک است.

دوست شدن، درک کردن و پرورش کودک- دوستان معمولاً با هم احساس راحتی می‌کنند، از همدیگر سوالهای مهم می‌پرسند. اگر با کودک خود دست شوید به صورت یک والد قابل سوال کردن خواهید شد. چنین والدی اگر یک رفتار ناامیدکننده و نه چندان مناسب از کودک ببیند حمایت و عشق خود را از وی نخواهد گرفت. بلکه به کودک در حل مشکلاتش کمک می‌کند. و این بدان معنی نیست که والد

موقعیت خود را از دست خواهد داد بلکه شما در موقعیتی قرار می‌گیرید که فرزند خود را به سمت تصمیم‌گیری صحیح راهنمایی می‌کنید.

همانطور که ذکر شد تفریح کردن با هم باعث درک همدیگر نیز می‌شود، در نتیجه ضعف‌ها و قدرت‌ها و شباهت‌های بین هم را فهمیده و حس احترام نسبت به یکدیگر به وجود می‌آید.

سومین هدف از تفریح کردن، پرورش کودک است، یعنی تشویق‌های زیاد به همراه هیجان و عاطفه برای وی فراهم کنید. در ایجاد مهارت‌های اجتماعی، مسئولیت‌پذیری، قضاوت خوب و خود انضباطی و اعتماد به نفس به وی کمک کنید. تمام اینها را از طریق عملی و مثال باید آموزش دهید نه با درس دادن. در نهایت می‌توانید امیدوار باشید که با این روش‌ها بتوانید با دیگر مدل‌ها و الگوها رقابت کرده و از آنها پیشی بگیرید.

نمونه‌هایی از تفریحاتی که با تعامل همراهند عبارتند از:

(۱) کمک خواستن از فرزند در انجام کارهای خانه

(۲) جمع‌آوری کارت‌های ورزشی، رفتن به مسابقات ورزشی، پیک نیک رفتن، بازی با لغات، جمع‌آوری تمبر، گوش دادن به نوارهای داستان، غذا پختن و.....

به کودک اجازه دهید تا جایی که امکان دارد در کارها به شما کمک کند. انجام این کارها به کودک حس مشارکت در کارهای خانواده داده و او را مسئولیت‌پذیر و دارای اعتماد به نفس می‌کند. در مورد حفظ علاقه به کارهای خانه در کودکان لجباز نیاز به تشویق‌های مکرر دارید.

اگر ما همیشه در حالی که فرزندمان مشغول تماشای تلویزیون یا بازی است، کارهای خانه را انجام دهیم، چگونه می‌توانیم انتظار داشته باشیم که مسئولیت‌پذیری پیدا کند؟

۲- مفهوم "دوست دارم" را به کودک انتقال دهید.

غیر از اینکه می‌توانید به کودک بگویید دوست دارم راه‌های دیگری نیز برای انتقال این مطلب وجود دارد که عبارتند از:

\* در نقاط مختلف خانه (مثلاً در تخت وی) علامت قلب یا دوست دارم بگذارید.

\* نشان دادن محبت به شکل فیزیکی مانند بغل کردن نیز از ارتباط‌های مثبت برای کودکان می‌باشد.

\* اجازه بدهید کودک، زمانیکه در مورد دوست داشتن وی با شخص دیگری صحبت می‌کند حرف‌های شما را بشنود.

\* یک آلبوم خانوادگی برای فرزند خود درست کنید عکس‌های خاص، کارهای هنری و دیگر اطلاعات راجع به فرزندان را در آن بگذارید.

\* کارهای هنری فرزند خود را به دیگران نشان دهید.

\* به خاطر داشته باشید که اعمال بلندتر از کلمات صحبت می کنند.

۳- قوانین و عادات و ساختار را حفظ کنید.

محیط خانه مثبت برای خود قوانینی دارد. در حالیکه، رسوم خیلی خشن و سخت نامطلوب است ولی استفاده از آنها در حد متوسط باعث عملکرد موثرتر خانه می شود. قوانین خانه باید واضح و خاص باشند و شامل یک لیست طولانی بایدها و نبایدها، نباشند.

مثلا کودک باید در ساعت خاصی به رختخواب برود و هر روز ساعت مشخصی بیدار شود. عادات خواب نیز شامل فعالیت های آرام مثل خواندن داستان و دعا و ... می باشد.

۴. آداب و رسوم خانوادگی را حفظ کنید.

با حفظ این سنتها فضای خانه مثبت تر می شود. به عنوان مثال ممکن است در تعطیلات مهمانی های خانوادگی برقرار باشد و یا اینکه هر شب در زمان خاصی دور هم جمع شده و هرکس در مورد کاری که آن روز انجام داده صحبت کند. باید سعی کنید که این سنتها توجه کودکان را جلب نماید و در نتیجه به انجام آنها علاقمند گردند.

۵. اهمیت ارتباط پدر و مادر

تعارضات مکرر و شدید والدین قطعاً به کودکان آسیب می رسانند. بنابراین باید ارتباطات پدر و مادر نیز بهبود یابد. یکی از موثرترین راهها برای افزایش ارتباط میان همسران افزایش زمان تفریح آنهاست. در واقع میزان تفریحات مشترک زوجها قویترین عامل در پیش بینی خوشبختی زناشویی می باشد. بنابراین ابتدا باید هر دو، برای فعالیت های تفریحی زمان صرف کنند.

در این مرحله تعدادی از فعالیتها را فهرست کنید و فعالیت هایی را که مورد علاقه ی مشترک هر دو نفر شماست انتخاب نمایید. زمانی که شما از فعالیت لذت می برید، در فرزند شما تاثیر خواهد داشت. در کنار این فعالیتها سعی کنید راههایی برای سازگاری با تعارضات پیدا کنید. مثلاً هنگامیکه احتمال می دهید درباره ی موضوعی توافق ندارید و فرزندان نیز حضور دارد، بدلیل احتمال بروز کشمکش از همدیگر دور شوید.



البته با وجودیکه مشاهده‌ی تعارضات شدید برای کودک مضر است ولی مشاهده اینکه والدین گاهی در مورد یک موضوع با یکدیگر توافقی ندارند می‌تواند مفید باشد و کودک مهارت‌های حل تعارض را یاد می‌گیرد. موضوع دیگر این است که پدران باید در زندگی کودک فعال باشند و خود را از پرورش و تربیت کودک کار نکشند.

#### ۶. شبکه ارتباطی جامعه

به نظر می‌رسد که در زندگی امروز، خانواده‌ها کمتر با جامعه و همسایگان خود ارتباط دارند، برخلاف نسل گذشته که خانواده‌ها برای یکدیگر حامی بوده و از نظر هیجانی به هم نزدیک بودند.

تحقیقات نشان داده‌اند که هر چه خانواده‌ها بیشتر از هم جدا می‌شوند مشکلات خانواده بیشتر می‌شود. به عنوان یک والد، شما نیاز به چنین حمایتی دارید.

### بهبود بخشیدن مهارت‌های ارتباطی



مهارت‌های ارتباطی موثر، بخش حیاتی عملکرد خانوادگی موفق می‌باشد. وجود یک کودک لجباز در خانواده، آنها را تحت فشار عصبی قرار داده و همین امر می‌تواند منجر به الگوهای ارتباطی ضعیف و بروز پدیده سوءرفتار در داخل خانواده گردد. مجدداً همین ارتباط ضعیف، ناراحتی‌ها را بیشتر می‌کند و باز هم ارتباطات ضعیف‌تر می‌شوند و در واقع یک سیکل معیوب ایجاد می‌گردد. بنابراین والدین باید برای بهبود بخشیدن مهارت‌های ارتباطی خود تلاش بیشتری داشته باشند.

تغییر دادن عادت‌های قدیمی بسیار مشکل است. بنابراین توصیه می‌کنیم در هر نقطه زمانی، که یک یا دو مشکل ارتباطی را شناسایی کرده و روی آن کار کنید و بهتر است هر دو والد با هم روی این مشکلات کار کنند.

در اینجا به طور مثال به مشکل بی‌توجهی که شایع‌ترین مشکل ارتباطی می‌باشد اشاره می‌کنیم. بی‌توجهی می‌تواند ناشی از عوامل خارجی و یا داخلی باشد. عوامل خارجی شامل: قطع شدن ارتباط کودکان، زنگ تلفن، صدای بلند

تلویزیون و عوامل داخلی: خستگی، خشم، اضطراب، فکر کردن راجع به موضوع دیگر یا بی تفاوتی نسبت به آنچه که دیگران در مورد آن صحبت می کنند.

مکالمه ای که در آن بی توجهی غالب باشد معمولاً حاوی قطع مکالمه به طور مکرر به منظور پرسیدن سوال بحث کردن یا انتقاد کردن می باشد. تظاهرات غیر کلامی آن نیز بصورت نگاه نکردن به شخص گوینده و تظاهرات منفی چهره می باشد.

• راه حل: یک شنونده‌ی خوب باشید. اکثر مردم می توانند اختلاف عقاید و عدم توافق را بپذیرند تا زمانیکه احساس کنند عقیده‌ی آنها نیز شنیده و درک شده است. برای اینکه یک شنونده‌ی خوب و موثر باشید، این اجزا را باید رعایت کنید:

۱. محرک‌هایی که موجب انحراف توجه می شوند را حذف کنید: مثلاً تلویزیون را خاموش کنید، روزنامه را کنار بگذارید و یا یک زمان دیگر را برای صحبت کردن پیشنهاد کنید که محرکی وجود نداشته باشد.

۲. گوش بدهید و درک کنید: باید آنچه که گفته می شود را از اینکه چگونه گفته می شود جدا کنید. سعی کنید موضوع را از نقطه‌ی نظر شخص مقابل بفهمید. شما حق دارید موافق نباشید ولی نظر خود را فقط بعد از اتمام صحبت شخص مقابل بیان کنید.

۳. منعکس ساختن و خلاصه کردن: یک راه مفید برای اینکه شخص مقابل بداند شما واقعاً گوش داده‌اید آن است که در طول مکالمه جملاتی بگویید که دلالت بر این باشد که شما واقعاً به آنچه گفته شده توجه نشان داده‌اید. روش دیگر آن است که بدون اینکه قضاوت کنید تمام گفته‌های شخص را به طور خلاصه بیان کنید.

۴. روشن ساختن (Clarify): وقتی در مورد آنچه که فرد دیگر صحبت می کند سوالاتی می شود تا مفهوم آن روشن تر گردد، در واقع شما درک بیشتری از مطلب پیدا کرده و بهتر گوش داده‌اید.

۵. استفاده از زبان بدن (body language): زبان بدن می تواند در مورد اینکه شما چقدر به آنچه که گفته می شود علاقه دارید، اطلاعات زیادی بدهد. بعضی راه‌های بیان علاقه از طریق زبان بدن عبارتند از برقراری ارتباط چشمی، نشان دادن چهره‌ی علاقمند در صورت، تکان دادن سر به منظور نشان دادن موافقت با صحبت‌های شنیده شده و اجتناب از تظاهرات منفی صورت (چهره)

در سنین قبل از مدرسه مهمترین جنبه، پذیرش اجتماعی (توسط والدین و همتاها)، کفایت شناختی (توانایی یادگیری و حل مشکلات) و کفایت فیزیکی می باشد. در دوران مدرسه مهم‌ترین جنبه‌ها توانایی ورزش، ظاهر، عملکرد تحصیلی و پذیرش توسط همتاها می باشد.

بنابراین کار اصلی والدین کمک به کودک در جهت پرورش مهارت‌هایی است که بتواند در بهترین توانایی‌های خود به موفقیت برسد. در اینجا به راه‌هایی که می‌توانند منجر به تقویت اعتماد به نفس مثبت در کودکان شوند اشاره می‌کنیم:

(۱) علایق و توانایی‌های کودک خود را تشویق کنید:

والدین باید در مورد علایق کودک خود و توانایی و ضعف‌های او در جنبه‌های مختلف آگاهی داشته باشند و مهارت‌های او را در آن توانایی‌ها افزایش دهند. این امر احساس خوبی در کودک ایجاد می‌کند یا اینکه احساس می‌کند که حداقل به اندازه کودکان دیگر همسن خود در آن حوزه‌ی خاص کفایت دارد.

(۲) مرتباً کودک را تشویق کنید:

به شکل‌های متفاوت کودک را تشویق کنید.

(۳) موفقیت‌ها و پیشرفت‌های طبیعی کودک را تشخیص دهید:

به جای اینکه منتظر باشید تا کودک کار برجسته‌ای انجام دهد، پیشرفت‌های طبیعی کودک را تشخیص داده و تشویق کنید. مثلاً نقاشی او را جایی که در معرض دید باشد قرار دهید. این حس پیشرفت و موفقیت با نمایش دادن کار او به دیگران تقویت می‌شود.

(۴) کودک خود را در تصمیم گرفتن تشویق کنید:

اگر شما در تمام موارد برای کودک خود تصمیم‌گیری نمایید، او در آینده در تصمیم‌گیری‌ها مشکل خواهد داشت و هیچگاه شانس تجربه‌ی احساس موفقیت برای تصمیمات خوب و احساس شکست برای تصمیم‌های نادرست را پیدا نخواهد کرد و هر دو مورد از تجارب یادگیری مهم می‌باشند.

از همان سال‌های اول زندگی مسئولیت تصمیم‌گیری را باید به کودکان در موارد کوچک بدهیم. مثلاً انتخاب پیراهن از بین دو پیراهنی که مادر پیشنهاد می‌کند. محدود کردن تعداد پیشنهادات نیز مهم است و به تدریج می‌توان تعداد آنها را افزایش داد.

(۵) اجازه بدهید کودک گاهی مخاطره کند (ریسک کند):

اگر چه، هیچگاه به کودک اجازه‌ی وارد شدن در فعالیت‌های خطرناک را نمی‌دهید، ولی در بعضی موارد اجازه بدهید که شکست را تجربه نماید. مثلا بسیاری از والدین اجازه‌ی بردن بشقاب شکستنی را به کودک سه ساله‌ی خود نمی‌دهند در حالیکه اگر در بردن آنها موفق شود و شما او را تشویق کنید او احساس اعتماد به نفس بیشتری خواهد کرد. اگر بشقاب بیفتد و بشکند به عنوان یک اتفاق باید اوضاع را در دست بگیرید، تا کودک نیز بیاموزد چگونه با شکست باید روبرو شود. در کودکان کوچکتر باید برای تلاشی که انجام پذیرفته تشویق کنید نه آنکه فقط نتیجه‌ی عمل را پاداش دهید و بعد از اینکه در یک کاری شکست خورد به او کاری بدهید که احتمال موفقیتش در آن بیشتر می‌باشد.

(۶) به کودک خود مسئولیت بدهید:

هدف ما در اینجا کمک به کودک در به دست آوردن حس پیشرفت و همکاری با خانواده می‌باشد. مهم آن است که ما فقط به نتیجه‌ی کار او اهمیت نمی‌دهیم بلکه تلاش او را تشویق می‌کنیم.

(۷) از کودک خود نخواهید که کامل باشد:

اگر از کودک خود بخواهید که کامل باشد، ناامید خواهید شد و کودک یاد می‌گیرد که هیچگاه نمی‌تواند انتظارات شما را برآورده کند و چون کودکان دوست دارند والدین از آنها راضی باشند، این موضوع باعث اعتماد به نفس پایین در آنها می‌شود. به جای درخواست کامل بودن، تلاش‌های کودک خود را تشویق کنید.

(۸) در توصیف کودک خود مطلق نباشید:

از گفتن این جملات بپرهیزید: تو همیشه کارها را اشتباه انجام می‌دهی، هیچ‌وقت هیچ کاری را درست انجام نمی‌دهی. با شنیدن این جملات، کودک انگیزه‌ی خود را برای تغییر از دست می‌دهد. به جای این جملات می‌توانید آنچه را که در آن موقعیت مشاهده می‌کنید، توصیف نمایید. مثلا: امروز بعد از ظهر واقعا اتاقت به هم ریخته بود. با این جمله او را شلخته قلمداد نکرده‌اید.

(۹) بازخوردهای منفی را محدود کنید:

بازخوردهای منفی نظیر (نه، نکن، بسه دیگر) را بخصوص در والدین کودکان لجباز زیاد مشاهده می‌کنیم. گاهی والدین با یک بازخورد مثبت شروع می‌کنند ولی نتیجه‌ی آخر منفی می‌باشد. مثلا یک مادر ممکن

است بگوید: پسر من تو امروز کار خوبی کردی که اسباب بازی‌هایت را جمع کردی، چرا همیشه اینکار را نمی‌کنی، اگر به موقع همه را جمع کنی من مجبور نیستم با تو اینقدر دعوا کنم. در انتهای این جملات نهایتاً تاثیر منفی را می‌بینیم.

(۱۰) به کودک خود وعده‌ای ندهید که نتوانید آن را انجام دهید:

وقتی مکرراً قول داده ولی به قول خود عمل نکنید، کودک فکر می‌کند به او توجهی ندارید و برایش احترام قائل نیستید. در نتیجه ارزش خود را مورد سوال قرار می‌دهد و اعتماد به نفس او آسیب می‌بیند. از طرف دیگر شما می‌خواهید، کودک شما را به عنوان یک انسان صادق بشناسد تا این صفت به او نیز انتقال یابد. بنابراین قبل از وعده دادن از خود بپرسید آیا قادر به عمل کردن به آن هستید یا خیر.

(۱۱) کودک را تشویق کنید تا به صورت مثبت از صحبت کردن با خود استفاده کند:

زمانی که یک کار خوبی انجام داد، به او یاد بدهید جملات مثبت درباره‌ی خود بگوید نظیر: چه کار خوبی انجام دادم. این کار را می‌توانید از طریق الگو برداری از خودتان به وی آموزش دهید. مثلاً خودتان با صدای بلند بگویید من فکر می‌کنم این ساندویچی که درست کردم خیلی خوشمزه شده است. هرچه بیشتر کودک در مورد خود جملات مثبت بگوید، آنها را بیشتر باور کرده و احساسات درونی مثبت پیدا می‌کند.

(۱۲) به کودک خود مهارت‌های حل مسئله را آموزش دهید:

از حل تمام مشکلات کودک خود اجتناب کنید. در عوض راه حل کردن مشکلات را به او آموزش دهید. بهترین محل برای شروع آموزش، حین بازی کردن می‌باشد. ابتدا کمک کنید راه‌حل‌های ممکن را در نظر بگیرید، سپس هر کدام را ارزیابی کرده و بهترین آنها را انتخاب نماید.

(۱۳) به کودک خود مهارت‌های اجتماعی را آموزش دهید:

کودکانی که مهارت‌های اجتماعی خوبی دارند، بازخوردهای مثبت بیشتری نیز دریافت می‌کنند در نتیجه به اعتماد به نفس بیشتری دست خواهند یافت. زمانیکه به کودک خود این مهارت‌ها را می‌آموزید سطح تکاملی او را به خاطر داشته باشید. مثلاً اگر کودک شما دو ساله است، ممکن است هدف شما بازی بدون خشونت باشد. در این سن کودکان با خودشان به تنهایی بازی می‌کنند حتی اگر کودکان دیگری نیز حضور داشته

باشند. در سنین دو تا پنج سال، بازی انفرادی تبدیل به بازی موازی می‌شود. بدین معنی که کودکان نزدیک همدیگر یک بازی مشابه را انجام می‌دهند ولی با یکدیگر بازی نمی‌کنند. در سنین ۵ تا ۷ سال، در فعالیت‌های بازی مشارکتی وارد می‌شوند. پس در هر کدام از این سنین شما بازی بدون خشونت را تشویق می‌کنید.

(۱۴) با کودک خود وقت بگذرانید:

گذراندن وقت با کودک خود این پیام را می‌دهد که از بودن با وی لذت می‌برید. این پیام‌های مثبت اعتماد به نفس او را بالا می‌برد.

(۱۵) کودک خود را بپذیرید:

یک جزء اصلی هر ارتباط عاشقانه، این است که شما علیرغم همه‌ی نقایص، کودک خود را می‌پذیرید.



## نتیجه‌گیری نهایی

جامعه از طرق زیر قادر به پیشگیری موثر از بروز پدیده کودک آزاری می‌باشد:

- تقویت افراد خانواده برای سازگاری بیشتر و مقابله مؤثرتر با عوامل متعدد استرس‌زای زندگی و نیازها
- ترویج الگوهای سالم و تشخیص علائم مخفی و پنهان موارد کودک آزاری
- تشویق افراد جامعه به توجه و حساسیت نسبت به رفتارهای سوء و خشونت‌آمیز با کودکان

- آموزش کودکان و اعضای خانواده در جهت تضمین امنیت و شناخت بهتر پدیده‌های وابسته به کودک آزاری
- هوشیاری نسبت به علائم فیزیکی یا روانی و شاخص‌های کودک آزاری
- و سعی در ارائه راهکارهای مناسب جهت پیشگیری از آزار مجدد و توقف آزارهای بعدی .....

١. Alexander, R. C., Levitt, C. J., Smith, W. L. (2001). Child abuse: Medical diagnosis and management. Philadelphia: Lippincott, Williams & Wilkins.
٢. Begle, A. M., Dumas, J.E.& Hanson. R.F.(2010). Predicting child abuse potential: An empirical investigation of two theoretical frameworks. J Clin Child Adolesc Psychol. 39(2): 208–219..
٣. Butchart A, Harvey A. (2006). Preventing Child Maltreatment: A Guide to Taking Action and Generating Evidence. Geneva (Switzerland): World Health Organization and International Society for Prevention of Child Abuse and Neglect; pp:11.
٤. Christoffersen, M. N., Armour, C., Lasgaard, M., Andersen, T. E. & Elklit, A. (2013). The Prevalence of Four Types of Childhood Maltreatment in Denmark. Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health , 149-156.
٥. CCTF: Child Abuse and Neglect: Prevention of Child Abuse and Neglect, Colorado Children's Trust Fund. Retrieved June 9, 2014, from URL <http://www.stopchildabusend.com>.
٦. Gibson, L. E. & Leitenberg, H. (200). Child sexual abuse prevention programs: Do they decrease the occurrence of child sexual abuse?. Child Abuse & Neglect. 24. 9. 1115–1125.
٧. Green, B. L., Ayoub, C., Bartlett , J. D., Ende, A. V., Furrer, C., Chazan-Cohen, R., Vallotton, C.& Klevens, J. (2013). The effect of Early Head Start on child welfare system involvement: A first look at longitudinal child maltreatment outcomes. Children and Youth Services Review .42. 127–135..



۸. Marvasti, J. A. (2000). Child suffering in the world: Child maltreatment by parents, culture and governments in different countries and cultures. Manchester: Sexual Trauma Center Publication.

۹. Oveisi, S., Eftekhare Ardabili, H., Dadds, M. R., Majdzadeh, R., Mohammadkhani, P., Alaqband Rad, J. & Shahrivar, R. (2010). Primary prevention of parent-child conflict and abuse in Iranian mothers: A randomized-controlled trial. *Child Abuse & Neglect* 34. 206–213 .

۱۰. World Health Organization. (1999). Report of the consultation on child abuse prevention, Geneva: World Health Organization.

منابع فارسی:

۱. ترکاشوند، فاطمه؛ جعفری، فاطمه؛ رضاییان، محسن؛ شیخ فتح الهی، محمود : بررسی شیوع کودک آزاری و برخی عوامل جمعیت شناختی مؤثر بر آن در دانش آموزان مقطع سوم راهنمایی شهر زنجان در سال ۱۳۹۰، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۳۹۲، دوره ۱۲، شماره ۶، ص ۴۴۸-۴۶۰.

۲. خوشابی، کتایون؛ حبیبی، مجتبی؛ فرزادفرد، زینب؛ محمدخانی، پروانه : میزان شیوع کودک آزاری در دانش آموزان دوره راهنمایی شهر تهران. فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی. ۱۳۸۷، سال ۷، شماره ۲۷، ص ۱۱۵-۱۳۵.

۳. زهرابی مقدم، جمیله؛ نوح‌جاه، صدیقه؛ دیودار، معصومه؛ صداقت‌دیل، زهرا؛ ادیب‌پور، معصومه؛ سپهوند، زهرا : فراوانی کودک آزاری و برخی عوامل مرتبط با آن در کودکان ۵-۲ ساله تحت پوشش مراکز بهداشتی شهرهای اهواز و هفتگل در سال ۱۳۸۹. فصلنامه علمی-پژوهشی جندی شاپور، ۱۳۹۱، دوره ۳، شماره ۱، ص ۲۳۷-۲۴۵.

۴. ملکشاهی، فریده؛ فرهادی، علی: شیوع کودک آزاری در دانش آموزان مقطع راهنمایی خرم آباد در سال ۱۳۹۰. فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی لرستان، ۱۳۹۲، دوره ۱۵، شماره ۵، مسلسل ۵۸.

۵. میری، سکینه؛ فروغ عامری، گلناز؛ محمدعلیزاده، سکینه؛ فرودنیا، فاطمه : بررسی شیوع کودک آزاری در دبیرستان-های شهرستان بم در سال تحصیلی ۸۲-۱۳۸۱. مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمان، ۱۳۸۴، دوره ۱۳، شماره ۱۱، ص ۴۳-۵۰.

۶. جزوه آموزشی مهارت های فرزند پروری. گروه روانپزشکی کودک و نوجوان (مرکز روانپزشکی روزبه)