۱. چرا کودکان گاز می‌گیرند؟

کودکان محیط خود را با تمام حواس خود کاوش می‌کنند. به ویژه کودکان خردسال، اغلب از دهان خود برای این منظور استفاده می‌کنند. بنابراین، گاز گرفتن در بسیاری از موارد یک **مرحله رشدی** است و رفتاری غیرمعمول نیست.

علل و محرک ها	
دلایل رشدی	• کودکان تا حدود دو سالگی چیزهای زیادی را در دهان خود قرار می‌دهند. • آنها از طریق تجربیات حسی و اصل روابط علت و معلولی یاد می‌گیرند. • برای مثال، یک کودک ممکن است از روی کنجکاوی(عطش کشف)، دست کودک دیگری را در دهانش بگذارد و گاز بگیرد تا بفهمد چه حسی دارد.
دندان درآوردن	• دندان درآوردن می‌تواند دردناک باشد. • فشار در دهان، برای مثال ناشی از گاز گرفتن، اغلب درد را تسکین می‌دهد. • بنابراین رفتار گاز گرفتن به ویژه در این مرحله رایج است.
رفتار گاز گرفتن در مراقبت گروهی	• از نظر آماری، روزانه حداقل یک حادثه در مهدکودک‌ها رخ می‌دهد. • این یعنی شرایط گاز گرفتن طبیعی هستند، حتی اگر برای همه افراد درگیر استرس‌زا باشند.
تاثیر محیط	در چنین شرایطی، گاز گرفتن می‌تواند راهی برای ایجاد فضا باشد: • موقعیت های بازی فشرده • مشکل در جلب توجه و ابراز وجود • میل به فاصله یا آزادی (فضا)
نیازهای فیزیکی به عنوان محرک	گاز گرفتن همچنین می‌تواند نشانه‌ای از نیازهای برآورده نشده نیز باشد. برای مثال: • خستگی • گرسنگی • تحریک بیش از حد • ناراحتی جسمی
علل عاطفی	کنترل احساسات قوی اغلب برای کودکان دشوار است، به عنوان مثال: • نا امیدی • ترس • خشم • هیجان قوی همچنین **تغییراتی** مانند اسباب‌کشی، روال‌های روزانه جدید یا تولد خواهر یا برادر می‌تواند منجر به تنش درونی شود و رفتار گاز گرفتن را تشدید کند. گاز گرفتن به ویژه در موقعیت‌های درگیری هدف خاصی را دنبال می‌کند: • کاهش تنش • به عنوان یک استراتژی دفاعی • به عنوان تلاشی برای اثبات خود در این مورد، گاز گرفتن نوعی **ابراز احساسات** است که هنوز هیچ راهکار مقابله‌ای دیگری برای آن در دسترس نیست.
زبان گفتاری	• کودکانی که گفتارشان محدود یا با تأخیر است، اغلب از طریق فیزیکی ارتباط برقرار می‌کنند. • با پیروی از این اصل: "اگر نتوانم کلمات را پیدا کنم، از بدنم استفاده خواهم کرد."

۲. همراهی کودکان: «کودک گازگیر» و «کودک گاز گرفته»: بدون متهم - بدون قربانی

	درمورد کودک گازگیرنده:	درمورد کودک گاز گرفته شده:
خوب است از قبل بدانید	در تصور عمومی، گاز گرفتن به طور خاص مشکل‌ساز تلقی می‌شود: آثار قابل مشاهده‌ای از خود به جا می‌گذارد و از نظر احساسی بسیار ناراحت کننده و استرس‌زا است. با این وجود، مهم است به یاد داشته باشید: • **«کودکانی که گاز می‌گیرند، متهم نیستند.»** • **کودکانی که گاز گرفته شده‌اند نباید به عنوان «قربانی» برچسب زده شوند.** • این موضوع در مورد تقصیرکار نیست، بلکه در مورد همراهی درطول یک مرحله رشدی است.	
در شرایط حاد	• واضح، آرام و قاطع، با لحنی بدون هیجان صحبت کنید. • یک پیام کوتاه و واضح، مثلاً: «گاز نگیر، درد داره.» • تماس چشمی و خطاب قرار دادن یکدیگر در ارتباط چشمی 	• محبت و دلداری • جدی گرفتن درد • مراقبت های پزشکی در صورت نیاز • شستن و خنک کردن زخم • در صورت آسیب‌های پوستی، ضدعفونی اضافی انجام شود (فقط از محصولاتی که توسط متخصص اطفال توصیه شده است استفاده کنید).
	مهمترین چیز **آرامش** است. برای هر دو کودک مهم است که واکنش **فوری** باشد.	
تاثیر روی بچه ها	کودکانی که مرتب گاز می گیرند • به سرعت خود را در نقش گروهی دشوار گرفتار می‌بینند. • از آنها دوری می‌شود یا طرد می‌شوند.	کودکانی که گاز گرفته شده‌اند ممکن است: • احساس ناامنی کنند • اضطراب و ترس پیدا کنند • اختلالات خواب را نشان دهند
پیشگیری در زندگی روزمره	در ساعات و روزهای بعدی، توجه دقیق اثر پیشگیرانه خواهد داشت. اقدامات مفید عبارتند از: • فضای کافی، زمان زیاد در فضای باز • قوانین واضح و روشن • فرآیندهای قابل پیش بینی • فرصت های عقب نشینی • صحبت در مورد گاز گرفتن و زدن: اعضای بدن را نام ببرید و در مورد آنها صحبت کنید مثلاً اینکه دست‌ها و دندان‌ها چه کاری باید انجام دهند و در چه کارهایی خوب هستند. • نامگذاری احساسات و نیازها	
	علاوه براین، موارد زیر پشتیبانی می شود: • ارائه جایگزین، به عنوان مثال: ○ حلقه‌های دندانی ○ توپ های ضداسترس ○ بالش‌هایی برای تسکین استرس • پشتیبانی و/یا تشخیص زبانی هدفمند در موارد مشکوک به تاخیر رشد	

۳. والدین و سرپرستان همراهی می‌کنند

حوادث گاز گرفتن تقریباً همیشه **احساسات شدیدی** را در همه والدین ایجاد می‌کند. اقدامات پیشگیرانه باید در داخل تیم هماهنگ و مشخص شوند.

بسیاری از والدین نمی‌دانند چگونه واکنش نشان دهند. بنابراین، مفید است که به طور منظم اطلاعاتی در مورد رفتار گاز گرفتن به عنوان یک **مرحله رشدی**، به عنوان مثال در جلسات اولیا یا بحث‌های مربوط به رشد، ارائه شود.

	والدین کودکان گازگیرنده	**والدین کودکان گاز گرفته شده**
احساسات رایج عبارتند از:	• شرم • عصبانیت • درماندگی، عدم اطمینان و توقع بی جا	• ترس برای فرزند خود • تردیدهایی در مورد کار آموزشی • سردرگمی و عصبانیت
همکاری با والدین	به عنوان یک متخصص آموزشی، یک گفتگوی شفاف بسیار مهم است: • دلایل احتمالی را با هم بررسی کنید • والدین را تشویق کنید که با هم راه حل پیدا کنند، مثلاً: ○ راهکارهایی برای ابراز احساسات ○ دوره های استراحت های ثابت و منظم ○ جایگزین هایی برای گاز گرفتن نکاتی برای رفتار با فرزند خود: • آرام و خونسرد باشید • شرمسار نکنید • حس امنیت را ایجاد کنید • از احساس گناه دوری کنید	بسیاری از والدین کودکانی که گاز گرفته شده اند، بعد از آن، مهد کودک را اینطور می‌بینند: • دیگر به عنوان مکانی امنی نیست • با بی اعتمادی فزاینده این امر به ویژه زمانی دشوار می‌شود که هیچ برنامه روشنی برای مقابله با آن وجود نداشته باشد. این امر به ویژه خانواده‌هایی را شامل می‌شود که با سیستم مهدکودک کمتر آشنا هستند یا به متخصصان مراقبت از کودک اعتماد کمی دارند. خانواده ها به موارد زیر نیاز دارند: • شفافیت • احساس جدی گرفته شدن • یک رویکرد آموزشی روشن • کمک به رفع موانع زبان • دعوت‌های همدلانه و مکرر در سطح چشم برای مشارکت بیشتر در زندگی روزمره مهدکودک. یک مفهوم قابل درک به **حفظ یا بازیابی اعتماد** کمک می‌کند
راهنمایی	از نامه ما به والدین در کنار یک گفتگوی آرام و صمیمانه استفاده کنید.	

۴. در پایان

گاز گرفتن یک **مرحله رشدی موقتی** است. کودکان از این راه برای ابراز احساسات و نیازهای خود استفاده می‌کنند. با واکنش‌های واضح و آرام، حمایت همدلانه و همکاری نزدیک بین والدین و متخصصان، می‌توان رفتار گاز گرفتن را به خوبی مدیریت کرد.
اگر گاز گرفتن بسیار مکرر یا برای مدت طولانی‌تری اتفاق بیفتد، پشتیبانی بیشتر می‌تواند مفید باشد، به عنوان مثال، از طریق: مراکز مشاوره، پزشکان یا متخصصان دارای تخصص خاص.
تقریباً در همه موارد، می‌توان با هم راه‌حلی پیدا کرد که کودک را توانمند سازد و از کل گروه محافظت کند.

۵. منابع/مطالب مفید

کارینا هیر (۲۰۲۲). فقط کروکودیل مجاز به گاز گرفتن است – کتاب مقوایی با تصاویرسازی‌های ماریلنا فریزه.
دوروتی گوتکنشت (۲۰۲۴). وقتی کودکان گاز می‌گیرند: گزینه‌های عملی آگاهانه و واکنشی. کتابی تخصصی در مورد این موضوع برای متخصصان، مدیران و ارائه دهندگان خدمات.

منابع:
تیم تحریریه (۲۰۱۴) BVKJ ، وقتی بچه‌های کوچک گاز می‌گیرند: برخورد با زخم‌های ناشی از گازگرفتگی در مهدکودک‌ها و مراکز مراقبت روزانه. آخرین دسترسی در ۸ دسامبر ۲۰۲۵، دسترسی در: https://www.kinderaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/wenn-kleine-kinder-beissen-umgang-mit-bisswunden-in-krippe-und-kita/
گوتکنشت، د. (۲۰۱۸). وقتی «پوست- من» آسیب می‌بیند: برخورد حرفه‌ای با رفتار گاز گرفتن کودکان خردسال در مهدکودک. آخرین دسترسی در ۸ دسامبر ۲۰۲۵. دسترسی در: https://www.kita-fachtexte.de/de/fachtexte-finden/wenn-das-haut-ich-verletzt-wird-professioneller-umgang-mit-dem-beissverhalten-von-kleinkindern-in-der-kita
استندورف سرویسوگلو اِ. (۲۰۲۲) فرزند من، مهدکودک - وحشت: چرا کودکان گاز می‌گیرند و چگونه می‌توانید با آن مقابله کنید. آخرین دسترسی در ۸ دسامبر ۲۰۲۵. موجود در: https://www.element-i.de/magazin/mein-kind-der-kita-schreck-warum-kinder-beissen-und-wie-sie-damit-umgehen-koennen/
پرو کیتا (۲۰۲۵). وقتی کودکان گاز می‌گیرند: درک علل و ارائه پشتیبانی عملی به والدین. آخرین دسترسی در ۸ دسامبر ۲۰۲۵. دسترسی در: https://www.pro-kita.com/eltern/elterngespraeche/wenn-kinder-beissen-so-klaeren-sie-eltern-ueber-ursachen-und-loesungen-auf/
رویس، ل. (۲۰۲۰). وقتی کودکان خردسال گاز می‌گیرند. آخرین دسترسی در ۸ دسامبر ۲۰۲۵. موجود در: https://www.element-i.de/magazin/wenn-kleine-kinder-beissen/

والدین/ سرپرستان محترم،

امروز، یک حادثه گازگرفتگی در مرکز ما رخ داد که مایلیم در مورد آن به طور شفاف به شما اطلاع دهیم.
حوادث گاز گرفتن در مهدکودک و پیش‌دبستانی، به خصوص در کودکان خردسال، امری رایج است.. اگرچه چنین موقعیت‌هایی برای همه افراد درگیر استرس‌زا است، می‌خواهیم به شما اطمینان دهیم: **گاز گرفتن یک مرحله از رشد است** و رفتاری عمدی یا "بد" نیست.

☐ فرزند شما امروز گاز گرفته شده است.
☐ فرزند شما امروز کسی را گاز گرفته است.
☐ در حال حاضر موارد گاز گرفتن مکرری وجود دارد که ممکن است فرزند شما شاهد آن بوده باشد.

چرا موقعیت‌های گاز گرفتن رخ می‌دهد؟
کودکان، به خصوص در سال‌های اولیه زندگی، اغلب خود را از طریق بدنشان ابراز می‌کنند. دلایل می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- عطش کشف و یادگیری با تمام حواس
- دندان درآوردن

یا

- احساسات قوی مانند ناامیدی، خشم یا توقع بی جا
- خستگی، گرسنگی یا محرک حسی
- هنوز زبان گفتاری به اندازه کافی برای بیان خود نیاموخته است.

بچه‌ها برای آسیب رساندن به دیگران گاز نمی‌گیرند، بلکه به این دلیل گاز می‌گیرند که در آن لحظه راه دیگری برای ابراز وجود ندارند.

چگونه پیشگیری کنیم
در برنامه روزانه خود، ما به موارد زیر توجه ویژه‌ای داریم:

- فضای کافی برای میل به حرکت و نیاز به جبران کردن(تعادل)
- فرصت های برای خلوت کردن
- روندهای واضح و قابل پیش بینی
- نامگذاری احساسات و نیازها
- جایگزین‌های مناسب سن (مثلاً حلقه‌های دندانی، توپ‌های ضد استرس)

درخواست ما از شما
لطفا در خانه با فرزندتان با **آرامش و بدون قضاوت** صحبت کنید.
سرزنش و تنبیه مفید نیستند. چیزی که کودکان در این مرحله بیش از همه به آن نیاز دارند، **امنیت، درک و حمایت** است.
در صورت داشتن هرگونه سوالی، نگرانی یا نیاز به صحبت، لطفا در هر زمانی با ما تماس بگیرید. ارتباط آزاد برای ما بسیار مهم است.

از اعتماد و حمایت شما سپاسگزاریم.

با احترام
تیم مهد کودک شما

برخورد ما با شرایط
در شرایط حاد، موارد زیر را داریم:

- با آرامش و قاطع مداخله کردن
- کودک گازگیرنده متوقف و همراهی می شود
- کودک گاز گرفته آرام و از او مراقبت می‌شود

برای ما مهم است که از **هر دو کودک محافظت و حمایت کنیم**.هیچ انگ و برچسبی به عنوان «مرتکب» یا «قربانی» زده نمی‌شود.

مراقبت های پزشکی
اگر فرزند شما گاز گرفته شده است، ما موارد زیر را انجام می‌دهیم:

- ناحیه آسیب دیده تمیز و خنک می‌شود.
- در صورت آسیب دیدگی پوست علاوه براین ضدعفونی می شود (با ضدعفونی کننده‌های مناسب و مناسب کودکان)

نکته در مورد وضعیت واکسیناسیون:
در صورت **آسیب پوستی**، لطفا **وضعیت واکسیناسیون کزاز** فرزندتان را بررسی کنید و در صورت نگرانی و عدم اطمینان یا مشاهده هرگونه مورد غیرعادی با پزشک متخصص اطفال خود تماس بگیرید.