

Dziecko agresywne



Zdolność do agresji przynosimy ze sobą na świat. W ten mechanizm wyposażyla nas natura, a rozwinął się on jako obrona przed atakiem, a także sposób zdobycia dóbr niezbędnych do przetrwania.

Agresję zwykle wyzwała jakaś konkretna sytuacja. Mechanizmów ekspresji agresji nie musimy się uczyć, są one spontaniczne. Różne są natomiast sposoby jej opanowywania. Dla nas, rodziców, agresywne zachowanie dziecka to zawsze jakiś komunikat-jestem zły, gniewam się; boję się; nie zgadzam się; jestem głodny, zmęczony... W przypadku małych dzieci agresja często jest zachowaniem spontanicznym, impulsywnym, nad którym dziecko nie potrafi zapanować- np. kiedy kolega w piaskownicy burzy mu zrobioną budowlę lub odbiera ulubioną zabawkę. W przypadku nastolatków agresja bywa demonstracją dorosłości, chęcią udowodnienia przynależności do grupy, skutkiem modelowania np. pod wpływem telewizji czy internetu, a także wynikiem braku umiejętności wyrażania i kontrolowania negatywnych emocji.

Gdy dziecko przejawia zachowania agresywne, nie wolno ich tak po prostu zabronić. Zbyt długo hamowana agresja w końcu wybuchnie albo znajdzie ujście w zabawach, które szkodzą samemu dziecku. Najlepiej jest pokazać małemu złośnikowi, jak może wyładować agresję w słowach lub podczas zabawy. Może np. rzucić poduszką o łóżko, podrzeć przeznaczoną do tego gazetę, zamazać kredkami kartkę albo głośniej krzyknąć jakieś słowo (może je nawet sobie wymyślić). Powiedz, co ty robisz, gdy się zezłościł. Z czasem dziecko nauczy się panować nad swoim zachowaniem. Zanim jednak to nastąpi, czeka cię praca nad dzieckiem.

1. Kiedy już mniej więcej wiesz, o co chodzi dziecku, pomóż mu nazwać to, co w danym momencie czuje, mówiąc: *Widzę, że jesteś wściekły, zły*. Pamiętaj-dziecko walące na oślep czy tupiące z wściekłości tak naprawdę czuje się samotne, bezradne, nieszczęśliwe. Pomóż mu opanować ten przykry, także dla niego, stan.
2. Nie karz go za to, że wrzeszczy gdy np. na siłę go karmisz, ubierasz, bądź krzyczysz, aby wreszcie zasnął. Pokaż mu jak w bezpieczny i akceptowalny

sposób może wyrażać swój gniew czy sprzeciw.

3. Nigdy nie reaguj agresją na agresję. Jeśli ty wykorzystasz „argument siłowy” przeciwko dziecku, ono odbierze to jako przyzwolenie na takie zachowania. Skoro mówisz „nie wolno bić”, to zdanie odnosi się również do ciebie. Dzięki temu dziecko zrozumie, że nie tolerujesz używania siły przeciwko drugiej osobie w żadnych sytuacjach. Poza tym łatwiej jest argumentować zakaz bicia, jeśli sama tego nie robisz.

4. Kiedy dziecko przestaje panować nad swoimi reakcjami, bo złość mu na to nie pozwala, przytul je, obejmij mocno i powtarzaj, jak bardzo jest dla ciebie ważne.

5. Przede wszystkim sama zachowuj się tak, jak oczekujesz, że dziecko będzie się zachowywało. Nie wyżywaj się na nim, gdy sama jesteś zła, tylko opowiedz mu o tym, co czujesz i dlaczego.

Najważniejsze! W przypadku agresywnych zachowań dziecka należy uzbroić się w cierpliwość.

Pozdrawiam.

Kolejny artykuł - Bałaganiarz

Opracowała Beata Byczyńska-Gruca

Źródło:

Anna Kozłowska, Jak pomóc rodzicom kochanego, ale nieznośnego dziecka;

Joachim Rumpf, Krzyczeć, bić, niszczyć. Agresja u dzieci w wieku do 13 lat.