

PRZECIWDZIAŁANIE AGRESJI WSRÓD DZIECI –

materiał informacyjny

Na temat agresji napisano wiele książek, prowadzono wiele warsztatów, dyskusji, badań, eksperymentów pedagogicznych i psychologicznych. Pracujący z dziećmi specjaliści wciąż zadają pytania o praktyczne metody, formy pracy z podopiecznymi przejawiającymi zachowania agresywne.

W literaturze przyjmuje się, że agresją jest każde świadome, zamierzone działanie, którego celem jest wyrządzenie komuś krzywdy, bólu, straty, cierpienia moralnego. Zachowania, które mają na celu sprawienie komuś bólu fizycznego – czyli szarpanie, bicie, popychanie, jaki i zachowania, które powodują ból emocjonalny, przykrość – czyli ośmieszanie, dokuczanie, obmawianie, kłótnie, wykluczenie z grupy. Formą agresji są też zachowania wywołujące poczucie zagrożenia strach – grożenie, zastraszanie oraz niszczenie przedmiotów należących do innych.

Złość, gniew czy smutek to emocje, do których odczuwania każda jednostka ma prawo. Z tego też powodu nie ma możliwości rozróżniania emocji na te „dobre” i „złe”. Wszystkie stany emocjonalne są potrzebne i rozwojowe dla każdej jednostki, lecz mogą różnić się i wartościować w oparciu o sposób ich wyrażania. Dlatego też tak ważne jest uczenie najmłodszych społecznie akceptowanych form wyrażania swoich uczuć.

Praca nad agresywnymi zachowaniami dziecka jest procesem, czyli rozgrywa się w czasie. Warunkiem powodzenia tego procesu jest uświadomienie sobie, że **nauczyciel nie pracuje z agresywnym dzieckiem, tylko nad agresywnymi zachowaniami dziecka**. Należy rozróżnić dziecko jako osobę od jego zachowania. Agresja nie jest cechą dziecka, tylko jedną z metod, których wychowanek używa do realizacji swoich potrzeb. Zachowania agresywne są jedną z metod walki o swoje oraz sposobem reagowania w sytuacjach zagrożenia. Myślenie o „*agresywnym zachowaniu dziecka*” jest ważne jeszcze z jednego powodu: dużo łatwiej jest pracować nad zmianą zachowania niż nad zmianą człowieka. Praca ta wymaga od dorosłego człowieka spokoju i opanowania.

Praca nad agresywnymi zachowaniami – ogólny schemat postępowania

- Profilaktyka.
- Działania w momencie incydentu (reakcja w przypadku agresywnego zachowania).
- Działanie po incydencie.

JAK SKUTECZNIE WSPIERAĆ DZIECI W ROZWOJU EMOCJONALNYM I ZAPOBIEGAĆ ESKALACJI AGRESJI U PRZEDSZKOLAKÓW

MODELOWANIE NIEAGRESYWNEGO ZACHOWANIA

Dowiedziano, że dzieci są doskonałymi obserwatorami i bardzo szybko przysposabiają zachowania innych osób; w podobnych do obserwowanych sytuacji ich zachowanie może być analogiczne. Warto wzbogacić przez dzieci zachowania innych o takie, które podkreślą prawidłowe społecznie akceptowalne wzorce reakcji.

TRENING UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH

Wszystkie emocje, jakich doświadcza człowiek, mają swoje zadania i sprzyjają jego funkcjonowaniu. Problem stanowi moment, kiedy emocje zaczynają się kumulować przy równoczesnym braku możliwości ich wyładowania. Jednym ze sposobów zapobiegania agresji jest kształcenie ludzi w zakresie konstruktywnego wyrażania gniewu, krytycyzmu, negocjowania i poszukiwania kompromisu w przypadku zaistnienia konfliktu oraz wrażliwości na potrzeby i pragnienia innych osób.

ROZWIJANIE EMPATII

Empatia (współodczuwanie) stanów i emocji drugiej osoby, może stanowić solidną przeszkodę dla przejawów zachowania agresywnego. Jeżeli dziecko jest w stanie przewidzieć jakie szkody może wywołać jego zachowanie oraz jakie emocje może wywołać w koleżance czy koledze to celowe, niekontrolowane zadanie cierpienia, wówczas empatia okaże się przeszkodą.

SZYBKĄ INTERWENCJĄ

Istotne jest, aby nie pozostawiać zaobserwowanych sytuacji wychowawczych, w których wystąpiło zachowanie agresywne bez reakcji oraz odpowiedniego komentarza, wspólnej pogadanki. Każdy agresywny przejaw zachowania powinien zostać omówiony na osobności z dzieckiem wraz ze szczególnym wskazaniem pozytywnego wzorca zadośćuczynienia osobie poszkodowanej.

WSPÓLPRACA Z RODZICAMI – WARSZTATY, SZKOLENIA

Współczesne badania dowiodły, że stosowanie kar czy też inne zachowania o podłożu agresywnym w stosunku do dziecka stają się predykatorem do powielania przez niego podobnych form zachowania. Warto wzbogacić formy, metody wychowawcze rodziców oraz opiekunów o te najbardziej pozytywne, skuteczne i rozwojowe dla ich podopiecznych, które okażą się cennym zasobem edukacyjnym.

Bibliografia:

1. Stępień-Rejszel K.O., *Agresja, której się uczymy*, „Wychowanie w Przedszkolu”, 2019, nr 1, s. 17-20.
2. Kałuba-Korczak A., *Praca nad agresywnymi zachowaniami dziecka*, „Wychowanie w Przedszkolu”, 2016, nr 2, s. 2-8.



Reagowanie w przypadku agresywnych zachowań

schemat



Profilaktyka

Wprowadź zasady i normy grupowe

Jasno określ swoją rolę przywódcy, opiekuna w grupie

Zadbaj o integrację

Ucz rozróżniania zachowań zabawowych i rozwojowych od zachowań agresywnych

Bezwzględnie reaguj nawet w przypadku słabo nasilonej agresji

Wspieraj rozwój emocjonalny dzieci

Działanie w trakcie incydentu

Zachowaj spokój

Rozdziel dzieci

Wyraź sprzeciw wobec nieakceptowanego zachowania (odwołaj się do norm)

Poczekaj na opadnięcie emocji wszystkich uczestników i świadków zdarzenia

UNIKAJ:
karania, podniesionego tonu, wszelkich zachowań nadmiernie ekspresyjnych, obrażania, strofowania itp., rozmów wychowawczych

Działanie po incydencie

Zajmij się sprawcą: pozwól mu na przedstawienie jego punktu widzenia

Upewnij się, że rozumie, na czym polega niewłaściwość zachowania

Obudź empatię

Zadbaj o przeprosiny i zadośćuczynienie

Jeśli trzeba – naraż agresora na konsekwencje jego zachowania

Wskaż (znajdźcie) zachowanie pożądane

Doceniaj każde pożądane zachowanie



Ulotka dla rodziców: *Jak postępować z dzieckiem agresywnym*

Szanowny Rodzicu!

Każde dziecko od czasu do czasu zachowuje się w sposób, który może być dla Ciebie nie do zaakceptowania. Zazwyczaj dzieje się tak, kiedy jakieś ważne potrzeby dziecka nie mogą być zaspokojone, a ono nie potrafi sobie z tym poradzić. Wszyscy mamy te same **podstawowe potrzeby**:

- fizjologiczne (np. potrzeba snu, jedzenia),
- bezpieczeństwa,
- miłości, przynależności, akceptacji,
- szacunku i uznania,
- poznawania świata, rozwijania zdolności i zainteresowań.

Pamiętaj, że dziecko w wieku przedszkolnym:

- chce jednocześnie doznawać opieki i być samodzielne,
- kiedy czegoś pragnie i tego nie dostaje, bardzo to przeżywa,
- z trudem przychodzi mu czekanie, odkładanie przyjemności na później,
- często nie potrafi uwzględnić punktu widzenia innej osoby,
- dopiero uczy się zasad życia w grupie,
- szybko uczy się zachowań, które widzi i które prowadzą do osiągnięcia celu.

Bywa, że zachowania agresywne stają się dla dziecka podstawowym sposobem zaspokojenia potrzeb.

Jeżeli Twoje dziecko:

- bije, kopie, gryzie inne dzieci,
- wyrzywa im zabawki,
- rzuca przedmiotami,
- używa brzydkich wyrazów, przeżywa innych,
- w inny sposób wyrządza krzywdę dzieciom lub dorosłym, to prawdopodobnie nauczyło się w ten sposób radzić sobie z własnymi potrzebami i emocjami.

Jak możesz pomóc swojemu dziecku?

- Wytłumacz małuchowi, że wszystkie uczucia, jakich doznaje, są „w porządku”, że akceptujesz je całkowicie, razem z jego emocjami.
- Powiedz dziecku, że przykre uczucia można okazywać tak, aby nie krzywdzić siebie i innych.
- Ustal razem z dzieckiem, jakie zachowania są niedopuszczalne w Waszym domu. Ustalenia powinny obowiązywać wszystkich członków rodziny.
- Zapowiedz, jakie konsekwencje będą wyciągane w przypadku użycia przemocy (np. zakaz oglądania bajek tego dnia).
- Umów się z dzieckiem, w jaki sposób może bezpiecznie wyrażać swoją złość (np.: wolno tupać, narysować złość, podrzeć niepotrzebną kartkę).
- Podpowiedz dziecku, jak może się uspokoić w przypadku narastającej złości (np.: wziąć głęboki oddech, policzyć

do trzech, zrobić kilka przysiadów, podskoków). Przećwiczcie te sposoby.

- Wszystkie rozmowy na temat złości i agresji należy prowadzić, gdy jesteście spokojni i mamy na to czas.
- Okaż cierpliwość. Dziecko może się stopniowo nauczyć, jak radzić sobie bez agresji, jednak jest to proces długotrwały. Początkowo może nastąpić nasilenie zachowań agresywnych, gdy dziecko będzie reagować buntem na nowe ustalenia. Trzeba spokojnie przeczekać ten trudny okres, realizując to, co zostało ustalone.
- Bardzo ważna jest współpraca z nauczycielami przedszkola, do którego uczęszcza Twoje dziecko – wspólne ustalenia dotyczące zasad zachowania i konsekwencji wyciąganych w sytuacji ich łamania.

W razie silnego wybuchu złości:

- Jeżeli dziecko wyraża złość w sposób niezagrażający sobie i innym (np. kładzie się na ziemi i wali rękami i nogami, stoi i krzyczy), obserwuj je niezauważalnie dla niego, czekając, aż się uspokoi.
- Jeżeli dziecko wyraża złość poprzez atak na kogoś lub niszczenie przedmiotów, przytrzymaj je, aż się wyciszy.

Porozmawiaj z dzieckiem dopiero, gdy się uspokoi, i wyciągnij konsekwencje.

Dziecko, które przeżywa silne emocje, łatwo wpada w złość i stosuje zachowania agresywne, doświadcza wielu nieprzyjemnych przeżyć: słyszy o sobie niemiłe uwagi, bywa odrzucane przez inne dzieci, jest niezbyt lubiane przez dorosłych.

Spraw, żeby w świecie dziecka było jak najwięcej dobrych doświadczeń!

- Wykorzystaj każdą sposobność, aby pochwalić dziecko, docenić jego starania, pokazać mocne strony.
- Baw się z dzieckiem, najlepiej codziennie przez mniej więcej 20 minut, pozwól mu być w tej zabawie przewodnikiem – niech wybiera, decyduje, wymyśla reguły gry. Taka zabawa pogłębi Twoją więź z dzieckiem, zaspokoi jego potrzebę akceptacji i uznania. Dziecko, które ma okazję być przez jakiś czas przywódcą, będzie potem bardziej skłonne wykonywać Twoje polecenia.
- Przed pójściem spać zapytaj dziecko, jak mu minął dzień. Pokaż mu wszystkie dobre rzeczy, które się wydarzyły: osiągnięcia, przejawy sympatii ze strony innych.

Pamiętaj: skoro dziecko uczy się zachowań agresywnych, może też się ich odczyścić. W różnych sytuacjach życia codziennego pokazuj dziecku własnym przykładem, jak konstruktywnie można sobie radzić ze złością, rozwiązywać spory, osiągać upragnione cele.