

Rozwiązywanie problemów dzieci z komunikacją z otoczeniem i eliminowanie zachowań agresywnych

Agresja- (łac.-„aggressio”-napaść, natarcie), każde zamierzone działanie- w formie otwartej lub symbolicznej – mające na celu wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, straty lub bólu(Ranschburg 1985).

Niezaspokojenie potrzeb przyczyną agresji.

Każda forma agresji ma trzy komponenty:

- 1-złość(gniew)- rodzi się z niezaspokojonych potrzeb,
- 2-nadruchliwość- powoduje, że łatwiej tę frustrację odczuć i poddać się jej,
- 3-lęk- pochodzi z poczucia zagrożenia(np. gdy dziecku grozi odtrącenie z grupy rówieśniczej).

Formy agresji:

-Agresja werbalna- polega na konfrontacji słownej związanej z wyzwiskami, a także z obwinianiem, skarżeniem, lamentowaniem. Są to także kłótnie, obraźliwe słowa, prowokowanie.

-Agresja fizyczna- bójki, poszturchiwania, może to być atak lub obrona przed nim.

-Agresja utajona-trudna do zauważenia, dlatego tak niebezpieczna- prowokacja, ignorowanie koleżanki/kolegi, przedrzeźnianie.

-Agresja cicha- jest opanowywana przez przedszkolaków i ma na celu poniżenia drugiej osoby przez wywołanie u niej reakcji jawnej agresji. Wówczas dorośli widzą, kto bije, a prawdziwego prowokatora trudno jest zidentyfikować.

-Agresja relacji- plotki, obmawianie, szantaż- żeby stworzyć komuś “złą opinię” w grupie i wykluczyć go z kontaktów np. z zabawy. Agresja występuje w równym stopniu u dziewczynek i u chłopców.

-Mówiąc o agresji należy wspomnieć także o autoagresji, czyli zachowaniu skierowanym przeciwko sobie: uderzanie głową w ścianę, obgryzanie paznokci aż do krwi, a także pobudzanie fizyczne w wyniku, którego dzieci ulegają samookaleczeniu np. na skutek biegania, skakania. Dzieci przejawiające swoją agresję w takiej formie, wymagają profesjonalnej pomocy terapeutycznej, gdyż zachowania tego typu traktowane są jako zaburzenia. Może się zdarzyć, że dziecko w swojej rozpaczliwej próbie przekonane jest, że samo musi się ukarać za swoje zachowanie, albo nawet za swoje myśli, często, aby chronić innych przed sobą. Dzieci te dostrzegają siebie, działania i reakcje innych w tak zniekształcony sposób, że hamowane przez ogromny strach są w stanie niedostatecznie i błędnie przetwarzać docierające do nich bodźce.

Agresja to także:

- Opór wobec rodzica/nauczyciela.
- Niszczenie przedmiotów swoich i cudzych(zabieranie i niszczenie zabawek)
- Przesadne żądanie zainteresowania i uwagi ze strony innych.
- Przeszkadzanie innym dzieciom.
- Wybuchowość.
- Żądanie natychmiastowego zaspokojenia potrzeb.
- Krzyki i groźby wobec innych dzieci.
- Agresja to również brak przyzwolenia na przyłączenie się do zabawy, wykluczenie kogoś z rozmowy, zabawy, zemsta, groźba, dręczenie, onieśmielenie.

Przyczyny agresji:

- Niezaspokojenie potrzeb lub pragnień.
- Nieprawidłowe wzorce rozwiązywania konfliktów.
- Niskie poczucie własnej wartości.

- Nowe sytuacje(np. pojawienie się młodszego rodzeństwa).
- Brak jasno określonych norm i zasad zachowania.
- Brak odpowiedniej ilości odpoczynku.
- Środki masowego przekazu(internet, gry komputerowe, bajki, filmy).-Programy (np.TV) w których występuje przemoc.

Co można zrobić zanim dziecko rozkręci się w agresji?

- „Pochylić się nad dzieckiem”, spróbować zrozumieć co przeżywa i czego potrzebuje.
- Okazać dziecku zrozumienie („Widzę, że jesteś zdenerwowany, rozdrażniony, że coś cię martwi”).
- Dać możliwość ograniczonego wyboru („Zostajesz tu z dziećmi, czy wolisz pobyć sam?”).

Inne metody radzenia sobie z dziecięcą agresją:

- rysunek terapeutyczny.
- bajkoterapia.
- pantomima.
- niedyrektywna terapia zadaniowa (polega na podążaniu za dzieckiem w czasie zabawy; to dziecko kieruje przebiegiem zabawy- dzięki temu osoba dorosła może zaobserwować zachowania dziecka, jego frustracje i problemy).
- Ćwiczenia ruchowe (np. przebiegnięcie się wzdłuż ogrodzenia).
- Dziurawienie kartki długopisem, piórem.
- Walki figurami złości.
- Stosowanie różnych technik oddechowych.
- Zabawa ”Wypuszczona para”- dmuchanie piórka, aby jak najdłużej utrzymało się w powietrzu.
- Zorganizowanie „kącika złości”, czyli miejsca gdzie dziecko będzie mogło rozładować złość poprzez np. uderzanie we wszystkie garnki o patelnie w nim zgromadzone.
- Woreczek złości, w którym zamykamy złość.

Pamiętajmy: AGRESJA TO ROZPACZLIWE WOŁANIE O POMOC!!!

„Należy dziecku okazywać miłość, serdeczność, dać mu poczucie bezpieczeństwa i spokoju bez względu na formy zachowań”.

Agresja rodzi się z lęku, braku wiary we własne siły i niezaspokojonych potrzeb, akceptacji, miłości, bezpieczeństwa w kontaktach z najbliższymi osobami. Napięcia emocjonalne występujące w sytuacjach, w których dziecko czuje się odrzucone uczuciowo, zagrożona jest jego pozycja w grupie rówieśników, lub kwestionowana jest jego samodzielność, powodują jego wybuchy złości, aby chociaż w ten sposób zwrócić na siebie uwagę.

Negatywne zachowania u dzieci są również spowodowane obojętnością i brakiem miłości rodzicielskiej. Agresję wyzwalają również ciężkie kary, które są czasem niewspółmierne do przewinienia. Dzieci surowo karane przejawiają więcej agresji niż dzieci karane lekko. Kara jest dosyć silną frustracją, a jej groźba wywołuje silny strach- tak, że dziecko nie ma odwagi zmanifestować agresji w formie otwartej i dlatego w sposób nieświadomy w symbolice zabawy występuje silna tendencja agresywności.

Niekiedy przyczyną zachowań agresywnych dziecka jest nieprzemysłane postępowanie dorosłych. Ma to miejsce, jeśli np. rodzic ustępuje dziecku, które płaczem wymusza kupienie słodyczy czy zabawki, wówczas dziecko będzie powtarzało te zachowania, ponieważ prowadzi

one do pożądanego i korzystnego dla niego rezultatu. Dziecko przekonuje się, bowiem, że wybrany przez niego sposób działania, w tym przypadku zachowanie agresywne przynosi pozytywne efekty. Dzieci również bardzo często naśladują zachowania agresywne. Słuchają rodziców, obserwują i naśladują ich zachowanie.

Niestety nie ma „złotego środka”, aby zaradzić takim zachowaniom. Podstawową zasadą jest akceptacja dziecka takim, jakim ono jest. Nie oznacza ona jednak tolerancji złych zachowań. Nasza krytyka musi odnosić się do konkretnych zachowań niewłaściwych.

Na nas dorosłych: rodzicach, nauczycielach przedszkola spoczywa obowiązek nauczania dzieci rozpoznawania własnych emocji, jak radzić sobie z tymi emocjami i ugodowo rozwiązywać konflikty. Nie możemy lekceważyć przejawów agresji, powinniśmy wnikliwie analizować konflikty między dziećmi i natychmiast zająć właściwe stanowisko.

Dzieci muszą wiedzieć, co jest dobre, a co złe, oraz na jaką pomoc z naszej strony mogą liczyć.

„Sposób w jaki ludzie radzą sobie ze swoimi uczuciami i uczuciami innych, jest decydującym kryterium przy określaniu tego, jak żyją z sobą i jak potrafią się porozumieć”

(Rosemarie Portmann)

*Opracowała: Zofia Lisowska
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Drawsku Pomorskim*