



AGRESJA

Agresja u dziecka zawsze budzi niepokój rodziców.

Co zrobić, gdy nasze dziecko jest agresywne i
bije ciebie albo dzieci w przedszkolu?
Jak radzić sobie z upartym i złośliwym
dzieckiem? Jak postępować z agresywnym
dwulatkiem, trzylatkiem czy sześciolatkiem?

Agresja u dziecka budzi nasz sprzeciw, ale nie zawsze wiemy jak sobie z nią radzić.

Agresywne dziecko nie jest marzeniem żadnego rodzica, choć świetnie wiemy, że każdy z nas ma w sobie negatywne emocje, przejawiające się czasem agresją. Zdarza się nam siarczyście zakląć pod nosem, uderzyć ręką w stół, a nawet stłuc talerz.

Nawet u najspokojniejszych i najgrzeczniejszych dzieci pojawiają się objawy agresji. Zwykle pierwsze tego typu zachowania obserwujemy około 2. urodzin, a na sile przybierają w wieku przedszkolnym.

Niestety, najczęściej dziecko kieruje agresję przeciwko rówieśnikom oraz rodzicom. W skrajnych przypadkach, co również nie jest dobre, przeciwko sobie samemu. Na każde zachowanie agresywne trzeba reagować i to natychmiast. Bo w przeciwnym razie będzie się to utrwałać.

Dobrze wiedzieć

- Jeśli dziecko nagle zaczyna zachowywać się wobec ciebie w sposób agresywny, należy poszukać przyczyny takiego zachowania. Zwykle zmiana zachowania dziecka ma gdzieś swoje źródło, jest wynikiem traumatycznego zdarzenia, bądź trudnych zmian.
- Może jesteś ostatnio zbyt zajęta na przykład swoimi problemami w pracy i dziecko zachowując się agresywnie, zwraca na siebie uwagę? A może chce ci pokazać, że coś złego wydarzyło się? Ze starszym przedszkolakiem możesz spokojnie porozmawiać o tym, dlaczego tak się zachowuje i czy coś go nie trapi.

- Natomiast w przypadku małego dziecka warto porozmawiać z przedszkolanką o tym, co się dzieje wśród dzieci. Czasem agresywne zachowanie dziecka jest wynikiem oglądania zbyt brutalnych bajek – dziecko odwzorowuje zachowania bohaterów oraz w taki sposób odreagowuje negatywne emocje.

Agresja u dziecka: jak radzić sobie z agresywnym dzieckiem?

- 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.

Z czasem dziecko nauczy się panować nad swoim zachowaniem. Zanim jednak to nastąpi, czeka cię praca nad dzieckiem

Powiedz: „Uderzyłeś mnie, bo byłeś zły, że nie pozwoliłam ci obejrzeć bajki. Rozumiem, że jesteś na mnie zdenerwowany, ale nie wolno ci mnie bić”.

- Pokaż dziecku, jak może odreagować złość. 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 zezłościś. Idziesz do łazienki i długo myjesz dłonie albo wychodzisz do drugiego pokoju i tam liczysz do dziesięciu.

- Jeżeli nie udało ci się pohamować złości i np. za głośno skrzyczałaś dziecko, porozmawiaj z nim o tym. Przyznaj się do tego, że jest ci przykro z powodu swojego niewłaściwego zachowania i przeproś za nie. Nie bój się przyznać do błędu. Dziecko uczy się od ciebie także takich zachowań.
- W przypadku agresywnych zachowań dziecka należy uzbroić się w cierpliwość. Możesz dziesiątki razy powtarzać, że „nie wolno bić”. Najważniejsza jest konsekwencja i nie poddawanie się, zanim nie osiągniesz sukcesu. A osiągniesz go!

WAŻNE!

- Cokolwiek się wydarzy, absolutnie nie wolno oddać dziecku uderzenia. 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.

PAMIĘTAJ

Skoro dziecko uczy się zachowań agresywnych,
to może się ich także oduczyć.