

Agresja fizyczna i słowna u dzieci

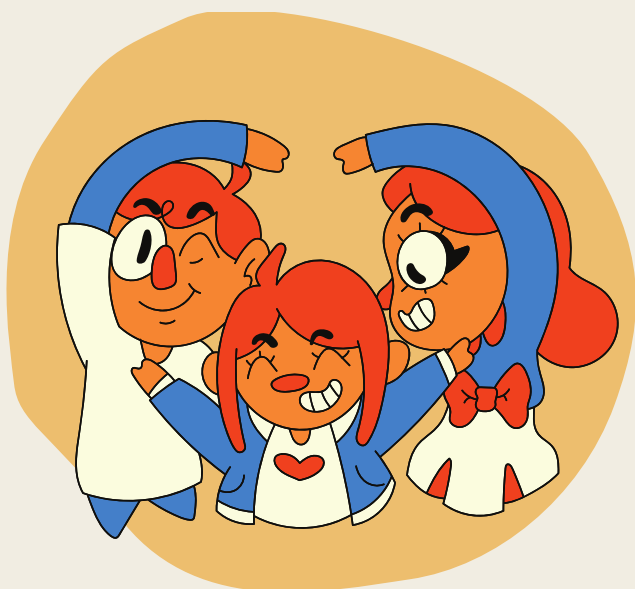
ZASADY DLA RODZICÓW I

- Dajemy znać, że widzimy emocje dziecka, nazywamy je, komunikujemy o swojej reakcji i odczuciach, dajemy ostrzeżenie.
- Nie traktujemy dziecka jak wroga ani partnera. Po jednej stronie jest dorosły, po drugiej – dziecko. Nawet jeśli jest to dziecko nastoletnie, to ono na poziomie reakcji jest gorsze niż pięciolatek.
- Próbujemy pomóc mu zrozumieć złość. Pytamy: „Kiedy uznajesz, że jesteś zły?”. I uczymy je, jak ma rozpoznawać pojawiające się symptomy złości. Przyspieszony oddech, walenie serca, spocone ręce. Zaraz po tym pojawia się emocja, czyli złość, rozczarowanie. Na emocje i biologiczne symptomy nie mamy wpływu, ale już na zachowanie tak. Pokazujemy dziecku, że agresja nie musi być efektem końcowym złości.



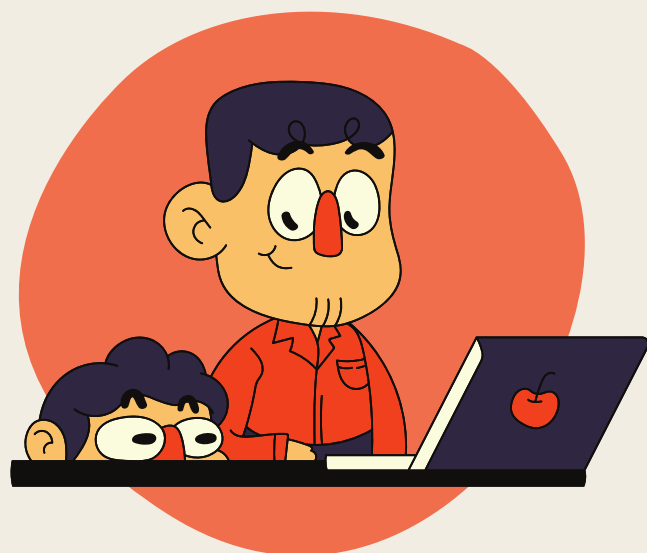
Przyczyny agresywnych zachowań u dzieci

- potrzebuje odreagować czy wyładować nagromadzone w ciągu dnia napięcie
- nie zna innego sposobu reagowania, a tylko takie zachowanie obserwuje w otoczeniu rodzinnym lub rówieśniczym
- chce stanowić o sobie i być niezależne
- coś poszło nie po jego myśli, coś na czym bardzo mu zależało
- czegoś chce, ale wie, że z przyczyn niezależnych od niego nie może tego dostać



ZASADY DLA RODZICÓW II

1. Ustalanie granic dopuszczalności”.
2. Jasne granice akceptowalnego zachowania dziecka powinny być oparte na podstawie bliskości.
3. Ustalone limity powinny być dostosowane do wieku i nie powinny kolidować z potrzebami dziecka.
4. Wyznaczyć granice, które pozwalają na małe zwycięstwa.
5. Wszystkie zasady, wymagania, ograniczenia i zakazy muszą być uzgodnione między rodzicami i osobami zaangażowanymi w wychowanie dziecka.
6. Konsekwencje (sankcje) powinny wynikać bezpośrednio ze złego zachowania”



Pamiętaj

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.

Ważne

Najważniejszą rzeczą, o której trzeba pamiętać jest to, że dzieci nie są celowo agresywne. Nie chcą celowo zranić innych. Są po prostu przytłoczone ich wielkimi emocjami i nie nauczone lepszego sposobu radzenia sobie z nimi.