

Agresja u dzieci

- przyczyny i sposoby jej przeciwdziałania

Agresja to każde zamierzone działanie – w formie fizycznej lub słownej – mające na celu wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, straty, bólu.

Podstawową cechą dzieci agresywnych jest nadmierna, trudna do opanowania wybuchowość. Zachowania takie występują często i jest ich dużo. Dziecko ma problemy z kontrolowaniem swojej reakcji na negatywne bodźce, które ją wywołują.

Agresja może przejawiać się w różnych formach m.in.:

- napastliwość fizyczna
- napastliwość słowna, kłótnia, przekleństwa
- nadmierny krytycyzm
- tupanie nogami
- trzaskanie drzwiami
- niszczenie cudzej własności
- nadmierna drażliwość przejawiająca się porywczością

Do przyczyn agresji zaliczyć można:

- frustracje wynikające z braku dobrego kontaktu z dorosłymi lub agresja z ich strony
- niskie poczucie własnej wartości
- modelowanie zachowań agresywnych w mediach (bajki i nie tylko), subkulturach
- mała umiejętność radzenia sobie z przeżywaniem silnych i negatywnych uczuć, a zwłaszcza złości
- brak umiejętności konstruktywnego rozwiązywania sytuacji konfliktowych

Jak sobie radzić z agresją u dzieci?

- poświęcać dziecku więcej czasu na rozmowę, wysłuchanie dziecka, a nie tylko na wydawanie poleceń
- ograniczyć czas spędzony przed telewizorem i komputerem, wspólnie dobierać programy, które dziecko może oglądać, jeżeli to możliwe to wybierać programy takie, które coś dziecku dadzą, po programie porozmawiać z dzieckiem na ten temat
- ustalić wspólnie z dziećmi normy obowiązujące w rodzinie, w przedszkolu itd.
- przydzielić dziecku stałe obowiązki i co ważne, sumiennie rozliczać z tych obowiązków
- w sytuacjach konfliktowych wyrazić stanowczo dezaprobatę zachowania - "Nie pozwolę na takie zachowanie", "Nie zgadzam się na takie zachowanie", "Zabraniam wam takich zachowań"