

Jak pomóc dziecku przejawiającemu agresywne zachowania?

Agresja u dziecka jest najczęściej objawem bezsilności, bezradności, postawą nieświadomego wołania o pomoc, sygnałem potrzeby znalezienia własnego miejsca w świecie, grupie, rodzinie. Wspomaganie dziecka przejawiającego agresywne zachowania wymaga od nas cierpliwości, opanowania, empatii, ale również bycia stanowczym i konsekwentnym. Obowiązkiem każdego rodzica oraz nauczyciela jest torowanie drogi młodemu człowiekowi ku odpowiednim wzorcom i prawdziwym wartościom.

We wspomaganiu dziecka przejawiającemu agresywne zachowania pomoże nam:

- wyznaczenie jasnych reguł i granic oraz egzekwowanie ich przestrzegania
- obdarzanie ciepłem, uśmiechem, miłością, okazywanie sympatii i uwagi
- rozmawianie z dzieckiem o jego potrzebach, o tym, co dla niego ważne, na czym mu zależy
- wspieranie pasji dziecka i zainteresowań
- zwracanie uwagi na komunikaty zarówno werbalne, jak i niewerbalne, które dziecko do nas wysyła
- angażowanie dziecka do różnorodnej pomocy
- kształtowanie umiejętności współodczuwania
- zachęcanie dziecka do mówienia o swoich uczuciach, o tym, co je powoduje
- szczere mówienie o tym, co sami czujemy
- bycie właściwym modelem – przykładem dla dziecka
- uczenie radzenia sobie ze złością, nie raniąc innych
- pokazanie alternatywnych wobec agresji, konstruktywnych sposobów radzenia sobie z narastającym napięciem
- stwarzanie okazji do wyładowania nadmiaru energii w formie możliwej do zaakceptowania (np. zajęcia sportowe)
- dostrzeganie mocnych stron dziecka, jego pozytywnych cech, wzmacnianie jego wiary w siebie
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za realizację określonych zadań, powierzonych obowiązków

Musimy pamiętać, jak ważne jest dbanie o rozwój społeczny i emocjonalny dziecka już od najmłodszych lat. Naszą rolą jest nauczenie go właściwego postępowania i prawidłowej ekspresji uczuć, pokazanie tego, co najważniejsze i dostarczenie pozytywnej energii. Umacniajmy zatem z dzieckiem pozytywną więź, dawajmy mu wsparcie i dużo rozmawiajmy, ponieważ wychowywane w świecie wartości i ciepła ma wielkie szanse wyrosnąć na serdecznego, mądrego człowieka.

Opracowała na podstawie materiałów szkoleniowych „Zabawy grupowe przeciwdziałające agresji u dzieci”
Anna Lorek