

DLACZEGO DZIECI ZACHOWUJĄ SIĘ AGRESYWNIE ?

W literaturze **agresją nazywa się zachowanie** zwrócone przeciw innym osobom (również przeciw samemu sobie) i przedmiotom oraz działanie na ich szkodę. Agresja może przybierać formy fizyczne i psychiczne.

Agresja słowna to ubliżanie, grożenie, wyśmiewanie, dokuczanie, obrzucanie wyzwiskami, ośmieszanie, uszczypliwości lub kpiny. Jej konsekwencje to poczucie zagrożenia, odrzucenie i wyizolowanie drugiej osoby z grupy.

Agresja fizyczna, to fizyczny atak na drugą osobę lub jej własność. Najczęściej przybiera formę bezpośrednią, a więc taką, kiedy dochodzi do fizycznego kontaktu agresora z ofiarą. np. w postaci uderzeń, popychania, kopania lub zadawania ran

Agresja może być generowana w środowisku rodzinnym, Dzieci częściej są agresywne, jeżeli mają do czynienia z agresją i przemocą w rodzinie, kiedy w rodzinie panuje chaos, a role matki i ojca nie są w pełni realizowane. Może się to wyrażać między innymi przez:

- negatywny lub chłodny stosunek emocjonalny rodziców do dziecka,
- brak wyznaczonych granic, których dziecku nie wolno przekraczać w zachowaniu się.

Dzieci, które czują się bezpiecznie w swoich relacjach z rodzicami są mniej agresywne i lepiej radzą sobie z emocjami.

Wzrost zachowań agresywnych dzieci warunkują przyczyny psychologiczne:

- frustracje wynikające z braku dobrego kontaktu z dorosłymi lub rówieśnikami: agresja z ich strony,
- niskie poczucie własnej wartości, połączone z dużą liczbą otrzymanych przez nich negatywnych komunikatów od dorosłych,
- modelowanie zachowań agresywnych w grach komputerowych, mediach, subkulturach,
- brak jasnych i czytelnych reguł życia szkolnego,
- mała umiejętność radzenia sobie z przeżywaniem silnych i negatywnych emocji, zwłaszcza złości,
- brak umiejętności konstruktywnego rozwiązywania sytuacji konfliktowych,

- frustracja spowodowana brakiem perspektyw życiowych.

Badania psychologów pokazują, że przemoc występująca w grach komputerowych i telewizji wzmacnia zachowania agresywne i tłumi wrażliwość w odbiorze realnego życia.

Dzieci agresywne:

- mają potrzebę dominacji wobec innych,
- używając groźby i siły, bronią własnych praw, lekceważąc prawa innych,
- łatwo popadają w gniew, są impulsywne, sfrustrowane,
- nie umieją poradzić sobie z trudnościami i przeciwnościami,
- trudno jest im stosować się do ogólnie przyjętych reguł,
- są nastawione "na nie", przyjmują postawy wrogie,
- są zadowolone z własnych zachowań, bez poczucia wstydu i winy,
- mają łatwy kontakt z otoczeniem, umieją się wybronić w trudnej sytuacji, mają na wszystko odpowiedź.

Jak zapobiegać agresji u dzieci ?

1. Stwórzmy spokojną, nasyconą ciepłem i życzliwą atmosferę emocjonalną w rodzinie. Okazujmy naszym dzieciom miłość i zainteresowanie. Rozmawiajmy z nimi, poznajmy ich przyjaciół, dowiedzmy się, co je interesuje. Dziecko w takiej atmosferze będzie się czuło bezpieczne i akceptowane. Doceniajmy nawet drobne sukcesy oraz wysiłek włożony w wykonanie zadania, aby dziecko miało poczucie własnej wartości.
2. Ustalmy jasne reguły i zasady rządzące w rodzinie i konsekwentnie ich przestrzegajmy. Pomagajmy dzieciom w porządkowaniu otoczenia, w którym przebywają, a potem stale przypominajmy o ich drobnych obowiązkach.
3. Stosujmy z rozwagą kary, gdyż kara często nie likwiduje zachowań agresywnych, a raczej utrwała je. Dziecko karane za agresywne zachowanie, nauczy się hamować agresję w obecności rodziców, a ujawniać ją w innych sytuacjach, np. w szkole. Chodzi o to, by dziecko zachowywało się poprawnie nie dlatego, że boi się kary, ale dlatego, że tak podpowiada mu jego wewnętrzny system wartości.
4. Organizujmy dzieciom aktywność ruchową (sportową, zabawową), aby mogły w kontrolowany sposób wyładować nadmiar drzemiącej

w nich energii. Usuwajmy z otoczenia te przeszkody, których pokonanie jest dla nich zbyt trudne.

5. Starajmy się być dla swoich dzieci pozytywnym wzorem do naśladowania. Dziecko widząc agresywne zachowanie ojca wobec matki lub niego samego, przenosi agresję na teren szkoły, podwórka. Jeżeli rodzic przeklina, czy wyraża się brzydko o innych, to dziecko sądzi, że też może tak postępować.
6. Chrońmy dzieci przed szkodliwym wpływem modeli agresywnego zachowania się. Nie pozwalajmy dzieciom na oglądanie filmów zawierających obrazy agresji, a równocześnie starajmy się zainteresować dziecko filmami i książkami ukazującymi pozytywne modele zachowania się.

Uczmy dzieci tolerancji i poszanowania drugiego człowieka, gdyż są to wartości niezbędne do poprawnego funkcjonowania w społeczeństwie. Warto podjąć trud i wyposażyć nasze dzieci w umiejętność właściwego traktowania potrzeb i uwrażliwić na potrzeby innych.

Dzieci otoczone miłością i zainteresowaniem mają mało powodów do agresji i wrogości, uciekają się do niej wtedy, gdy się boją, są osamotnione i pełne rozterek lub gdy mają silną potrzebę akceptacji, bądź zwrócenia na siebie uwagi otoczenia.

opracowała J. Wełna - Szczepańska