

Agresivnost kod djece

Prepoznajte agresivno djete i saznajte nesto vise o tome

Vrijeme i okolnosti u kojima zivimo učinili su nasilje i agresiju sastavnim dijelom nasih zivota. Bili mi toga svesni ili ne, različiti oblici agresije su postali toliko prisutni da mnoga ponasanja vise ni ne tumačimo kao agresivna niti primjećujemo da nasa deca sve vise pokazuju upravo ovakva ponasanje. Roditelji agresivna ponasanja shvataju kao problem, tek ako ona pređu ionako visoku, granicu tolerancije i postanu drustveno neprihvatljiva. Takođe, vremenom su se i roditelji podijelili u dve grupe: oni koji misle da je sasvim u redu, čak i pozeljno sto je njihovo dete tvrdoglavo, nemirno, (rijetko će reći za svoje djete da je agresivno), jer misle da im takve osobine mogu samo pomoći u ovakvom svjetu i druga grupa roditelja koja bi zelela da kod svoje dece njeguje prije svega komunikaciju kao model rijesavanja sukoba. Međutim, i ova druga grupa roditelja u pojedinim problemskim situacijama podrže agresiju deteta. (Na primijer, ukoliko neki diječak u skoli udara vase dijete, navesćete mu niz mogućih rijesenja, ali ćete vjerovatno dodati i ovo: »prvo ćes pokusati da mu objasnis da ti to smeta... ali ako on ne prestane, ti mu uzvрати istom mjerom....«) Tako smo različitim oblicima nasilja ili agresije ne samo podložni svi, već ih svi, povremeno i koristimo.

Danas razlikujemo eksplozivan i impolzivan bjes. Eksplozivan bjes pokazuju oni koji reaguju na svaku sitnicu, skloni su bučnim raspravama, nervozi, čestim scenama... Ovaj bjes se ispoljava burno, kratko traje i ne ostavlja posljedice. Impolzivan bjes je rjeđi ali se zato on dugo pamti a posljedice mogu biti opasne i zastrasujuće. Njega ispoljavaju oni koji u svakodnevnom zivotu ostavljaju utisak veoma smirene i stalozene osobe. Ipak, kada jednom »prasnu«, potpuno opravdavaju izreku: »Čuvaj se gnjeva strpljivog čovjeka.«

Međutim, prije nego neko ponasanje svog djeteta definisete kao eksplozivno, histerično, agresivno... razmislite da li je bas to u pitanju, ili mozda samo jos jedna faza u njegovom razvoju?

Naime, mnogi roditelji misle da kada djete sa nepunih godinu dana baca igračke svuda oko sebe i svaki put trazi od njih da mu istu igračku dohvate da bi je ono ponovo bacilo... da su to prvi sigurni znaci budućeg agresivnca. Međutim, ovakva »igra« sasvim je uobicajena za ovaj uzrast. Slično je i sa nesto kasnijim uzrastom, između 2. i 3. godine kada djete polako osvaja socijalni prostor. Ono sada zna da određene reči izazivaju različite reakcije odraslih. Ono uspjeva da isprovocira svoje roditelje korisćenjem tih rječi (najčesće je to NEĆU i drugi izrazi odbijanja ili inaćenja, a u malo kasnijem dobu i psovke) i tako provjerava granice koje su mu postavljene, sta je dozvoljeno, sta i zasto nije, sta se događa kada ono prekrsi dogovor da se te riječi ne koriste...Dakle, ponovo ni traga od agresije.

Ipak, već u predškolskom dobu mnoga djeca prolaze kroz različite faze bjesa, tj. agresije. Ona se bacaju po prodavnicama ukoliko nećete da im kupite čokoladu, upadaju u histerične napada plača ili vristanja sta god im odbijete. Naučili su i imaju u svom

iskustvu da ćete vi kad-tad popustiti ukoliko ostanu uporni. Zato ovo svoje ponasanje primenjuju za sve sto pozele. Jasno, roditelji popustaju jer je to mnogo lakse (na primer, dati djetetu sta pozeli) nego istrpjeti jos jednu scenu malog agresivca. Međutim, kada jednom popustite, slične napade bjesa mozete očekivati veoma često. Oni će se ponavljati u najrazličitijim situacijama kako na javnim mjestima, tako i u porodicnom okruzenju. Sve dok popustate, djete to koristi, tačnije, iskoriscava. Kao da ste mu dali zeleno svijetlo da se tako ponasa i ubuduće, vase djete je pronaslo sredstvo za dostizanje svakog svog cilja.

Kod većine djece daje rezultate jednostavno ignorisanje prilikom napada bjesa. Recite djetetu: “Ne mogu da te slusam, smeta mi kada tako jako vičes. Ja ću sada otići u drugu sobu i vratiti se kada se ti smiris. Tada ćemo moći da razgovaramo i dogovorimo se oko svega.” Vazno je da pri tom ostanete dosljedni. Otiđite u drugu sobu, izdrzite i budite sigurni da će ako ne prije, onda kada se umori od bjesnjenja prestati.

Upravo zato, vikanje i batine su uglavnom kontraproaktivne metode (djete vikanje moze shvatiti kao takmičenje, ko će koga vise da iznervira, ko ima vise zivaca, ko će biti glasniji...) a batine mogu delovati u jednoj situaciji ali nisu nikakvo odgojno sredstvo za buduće slične situacije. Naprotiv, fizičkim kaznjavanjem dodatno produbljujete nerazumevanje između vas i djeteta. Ono sto mozete pokusati je:

- U predškolskom periodu usredsredite se na vježbanje detetove koncentracije. Zajednička igra slaganja puzzle, ili igra sa glinom, plastelinom... mogu uticati da se negativna, nagomilana energija ispolji na pravi način, a da se istovremeno vježba paznja, razvija motorika, koordinacija pokreta...

- Timski sportovi omogućiće detetu da se fizički isprazni, ali i da vježba socijalnu komunikaciju sa vrsnjacima. Ako vam to ne odgovara, pokusajte zajedničkim fizičkim aktivnostima da kanalisete djetetove potisnute emocije i nezadovoljstva, istovremeno jačajući vas međusobni odnos (setajte zajedno, vozite bicikl...) Pri tom, ne zaboravite da je daleko vaznija sama fizička aktivnost nego sto su vazni rezultati ili takmičenje.

- Ograničite gledanje TV jer je često upravo sadržaj koji djete vidi na TV-u glavni okidač agresivnosti. Posebno su nepoželjni akcioni, horor i filmovi naučne fantastike. Na nasilne sadržaje (koji su toliko udomaćeni da ih vise nismo ni svesni), djeca reaguju tako sto i sami postaju agresivnija, usvajaju stavove u kojima se koristi agresivnost da bi se rjesio konflikt, i sve su manje osetljivi na stvarno nasilje u svom okruzenju.

- Razmislite o svojim zahtjevima od djeteta. Posebno budite oprezni da svog sina ne opterećujete predrasudama i očekivanjima vezanim za njegov pol (ne pričajte sinu kako muskarci moraju da budu jaki, hrabri i veliki, kako dječaci ne plaču...), jer nije slučajno da su upravo dječaci skloni agresivnom ponasanju.

- Budite dobar primjer. Rjesavajte konflikte razgovorom i argumentima. Naravno, uvijek imajte na umu da »zato sto ja tako kazem« - nije argument.

· Dajte djetetu male zadatke kako bi se osećalo važnim i vama korisnim

· Nemojte od svog djeteta nikada zahtijevati bezuslovnu poslušnost. Osećanje da smije slobodno da izrazi svoje misljenje i neslaganje sa vama ključno je za razvijanje pozitivne slike o sebi. Djeca odrastaju i grade svoju ličnost, između ostalog, i tako sto se suprotstavljaju svojim roditeljima. Sa druge strane, kada se osećaju sputanima i ne uspevaju na druge, društveno prihvatljive načine da pokazu da su različiti (na primer: pomoću odjeće, zargona, načina zivota,) nasilnost ponekad ostaje jedina mogućnost da pokazu svoju različitost.

· Igrajte se sa djetetom menjanja uloga. Na primer: »Sada ćemo malo da se igramo kupovine, ti si mama i hoćeš kući a ja sam djete i hoću da ostanem u parku, odmah, hoću sada, odmah, aaaaaaaaaaaaa« Imitirajte djete, promenite glas, ulozite napor da ga iznervirate onoliko koliko ono obično iznervira vas, i uvek koristite stvarne situacije iz vaseg zivota.

· Na sličan način kao i mjenjanje uloga, deluju i dječja pozorista. Kad igra neki pozitivan lik, djete može da zamisli da je i samo pozitivno sto mu pomaze da prevaziđe svoje probleme i ojača samopouzdanje. Kada sebe zamisli kao negativca, dozvoljeno mu je ispoljavanje nasilja - i to na način koji se kod glumaca veoma postuje. (sto je uverljivije, bolje glumi)

· Pohvalite djete svaki put kada umjesto na agresivan način pokusa da vas u nesto ubjedi argumentima. Takođe, kada vidite da je nervozno, da pokusava da se izbori samo sa sobom, da mu je zbog nečega tesko...zagrlite ga.

Mozda na prvi pogled deluje čudno, ali isitnito je da agresivci imaju malo samopouzdanja. Zato su za sebe ostvarili prostor gdje se osjećaju »glavnima« i moćnima, gdje sebe dozivljavaju kao pobednike. Da li im je ovo potrebno jer ih kod kuće maltretira stariji brat ili pate zbog razvoda roditelja ili su se upisali u skolu koju nisu zeleli... tek sopstvene probleme potiskuju nametanjem svoje volje vrsnjacima.

U konkretnim situacijama: Ukoliko su druga djeca agresivna prema vasesm djetetu : Insistirajte da svoje probleme djete resava samo. Budite u toku, kako bi mogli da uskočite ako zatreba ali neka prvo pokusa samo. Mjesajte se samo onda kada dođe do fizičkog obračunavanja.

Ukoliko je vase djete agresivno prema drugima, najgore sto mozete učiniti jeste da negirate problem i verujete kako su sva djeca takva. Umesto toga, ulozite napor i vrijeme da mnogo razgovarate, uputite djete na različite načine rjesavanja sukoba. Kada prepoznate ili naslutite da će se se ispoljiti djetetova agresivnost, pokusajte da je preduprijedite, izbjegnite, skrenite mu paznju. Ne zaboravite da svojom agresivnošću djete često zeli da skrene paznju na sebe. Zato nikada nemojte odustajati, i čekati da ovo ponasanje nestane samo od sebe.

Konačno, ukoliko vase dijete stalno ulazi u različite konfliktne situacije obratite pažnju na njegove vršnjake, tj. da li njegovi drugovi iniciraju različite probleme. Naime, kada već dođe do nekog fizičkog obračunavanja često je najpogubnija “arena”, odnosno posmatrači, koji pasivno podstiču nasilje, što je vid agresije, također. Kada ova publika ne bi bila prisutna, sigurno je da bi mnoga djeca pokušala na drugačiji način da riješe svoje međusobne konflikte. Naime, veoma je važno da ne zaboravite da se djeca ne rađaju kao agresivna, sebična, razmazena... Ona takva postaju. Ponekad tu agresiju pojačavaju vršnjaci a ponekad roditelji. Zato i jeste neophodno da vas odnos sa djetetom bude zasnovan na povjerenju i razumjevaju, da svoje dijete poznajete i imate stalni uvid u njegova interesovanja, potrebe, njegovo okruženje. Odnosno, da odrastate zajedno.