

# Vaiko agresija - ženklas, kad jam reikia padėti



Pirmiausia reikia atsiminti, kad pyktis yra normali emocija - pykti yra nei gerai, nei blogai. Svarbu, kad pyktis būtų išreiškiamas socialiai priimtinais būdais. Vaiko užslopintas pyktis gali būti daug pavojingesnis ir atnešti daugiau žalos sveikatai. Taigi, vaikams reikia leisti pykti ir mokyti tą pykti išlieti tinkamais būdais.

## Dėl ko vaikai elgiasi agresyviai?

### 1. Baimės jausmas ir nepasitikėjimas aplinka.

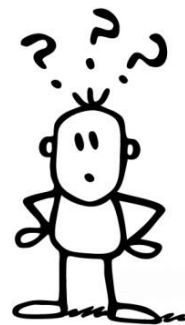
Vaikas mano, kad pasaulis yra nesaugus, tad reikia visada saugotis ir gintis, dar geriau – pulti pirmam. Tokių vaikų agresija paprastai būna labai netikėta ir be akivaizdžios priežasties. Šis nesaugumo jausmas dažnai būna perimtas iš tėvų, kurie aplinkinį pasaulį mato kaip nesaugų ir pavojingą („negalima pasitikėti kitais“, „visi žiūri tik savęs“, „neik, neimk, nelipk – susižeisi, skaudės, nukrisi“ ir t.t.).

**2. Draudimai ir visi kiti nurodymai,** kurie tuo metu kertasi su vaiko norais ir interesais. Žinoma, kad tėvai negali leisti vaikui visko, ko jis panorės, ir turėtų būti tam tikros ribos. Tačiau gerai, jei vaikui būtų paaiškinama, kodėl negalima, o apie drausminimo priemones būtų perspėjama prieš atsirandant neigiamam elgesiui, t.y. kad vaikas mokytųsi prisiimti atsakomybę už savo veiksmus. Tačiau net ir drausminamas vaikas turėtų jausti, kad tėvai jį besąlygiškai myli, tiesiog nėra patenkinti tam tikru jo elgesiu.

### 3. Noras įgyti didesnę savarankiškumą ir nepriklausomybę.

Vaikas gimsta visiškai priklausomu nuo tėvų ir laikui bėgant stengiasi tapti savarankišku ir nepriklausomu. Dažnai šis procesas yra gana skausmingas abiems pusėms, ypač psichologiškai jautriaisiais periodais: kai vaikui sueina 3 metai, pirmaisiais pradinės mokyklos lankymo metais ir paauglystės metu. Vaikai tampa piktesniais, agresyvesniais, nenori klausyti ir atsikalbinėja. Tėvams tai ženklas, kad atėjo laikas vaikui šiek tiek „praplėsti ribas“.

## Ką daryti jeigu vaikas elgiasi agresyviai?



1. Patys supykę išlikite kiek įmanoma ramesni, t.y. kai pykstate nerėkite ant vaikų, nes jie savo pykčio metu nukopijuos Jūsų elgesį ir supykę rėks.
2. Mokykite žodžiais išreikšti savo emocijas, sakykite: „Man atrodo tu pyksti, ar aš teisi? Tu supykai nes...? Tau nepatinka, kai...“.
3. Mokykite, ką daryti kai vaikas pyksta, sakykite: „Tu gali pykti, bet negali mušti draugo. Kai supyksti gali suspausti tvirtai kumščius ir palaikyti arba gali supykęs patrepsėti, nupiešti ir suplėšyti savo pyktį...“.
4. Ignoruokite vaiko pykčio priepuolį ar isteriją. Ši taktika yra daug veiksmingesnė nei ginčytis su vaiku, kai jis yra piktas. Pamokymai turi būti sakomi tada, kai vaikas yra ramus.
5. Negalima vaiko įžeidinėti ir kitaip menkinti jo nuomonę. Vaiko mintys turėtų būti išklausomos, tuomet pateikiama tėvų nuomonė ir kartu ieškoma sprendimo, susitarimo būdų.
6. Jei vaikas muša kitą vaiką, nepulkite jo barti, o prieikite prie nuskriausto vaiko ir pagailėkite jo. Tokiu būdu Jūsų vaikas supras, kad būdamas „agresoriumi“ jis iš Jūsų dėmesio negaus. Paprastai užtenka kelių kartų, kai tėvai paguodžia kitą vaiką, ir agresyvus elgesys išnyksta.
7. Situacijose, kai vaikui pavyksta susivaldyti, būtinai tai pastebėkite ir pagirkite jį. Nesakykite „gera mergaitė“ ar „šaunuolis“. Vaikai dažnai nekreipia į tai dėmesio. Geriau pasakyti: „Man labai patiko, kad pasidalinai žaisliuku su sese, vietoj to, kad peštumeisi su ja“.
8. Neigiamas situacijas aptarinėkite be „liudininkų“ (kitų vaikų, auklėtojų, giminaičių ir pan.). Dažnai manoma, kad viešas gėdinimas duos teigiamą rezultatą. Tačiau praktika rodo, kad tai vaiką labiau traumuoja nei sprendžia situaciją, dar labiau kelia jam pyktį ir pagiežą kitų atžvilgiu.
9. Pagalvokite apie užimtumą – galbūt reikėtų leisti vaiką į būrelį, kur jis galėtų „išsikrauti“. Efektyvūs būna meninės raiškos užsiėmimai ir sporto treniruotės.
10. Tinkamu sprendimu taip pat gali būti pasakų skaitymas ar žaidimai. Tuomet vaikai atpažįsta savo elgesį veikėjų veiksmuose, o tėvai turi galimybę žaidimo metu pateikti tinkamesnį elgesį situacijoje, kuri vaikui sukelia agresiją. Taigi, tokiu būdu vaikas mokosi kitaip spręsti problemas.