**Agresja u dzieci - co nauczyciel i rodzic może zrobić.**

Życie codzienne dostarcza nam wielu przykładów świadczących o przejawie agresji wśród ludzi, czyli skłonności do częstego używania przemocy w relacjach z innymi jako sposobu rozwiązywania konfliktów bądź celów życiowych.

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 np.: objawy przemocy fizycznej, zadawanie ran, dyskryminacja, obraza ustna itd. Agresją słowną jest ubliżanie, grożenie, wyśmiewanie, dokuczanie, obrzucanie wyzwiskami, ośmieszanie, uszczypliwości lub kpiny.

**Co jest przyczyną takich zachowań?**

Świat, w którym żyjemy, bardzo często stawia nas w sytuacji, w której  
czujemy się niepewnie, jesteśmy rozczarowani. Nie zawsze możemy zaspokoić  
potrzeby swoje i najbliższych. Rodzice starają się stworzyć jak najlepsze warunki, w których bezstresowo mogłyby przeżyć beztroskie dzieciństwo. Chronią więc swoje pociechy przed wszystkimi złymi doświadczeniami, zaspakajają potrzeby, ale też i zachcianki. Nie chcą, by ich dziecko było gorsze od innych. Taka postawa rodziców może przynieść skutki odwrotne do zamierzonych. Jeśli wychowanie ograniczy się tylko do zaspokojenia potrzeb materialnych to między dzieckiem a rodzicami nie rozwija się wieź i porozumienie. Chociaż dziecku niczego nie brakuje rolę wychowawcy przejmuje telewizja, kino, wideo, komputer, czasopisma dla młodzieży - jako czynniki wpływające na rozwój agresywnych postaw.  
 Kolejną przyczyną wywołującą agresję jest posługiwanie się komputerami przez dzieci i młodzież. Z pewnością komputer przynosi wiele korzyści jednak gry komputerowe nasycone obrazami przemocy stanowią poważne zagrożenie społeczne. Przy grach dzieci nie tylko oglądają przemoc, ale same ją realizują a przez to oswajają się z nią i obojętnieją na nią.

Przyczyn agresywnych zachowań należy szukać między innymi na tle obecnej niekorzystnej sytuacji opiekuńczo-wychowawczej wielu rodzin. Dorośli, często zajęci swoimi sprawami, zostawiają dzieci samym sobie bez opieki, z kluczem na szyi, czy też dając im negatywne przekłady swoich zachowań. Takie dzieci szukają akceptacji poza domem, wśród ludzi, którzy traktują ich poważnie, wiążą się też z grupami nieformalnymi.  
 Inną przyczyną agresji wśród dzieci jest bieda. Złe warunki materialne rodziny, uniemożliwiające zaspokajanie potrzeb i pragnień dziecka powodują reakcję obronną w postaci agresji, najczęściej w stosunku do młodszych kolegów.  
  
 Przyczyną agresywnego zachowania może być również szkoła, a w szczególności niepowodzenia w nauce. Współczesna szkoła wymaga od dzieci dużej wiedzy, umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, ciągłego poszukiwania nowych rozwiązań. Dziecko o mniejszej odporności emocjonalnej zaczyna się w tym wszystkim gubić. Nauczyciel często pracujący w licznej klasie nie ma możliwości poznania problemów ucznia i udzielenia mu  
pomocy.  
Agresja jest komunikatem ze strony dziecka w kierunku dorosłego. W ten sposób dziecko informuje nas, że ma problemy, z którymi sobie nie radzi. Jak zatem pomóc takiemu dziecku? W takich sytuacjach warto się przyjrzeć własnym relacjom z dziećmi oraz relacjom rodzic – dziecko:  
- Ile czasu poświęcam dziecku? Czy słyszę co mówi do mnie dziecko?  
- Czy nie jest tak, że mój czas dla dziecka to moja praca - to dla Ciebie się tak poświęcam.  
- Jak często bawię się z moim dzieckiem? Jak często czytam mu książki na dobranoc?  
- W jaki sposób zwracam się do mojego dziecka, jakich słów używam?  
- Czy są to słowa, które ranią: odejdź, zamknij się, nie mam czasu, ty nigdy..., ty zawsze... Czy są to słowa, które pomagają: cieszę się że jesteś, kocham cię, słucham cię, jestem z Tobą, dziękuję, proszę, przepraszam...

Wielu się zapyta czy ma to jakieś znaczenie? Ma i to ogromne, gdyż słowa wciąż powtarzane determinują całe dorosłe życie człowieka. Nie zapominajmy, że dziecko wierzy we wszystko, co mówią mu rodzice lub inne ważne dla niego osoby. Dzieci, którym poświęca się zbyt mało czasu są zwykle mało tolerancyjne, niewrażliwe na krzywdę ludzką, bywają  
bezwzględne w egzekwowaniu tego, co ich zdaniem im się należy. Dziecko wychowywane w miłości i w poczuciu bezpieczeństwa da sobie radę w różnych warunkach, będzie też umiało żyć z innymi ludźmi.

Ważną sprawą jest, aby dziecko nauczyło się akceptować samego siebie, aby znalazło w sobie wartości, na których może się oprzeć. Jeśli dziecko jest niepewne, niedowartościowane, wymusza zwrócenie na siebie uwagi, często poprzez agresywne zachowanie. Ktoś słabszy zawsze znajdzie się w pobliżu, kogoś - komu można dokuczyć, zabrać własność, kogo można pobić, popchnąć, po to, by przypodobać się kolegom.

Można temu w zdecydowany sposób zapobiec, budując pozytywny obraz własnego dziecka poprzez:   
-mówienie mu, jak bardzo jest dla nas ważne,   
-wysłuchiwanie tego, co ma nam do powiedzenia,   
-dawanie mu wsparcia,  
-wspólne przeżywanie jego radości i niepowodzeń,   
-nie lekceważenie, nawet błahych dla nas problemów dziecka.

**Postawa: jestem przy Tobie, słucham Cię** – daje poczucie bezpieczeństwa, ważności, motywuje, by stawać się lepszym, rozwija otwartość, uczy optymizmu i wiary we własne siły. W efekcie wyrasta człowiek radosny, szanujący siebie i innych, otwarte na życie. Poczucie własnej wartości powinno dziecko wynieść z rodzinnego domu. Rodzice powinni od najmłodszych lat wpajać dzieciom podstawowe zasady współżycia, aby wchodząc w okres dojrzewania nie poddawały się wpływom rówieśników namawiających do złego. Dzieci oczekują od rodziców miłości, podziwu dla nabywanych przez nie umiejętności, ale również stawiania im jasnych wymagań i zakazów, gdy taka jest potrzeba. Starajmy się więc przekazać dzieciom takie wartości, aby stały się rozsądnymi, wrażliwymi ludźmi, umiejącymi zachować się mądrze w każdej sytuacji.

**Jak sobie radzić z agresją?**   
• Poświęcać dziecku więcej czasu na rozmowę, wysłuchanie dziecka, a nie tylko na wydawanie poleceń.   
• Zaspakajać potrzeby dziecka, np. dać dziecku szansę odniesienia sukcesu, pomagać w organizowaniu czasu wolnego.   
• 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.   
• Uczyć poprzez modelowanie - czyli własny przykład, w jaki sposób można sobie radzić z przykrymi emocjami, jak je wyrażać i rozładowywać, po to, aby nie uległy stłumieniu i wyparciu z obawy przed odrzuceniem, krytyką czy karą.   
• Unikać własnych reakcji o charakterze agresywnym np. krzyków, złośliwych uwag. Obserwacja zachowania rodzica (osoby znaczącej) skuteczniej wpływa na umiejętności społeczne dzieci niż jego tłumaczenie.   
• Ustalić wspólnie z dziećmi normy obowiązujące w rodzinie, w szkole . Dzieci czując się współautorami określonych zasad, mając poczucie wpływu na życie grupy, będą w większym stopniu skłonne do przestrzegania przyjętych norm.  
• Przydzielić dziecku stałe obowiązki i co ważne, sumiennie rozliczać z tych obowiązków. Dziecko powinno ponieść konsekwencje niewypełnionego obowiązku, na przykład w formie ograniczenia czegoś, co dziecko bardzo lubi, na czym jemu zależy czy mniejszego kieszonkowego. Pamiętajmy, że najpierw musimy ustalić z dzieckiem reguły postępowania.   
• Znaleźć dziecku jakieś zajęcie dodatkowe (języki, sport itp). Dziecko nauczy się lepiej planować swój czas i nie będzie się nudzić.   
• W sytuacjach konfliktowych wyrazić stanowczo dezaprobatę zachowania - ,,Nie pozwolę na takie zachowanie”, ,,Nie zgadzam się na takie zachowanie”, ,,Zabraniam wam takich zachowań”.  
 Niezwykle ważnym zadaniem wychowawców klas jest wspólne ustalenie z wszystkimi uczniami kilku prostych reguł postępowania np.:  
Nie znęcamy się nad innymi uczniami. Włączamy do zabaw, rozmów i innych zajęć uczniów, którzy pozostają na uboczu. Informujemy dorosłych o przypadkach znęcania się nad kimś.   
Gdy otacza się dzieci miłością i zainteresowaniem mają mało powodów do agresji i wrogości, natomiast uciekają się do niej wtedy, gdy się boją, są osamotnione i pełne rozterek lub gdy mają silną potrzebę akceptacji, bądź zwrócenia na siebie uwagi.

**PAMIĘTAJMY!**

**Dzieci są jak skarbonki, co się do nich włoży to  
samo się wyjmie. Nie żałujmy czasu dla swoich dzieci, gdyż tego  
potrzebują od nas najbardziej. Przede wszystkim jednak sami bądźmy modelem  
nieagresywnego zachowania**.

Bibliografia:

1.   Portmann R. *Gry i zabawy przeciwko agresji.* Wyd. Jedność, Kielce 2003.  
2. Danilewska J. : *"Agresja u dzieci"* W-wa 2002, WSiP  
3. Faber A. , Mazlish E : *"Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas* *mówiły"* Poznań 1996

Opracowały:

Jolanta Mroczyńska- nauczyciel bibliotekarz

Ewa Neumann- Bernaciak- pedagog szkolny