

Kodėl vaikas elgiasi agresyviai?

Elektrėnų Švietimo paslaugų centro Pedagoginės psichologinės tarnybos
gydytoja vaikų neurologė dr. Alma Januškevičienė

Pirmąsias vaikiškos agresijos apraiškas galime pamatyti jau kūdikystėje. Pvz.: gebantis savarankiškai sėdėti mažylis (apie 7-8 mėn. amžiaus) gali šiurkščiai išplėšti žaislą iš rankų šalia sėdinčiam broliui dvyniui. O gebantis savarankiškai stovėti 1 metų amžiaus vaikas gali gana stipriai trinktelėti žaisliniu kastuvėliu per galvą bendraamžiui. Vaikui augant agresijos apraiškos gali ryškėti, kolektyve toks vaikas gali skriausti kitus, skriaudžiamų vaikų mamos piktinasi, o „skriaudiko“ tėvai smerkiami dėl blogo auklėjimo.

Genai ir aplinka

Taigi, kas sukelia agresiją vaikui? Į šį klausimą negalima atsakyti vienareikšmiškai. Agresyvų vaiko elgesį lemia daugybė veiksnių. Kiekvienas individas gimsta su genetiškai užkoduotu temperamentu, lemiančiu individualų suvokimą bei atsaką į stresą. Turi reikšmės ir aplinka, kurioje vaikas auga. Žymiai dažniau agresija stebima vaikams, kurie gimė nelaukiami ir kurie auga probleminėse šeimose: tarp konfliktuojančių, turinčių priklausomybių tėvų, skurdžiose, kamuojamose finansinių nepriteklių šeimose. Išvardintos problemos nukreipia tėvų dėmesį nuo vaiko, todėl vaikas neišmoksta normalaus elgesio taisyklių. Vaikai, kuriems tėvai taiko fizinės bausmės, taip pat žymiai dažniau linkę agresyviai spręsti konfliktus su bendraamžiais. Netgi nekaltas, tėvų požiūriu, pliaukštelėjimas per užpakalį turi tokias pat sąsajas su vaikų agresija paauglystėje kaip ir rimtesnės fizinės bausmės. Kai tėvai fiziškai baudžia savo vaikus, vaikai išmoksta, jog tai yra priimtina priemonė konfliktams spręsti. Agresyvų vaiko elgesį gali lemti ir kai kurie neurologiniai pažeidimai (pvz.: smegenų trauma).

Normalus raidos etapas

Agresyvus elgesys tam tikru amžiaus periodu yra normalaus fiziologinio vystymosi dalis. Laikotarpiu maždaug nuo pusantrų iki 3 metų vaikas suvokia esąs individas ir trokšta kuo greičiau tapti savarankišku. Bet tuo pat metu jis dar nesugeba kontroliuoti savo emocijų, turi nepakankamą žodžių atsargą jausmams išreikšti, todėl savo pyktį (ar kitus neigiamus jausmus) išreiškia taip kaip moka, pvz.: gestais ir/arba veiksmais (spiria, kanda, rėkia, šaukia). Pirmaisiais gyvenimo metais tyrinėdamas pasaulį vaikas stengiasi jį pažinti per pojūčius: jis gali pešti mamos plaukus, trenkti jai per veidą ar kąsti į krūtį maitinimo metu. Taip vaikas mokosi patirti, kas atsitinka kai kandi, muši, trenki ar pan., koks būna atsakas iš aplinkos. Tikroji agresija paprastai atsiranda apie 2 metus. Tuo amžiaus periodu vaikas gali įspirti tėčiui, jeigu tėtis jį drausmina, arba trenkti bendraamžiui per galvą, jei šis paima jo žaislą. Tai metas, kai vaiko jausmai stiprūs, savikontrolės dar nėra, o empatija tik pradeda formuotis.

Vaikas gali tapti agresyvus tam tikrais gyvenimo momentais, pvz.: pradėjęs lankyti darželį, gimus sesei ar broliui. Taip yra todėl, kad svarbūs pokyčiai vaiko sukelia organizmui stresą ir sumažina impulsų kontrolę.

Kaip išvengti agresijos protrūkio?

Numatykite kas atsitiks vaikui patekus į stresinę situaciją ir pasiruoškite tai situacijai iš anksto (pvz.: vykdami į svečius ar pas gydytoją galite su vaiku aptarti kas ten bus ir kaip reikėtų elgtis). Rodykite pavyzdį ir kontroliuokite savo emocijas: nerėkite ant vaiko, o ramiai įvertinkite situaciją ir priimkite sprendimą. Vaikui labai svarbu ir šeimos narių tarpusavio santykiai: jei tėvai šiurkščiai ar agresyviai elgiasi tarpusavyje, jų vaikas mokosi taip elgtis su kitais. Rekomenduojama nusistatyti kai kurias taisykles (pvz.: miego, saldumyno valgymo, dantų valymo laiką ir pan.) ir jų nuosekliai laikytis. Už gerą elgesį vaiką reikėtų apdovanoti dėmesiu, pagirti. Vaikams patinka kai juos giria. Kai pozityviai atsakote į vaiko elgesį, jūs tokį elgesį sustiprinate ir padidinate vaiko savivertę. Už blogą elgesį visur ir visada taikykite tas pačias nuobaudas ir nenuolaidžiauokite. Galite su vaiku sudaryti sutartis ir pasiūlyti jam pozityvų pastiprinimą (vaišes, iškylą ar pan.), jeigu jis sutarties laikysis. Kasdieninius pasiekimus užrašykite. Jeigu žiūrite TV laidas, žiūrėkite jas kartu ir aptarkite stebimas agresyvaus elgesio apraiškas (šaudymus, muštynes ir pan.) Pastebėkite, kad tai nėra geriausias būdas santykiams aiškintis. Duokite vaikui fizinės veiklos, pasiūlykite jam išlieti energiją lauke ar treniruotėse. Venkite autoritarinio, šiurkštaus, pernelyg kontroliuojančio, pataikaujančio ar abejingo tėvystės stiliaus, palaikykite šiltus, pozityvius tarpusavio santykius. Sustiprinkite savo tėvystės įgūdžius lankydami kursus, skaitydami literatūrą ir taikykite tai, ką išmokstate, kasdieniniame gyvenime.

Kaip reaguoti į agresyvų elgesį?

Padėkite vaikui suprasti jo jausmus, pvz.: „Suprantu, kad tau sunku....; kad tu pyksti....; esi pavargęs.....; ir pan.“ Tai padeda vaikui susidoroti su savo jausmais pozityviais būdais. Pamokykite vaiką išreikšti jausmus tinkamu būdu -pasiūlykite jam išlieti pyktį šokinėjant, kumščiuojant pagalvę, plėšant popierių ar piešiant piktus piešinius. Galite pasiūlyti jam „ramybės kampelį“- kėdę ar kampa, kuriame vaikas išmoks nusiraminti pats (rekomenduojama „kampelio“ trukmė -1 min. vieniems metams). Parodykite pasekmes: atitraukite vaiką nuo žaidžiančių grupės, jeigu jis ką tik sudavė kitam. Paaiškinkite, kad galėsite grįžti, kai jis vėl norės žaisti, neskriausdamas kitų. Neklauskite vaiko „Kaip tu jaustumeis, jei su tavim taip elgtųsi?“ Tokio amžiaus vaikų pažintiniai procesai dar nėra tokie brandūs, kad jie galėtų įsivaizduoti save kito vaiko vietoje. Jų neveikia ir žodinis priežasčių bei pasekmių aiškinimas. Tai jie supras tik patys pajutę pasekmes (šiuo atveju- bus atitraukti nuo žaidimo).

Kada kreiptis pagalbos?

Apsiginkluokite kantrybe ir pastebėkite net mažiausius pokyčius. Elgesio pokyčiams reikia laiko. Keitimasis vyksta lėtai ir palaipsniui. O jeigu jokios išvardintos priemonės nepadeda, jei vaikas stokoja empatijos ar yra žiaurus, jei agresija ryškėja ir tampa nekontroliuojama- ieškokite profesionalios pagalbos. Kreipkitės į vaikų neurologą, psichiatrą ar psichologą. Specialistai atliks detalesnį ištyrimą, paskirs reikiamus tyrimus ir , jei bus reikalinga- gydymą.