

## **ZACHOWANIA AGRESYWNE U DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM**

Przejawy zachowań agresywnych można zaobserwować już u dzieci w wieku przedszkolnym. Agresja jest jednym ze sposobów wyrażania złości, nieuchronnie prowadzącym do wyrządzenia innym krzywdy, straty i bólu.

### **Przyczyny :**

- ✓ Brak poczucia bezpieczeństwa i akceptacji
- ✓ Pozorne kontakty z grupą rówieśniczą
- ✓ Dążenie do samodzielności i aktywności
- ✓ Poczucie odrzucenia
- ✓ Stawianie zbyt wysokich wymagań
- ✓ Poczucie poniżenia i upokorzenia
- ✓ Zaniedbanie
- ✓ Brak miłości
- ✓ Poczucie niesprawiedliwości
- ✓ Potrzeba uznania, sukcesu, tendencje przywódcze
- ✓ Uwarunkowania temperamentalne

### **Formy agresji u dzieci:**

- ✓ Reakcja na lęk i frustrację
- ✓ Akt przemocy
- ✓ Reakcja obronna na zagrożenie
- ✓ Naśladownictwo
- ✓ Skutek niezaspokojonych potrzeb
- ✓ Zapis przeżyć z wcześniejszych lat życia

### **Przejawy agresji:**

- ✓ Bicie
- ✓ Krzyki
- ✓ Wyzwiska
- ✓ Niszczenie przedmiotów i elementów otoczenia
- ✓ Znęcanie się nad zwierzętami
- ✓ Przedrzeźnianie
- ✓ Robienie min
- ✓ Bunt w stosunku do poleceń kierowanych przez dorosłych
- ✓ Autoagresja-samookaleczenia, gryzienie warg
- ✓ Arogancja
- ✓ Agresja instrumentalna mająca na celu zdobycie określonego celu
- ✓ Łamanie zasad dyscypliny obowiązujących w grupie
- ✓ Wywieranie negatywnego wpływu na zachowania pozostałych dzieci

### **Formy przeciwdziałania zachowaniom agresywnym u dzieci:**

- ✓ Nauka nazywania, rozpoznawania emocji i mówienia o nich
- ✓ Pokazywanie sposobów radzenia sobie ze złością
- ✓ Budowanie klimatu życzliwości i akceptacji
- ✓ Krytyka wyłącznie w odniesieniu do konkretnych zachowań
- ✓ Wzmacnianie pozytywnych zachowań u dziecka
- ✓ Eliminowanie negatywnego wpływu filmów, gier, programów TV
- ✓ Bycie dla dziecka wzorem zachowania- przemoc rodzi przemoc
- ✓ Uczenie dziecka szacunku dla innych
- ✓ Piłka złości-miękka piłeczka, której regularne ugniatanie umożliwia rozładowanie frustracji
- ✓ Codzienny wysiłek fizyczny- eliminuje napięcia emocjonalne
- ✓ Działania twórcze, arteterapia
- ✓ Muzykoterapia
- ✓ Opowiadanie bajek terapeutycznych
- ✓ Wspólne czytanie
- ✓ Próba nakierowania dziecka na prospołeczne zachowania („co czuł Twój kolega, gdy go biłeś?, Czy chciałbyś, aby ktoś uderzył Ciebie?”)
- ✓ Rozmowy przed snem, zwierzenia, szansa na przeprosiny
- ✓ Pochwały i gratulowanie właściwej postawy

### **Wskazówki do pracy z dzieckiem agresywnym:**

- ✓ Reaguj na zachowania agresywne dziecka, nie pozostawiaj ich bez komentarza
- ✓ Stwórz atmosferę spokoju, bezpieczeństwa, akceptacji
- ✓ Nie okazuj przy dziecku reakcji gwałtownych ani impulsywnych
- ✓ Ogranicz czas spędzany przez dziecko przed TV
- ✓ Organizuj dziecku zajęcia dodatkowe, rozwijaj zainteresowania
- ✓ Staraj się wytłumaczyć dziecku, że poczucie złości jest nieuniknione i trzeba nauczyć się z nim radzić w sposób nieszkodliwy dla innych
- ✓ Dbaj, aby otoczenie dziecka dostarczało mu pozytywnych doświadczeń
- ✓ Wypracuj stałe reguły norm i oczekiwań
- ✓ Nie wyręczaj dziecka we wszystkich czynnościach i egzekwuj wykonanie obowiązków

Agresja przejawiana przez dziecko powinna być znakiem, że boryka się ono z problemem, a naszym zadaniem jest udzielenie mu pomocy.

Opracowanie na podstawie:

S. Szostak, Porozmawiajmy o agresji, Kraków 2004, Rubikon

## **LĘK SEPARACYJNY**

Lęk separacyjny rozumiany jest jako obawa dziecka przed rozłąką z rodzicem. Występuje najczęściej pomiędzy 3 a 5 r.ż. jest naturalną reakcją na duże przywiązanie do niego i jednocześnie brakiem zrozumienia, że rozstanie ma wyłącznie charakter przejściowy. Powoduje go przeżywanie przez malucha silnego stresu związanego z nieobecnością matki i jej obaw o potomstwo. Aktualnie szacuje się, że dotyka on 5% dzieci, zwłaszcza chłopców.

Dziecko borykające się z problemem lęku separacyjnego zazwyczaj nie chce zostawać pod opieką innych osób i reaguje silnym płaczem przy wszystkich próbach opuszczenia go przez rodzica. Dodatkowymi objawami są często ból głowy, brzucha, postępujący zanik apetytu, trudności z zasypianiem.

Jest to jednak niezwykle ważny etap indywidualizacji malucha, staje się on niezależny i samodzielny, zaczyna postrzegać siebie jako odrębną osobę.

Przyczynę lęku separacyjnego upatruje się głównie w nadmiernej wrażliwości emocjonalnej oraz braku umiejętności prawidłowego reagowania na strach. Pojawia się u dzieci rodziców nadpobudliwych, doświadczających trudnych sytuacji życiowych (choroby, rozwód rodziców), będących ofiarami traumatycznych wydarzeń (wypadek).

### **Metody osvajania lęku separacyjnego:**

- ✓ Zapewnienie dziecku poczucia bezpieczeństwa i bliskości
- ✓ Okazywanie cierpliwości i czułości
- ✓ Podejmowanie jak najwcześniej prób przygotowania dziecka na rozstania z rodzicem
- ✓ Krótkie pożegnania-bez dodatkowych wyjaśnień przed rozstaniem
- ✓ Unikanie drastycznych zmian w otoczeniu, rozkładzie dnia, harmonogramie stałych zajęć
- ✓ Ustalenie z dzieckiem tzw. przedmiotu przywiązania (maskotki, lalki) , która staje się strategią zwiększającą poczucie bezpieczeństwa
- ✓ Hamowanie zdenerwowania podczas rozstania-potęguje ono lęk i poczucie zagrożenia
- ✓ Nie odchodzić bez pożegnania
- ✓ Pozwalanie dziecku na swobodę, poznawanie świata, wczesne oddalanie się od rodzica
- ✓ Osoba, która pozostaje z dzieckiem powinna od razu po rozstaniu zająć je inną czynnością, zorganizować dodatkowe zajęcia

## ZABURZENIA NERWICOWE U DZIECI

**Jako zaburzenia nerwicowe określamy zespół zachowań o podłożu lękowym.**

**U dzieci najczęściej przybierają one postać:**

- ✓ moczenia nocnego
- ✓ obgryzania paznokci
- ✓ kłopotów ze snem
- ✓ problemów ze strony układu pokarmowego (biegunki, wymioty)
- ✓ pocenia się
- ✓ drżenia rąk
- ✓ nadmiernego napięcia mięśniowego
- ✓ zapominania słów
- ✓ lęku separacyjnego (paniki przed rozstaniem z rodzicem)
- ✓ samouszkodzeń.

**Jako przyczyny zaburzeń nerwicowych u dzieci, z wyjątkiem chorób somatycznych, wskazuje się głównie:**

- ✓ niezaspokojenie potrzeb psychicznych dziecka (miłości, akceptacji)
- ✓ brak konsekwencji w stosowanych metodach wychowawczych
- ✓ nieprawidłowe postawy rodzicielskie (zbyt surowe i rygorystyczne lub nadmiernie opiekuńcze)
- ✓ warunki środowiskowe (nieustabilizowana sytuacja rodzinna, wychowanie bez jednego rodziców)

Każde dziecko powinno być oceniane indywidualnie. Warto ustalić konkretne przyczyny i czynniki patogenne, które doprowadziły do powstania zaburzeń i dążyć do ich wyeliminowania. Istotne staje się zrozumienie rzeczywistych stanów uczuciowych, zależnie od etapu rozwojowego, w którym się ono aktualnie znajduje. Podstawą walki z zaburzeniami nerwicowymi u dzieci jest budowanie atmosfery wzajemnego zrozumienia i życzliwości. Rodzice powinni zadbać, aby dziecko nie czuło się obciążone problemami domowymi i nie było przemęczone. Małuch powinien mieć komfort psychiczny i fizyczny. Należy zapewnić mu spokój i ograniczyć do minimum sytuacje stresowe.

Zadaniem rodzica jest poznanie najbliższego otoczenia dziecka oraz jego relacji z rówieśnikami. Warto budować w nim poczucie bezpieczeństwa i pewności siebie. Powinno się udostępnić mu zestaw norm i wartości, którymi będzie się kierowało w dorosłym życiu.

Opracowanie:

A.Popielarska „Psychiatria wieku rozwojowego”, Warszawa 1981