***DO CZEGO DZIECIOM JEST POTRZEBNA***

***ZŁOŚĆ ?***

**Kilkulatki są bardzo dobre w komunikowaniu tego, co czują, w wyrażaniu siebie. Dopóki dorośli nie przekonają ich o tym, że pewne zachowania są nie do zaakceptowania, można czytać z dzieci, jak z otwartej książki.**

**Reakcje opiekunów na agresję dzieci są zazwyczaj gwałtowne. Starają się oni tego typu zachowanie natychmiast wygasić i dostosować do norm społecznych. Czy słusznie? Żeby odpowiedzieć na pytanie, warto najpierw się zastanowić, dlaczego dzieci się złoszczą i dlaczego dorośli tak bardzo się tej dziecięcej złości obawiają.**

**Dzieci, gdy są radosne, cieszą się bez granic, bez skrępowania, spontanicznie, szczerze, głośno. Kiedy odczuwają lęk lub smutek, płaczą, przytulają się, oczekują wsparcia dorosłych lub wycofują się. Ten zakres uczuć od radości aż po smutek, jesteśmy zwykle tolerować, dając przyzwolenie na swobodną ekspresję. Wielu dorosłym zdarza się kierować do dzieci słowa: „*Nie płacz, nie ma powodu”,* albo co gorsza: „*Chłopaki nie* *płaczą”* Jednak w większości środowisk dziecięcych płacz jest uznawany za zachowanie całkowicie zrozumiałe i akceptowane. Zupełnie inaczej ma się sprawa z wyrażaną przez dzieci złością. Tym bardziej jeśli towarzyszą jej zachowania takie, jak: krzyk, tupanie, rzucanie się na podłogę.**

**„JAK REAGOWAĆ?”**

**Co w takim razie możemy zrobić, żeby wesprzeć dzieci, kiedy się złoszczą? Przede wszystkim dobrze jest mieć świadomość, że nie ma jednego algorytmu, który pozwoliłby na adekwatną reakcję na dziecięcą agresję. Behawioryści proponują pewne uniwersalne rozwiązania: posługiwanie się karą, stanowcze wyrażenie zakazu lub dezaprobaty, natychmiastowe odwracanie uwagi w kierunku innej czynności. Nie sposób jednak nie zauważyć, jak wiele tracimy stosując rozwiązania oparte na przewadze, jaką dorosły ma nad dzieckiem. Przede wszystkim cierpi na tym relacja pomiędzy dorosłym a dzieckiem, które traci zaufanie i poczucie bezpieczeństwa. Dorosłemu /nauczycielowi, rodzicowi/ natomiast umyka coś równie ważnego - komunikat, który kieruje do niego dziecko, a który mógłby pozwolić na dostrzeżenie przyczyny agresywnego zachowania. Stosując karę w odpowiedzi na złość, sprawiamy również, że dziecko pozostaje skoncentrowane na sobie i na konsekwencjach, jakie go spotykają. Powoduje to, że nie jest w stanie dostrzec naturalnych konsekwencji, które pociąga za sobą jego zachowanie. Fakt bycia ukaranym jest tak silnym przeżyciem, że dziecko nie potrafi się rozejrzeć dookoła siebie i zobaczyć, że sprawiło komuś przykrość, ból, że kogoś przestraszyło, albo że inni czują się niekomfortowo z powodu jego krzyku.**

**JAK MOŻNA POMÓC DZIECKU W CHWILI, GDY PRZEŻYWA ZŁOŚĆ?**

***DOSTRZEC I ZAAKCEPTOWAĆ JEGO EMOCJE:*  *Widzę, że coś cię bardzo rozzłościło; Widzę, że* *się ze mną nie zgadzasz. Chciałbyś, żeby było inaczej?* Zaakceptowanie emocji iwysłuchanie stanowiska dziecka nie oznacza, że jesteśmy zobowiązani spełnić jego wszystkie oczekiwania. Już sama akceptacja bardzo wiele znaczy - stanowi komunikat, że jest słyszane i widziane, że jest ważne.**

**ZAPEWNIĆ BEZPIECZEŃSTWO DZIECKU, SOBIE I INNYM OSOBOM W GRUPIE. Gdy dziecko uderza, można zablokować jego rękę - stanowczo, ale spokojnie. Można przy tym powiedzieć: *Nie chcę, żebyś uderzał, bo to boli* lub  *Nie zgadzam się na to, żebyś mnie bił.***

**NALEŻY PAMIĘTAĆ, ŻE DZIECI UCZĄ SIĘ POPRZEZ DOŚWIADCZENIE, PRÓBOWANIE, WYKONYWANIE ĆWICZEŃ. Juul pisze, że nauka przekształcania złości w konstruktywne działanie przebiega na tej samej zasadzie. Akceptowanie i nazywanie ze spokojem obserwowanych u dziecka uczuć przynosi wiele dobrego. To właśnie sposób, w jaki możemy nauczyć je, by zaczęło reagować inaczej, dojrzalej. Zezłoszczone dziecko dziesięć razy uderzy lub rzuci się na ziemię, ale jeśli za każdym razem w odpowiedzi usłyszy komunikat: *Widzę, że jesteś zły/ Wygląda na to, że jesteś zdenerwowany;* za którymś razem w końcu powie: *Jestem zły/ Ależ jestem zdenerwowany!* Nauka wyrażania siebie w konstruktywny sposób trwa przez całe dzieciństwo i zakończy się sukcesem, pod warunkiem, że dziecko będzie przebywało w empatycznym, życzliwym środowisku.**

**ZAMIAST KIEROWAĆUWAGĘ DZIECKA NA KARĘ, WARTO POMÓC MU DOSTRZEC, JAK CZUJĄ SIĘ INNI, GDY ONO ZACHOWUJE SIĘ AGRESYWNIE: *Patrz, Tomek płacze, bo* go *to zabolało; Martwię się o ciebie, gdy uciekasz, bo chcę, żebyś był bezpieczny; Marysi chyba zrobiło się przykro, może zapytamy ją o to?***

**JAK NAJMNIEJ MÓWIĆ O AGRESYWNYCH ZACHOWANIACH DZIECKA. Należy stale pamiętać o tym, że są one jedynie symptomem jakichś problemów - a nie problemem samym w sobie.**

**Jeśli napady złości pojawiają się szczególnie często, przed rodzicami, nauczycielem i współpracującym psychologiem wtedy stoi zadanie znalezienia przyczyny, która powoduje u dziecka silne emocje. Przyczyna powtarzających się agresji może znajdować się w przedszkolu /brak zaufania do opiekunów, przeciążenie zajęciami lub bodźcami, trudności z wchodzeniem w reakcje z rówieśnikami/ lub poza nim /atmosfera panująca w domu, relacje z członkami rodziny, trudne wydarzenie, które nie zostało jeszcze przepracowane, np. pojawienie się młodszego rodzeństwa/.**

**Opracowała: Bożena Szpyrka**