



Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna
ul. Dr. Józefa Rostka 16 41-902 Bytom
tel; 032 2819405 , 032 2819406

Katarzyna Nigus
DZIECI AGRESYWNE – METODY
REEDUKACJI

Umiejętność obcowania z ludźmi pozwala młodemu człowiekowi wpływać na swoje życie i otoczenie, decyduje również o relacjach z rówieśnikami, rodzicami, nauczycielami i innymi ludźmi.

Dom, szkoła, grupa rówieśnicza są miejscami, w których może zaspakajać swoje potrzeby psychiczne, a także przeżyć doświadczenia w kontaktach z innymi, co odgrywa bardzo ważną rolę w rozwoju jego osobowości. W nich młody człowiek odnosi sukcesy i porażki. Dowiaduje się czy jest akceptowany, lubiany i kochany. Doświadcza również jak jego zachowanie wpływa na innych i jak jest przez nich odbierany.

Uczestnictwo w grupie

Pierwszą grupą, w której dziecko uczy się funkcjonować jest rodzina. To ona przez to co się w niej dzieje w znaczący sposób oddziałuje na dziecko. Określa bowiem kim dziecko będzie w przyszłości, co będzie myślało o sobie i jaki stosunek będzie miało do otoczenia.

Pierwsze reguły i normy dziecko przyswaja sobie już we wczesnym okresie życia wzorując się na najbliższych dla niego osobach. Wtedy też przyjmuje pierwsze role społeczne przynależne jego płci.

W późniejszym okresie ważne dla młodego człowieka stają się kontakty z rówieśnikami. Ocena jego osoby i zachowania przez grupę bardzo mocno wpływa na budowanie obrazu siebie. Kontakty dziecka z rówieśnikami mają równorzędny charakter co sprzyja współpracy, spontanicznemu i twórczemu działaniu, a więc spontanicznemu rozwojowi.

Udział w życiu grupy dostarcza mu sytuacji, w których następuje wymiana informacji, doświadczeń i bodźców. Ważne jest również, aby dziecko zdawało sobie sprawę, że w kontaktach z innymi może wiele otrzymać, jak również samo może wiele dać np.: pomoc, życzliwość, zrozumienie, wzajemne oparcie. Jak również, że w razie trudności może liczyć na innych zamiast poszukiwać nie konstruktywnych sposobów w rozwiązywaniu problemów.

Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć

Przeżywanie uczuć i emocji jest naturalną reakcją na to, co dzieje się w ich kontakcie z otoczeniem. Jednak nawet bliskie osoby mają kłopoty z okazywaniem wzajemnych uczuć. Problem narasta, gdy kontakty te rozszerzają się do osób nie spokrewnionych. Dlatego też dzieci uczone są w domu tłumienia swoich uczuć, a szczególnie tych, których wyrażanie jest kłopotliwe dla otoczenia (lęk i agresja).

Źródłem tego jest brak kontaktu dorosłych z własnymi emocjami, a efektem lęk i bezradność, gdy dziecko w naszej obecności złości się lub boi.

Skutki tłumienia uczuć występują wyraźnie w dziedzinie kontaktów z innymi ludźmi. Do budowania pozytywnych uczuć: przyjaźni, miłości niezbędne jest wyrażanie własnych uczuć. Jeśli tłumimy te uczucia nie potrafimy ich rozpoznać i okazać, a co za tym idzie będziemy ignorować uczucia innych osób. W ten sposób rodzą się bariery między ludźmi i potęgują konflikty, które niszczą bliskie związki.

Poczucie własnej wartości

Poczucie własnej wartości jest postawą zdrowej osobowości. Poczucie to budujemy głównie na wsparciu emocjonalnym otrzymywanym od innych. Zdobywamy je czując miłość, szacunek, akceptację, a także uznanie.

My dorośli, rodzice i nauczyciele nie zawsze zdajemy sobie sprawę jak duży wpływ mamy na wytworzenie i zniszczenie u dziecka poczucia własnej wartości. Dziecko jest bardzo wrażliwe na ocenę siebie przez dorosłych i nawet niewielkie uwagi mają duży wpływ na jego samoocenę. Chwaląc dziecko dajemy mu odczuć nasze zadowolenie z jego wyglądu, poczynąń. Przyczyniamy się tym samym do pozytywnej samooceny.

Młody człowiek rozwijający się w atmosferze akceptacji, w podobnych kategoriach buduje też obraz otaczającego świata. Nie będzie odczuwał lęku przed nowymi sytuacjami, a przeciwnie – ciekawość i chęć do szerszego poznawania otoczenia. Ułatwia to rozwój, przyspiesza drogę do samodzielności, daje odwagę w rozwiązywaniu pojawiających się problemów i pozwala w konstruktywny sposób radzić sobie w trudnych sytuacjach znajdując w samym sobie siłę i oparcie.

Rozwiązywanie problemów

Przeżywanie konfliktów i trudności to naturalne zjawisko w kontaktach między ludźmi, ponieważ jesteśmy inni. Tymczasem w świecie pokutuje przekonanie, że są one czymś niepożądanym i świadczą o niedojrzałości emocjonalnej. Stąd przeżywaniu konfliktów towarzyszy cała paleta przykrych emocji – gniewu, smutku, a nawet lęku.

Pojawienie się sytuacji konfliktowej wywołuje w nas obawy utraty sympatii, przyjaźni czy miłości. Dlatego też często unikamy sytuacji

konfliktowych, kosztem własnych zainteresowań, przekonań i wartości, utrudniając w ten sposób porozumienie.

Z drugiej strony wiemy, że najbardziej zbliża ludzi, gdy wspólnie uda im się rozwiązać istniejący problem.

Można więc nauczyć dzieci radzenia sobie w sytuacjach trudnych w taki właśnie sposób, aby w przyszłości wykorzystywały zaistniałą sytuację dla zacieśnienia kontaktów z rówieśnikami.

Podstawowym warunkiem dla rozwiązania konfliktu musi być świadomość różnic między ludźmi, odmienność zdań czy poglądów i akceptacja ich. Ważna jest umiejętność rozmawiania na temat istoty konfliktu i poszukiwanie rozwiązań, które uwzględniają potrzeby obu stron.

Treść zajęć

Terapia dzieci agresywnych powinna obejmować swą tematyką zajęcia poświęcone kształtowaniu umiejętności obcowania z ludźmi. Uczą one dostrzegania i szanowania potrzeb otoczenia. Służy temu rozwijanie zdolności emocjonalnego wczuwania się w odczucia innych osób, często odmiennych od własnych, rozumienia ich i akceptowania. Podczas tych ćwiczeń dzieci uczą się mówić o tym, co czują i czego potrzebują od innych. Powyższe umiejętności ułatwiają znalezienie konstruktywnych sposobów radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Ćwiczenia dotyczące przeżywanie uczuć i emocji, uczą rozpoznawania uczuć i umiejętności otwartego ich wyrażania. Młodzi ludzie dowiadują się również, jakie emocje przeżywają ich rówieśnicy i uczą się je akceptować. Dzięki tym ćwiczeniom mają możliwość poszukiwania sposobów rozładowania napięć i dzielenia się odczuciami w tym zakresie.

Zajęcia poświęcone kształtowaniu pozytywnej samooceny dają dzieciom możliwość przekonania się o własnej wyjątkowości i niepowtarzalności jak również usłyszenia aprobaty ze strony rówieśników. Zwiększa to poczucie własnej wartości.

Zaś ćwiczenia o rozwiązywaniu trudności, mają nauczyć rozstrzygania problemów i podejmowania własnych decyzji. Dzieci mają sposobność do analizy powstałych konfliktów i poszukiwania sposobów ich rozwiązywania. Dowiadują się, że ludzką rzeczą jest błędzić, a konflikty są naturalnym zjawiskiem w kontaktach między ludźmi. Uczą się rozwijać konflikty na drodze negocjacji, przeprosin i przebaczenia.

Metody pracy

- **NEGOCJACJE** – są to bezpośrednie umowy, których celem jest osiągnięcie porozumienia i rozwiązanie problemu. Ich przebieg

zależy od uczestników a porozumienie jest osiągnięte tylko wtedy gdy zostanie zaakceptowane przez wszystkich członków grupy.

- **MEDIACJE** – gdy porozumienie jest nie możliwe a konflikt zbyt silny pojawia się osoba pośrednicząca tzw. mediator, który pomaga stronom zrozumieć problem, przeanalizować różne formy jego rozwiązania jak również zredukować emocje. Z jego pomocą ustala się procedurę negocjacji i dba on o jej przestrzeganie. Pokrótce można powiedzieć że mediator udrażnia komunikację pomiędzy stronami.

- **DYSKUSJA i ROZWIĄZYWANIE KONFLIKTÓW** – czyli dzielenie się doświadczeniami, poglądami i tym co dla uczniów ważne, werbalizowanie problemów oraz wymyślanie sposobów ich rozwiązania.

- **BURZA MÓZGÓW** – giełda pomysłów - spontaniczne gromadzenie pomysłów nie podlegających ocenie.

- **UZUPEŁNIANIE ZDAŃ i KRÓTKIE OPOWIADANIE** – celem ich jest uzewnętrznienie reakcji, utożsamianie się z bohaterami i uświadomienie sobie konsekwencji własnych zachowań.

- **PRACA W MAŁYCH GRUPACH** – ułatwia kontakt i zbliża do siebie uczniów, dają szansę wypowiedzenia się tym, których onieśmiela duża grupa, poza tym uczniowie uczą się w niej dobrego słuchania (uwagi, akceptacji, zrozumienia).

Współpraca dorosłego

Sposób w jaki kontaktujemy się z dziećmi ma na nie większy wpływ aniżeli słowa. Dlatego ważne jest aby nauczyciel prowadzący zajęcia był swobodny i pozwalał dzieciom wyrażać ich własne emocje przez śmiech, żarty itp. W sytuacjach, które wymagają powagi powinien zadbać o odpowiednią atmosferę.

Każdy człowiek lubi być chwalony i upewniać się, że robi coś dobrze, dlatego też stosowanie pozytywnych wzmocnień przez terapeutę jest rzeczą nieodzowną.

Podczas zajęć terapeutycznych konieczne jest uważne słuchanie wypowiedzi dziecka, upewnianie się czy zrozumieliśmy ją wystarczająco dobrze oraz częste nawiązywanie do niej w naszych wypowiedziach. Ważna jest również obserwacja dziecka w czasie w którym wypowiada się, czujność by wychwycić kompleksy, obawy dziecka. Wiedza ta umożliwi uniknięcie sytuacji oceniających ucznia oraz oceny jego wypowiedzi.

W pracy terapeutycznej powinniśmy zadbać o to by uczniowie samodzielnie rozwiązywali swoje problemy, dlatego tematyka zajęć powinna być bliska doświadczeniom młodych ludzi a zadawane pytania mieć charakter „otwarty”, pobudzając ich do samodzielnego myślenia.

W pracy terapeutycznej nie powinniśmy zapominać również o rodzinie, która niejednokrotnie jest źródłem sytuacji trudnych. Dlatego też powinniśmy reedukować nie tylko dzieci ale również ich rodziny. Wskazane jest zaproszenie rodziców do wzięcia udziału w spotkaniach terapeutycznych i aktywnego włączenia ich w pracę grupy.

Bibliografia

1. Dąbrowski P. Praktyczne teorie negocjacji. Warszawa-Sorbog 1991.
2. Fisker R. i Ury W. Dochodzą do TAK, wyd PWE, Warszawa 1991.
3. Ken Ernest Szkolne gry uczniów, wyd WSiP, Warszawa 1991.
4. Edward de Bono Naucz się myśleć twórczo, wyd Prima, 1995.
5. Carlgren F. Wychowanie do wolności, wyd Genesis, Gdynia 1994.
6. Dodziuk A. Pokochać siebie, wyd Intra, Warszawa 1992.
7. Rylke H. Szkoła dla ucznia, wyd WSiP, Warszawa 1982.