

Agnieszka Wentrych

# Kiedy dzieci w przedszkolu przejawiają zachowania agresywne – jak powinien zareagować nauczyciel?

**Dziecięce wybuchy złości w przedszkolu są kłopotliwe dla nauczycieli i stanowią wyjątkowo delikatne tematy we współpracy z rodzicami. Jak nauczyciel powinien reagować na przejawy zachowań agresywnych u dzieci w przedszkolu?**

Agresywne zachowania dzieci w przedszkolu są równie problematyczne, co niestety powszechne, choć czasami dość naturalne. Niestety, bardzo trudno zarządzać złością i agresywnymi reakcjami dziecka, szczególnie nie swojego.

## **Odczytać i zrozumieć komunikat**

Odszyfrowanie przyczyny agresywnego zachowania dziecka może pomóc opiekunowi właściwie ukierunkować swoją odpowiedź, reakcję na nie. W niektórych sytuacjach umożliwi wyeliminowanie powodów agresywnego zachowania albo przynajmniej powstrzyma eskalację dziecięcego „gniewu”. Staramy się dociec, ustalić, skąd się biorą określone zachowania agresywne u dziecka – z czym się wiążą, co je wywołało. Zwracamy też uwagę, jak reagują na nie inne dzieci w grupie.

Zastanówmy się, do czego potrzebne są dziecku reakcje agresywne. Agresja może być wyrazem potrzeby kontaktu oraz narzędziem komunikowania przez dziecko otoczeniu o swoim wewnętrznym cierpieniu. Uderzenie kogoś, szczególnie osoby dorosłej przez małe dziecko, może być wołaniem malucha o kontakt fizyczny. Może być również wyrazem lęku dziecka, które usłyszało od opiekuna „nie”, lęku przed zerwaniem relacji. Dla małego dziecka opiekun, rodzic, nauczyciel jest całym światem, prawdziwym autorytetem. Dziecku bardziej instynktownie niż świadomie zależy na miłości i akceptacji osoby znaczącej. W tym kontekście rozumiemy agresję fizyczną małego dziecka jako potrzebę fizycznego kontaktu, który zapewni je, że ważna dla niego relacja z opiekunem nie została zerwana.

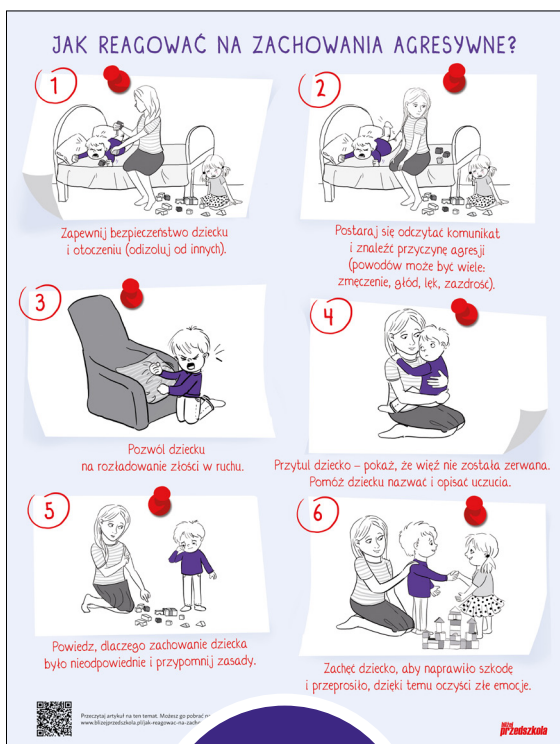
## **Dzieci wysoko wrażliwe złością się częściej**

Kolejne pytanie, jakie możemy sobie postawić, brzmi, czy zachowanie agresywne jest u dziecka częste, czy raczej zdarza się wyjątkowo? Dzieci wysoko wrażliwe, czyli bardziej emocjonalne, bardziej reaktywne wobec różnych bodźców płynących z otoczenia, dzieci z zakłóconą integracją sensoryczną mogą częściej reagować agresywnie. Warunkuje to do pewnego stopnia ich wrodzony temperament oraz stopień integracji sensorycznej. Wybuch złości związany z reakcjami agresywnymi pojawia się więc często, gdy dziecko jest zmęczone, gdy jego możliwości neuronalne są wyczerpane, gdy nie ma fizjologicznej możliwości, aby się uspokoić. Wówczas

szuka jakiegos powodu, na którym może skupić swoją energię i ją wyładować. Należy wtedy pomóc dziecku uspokoić się i odpocząć. Karcenie, krzyk, oskarżanie, negocjowanie nie będą tutaj ani adekwatne, ani tym bardziej skuteczne.

## Zablokowana złość daje o sobie znać

Zachowanie agresywne u dziecka może pojawiać się i nasilać również jako skutek niemożności przeżycia i wyrażenia przez dziecko złości. Dziecko może być każdorazowo karane za wyrażanie złości lub przeciwnie – nadmiernie chronione przed frustracją (złością), kiedy dorośli, uprzedzając wszelkie jego potrzeby, uniemożliwią mu doświadczenie braku. Tymczasem dziecko nie zawsze potrzebuje, aby wszystkie jego oczekiwania były spełnione. Chce być przede wszystkim dostrzeżone, usłyszane, zrozumiane. Dziecko chronione przed każdą frustracją, dziecko, które zawsze dostaje to, czego żąda, któremu zawsze się ustępuje, nie uzyskuje szansy, aby w pewnym sensie przywyknąć do uczucia frustracji, nauczyć się ją opanowywać, radzić sobie z nią. Dziecko nieradzące sobie z uczuciami braku, frustracji i złości skłonne jest reagować agresją. Zatem nadmiernie wyrażona agresja dziecięca może być spowodowana także niewłaściwymi reakcjami dorosłych na dziecięce uczucia – złość i frustrację – oraz potrzeby.



Plakat został dołączony do bieżącego numeru miesięcznika.

## Złość ściągą uwagę

Z kolei dziecko, które uporczywie bije inne dzieci, być może nauczyło się, że takie zachowanie skutkuje zaspokojeniem jego potrzeby. Doświadczenie pokazało mu, że dorośli zwracają wówczas na nie uwagę i spełniają jego żądanie. Inne dzieci ustępują mu miejsca lub oddają zabawkę. Dziecko w wieku przedszkolnym w słabym stopniu potrafi wartościować swoje zachowanie, jeszcze słabo odczuwa wstyd. Dlatego powtarza agresywne zachowanie, bo przynosi mu ono wymierne korzyści. Dziecko potrzebuje doświadczyć i nauczyć się, że uciekając się do bicia innych, nie uzyska tego, czego pragnie.

## Złość w obronie własnego bezpieczeństwa

Dzieci mogą stosować agresję fizyczną również w odpowiedzi na zachwianie poczucia bezpieczeństwa – małe dziecko, wobec którego stosowana jest przemoc fizyczna, będzie skłonne zupełnie przypadkowo i nieadekwatnie reagować agresją fizyczną i werbalną w relacjach interpersonalnych, ponieważ nie potrafi trafnie odczytać intencji innej osoby. Dziecko doświadczające braku poczucia bezpieczeństwa zewsząd spodziewa się ataku, zagrożenia, dlatego też wszelkie niespodziewane, nagłe zmiany mogą wywoływać u niego zachowanie agresywne. Dziecko doświadczające przemocy fizycznej może też po prostu modelować zachowanie agresywne dorosłych.

Jak zauważa Isabelle Filliozat<sup>1</sup>, napady złości u dziecka mogą być spowodowane akumulacją napięć różnego pochodzenia, mogą być wyrazem przemieszczonej złości (z jednej osoby na inną), mogą być wyrażaniem nieświadomej lub niewyrażonej złości najbliższego opiekuna, mogą w końcu skrywać inną emocję, np. strach lub smutek, jeśli wyrażanie przez dziecko tych emocji nie jest akceptowane.

## Odpowiedź na nietypowy komunikat

Dziecięce zachowania agresywne są zatem swego rodzaju komunikatem, dlatego potrzebują, abyśmy na nie reagowali. Dzieci potrzebują naszej właściwej odpowiedzi na swoją złość. Złość dziecięca powinna być zawsze uznawana i akceptowana jako emocja (natomiast nie jest to równoznaczne z każdorazowym tolerowaniem agresywnych zachowań dzieci). Agresywne zachowania u dzieci zazwyczaj podszyte są trudnymi uczuciami: złością, frustracją, gniewem, zazdrością, żalem, które zrodziły się w dziecku w odpowiedzi na określone doświadczenie. To doświadczenie może być sytuacją jednostkową (np. gdy jedno dziecko odbiera drugiemu zabawkę), ale może być także codziennym przeżyciem dziecka (np. wobec dziecka w domu stosowana jest przemoc, dziecko jest dotkliwie karane, opiekunowie często krzyczą na dziecko). Pamiętajmy, że emocje są ważne, ale nie podlegają wartościowaniu w kategoriach „dobre-złe”. Emocje dziecka są tak samo autentyczne i tak samo ważne, jak emocje dorosłych. Emocje dziecka, w tym także złość, potrzebują być zauważone, usłyszane, zaakceptowane,

1 Filliozat I., *W sercu emocji dziecka. Jak rozumieć i wspierać swoje dziecko*, wyd. Esprit, Kraków 2009, s. 165–196.

zrozumiane. Złość, żal, smutek, gniew, frustracja – te trudne uczucia dziecka potrzebują być kontenerowane, czyli pomieszczone przez dorosłego opiekuna. Kontenerowanie emocji polega na emocjonalnym towarzyszeniu dziecku. Isabelle Filliozat proponuje następujące etapy emocjonalnego towarzyszenia dziecku, pozostającemu w silnych emocjach, także temu, które przejawia zachowania agresywne:

1. Przyjąć emocje dziecka, nie tyle werbalnie, lecz przede wszystkim spojrzeniem i sercem. Być obecnym w swym oddechu, w swej wewnętrznej postawie. Być obok dziecka, ewentualnie przytulić je, wziąć za rękę.
2. Opisać odczucia dziecka: *Widzę, że jesteś wściekły! O, bardzo cię to rozłościło! Gniewasz się na brata, że wziął twoją zabawkę.*
3. Pozwolić, aby emocja działała aż do wyczerpania (o ile to możliwe, zapewniając dziecku i innym dzieciom bezpieczeństwo – na chwilę odizolować dziecko).
4. Kiedy oddech dziecka się uspokoi, nadchodzi czas na słowa (przypomnienie zasady obowiązującej w przedszkolu, np. *Nie bijemy innych dzieci, nie zgadzam się na uderzanie i plucie*).

### Jak reagować na zachowania agresywne dziecka? – podsumowanie

- Określić stopień zachowania agresywnego – jeśli dane zachowanie ma małą szkodliwość społeczną, może zostać przez dorosłego zignorowane, ponieważ zwracanie uwagi działa jak wzmocnienie pozytywne i utrwala takie zachowanie; kiedy natomiast agresywne zachowanie dziecka jest już poważniejszym złamaniem zasad porządku społecznego, wówczas konieczna jest interwencja dorosłego, należy zatem stworzyć warunki do wyciszenia się, uspokojenia; postawić granicę – zapewnić bezpieczeństwo „agresorowi” i „ofierze/ofiarom”, nazwać emocje i zachowanie dziecka, wskazać jego skutki, ewentualnie wprowadzić konsekwencje.
- Zastosować odwrócenie uwagi, humor lub metodę paradoksu – kiedy dziecięca reakcja agresywna spowodowana jest chęcią zdobycia jakiejś rzeczy, można skierować uwagę dziecka na inną rzecz (zastępczy obiekt pożądania); kiedy dziecięca reakcja ma charakter wyłącznie demonstracyjny – jeśli warunki na to pozwalają, można zasugerować dziecku, by np. krzyczało głośniej, tupało mocniej; można dołączyć na chwilę do jego demonstracji i pokazać mu, że w ten sposób niczego nie uzyska; można też obrócić całą sytuację w żart i rozśmieszyć dziecko; można w końcu zignorować jego zachowanie, poczekać, aż się uspokoi i powróci do wspólnych zajęć.
- Stawiać granice i wprowadzać konsekwencje – warto wprowadzić w grupie przedszkolnej prosty regulamin (ilustrowany), wskazujący na trzy lub cztery najczęściej

powtarzające się nieodpowiednie zachowania dziecięce, które nie będą akceptowane i za które będzie wprowadzona odpowiednia konsekwencja, np. 3 do 5 minut wyciszenia się (udanie się do miejsca wyciszenia, równoznaczne z chwilowym nieuczestniczeniem w zajęciach lub zabawie z pozostałymi dziećmi) oraz „zadośćuczynienie” – naprawienie szkody, przeproszenie.

- Psychoedukować – kształtować u najmłodszych dzieci postawy prospołeczne, rozwijać umiejętność współdziałania, odraczania nagrody, czekania na swoją kolej, godzenia się z niepowodzeniem, wykorzystując ciekawe metody: bajki, film, teatr itp.; warto postawić na metody, które opierają się na procesie modelowania właściwego zachowania – dzieci uczą się właściwego zachowania, naśladując zachowanie pozytywnego bohatera; już w pracy z najmłodszymi można stosować podstawowe, proste sposoby nauki rozpoznawania własnej złości oraz metodą bezpośredniego treningu wyposażać maluchy w zastępcze dla zachowań agresywnych formy reagowania (np. udanie się do miejsca wyciszenia, boksowanie w specjalnie do tego przygotowaną i wyłącznie w tym celu używaną poduszkę, mocne przytulenie się lub uściskanie dużego „Misia uspokajacza”).
- Nawiązać współpracę z rodzicami – w sposób konkretny, ale nieoskarżający przekazać rodzicom informacje o niepokojącym zachowaniu dziecka w przedszkolu; ustalić wspólne sposoby reagowania rodziców i nauczycieli na nieodpowiednie zachowanie malucha; jeśli rodzice nie obserwują podobnych zachowań u dziecka w domu – spróbować wyjaśnić, dlaczego w przedszkolu może być inaczej, wskazując możliwe przyczyny, np. obecność innych dzieci i wynikające stąd konflikty interesów między dziećmi, rywalizacja dziecięca, konieczność podporządkowania się zasadom i regułom, czekania na swoją kolej itp.; zaprosić rodziców do współpracy w rozwijaniu u dziecka umiejętności współdziałania z innymi dziećmi podczas zabawy, stosowania się do prostych zasad i reguł, podejmowania prostych obowiązków (np. porządkowanie zabawek).
- Pracować nad kształtowaniem własnej samoświadomości – nauczyciel powinien mieć świadomość, co się w nim pojawia na skutek agresywnego zachowania dziecka. Jakie uczucia, myśli, jakie reakcje. Najpierw opiekun powinien zrozumieć własne emocje, aby móc zapanować nad swoimi reakcjami, a także wybrać odpowiednią do danej sytuacji. Czasami to jest szczególnie trudne, gdyż towarzyszenie dziecku w jego emocjach może poruszać w opiece jego własne przykre doświadczenia z przeszłości, z dzieciństwa. Żeby móc dobrze zająć się dzieckiem, trzeba najpierw umieć właściwie zatroszczyć się o swoje wewnętrzne dziecko. Czasami takie kompetencje po prostu się posiada, innym razem trzeba je dopiero w sobie rozwijać poprzez uczestnictwo w terapii lub treningach rozwoju osobistego. ■

## Jak reagować? – krótki przewodnik

1. Zapewnić bezpieczeństwo dziecku i otoczeniu (innym dzieciom, sobie) – odizolować, przenieść w bezpieczne miejsce, przytrzymać, powstrzymać, objąć.
2. Odczytać komunikat – zrozumieć, czego wyrazem jest reakcja agresywna dziecka, np. trudnych uczuć: złości, lęku, zazdrości, frustracji, zmęczenia, odpowiedzi na agresywne zachowanie innej osoby, potrzeby poszukiwania kontaktu.
3. Być autentycznie obecnym przy dziecku.
4. Zaakceptować i wysłuchać emocji dziecka (wysłuchana złość uspokaja się szybciej).
5. Opisywać dziecku jego zachowanie. Nazywać uczucia. Okazać zrozumienie (*To prawda, to niesprawiedliwe... Rozumiem, że się złościś... Masz prawo być rozgniewany... Żal ci, że nie możemy zostać dłużej na placu zabaw... Złościś się, bo kolega nie chce ci oddać swojego samochodu...*).
6. Energia i złość z ciała uwalniają się przez ruch, przez aktywność ruchową. Na ile warunki na to pozwalają, należy pozwolić dziecku na rozładowanie złości w ruchu (np. uderzanie, a nawet kopanie w poduszkę, worek treningowy, miękkie siedzisko).
7. Gdy ciało dziecka się uspokoi, delikatnie objąć i przytulić dziecko – dając mu sygnał, że relacja nie została zerwana. Jeszcze raz okazać zrozumienie i powiedzieć dziecku o jego uczuciach, starsze dziecko można zapytać, jak się czuje, co się stało.
8. Po uspokojeniu nadchodzi czas na słowa – przypominamy zasady, umowy, reguły (np. *Nie zgadzam się na bicie, nie ma zgody na bicie, płucie, kopanie, gryzienie*). Wskazujemy dziecku, czego oczekujemy w przyszłości (np. *Kiedy się złościś na kolegę, powiedz mu to, ale nie wolno ci go uderzać. Zamiast uderzyć kogoś, przyjdź do mnie i powiedz, co się stało*).
9. Wprowadzenie konsekwencji – kiedy to konieczne, szczególnie w przypadku dziecka starszego, można wprowadzić konsekwencję w postaci chwilowego odizolowania dziecka – 3–5 minut w tzw. kąciku wyciszenia. Kiedy emocje już zupełnie opadną, można zachęcić dziecko, aby przeprosiło za swoje zachowanie – nie w każdym przypadku będzie to uzasadnione, może być bowiem tak, że dziecko zareagowało całkiem automatycznie i nieintencjonalnie, w takich wypadkach wyrażanie żalu mogłoby być sprzeczne z autentycznymi uczuciami dziecka. Dlatego warto uważnie obserwować dziecięce uczucia, a kiedy rozpoznamy w nich żal, można zachęcić dziecko do przeprosin.

## Bibliografia

Filliozat I., *W sercu emocji dziecka. Jak rozumieć i wspierać swoje dziecko*, wyd. Esprit, Kraków 2009.



**Agnieszka Wentrych** – pracuje w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej jako psycholog diagnosta, konsultant-terapeuta, terapeuta EEG Biofeedback. Podejmuje zadania w ramach pracy z grupą, koordynowania pracy zespołowej, a także współdziałania z instytucjami oświatowymi. W obszarze jej zainteresowań zawodowych pozostaje tzw. salutogenetyczne podejście do koncepcji zdrowia, ochrona i promocja zdrowia (w tym wpływ żywienia na funkcjonowanie człowieka), zagadnienia dotyczące rozwoju i wychowania dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym oraz poradnictwo zawodowe.

# KUP

publikację autorki artykułu:



**zawierającą praktyczne  
wskazówki dla nauczycieli  
oraz skuteczne pomysły  
i rozwiązania  
do wykorzystania  
w przedszkolu**



**WKRÓTCE  
CZĘŚĆ DRUGA!**

[www.blizejprzedszkola.pl/sklep](http://www.blizejprzedszkola.pl/sklep)