

# KAIP REAGUOTI Į AGRESYVŲ VAIKO ELGESĮ?

## PATARIMAI TĖVAMS / GLOBĖJAMS IR UGDYMO ĮSTAIGŲ DARBUOTOJAMS

Agresyvus vaiko elgesys gali atsirasti dėl įvairių priežasčių – amžiaus tarpsnio ypatumų, įgimto jautrumo, sveikatos sunkumų, nepalankių įvykių ar aplinkybių. Dėl tokio vaiko elgesio sutrinka ir įvairių iššūkių patiria ir aplinkiniai – tėvai / globėjai, ugdymo įstaigų darbuotojai. Kadangi vaiko agresiją gali lemti įvairios priežastys, vieno modelio, kaip reaguoti į tokį elgesį, nėra, tačiau galima išskirti bendrąsias gaires.

### 1 Nepriimkite vaiko agresijos asmeniškai.

Vaiko agresyvus elgesys nebūtinai susijęs su Jūsų ar kito asmens netinkamu elgesiu. Galbūt vaikas šiuo metu yra pavargęs, fiziškai nekaip jaučiasi ar reaguoja į ankstesnes nesėkmes. Atsižvelgę į tai, geriau suprasite savo atsakomybės ribas ir pagalbos galimybes.

### 3 Kalbėkitės su vaiku situacijai nurimus.

Kai vaikas tam tikroje situacijoje jaučia stiprias emocijas, tokias kaip agresija, yra sunku kalbėti ir apie jo savijautą, ir apie pačią situaciją. Taigi palaukite, kol vaiko intensyvios emocijos kiek nurims ir tuomet aptarkite tai, kas įvyko.

### 5 Kelkite realistiškus lūkesčius vaikui.

Vaikų supratimas apie jų elgesio įtaką kitam nėra tolygus suaugusiojo supratimui. Taigi neretai jiems gali būti sunku suvokti, kiek stipriai jų elgesys gali žėisti kitą. Svarbu mokyti vaiką empatijos, suprasti netinkamo elgesio pasekmes, tačiau reikėtų tai daryti vaikui priimtiniu būdu, pasitelkiant daugiau konkrečių vaiko amžių atitinkančių pavyzdžių, taip pat atsižvelgiant ir į vaiko reakcijas, nuomonę.

### 2 Reaguokite neagresyviu būdu.

Natūralu, kad į agresyvų elgesį mes esame linkę atsakyti puldami, saugodami save ir kitus. Visgi toks atsakas ne tik dar labiau skatina kito agresyvų elgesį, bet ir kelia žalą. Užuoat agresyviai puolę, parodykime vaikui, kad mes matome jį ir jo emocijas. Pavyzdžiui, galite įvardyti vaikui „Matau, kad tu dabar pyksti.“

### 4 Kreipkite dėmesį į emocijas.

Aptariant su vaiku situaciją, kurioje pasireiškė jo agresyvus elgesys, svarbu kreipti dėmesį tiek į vaiko jaučiamas emocijas, tiek į tai, kaip toks elgesys paveikė aplinkinius. Pavyzdžiui, galima sakyti „Suprantu, kad tau buvo pikta, tačiau tavo elgesys, kai mėtei daiktus, skaudino tavo draugą.“

### 6 Rūpinkitės savo emocine savijauta.

Mes esame pajėgūs atlaikyti kito intensyvias emocijas, kai patys būname pailsėję ir atidūs savo fizinei bei emocinei savijautai. Kreipkite dėmesį į tai, kaip Jūs jaučiatės įvairiose situacijose, pasitelkite Jums priimtinius ir nežalingus būdus, kaip palengvinti jaučiamą stresą, įtampą.

### 7 Pasikonsultuokite su specialistais.

Jei vaiko agresyvus elgesys dažnai kartojasi ir tęsiasi ilgesnį laiką, reikia konsultuotis su specialistais – psichologais, socialiniais darbuotojais ar pan.

