

# AGRESIVNO VEDENJE V ZGODNJEM OTROŠTVU: KAJ LAHKO STORIMO ODRASLI



Agresivno vedenje ima lahko dva pomena. Negativen pomen ima predvsem takrat, kadar je namen takega vedenja povzročanje telesne ali psihične škode drugemu, pozitiven pomen pa ko vedenje otroku omogoča, da se zna postaviti zase, uveljaviti svojo voljo in razvijati samostojnost.

Nagnjenost k agresivnemu vedenju je v predšolskem obdobju relativno stabilna osebnotna poteza, vendar pa se enako stari otroci med seboj razlikujejo v pogostosti in jakosti agresivnih izbruhov ter glede na način kako izražajo svojo agresijo.

V najzgodnejšem obdobju, obdobju malčka in otroka v zgodnjem otroštvu se agresivno vedenje pri otrokih izraža skozi različne oblike. V prvih dveh letih življenja se agresivno vedenje najpogosteje pojavi zaradi telesnega neugodja ali potrebe po pozornosti. Med drugim in tretjim letom otroci pogosteje reagirajo agresivno, ko jim starši nekaj prepovedo. Med tretjim in petim letom pa se agresivno vedenje pogosteje pojavi v interakciji otroka z vrstniki, med socialno igro, ponavadi ko otrok hoče neko igračo, ki jo ima nekdo drug. Tej obliki pravimo instrumentalna agresivnost. Z njo si otrok namerava pridobiti predmet, privilegij ali prostor. Z dozorevanjem prihaja do premika v načinu izražanja agresivnega vedenja. Telesna agresivnost, ki se izraža s pretepanjem, porivanjem, udarjanjem, metanjem stvari v druge, značilna za mlajše otroke, v predšolskem obdobju upada, hkrati pa od četrtega leta naprej narašča besedna agresivnost, ki se izraža s prepiranjem, zmerjanjem in kritiziranjem drugih. Spremembe med različnimi oblikami agresivnosti so posledica razvoja jezika, večjega nadzora nad čustvi, usvajanja pravil o sprejemljivem vedenju, ter pridobivanja drugih načinov uveljavljanja otrokove volje.

## KAKO LAHKO UKREPAMO ODRASLI?

- Ob agresivnem vedenju otroka tako doma kot v vrtcu skušajte ostati mirni, odločni, brez jeze in agresije. Otroka takoj odstranite iz nasilne situacije ter se ko se ta umiri **pogovorite o sami situaciji**. Otroku dajte jasno vedeti, da je bilo njegovo obnašanje nesprejemljivo in napačno. Ob tem ne kritizirajte otroka temveč njegovo vedenje. **Povejte mu katero vedenje bi bilo v dani situaciji bolj primerno ter kako lahko na primeren način izraža svoja negativna čustva** (npr. raje kot, da udariš svojega prijatelja, mu povej, da te je to kar je naredil razjezilo).
- Otroku jasno povejte kakšno vedenje je neprimerno. **Postavite jasne meje agresivnemu vedenju in bodite pri njihovem upoštevanju dosledni**. Postavljanje meja je za otroka pomembno, saj mu pomaga, da spoznava okvirje v katerih lahko živi, znotraj teh se počuti varno. Otroci, ki poznajo pravila, ki jih morajo spoštovati se manjkrat vedejo neprimerno, saj vedo kaj se od njih pričakuje. Ko otroku povemo kaj ne sme mu moramo tudi povedati kaj lahko, da bo na primeren način sprostil svojo jezo.
- Otroci se med tretjim in petim letom v socialnih situacijah učijo izražati negativna čustva (npr. jezo) na sprejemljiv način. Odrasli smo pri tem lahko otrokom v pomoč, da se na izražanje negativnih čustev **odzivamo s pogovorom o čustvih in njihovim razlaganjem, ter otroku pomagamo, da se bo osredotočil na reševanje problema, zaradi katerega se je pojavilo neželjeno vedenje**. S priznavanjem njegovih občutkov, še posebej občutkov žalosti spodbujamo empatijo in prosocialni razvoj.
- **Odrasli s svojim vedenjem in odzivanjem otrokom predstavljamo zgled, otroci posnemajo naše vedenje, zato je pomembno, da se v situacijah, ki vas jezijo ne odzivate z agresivnim vedenjem**, temveč reagirate tako kot pričakujete, da se bodo vaši otroci obnašali do vas. Strogo telesno kaznovanje, kot tehnika preprečevanja agresivnega vedenja ne vodi do zmanjšanja agresivnega vedenja, temveč nudi model agresivnega vedenja, ki ga otrok nato posnema. Otroku se s pomočjo te tehnike nauči, da je prav, da otroka, ki je mlajši in šibkejši od njega in te razjezi, udariš. Pomembno je, da se otroci od odraslih naučijo, da



lahko na socialno sprejemljiv način odreagirajo na negativna čustva, ki so nastala v frustracijski situaciji.

- Da bi preprečili agresivno vedenje, še preden se to pojavi opazujte in ugotovite katere so tiste situacije, ki pri vašem otroku povzročajo agresivno vedenje. To vam bo omogočilo, da se boste nanje lahko pripravili in ustrezno ukrepali, še preden se bo agresivno vedenje pojavilo.

- Otroku pokažite, da ga imate radi, da ga cenite kot osebnost. Zagotavljajte mu čustveno toplino, da bo lahko zadovoljeval osnovne čustvene potrebe.

- **Poskrbite, da poudarjate in hvalite otrokovo lepo vedenje.** Prepoznajte in pohvalite njegov trud. Če otroka za pozitivna oz. primerna vedenja pohvalite se bo to vedenje ojačalo. Otrokom pohvala veliko pomeni, hkrati pa je tudi spodbuda, da se bodo tudi v prihodnje ustrezno vedli.



- Ne izpostavljajte otroka risanim filmom, video in računalniškim igram z agresivnimi prizori, saj lahko le-ti sprožijo agresivno vedenje. Otroka raje izpostavite zgodbam oz. televizijskim programom, ki prikazujejo vedenja in dejanja kot so sodelovanje, medsebojna delitev, nudenje pomoči in empatija. Vendar otroku zelo omejite čas izpostavljanju tem elektronskim napravam, ker dokazano pomembno škodljivo vplivajo na pozornost, nemir in povečujejo vzdraženost.

- **Poskrbite za vsakodnevno fizično aktivnost.** Omogočite mu čim več gibanja na svežem zraku, ter poskrbite, da bo lahko vsak dan brez omejitev in skrbi sprostil svojo odvečno energijo.



- Ko se pri otroku pojavi agresivno vedenje je za reševanje le tega pomembno **dobro sodelovanje med strokovnimi delavci vrtca in starši.** Medsebojno spoštovanje, iskreni in odprti odnosi med vzgojitelji in starši so zelo pomembni, saj omogočajo vsakodnevno izmenjavo pomembnih informacij o otroku (npr.



če se je doma zgodil nek dogodek zaradi katerega je vaš otrok jezen in vznemirjen in starši vzgojiteljici/vzgojitelju ob prihodu otroka v vrtec to sporočite, se bo ta lahko ustrezno odzvala na otrokovo počutje in obratno: če se je v vrtcu zgodilo nekaj pomembnega je dobro, da vzgojitelji starše o tem obvestite, saj se bodo ti doma lahko na njegovo vedenje ustrezno odzvali).

Pripravila: Petra Petrovčič, svetovalna delavka