

Agresivita u dětí

Agresivita je součástí naší lidské přirozenosti. Ve vývoji dítěte hraje agresivita i láska velice důležitou úlohu. Určitá vnitřní prudkost může dodat dítěti energii a motivaci, která je nutná k překonávání různých překážek. Samozřejmě pokud zůstane v mezích, které je dítě schopno podporovat. Hlavním úkolem výchovy je agresivitu usměrnit tak, aby její energie docílila pozitivních cílů nejen pro sebe, ale i pro ostatní.

Nepřijíme všechna přání

Někteří rodiče ve snaze co nejvíce naslouchat svým dětem zapomínají dělat rozdíl mezi přáním a potřebou. Je zcela přirozené, že chceme, aby naše děti měly idylické dětství, ale tím, že budeme plnit všechna jejich přání, jim v podstatě zkresluje představu o reálném životě a připravujeme je o pocit „snění“. Rodiče se pak mohou dostat do slepých kolejí, kdy děti postupně své požadavky neúměrně zvyšují a rodiče se pak ptají se, kde pochybili.

Proč se neustále agresivita dětí zvyšuje?

Výchova vzteklého a agresivního dítěte je náročná a zatěžující, proto bychom se měli vždy snažit porozumět citovým příčinám a problémům našich dětí. I když se nám mohou zdát někdy jejich starosti malé, raději je nepodceňujeme a pokusme se své děti vyslechnout a pochopit. Touto jednoduchou radou se můžete vyvarovat pozdějších problémů, které by už mohly mít zcela jiný rozměr.

Plod a temperament

Dlouho tradoval názor, že do života v děloze nelze proniknout a je tam zcela klidný život. Dnes již víme, že tomu tak není a je prokázáno, že emocionální rozpoložení matky ovlivňuje budoucnost dítěte. Již mezi jednotlivými plody jsou velké rozdíly. Podle počtu pohybů můžeme usuzovat zda se jedná o klidné nebo neklidné dítě. V současné době odborníci stále více zdůrazňují vliv hudby na budoucí dítě.

Chybné argumenty

Pediatři tvrdí, že raný rozvoj mírnějšího nebo agresivního chování závisí již od toho, jak jsme schopni rozpoznávat a uspokojovat křik dítěte. Rodiče někdy mohou pít pocit, že udělali vše, aby dítě neplakalo. Dítě je přebalené a nakojené a přesto pláče. Někdy stačí miminko pochovat, zabroukat mu písničku nebo ho ještě přiložit k prsu. Maminky mohou mít pocit, že ještě není čas na kojení, ale to bývá prvním nedorozuměním mezi maminkami a dětmi. Dítěti totiž může vyhovovat zcela jiný rituál než určuje nemocniční personál nebo matka sama. Dítě a pak dostane „nálepku“, že je zlobivé a ono opravdu zlobivé být začne.

Reagujte přirozeně

Maminky občas ve snaze provádět všechno odborně a podle předpisu zapomenou na přirozenost a intuici. Srovnávání chování dítěte s ostatními dětmi a dětmi z knížek mohou být v praxi někdy zcela jiná. Je třeba si plně uvědomit, že dítě má křik jako svůj jediný nástroj, který je mu k dispozici a pomocí něhož může dát najevo, že se necítí právě dobře. Neposlouchejte rady typu: „Jen ať křičí, aspoň si provětrá plíce apod. Dítě potřebuje mít pocit, že je obklopeno milovanými lidmi a nachází se v harmonickém prostředí.“

Určitě se vyvarujte

- Násilnému odloučení od velmi malého dítěte, pokud to není potřeba z nějakých velmi závažných důvodů .
- Nepodsouvejte dítěti charakter někoho z rodiny a nepromíítejte na něm své výhrady vůči rodinným příslušníkům, snažte se spíše nalézt, co dítěti právě chybí.
- Nesnažte se všechno sama hned po porodu zvládnout a nechte si pomoci od ostatních rodinných příslušníků.

Závislost

Během prvních měsíců po porodu je dítě na nás zcela závislé. Dítě neví, kdo je a má pouze smysly, kterými se snaží dostat odpověď na své potřeby. Jestliže kojenci nedáváme to, co právě potřebuje, tak mu již dodáváme pocit, že svět je nemilosrdný a nevládný. Pokud včas reagujeme na jeho volání, tak ho tím nijak nerozmažujeme, ale vzbuzujeme v něm důvěru a lásku.

S dítětem netřeste

Pokud se cítíte opravdu vyčerpaní neustálými požadavky dítěte, nikdy se nesnažte jej uklidnit prudkým třesem! Mohlo by to způsobit vážné nenapravitelné poranění mozku. Při vysílení se naučte požádat o pomoc a odpočiňte si.

Odmítání jídla

Odmítnutí jídla je první zbraní, kterou se dítě snaží odporovat přání rodičů. V takovém případě je třeba uvědomit si, zda nejme příliš přísní a na dítě nadměrně nenaléháme. Nikdy není potřeba tvrdit, že dítě musí být nakrmeno za každou cenu. Dítě by se tak jen více trénovalo v kladení odporu. V takovém případě je někdy lepší dítěti dát napít a nevyjadřovat příliš své zklamání. Někdy se může stát, že dítě trvale odmítá potravu a musí být umístěno v nemocničním zařízení. Může se jednat o kojeneckou anorexii, která je odrazem hněvu vůči rodičům. V takovýchto vážných případech se zjišťuje jakým způsobem je o dítě pečováno a zda v rodině panuje souhra.

Když dítě nespí

Některé děti bývají úzkostlivější než ostatní a bojí se až do tří let usínat samy. Mají zkrátka strach z odloučení. Ve většině případů postačí vzít kojence a položit ho na rodičovskou postel nebo ulehnout vedle něho. Dítě pak vzápětí může usnout a klidně spát. Není vhodné nechat dítě po probuzení v noci dlouho zcela samotné a uplakané. Je možné počkat asi deset minut, protože to je nevhodnější doba, aby se dítě naučilo usínat samo. Někdy stačí jenom trocha mléka a konejšení a dítě zase pěkně usne.

První záchvaty vzdoru

Dítě si začíná uvědomovat stále více své ego zhruba od osmnácti měsíců do tří let věku. Je to období, kdy rodiče začínají být zmateni zpupností a vzdorem svého dítěte. Dítě se učí rozlišovat své myšlenky do dvou skupin: „já“ a „ne já“. Již umí přemisťovat a uchopovat různé předměty a porušuje pravidla, která rodiče stanoví. Začíná tu probíhat jakýsi střet mezi jednotlivými protichůdnými přáními a divokostí, pomocí níž dítě reaguje na frustrace. Dítě se pomalu učí být sebou samým.

Jak reagovat na záchvaty vzteku

Co dělat, když naše milované dítě najednou kolem sebe kope, bouchá pěstičkami, kouše nebo špatně zachází se svými hračkami? Má rodič odpovědět také násilím nebo vše trpělivě snášet? Je pochopitelné, že rodiče jsou řáděním svého dítěte vystrašení. V takovém případě bychom neměli rozhodně hněv dítěte zesměšňovat a dělat si z něj legraci. Rovněž je nepřijatelné takové chování, kdy rodič ze sebe nechá dělat „fackovacího panáka“, protože dítě by si začalo dovolovat stále víc. V podstatě se nabízejí dva možné způsoby řešení:

- potlačit hněv dítěte výpraskem, protože oni sami byli také často bití
- rodiče se snaží vyvarovat fyzických trestů a snaží se řešit vše domluvou

Oba dva způsoby řešení vydráždí agresivitu. Důležité je povědět dítěti, že má nárok „být rozhněvané“. Dětské výbuchy hněvu však nesmí být potlačovány prudkou a násilnou reakcí. Dítě totiž přivykne tomu, že je kolem něj neustálý hluk a jednoduše „otupí“. Takovéto ovzduší ho vůbec nemotivuje k tomu, aby se naučilo své agresivní chování ovládat. Je vhodné, aby se děti seznámily s celou škálou emocí a mohly tak objevovat svou identitu.

Agresivita a rozchod rodičů

Rozchod rodičů znamená pro dítě nabourání jeho jistoty a stability a již od raného věku vzbuzuje agresivitu. V případě, že se rodiče rozešli ve zlém a bojují mezi sebou, tak se z dítěte stává doslova zboží, o které bojují. Pokud soupeří o lásku drahými dárky, ustupují svému dítěti a snaží se mu co nejvíce zalíbit, jsou na nejlepší cestě vychovat z dítěte domácího tyрана. Pochopitelně ne všechny děti se po rozchodu rodičů stanou agresivními, ale ne jeden psycholog může potvrdit, jak se děti stanou po rozvodu rodičů zatvrzelé. Pro děti je nelogické, že jejich tatínek nebo maminka najednou odejdou a pociťují to jako velkou zradu.

Agresivita obrácená proti sobě

S agresivitou obrácenou proti sobě samému se můžeme setkat hlavně v období dospívání. Adolescent se tak snaží ochránit před agresivitou své blízké. Dívky stále častěji vyjadřují svůj vzdor tím, že se chovají násilně ke svému tělu. Poruchy přijímání potravy jsou jednou z forem obráceného násilí proti sobě. Spouštěcím faktorem anorektiček může být odmítnutí stát se ženou. Dalším příkladem obrácené agresivity jsou různé rituály, kterými se přijímají nováčci do různých part. Dítě se podstoupením takových her snaží vměstnat do určité skupiny, která se řídí svými pravidly. Je to určitý způsob revolty vymanit se z vlivu rodičů.

Dá se proti tomu něco dělat?

Násilí adolescentů má své kořeny hlavně v rodině a je způsobeno hlavně absencí a lhostejností jednoho či obou rodičů. Rodiče by měli mít v každém případě zájem o to, s kým se dítě stýká, podporovat ho v jeho zájmech a zálibách a hlavně s dítětem komunikovat! Právě komunikace je základní kámen pro další rozvoj a nasměrování dítěte tím pozitivním směrem. V každém případě je důležité respektovat své dospívající dítě a nesklouznout pouze k autoritářství a despotické přísnosti. Dítě přijme kladnou autoritu

lépe a bude také snadněji dodržovat stanovená pravidla. Pokud rodičovský pár nežije společně, měli by rodiče mít vůči sobě respekt.

Nebezpečná samota

Adolescenti mohou mít někdy zcela lhostejný postoj k životu a nezájem o své okolí. Jejich nálady se extrémně střídají, ale zároveň jsou zranitelní a křehcí. V tomto období mohou být velmi nespokojeni se svým fyzickým tělem a mohou mít sklony uzavírat se před světem a utíkat do samoty. Pokud se cítí takto nespokojeni, snaží se také vykonávat pouze ty činnosti, které jim nezpůsobují žádnou námahu a problémy. Chlapci velmi rádi utíkají ke svému počítači a nevyhledávají sport a kolektivní činnosti. Toto osamění se projevuje i tím, že potomci odmítají jíst společně a uzavírají se do svého pokoje. Pokud taková situace trvá dlouho a je doprovázena ještě přibýváním na váze, je třeba vyhledat dětského psychologa. V každém případě je lepší neotálet a problém řešit ihned v zárodku, protože toto citlivé období vyžaduje také citlivý přístup.

Pomoc, já se hledám

Úloha rodičů v období dospívání vyžaduje pevné nervy, pochopení a řádnou dávku diplomacie. Kde to všechno vzít? Na to neexistuje žádná odpověď. Adolescent se snaží prozkoumávat reakce svého okolí a krok za krokem si buduje svou identitu a místo ve společnosti. V tomto období je nejlepší být se svým potomkem co nejvíce a nabídnout mu atraktivní trávení volného času. Pokud rodiče budou přirozenou autoritou a stanou se respektujícími partnery svých ratolestí, mají vyhráno.

Pozor na silná slova

Je nasnadě, že nám praskají nervy nad tím, jak naše milovaná ratolest napodobuje své idoly nebo vrstevníky a chová se absolutně mimo naše představy. Nesnažme se však příliš slovně útočit a hystericky křičet, docílíme pouze opaku toho, co bychom chtěli. Také při slovních hádkách bychom měli raději klidně napočítat alespoň do pěti nebo vysvětlování nechat až na později. Jestliže adolescent nalezne odpovědi, které hledá, začne se chovat umírněněji a smířlivěji. Musíme si uvědomit, že toto „telecí období „ pomine a zase bude lépe!

Co útočí na adolescenta?

- podíl hormonů postupně mění charakter dítěte
- mají pocit, že rodiče mu nerozumí a nemohou mu pomoci
- odmítá své nové tělo
- touha po začlenění a obdivu
- kritiku své osoby nese velice vztahovačně
- hodnotový systém je značně zkreslený
- nespravedlnost nese velice těžce, vidí jen „černou“ a „bílou“
- sklon k nevyhnutelnosti a rezignaci
- zranitelná a křehká psychika