

## Czy dzieciom potrzebna jest agresja?

Do pewnego momentu agresję u dziecka można traktować jako naturalny element rozwoju związany z przyswajaniem wiedzy, umiejętności i wartości koniecznych do funkcjonowania we współczesnym świecie. Jednak należy pamiętać, że im starsze dziecko, tym poziom agresji i częstotliwość jej występowania powinny spadać.

## Są różne rodzaje wychowania. A jaki Ty stosujesz?

**Wychowanie autorytatywne** – dzieciom oddaje się tyle siły i kontroli, ile są w stanie udźwignąć. Dzięki temu uczą się odpowiedzialności, współpracy, podejmowania decyzji oraz wyciągania wniosków z konsekwencji swojego postępowania.

**Wychowanie przyzwalające** – siła i kontrola są w rękach dziecka. Przez to dziecko uczy się, że reguły są dla innych, a nie dla nich, za rozwiązywanie problemów odpowiadają dorośli, a egocentryzm i brak szacunku dla innych są akceptowane.

**Wychowanie restrykcyjne** – siła i kontrola są w rękach dorosłego. Kwestie sporne rozwiązywane są przy pomocy siły, a zwycięstwo zawsze jest po stronie dorosłego. W konsekwencji dziecko uczy się, że nic od niego nie zależy, koszty rozwiązywania problemów są wysokie, a ono nie ponosi odpowiedzialności za swoje decyzje, bo ich nie podejmuje.

## Rodzicu, pamiętaj!

**Dzieci agresywne, kłótlive, nieumiejące współpracować ani kontrolować swoich emocji są przez rówieśników najczęściej odrzucane!**

PRZEMOC  
BOLI

**Przemoc  
u dzieci**  
Co jej sprzyja, jak  
z nią walczyć

## Źródła agresji

Postaraj się zrozumieć, jakie mogą być ŹRÓDŁA AGRESJI U DZIECKA.

**Sposób rozwiązywania konfliktów w rodzinie.** Dzieci obserwują swoich rodziców i uczą się od nich. Zastanów się, czy sytuacje konfliktowe w Twoim domu rozwiązywane są rozmową i perswazją czy raczej krzykiem i karaniem. W przypadku sporu z dzieckiem wybierz pierwszy model – szczerą rozmowę i spokojne tłumaczenie.

**Poczucie lęku lub niższości może wywoływać agresję.** Czy Twoje dziecko czuje się kochane i szanowane przez wszystkich domowników? W okresie dorastania należy okazywać dziecku jak najwięcej zainteresowania. Wspieraj dziecko i pomagaj mu w walce ze słabościami.

**Brak czasu dla dziecka** może być przyczyną poczucia izolacji, które może przerodzić się w agresję. Warto wiedzieć, jakie zainteresowania ma dziecko, z kim się spotyka, co lubi.

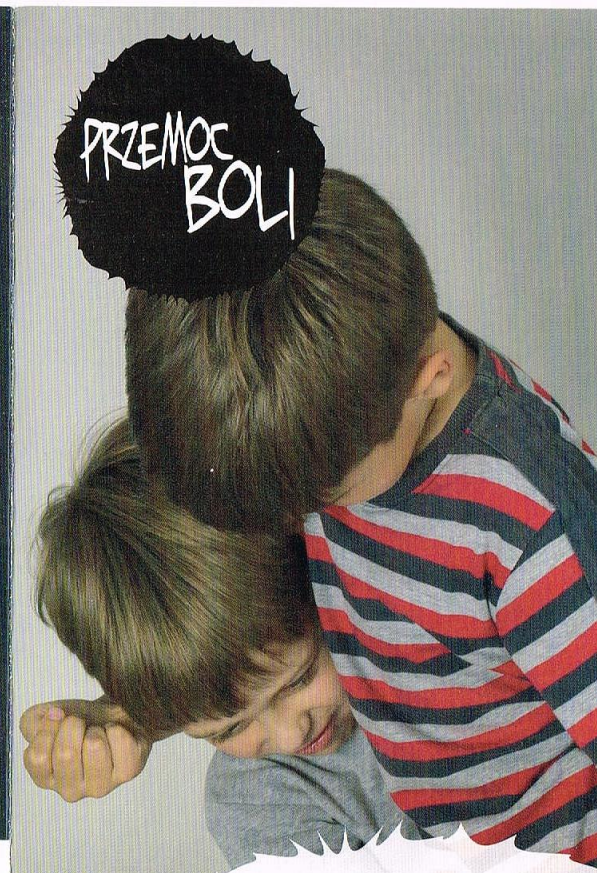
**Wygórowane wymagania rodziców.** Dziecko, które nie ma dość siły i umiejętności, by im sprostać, często buntuje się i zachowuje agresywnie.

**Nielimitowany dostęp do multimedialnych treści.** Oglądanie filmów z przemocą czy granie w brutalne gry powoduje z jednej strony znieczulenie na przemoc, a z drugiej negatywne pobudzenie emocjonalne.

## Dobre praktyki.

### 5 sposobów na agresję dziecka

1. **Stwórzcie wspólnie swego rodzaju kontrakt z dzieckiem**, w którym rzeczowo i zrozumiale przedstawiony będzie zakres obowiązków oraz kary za ich niewypełnienie. Ważne, by konsekwentnie przestrzegać kontraktu!
2. **Nie krytykuj dziecka w obecności innych ludzi.** Lepiej o niepowodzeniach i problemach porozmawiaj ze swoim dzieckiem w cztery oczy. Zawsze znajdź dla niego czas.
3. **Nie zostawiaj dziecku decyzji co do wyboru oglądanych programów lub gier**, po które sięga. Zastosuj tzw. filtry rodzicielskie. Ograniczaj czas spędzany przed telewizorem czy przy komputerze, tablecie, telefonie.
4. **Pozwól swojemu dziecku wyładować nagromadzoną energię w pozytywny sposób.** Dobrym pomysłem jest np. uprawianie sportu lub rozwijanie innych zainteresowań związanych z aktywnością na świeżym powietrzu. Jeśli dziecko ma ochotę się wyplakać, pozwól mu na to.
5. **Jeśli nie potrafisz sobie poradzić z agresją swojego dziecka, znajdź czas, by skorzystać z pomocy psychologa lub pedagoga.**



**Przemoc u dzieci**  
Co jej sprzyja, jak z nią walczyć

## Jak rozpoznać? Jak reagować?

Dorosłym czasami trudno dostrzec problem mobbingu u swojego dziecka, bo wiąże się on z przemocą, która najczęściej nie pozostawia oznak zewnętrznych.

Na mobbing **narażone są głównie dzieci, które różnią się od swoich rówieśników** pod względem sprawności fizycznej. Zwykle takie dzieci są bardziej wrażliwe, nieśmiałe, mają obniżony poziom własnej samooceny i poczucia wartości. Zazwyczaj wolą przebywać w towarzystwie dorosłych.

### SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE MOBBINGU:

- dziecko **boi się** chodzić do szkoły
- **unika** kontaktów z rówieśnikami, nie ma przyjaciół w klasie
- pojawiają się **problemy** ze snem lub apetytem czy symulacje choroby
- zauważalna **utrata motywacji** do nauki, gorsze oceny
- „**gubienie**” różnych rzeczy, pieniędzy
- dziecko przychodzi w **zniszczonym** ubraniu, ma **poniszczone** książki i zeszyty

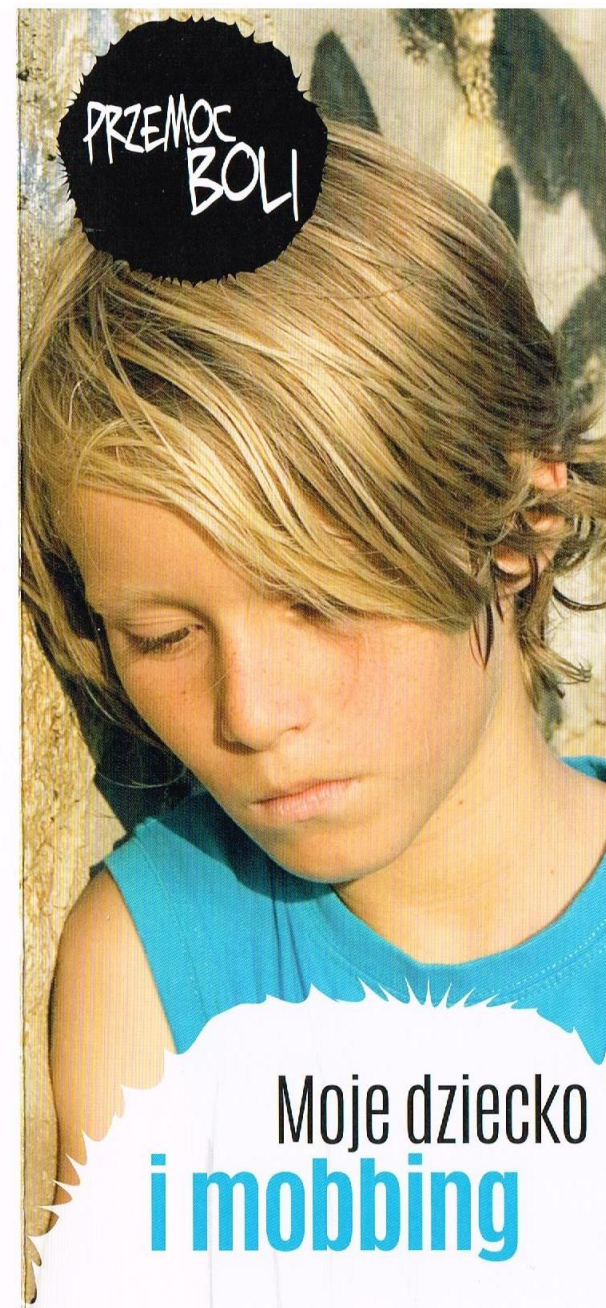
**OFIARAMI MOBBINGU CZĘSTO SĄ DZIECI OTYŁE, JAKAJĄCE SIĘ, MNIEJ SPRAWNE FIZYCZNIE, ALE RÓWNIŻ I KLASOWI PRYMUSI. DZIECKO NAJCZĘŚCIEJ NIE POTRAFI SAMO OBRONIĆ SIĘ PRZED MOBBINGIEM, BO WALCZY PRZECIWKO GRUPIE PRZEŚLADOWCÓW.**



### CO MOŻESZ ZROBIĆ, ŻEBY USTRZEC DZIECKO PRZED MOBBINGIEM?

- **zapewnij** dziecku emocjonalne bezpieczeństwo
- **zaangażuj** się w sprawy dziecka, okazuj mu jak najwięcej zainteresowania i życzliwości
- **wzmacniaj** u dziecka poczucie własnej wartości przy umiejętnym stawianiu granic i wymagań
- **rozmawiaj** o problemach i wspólnie znajdujcie wyjścia z konfliktowych sytuacji
- **reaguj** na niepokojące sygnały Twojego dziecka, zgłaszaj problemy nauczycielom i pedagogowi

Materiał wydany przez Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych



## Rodzicu!

Przeczytaj poniższe przykłady. Czy wiesz, co można zrobić na miejscu rodziców Gosi i Tomka?

*Tomek nie chce chodzić na WF. Prosi o zwolnienie, mówi, że boli go brzuch. Po długiej rozmowie zaniepokojona mama dowiaduje się, że Tomek zawsze wybierany jest do drużyny jako ostatni, a inni chłopcy śmieją się z niego. Jeśli jego drużyna przegrywa, zwykle inni zrzucają na niego winę, a jeśli wygrywa, nikt go nie chwali.*

*Jak na swój wiek Gosia jest bardzo poważna. Ma zupełnie inne zainteresowania niż reszta koleżanek, dlatego żadna z nich nie chce siedzieć z nią w jednej ławce. Dziewczyny obgadują Gosię i robią niestosowne uwagi dotyczące jej ubioru. Gosia reaguje bardzo emocjonalnie na odrzucenie, a ataki płaczu i bezsilności tym bardziej prowokują rówieśników.*

## Co to jest mobbing?

**Mobbing to wrogie i nieetyczne działania występujące bardzo często (przynajmniej raz w tygodniu) i przez dłuższy czas (przynajmniej przez pół roku).**



### NAJWAŻNIEJSZE OZNAKI MOBBINGU W KLASIE:

- **wykluczanie** ze wspólnych zabaw, pracy w grupie
- **wyśmiewanie** cech osobistych (wygląd, zachowanie)
- **obrażanie, upokarzanie**
- **ośmieszanie** przy odpowiedzi
- **zanieczyszczanie** i obrzydzanie jedzenia
- **agresja** fizyczna (kopanie, opluwanie, podkładanie nogi)
- **niszczenie** rzeczy osobistych, zeszytów, książek, ubrania
- **podburzanie** innych dzieci do podobnych zachowań



Policja, jednostki pomocy społecznej, gminne komisje rozwiązywania problemów alkoholowych oraz instytucje oświaty i ochrony zdrowia to instytucje, do których powinnaś się zwrócić o pomoc.

Są one zobowiązane do realizacji procedury „Niebieskie Karty” w przypadku podejrzenia stosowania przemocy wobec rodziny – w odpowiedzi na zgłoszenie dokonane przez członka rodziny lub przez osobę będącą świadkiem przemocy. W Twojej lokalnej społeczności działa zespół interdyscyplinarny.

O szczegóły zapytaj w urzędzie miasta lub gminy.



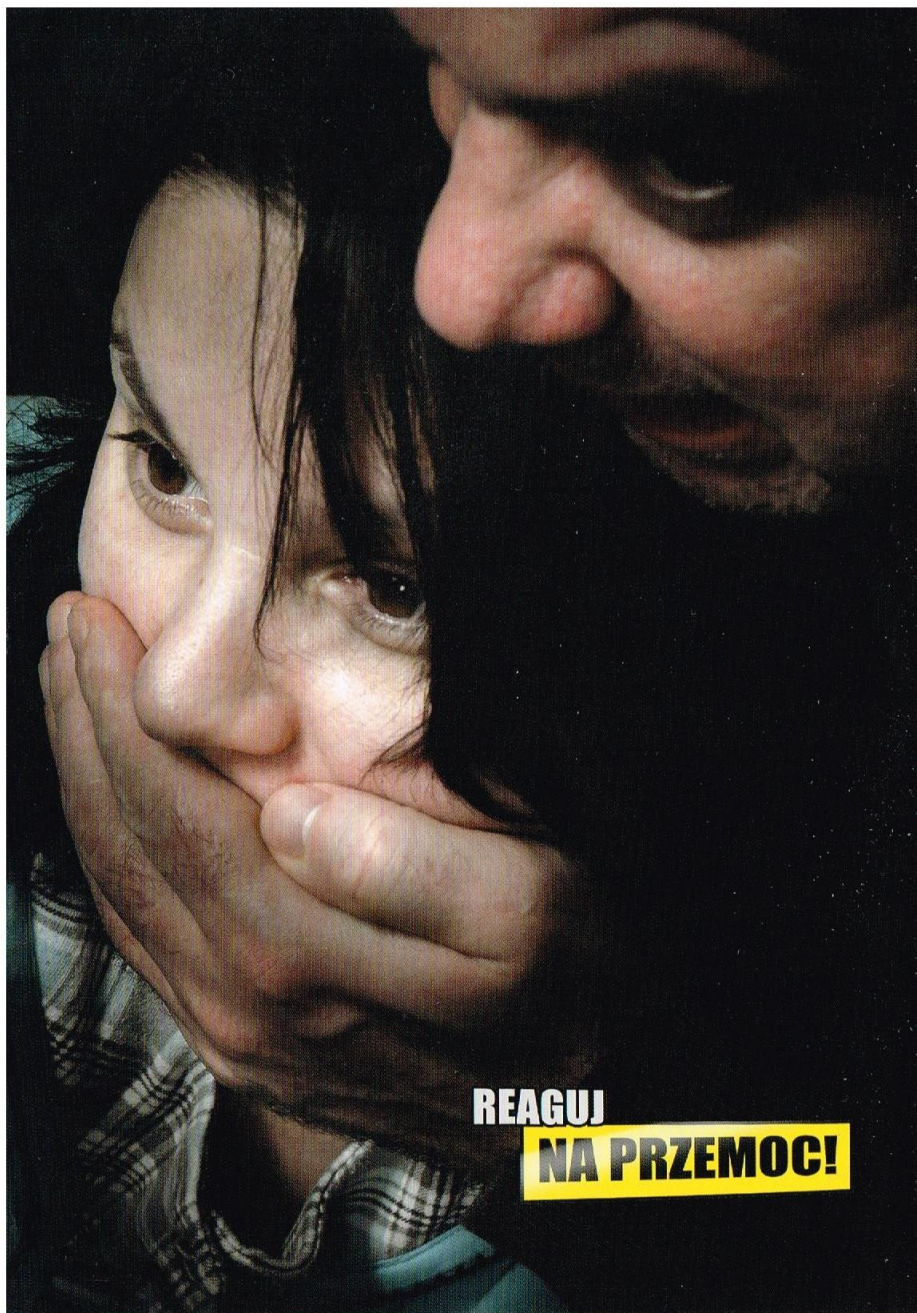
**REAGUJ  
NA PRZEMOC!**



**REAGUJ  
NA PRZEMOC!**

**Nie zgadzaj się  
na przemoc!**

Nikt nie ma prawa Cię bić i poniżać. Jeśli doświadczasz przemocy, pamiętaj, że możesz liczyć na obronę i wsparcie. Przerwij milczenie!



**REAGUJ  
NA PRZEMOC!**

Pamiętaj, że przemoc w rodzinie dotyka nie tylko Ciebie, ale i Twoje dzieci. Słuchanie wyzwisk, obserwowanie bicia i szarpania, patrzenie na Twój ból i upokorzenie wpływają destrukcyjnie na ich psychikę. Mali świadkowie przemocy cierpią bez względu na to, ile mają lat – nawet jeśli wydaje Ci się, że najmłodszy niczego nie rozumieją.

Na skutek obserwowania scen przemocy kilkulatki stają się bojaźliwe i drażliwe, zaczynają się jękać i mają skłonność do agresji. Nastolatki chowają w sobie ból i lęk, sięgają po alkohol i narkotyki, okaleczają się i podejmują próby samobójcze.

Możesz oszczędzić im takiego losu. Pamiętaj, że na mocy znowelizowanej Ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie masz prawo do bezpłatnego poradnictwa medycznego, psychologicznego i prawnego, wparcia i interwencji kryzysowej. Możesz liczyć także na badanie lekarskie w celu ustalenia przyczyn i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy oraz na wydanie zaświadczenia. Prawo jest po Twojej stronie. Istnieje wiele możliwości, by poprawić Twoją sytuację.

Sąd może orzec wobec sprawcy przemocy obowiązek powstrzymania się od przebywania w określonych miejscach, a także zakaz kontaktowania się z określonymi osobami i zbliżania się do nich. Może również wydać nakaz opuszczenia lokalu zajmowanego wspólnie z pokrzywdzonym.