

Razgovor sa djecom o

AGRESIVNOM PONAŠANJU





AGRESIVNOM PONAŠANJU

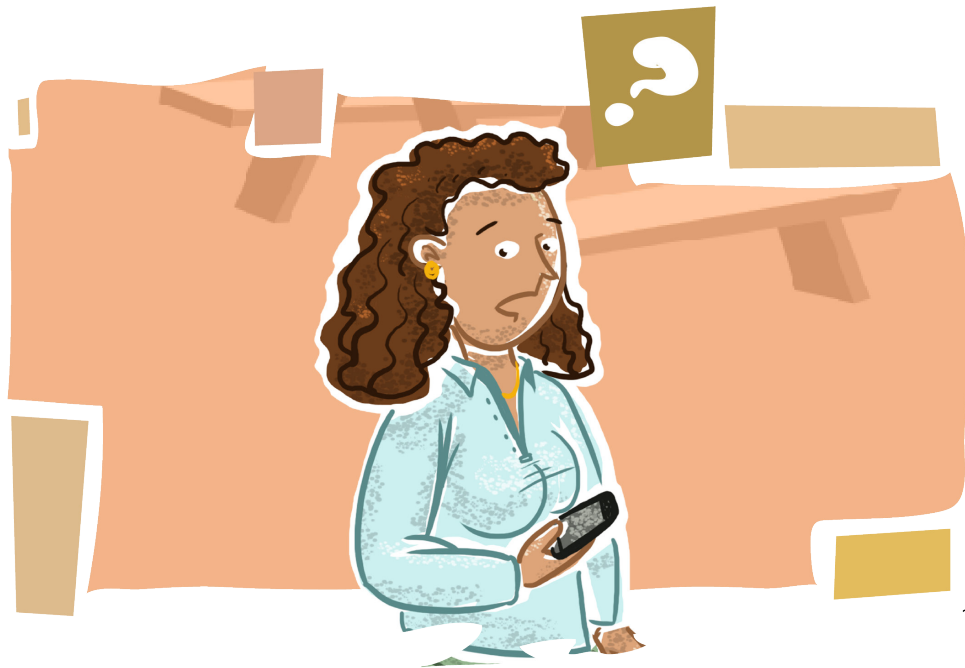
Vaša petogodišnja kćerka Sara započinje svađu na igralištu sa Matisom, dječakom istog uzrasta. Ono što je počelo kao verbalna prepirka ubrzo prelazi u žestok fizički sukob. Vi i Matisova majka takođe ste na igralištu i posmatrate prizor. Kako biste reagovali? Koje vrste reakcija postoje za podsticanje razvoja demokratske kompetencije?

Kao odrasle, a posebno kao vaspitače i referentne osobe, djeca nas iznova i iznova iznenađuju svojim ponašanjem. Oni često pokazuju obrasce ponašanja koji su nespojivi sa našim vrijednostima i čak im protivrječe. Možda je najdramatičniji primjer toga “agresivno ponašanje”.

U ovom poglavlju naći ćete informacije o agresivnom ponašanju ([stranica 2](#)), dobićete savjete kako da se s tim suočite ([stranica 3](#)) kao i neke mogućnosti za njegovo sprečavanje ([stranica 8](#)).

Korisne dalje informacije:

Centar za nenasilnu komunikaciju (The Center for Nonviolent Communication) <https://www.cnvc.org/>
 Omer, Haim (2011). Novi autoritet: porodica, škola i zajednica. (The new authority: Family, School and Community). Cambridge University Press



Zašto je moje dijete agresivno? – Razumijevanje uzroka agresije

Suprotno uvreženom mišljenju, agresivnost nije urođena karakterni osobina. To je prije prirodno ponašanje koje se može pojaviti u određenim situacijama ili događajima koje naš mozak smatra opasnim. Ponekad je to bitno za opstanak, a tako je, vjerovatno, bilo i za naše pretke još u kamenom dobu.

Za svako agresivno ponašanje postoji razlog koji se javi nakon što naš mozak procijeni određenu situaciju. To individualno percipirano prekoračenje granice odgovorno je za agresivno ponašanje osobe. Najočigledniji okidač za nasilje jeste fizički bol. Osoba koja je udarena najvjerovatnije će uzvratiti udarac. Međutim, psihički bol, kao što je socijalna marginalizacija, nepravda ili prezir, procesuiraju se u istim djelovima mozga kao i fizički bol, pa, takođe, može biti razlog za agresiju. Prag i jednog i drugog bola koji se smatra prekoračenjem granice veoma je individualan. Za neko dijete može biti dovoljan pogrešan pogled, dok će drugo odgovoriti nasilno samo ako ga drugi gurnu i udare.

Agresija kao reakcija na prekoračenje granice ne mora nužno da bude usmjerena na prestupnika koji je to učinio. Ako dijete ponižava stariji učenik, agresivna reakcija djeteta često neće biti usmjerena protiv agresora koji je vjerovatno jači, već možda protiv mlađeg i slabijeg brata tog učenika. Agresivnost se, takođe, može pojaviti kasnije, tako da se teško može uspostaviti veza sa prvobitnim prekoračenjem granice. Stoga se agresivno ponašanje može pojaviti naizgled ni iz čega, a imamo utisak da je dijete “jednostavno takvo” bez ikakvih očiglednih razloga – agresivno prema sebi i drugoj djeci.

Zato se agresivno ponašanje uvijek mora shvatiti kao svojevrsna apelacija. Veoma je važno da se taj problem bolje sagleda, posebno kod djece koja često pokazuju agresivno ponašanje. Koje se granice neprestano prekoračuju? Od strane koga? Kako se krše te granice? Kako mogu da podržim dijete koje je doživjelo prekoračenje granice? Kako bi se dijete moglo drugačije odnositi prema svojoj agresiji?

Važan zadatak obrazovanja jeste da djeci pomogne da se nose sa agresivnim osjećanjima. Kao svjesna bića, mi nismo taoci našeg mozga, pa na prekoračenje granice možemo reagovati i na drugačiji način – ne samo nasiljem. Ljudska bića su u stanju da razmisle o svojim postupcima i njihovim posljedicama i zbog toga mogu odrediti da li je njihova reakcija društveno prihvatljiva. Da tome naučimo našu djecu, jedan je od osnovnih roditeljskih izazova. Video snimci u kojima se prikazuje nasilje i igre u kojima ono postoji kao način da se postigne uspjeh kontraproduktivni su iz obrazovne perspektive, jer djeca mnoge stvari nauče imitacijom. Oni nasilje doživljavaju kao način da se napreduje u brojnim igrama i ovaj stav bi, eventualno, mogli da prenesu u njihov stvarni, svakodnevni život. Iz tog razloga, roditelji treba da budno prate igre koje njihova djeca igraju, kao i video snimke koje gledaju.



Šta mogu da uradim? – Savjeti za bavljenje agresivnim ponašanjem

Da li vam je svima isuviše poznata prikazana situacija sa igrališta? U nastavku, sastavili smo za vas nekoliko smjernica i savjeta o tome kako da se ubuduće ophodite u takvim situacijama:

- Pažljivo posmatrajte situaciju: da li je to samo mala gužva, čarka među vršnjacima? Ako je tako, bilo bi sasvim moguće pustiti da se situacija za sada nastavi i pažljivo je pratiti. Ako sve ostaje u granicama korektnog, možda je to samo odmjeravanje snage, te roditeljska intervencija uopšte nije neophodna. Međutim, ako neko dijete počinje snažno da udara, da se nekorektno ponaša, ili ako je neko od učesnika u opasnosti, morate apsolutno intervenisati i razdvojiti “zavađene strane”.
- Sada, odgodite reakciju na agresivno ponašanje vaše kćerke. Bijes, prijetnja ili čak batine, neće produbiti djetetovo razumijevanje da nasilje ne rješava probleme. Agresivno i ljutito ponašanje kao odgovor na nasilje od strane djeteta pokreće, u stvari, spiralu nasilja koja može poljuljati temelj svakog dobrog vaspitanja, odnosno povjerljivi odnos roditelj – dijete.
- Stoga osigurajte da se nijedno dijete ne povrijedi, razdvojite ih, stvorite fizičku distancu između posvađanih strana, budite mirni i pribrani i pustite da se situacija “ohladi”. Razuvjerite sebe i svoje dijete: “Ovo ponašanje nije prihvatljivo i tome ćemo se vratiti u mirnijim okolnostima.” O problematičnom ponašanju ne razgovara se u stanju emocionalne uznemirenosti, već kasnije, kada je moguće racionalno rasuđivati, uz pomoć razuma.
- Kada su emocije splasnule, preporučujemo diskusiju o agresivnom ponašanju tako što ćete slijediti princip “Nenasilna komunikacija” Maršala B. Rozenberga. (Za dodatne informacije posjetite sljedeću veb stranicu: <https://www.cnvc.org/>)

Osnovna pretpostavka Rozenbergovog modela od četiri koraka jeste da iza svake ljudske akcije (pa tako i iza dječjeg spora u gore pomenutom primjeru sa igrališta) postoje određena osjećanja i potrebe. Kao što pokazuje navedeni primjer agresije, iza svakog agresivnog postupka stoji prekoračenje granice (vidi poglavlje: Zašto je moje dijete agresivno? – Razumijevanje uzroka agresije, [stranica 2](#)). Sve to, kao i osjećanja i potrebe s tim povezane, mogu da se otkriju saosjećajnom komunikacijom. Mirni načini rješavanja sukoba i zadovoljenje potreba sada se mogu naći kroz dijalog. U nastavku, evo četiri koraka ka dijalogu u smislu nenasilne komunikacije:

1. Zapažanja

U početku pokušajte da precizno opišete koje ste vrste ponašanja vidjeli. Ne tumačite i ne procjenjujte to ponašanje. Vaše dijete, kao primalac vaših zapažanja, treba tačno da zna na šta se pozivate.

Želite da znate šta je “primalac”? Pogledajte dokument [“Razgovor sa djecom o njihovom tijelu i seksualnosti”](#), poglavlje [“Osnove ljudske komunikacije”](#) na stranici 9.

2. Osjećanja

Zatim, podijelite sa djetetom osjećanja koja su vaša zapažanja u vama pokrenula. Ako vam nedostaju riječi da opišete svoja osjećanja ili osjećanja vašeg djeteta, možete pronaći spisak sa kompilacijom različitih osjećanja na [stranici 10](#). Ova osjećanja direktno su povezana sa potrebom.

3. Potrebe

Potrebe sadrže bitne kvalitete koje sva ljudska bića žele (ili žele da imaju) u svom životu. One uključuju osnovne potrebe, poput spavanja, hrane i pića, ali i čežnju za ljubavlju, sigurnošću i samoostvarenjem.

Koje još potrebe postoje? Kako da ih tačno navedem? Za informacije pogledajte listu Centra za nenasilnu komunikaciju na [stranici 12](#). Potom ih formulišite zajedno sa osjećanjem i navedite rezultirajuću želju ili zahtjev.

4. Zahtjevi

Zahtjevom formulišete radnju ili ponašanje koje je rezultat potrebe. Važno je napraviti razliku između zahtjeva i želje: zahtjevi su konkretne aktivnosti, dok su želje manje jasne, odnose se na buduća stanja (npr. “budi ljubazniji prema starijim osobama!”). Zahtjevi imaju veće šanse za uspjeh, jer konkretnije definišu željeno ponašanje. Stoga je zahtijevanje pogodnije, posebno za obrazovanje male djece.

Kako je i odraslima prilično teško da artikuliraju svoja osjećanja i potrebe, ne smije se pretpostaviti da su djeca sposobna da to lako učine. Zbog toga je još važnije da vi, kao roditelji, budete prijemčivi za njihovo iskazivanje potreba i osjećanja. Pažljivim slušanjem (razjašnjavanje i ponavljanje onoga što je rečeno osnovni je koncept modela), slušaoci mogu dati pošiljaocima priliku da postignu jasnost u vezi sa svojim vlastitim mislima, osjećanjima i potrebama. (Šta je pošiljalac? Za osnovne informacije o komunikaciji pročitajte dokument [“Razgovor sa djecom o njihovom tijelu i seksualnosti”](#), poglavlje [“Osnove ljudske komunikacije”](#), stranica 9). Ovo je optimalni uslov za pronalaženje uopštenih, alternativnih obrazaca ponašanja za koje nije potrebno fizičko nasilje da bi se zadovoljile potrebe.

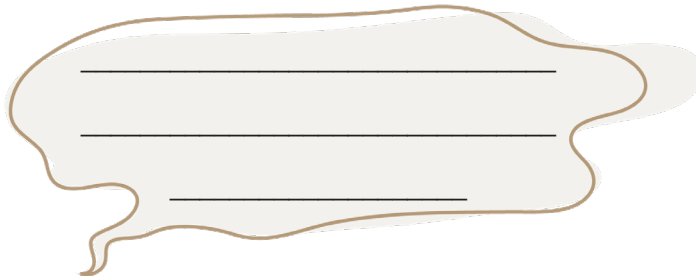
Primjer dijaloga

Kako se tačno može sprovesti takav dijalog poslije tuče na igralištu? Zamislite da ste majka djevojčice. Vaš cilj je da joj pomognete da razumije svoje potrebe i da joj pokažete različite načine da ih zadovolji na nenasilan način.

Pokušajte da popunite oblačiće majčinog govora uz pomoć naznačenih savjeta i pitanja. Takođe, uzmite u obzir i date odgovore vaše zamišljene kćerke.

Spremni? Ili nemate ideju šta da kažete ili popunite? Na [stranici 13](#) možete da nađete predlog za ovaj dijalog.

Komunicirajte zapažanja

“Da, ali i ja želim da se igram sa crvenom lopatom, nikad je ne koristim.”



Kakva osjećanja ili potrebe stoje iza Sarinih riječi?



“Sva ostala djeca igraju se sa Matisovim stvarima, a meni nije dozvoljeno.”



Koja osnovna potreba stoji iza navedenog?



“Da, meni nikada nije dozvoljeno da igram s njima”.



Molimo vas da podijelite i formulišite svoja osjećanja.



“On mi ionako neće dozvoliti da to uradim”.



Pokušajte da se ponovo pozabavite Sarinim osjećanjima i ponudite predlog za rješenje.



“OK. Pretpostavljam da mogu da pokušam.”





Šta mogu da učinim prije nego što se nasilje dogodi? – Preventivno pedagoško ponašanje

Šta, zapravo, možete da učinite da vaše dijete nikada ne posegne za nasiljem? Prvo, treba da imate na umu da je agresija urođeno ponašanje, reakcija koja se dešava u određenim situacijama, kao i svim drugim ljudskim bićima. Dakle, sasvim je normalno da se razvijaju agresivna osjećanja koja su posljedica prekoračenja granice, kao što znamo iz poglavlja 1 “Zašto je moje dijete agresivno?”

Dakle, nije stvar u zabrani agresivnih osjećanja, već u pitanju pronalaženja odgovarajućeg načina za suočavanje sa njima i njegovog prenošenja djeci.

1. Funkcija uzora:

Djeca mnogo nauče imitacijom. Kao roditelji, vi uvijek funkcionirate kao uzor svojoj djeci. Oni vide kako vaši obrasci ponašanja mogu da budu više ili manje uspješni u određenim situacijama. U skladu sa tim, djeca će željeti da isprobaju uočena ponašanja. Stoga, kao prvi korak, razmotrite i procijenite sopstveno ponašanje. Sljedeća pitanja će vas podstaći na razmišljanje:

- Kako se odnosimo jedni prema drugima u porodici, u svakodnevnom životu?
- Kako se odnosimo jedni prema drugima kao (bračni) partneri?
- Kako se odnosimo prema svojoj djeci? Da li koristimo “destruktivne poruke”?
- Šta su „destruktivne poruke”? Pogledajte dokument [“Razgovor sa djecom o pospremanju” poglavlje “Destrktivne poruke”](#) na stranici 5.
- Kako se kao odrasla osoba odnosim prema prekoračenju granice?
- Gde je moj sopstveni prag ljutnje – prije nego što pokažem agresivno ponašanje?

2. Budna pažnja

Koncept budne pažnje opisuje brižnu svjesnost s kojom roditelji tretiraju i vode računa o svojoj djeci i njihovom životu. Odgovorni roditelji i snažan odnos između roditelja i djeteta neophodni su za uspješan obrazovni proces. Ostanite u kontaktu sa svojom djecom, poručujući im: volim vas i važni ste mi. Vi ste odgovorni za živote svoje djece; prema tome, vaša je roditeljska dužnost da vodite računa o svojoj djeci i njihovom životu. Ako se plašite da vaša djeca mogu postati agresivna tokom igre, morate ih veoma pažljivo pratiti: igrajte se aktivno sa njima ili se i sami popnite na tobogan (kada posjećujete igralište). Na ovaj način ste u mogućnosti da odmah raščistite i objasnite situaciju koju vaša djeca mogu da shvate kao prekoračenje granice. Tako će vaša djeca naučiti da pravilno procjenjuju situaciju i da se nose sa

agresivnim mislima.

Ako aktivno učestvujete u životu svoje djece, vi ste informisani o njihovim interesovanjima i svjesni njihovih osjećanja i potreba. Ako se nešto ne bi dogodilo onako kako su se vaša djeca nadala, imate priliku da zajedno potražite alternativna rješenja i mogućnosti za akciju. Ako situacija izmakne kontroli, vi kao roditelji niste zatečeni situacijom i samim tim ste u mogućnosti da pravovremeno intervenišete kako biste zaštitili svoju djecu.

Za više informacija o konceptu budne pažnje posjetite sljedeću veb stranicu: <http://www.newauthority.net/topics/parents/vigilantcare.aspx>

3. Izbjegavanje eskalacije sukoba

Kada je u pitanju isključivanje televizora ili sprečavanje intenzivne upotrebe pametnih telefona, jedna riječ može dovesti do druge, kao što ste to sigurno već doživjeli. Odjednom se nađete usred vrtoglave eskalacije sukoba koja, u najgorem slučaju, može da se završi fizičkim nasiljem. Zbog toga je vrijedno da se ulože naponi da do eskalacije ne dođe. Evo nekoliko predloga:

- Ne reagujte odmah na provokaciju. Umjesto toga, pokušajte da dijalog započnete kasnije
- Možda nećete moći da kontrolišete ponašanje svoje djece, ali sasvim sigurno možete da kontrolišete svoje. Ovaj put pokušajte da tišinom probijete ovu spiralu eskalacije!
- Nije stvar u tome da pobijedite u raspravi sa vašom djecom. Međutim, morate im jasno staviti do znanja kakvu vrstu ponašanja nećete oprostiti (u ovom slučaju nasilničko ponašanje) i da ćete im se suprotstaviti. Jedan od mogućih oblika otpora jeste takozvana "demonstracija".

Ulazite u sobu svoje djece u unaprijed određeno vrijeme i izjavljujete da ćete sada čuteći da očekujete njihov predlog o tome kako bi željeli da izmijene svoje ponašanje.

Lista osjećanja

Osjećanja kada su vaše potrebe zadovoljene

SRDAČAN

osjećajan
prijateljski
otvorena srca
saosjećajan
nježan
topao

ANGAŽOVAN

udubljen
hitar
radoznao
zaokupljen
očaran
ushićen
fasciniran
zainteresovan
zaintrigiran
umiješan
opčinjen
stimulisan

PUN NADE

znatiželjan
ohrabren
optimističan

SAMOUVJEREN

osnažen
otvoren
ponosan
siguran
bezbjedan

UZBUĐEN

zadivljen
animiran
gorljiv
uzbuđen
začuđen
zaslijepljen
željan
energičan
entuzijastičan
vrtoglav
oživljen
živahan
strastven
iznenađen
Životan

ZAHVALAN

uvažavajući
dirnut
zadovoljan
impresioniran

INSPIRISAN

zapanjen
začuđen
zapitan

RADOSTAN

zabavan
oduševljen
zadovoljan
srećan
trijumfujući
zadovoljen
zabavljen

EUFORIČAN

blažen
ushićen
uzdignut
zanijet
bujan
blistav
zanosan
grozničav

MIRAN

smiren
bistre glave
udoban
centriran
sadržajan
jednako važan
ispunjen
blag
tih
opušten
olakšan
zadovoljen
spokojan
nepomičan
umiren
pouzdan

OBNOVLJEN

oživljen
pomlađen
osvježen
odmoran
restauriran
revitalizovan

Osjećanja kad vaše potrebe nijesu zadovoljene

UPLAŠEN

zabrinut
zastrašen
zloslutan
preplašen
nepovjerljiv
uspaničen
okamenjen
uplašen
sumnjičav
prestravljen
oprezan
brižan

IZNERVIRAN

pogoršan
prestrašen
nesrećan
nezadovoljan
iznerviran
frustriran
nestrpljiv
iziritiran
uznemiren

LJUT

bijesan
razjaren
tužan
ogorčen
iritiran
ožalošćen
pobijesnio
prezriv

ODBOJNOST

animozitet
zapanjen
prezir
zgrožen
ne voljeti
mrzjeti
užasnut
neprijateljski
odbijen

ZBUNJEN

ambivalentan
pometen
začuden
omamljen
neodlučan
izgubljen
mistifikovan
smeten
zapitan
rastrzan

NEPOVEZAN

otuđen
rezervisan
apatičan
dosadan
hladan
odvojen
dalek
rastresen
ravnodušan
nepomičan
uklonjen
nezainteresovan tuga
povučen

UZNEMIREN

nemirni
alarmiran
zbunjen
nesređen
poremećen
potrešen
nervozan
nemiran
šokiran
prestrašen
iznenađen
izmučen
turbulentan
haotičan
neudoban
nelagodan
neurotičan
nesmiren anksiozan

POSTIĐEN

posramoćen
pogrđen
usplahiren
kriv
prestrašen
samosvjestan

UMOR

iscrpljen
sagorio
beskoristan
izmoren
letargičan
mlitav
pospan
iscijeđen
zamoran
dotrajao

BOL

agonija
patnja
ožalošćen
opustošen
slomljenog srca
povrijeđen
usamljen
bijedan
žali
pokajnički

TUŽAN

depresivan
odbačen
prezriv
prezren
razočaran
obeshrabren
poremećen
zanemaren
tmuran
teška srca
beznadežan
melanholičan
nesrećan

NAPETO

zabrinut
jeziv
pod stresom
rasijan
plahovit
sumoran
razdražljiv
iritantan
živčan
neurotičan
ophrvan
nesmiren

RANJIV

krhak
zaštićen
bespomoćan
nesiguran
sumnjičav
rezervisan
osjetljiv
nestabilan

ŽUDNJA

zavidan
ljubomorani
čežnjiv
nostalgičan
opsjednut
zaluden

Lista potreba

POVEZIVANJE

prihvatanje
naklonost
uvažavanje
pripadnost
saradnja
komunikacija
bliskost
zajednica
druženje
saosjećanje
razmatranje
konzistentnost
empatija
inkluzija
intimnost
ljubav
uzajamnost
njegovanje
poštovanje /
samopoštovanje
sigurnost
bezbjednost
stabilnost
podrška
znati i biti poznat
vidjeti i biti viđen
razumjeti i biti shvaćen
povjerenje
toplina

FIZIČKA DOBROBIT

vazduh
hrana
kretanje / vježbanje
odmor / san
seksualno izražavanje
sigurnost
sklonište
dodir
voda

POŠTENJE

autentičnost
integritet
prisustvo

IGRA

radost
humor

MIR

ljepota
zajedništvo
lakoća
jednakost
harmonija
inspiracija
narediti

AUTONOMIJA

izbor
sloboda
nezavisnost
prostor
spontanost

ZNAČENJE

svjesnost
proslava života
izazov
jasnoća
kompetencija
Svijest
doprinos
kreativnost
otkriće
efikasnost
efektivnost
rast
nada
učenje
tugovanje
učešće
svrha
samoizražavanje
stimulacija
biti važno
razumijevanje

Primjer dijaloga

Kako se tačno može sprovesti takav dijalog poslije tuče na igralištu? Zamislite da ste majka. Vaš cilj je da razjasnite potrebe svoje kćerke i da joj pokažete različite mogućnosti kako da zadovolji te potrebe na nenasilan način. Prvo pokušajte da, uz pomoć navedenih savjeta i pitanja, razmislite o onome što majka govori u dijalogu. Zatim kliknite na oblačiće da biste pročitali predlog:

Komunicirajte opažanja



PREDLOG:
 “Sara, jutros na igralištu udarala si i ujedala Matisa.”

“Da, ali i ja želim da se igram sa crvenom lopatom, nikad je ne koristim.”



Kakva osjećanja ili potrebe stoje iza Sarinih riječi?



PREDLOG:
"Da li si tužna zato što ne možeš da se igraš sa njegovom lopatom? Da li želiš da sljedeći put doneseš svoju lopatu?"

"Sva druga djeca igraju se sa Matisovim igračkama, a meni ne daju."



Koja vrsta osnovne potrebe stoji iza ovoga?



PREDLOG:
"Osjećaš da se prema tebi ponašaju nepravedno, a željela bi da se i ti igraš sa njegovim igračkama?"

"Da, nikad mi ne daju da se s njima igram."



Molim vas podijelite i formulišite sopstvena osjećanja.



PREDLOG:

„Sara, kad počneš da udaraš i ujedaš druge, ja se plašim za drugu djecu.
Možeš da ih udariš i povrijediš.
Sljedeći put, zašto ga ne bi lijepo pitala da li bi ti dozvolio da se igraš zajedno sa njima?“

“On mi ionako neće dozvoliti da to uradim”



Pokušajte ponovo da se bavite Sarinim osjećanjima i ponudite predlog za rješenje.



PREDLOG:

“Vidim da si još mnogo ljuta. Ali pokušaj sljedeći put sa ljubaznim riječima. Ako to ne uspije dođi pravo kod mene, pa ćemo da vidimo šta bi drugo mogla da kažeš. Dogovoreno?“

“OK. Pretpostavljam da mogu da pokušam”.



“Razgovor sa djecom o agresivnom ponašanju” zasnovan je na sljedećim referencama:

Casalini, Sandra. 2018 a. «Das aggressive Kind.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Mai, 10-31.

Casalini, Sandra. 2018 b. «Das Prinzip des gewaltlosen Widerstandes.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Mai, 26-27.

Omer, Haim und Philip Streit. 2018. *Neue Autorität: Das Geheimnis starker Eltern*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 37 ff, 62.

Zimet, Nadine. 2015 a. «Erziehen ohne Strafen- ja, das geht!» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/erziehen-ohne-strafen-ja-das-geht>

Zimet, Nadine. 2015 b. «Einen Konflikt ohne Strafe austragen- ein Beispiel.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/einen-konflikt-ohne-strafe-austragen-ein-beispiel>