

## Turime išmokti matyti pikta ir agresyvų vaikų pasaulį

„Turime matyti vaikų pasaulį tokį, koks jis yra iš tiesų, o ne apsimesti ir matyti tokį, kokį norime. Jame – daug pykčio ir agresijos. Visi žmonės turi kažkiek agresijos, nes ji kyla iš dviejų smegenų centrų. Agresija iš nieko neatsiranda: pirmiausia gimsta jausmas, po to – pyktis ir tuomet – agresija. Jeigu vaikas, o vėliau suaugęs žmogus neišmoks atpažinti tų 3 pakopų, jis pirma trenks, o po to – galvos“, - tvirtino viešosios įstaigos „Vaiko namas“ vaikų psichologas Evaldas Karmaza, 8-erius metus nagrinėjantis vaikų smurto problemas.

### Reikia ne slėpti, o valdyti pyktį

„Yra tokia formulė: jausmas pereina į pyktį, o šis virsta agresija. Tie etapai kartais įvyksta per sekundę. Jeigu išmoksti valdyti pyktį, tai per tą sekundę ir susivaldai. Pyktis yra jausmas, o agresija – jau veiksmas.

Pykčio šiaip sau nebūna: tai – antrinė, po kažko sekanti emocija. Reiškia: žmogaus viduje kažkas yra ne taip. Supykęs vaikas dažniausiai užtvoja. O suaugusiam atrodo, jog vaikas trenkė nei iš šio, nei iš to, - kalbėjo psichologas. - Suaugęs išmoksta trenkti taip, kad jo nenubaustum įstatymiškai: jei vaikas tiesiogiai – kumščiu, suaugęs dažniausiai – žodžiais, sarkazmu, pasyvumu.

Mūsų niekas nemokė valdyti pykčio, o mokė slėpti, nerodyti jo. To rezultatas – depresijos, kurios yra neįveiktos agresijos, dažnos vidinės kovos rezultatas. Žmogus turi išmokti atpažinti pykčio šaknį: gal jam fiziškai skauda, gal jo šeimoje ar santykiuose tarp draugų - kažkas ne taip.

Vaikas, anot R.Karmazos, yra toks pat sutvėrimas, kaip ir suaugęs žmogus, tik su dar spalvingesne savo jausmų palete. Mes negalime uždrausti ir vaikui pykti, bet negalime jam leisti elgtis agresyviai. Pas vaiką turi atsirasti įgūdis sustoti. Vaikas išmoksta elgtis neagresyviai tik tuo atveju, jeigu pamatys, kaip jūs susitvarkote su savyje kylančia agresija“.

Vaikas, specialisto žodžiais, nėra užkoduotas muštis. Vaikas negimsta su žinia, kad reikia „duoti į nosį“. Tą žinią jis perima iš suaugusiųjų pasaulio.

„Reikšdami agresiją žmonės apkalbinėja kits kitą, ir tyli, ir smurtauja. Tarkim, vyras supyksta ant žmonos, kad tarp jų nebuvo sekso. Iš tiesų, tai – vyro emocijos. Jis baiminasi, kad yra nepatrauklus savo žmonai, jei ši jo negeidžia. Ir tą pyktį nukreipdamas į moterį, vyras jaučiasi teisesnis, - tvirtino psichologas. – Tas pats ir vaikų pasaulyje: man dėl kažko yra gėda, todėl labai lengva kitą padaryti „atpirkimo ožiu“ – duoti jam į snukį“.

### Bausmėmis agresijos neįveiksi

Statistika bent apytikriai atspindi agresijos didėjimo Lietuvoje reiškinį: 63 proc. moterų patiria smurtą šeimose, 50 proc. šeimų išsiskiria dėl agresijos, 70 proc. moksleivių bent sykį per 2-3 mėnesius patiria smurtą mokyklose. 62 proc. socialinės rizikos šeimų kaltininkas yra alkoholis. Lietuvoje yra 13,5 tūkst. socialinės rizikos šeimų, kuriose auga 31 tūkst. vaikų.



*Vaikų psichologas iš Vilniaus Evaldas Karmaza Kretingos psichikos sveikatos centro surengtame seminare kalbėjo, jog agresija neatsiranda staiga ir iš niekur: „Ji atsiranda tik per ilgą laiką. Vėlgį reikia laiko ir kantrybės, kad ta juostelė būtų atsukta atgal. Jeigu draugą puolančiam vaikui mokėsite išaiškinti jo agresijos priežastį, būsite tikri profesionalai“. Šių ir kitų jo minčių Švietimo skyriaus salėje klausėsi mūsų rajono pedagogai, socialiniai darbuotojai, mokyklų psichologai.*

„Esame lyg spąstuose. Tėvai smurtauja. Daugėja depresijų atvejų tarp mokytojų. Smurtauja ne tik vaikai, bet ir mokytojai. Pedagogika išsigimsta į „demagogiką“. Jau pats žodis „pedagogas“ lotynų kalboje reiškia: vedantis vaiką. Tik savo pavyzdžiu galime išauklėti vaiką: moksliskai įrodyta, jog 90 proc. mokymosi eina per akis ir tik 10 proc. – per ausis. Žinių suteikimas nėra toks efektyvus, kaip asmeniniai pavyzdžiai, kuriuos vaikai sugeria į save, – akcentavo E.Karmaza. – Šie mokslo metai po mokytojų streikų žada būti dar labiau agresyvūs. Tarkim, streikuojantys vairuotojai išsirėkauja su plakatais rankose. O mokytojai atsigriebs kandumu, sarkazmu“.

Anot specialisto, būtina keisti save ir darbo su vaikais metodiką.

Bausmėmis, anot E.Karmazos, agresijos neįveiksi, tik gali ją pristabdyti. Pirmiausia reikia išmokti patiems ją valdyti ir to nuo mažens mokyti vaikus.

Susivaldžiusį vaiką reikia pagirti. Niekada nepradėti jo „auklėti“ nuo kritikos. Jeigu pastebimi dažni vaiko elgsenos sutrikimai, kuriuos diagnozuoja psichiatras, vaikui yra taikoma speciali elgesio terapija, o tam tikrais atvejais – ir medikamentinis gydymas.

### **Agresija nelygi agresijai**

Agresija, specialisto žodžiais, yra sudėtingas fenomenas, kurią reguliuoja mūsų smegenų centrai. Agresija yra netolygi ir aiškiai skiriasi psichologiniu bei fiziologiniu lygiu.

Yra skiriamos kelios jos rūšys: grobuoniška agresija (kaip gyvūnų pasaulyje: auka – mano), agresija tarp vyrų ir patinų. Lietuvoje, beje, ji pasireiškia dažniausiai.

Vaikų problemas Lietuvoje iš esmės sprendžia moterys: 86 proc. mokytojų mokyklose – moterys, 80 proc. globos įstaigų darbuotojų - moterys, 60 proc. baigusiujų aukštąjį mokslą – moterys. Vaikai aplink save nuo kūdikystės mato tik moteris. Berniuko sąmonėje užsikoduoja kova dėl moterų, dėl lyderystės. Tam, kad vaikas išmoktų partnerystės, trūksta grandžių. Lyderystę reikia mokėti nukreipti tinkama linkme.

Baimės sukelta agresija pasireiškia, kai kyla baimė ir siekiama iš to išsiveržti. Tarkim, mokykloje, kuris labiau išsityčios iš aukos, tas bus „krūtesnis“. Iš tiesų į kitą auką būna nukreipiama baimė dėl savų silpnybių. Teritorinė agresija – kai nuo kitų yra saugoma sava teritorija. Pavyzdžiui: vaikystėje - čia mano žaislas, jaunystėje - čia mūsų šokiai ir mūsų „mergos“, brandžiame amžiuje – čia mano biznesis.

Motiniška agresija kyla saugant savo atžalas nuo pavojų. „Tai pačios gamtos duota agresijos forma. Taip buvo ir bus: motina saugo vaiką akiai, o tik po to jos ausis pasiekia tai, ką sakote apie jos vaiką“, - sakė E.Karmaza.

Ir tik vienintelė forma, kai vaiką reikia bausti išsyk, yra instrumentinė agresija: kai agresija yra priemonė - instrumentas iš anksto apgalvotam tikslui pasiekti. Dažniausiai tai yra išmokta agresija.