

Kodėl vaikai pyksta ir kokios pykčio valdymo strategijos



Pyktis yra viena iš bazinių emocijų, be kurios mes negalime apsieiti. Jis yra kaip atsakas. Visi norėtume, kad vaikas nepyktų, bet tai yra nerealus uždavinys nei tėvams, nei pedagogams.

Pagrindinės priežastys, kodėl vaikas pyksta :

1. Grėsmė savivertei (atstūmimas, patyčios, galimybių apribojimas).
2. Jausmas, kad kitus vaikus myli labiau.
3. Nenuoseklios taisyklės ar jų laikymasis.
4. Viešas paauklėjimas, sugėdijimas, pažeminimas, nuvertinimas.
5. Pagalbos, kurios nenori.
6. Neteisybė kitų atžvilgiu.
7. Savarankiškumo ar savitvados, savikontrolės praradimas.
8. Kiti nesupranta ir nepriima vaiko jausmo.
9. Empatijos gebėjimo stoka.
10. Stresas, nerimas (tėvai išvykę, nauja auklėtoja).
11. Liūdesys, gedėjimas (netektis, didelis pokytis vaiko gyvenime).
12. Frustracija(kai man nesiseka susidraugauti, bendrauti, perfekcionistas ir nekenčia nesėkmių).

Pykčio valdymo strategijos

Stop. Jei vaikas „išeina iš kraštų“ ji reikia sustabdyti. Mokyti, kad vaikas turės pasitraukti, jei mušis.

Nusiraminti . Mokyti vaiką, kaip nurimti. Giliai pakvėpuoti, prisiminti dainelę, atsigerti vandens, nukreipti dėmesį į kitą veiklą, pažaisti vienam.

Pagalvoti prieš veikiant. Drašinti vaiką, įvardinti, ko nori, kaip jaučiasi, kas nutiks sudavus ar įskaudinus kitą. Kokios tokio elgesio pasekmės (ne bausmės).

Mokyti empatijos. Vaikai tik pradeda įsijausti į kitus, maždaug nuo 3 metų. Bet jų laukia dar ilgas mokymosi laikas, bet jiems reikia padėti.

Mokyti galimų sprendimų. Kaip kitaip situaciją galima situaciją išspręsti.

Parengė: Socialinė pedagogė Violeta Kisielė