

# Moje dziecko dokucza innym



**Dzieci rozpoczynając naukę, nie tylko zdobywają wiedzę, ale też zaczynają budować relacje z rówieśnikami. Kiedy wszystko jest w porządku, to zwykle nie za bardzo skupiamy się na tym, jak dziecko radzi sobie w kontaktach z innymi. Zaczynamy się interesować, kiedy dzieje się coś niepokojącego, np. gdy nauczyciel informuje nas, że nasze dziecko dokucza Stasiowi czy Marysi. Co wtedy robić? Jak się zachować i zaopiekować swoim dzieckiem?**

Pierwszym środowiskiem, w którym dziecko doświadcza tego, jak buduje się relacje z innymi, jest rodzina. Tak naprawdę to tu nasza pociecha słyszy, jak rozmawiają ze sobą rodzice: o uczuciach, potrzebach, zachowaniach, o tym, co myślą, czego pragną. Obserwuje też, jak w rodzinie rozwiązuje się drobne nieporozumienia, jak reaguje się na różnice zdań czy większe konflikty. Patrzy, jak rodzice budują bliskość i samo po raz pierwszy jej doświadcza. Potem te doświadczenia zabiera ze sobą w świat. W szkole dochodzą do tego kontakty z rówieśnikami, które również uczą budowania relacji. To w podstawówce, a w wcześniej w przedszkolu dziecko uczy się strategii nawiązywania kontaktów z rówieśnikami np.

- rozmawia z nimi, pyta, czy może dołączyć do zabawy,
- milcząco włącza się do zabawy czy rozmowy między kolegami,
- narusza granice innych dzieci np. dokuczając, wyzywając.

## Dlaczego dziecko dokucza innym?

Jako rodzice mamy przeświadczenie, że nasze duże już przecież dziecko (w końcu to już nie przedszkolak) powinno wiedzieć, że takie zachowania, jak wyzywanie innych, złośliwości, poniżanie czy ośmieszanie są krzywdzące. Musimy jednak pamiętać, że **dziecko dopiero uczy się regulacji emocji i budowania relacji z rówieśnikami**, szczególnie w klasach młodszych. **Rozwój emocjonalny to proces długotrwały**. Zachowania dzieci wynikają często z **uwarunkowań czysto biologicznych** związanych z niedojrzałymi strukturami płatów przedczołowych w mózgu, które są odpowiedzialne za racjonalne i logiczne myślenie, refleksję i autorefleksję, a także za regulację emocji. Wymagamy tych umiejętności od dzieci, choć nam dorosłym często przychodzi to z wielkim trudem.

To, co nazywamy szumnie dokuczaniem, może być związane z **niedojrzałością**

**emocjonalną.** Różnice między dziećmi w tym obszarze mogą wynosić nawet kilka lat – u młodszych ok. 4 lata, a u nastolatków nawet 6 lat. Oznacza to, że nasz 9-latek może emocjonalnie być 5-latką, a nasz 15-latek, 9-latką.

Drugim powodem może być fakt, że akurat nasze **dziecko wybiera najlepszy, znany mu sposób na zaspokojenie swoich potrzeb.** Porozumienie bez przemocy mówi, że „ludzie zawsze działają po to, żeby zdobyć to, czego im brakuje, a nie po to, żeby krzywdzić innych”.

Może być też tak, że ostatnio coś nasze dziecko niepokoi lub smuci lub nie odnajduje się w szkole i jest to dla niego najlepszy dostępny sposób na **odreagowywanie trudności.** Zdarza się też, że takim działaniem dziecko **próbuje wejść do określonej grupy rówieśniczej,** pokazując swoją siłę. A może ma za mało uwagi czy zaangażowania i troski z naszej strony. **Powodów może być dużo.**

## Co dostaje dziecko, które dokucza innym?

- **Jest widziane** – dostaje uwagę kolegów, którzy patrzą na nie, zwykle coś do niego mówią. Czuje się dostrzegane przez nauczyciela, który zwraca mu uwagę na zachowanie. W końcu jest widziane przez rodziców, kiedy dowiadują się od nauczyciela, jak dziecko traktuje rówieśników.
- **Dostarcza innym zabawy** – dziecko wchodzi w rolę tzw. „klauna klasowego” i niektórzy śmieją się z tego, co robi, mówi. Z drugiej strony może wchodzić w rolę „bohatera klasowego”, który pokazuje swoją siłę, tak że „nikt mu nie podskoczy”. Inni liczą się z nim, a czasem i się go boją.
- **Ma poczucie przynależności** – np. do grupy rówieśniczej, w której jego koledzy podobnie się zachowują. Aby więc być częścią grupy, dostosowuje się do zasad w niej panujących, nawet kiedy nie do końca się z nimi zgadza.
- **Ma poczucie wpływu i sprawczości** – może o czymś decydować.
- **Jest ważne i brane pod uwagę.**

Jak widzimy, dziecko wiele dostaje, zachowując się w ten sposób. Oczywiście nie możemy się zgadzać na żadną formę przemocy, a dokuczanie do niej należy. **Należy reagować!**



## Jak możemy reagować?

1. Ponieważ dziecko, które dokucza niejako rekompensuje sobie swoją potrzebę bycia widzianym i usłyszonym, **potrzebuje pomocy, życzliwego i autentycznego zainteresowania, a nie karania czy wyciągania konsekwencji**. Tutaj „ofiara” jest nie tylko dziecko, któremu nasza pociecha dokucza. Każde z nich potrzebuje rozmowy, podczas której dowiemy się, co dziecko przeżywa, czego chce, czego potrzebuje. Usłyszysz od nas dorosłych, życzliwie i z szacunkiem, że nie ma naszej zgody na taką formę kontaktu. A potem na „zimno”, już po opadnięciu emocji, poszukajmy wspólnie innych sposobów na zaspokojenie jego potrzeb.
2. W rozmowie z dzieckiem konieczne jest **empatyczne słuchanie, bez moralizowania, pouczeń, wyciągania konsekwencji czy dawania rad**. Ważne, aby dorośli **uzbroili się w cierpliwość** i spokojnie wysłuchali dziecka bez przerywania, bagatelizowania, krytykowania, porównywania czy deprecjonowania tego, co mówi. Dziecko potrzebuje czasu i naszej uwagi, ponieważ chce być wysłuchane i zrozumiane. Pamiętając, że dokuczanie to jedynie wierzchołek góry lodowej, dowiemy się, co się pod nim kryje, co dziecko czuje, co myśli, czego pragnie, czego potrzebuje. **Empatyczne słuchanie nie skupia się na zachowaniu, a na tym, co jest pod spodem**. Zachowanie naszego dziecka nie jest tu problemem, choć wiem, że trudno jest rodzicom i nauczycielom to przyjąć. Skupianie się na zachowaniu naprawdę na niewiele się zda.
3. Jako dorośli możemy też przyjąć **rolę mediatora**. Warto poprosić, aby ktoś ze szkoły, najlepiej osoba bezstronna, przyjął na siebie taką rolę. Z dziećmi sprawdza się **uproszczona wersja tzw. kręgów naprawczych Dominica Bartera**, w której dzieci słuchają siebie nawzajem. Najpierw jedno dziecko mówi wszystko to, co chce powiedzieć, drugie dziecko słucha i następnie powtarza to, co usłyszało i zrozumiało, a potem drugie. Można też zapytać dzieci:
  - czego by chciały w tej sytuacji?
  - na czym im zależy?

A dopiero potem należy pomyśleć wspólnie o rozwiązaniu tej sytuacji. Ważne, aby dorosły-mediator zrezygnował z roli sędziego. Nie wymierza kary, nie mówi kto jest winny, a kto nie. Dzieci nie ponoszą żadnych konsekwencji (tak wiem, że to niektórym z nas nie mieści się w głowie), a pracują nad odbudowaniem kontaktu. Ważne, aby każda ze stron miała szansę być wysłuchana i uszanowana, bo tylko wtedy możemy mówić o odbudowaniu relacji. Dorosły musi być przy tym obecny i empatyczny, a jednocześnie neutralny.

4. **Wspierać u naszego dziecka poczucie własnej wartości**, ponieważ to dziecko, które lubi siebie, zna swoje mocne strony, czuje się bezwarunkowo kochane i akceptowane ma zasoby do tego, aby wspierać i akceptować inne dzieci. Kiedy nasze dziecko doświadcza w budowaniu relacji z nami i innymi ważnymi dorosłymi osobami szacunku, życzliwości, to i na tych fundamentach będzie budować relacje z rówieśnikami.

W szkole dziecko zawsze dokucza z jakiegoś powodu. Zamiast wpadać w przerażenie i złość lub z niedowierzaniem mówić „jak to się mogło stać, przecież tak się staramy”, warto

zastanowić się i zadać sobie a potem dziecku pytania: co mu to daje, czego mu brakuje, jakiego powodu to robi? Nie pomaga pytanie „dlaczego?”, w którym wymagamy, aby dziecko wyjaśniło nam powody swojego zachowania. Nasza pociecha często po prostu nie wie, dlaczego to robi. Oczywiście jako rodzice mamy prawo być rozczarowani, a mamy nawet prawo o tym mówić, ale nadal powinniśmy pokazać dziecku, że jesteśmy przy nim i że wspólnie znajdziemy rozwiązanie.

#### Źródła:

- <https://dziecisawazne.pl/dzieci-natury-zlych-zlosliwych/>- dostęp 08.08.2020
- <https://www.edunews.pl/edukacja-i-rodzice/rady-i-inspiracje/3429-dokuczanie-w-szkole-rodzicu-porozmawiaj-> dostęp 08.08.2020.
- Katarzyna Mitschke. Kiedy szkoła jest problemem. Wydawnictwo Natuli. Szczecin 2019.