

Pyktis – emocija, kylanti, kai kliudoma patenkinti svarbų poreikį, norą.



Pyktį gali sukelti išgyvenimai: grėsmė, konfliktas, neteisybė, pažeminimas, išdavystė ir kt.

Šiuolaikiniai psichologai pyktį laiko pagrindine, natūralia ir netgi brandžia emocija, patiriama visų žmonių ir atliekančia tam tikrą funkciją, padedančią išlikti.

Pyktis išreiškiamas per:

- kojas (spardymas, trepsėjimas);
- rankas (daužymas, baksnojimas; kumščių gniaužymas, piešimas, lytinių organų lietimasis);
- burną (keiksmazodžiai, spjaudymai, plepėjimas).

Vaiko elgesio problemų sprendimo gairės pagal priežastis:

1. Psichologinės priežastys :

- nori ryšio su jumis patvirtinimo (gal todėl siekia dėmesio);
- nori būti savarankiškas (gal todėl priešinasi reikalavimams, kovoja už valdžią, kad nesijustų bejėgis);
- nori jaustis vertingas, sugebantis, bijo nesėkmės (gal todėl net nebando kažko daryti);

- apimtas labai stiprių emocijų, bando jas suvaldyti, kaip moka (gal todėl sulaužo žaislą - geresnių būdų dar nežino);
2. **Situacinės** (Kuo mažesnis vaikas, tuo dažniau jo elgesį lemia situacinės priežastys):
- neturėjimas ką veikti, nuobodulys;
 - alkis, troškulys;
 - nuovargis;
 - liga;
 - dirgiklių perteklius.
3. **Nulemtos vaiko raidos:**
- amžiaus tarpsnių ypatumai;
 - įgimtos savybės (temperamentas);
 - biologinės kilmės sutrikimai (hiperaktyvumas).

Kiekvienas elgesys turi kažkokią prasmę:

- **dėmesio siekimas** (*Apsimoka taip elgtis* (susiję su poreikių tenkinimu);
- **menkavertiškumo jausmas;**
- **kerštavimas;**
- **kova už valdžią.**

Dėmesio siekimas:

- **Vaiko elgesys.** Trukdo veiklą, triukšmauja, tinginiauja, verkia, pernelyg jautrus, jis nori, kad jam kiti patarnautų, plepa, kiršina kitus, erzina, stumdosi ir kt. Galvoja: "Aš vertingas tik tada, kai žmonės atkreipia į mane dėmesį".
- **Suaugusiojo reakcija.** Per daug padeda, įkalbinėja, primena užduotis. Jaučiasi susierzinęs, pasipiktinęs. Galvoja: „Vaikas reikalauja per daug mano laiko“.
- **Vaiko reakcija į pastabą.** Tam

tikrą laiką nustoja netinkamai elgtis, bet, pajutęs dėmesio stoką, vėl elgiasi panašiai, kol toks elgesys dar pritraukia mokytojo dėmesį.

Kaip elgtis?

- Elgtis netikėtai, pasitraukti iš vaiko „trukdymų lauko“;
- Ignoruoti netinkamą elgesį ir pastebėti gerą;
- Duoti vaikui pasirinkti: tęsti akciją, ar baigti - ir viena, ir kita turi pasekmes.

Valdžios siekimas:

- **Vaiko elgesys.** Prieštarauja, ginčijasi, neigia, meluoja, priešinasi, bet kokiais veikleis, nori kontroliuoti, bet kurią situaciją, visur laimėti, neklauso, pyksta, dykinėja, užsispiria. Galvoja: „Aš vertingas tik tuomet, kai kiti daro tai, ko aš noriu; kai galiu valdyti, viešpatauti“.
- **Suaugusiojo reakcija.** Siekia, kad vaikas būtinai paklustų jo reikalavimams, imasi priemonių, kad įrodytų vaikui savo pranašumą, grasina nuobaudomis už netinkamą elgesį. Išgyvena pralaimėjimą, jaučia grėsmę sau, kaip vadovui, rūpinasi, ką vaikai galvoja apie jį. Jaučiasi įpykęs, išprovokuotas. Galvoja: „Aš tau parodysiu, taip su manimi tu nesielgsi“.
- **Vaiko reakcija į pastabą.** Priešinasi pastabai ir netgi dar blogiau elgiasi, nori parodyti, kad jis viršesnis ir darys, ką nori. Bet kokia kaina nori laimėti. Atvirai arba elgesiu demonstruoja: „Ką jūs galite man padaryti?“

Kaip elgtis?

- Nesivelti į ginčą, kovą;

- Vengti aplinkybių, kur vaikas galėtų demonstruoti savo jėgą;
- Sutikti, kad negalite priversti vaiką tinkamai elgtis;
- Kreiptis į vaiką pagalbos;
- Elgtis priešingai, negu norėtusi, nesuteikiant vaikui lauktos reakcijos;
- Ne kalbėti, o veikti. Pasakyti, kad visi turi lygias teises, kad Jūs norite dirbti, o vaikai nori užsiimti sau malonia veikla. Tad jis gali rinktis: tinkamai elgtis arba suaugusysis kreipsis pagalbos.

Keršto siekimas:

- **Vaiko elgesys.** Vagiliauja, niekina kitus, meluoja, skriaudžia gyvūnus ir vaikus; kaltina kitus dėl nesąžiningumo; įsitikinęs, kad jo niekas nemėgsta, nori atsilyginti kitiems už skriaudas. Tik sužeisdamas kitą jaučiasi padėties šeimininku.
- **Suaugusiojo reakcija.** Nemėgsta vaiko, nori atsilyginti vaikui už įžeidimą, gali „paprašyti“ kitų vaikų vengti prasižengėlio, gali pranešti tėvams, kad šie nubaustų. Jaučiasi užgautas, praradęs pusiausvyrą. Galvoja: „Kaip tu gali su manim taip elgtis?“
- **Vaiko reakcija į pastabą.** Elgiasi dar blogiau, kaltina suaugusįjį, kad šis jo nemėgsta, gąsdina dar didesniais prasižengimais, gali išbėgti iš patalpos, gali plūstis, koneveikti suaugusįjį. Elgesiu patvirtina savo nepilnavertiškumą. Kerštauja.

Kaip elgtis?

- Neatsilyginti tuo pačiu. Padėti vaikui pamatyti, kad toks elgesys tik atstumia

nuo jo kitus, kad kiti negali švelniai atsakyti į jo erzinius;

- Pasiūlyti tam tikrą laiką elgtis priešingai ir nuspręsti, ar kiti jį mėgsta;
- Padėti kitiems vaikams pamatyti gerąsias jo ypatybes;
- Rūpintis vaiku ir jį globoti, padrąsinti, patraukti savo pusėn.

Bejėgiškumo rodymas:

- **Vaiko elgesys.** Jaučiasi bejėgis, kvailisnis už kitus, nedalyvauja veikloje, abejingas bet kuriai veiklai, geriausiai jaučiasi vienas, kai niekas nieko nereikalauja. Nepadaroma to, kam atlikti turi realias galimybes, bijodamas patirti nesėkmę, iš viso atsisako dirbti.

Suaugusiojo reakcija.

Įvairiausiais būdais mėgina išjudinti vaiką veiklai ir labai nusivilia, kai nepasiseka, tada numoja į vaiką ranka. Jaučia sumišimą, pasimetimą. Galvoja: „Aš neišmanau, ką galėčiau padaryti...“

- **Vaiko reakcija į pastabą.** Gali iš viso nereaguoti į pastabas, paskatinimus, gali tvirtinti, kad negali išpildyti mokytojo reikalavimų; dar labiau atsitraukia. Pasyvus.

Kaip elgtis?

- Įtikinti vaiką, kad jis nemėgindamas negali patikrinti savo galimybių;
- Įtikinti vaiką, kad suaugęs pasirengęs jam padėti, juo rūpinasi;
- Nenumoti į vaiką ranka;
- Vaiką drąsinti ir skatinti, tam skiriant iš tiesų daug laiko;
- Nepasiduoti, tikėti vaiku.

Patarimai:

- Vengti kada panorėjus keisti veiklą;
- Stebėti kada kyla pykčio priepuoliai;
- Rasti patinkančią veiklą, kuri padėtų nukreipti dėmesį pykčio metu;
- Garsiai pranešti tai, kas pasisekė. Reikalingas konkretumas. Negalima sakyti „šauiniai padirbėjai“;
- Vengti prašymų „Būk geras“;
- Šiems vaikams leisti piešti. Jie turi žinoti, kada gali tai daryti ir kur;
- Atsitraukti – nurimti - išspręsti. Tik nurimus vaikui, aptarti tai, kas įvyko;
- Aiškūs susitarimai;
- Stengtis nenaudoti žodžio NE (netrukšmauk – dabar mes dirbame);
- Vengti žodžių „neteisingai padarei“ . Keičiame - „šis žodis rašomas kitaip“, „šią užduotį atliekame kitaip“;
- Kuo tylsnis balsas (jei norime vaiką nuraminti);
- Pirma santykis su vaiku, o tik po to mokslai, darbai, drausminimas;
- Išsaugoti suaugusiojo poziciją. Pokalbius vesti tik tada, kai vaikas nurimsta;



Parengė Lina Mineikienė
2023