

Agresivitatea la copii, o problemă a părinților



Copiii de acum nu sunt ca și copiii de altădată și părinții de acum nu se aseamănă cu părinții vremurilor trecute, pentru că însuși vremurile sunt foarte diferite. De aceea problemele care apar în educația copiilor noștri trebuie privite dintr-o perspectivă nouă, și rezolvate tot la fel, de această manieră. Dintre multe probleme care framântă părinții în ziua de azi și care sunt greșit înțelese și tratate este agresivitatea copiilor.

Încep cu definiția agresivității pentru ca să se înțeleagă că **ea nu este altceva decât o componentă normală a personalității noastre, o formă de manifestare a dorințelor și nemulțumirilor noastre.** Uneori lipsa agresivității (și aici nu este vorba de agresivitatea extremă) poate duce la frustrări, la non afirmare de sine și uneori chiar la depresii (Hetel, 2009).

Cauzele agresivității copiilor pot fi:

- factorii fizici (foamea, oboseala, stare de boala)
- nemulțumirile de orice fel
- dorința de a atrage atenția sau de a demonstra superioritatea
- dorința de autoprotejare izvorată din sentimentul de nesiguranță (principiul: cel care acționează primul este mai puternic)
- dorința de a se face înțeles, atunci când lipsesc deprinderile de comunicare verbală
- testarea limitelor părinților
- abuzurile psihice sau fizice asupra copilului
- abuzurile de substanțe (alcool, droguri, etc)
- factori de stres socioeconomici
- factorii genetici care tin de temperamentul copilului
- imitarea comportamentului altor persoane care servesc drept modele pentru copil (părinți, prieteni, personaje din desene animate sau din filme)

Agresivitatea devine o problemă pentru copil și pentru cei din jurul său, atunci când devine distructivă atât pentru lucrurile și oamenii care îl înconjoară, cât și pentru copil. Imposibilitatea controlării impulsului de manie îi face rău și copilului prin trăirea pe care o experimentează. Totuși agresivitatea copilului nu trebuie înabusită ci trebuie găsită o cale pentru a o transforma în echilibru interior (Andrei, 2009).

Modurile de manifestare ale agresivității pot fi foarte diferite.

Accesele de furie pot apărea de foarte timpuriu, chiar de la 1-3 ani, când pot apărea eliberări necontrolate a energiei acumulate (lovituri, muscături), pe neașteptate, care durează puțin. Pe măsura ce copiii cresc, izbucnirile sunt mai rare și mai puțin violente, mai mult verbalizate și mai simbolice.

În schimb, când se asociază cu alți copii accesele de supărare se pot intensifica din nou pentru orice nemulțumire apărută pe terenul de joacă sau la școală. Asta se întâmplă **în special la copiii care nu se pot exprima bine și vor să se facă înțeleși, la copiii mai bolnavicioși care se supără mai repede decât cei sănătoși, sau chiar datorită foamei,** fiindcă scade glicemia și copiii devin mai iritabili.

Alti copii sunt agresivi pentru ca **au un prag de toleranta mai scazut la nemulumiri sau nu pot sa isi controleze foarte bine sentimentele mai intense**, ca de exemplu mania. (Kuzma,2007).

Crize de agresivitate apar si atunci **cand parintii exagereaza cu importanta pe care o dau copilului incepand de la o varsta mica, rasfatandu-l**, fara sa stabileasca limite in comportament.

Abuzurile fizice sau psihice asupra copilului si factorii de stres socioeconomic pot provoca de asemenea comportamentul agresiv, ca si o forma de reactie. **Consumul de substante** cum ar fi alcoolul si drogurile intalnite in special la adolescenti, pot duce la iritabilitate crescuta si tulburari de comportament.

Desigur ca pe langa aceste cauze, mai poate aparea ca si cauza a agresivitatii, **temperamentul**, care tine de interiorul nostru. Temperamentul unei persoane este preponderent innascut si iese la iveala in situatii limita, pentru ca este asa cum spunea Carlos Rossi (2004) capacitatea fiecaruia de a suporta presiuni. Asa se explica reactiile impulsive ale unor persoane in comparatie cu altele, care reactioneaza mult mai lent.

Desi se considera ca temperamentul nu se poate schimba radical, el poate fi educat prin dezvoltarea unor deprinderi de a controla aceste reactii impulsive. Si pornind de la aceasta idee sa nu uitam faptul ca mediul in care traim ne poate schimba intr-un mod pozitiv sau negativ, de aceea acolo unde exista parinti cu temperamente agresive, ei trebuie sa fie primii care se corecteaza, pentru ca se stie exact, ca un copil care traieste in casa cu un parinte agresiv, copilul va copia la nivel subconstient modelul parintelui mai predominant dintre cei doi (tata sau mama).

La primele accese de furie distructiva a copilului parintii trebuie sa ia masuri, pentru ca repetarea acceselor de manie depinde foarte mult de primele atitudini ale parintilor. Copilul care este indrumat si disciplinat va sti ce ii este permis si ce nu, va deveni responsabil pentru actiunile lui si va suporta consecintele atunci cand greseste.

Pentru ca in trecut deseori disciplinarea se confunda cu pedeapsa, trebuie facuta **distinctia dintre a disciplina, care inseamna a educa, si a pedepsi, care inseamna obligarea copilului de a se conforma la niste reguli impuse.** Disciplinarea trebuie sa aiba loc permanent, ca un proces de invatare, dar pedeapsa, desi uneori justificata, nu trebuie sa fie o obisnuinta in practica unui parinte, pentru ca produce mai multe efecte negative decat pozitive.

Copiii **nu trebuie si mai mult provocati la manie**, deci trebuie sa avem grija la reactiile noastre atunci cand copiii sunt furiosi, dar si atunci cand nu sunt furiosi (Kuzma, 2007). Disciplinarea se face cu rabdare, se cere un lucru, te asiguri ca a inteles si ca il face, apoi se poate cere alt lucru, si asa mai departe. Cerand prea multe lucruri deodata, copilul va ajunge sa nu mai faca nici unul.

Ceea ce este inasa extrem de important este faptul ca **fiecare copil este unic si raspunde in felul lui la metodele aplicate pentru a disciplina.** Daca o metoda in cazul unui copil poate da rezultate, in cazul altui copil poate avea efecte inverse, de aceea se va tine cont de personalitatea fiecarui copil pentru aplicarea metodelor de corectare a comportamentului agresiv.

O problema apare cand ne lovim de **stereotipurile de gen**, si anume acceptarea cu mai multa usurinta a comportamentului agresiv al baiatului in comparatie cu al fetei. Agresivitatea se manifesta la fete diferit fata de baieti:

- la fete pot apare accese de manie dupa 5 ani care sunt asociate cu alte tulburari, cum ar fi: iritabilitatea, negativismul, melancolia, dependenta de substante, tulburarile alimentare, dorinta de a atrage atentia, nelinistea interioara
- la baieti, cand agresivitatea apare dupa 5 ani, este asociata in principal cu negativismul.

Agresivitatea manifestata in diverse moduri, in scris, verbal, prin gesturi, poate sa apara si **din cauza fricii, a vulnerabilitatii.** Actionand primii prin acte de agresivitate indreptate asupra celorlati, ei cauta

sa isi ascunda de fapt aceasta vulnerabilitate (Roco,2003). Cu toate acestea nici baiatului nu trebuie ingaduit un astfel de comportament, in ambele cazuri, fete si baieti, trebuie intervenit prompt, redirectionata energia distructiva si transformata in energie creatoare, prin jocuri care stimuleaza creativitatea si creste stima de sine a copilului sau jocuri de rol pentru a invata sa comunice si sa se poarte in diferite situatii, chiar conflictuale, care pot aparea.

Cand intensitatea agresivitatii este mare, degeneraza in violenta si devine daunatoare, producand daune altora, prin acte distructive, lui insusi, agresivitate indreptata spre interior (furie, manie, neimplinire, nemulțumire, anxietate), si lucrurilor, prin distrugerea lor. In baza acestor trei principii, nu iti face rau tie, celor din jur si lucrurilor, este bine sa se stabileasca reguli de comportament, reguli care stau la baza autodisciplinarii copilului.

Daca mania nu este distructiva, atunci copilul trebuie lasat sa se manifeste, pentru ca tensiunea negativa reprimata se va acumula si va izbucni mai tarziu mult mai violent. Chiar si atunci cand se cearta cu alti copii, el de fapt invata pas cu pas, sa relationeze cu ceilalti, sa isi rezolve disputele, sa gaseasca singur solutii pentru a reconcilia relatiile si sa se autocontroleze, pentru a evita situatiile neplacute.

Copilul va fi incurajat sa vorbeasca despre sentimentele de manie pe care le incearca, pentru ca discutiile au rol de reglare a emotiilor. Pe langa aceasta, copilul poate invata cu ajutorul specialistilor cum sa isi controleze mania prin tehnici specifice, cum ar fi: tehnica jocului de rol, tehnici de relaxare, tehnici de autocontrol a furiei.

La copiii mici care sunt agresivi pentru ca doresc sa obtina mai multa atentie, se va ignora comportamentul, altfel el va deveni o obisnuinta in a obtine si alte beneficii (Kuzma,2007). Cand copilul foarte mic, bebelusul, devine agresiv pentru ca are o nevoie sau o nemulțumire, este important sa combinam fermitatea cu calmul si blandetea. Atitudinea ferma, dar calma a persoanei care il ingrijeste il va face sa isi recapete el insusi calmul.

Pentru a putea ajuta copilul sa isi indrepte comportamentul agresiv trebuie gasita cauza agresivitatii si a celorlalte tulburari asociate. De asemenea daca observam situatiile care provoaca suparare si tinem cont de ele, putem uneori sa anticipam o criza de furie a copilului si sa o prevenim.

Ca o regula generala pentru copiii de toate varstele, se poate spune ca planificarea programului si a ambianței caminului poate evita numeroase probleme, printre care si accesele de agresivitate. Rutina zilnica, adica respectarea orarului de masa, somn si joaca contribuie la mentinerea sanatatii emotionale ale copilului. Si nu uitati, tot ca o regula generala se spune ca“ Blandetea este leacul cruzimii” (Cicero)