



Comportamentele agresive la copiii preșcolari

Comportamentele agresive apar destul de frecvent în jocurile copiilor, în cazul băieților în special, atunci când concurează într-un joc sau pur și simplu se hârjonesc, încercându-și limitele. În special copiii cu temperament extravert, hiperactivi sau impulsivi ajung să manifeste, în anumite condiții, agresivitate față de ceilalți.

Când ar trebui să se îngrijeze părinții?

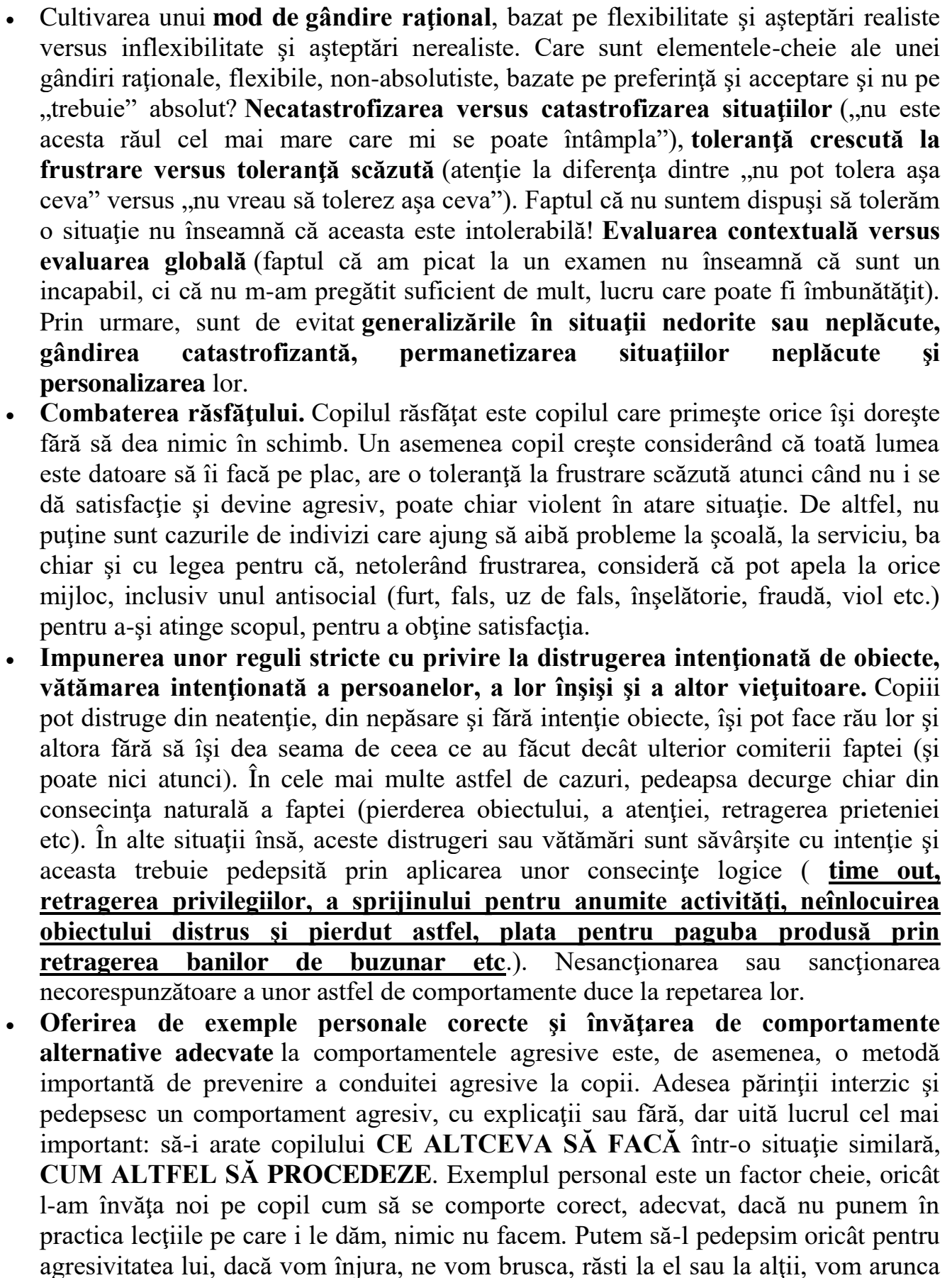
Deși agresivitatea trebuie să fie inacceptabilă în orice situație, indiferent de temperamentul copilului, părinții ar trebui să își pună serioase semne de întrebare în special în cazul copiilor introvertiți, liniștiți, sau în cazul în care acest comportament este îndreptat și împotriva animalelor sau are un caracter premeditat, planificat. De asemenea, agresivitatea prezentă încă de la vârsta preșcolară este factor predictiv pentru o tulburare de comportament mai târziu, cu consecințe negative pe termen lung asupra copilului și familiei sale.

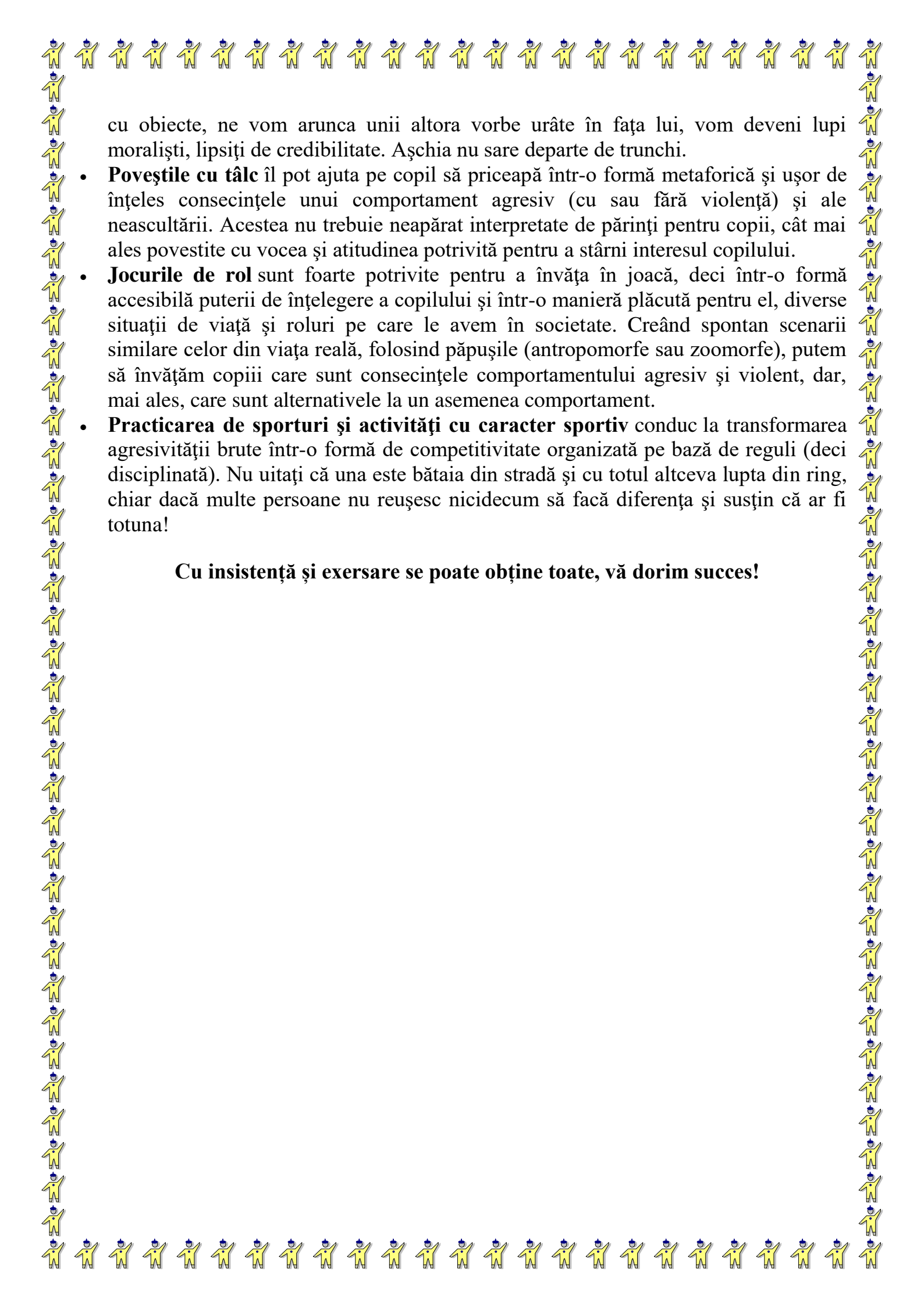
Nu numai agresivitatea fizică trebuie să capteze atenția părinților, ci și cea verbală precum jignirea, umilirea, intimidarea altora, hărțuirea sau amenințarea lor. Dacă băieții pot excela în formele fizice și verbale directe (îndreptate fie asupra obiectelor și/sau asupra altora), fetele sunt mult mai pricepute în formele verbale indirecte ale agresivității, bazate pe manipulare și hărțuire (“bullying”).

Atunci când comportamentul agresiv al copilului afectează viața și performanța acestuia atât acasă cât mai ales la grădiniță și mai sunt prezente și alte comportamente antisociale, vorbim despre tabloul clinic al tulburării de conduită, una dintre cele mai dificile și greu de tratat tulburări de comportament ale copiilor.

Cum putem controla agresivitatea la copii? **Educația este cheia.**

- **Educația emoțională** pentru recunoașterea și înțelegerea corectă a emoțiilor și sentimentelor, exprimarea lor verbală adecvată și înțelegerea corectă a emoțiilor și trăirilor celorlalți.
- **Amânarea plăcerii.** Copilul căruia i se face pe plac imediat, mereu, pentru a i se evita disconfortul, crește având nerealizată așteptarea că toată lumea, de fiecare dată, să îi facă de îndată pe plac, să obțină ceea ce își dorește pe loc, fără să țină cont de nimeni și de nimic. În acest sens, disciplinarea copilului, introducerea de norme și reguli pe care să le respecte îl obișnuiește de mic să își amâne plăcerea de moment în scopul unui obiectiv mai important, să tolereze amânarea și situația de moment care, poate nu îi este cea mai confortabilă. Amânarea plăcerii începe chiar cu educația sfincțeriană, deci de la 18 -20 de luni.

- 
- Cultivarea unui **mod de gândire rațional**, bazat pe flexibilitate și așteptări realiste versus inflexibilitate și așteptări nerealiste. Care sunt elementele-cheie ale unei gândiri raționale, flexibile, non-absolutiste, bazate pe preferință și acceptare și nu pe „trebuie” absolut? **Necatastrofizarea versus catastrofizarea situațiilor** („nu este acesta răul cel mai mare care mi se poate întâmpla”), **toleranță crescută la frustrare versus toleranță scăzută** (atenție la diferența dintre „nu pot tolera așa ceva” versus „nu vreau să tolerez așa ceva”). Faptul că nu suntem dispuși să tolerăm o situație nu înseamnă că aceasta este intolerabilă! **Evaluarea contextuală versus evaluarea globală** (faptul că am picat la un examen nu înseamnă că sunt un incapabil, ci că nu m-am pregătit suficient de mult, lucru care poate fi îmbunătățit). Prin urmare, sunt de evitat **generalizările în situații nedorite sau neplăcute, gândirea catastrofizantă, permanetizarea situațiilor neplăcute și personalizarea lor**.
 - **Combaterea răsfățului**. Copilul răsfățat este copilul care primește orice își dorește fără să dea nimic în schimb. Un asemenea copil crește considerând că toată lumea este datoare să îi facă pe plac, are o toleranță la frustrare scăzută atunci când nu i se dă satisfacție și devine agresiv, poate chiar violent în atare situație. De altfel, nu puține sunt cazurile de indivizi care ajung să aibă probleme la școală, la serviciu, ba chiar și cu legea pentru că, netolerând frustrarea, consideră că pot apela la orice mijloc, inclusiv unul antisocial (furt, fals, uz de fals, înșelătorie, fraudă, viol etc.) pentru a-și atinge scopul, pentru a obține satisfacția.
 - **Impunerea unor reguli stricte cu privire la distrugerea intenționată de obiecte, vătămarea intenționată a persoanelor, a lor înșiși și a altor viețuitoare**. Copiii pot distruge din neatenție, din nepăsare și fără intenție obiecte, își pot face rău lor și altora fără să își dea seama de ceea ce au făcut decât ulterior comiterii faptei (și poate nici atunci). În cele mai multe astfel de cazuri, pedeapsa decurge chiar din consecința naturală a faptei (pierderea obiectului, a atenției, retragerea prieteniei etc). În alte situații însă, aceste distrugeri sau vătămări sunt săvârșite cu intenție și aceasta trebuie pedepsită prin aplicarea unor consecințe logice (**time out, retragerea privilegiilor, a sprijinului pentru anumite activități, neînlocuirea obiectului distrus și pierdut astfel, plata pentru paguba produsă prin retragerea banilor de buzunar etc.**). Nesanționarea sau sancționarea necorespunzătoare a unor astfel de comportamente duce la repetarea lor.
 - **Oferirea de exemple personale corecte și învățarea de comportamente alternative adecvate** la comportamentele agresive este, de asemenea, o metodă importantă de prevenire a conduitei agresive la copii. Adesea părinții interzic și pedepsesc un comportament agresiv, cu explicații sau fără, dar uită lucrul cel mai important: să-i arate copilului **CE ALTCEVA SĂ FACĂ** într-o situație similară, **CUM ALTFEL SĂ PROCEDEZE**. Exemplul personal este un factor cheie, oricât l-am învăța noi pe copil cum să se comporte corect, adecvat, dacă nu punem în practică lecțiile pe care i le dăm, nimic nu facem. Putem să-l pedepsim oricât pentru agresivitatea lui, dacă vom înjura, ne vom brusca, răsti la el sau la alții, vom arunca



cu obiecte, ne vom arunca unii altora vorbe urâte în fața lui, vom deveni lupi moraliști, lipsiți de credibilitate. Așchia nu sare departe de trunchi.

- **Poveștile cu tâlc** îl pot ajuta pe copil să priceapă într-o formă metaforică și ușor de înțeles consecințele unui comportament agresiv (cu sau fără violență) și ale neascultării. Acestea nu trebuie neapărat interpretate de părinți pentru copii, cât mai ales povestite cu vocea și atitudinea potrivită pentru a stârni interesul copilului.
- **Jocurile de rol** sunt foarte potrivite pentru a învăța în joacă, deci într-o formă accesibilă puterii de înțelegere a copilului și într-o manieră plăcută pentru el, diverse situații de viață și roluri pe care le avem în societate. Creând spontan scenarii similare celor din viața reală, folosind păpușile (antropomorfe sau zoomorfe), putem să învățăm copiii care sunt consecințele comportamentului agresiv și violent, dar, mai ales, care sunt alternativele la un asemenea comportament.
- **Practicarea de sporturi și activități cu caracter sportiv** conduc la transformarea agresivității brute într-o formă de competitivitate organizată pe bază de reguli (deci disciplinată). Nu uitați că una este bătaia din stradă și cu totul altceva lupta din ring, chiar dacă multe persoane nu reușesc nicidecum să facă diferența și susțin că ar fi totuna!

Cu insistență și exersare se poate obține toate, vă dorim succes!