

AGRESIVIDAD INFANTIL

APRENDER A AUTOCONTROLARSE

El problema de la agresividad infantil es uno de los trastornos que más invalidan a padres y maestros junto con la desobediencia. A menudo nos enfrentamos a niños agresivos, manipuladores o rebeldes pero no sabemos muy bien como debemos actuar con ellos o cómo podemos incidir en su conducta para llegar a cambiarla. En este artículo intentaremos definir los síntomas para una correcta evaluación de este trastorno caracterial y establecer diferentes modos de tratamiento.

Un buen pronóstico a tiempo mejora siempre una conducta anómala que habitualmente suele predecir otras patologías psicológicas en la edad adulta. Un comportamiento excesivamente agresivo en la infancia si no se trata derivará probablemente en fracaso escolar y en conducta antisocial en la adolescencia y edad adulto porque principalmente son niños con dificultades para socializarse y adaptarse a su propio ambiente.

El comportamiento agresivo complica las relaciones sociales que va estableciendo a lo largo de su desarrollo y dificulta por tanto su correcta integración en cualquier ambiente. El trabajo por tanto a seguir es la socialización de la conducta agresiva, es decir, corregir el comportamiento agresivo para que derive hacia un estilo de comportamiento asertivo.

Ciertas manifestaciones de agresividad son admisibles en una etapa de la vida por ejemplo es normal que un bebé se comporte llorando o pataleando; sin embargo, estas conductas no se consideran adecuadas en etapas evolutivas posteriores.

¿QUÉ ENTENDEMOS POR "AGRESIVIDAD INFANTIL"?

Hablamos de agresividad cuando provocamos daño a una persona u objeto. La conducta agresiva es intencionada y el daño puede ser físico o psíquico. En el caso de los niños la agresividad se presenta generalmente en forma directa ya sea en forma de acto violento físico (patadas, empujones,...) como verbal (insultos, palabrotas,...). Pero también podemos encontrar agresividad indirecta o desplazada, según la cual el niño agrede contra los objetos de la persona que ha sido el origen del conflicto, o agresividad contenida según la cual el niño gesticula, grita o produce expresiones faciales de frustración.

Independientemente del tipo de conducta agresiva que manifieste un niño el denominador común es un estímulo que resulta nocivo o aversivo frente al cual la víctima se quejará, escapará, evitará o bien se defenderá.

Los arrebatos de agresividad son un rasgo normal en la infancia pero algunos niños persisten en su conducta agresiva y en su incapacidad para dominar su mal genio. Este tipo de niños hace que sus padres y maestros sufran siendo frecuentemente niños frustrados que viven el rechazo de sus compañeros no pudiendo evitar su conducta.

TEORÍAS EXPLICATIVAS DEL COMPORTAMIENTO AGRESIVO

Las teorías del comportamiento agresivo se engloban en: Activas y Reactivas.

1. **Las Activas:** son aquellas que ponen el origen de la agresión en los impulsos internos, lo cual vendría a significar que la agresividad es innata, que se nace o no con ella. Defensores de esta teoría: Psicoanalíticos y Etológicos.
2. **Las Reactivas:** ponen el origen de la agresión en el medio ambiente que rodea al individuo. Dentro de éstas podemos hablar de las teorías del impulso que dicen que la frustración facilita la agresión, pero no es una condición necesaria para ella, y la teoría del aprendizaje social que afirma que las conductas agresivas pueden aprenderse por imitación u observación de la conducta de modelos agresivos.

TEORÍA DEL APRENDIZAJE SOCIAL

Para poder actuar sobre la agresividad necesitamos un modelo o teoría que seguir y éste, en nuestro caso, será la teoría del aprendizaje social. Habitualmente cuando un niño emite una conducta agresiva es porque reacciona ante un conflicto. Dicho conflicto puede resultar de:

1. Problemas de relación social con otros niños o con los mayores, respecto de satisfacer los deseos del propio niño.
2. Problemas con los adultos surgidos por no querer cumplir las órdenes que éstos le imponen.
3. Problemas con adultos cuando éstos les castigan por haberse comportado inadecuadamente, o con otro niño cuando éste le agrede.

Sea cual sea el conflicto, provoca en el niño cierto sentimiento de frustración u emoción negativa que le hará reaccionar. La forma que tiene de reaccionar dependerá de su experiencia previa particular. El niño puede aprender a comportarse de forma agresiva porque lo imita de los padres, otros adultos o compañeros. Es lo que se llama Modelamiento. Cuando los padres castigan mediante violencia física o verbal se convierten para el niño en modelos de conductas agresivas. Cuando el niño vive rodeado de

modelos agresivos, va adquiriendo un repertorio conductual caracterizado por una cierta tendencia a responder agresivamente a las situaciones conflictivas que puedan surgir con aquellos que le rodean. El proceso de modelamiento a que está sometido el niño durante su etapa de aprendizaje no sólo le informa de modos de conductas agresivos sino que también le informa de las consecuencias que dichas conductas agresivas tienen para los modelos. Si dichas consecuencias son agradables porque se consigue lo que se quiere tienen una mayor probabilidad de que se vuelvan a repetir en un futuro. Por ejemplo, imaginemos que tenemos dos hijos, Luis y Miguel, de 6 y 4 años respectivamente. Luis está jugando con una pelota tranquilamente hasta que irrumpe Miguel y empiezan a pelear o discutir por la pelota. Miguel grita y patalea porque quiere jugar con esa pelota que tiene Luis. Nosotros nos acercamos y lamentándonos del pobre Miguel, increpamos a Luis para que le deje la pelota a Miguel. Con ello hemos conseguido que Miguel aprenda a gritar y patalear cuando quiera conseguir algo de su hermano. Es decir, hemos reforzado positivamente la conducta agresiva de Miguel, lo cual garantiza que se repita la conducta en un futuro.

De acuerdo con este modelamiento la mayoría de los adultos estamos enseñando a los niños que la mejor forma de resolver una situación conflictiva es gritándoles, porque nosotros les gritamos para decir que no griten. ¡Menuda contradicción! Y si nos fijamos como esa solemos hacer muchas a diario.

FACTORES INFLUYENTES EN LA CONDUCTA AGRESIVA

Como ya hemos dicho, uno de los factores que influyen en la emisión de la conducta agresiva es el factor sociocultural del individuo. Uno de los elementos más importantes del ámbito sociocultural del niño es la familia. Dentro de la familia, además de los modelos y refuerzos, son responsables de la conducta agresiva el tipo de disciplina a que se les someta. Se ha demostrado que tanto un padre poco exigente como uno con actitudes hostiles que desaprueba constantemente al niño, fomentan el comportamiento agresivo en los niños.

Otro factor familiar influyente en la agresividad en los hijos es la incongruencia en el comportamiento de los padres. Incongruencia se da cuando los padres desaprueban la agresión castigándola con su propia agresión física o amenazante hacia el niño. Asimismo se da incongruencia cuando una misma conducta unas veces es castigada y otras ignorada, o bien, cuando el padre regaña al niño pero la madre no lo hace. Las relaciones deterioradas entre los propios padres provoca tensiones que pueden inducir al niño a comportarse de forma agresiva.

Dentro del factor sociocultural influirían tanto el tipo de barrio donde se viva como expresiones que fomenten la agresividad "no seas un cobarde".

En el comportamiento agresivo también influyen los factores orgánicos que incluyen factores tipo hormonales, mecanismos cerebrales, estados de mala nutrición, problemas de salud específicos.

Finalmente cabe mencionar también el déficit en habilidades sociales necesarias para afrontar aquellas situaciones que nos resultan frustrantes. Parece que la ausencia de estrategias verbales para afrontar el estrés a menudo conduce a la agresión (Bandura, 1973).

¿CÓMO VALORAR SI UN NIÑO ES O NO AGRESIVO?

Ante una conducta agresiva emitida por un niño lo primero que haremos será identificar los antecedentes y los consecuentes de dicho comportamiento. Los antecedentes nos dirán cómo el niño tolera la frustración, qué situaciones frustrantes soporta menos. Las consecuencias nos dirán qué gana el niño con la conducta agresiva. Por ejemplo: " Una niña en un parque quiere bajar por el tobogán pero otros niños se le cuelan deslizándose ellos antes. La niña se queja a sus papás los cuales le dicen que les empuje para que no se cuelen. La niña lleva a cabo la conducta que sus padres han explicado y la consecuencia es que ningún otro niño se le cuela y puede utilizar el tobogán tantas veces desee."

Pero sólo evaluando antecedentes y consecuentes no es suficiente para lograr una evaluación completa de la conducta agresiva que emite un niño, debemos también evaluar si el niño posee las habilidades cognitivas y conductuales necesarias para responder a las situaciones conflictivas que puedan presentársele. También es importante saber cómo interpreta el niño una situación, ya que un mismo tipo de situación puede provocar un comportamiento u otro en función de la intención que el niño le adjudique. Evaluamos así si el niño presenta deficiencias en el procesamiento de la información.

Para evaluar el comportamiento agresivo podemos utilizar técnicas directas como la observación natural o el autorregistro y técnicas indirectas como entrevistas, cuestionarios o autoinformes. Una vez hemos determinado que el niño se comporta agresivamente es importante identificar las situaciones en las que el comportamiento del niño es agresivo. Para todos los pasos que comporta una correcta evaluación disponemos de múltiples instrumentos clínicos que deberán utilizarse correctamente por el experto para determinar la posterior terapéutica a seguir.

¿CÓMO PODEMOS TRATAR LA CONDUCTA AGRESIVA?

Cuando tratamos la conducta agresiva de un niño en psicoterapia es muy importante que haya una fuerte relación con todos los adultos que forman el ambiente del niño porque debemos incidir en ese ambiente para cambiar la conducta. Evidentemente el objetivo final es siempre reducir o eliminar la conducta agresiva en todas las situaciones que se produzca pero para lograrlo es necesario que el niño aprenda otro tipo

de conductas alternativas a la agresión. Con ello quiero explicar que el tratamiento tendrá siempre dos objetivos a alcanzar, por un lado la eliminación de la conducta agresiva y por otro la potenciación junto con el aprendizaje de la conducta asertiva o socialmente hábil. Son varios los procedimientos con que contamos para ambos objetivos.Cuál o cuáles elegir para un niño concreto dependerá del resultado de la evaluación.

Vamos a ver algunas de las cosas que podemos hacer. En el caso de un niño que hemos evaluado se mantiene la conducta agresiva por los reforzadores posteriores se trataría de suprimirlos, porque si sus conductas no se refuerzan terminará aprendiendo que sus conductas agresivas ya no tienen éxito y dejará de hacerlas. Este método se llama extinción y puede combinarse con otros como por ejemplo con el reforzamiento positivo de conductas adaptativas. Otro método es no hacer caso de la conducta agresiva pero hemos de ir con cuidado porque sólo funcionará si la recompensa que el niño recibía y que mantiene la conducta agresiva era la atención prestada. Además si la conducta agresiva acarrea consecuencias dolorosas para otras personas no actuaremos nunca con la indiferencia. Tampoco si el niño puede suponer que con la indiferencia lo único que hacemos es aprobar sus actos agresivos.

Existen asimismo procedimientos de castigo como el Tiempo fuera o el coste de respuesta. En el primero, el niño es apartado de la situación reforzante y se utiliza bastante en la situación clase. Los resultados han demostrado siempre una disminución en dicho comportamiento. Los tiempos han de ser cortos y siempre dependiendo de la edad del niño. El máximo sería de 15 minutos para niños de 12 años. El coste de respuesta consiste en retirar algún reforzador positivo contingentemente a la emisión de la conducta agresiva. Puede consistir en pérdida de privilegios como no ver la televisión.

El castigo físico no es aconsejable en ninguno de los casos porque sus efectos son generalmente negativos: se imita la agresividad y aumenta la ansiedad del niño.

ALGUNAS CONSIDERACIONES SOBRE EL CASTIGO

1. Debe utilizarse de manera racional y sistemática para hacer mejorar la conducta del niño. No debe depender de nuestro estado de ánimo, sino de la conducta emitida.
2. Al aplicar el castigo no lo hagamos regañando o gritando, porque esto indica que nuestra actitud es vengativa y con frecuencia refuerza las conductas inaceptables.
3. No debemos aceptar excusas o promesas por parte del niño.
4. Hay que dar al niño una advertencia o señal antes de que se le aplique el castigo.
5. El tipo de castigo y el modo de presentarlo debe evitar el fomento de respuestas emocionales fuertes en el niño castigado.

6. Cuando el castigo consista en una negación debe hacerse desde el principio de forma firme y definitiva.
7. Hay que combinar el castigo con reforzamiento de conductas alternativas que ayudarán al niño a distinguir las conductas aceptables ante una situación determinada.
8. No hay que esperar a que el niño emita toda la cadena de conductas agresivas para aplicar el castigo, debe hacerse al principio.
9. Cuando el niño es mayor, conviene utilizar el castigo en el contexto de un contrato conductual, puesto que ello ayuda a que desarrolle habilidades de autocontrol.
10. Es conveniente que la aplicación del castigo requiera poco tiempo, energía y molestias por parte del adulto que lo aplique.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES Y LOS PROFESORES?

Una vez llegados a este apartado la mayoría de vosotros ya os habéis dado cuenta que la conducta agresiva de vuestro hijo es una conducta aprendida y como tal puede modificarse. También la lectura anterior os ha servido para comprender que una conducta que no se posee puede adquirirse mediante procesos de aprendizaje. Con lo cual el objetivo en casa o en la escuela también será doble: desaprender la conducta inadecuada y adquirir la conducta adaptativa.

Si montamos un programa para cambiar la conducta agresiva que mantiene nuestro hijo hemos de tener en cuenta que los cambios no van a darse de un día a otro, sino que necesitaremos mucha paciencia y perseverancia si queremos solucionar el problema desde casa. Una vez tenemos claro lo anterior, la modificación de la conducta agresiva pasará por varias fases que irán desde la definición clara del problema hasta la evaluación de los resultados. Vamos a analizar por separado cada una de las fases que deberemos seguir:

1. **Definición de la conducta:** Hay que preguntarse en primer lugar qué es lo que nuestro hijo está haciendo exactamente. Si nuestra respuesta es confusa y vaga, será imposible lograr un cambio. Con ello quiero decir que para que esta fase se resuelva correctamente es necesario que la respuesta sea específica. Esas serán entonces nuestras conductas objetivo (por ejemplo, el niño patalea, da gritos cuando...).
2. **Frecuencia de la conducta:** Confeccione una tabla en la que anotar a diario cuantas veces el niño emite la conducta que hemos denominado globalmente agresiva. Hágalo durante una semana.
3. **Definición funcional de la conducta:** Aquí se trata de anotar qué provocó la conducta para lo cual será necesario registrar los antecedentes y los consecuentes.

Examine también los datos específicos de los ataques. Por ejemplo, ¿en qué momentos son más frecuentes?

4. Procedimientos a utilizar para la modificación de la conducta: Nos planteamos en la elección dos objetivos: debilitar la conducta agresiva y reforzar respuestas alternativas deseables (si esta última no existe en el repertorio de conductas del niño, deberemos asimismo aplicar la enseñanza de habilidades sociales).

- Ciertas condiciones proporcionan al niño señales de que su conducta agresiva puede tener consecuencias gratificantes. Por ejemplo, si en el colegio a la hora del patio y no estando presente el profesor, el niño sabe que pegando a sus compañeros, éstos le cederán el balón, habrá que poner a alguien que controle el juego hasta que ya no sea preciso.
- Debemos reducir el contacto del niño con los modelos agresivos. Por el contrario, conviene suministrar al niño modelos de conducta no agresiva. Muéstrole a su hijo otras vías para solucionar los conflictos: el razonamiento, el diálogo, el establecimiento de unas normas. Si los niños ven que los adultos tratan de resolver los problemas de modo no agresivo, y con ello se obtienen unas consecuencias agradables, podrán imitar esta forma de actuar. Para vosotros papás entrenar el autocontrol con ayuda de la relajación.
- Reduzca los estímulos que provocan la conducta. Enseñe al niño a permanecer en calma ante una provocación.
- Recompense a su hijo cuando éste lleve a cabo un juego cooperativo y asertivo.
- Existe una cosa denominada "Contrato de contingencias" que tiene como finalidad comprometer al niño en el proyecto de modificación de conducta. Es un escrito entre padres e hijo en el que se indica qué conductas el niño deberá emitir ante las próximas situaciones conflictivas y que percibirá por el adulto a cambio. Asimismo se indica qué coste tendrá la emisión de la conducta agresiva. El contrato deberá negociarse con el niño y revisarlo cada X tiempo y debe estar bien a la vista del niño. Tenemos que registrar a diario el nivel de comportamiento del niño (como hacíamos con la enuresis) porque la mera señal del registro ya actúa como reforzador. Esto es adecuado para niños a partir de 9 años.

5. Ponga en práctica su plan: Cuando ya ha determinado qué procedimiento utilizará, puede comenzar a ponerlo en funcionamiento. Debe continuar registrando la frecuencia con que su hijo emite la conducta agresiva para así comprobar si el procedimiento utilizado está o no resultando efectivo. No olvide informar de la estrategia escogida a todos aquellos adultos que formen parte del entorno del niño. Mantenga una actitud positiva. Luche por lo que quiere conseguir, no se desmorone con facilidad. Por último, fíjese en los progresos que va haciendo su hijo más que en los fallos que pueda tener. Al final se sentirán mejor tanto Vd. Como su hijo.

6. Evalúe los resultados del programa: Junto con el tratamiento que usted ha decidido para eliminar la conducta agresiva de su hijo, usted ha planificado también re-

forzar las conductas alternativas de cooperación que simbolizan una adaptación al ambiente. Una vez transcurridas unas tres semanas siguiendo el procedimiento, deberá proceder a su evaluación. Si no hemos obtenido ninguna mejora, por pequeña que sea, algo está fallando, así es que deberemos volver a analizar todos los pasos previos. La hoja de registro nos ayudará para la evaluación de resultados. Si hemos llegado al objetivo previsto, es decir, reducción de la conducta agresiva, no debemos dejar drásticamente el programa que efectuamos, porque debemos preparar el terreno para que los resultados conseguidos se mantengan. Para asegurarse de que el cambio se mantendrá, elimine progresivamente los reforzadores materiales. No olvide que los procedimientos que usted como padre ha aprendido, los puede interiorizar para provocar en usted mismo un cambio de actitud. Practique el entrenamiento en asertividad y será más feliz.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- *Isabel Serrano, "Agresividad Infantil", Ed. Pirámide.*
- *J. Vallejo y otros, "Introducción a la psicopatología y psiquiatría", Ed. Salvat.*
- *Arroyo M., "Prevención pedagógico social de la agresividad", Ed. Educadores.*
- *Bandura A., "Aggression: A social Learning Analysis", Ronald Press N.Y.*
- *J.Mª Blanch, "Psicologías Sociales", Ed. Hora.*