

Combaterea comportamentului agresiv

Agresivitatea este o noțiune care provine din limba latină- *agressio* care înseamnă a ataca. Se referă la o stare a sistemului psihofizic, prin care o persoană răspunde printr-un ansamblu de conduite ostile în plan conștient, inconștient și fantasmatic, cu scopul distrugerii, degradării, constrângerii, negării sau umilirii unei ființe sau lucru investite cu semnificație, pe care agresorul le simte ca atare și reprezintă pentru el o provocare.

Nicolae Mitrofan afirmă că „*agresivitatea poate fi considerată o caracteristică a acelor forme de comportament orientate în sens distructiv, în vederea producerii unor daune, fie ele materiale, moral-psihologice sau mixte*¹”. Actul agresiv poate viza unele obiecte (casă, mașină, mobilă, etc), ființa umană (individul uman izolat, microgrupurile, colectivitatea) sau ambele. Suntem aproape zilnic martorii diferitelor forme de manifestare a violenței transmise de mass-media: războaie, crime, jafuri, tâlhării, violuri, incendieri, distrugeri, dar și în activitatea de la clasă observăm că unii dintre elevi manifestă diverse comportamente agresive, pe care noi, cadrele didactice ne străduim să le oprim.

Pentru a rezolva conflictele apărute dintre elevi, trebuie să ținem seama de mai mulți factori: profilul psihologic al elevilor, în ce împrejurări a apărut conflictul, cum s-a desfășurat, ce efecte a avut, care sunt persoanele implicate și trebuie stabilite măsurile de soluționare. Cel mai important lucru ar fi ca rezolvarea cazului să ducă la combaterea comportamentului agresiv. Unul dintre cazuri cu care m-am confruntat este cazul Robert.

Robert este un copil de 9 ani, acum în clasa a II-a .

Structura personalității se caracterizează prin tendințe spre instabilitate la granița normalității reflectate în incapacitatea de a desfășura mai multă vreme o activitate, în inconstanța conduitei și în nestatornicia atitudinilor și trăirilor.

Copilul are tendințe **impulsive și agresive**, cu manifestări la granița normalității, care se concretizează în acțiuni brutale.

De asemenea prezintă și **tendințe antisociale**, în aceleași limite, care se exprimă în dezacordul față de normele și regulile sociale, precum și în tendința de a le ocoli sau încălca.

Prezintă o **emotivitate simplă**, la limita normalității, manifestând schimbări bruște și uneori nemotivate ale dispoziției, având o reactivitate afectivă accentuată cu o intensitate excesivă, disproporționată față de motiv.

Prezintă **tendințe obsesive și psihastenice** în limitele normale exprimate prin diminuarea energiei psihice, idei de teamă și constrângere. Are tendințe **paranoide** în limite normale, constând în idei privind invidia.

¹ MITROFAN, Nicolae, *Manual de psihologie socială*, E. Polirom, Iași 2003

Tendințele *depressive și ipohondriace* sunt în limite normale, prezentând rareori tristețe. Nu prezintă tendințe *schizoide*.

Profilul comportamental indică un copil cu o *agresivitate* crescută adresată persoanelor: râde de necazul altora, face comentarii cinice cu privire la adulți și copii, îi batjocorește pe colegi, pune piedici aparent fără motiv, sau când este într-o dispoziție proastă, sau copiilor care nu-i sunt simpatici, trage scaunul de sub colegi, îi lovește aparent înâmplător, refuză să ofere ajutor bucurându-se de problema altora, calcă cu piciorul, murdărește alți copii. Când Robert este furios strigă la copii. Este frecvent implicat în încăierări. Refuză să continue sarcina de lucru dacă a fost muștrat pentru comportamentul său. Neadecvat. De asemenea prezintă o *heteroagresivitate* orientată obiectual: din cauza indispoziției sau când este furios pe câte un coleg distruge obiecte cum ar fi: mângălește masa, murdărește intenționat cu mărul o fișă cu sarcini importantă, zgârie cu furculița casoleta de mâncare, trănțește ușile, dărâmă caiete sau alte obiecte ale colegilor în mod intenționat și nu recunoaște.

Se conturează poziția copilului ca *obiect al unei agresivități* marcate adresate de către colegi în sensul că în timpul certurilor cu alți copii, Robert este insultat, este lovit de către aceiași colegi cu care inițiază bătăi. Acest lucru se întâmplă atunci când râde de necazul lor sau în timpul certurilor sau altercațiilor. Comportamentul neadecvat este pedepsit de tată care îl ceartă deseori, îl lovește, îl trage de urechi.

Obiective modulare generale:

1. *Formarea capacității de autoobservare.* Copilul trebuie să învețe să se observe. Comportamentele sociale adecvate, stabilirea contactelor, rezolvarea conflictelor, autoafirmarea vor fi exersate în timpul ședințelor și extinse la viața cotidiană prin exersare.

2. *Reducerea nivelului de excitație.* Prin training-ul de relaxare copilul se liniștește, poate să-și reducă nivelul de excitație și devine pregătit pentru rezolvarea sarcinilor și a solicitărilor.

3. *Descoperirea relațiilor dintre comportament și consecințe.* Prin programul de întăriri comportamentale pe bază de jetoane copilul trebuie să învețe că există o relație directă între comportamentul lui și consecințele acestuia, trebuie să devină motivat să le aplice.

Obiective modulare specifice:

1. Confruntarea cu diverse comportamente agresive și evidențierea caracterului lor inadecvat prin compararea cu comportamente adecvate.
2. Învățarea unor modalități de a dialoga cu propria persoană prin intermediul unor tehnici de verbalizare.
3. Cunoașterea posibilităților de soluționare a conflictelor și a consecințelor pozitive și negative ale acestora.
4. Încurajarea manifestării comportamentului pozitiv.

Copilului i s-a propus să participe la un training prin care va învăța cum să reacționeze în situații conflictuale, ce soluții pozitive poate găsi la aceste situații problematice, cum să reușească să rămână calm când alții vor să-l enerveze. Robert acceptă contractul terapeutic prin care este informat că prin acest program el se va antrena să observe oamenii cu mai multă atenție, va găsi soluții multiple pentru rezolvarea unui conflict, poate exersa cum să procedeze în situații dificile pentru a ieși bine din ele, cum să rămână calm și liniștit când alții vor să-l enerveze și să nu-și manifeste furia prin a-i lovi, cum reușește să lege o prietenie. Atunci când se lucrează, terapeutul conduce jocul, dar când se joacă el conduce, depinde de el cât timp se va juca. Dacă lucrează bine, atunci va schimba punctele în timp pentru joc și activitatea de joc poate dura mai mult.

S-a convenit desfășurarea a 10 ședințe având ca ritm de desfășurare una pe săptămână, durata uneia fiind de 50 minute.

Fiecare ședință s-a desfășurat conform următoarelor etape:

1. *Cotarea chestionarului.* Au fost cotate sarcinile de autoobservare pentru școală. Durata: 5 minute.

2. *Prezentarea unui povestiri cu Căpitanul Nemo.* În cea de-a doua etapă i s-a spus o povestire cu Căpitanul Nemo pentru relaxare și pentru pregătirea celei de-a treia etape. Durata: 10 minute.

3. *Faza de lucru cu materialele specifice obiectivelor specifice urmărite.* În cadrul acestei etape s-au utilizate materialele programului terapeutic pentru copii agresivi ale lui Franz Petermann și Ulrike Petermann. S-a folosit și jocul de rol pentru exersarea comportamentelor adecvate în situații problematice. Durata: 25 minute.

4. *Schimbarea punctelor obținute în minute de joc.* În cea de-a treia etapă s-a aplicat programul de întăriri cu puncte în paralel cu exercițiile de percepție și comportamentale.

Lui Robert i s-a prezentat o *lista de reguli* care trebuie respectate în situația în care este cu cineva:

1. Ascult cu atenție ce spune celălalt!
2. Îl las pe celălalt să vorbească!
3. Redau exact o povestire!
4. ***Privesc cu atenție!***
5. ***Descriu corect o imagine!***
6. Dacă mă joc sau vorbesc cu cineva, atunci îl privesc!
7. ***Dacă sunt cu cineva nu țopăi de jur împrejur și nu mă joc cu mâinile!***
8. ***Am răbdare cu mine!***
9. ***Mă gândesc atent înainte de a spune sau de a face ceva!***
10. Dacă ceva nu merge așa cum vreau eu, atunci nu mă enervez și rămân calm!
11. Accept și părerea celorlalți fără să mă enervez și fără să-i jignesc!



Robert marchează cu culoarea albastru regulile pe care le poate respecta. Astfel, el a încercuit regulile 4,5,7,8,9. Din regulile rămase alege una și, pe parcursul primelor două ședințe trebuie să o respecte. Dacă va reuși să respecte regula, va primi de fiecare dată un punct, iar punctele se vor converti în minute de joc. El a ales regula 1 și primele trei ședințe s-a urmărit respectarea acestei reguli, copilul fiind recompensat cu puncte ori de câte ori manifestă acest comportament. Următoarele trei ședințe a ales regulile 3 și 6 și s-a urmărit manifestarea acestor comportamente pe parcursul ședințelor atribuindu-se puncte pentru fiecare comportament manifestat. Pentru următoarele ședințe s-au exersat regulile 2, 10 și 11.

Prin aplicarea programului terapeutic comportamentul lui Robert a suferit schimbări, implicarea lui Robert în conflicte s-a redus, este mai liniștit la activitățile desfășurate în clasă și este tot mai motivat să-și îmbunătățească situația la învățătură.

În concluzie, pentru combaterea comportamentului agresiv trebuie să identificăm cele mai eficiente activități în care să-i implicăm atât pe elevii care manifestă deseori comportamente inadecvate, cât și pe ceilalți, în scopul dezvoltării unui climat socio-afectiv pozitiv în clasă.

BIBLIOGRAFIE

1. CHELCEA, Septimiu, *Psihosociologie-Teorii, cercetări, aplicații*, Ed. Polirom, ediția a II-a, Iași 2009.
2. ENĂCHESCU, Constantin, *Tratat de psihanaliză și psihoterapie*, Ed. Polirom, București 2003.
3. HAVĂRNEANU, Cornel, *Cunoașterea psihologică a persoanei, Posibilități de utilizare a computerului în psihologia aplicată*, Ed. Polirom, București 2000
4. HOLDEVICI Irina, NEACȘU Valentina, *Sisteme de psihoterapie și consiliere psihologică*, Editura Kullusys, București, 2008.
5. ILUȚ, Paul, *Comportament prosocial*, în Ion Radu *Psihologie socială*, Ed Exe S.R.L., Cluj Napoca 1994.
6. JENÖ, Dr. Ranschburg, *Frică, supărare, agresivitate*, Ed. Didactică și Pedagogică, București 1979.
7. LORENZ, Konrad, *Așa –zisul rău, Despre istoria naturală a agresiunii*, Ed. Humanitas, 1998.
8. MITROFAN, Nicolae, *Manual de psihologie socială*, E. Polirom, Iași 2003.
9. OANCEA, Constantin, *Tehnici de sfătuire/consiliere*, Editura Vavila Edinf, București 2002.
10. PĂUNESCU, Constantin, *Agresivitatea și condiția umană*, Ed. Tehnică, București 1994.
11. PETERMANN, Franz și PETERMANN, Ulrike, *Program terapeutic pentru copiii agresivi*, Ed. R.T.S., Cluj-Napoca 2006.

12. TĂNĂSESCU, Irina, *Introducere în psihanaliză*, Editura Argument, București 2006.



Căpitanul Nemo

Căpitanul Nemo și.....

Când îmi imaginez că îmbrac costumul de scafandru atunci simt:

SUNT COMPLET LINIȘTIT!

- Brațul meu drept este greu! ○ Piciorul meu drept este greu!
- Brațul meu stâng este greu! ○ Piciorul meu stâng este greu!
- Brațul meu drept este cald! ○ Piciorul meu drept este cald!
- Brațul meu stâng este cald! ○ Piciorul meu stâng este cald!

Căpitanul Nemo spune:

Să ne păstrăm calmul și totul va fi bine!

Când mă relaxez ziua și nu vreau să dorm, nu uit să-mi spun:

- Să întindem brațele și picioarele!
- Inspirăm adânc!
- Deschidem ochii!

Prof. învățământ primar Liuba BUCIOC,
Școala Gimnazială „Elena Doamna” Tulcea