



ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

● **Της Κατερίνας Γεωργάκη**

Σύμβουλου Κέντρου Κοινωνικής και Πνευματικής Στήριξης Ιεράς Μονής Κύκκου

Σε αυτό το άρθρο θα μας απασχολήσει το θέμα της επιθετικής συμπεριφοράς των παιδιών. Η κατανόηση αυτού του συχνού και πολυσήμαντου κοινωνικού φαινομένου, η επεξήγηση των λόγων για τους οποίους ένα παιδί μπορεί να παρουσιάσει επιθετικότητα και οι εισηγήσεις για παραγωγικότερη προσέγγιση προς τα παιδιά.

Είναι γεγονός πως η επιθετικότητα και η αντιδραστική συμπεριφορά αποτελούν το 1/3 των προβλημάτων συμπεριφοράς που αντιμετωπίζουν σήμερα οι ψυχολόγοι και οι παιδαγωγοί.

Με τον όρο επιθετικότητα εννοούμε τις συμπεριφορές των παιδιών που σκοπό έχουν να βλάψουν τον άλλον. Μια συμπεριφορά, όση ζημιά και αν προκα-

λεί, δεν χαρακτηρίζεται ως επιθετική, όταν δεν έχει την πρόθεση αυτή.

Η αντιδραστική και επιθετική συμπεριφορά των παιδιών δημιουργεί **προβλήματα στις σχέσεις τους** με την **οικογένεια**, τους **συνομήλικους** και το **σχολείο**. Δημιουργεί όμως προβλήματα και στα ίδια τα παιδιά, γιατί δεν τους δίνει τη δυνατότητα να μάθουν κοινωνικά αποδεκτές συμπεριφορές, οι οποίες θα αποτελέσουν αργότερα τη βάση για την ομαλή ένταξή τους στο κοινωνικό σύνολο.

Πιο συγκεκριμένα τα παιδιά που χαρακτηρίζονται από επιθετικότητα είναι συνήθως **ανυπάκουα, αρνητικά**, δείχνουν **απάθεια** και παρουσιάζουν **αντιδραστική** και **προκλητική** συμπεριφορά προς τα μέλη της οικογένειάς τους, το διδακτικό προσωπικό του σχολείου και γενικά προς τα άτομα που κατέχουν εξουσία.

Αξίζει να σημειωθεί πως τόσο η συχνότητα όσο και η ένταση της επιθετικής συμπεριφοράς διαφέρουν ανάλογα με το φύλο και την ηλικία του παιδιού.

Η επιθετικότητα μειώνεται με την ηλικία και αλλάζει μορφή. **Στις μικρότερες ηλικίες** κυριαρχούν η καταστροφή αντικειμένων και η πρόκληση πόνου με χτυπήματα. **Τα μεγαλύτερα παιδιά** που έχουν αποκτήσει ικανό αυτοέλεγχο χρησιμοποιούν περισσότερο ύβρεις και απειλές και λιγότερο σωματική βία.

Όσον αφορά το φύλο τα αγόρια παρουσιάζουν εντονότερη επιθετικότητα από ό,τι τα κορίτσια. Το γεγονός αυτό οφείλεται τόσο σε βιολογικούς παράγοντες (τα ανδρογόνα συμβάλλουν στην έκφραση της βίαιης συμπεριφοράς) όσο και στη διαφορετική τους διαπαιδαγώγηση, όπως αυτή καθορίζεται από τα επικρατούντα κοινωνικά πρότυπα (τα κορίτσια πρέπει να είναι υπάκουα και ήσυχα, ενώ τα αγόρια ζωνρά και φασαριόζικα).

Συχνά οι γονείς είναι αρκετά μπερδεμένοι σε θέματα που αφορούν την παιδική επιθετικότητα. Δεν ξέρουν αν το παιδί τους είναι πραγματικά επιθετικό ή αν τους ανησυχεί κάτι που για την ηλικία και το φύλο του παιδιού είναι φυσιολογικό.

Σύμφωνα με τους ειδικούς οι γονείς μπορούν να ξεχωρίσουν την ανησυχητική επιθετικότητα από τη φυσιολογική, φτάνει να προσέξουν τα πιο κάτω σημεία.

- Θα πρέπει κατ' αρχήν να καλοσκεφτούν «τι τους λέει» το ένστικτό τους. Αν δηλαδή οι ίδιοι αισθάνονται πως κάτι στην συμπεριφορά του παιδιού τους δεν πάει καλά.

- Πρέπει να θυμηθούν πόσες φορές έχουν διαμαρτυρηθεί άλλοι άνθρωποι για την επιθετικότητα του παιδιού τους (συγγενείς ή δάσκαλοι ή καθηγητές ή γείτονες ή γονείς άλλων παιδιών) .

- Μπορούν να «μετρήσουν» την επιθετικότητα του παιδιού προς τα παιχνίδια ή τους άλλους. Καταστρέφει συνεχώς αντικείμενα; Φέρεται προσβλητικά στα άλλα παιδιά ή στους ενήλικους; Δείχνει απείθεια διαρκώς παρότι οι άλλοι του συμπεριφέρονται ισορροπημένα; Γενικά έχει δυσανάλογες εκρήξεις θυμού;

Αν όλα αυτά συμβαίνουν σε μεγάλο βαθμό και συχνά, τότε το παιδί είναι πιθανώς πιο επιθετικό από τον μέσο όρο και ο γονιός πρέπει είτε μόνος είτε με τη βοήθεια του ειδικού να ανιχνεύσει το «γιατί». Όσο πιο νωρίς και όσο πιο σωστά αρχίσει να βοηθά το παιδί του με τον κατάλληλο τρόπο, τόσο πιο σύντομα θα διαπιστώσει ότι το παιδί του κατασταλάζει σε μια πιο ώριμη και θετική συμπεριφορά.

Ωστόσο για καταλήξουμε να χαρακτηρίσουμε ένα παιδί ως επιθετικό, θα πρέπει να συνυπολογίσουμε τα εξής στοιχεία.

1. Τη διάρκεια της επιθετικής συμπεριφοράς του παιδιού, δηλαδή αν είναι μια συμπεριφορά που κρατά καιρό, βδομάδες, χρόνια, αν εμφανίζεται σε τακτά διαστήματα ή είναι ένα τελείως παροδικό φαινόμενο.

2. Την ηλικία και το φύλο του παιδιού: Οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι η «επιθετικότητα» του παιδιού κορυφώνεται, ως προς τη συχνότητα, στα δύο του χρόνια και από τα τρία ή τέσσερα χρόνια μειώνεται βαθμιαία, καθώς το παιδί κοινωνικοποιείται και συνειδητοποιεί πώς πρέπει να φερθεί, για να είναι αποδεκτό από το κοινωνικό σύνολο. Ωστόσο, αυτό δε σημαίνει ότι τα παιδιά σχολικής ηλικίας ή οι έφηβοι δεν εμφανίζουν καθόλου επιθετική συμπεριφορά. Αντίθετα, στο ομαδικό παιχνίδι, όπου εμπλέκονται τα παιδιά του σχολείου ή στις σύνθετες κοινωνικές σχέσεις που δημιουργούν, μπορεί να προκληθούν πιο πολλές εντάσεις και ξεσπάσματα.

3. Τον βαθμό εχθρότητας, μίσους και εκδίκησης προς τους άλλους, που μπορεί να έχουν μέσα τους οι επιθετικές ενέργειες του παιδιού. Αν αυτές οι ενέργειες τους συνοδεύονται από τέτοια συναισθήματα, τα οποία εκδηλώνει μάλιστα φανερά το ίδιο, τότε το γεγονός πρέπει να μας ανησυχήσει.

4. Τη δύναμη που έχει το παιδί να ελέγξει τον εαυτό του και να σταματήσει να προκαλεί πόνο στους άλλους, νιώθοντας πως κινδυνεύει η ασφάλειά τους. Επομένως η προβληματική επιθετική συμπεριφορά ενός παιδιού είναι αυτή που διαρκεί πολύ καιρό (μήνες, χρόνια), περιέχει τα στοιχεία της παράλογης εχθρότητας του μίσους και της εκδίκησης ή της σκληρότητας απέναντι στους άλλους ανθρώπους (ή τα ζώα) και δεν ελέγχεται εύκολα από το παιδί, σε σημείο που δεν μπορεί να σταματήσει να προκαλεί πόνο στους γύρω του, καθώς και στον

εαυτό του, καμιά φορά.

Ο θυμός δεν είναι κάτι αφύσικο που πρέπει να τρομάζει τους γονείς και να τους οδηγεί σε μέτρα καταστολής. **Το παιδί είναι λογικό να νιώθει πότε-πότε οργή και να θέλει να την εκφράσει.**

Γι' αυτό ο γονιός θα πρέπει ήρεμα να δέχεται τα ξεσπάσματα του παιδιού, αλλά να δείχνει ότι αυτό δεν του αρέσει. Παράλληλα θα πρέπει να διδάσκει στο παιδί τρόπους να εκφράζει τον θυμό του κάπως πιο ήρεμα και, το κυριότερο, θα πρέπει να το εκπαιδεύει στο γεγονός ότι στη ζωή θα αντιμετωπίσει πολλές ήττες και απογοητεύσεις. **Η υποδομή θα βοηθήσει το παιδί να ωριμάσει** και να αποδεχτεί ότι θα έρχονται στιγμές που θα νιώθει θυμό ή πικρία. **Ο γονιός πρέπει επίσης να βοηθά το παιδί του να έχει και σημεία διαφυγής ή εκτόνωσης**, όπως και δραστηριότητες στις οποίες όντως θα «νικά» και θα χαίρεται, ώστε αυτές να λειτουργούν αντισταθμιστικά στις απογοητεύσεις.

Αρκετές φορές η κακή και ανυπάκουη συμπεριφορά του παιδιού είναι ένας τρόπος για να αποσπάσει την προσοχή. Γίνεται προκλητικό, καταστρέφει αντικείμενα, βρίζει ή επιτίθεται στα μικρότερα αδέρφια. **Ο θυμός και η τιμωρία εκ μέρους των γονέων ενισχύουν τις εκρήξεις του, γιατί προτιμά να έχει έστω και μια θυμωμένη αντίδραση από το να μην έχει καμία απολύτως.** Το παιδί αυτό χρειάζεται συνεχή προσοχή και όχι μόνο όταν εκδηλώνει τον θυμό του. Η προσοχή των γονέων, μόνο όταν είναι άτακτο θα επιτείνει αυτήν τη συμπεριφορά. **Η καλύτερη αντιμετώπιση απέναντι στις εκρήξεις θυμού είναι η αδιαφορία. Οι γονείς πρέπει να αφιερώνουν χρόνο στο παιδί, να μοιράζονται μαζί του δραστηριότητες και να το επιβραβεύουν, όταν φέρεται καλά.**

Οι ακραίες τακτικές πρέπει να αποφεύγονται. Οι αυστηρές ποινές και κυρίως η σωματική τιμωρία έχουν ακριβώς τα αντίθετα αποτελέσματα από αυτά που αναμένονται. Τα παιδιά που έχουν τιμωρηθεί αυστηρά, κυρίως με ξύλο, εμφανίζουν μακροπρόθεσμα διαταραχές συμπεριφοράς και μεγαλύτερη επιθετικότητα από ό,τι τα παιδιά που είχαν επεικέστερη μεταχείριση. Η επιθετικότητα γεννά επιθετικότητα και ο γονέας-τιμωρός αποτελεί πρότυπο για μίμηση. Δεν πρέπει, ωστόσο, να αφήνουμε το παιδί να εκφράζει απεριόριστα και ελεύθερα την επιθετικότητά του. Χρειάζεται οριοθέτηση, ώστε να αποτρέπεται η δημιουργία εκρηκτικών καταστάσεων και να αποσοβούνται οι συνεχείς διαμάχες και αντιδικίες. Η τήρηση κάποιων κανόνων είναι απαραίτητη και θα οδηγήσει το παιδί στην πειθαρχία χωρίς να χρειαστούν αυστηρές τιμωρίες. Πρέπει να εξηγηθεί στο παιδί γιατί οι κανόνες είναι σημαντικοί και να

υπάρχουν μικρές ανταμοιβές για να ενθαρρύνουν την καλή συμπεριφορά. Αν πραγματικά χρειαστεί τιμωρία, καλύτερα είναι να χρησιμοποιείται η στέρηση (να μην αποκτήσει κάτι που του αρέσει, να μη συμμετέχει σε κάποια ευχάριστη δραστηριότητα). Είναι σημαντικό, οι αμοιβές και οι τιμωρίες να εφαρμόζονται τη σωστή στιγμή. Το αποτέλεσμά τους είναι καλύτερο όταν δίνονται αμέσως μετά από κάποια πράξη του παιδιού. Επίσης, οι απειλές για τιμωρία πρέπει να είναι ρεαλιστικές. **Τέλος, οι γονείς οφείλουν πρώτα να εφαρμόζουν οι ίδιοι τους κανόνες και να ελέγχουν τη δική τους επιθετικότητα.**

Ένα ερώτημα που απασχολεί όλους τους γονείς. Για ποιο λόγο τελικά τα περισσότερα παιδιά **αρέσκονται τόσο πολύ στα επιθετικά και βίαια παιχνίδια και στις βίαιες συμπεριφορές.**

- Ένας βασικός λόγος είναι αυτός που προαναφέρθηκε, δηλαδή ότι **η επιθετικότητα ως ένα σημείο αποτελεί κάτι πηγαίο και φυσιολογικό σε όλους τους ανθρώπους.**

- Ο δεύτερος είναι ότι **η βίαιη έκρηξη θυμού αποτελεί τον πιο εύκολο τρόπο έκφρασης της απογοήτευσης ή του εκνευρισμού** και –όπως ξέρουμε όλοι- οι εύκολες λύσεις αρέσουν σε μικρούς και μεγάλους.

- Ο τρίτος λόγος είναι ότι αυτή **η φυσιολογική τάση υπερμεγεθύνεται και «τρέφεται» από τις εντυπώσεις που το παιδί δέχεται από το περιβάλλον** και κυρίως –όσο είναι μικρό- από τη συμπεριφορά των γονιών και από την τηλεόραση, όπου ακόμα και οι παιδικές σειρές έχουν υπολογίσιμη έως υπερβολική βία.

- Ο τέταρτος λόγος για τον οποίο το παιδί καταλήγει «να του αρέσει η βία» είναι ότι **μεγαλώνοντας θέλει να εναρμονιστεί με τους συνομηλικούς του και τους μιμείται** τόσο σε συμπεριφορές όσο και σε παιχνίδια.

Μπορεί ακόμη:

● **Να αισθάνεται ότι οι γονείς του δεν το στηρίζουν όσο θα ήθελε.** Σε αυτή την περίπτωση η επιθετικότητα είναι ένας τρόπος να επιζητήσει την προσοχή τους.

● **Να νιώθει ανασφάλεια και «ανεπάρκεια».** Προσπαθεί λοιπόν να επιβληθεί σωματικά ή επιθετικά, επειδή νιώθει ότι υστερεί σε άλλους τομείς.

● **Να έχει κατάθλιψη ή κάποια άλλη διαταραχή,** την οποία δεν εκδηλώνει με μελαγχολίες, αλλά με εκρήξεις οργής.

Ωστόσο, επειδή όλοι - ανεξάρτητα από την κληρονομιά που κουβαλάμε ή τον χαρακτήρα μας, ζούμε σ' ένα κόσμο με πολιτισμό και εξωτερικές επιδράσεις, η

συμπεριφορά που έχουμε, επηρεάζεται κυρίως από τις συνθήκες της ζωής μας. **Έτσι και η «επιθετική συμπεριφορά των παιδιών μας, όταν εμφανίζεται, δεν είναι τόσο ενστικτώδης, τυχαία ή ανακλαστική. Είναι μια αντίδραση που πηγάζει από κάποια σοβαρή εξωτερική (περιβαλλοντική) αιτία ή είναι μια μαθημένη κατάσταση.** Τα παιδιά μαθαίνουν να φέρονται επιθετικά από εμάς τους ίδιους τους γονείς (ή άλλους ενήλικους), **παρατηρώντας μας και αντιγράφοντας τη συμπεριφορά μας.** Μ' άλλα λόγια, υπάρχουν παράγοντες που εξωθούν ή βοηθούν να εκδηλωθεί η επιθετικότητά τους.

Ένα άλλο σημαντικό σημείο είναι πως υπάρχουν κάποιοι τύποι γονέων που ενισχύουν ασυνείδητα την παιδική επιθετική συμπεριφορά. Αυτοί είναι, οι υπερβολικά αυστηροί γονείς οι οποίοι τιμωρούν συχνά το παιδί ανάλογα με τη δική τους συναισθηματική κατάσταση και δεν αφήνουν περιθώρια συναισθηματικής αντίδρασης και έκφρασης από μέρους του παιδιού. Οι υπερβολικά παραχωρητικοί γονείς που δεν θέτουν όρια στη συμπεριφορά του παιδιού και οι αδιάφοροι γονείς που αγνοούν τελείως ή και απορρίπτουν το παιδί.

Καταλήγοντας αναφέρουμε πως υπάρχουν κάποιες λύσεις:

1. Ναι στην επικοινωνία

Οι γονείς πρέπει να παρακολουθούν διακριτικά την ζωή των παιδιών τους και να συζητούν καθημερινά μαζί τους. Καλό είναι να ξέρουν τι συμβαίνει στο σχολείο του παιδιού τους και, αργότερα, στην παρέα τους.

2. Ναι στην αυτοανάλυση

Οι γονείς θα πρέπει παράλληλα να αναλύουν τα δικά τους συναισθήματα, ώστε να μαθαίνουν και στο παιδί να αναλύει και τα δικά του. Να μη λέει απλά «έχω τα νεύρα μου», αλλά να ξέρει πάντα «τί του φταίει». Να δείχνουν στο παιδί τρόπους να «διορθώσει» όσα νιώθει. Όταν το παιδί γνωρίζει τί πυροδότησε τον θυμό του, τον αντιμετωπίζει πιο εύκολα και κάνει πιο εύκολα τις αναγκαίες διορθωτικές κινήσεις.

3. Ναι στην προσπάθεια

Καλό είναι να δείχνουν στο παιδί ότι ο καλύτερος τρόπος διεκδίκησης είναι εκείνος που στηρίζεται σε επιχειρήματα, αλλά παράλληλα να του εξηγούν ότι μερικά πράγματα «δεν είναι στο χέρι μας». Όσα επιχειρήματα ή ισχυρές επιθυμίες και αν έχουμε δηλαδή, καμιά φορά είναι μοιραίο «να χάνουμε». Το παιδί πρέπει από μικρό να ξέρει να χάνει και να μην νιώθει πικρία, αλλά αυτή να μη «φαρμακώνει» τη ζωή του διαρκώς.

4. Ναι στην ασφάλεια

Ο γονιός πρέπει να παρέχει στο παιδί του ασφάλεια, ώστε να μη νιώθει ανυπεράσπιστο. Ωστόσο το ζητούμενο είναι και το παιδί να μη σκέφτεται πάντα «θα με προστατεύει ο πατέρας μου» αλλά ότι μπορεί να στηρίζεται και στον εαυτό του. Αν το παιδί κατανικά σιγά-σιγά την ανασφάλειά του και αποκτά αυτοπεποίθηση, θα χειρίζεται πιο σωστά καταστάσεις και συναισθήματα, οπότε δεν θα σωρεύει πικρίες και ανταγωνισμούς, δηλαδή στοιχεία που αυξάνουν την επιθετικότητα.

Ο καλύτερος τρόπος για τη μείωση της επιθετικής συμπεριφοράς των παιδιών είναι η γονεϊκή και η εκπαιδευτική αγάπη και η κατανόηση απέναντι στα παιδιά. Καθώς και η καλλιέργεια, μέσα στην οικογενειακή ζωή, του σεβασμού και της αγάπης για τους συνανθρώπους.

Έτσι για ακόμα μια φορά η αγάπη μειώνει τις εντάσεις των παιδιών και εξασφαλίζει την ήρεμη συμβίωση όλων μας.

Τέλος για τον προβληματισμό όλων μας παραθέτω ένα ποίημα του RUSSEL

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κριτική:

Μαθαίνει να κατακρίνει

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην έχθρα:

Μαθαίνει να καυγαδίζει

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ειρωνεία:

Μαθαίνει να είναι ντροπαλό

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ντροπή:

Μαθαίνει να είναι ένοχο

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην κατανόηση:

Μαθαίνει να είναι υπομονετικό

Αν ένα παιδί ζει μέσα στον έπαινο:

Μαθαίνει να εκτιμά

Αν ένα παιδί ζει μέσα στη δικαιοσύνη:

Μαθαίνει να είναι δίκαιο

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην ασφάλεια:

Μαθαίνει να πιστεύει

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην επιδοκιμασία:

Μαθαίνει να έχει αυτοεκτίμηση

Αν ένα παιδί ζει μέσα στην παραδοχή και φιλία:

Μαθαίνει να βρίσκει την αγάπη

μέσα στον κόσμο.

Και αν τιμωρούμε τα παιδιά μας τα μαθαίνουμε να τιμωρούν.