

REVISTA N.º 138  
MAYO 2019

# PADRES

Y COLEGIOS



La ira es una emoción; la agresividad es una conducta que se puede educar.

## ¿De niño violento, adulto violento?

■ **Leire Iriarte no cree en los determinismos.** “No podemos asegurar, como se hace en ocasiones, que un niño que ha crecido en un entorno agresivo y/o violento, vaya a ser un joven o adulto violento”, subraya.

■ **Por su parte, Ainhoa Uribe destaca la importancia de no poner etiquetas:** “Lo que puede marcar de una manera más negativa a un niño es que sus padres interpreten como rasgo propio de la personalidad una agresividad que es debida al desarrollo evolutivo o que se tomen sus ataques como algo personal: ‘nos quiere hacer daño’, ‘sabe que es lo que más nos duele’, ‘no tiene empatía’, ‘es egoísta, frío y distante’...”.

## ¿Cómo puedo ayudarlo?

# Mi hijo es agresivo

La ira y el enfado son emociones básicas que pueden derivar en agresividad. Es esta una forma de expresión del niño que preocupa, pero que en mu-

chas ocasiones puede ser normal. Las conductas agresivas nos revelan una información muy interesante que conviene descifrar.

**TERRY GRAGERA**  
Tenemos un concepto muy negativo de las rabietas y el enfado, que aunque no nos lo parezca, son una forma de agresividad. Sin embargo, la opinión de los expertos es distinta: “La agresividad no constituye en sí misma un problema. La agresividad está dirigida a la autoconservación, a la supervivencia, de manera que la desplegamos cuando vemos que esta se encuentra amenazada”, aclara Leire Iriarte, psicóloga, profesora en la Universidad de Deusto y vicesecretaria de Sepypna (Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente). De la misma opinión es Ainhoa Uribe, psicóloga y coordinadora de Aitta Psicología Infanto-Juvenil: “La emoción no es buena ni mala, es adaptativa. Es lógico experimentar rabia cuando un niño coge nuestro juguete o cuando nuestra madre acaricia a otro niño

que no somos nosotros o cuando no conseguimos aquello que deseamos. Socialmente está mal expresar esta emoción, pero el enfado no es malo y nos habla de qué es lo que nos importa o qué es lo que nos duele o molesta de la situación en la que estamos”, explica.

### SON MÁS AGRESIVOS

Hay determinados factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de que un niño tenga más dificultades para manejar y controlar esa emoción que es la agresividad y que ya hemos visto que no es tan negativa. ¿Cuáles son las causas que influyen en el bajo control de la misma?

■ **Entorno familiar.** El entorno familiar es básico para ayudar al niño a controlar sus emociones. Según Leire Iriarte, “el riesgo es mayor cuando hay psicopatología de los

padres, violencia en el ámbito familiar, maltrato o negligencia, hostilidad hacia el niño...”. Por su parte, Ainhoa Uribe añade que “todos los niños expuestos a mucha violencia física o verbal tienden a mostrarse más agresivos; también aquellos a los que se niega sus sensaciones de enfado y no se les deja expresarla ni siquiera de forma moderada. Estos niños tienden a subir el tono de su enfado para que pueda ser atendido”, enumera.

■ **Personalidad y temperamento.**

Factores de personalidad, estilos de afrontamiento, autoestima y habilidades sociales con las que se cuenta son factores individuales que pueden marcar que un niño o un adolescente controle mejor o peor su agresividad.

### LA FAMILIA, EN EL CENTRO

Los adultos somos el referente y el modelo más importante para que un niño aprenda a controlar su agresividad. “Tenemos multitud de oportunidades en nuestra vida cotidiana de ejemplificar para nuestros hijos actos de manejo asertivo de situaciones conflictivas, frustrantes...”, expone la vicepresidenta de Sepypna. Leire Iriarte destaca, igualmente, la importancia de poner límites y normas que ayuden a

los niños a autorregularse de una forma equilibrada, sin ser excesivamente autoritarios o rígidos ni caer en demasiada permisividad. “Es de especial importancia que los padres ayuden a los niños, desde los primeros años de vida, a comprender y expresar sus afectos, entendiendo que las conductas agresivas son una forma de expresión del malestar en los primeros años de vida. En este sentido, los adultos tenemos que descifrar lo que esa conducta nos comunica acerca de los afectos del niño para poder ponerle palabras que los nombren y los apacigüen. De esta manera, les ofreceremos alternativas de expresión”, indica.

### MOMENTOS CRÍTICOS

Cuando un niño reacciona con mucha agresividad, “en el momento crítico hay que contener el enfado, siempre que se pueda, de una manera física (abrazando o impidiendo que se produzca una agresión). Después hay que mantener un tono calmado hasta que la intensidad emocional disminuya y, una vez pasado el momento crítico, es hora de hablar, valorar lo sucedido, ver qué ha desencadenado el episodio y plantear un acuerdo en futuras ocasiones. Algunas veces, si ha ocurrido una agresión importante, habrá que plantear consecuencias negativas para marcar los límites”, recomienda la psicóloga Ainhoa Uribe. “Probablemente toda la familia tenga que hacer cambios, dado que algo está fallando”, puntualiza la experta.

## Etapas más conflictivas

- Hay determinados momentos en el desarrollo infantil más propicios a que el niño o el adolescente se expresen con ira.
- Son en torno a los 2 años (las temidas rabietas).
- A los 6 años (coincidiendo con el paso a Primaria).
- Y en la adolescencia (entre los 14 y los 19 años).