

Sylvie Bourcier

Capricci, collera, aggressività

red!

Introduzione

Due persone entrano in conflitto. Una afferra l'altra insultandola, le fa perdere l'equilibrio, la colpisce alle gambe e al petto. Ci si potrebbe immaginare che una scena del genere coinvolga due adolescenti. Difatti, un sondaggio¹ realizzato nel giugno del 2002 presso 1500 canadesi ha rivelato che l'opinione pubblica colloca soprattutto fra i 12 e i 14 anni il periodo in cui i giovani ricorrono più di frequente alla violenza fisica. In realtà, questo tipo di aggressioni si verifica più spesso tra i bambini di età inferiore ai 2 anni.² Anche se alcuni adulti tendono a non attribuire troppa importanza a urla, morsi, calci, crisi e insulti dei più piccoli, molti genitori si preoccupano, si sentono impotenti e a volte colpevoli di fronte alle manifestazioni di aggressività dei loro figli. Sono consapevoli di svolgere un ruolo fondamentale nella crescita dei bambini, ma mettono in discussione le loro competenze come genitori.

Questo scarso livello di fiducia è stato messo in luce da un sondaggio³ effettuato presso 1600 genitori di bambini di età inferiore ai 6 anni. Solo il 18% degli intervistati dichiarava di sentirsi competente dopo la nascita del proprio figlio. Il tema dell'aggressività nei bambini emerge costantemente durante le conferenze che si rivolgono a un pubblico di genitori o in occasione dei corsi di formazione di cui sono promotrice. Esiste un'aggressività normale che, se ben incanalata, permette di affermarsi, di superare i propri limiti e di riuscire in ciò che si fa, ma questa viene spesso confusa con la violenza distruttiva che nuoce all'adattamento e alla crescita. I genitori chiedono aiuto nel tentativo di "civilizzare" i propri figli e di riportare la pace in famiglia.

Questo libro si rivolge soprattutto a quei genitori che desiderano capire i comportamenti dei propri figli e acquisire gli strumenti necessari per aiutarli nella loro crescita sociale. Non è mia intenzione fornire solu-

zioni rapide né facili rimedi in grado di contrastare le manifestazioni di aggressività dei più piccoli. Si tratta piuttosto di offrire un possibile aiuto al bambino e alla sua famiglia.

Cercherò inoltre di fornire una risposta alle domande che si pongono ogni giorno gli educatori e i diversi specialisti che operano nel campo della socializzazione infantile. Mi auguro che qui possano trovare utili consigli da seguire nel loro lavoro a sostegno delle famiglie. Insieme, agendo di concerto, scopriranno il modo migliore per incanalare e mobilitare l'energia "bruta" del bambino che – non dimentichiamolo – è, prima di tutto, una persona impegnata in un processo di apprendimento.

Aggressività e disturbi del comportamento

L'aggressività: energia vitale

Non esiste un'originaria perversione nel cuore umano.

Non vi si trova un solo vizio di cui non si possa dire in quale modo e da dove vi sia entrato.

Jean-Jacques Rousseau

Il filosofo Jean-Jacques Rousseau era convinto che la violenza fosse un prodotto dell'ambiente esterno e che essa si propagasse per contagio. Alcuni studi dimostrano però che tale convinzione non corrisponde a verità. Alla nascita, il cucciolo d'uomo è già dotato di un'energia bruta, vitale sì, ma non "civilizzata". Quando ha fame, il neonato urla disperatamente finché non ottiene il nutrimento di cui ha bisogno. Il bambino di 2 anni che riesce a impossessarsi di un giocattolo lo difende strenuamente respingendo eventuali intrusi. Secondo uno studio longitudinale⁴ realizzato in Québec, quasi il 90% delle madri ha potuto notare come il proprio figlio di 17 mesi avesse ripetutamente aggredito altri bambini.

Non appena acquisisce le necessarie abilità motorie, cioè verso gli 8-9 mesi, il piccolo comincia a tirare i capelli e a colpire gli altri. Quando impara a stare in piedi e a camminare, tende a sottrarre i giocattoli e a tirare calci ai compagni di gioco. Ben presto comincia a urlare di rabbia e a lanciare oggetti. L'aggressività è un fenomeno normale, è una pulsione vitale adattata... a determinati contesti. Così le urla e i pianti di un neonato affamato suonano come altrettanti segnali d'allarme, permettendogli di soddisfare i propri bisogni. Ci si può salvare la vita respingendo un aggressore che ignora i nostri avvertimenti. Finché

rimane entro certi limiti, questa energia vitale ci garantisce la sopravvivenza. Essa ci permette di affermarci e di raggiungere i nostri obiettivi. Lo scopo dell'educazione non è tanto quello di eliminare questa energia, quanto di incanalarla in termini di utilità.

L'aggressività si manifesta quindi fin dai primi anni di vita, ma si disimpara man mano che il bambino scopre come esprimere i propri bisogni e frustrazioni nel rispetto di sé e degli altri. La maggior parte dei bambini impara a controllare i comportamenti aggressivi grazie al linguaggio e all'educazione impartita dai genitori. Secondo Claude Gagnon,⁵ dal 50 al 60% dei bambini non manifesta atteggiamenti aggressivi all'inizio della scuola primaria, mentre il 20-30% di loro si mostra aggressivo solo occasionalmente. La percentuale di bambini che aggrediscono gli altri con una certa frequenza si colloca tra il 4 e il 10%.

Dunque, crescendo, la maggior parte dei bambini impara a controllare la propria aggressività fisica e a trovare altri modi per interagire con gli altri.

Distinguere la normale aggressività dai disturbi del comportamento

La violenza è l'atto senza la parola, è l'istinto vitale senza la comunicazione.

S. Goldberg⁶

Definire l'aggressività è un compito tutt'altro che semplice perché essa dipende spesso da un giudizio fondato sulla storia personale del genitore, sulla sua cultura e sulla sua educazione. Per alcuni adulti i bambini che si rifiutano di obbedire sono aggressivi. Per altri, la maleducazione è una questione di aggressività. A volte uno stesso comportamento viene interpretato in modi diversi. Per esempio, alcuni reputano che un bambino che guarda negli occhi l'adulto che lo sta rimproverando sia educato perché significa che ascolta con attenzione, mentre altri lo giudicheranno insolente. Il grado di tolleranza dell'adulto influenza il suo giudizio sulle azioni del bambino.

Alcuni autori, come Cloutier, Gosselin e Tap, definiscono l'aggressività come un insieme di “condotte antisociali che consistono nell'aggredire gli altri fisicamente o verbalmente”.⁷ L'aggettivo “antisociale” fa

riferimento a una modalità di reazione distruttiva opposta a “sociale”, in cui le soluzioni vengono negoziate e le frustrazioni sono espresse verbalmente e senza nuocere all’altro, cioè senza arrecare danni alla sua persona e ai suoi beni. Anche la distruzione di oggetti può infatti rientrare nel repertorio delle condotte antisociali. Se invece si sceglie di escludersi dalla relazione, di evitare passivamente il conflitto senza reagire, si parla di comportamento asociale.

L’aggressività “normale”

L’aggressività cosiddetta “normale” è quella che si manifesta nei bambini in età prescolare che non hanno ancora imparato a utilizzare strategie pacifiche per risolvere i conflitti, a controllare le proprie emozioni o ad adottare comportamenti adattivi che sostituiscano quelli aggressivi. Essi non hanno ancora sviluppato quelle abilità sociali che permetteranno loro di interagire in modo positivo con gli altri. Le loro azioni aggressive vengono imputate alla mancanza di abilità sociale, all’immaturità neurologica, alle capacità linguistiche ancora poco sviluppate e a una certa difficoltà a comprendere i divieti.

L’aggressività “anormale”

I ricercatori⁸ sono concordi nell’affermare che, nel corso dello sviluppo, ciò che distingue le “normali” manifestazioni di aggressività dalle condotte aggressive “anormali” o “atipiche” è la frequenza e la gravità dei sintomi.

Si parla perciò di condotte aggressive atipiche nei bambini in età prescolare che scatenano risse, adottano atteggiamenti offensivi, utilizzano oggetti per ferire gli altri. Essi si dimostrano incapaci di instaurare relazioni positive con i loro compagni e assumono comportamenti aggressivi nei confronti dei genitori. Sarah Landy⁹ suggerisce ai genitori di rivolgersi a uno specialista quando il bambino sembra provare piacere nell’infliggere danni agli altri e non manifesta alcun rimorso nei riguardi della vittima. La studiosa afferma inoltre che la pericolosità delle azioni compiute e la loro pianificazione sono altrettanti fattori da prendere seriamente in considerazione. Devono ugualmente destare preoccupazione la crudeltà verso gli animali e alcuni comportamenti distruttivi, quali appiccare il fuoco.

Jean Dumas¹⁰ sostiene che il disturbo oppositivo-provocatorio esordisce in generale verso i 6-7 anni d’età e solo nel 5-6% dei bambini, mentre

tra la fine dell'infanzia e l'inizio dell'adolescenza si osserva un disturbo della condotta nel 2-8% dei maschi e nello 0-2% delle femmine. Questi due disturbi del comportamento sono classificati dall'Organizzazione mondiale della sanità e fungono da criteri diagnostici in psicopatologia.

Dato che l'obiettivo di questo libro è quello di fornire un aiuto ai genitori nel loro ruolo di agenti di socializzazione ed educazione dei figli, ci limiteremo qui ad analizzare l'aggressività cosiddetta "normale", nel senso che essa fa parte del normale percorso di crescita del bambino.

Alcuni fattori di rischio

Man mano che impara a esprimere verbalmente le proprie frustrazioni, il bambino ricorre con sempre minore frequenza all'aggressione fisica. Tuttavia, può accadere che alcuni fattori di rischio si sommino gli uni agli altri contribuendo a rendere fragile il bambino, che vede così ridotta la propria capacità di affrontare le sfide sociali e gli stress quotidiani. È proprio la combinazione di diversi fattori di rischio a influenzare negativamente il processo di socializzazione del piccolo, ostacolandone l'adattamento psicosociale.¹¹

Numerosi fattori sono stati associati a problemi di aggressività nei bambini. «Secondo gli studi condotti dall'équipe del dottor Richard Tremblay, i bambini la cui madre è giovane, fumatrice e a basso reddito rischiano quindici volte più degli altri di sviluppare comportamenti violenti».¹²

Oltre ai fattori socioeconomici, anche la violenza familiare, la depressione materna, un atteggiamento irresponsabile da parte dei genitori, l'esposizione prenatale a diverse sostanze stupefacenti e la condotta deviante del padre o della madre possono essere associati ai comportamenti aggressivi del bambino.¹³

Altri studi mettono in relazione il temperamento problematico di alcuni bambini con le loro difficoltà relazionali.¹⁴

È stata inoltre approfondita la tesi della predisposizione biologica alla violenza, tanto che è ormai dimostrato che i maschi ricorrono all'aggressione fisica tre volte più delle femmine.¹⁵ Questo dato viene spiegato con un livello più elevato di testosterone negli individui di sesso maschile, che sono spinti a reagire con maggior violenza alle provocazioni altrui.¹⁶

Esiste inoltre una stretta correlazione fra il ricorso all'aggressione fisica e il ritardo di linguaggio nel bambino, ma anche nell'adolescente e nell'adulto.¹⁷

Infine, l'esposizione prenatale a sostanze alcoliche, fumo di sigaretta o altre droghe e a una carente alimentazione materna, così come complicazioni alla nascita (mancanza di ossigeno)¹⁸ e una grave prematurità,¹⁹ possono contribuire all'insorgere di condotte aggressive. Questi fattori possono nuocere allo sviluppo del cervello, che svolge un ruolo determinante nei meccanismi di autocontrollo. La regione prefrontale del cervello è infatti preposta alle capacità decisionali, al controllo o alla produzione di gesti. Queste funzioni permettono quindi di riflettere prima di agire in modo responsabile.

È la somma di tali fattori che rischia di rendere aggressivo il bambino. Uno studio condotto nella periferia londinese dai ricercatori dell'Università di Cambridge²⁰ su un campione di 400 soggetti maschi di età compresa fra gli 8 e i 10 anni ha evidenziato che tra i bambini che avevano commesso atti di violenza, il 3% non era ricollegabile a nessuno di questi fattori, mentre l'8% ne presentava uno solo, il 15% due o tre e il 31% quattro o cinque. Va però sottolineato che, malgrado la presenza di fattori di rischio, un'elevata percentuale di ragazzi non ha commesso alcun atto di violenza durante l'adolescenza.

Non bisogna perciò considerare gli eventuali fattori di rischio come altrettante cause, ma piuttosto come elementi interrelati in una dinamica che può rivelarsi esplosiva. All'interno di questa dinamica può scatenarsi la violenza, ma la stessa cosa può a volte accadere anche *in totale assenza* di fattori di rischio.

Da qualche tempo i genitori di Rosalie non riconoscono più la loro affascinante principessina. Lei che sorrideva a tutti, si alzava al mattino cantando e mostrava sempre grande entusiasmo per qualsiasi cosa, ora ha sempre l'aria imbronciata, disubbidisce agli adulti, si diverte a far piangere il fratellino neonato.

Anche la mamma di Justin sta vivendo la stessa situazione, e si sente impotente di fronte alle recenti intemperanze del figlio, che dà spintoni e fa le boccacce ai compagni d'asilo. Quanto è cambiato il suo angioletto! Rosalie e Justin stanno reagendo a un evento stressante. Rosalie deve abituarsi a condividere l'attenzione e l'amore dei genitori con il nuovo arrivato. Justin, invece, ha appena perso il papà in un incidente d'auto...

Alcuni comportamenti aggressivi si inscrivono in un registro reattivo e possono essere considerati manifestazioni maldestre e transitorie per adattarsi a una nuova situazione. Questi bambini sviluppano a poco a poco dei meccanismi che consentono loro di adattarsi all'evento che genera stress, soprattutto se vivono in un ambiente rassicurante e pieno di calore, in cui gli adulti comunicano, raccontano, parlano del malessere o dell'inquietudine del figlio. Può trattarsi di una nascita, un trasloco, una malattia, un decesso o un viaggio, ma anche dell'inserimento all'asilo nido o alla scuola materna.

Agire subito: prevenire è meglio che curare

Su giornali e riviste si leggono spesso articoli dedicati all'aggressività. Molti titoli sono sensazionalistici e, soprattutto, evocatori: *Pre-delinquenti già a 3 anni?*²¹ *Comportamenti disturbanti alla materna, abbandono scolastico alle superiori*,²² *Tutto si decide prima dei 4 anni*,²⁴ *Prima infanzia e prevenzione della violenza*.²⁵ Questi titoli testimoniano tutti una medesima realtà: il comportamento violento del delinquente non compare improvvisamente durante l'adolescenza. Nella maggior parte dei casi, affonda le sue radici nei primi anni di vita. Sebbene la maggioranza dei bambini veda diminuire la propria aggressività con l'avanzare dell'età, parallelamente allo sviluppo della socializzazione e del linguaggio, alcuni, più reattivi, continuano a manifestare comportamenti aggressivi nei rapporti con le altre persone.

«L'aggressività è considerata come il miglior indicatore di comportamento deviante prima dei 13 anni e come un fattore di rischio di elevato consumo di sostanze illegali e di dipendenza durante gli ultimi anni dell'adolescenza.»²⁶ Infatti, i bambini che presentano comportamenti disturbanti all'asilo nido e alla materna «rischiano 4,3 volte più degli altri di arrivare a 20 anni senza un diploma di scuola superiore».²⁷ I problemi di aggressività che persistono nella prima infanzia non sono solo ottimi indicatori di futuri comportamenti devianti, ma rientrano anche nei fattori di rischio per quanto riguarda la riuscita scolastica. Non va infatti dimenticato che questi soggetti finiscono con l'essere rifiutati dal gruppo di coetanei e spesso soffrono di scarsa autostima.

Sebbene si tratti di percorsi ampiamente documentati dalle ricerche,

sarebbe sbagliato interpretarli in senso deterministico, etichettando bambini aggressivi di 5 anni come futuri delinquenti. Si parla di rischio accresciuto e non di cause che generano effetti inevitabili. Una cosa è certa: più il bambino è piccolo, più la sua mente è malleabile, e quindi è più facile eliminare determinati comportamenti prima che si cristallizzino. È necessario evitare che i modi di *fare* diventino modi di *essere*. «I programmi che insegnano ai genitori ad applicare strategie costanti e non violente per gestire i comportamenti indesiderabili dei propri figli producono effetti estremamente positivi sulla riduzione dell'aggressività infantile».²⁸

I genitori rimangono gli attori privilegiati per sbarrare la strada ai comportamenti violenti dei propri figli, dato che essi rappresentano i loro punti di riferimento affettivo. È attraverso i genitori che i bambini imparano a “umanizzarsi”, cioè a riconoscere e rispettare le regole che stanno alla base delle relazioni interpersonali. Sono gli eroi, i modelli, i maestri del bambino che sta imparando a vivere. Questo bambino si affida ai genitori per imparare a comunicare, per capire i meccanismi di una relazione positiva e, in alcuni casi, per porre un limite ad azioni che sfuggono al suo controllo.

Indice

- 5** **Introduzione**
- 7** **Aggressività e disturbi del comportamento**
- 7 L'aggressività: energia vitale
- 8 Distinguere la normale aggressività dai disturbi del comportamento
- 10 Alcuni fattori di rischio
- 12 Agire subito: prevenire è meglio che curare
- 14** **Lo sviluppo dell'aggressività nel bambino**
- 14 Primi strilli, primi legami: il bambino dalla nascita a 1 anno
- 17 L'esploratore (da 1 a 2 anni)
- 20 Le grandi collere (da 2 a 3 anni)
- 22 Le parolacce (da 3 a 5 anni)
- 24 La negoziazione (da 4 a 5 anni)
- 26** **Antidoti ai comportamenti aggressivi**
- 26 Un efficace stile educativo
- 29 Esercitare la disciplina
- 32 L'attenzione positiva
- 36 Favorire l'espressione verbale: il linguaggio, strumento fondamentale
- 39 Proporre attività fisiche: favorire il gioco
- 44** **Il bambino che morde**
- 44 Comprendere il gesto
- 47 Come reagire?
- 50** **Colpi, spinte, pizzicotti**
- 50 Perché picchia?
- 53 I conflitti di possesso: la principale causa di litigio
- 55 Agire prima di reagire
- 61 Reagire ai comportamenti aggressivi
- 64** **Il bambino in collera: le crisi**
- 64 La collera: un impulso incontrollato
- 66 Quando la delusione fa rima con esplosione: i fattori scatenanti
- 67 Dall'esplosione della collera alla sua espressione
- 69 Agire prima di reagire: un apprendimento fondamentale
- 73 Affrontare la crisi di collera
- 73 Quando preoccuparsi?

74 L'opposizione

- 74 L'opposizione, un passaggio necessario
- 78 Gli errori da evitare
- 79 Passare dal "no" al "voglio"
- 80 Verso l'armonia
- 82 L'opposizione verbale: il negoziatore
- 85 La resistenza passiva
- 87 Per concludere

88 L'aggressività verbale

- 88 Il peso delle parole
- 89 Parole che "fanno ridere"
- 90 Parole che esprimono la collera
- 91 Fantasie aggressive e giochi di finzione
- 91 Parole che feriscono: denigrare l'altro
- 92 Dalle minacce al bullismo

95 Conflitti e dispute tra fratelli

- 95 La gelosia, una reazione normale
- 99 La trappola dell'uguaglianza
- 101 Gli scontri
- 103 Nemici per un giorno, amici per sempre

107 Risolvere i conflitti

- 107 Imparare a risolvere i conflitti
- 107 Riorganizzare l'ambiente per limitare i conflitti
- 108 Sviluppare le competenze
- 114 Risolvere i conflitti con i bambini sotto i 3 anni
- 116 Risolvere i conflitti con i bambini sopra i 3 anni
- 118 Gli errori più frequenti degli adulti mediatori

120 Calmati!

- 120 Quando il bambino è fuori controllo
- 121 Perché non ha freni?
- 123 Il ruolo delle funzioni esecutive nell'autoregolazione del comportamento
- 126 Insegnare l'autocontrollo
- 133 Aspettare il proprio turno
- 134 Imparare ad ascoltare
- 135 Basta! Reagire all'iperattività del bambino

137 Vita quotidiana e sviluppo delle abilità sociali

- 138 "Accompagno mio figlio": una strategia educativa

145 Conclusione**147 Note**