

La agresividad infantil¹

Hendrik Vaneeckhaute

La agresividad es la energía generada por el instinto de supervivencia para garantizar las necesidades básicas: alimentación, temperatura, abrigo, protección, afectividad, etc. Es la energía que nos hace mover para buscar nuestro bienestar como ser humano.

La agresividad es la energía que tenemos para conseguir lo que necesitamos y deseamos y para defender lo nuestro. Es la energía que nos hace mover, que nos hace luchar y que nos ayuda a conseguir lo que queremos. Entendido de esta forma, nadie interpretará la agresividad como algo negativo, excepto aquellos a los cuales no les interesa que las personas sean capaces de reclamar y luchar por sus derechos.

Somos seres sociales, por lo tanto la agresividad es fundamental en nuestra comunicación con los demás. Y en esta interacción con el mundo que nos rodea, nuestra agresividad se moldea. Dependiendo de cómo es esta interacción, nuestra agresividad se mantiene en un nivel saludable que permite una vida plena y feliz, se vuelca contra nosotros y nos convierte en personas sumisas, incapaz de luchar por lo que queremos o se hace violenta o destructiva hacia los demás o el entorno.

La agresividad como motor del desarrollo.

De la agresividad nace el movimiento, el salir hacia el mundo, la expresión como ser humano. Y requiere un reconocimiento mínimo. De la agresividad nace el movimiento, y el movimiento tiene como objetivo último, la comunicación con el otro, con el mundo que nos rodea. Si dañamos la expresión de la agresividad, dañamos la comunicación, la relación con el otro.

Un niño depende del otro, del adulto, para sobrevivir, y su agresividad estará inicialmente dirigida a obtener la satisfacción de sus necesidades a través de este adulto: que sea alimentado, abrigado, tomado en brazos, etc. En otras palabras que sea cuidado por el adulto. La agresividad le hace buscar el pezón al nacer (cuando es dejado en el abdomen de la madre), le hace protestar cuando tiene hambre, cuando quiere estar cerca (en brazos), cuando tiene miedo, etc. También le hace defender su espacio, sus juguetes, su relación con la madre cuando viene un hermanit@, etc. La agresividad también le hace ir hacia el mundo, buscar interacción, exploración y socialización.

La agresividad infantil les hace reclamar lo que necesitan:

- contacto con afectividad
- seguridad, contención, cobijo
- alimentación
- explorar el entorno, moverse
- tener un adulto de 'confianza' disponible
- defender sus cosas

Y lo hacen de la forma que saben:

- con el llanto
- con el grito
- con la mano (pegando)
- con el juego
- con el movimiento
- con la palabra

¹ Bajo licencia Creative Commons

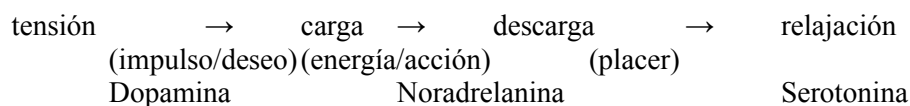


Reconocimiento - NoComercial (by-nc): Se permite la generación de obras derivadas siempre que no se haga un uso comercial. Tampoco se puede utilizar la obra original con finalidades comerciales.

La agresividad como pulsión de vida.

La agresividad es un impulso básico que genera una tensión que hace mover a la persona para tomar una determinada acción, con el objetivo de obtener la satisfacción placentera de su necesidad, lo cual provoca la relajación de la tensión inicial.

Esquemáticamente Agresividad:



Por ejemplo:

un niño de 3 o 4 años quiere la atención de su madre después de un día de cole.

Al salir del cole, buscará a la madre y querrá su atención: pedirá estar en brazos, buscará su mirada, alguna palabra, algún tipo de contacto.

Si la madre responde adecuadamente, la tensión generada por la necesidad de contacto, desaparecerá. Puede ser también que aparece el enfado, por que durante el día han pasado cosas que no ha sabida gestionar, y no se sintió con confianza con ningún adulto para compartirlas. En el momento de encontrarse con su madre, el enfado por fin puede salir (en general sale por algo aparentemente insignificativo). Si la madre reacciona de forma adecuada: entender que el enfado no va en contra de ella, pero sólo es la persona de confianza que necesita para expresar o depositar su enfado, el enfado rápidamente desaparece.

En caso contrario, si no está disponible, o entra en un conflicto porque no acepta el enfado, la tensión se mantiene o aumenta. El niño necesitará otra forma de descarga de la tensión.

En la medida que la agresividad no es tolerada o no logra sus objetivos, se crean tensiones. El niño aprende a no pedir, a aguantarse, a no defenderse, a no expresar los sentimientos (de rabia, de tristeza, ...). El impulso básico por lo tanto crea una tensión, pero no logra satisfacción, por lo tanto, no hay distensión. Cuando la agresividad (el impulso que crea la tensión) sí logra la satisfacción, el placer genera la distensión. En este sentido ser humano (y cualquier ser vivo) es un ser pulsativo de tensión - distensión permanente.

Solo si la acción satisface el deseo/necesidad inicial, la tensión se dis-tensiona, y el placer puede generar otro deseo. Así el circulo de la pulsión de la vida puede mantenerse.

La agresividad en los primeros años de vida

Como hemos visto antes, la agresividad sirve a los niños obtener la satisfacción de sus necesidades. ¿Qué ocurre cuando no obtienen lo que necesitan?

En caso extremo, ante la falta de un maternaje mínimo, la agresividad deja de manifestarse, y el bebe se muere. Esta fue la conclusión de una investigación llevado a cabo por Rene Spitz en un orfanato, a inicios del siglo XX. Spitz observó que la tasa de mortalidad era mucho más elevada entre los neonatos que carecían de estímulos benignos, particularmente cuando en las maternidades eran aislados de sus madres y las enfermeras sustitutas trataban a los recién nacidos con total desdén.

Sin llegar a tal extremo, pueden haber grandes diferencias en las respuestas a las necesidades básicas de los bebes y niños pequeños.

Cuando un bebe, al nacer, es dejado en al abdomen de la madre, la agresividad innata le impulsa a buscar el pezón para re-establecer el contacto con la madre. El bebe se relaja y en estos primeros momentos ambos, madre y bebe son inundados de oxitocina, una hormona que provoca un estado de enamoramiento mutuo.

Si el bebe es dejado en la cuna, sin contacto con ninguna persona, la tensión del nacimiento y la falta de contacto (necesidad básica) hacen que el bebe queda en un estado de tensión, que sólo se desactiva parcialmente para evitar el agotamiento.

La agresividad, durante los primeros meses de vida, sobre todo sirve para obtener la satisfacción de las necesidades básicas de alimentación y de contacto: contacto visual, contacto afectivo y contención. A partir de los seis meses, la agresividad también sirve para la exploración y el movimiento: el gateo y el caminar.

Todo el proceso de aprendizaje de darse la vuelta, sentarse, gatear, ponerse de pie y caminar, son procesos espontáneos que se dan en todos los bebés de forma natural. Si respetamos estos procesos, el niño aprende que es capaz de hacer las cosas, y tendrá una buena autoestima.

A la edad de dos años, la agresividad acompaña la creación de la identidad. El niño pide hacer las cosas, él sólo. El 'no' es la afirmación de su identidad, de la necesidad de sentirse una persona separada del adulto. Separado, pero todavía muy dependiente.

Demasiada tensión

Como hemos visto antes, la satisfacción placentera de una necesidad provoca la relajación de la tensión creada. Cuando no hay distensión, la tensión se va acumulando y puede buscar salidas alternativas para reducir el nivel de tensión.

En primera instancia habrá una descarga directa de la tensión: el niño protesta, llama, llora, pega, muerde,... Cuando esta descarga no es permitida, la tensión se acumula.

La **destruibilidad** es un acto consecuencia de una sobre-tensión. Se 'destruye' (a objetos, al otro, a si mismo) sin aparente razón. Son niños que pegan (o muerden, destruyen) sin aparente razón, o de forma muy exagerada. El movimiento que acompaña esta des-tensión es un movimiento brusco.

En caso de una represión sistemática o una represión muy fuerte, el niño aprende a no expresar la necesidad. Es la anulación del deseo. Son niños que se vuelven apáticos, que no tienen interés o son muy dóciles. La agresividad es utilizada para autoreprimir el propio deseo.

Esquemáticamente Agresividad - Destruibilidad:

tensión → carga → descarga → relajación
(impulso/deseo) (energía/acción) (placer)

tensión → carga → descarga (destruiva) → relación parcial

Cuando no permitimos la expresión de la agresividad, se acumula la tensión, después se produce una descarga.

tensión → carga

Cuando no permitimos de forma sistemática la expresión de la agresividad, o la ignoramos de forma constante, el niño deja de pedir, deja de desear.

Ejemplos:

- Método Estivil para dormir: suele funcionar porque está enfocado hacia la obtención de la resignación: el adulto no responde a la necesidad ni a las demandas de la criatura, no responde a las señales de protesta, ni a las de desesperación (por ejemplo el vómito está descrito como un 'truco' más de niño), y cuando se obtiene la resignación (el niño se duerme sólo, sin protestar) se dice que se ha tenido éxito.
- Intolerancia al llanto: Por la reacción negativa de los adultos, un niño aprende a aguantar las lágrimas. Para ello hay una reacción física del niño: tragar, tensión muscular, control respiración, etc. Con el tiempo, estas tensiones musculares se cronifican, e impiden la capacidad del llanto. El llanto, cuando es acompañado, es la expresión de una emoción, y ayuda a la dis-tensión. Y es imprescindible para la buena salud.
- La rabieta en niños pequeños en el fondo es una descarga por sobre-tensión.
- Los límites suelen ser una fuente de mucha tensión. En general hay un exceso de límites: los niños necesitan espacios donde moverse, donde explorar libremente. Necesitan también la atención de los

adultos, y sentirse seguros con ellos. Hay una exigencia excesiva de comprensión racional de los límites, y de la obediencia inmediata. Los límites son necesarios en primer lugar por que dan seguridad. Pero tienen que cumplir con esa función: dar seguridad. Para eso hace falta adultos que saben poner límites con afectividad, con aceptación del niño y de sus emociones, con empatía.

- La zona de la boca suele acumular tensión (rabia), y para relajar esa zona hay niños que muerden. Si facilitamos momentos y materiales para morder, la tensión disminuye, y la necesidad de morder desaparece. Si intentamos enseñar a no morder (a través del castigo u otros métodos meramente dirigidos a cambiar el comportamiento y no la causa), cronificamos la tensión que por un lado puede causar daños en la boca y que por otro lado buscará otras salidas.
- En las edades de 2-5 años, es muy probable que nos encontramos con niños que pegan. El gesto de pegar es una forma de descargar tensión.

Tensión – distensión: Funcionamiento del sistema nervioso autónomo

Si dividimos nuestro sistema nervioso según su función, podemos hablar del **sistema nervioso somático**, y del **sistema nervioso autónomo**.

El **somático** regula las funciones voluntarias (por ejemplo movimiento muscular, tacto) Es sensitiva (desde los receptores hacia la médula espinal: temperatura, tacto dolor, presión, visión, gusto, olfato, ..) o motora (al revés, desde la médula espinal hacia los efectores).

El **sistema nervioso autónomo o vegetativo** regula las funciones involuntarios o inconscientes del organismo (p.ej. movimiento intestinal, sensibilidad visceral, respiración corazón, ...) A su vez se puede dividir en dos sistemas: el simpático y el parasimpático que tiene funciones antagónicas.

El **sistema nervioso parasimpático**: conserva y almacena la energía, mantiene el cuerpo en situación normal 'relajado': expande. Fomenta la vasodilatación, para redistribuir el riego sanguíneo a las vísceras y favorecer la excitación sexual, contrae el esfínter del iris, prepara-facilita la función digestiva, relajación esfínteres, etc.

El **sistema nervioso simpático**: prepara el cuerpo para la huida, contrae. Aceleración y contracción cardíaca, estimula la sudoración, vasocontracción: redirigir la sangre hacia los músculos, corazón, contrae el esfínter, dilatación iris, etc.

Equilibrio entre los dos sistemas....

La respuesta nuestro de sistema neurovegetativo es sensible a lo que ocurre a nivel no-verbal: capta los cambios de humor, la calidez del tacto, el rechazo, el enfado, la preocupación, aunque no sean expresados por palabras. Frente a lo desagradable se contrae, frente a lo agradable se expande.

El sistema vegetativo empieza a actuar durante la vida intrauterina recogiendo los cambios hormonales de su ecosistema: la madre. También durante los primeros años de vida, antes de que el sistema central haya completado su desarrollo, el sistema vegetativo está activo y recoge las experiencias que quedan profundamente grabadas en nuestra inconsciencia.

En la medida que la respuesta del entorno sea en consonancia con lo que el niño pequeño capta a través de su sistema vegetativo, puede desarrollarse un equilibrio entre el mundo emocional y racional. El niño desde la seguridad y coherencia que percibe del entorno, se desarrolla de forma equilibrada, explorando el entorno con gran flexibilidad.

La dominación del sistema simpático da lugar a una persona con una *coraza* más rígida: está en alerta (inconsciente), poco sensible (con poco contacto con las emociones). El niño se desarrolla en un estado de supervivencia: el entorno es hostil, siempre alguna parte de mi organismo estará en alerta.

Lo sano es tener un sistema nervioso vegetativo pulsativo, que ajusta de forma flexible nuestro tono. Sólo en caso de necesidad real, nos pone en un estado de alerta y de tensión.

Prevención: Entornos adaptados

Nuestra sociedad ha cambiado mucho en las últimas décadas, y se exige a niños muy pequeños (y no tan pequeños) jornadas *laborales* de 9 a 17, y que encima no molesten ni en el cole, ni cuando estén con sus padres. Se olvida que un niño no es un mini-adulto, sino que es un ser humano en desarrollo, dependiente del adulto-cuidador, con unas necesidades muy específicas. En las escuelas masificadas, construidas y organizadas desde las necesidades de los adultos, no siempre encuentran estos entornos adaptados. Cada vez más aparecen comportamientos que se califica como *problemáticos*, y que a su vez sirven para etiquetar a los niños. ¿Y si empezamos a cambiar los entornos que generan estas respuestas en los niños?

El entorno emocional adecuado asegura que los niños, en todo momento, tienen cubiertas sus necesidades emocionales, afectivas, intelectuales y físicas. De esta forma los niños se sienten amados y aceptados, lo cual permite que no entren en un proceso de *sobreactivación* de su agresividad como forma de buscar salida a las frustraciones y a las llamadas de atención.

El entorno físico adecuado es un espacio seguro, sin peligros activos, con materiales adecuados y suficientemente amplio. El entorno físico adecuado asegura que los niños se sientan con seguridad y autonomía para jugar, experimentar y para dar salida a la curiosidad además del deseo de entender y aprender. En un entorno con demasiados límites, donde no hay suficientes posibilidades de libertad de movimiento o donde los materiales no son adecuados o suficientes, las tensiones suelen crecer rápidamente.

Cambiando los entornos permitimos que la agresividad de los niños no sea utilizada para descargar, enfadar, defenderse y competir, sino que tienen disponible su agresividad para explorar, cooperar, expresar, etc.²

² Ver también el texto 'Las emociones y la empatía' del mismo autor.