

ROLUL STRATEGIILOR COGNITIV-COMPORTAMENTALE ÎN AMELIORAREA AGRESIVITĂȚII LA COPII DIN FAMILII VULNERABILE

Maria CORCEVOI, *lector universitar, doctor,
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, Moldova*

Abstract. *Current research and statistics report a spectacular increase in the phenomenon of aggression in the last three decades in the Republic of Moldova. From this point of view, this study describes the subject of aggression, especially in pre-adolescents, and proposes the implementation and testing of a program to improve the level of aggression in children from vulnerable families. The use of techniques and methods from the cognitive-behavioral approach aimed to reduce aggression, by teaching people to identify, evaluate, control and modify negative thoughts as well as the behaviors associated with them.*

Keywords: *aggression, vulnerable children, cognitive-behavioral therapy, socially-vulnerable families.*

Cercetările și statisticile oficiale înregistrate de Biroul Național de Statistică raportează o creștere spectaculoasă a fenomenului agresivității în ultimele trei decenii în mai multe țări ale lumii, inclusiv în Republica Moldova. Societatea asigură individului cadrul dezvol-

tării personalității sale, modele de gândire și de comportament, relații interpersonale și mijloace de trai, toate acestea reunite într-un ansamblu uimitor, într-un sistem bine organizat prin care individul devine dependent de cadrul social. Agresivitatea și comportamentul agresiv au devenit cea mai actuală problemă din câmpul științelor sociale. La nivel social-global există studii de sociopsihobiologie care estimează că secolul în care trăim este saturat în frustrări și agresivitate. Acest lucru este generat de înmulțirea fără precedent a surselor cu potențial generator, sensibilizator și declanșator al unor trăiri de disconfort pentru individ și comunitate. Cerințele adresate omului în general, versus mecanismele sale adaptive, se multiplică și solicită consum uriaș de energie [1, p. 2].

Se poate vorbi despre agresivitate ca un fenomen social ce este în creștere și în plină ascensiune. În timpul de față, specificul societății este prezența și manifestarea violenței și diferitor acte agresive, la care asistă și sunt supuși copiii. Comportamentul agresiv a devenit o normă, o obișnuință în relațiile cu oamenii și nu rareori chiar un mod de afirmare în cadrul unei comunități, o garanție a reușitei în afaceri.

Viața individuală, ca și cea comunitară este, într-o mare măsură, foarte influențată de societate, dar, nu în ultimul rând, și de modelele socioculturale oferite, afirmă Maria Pleșca. Aceste modele sunt foarte importante mai ales pentru copiii a căror personalitate este în formare. În acest sens, un rol deosebit revine familiei, care reprezintă primul mediu social de contact al copilului și, totodată, primul model de cultură și educație. Or, astăzi a crescut foarte mult numărul familiilor dezorganizate, al copiilor străzii, pierind modelele sociale, culturale și morale pozitive; primând, ca atare, cele negative, adoptându-se, în final, agresivitatea ca formă de adaptare. Dar, nu se poate trece cu vederea și spațiul școlar, care a devenit un mediu propice pentru manifestarea diverselor forme de agresivitate din partea tuturor subiecților și agenților educaționali [7, p. 1].

În multe cazuri, persoanele agresive au fost neglijate complet în copilărie sau au fost marcate de un exemplu negativ din partea părinților. Multe dintre aceste persoane provin din cămine unde părinții sunt reci sau indiferenți ori și-au învățat copiii să dea frâu liber furiei și să recurgă la violență pentru a-și rezolva problemele. Copiii care au fost crescuți într-un asemenea mediu, poate nu consideră că atacurile lor verbale și actele lor de violență fizică sunt, de fapt, acte de agresivitate; poate chiar cred că felul lor de a se comporta este normal și acceptabil. Toate aceste constatări ar trebui să atragă atenția tuturor celor implicați în devenirea individului: familia (climat armonios, suportiv, cu modele pozitive pentru copil, cu timp de calitate petrecut împreună), educarea gândirii și a atenției cu ajutorul specialiștilor (profesori, psihopedagogi, consilieri etc.), comunitatea (prin oferta de spații corespunzătoare pentru petrecerea timpului liber și educarea în spiritul respectului pentru mediu), decidenții politici (prin măsuri legislative care să permită un control mai riguros și emisiunilor TV și al altor mijloace media) [4, p. 25].

Cercetările indică faptul că modelele de comportament antisocial care apar precoce la copii constituie un enorm factor de risc cu rezultate negative pe termen lung. Sunt necesare instrumente valide de identificare a copiilor care reprezintă risc la vârste foarte fragede, urmate de o reorientare de pe aceste trasee distructive fără a ignora problema, în speranța că, se va rezolva de la sine, deoarece cu siguranță aceasta nu va dispărea. Incidența va fi și mai mare în absența unor intervenții și a unor suporturi adecvate [7, p. 31].

Agresivitatea poate fi definită ca o încercare intenționată de a face rău altuia care dorește să evite acest prejudiciu sau, dintr-un punct de vedere mai puțin moral, ca fiind intenția de a îmbunătăți propria poziție într-o ierarhie dominant, în detrimentul altuia. De asemenea, agresivitatea este un comportament central al speciei umane, prezent în diverse culturi și epoci istorice. Cuvântul agresivitate își are rădăcinile în limba latină: ad (semnifică „spre”) și gradus (înseamnă „pas”). Păunesc (1994) descrie acest construct ca „o stare a sistemului psihofi-

ziologic prin care persoana răspunde printr-un ansamblu de conduite ostile în plan conștient, inconștient și fantasmatic, cu scopul distrugerii, degradării, constrângerii, negării, umilirii unei ființe sau lucruri investite cu semnificație, pe care agresorul le simte ca atare și prezintă pentru el o provocare” [4, p. 14]. Lorenz (1969) consideră că agresivitatea este un instinct al luptei dezvoltat filogenetic. Acest instinct se exprimă în comportamente agresive, care sunt modelate în funcție de mediul în care trăiește individul și de relațiile sale [5, p. 7-8].

Pe baza relațiilor interpersonale dintre membrii familiei, el învață să contacteze cu alte persoane, iar formele de comportament care le-a însușit se păstrează pe tot parcursul vieții. Reacția părinților la comportamentul neadecvat al copilului, relațiile dintre copil și părinte, armonia sau dizarmonia, relațiile dintre frați și surori care domnește în sânul familiei – sunt factorii, care pot prevesti comportamentul agresiv al copilului în societate. Climatul conflictogen din familie dezvoltă la copii agresivitatea, ura față de unul din părinți, neîncrederea în sine, dorința de a se răzbuna etc. Uneori minorii comit infracțiuni numai din motivul de a fi în centrul atenției și de a-i impune pe părinți să colaboreze în soluționarea problemelor create de ei [2, p. 18, 20].

Cristina Calarășanu, psiholog specializat în „*Terapie Psihanalitică Familială*”, explică faptul că în fiecare copil există un grad de vulnerabilitate înăscut și că depinde de mediul și contextul în care crește dacă această structură psihică fragilă se dezvoltă sau nu [6, p. 2]. Conflictele familiale – certuri, scandaluri, divorțuri, abuzuri, alcoolism, narcomanii – contribuie și ele la dezvoltarea laturii vulnerabile a copilului. Pe lângă faptul că mediul conflictual în care crește își pune amprenta în dezvoltarea emoțională a celui mic, există multe cazuri în care neînțelegerile și nemulțumirile părinților, izvorâte din interiorul relației de cuplu, se revarsă adesea asupra copilului nevinovat. La preadolescentul cu comportament deviant pendularea între introversie și extraversie creează aparenta instabilitate temperamentală care își pune amprenta pe toate actele de conduită: impulsivitatea, entuziasmul debordant urmat de inhibiție și apatie prelungită, explozia de energie și de afect, care se consumă ducând la epuizare, indispoziție. În post-adolescență se stabilizează trăsăturile temperamentale individuale și se recunoaște unanim extraversia ca predispozantă pentru abaterile de conduită. Copilul vulnerabil are dificultăți în a se integra sau adapta în societate și în a duce o viață normală. Are o viață socială precară, iar dezvoltarea emoțională îi este afectată profund – are o stimă de sine scăzută și nu are încredere în forțele proprii. Este copilul predispus la comportamente de risc sau deviante – narcotism, tâlhării, alcoolism etc., folosindu-le ca metodă de apărare, pentru a substitui lipsurile și golul afectiv [6, p. 2].

Principiul de bază al terapiei cognitiv-comportamentale postulează că modurile în care individul se comportă sunt determinate de situațiile imediate și de felul în care subiectul le interpretează. Abordarea cognitiv-comportamentală are drept obiectiv reducerea anxietății, în cazul nostru a agresivității, prin intermediul învățării persoanelor care se confruntă cu probleme să identifice, să evalueze, să controleze și să modifice gândurile negative legate de pericole potențiale cât și comportamentele asociate cu acestea. Durata intervenției este de 5 până la 20 de ședințe. Aceste ședințe sunt foarte bine structurate, psihologul și subiectul stabilind de comun acord ce anume se va lucra în cursul unei ședințe.

Scopul cercetării elucidarea importanței tehnicilor din terapia cognitiv-comportamentală în ameliorarea nivelului agresivității la copii.

Metoda de cercetare: Chestionarul de agresivitate – ostilitate BUSS – DARK

Ipoteza cercetării

1. Ne așteptăm ca preadolescenții din familii social vulnerabile, atât fetele, cât și băieții, să manifeste un scor al agresivității înalt;
2. Aplicarea strategiilor din abordarea cognitiv-comportamentală va conduce la ameliorarea nivelului agresivității preadolescenților din familiile social vulnerabile.

Baza experimentală a cercetării: Pentru a atinge obiectivele stabilite, am inclus în cercetarea noastră 30 de subiecți preadolescenți, elevi ai Liceului Teoretic din sat. Pelinia, r-nul Drochia. 15 din ei provin din familii social vulnerabile, adică familii cu nivel economic scăzut, părinți șomeri, părinți plecați la muncă în străinătate, familii în care se consumă alcool, iar ceilalți 15 provin din familii nevulnerabile, unde este prezent un climat psihologic favorabil pentru creșterea și dezvoltarea personală, statutul social-economic bun și cel puțin un părinte este prezent alături de copil, asigurându-i sprijinul primar și secundar de care are nevoie preadolescentul. La studiu au participat 18 fete și 12 băieți, elevi ai claselor VI – VIII a școlii menționate, cu vârsta cuprinsă între 13 – 16 ani. Experimentul de constatare s-a efectuat cu acordul părinților și a preadolescenților din aceste clase, care-și fac studiile la acest liceu, prezenți la lecții în ziua când a început experimentul, indiferent de reușita școlară, de apartenența socială și religie.

Descrierea variabilelor. În analiza statistică a ipotezelor noastre am analizat următoarele variabile: 1) *Variabila Independentă* (VI1): **tip familie:** 1. familie cu climat favorabil; 2. familie vulnerabilă; VI2: **genul: 1. Masculin; 2. Feminin** 2) *Variabila Dependentă* (VD1) **scorul nivelului de agresivitate** (rezultat obținut la chestionar); **Scorul nivelului de agresivitate pre și post intervenție** (VD2).

Mai întâi de toate, ne-am propus să analizăm influența variabilei gen asupra variabilei nivelul agresivității, utilizând metoda statistică Testul t pentru eșantioane independente.

Tab.1. Mediile scorurilor la agresivitate, în bază de genul subiecților

	Gen	N	Mean
scor_total	masculin	12	20,2500
	feminin	18	23,5455

Mediile: subiecții de gen masculin - Mgr1= **20,2**; subiecți de gen feminin - Mgr2=**23,5**

Valoarea lui t și semnificația: $t(28)=-1,7$, $p=0,102$, $p \geq 0,05$

În analiza statistică a variabilei gen, nu am obținut diferențe. Din punct de vedere psihologic, putem interpreta că fetele și băieții din lotul studiat reacționează similar în următoarele situații: la opoziția față de autoritate (variabila negativism), la descărcarea ostilității prin comportamente indirecte, la comportamente de violență fizică reală asupra altor persoane (variabila atentat), la neîncredere și suspiciune față de alte persoane, la iritabilitatea și exprimarea verbală a ostilității. Acest lucru ar putea contrazice o percepție socială veche, care consideră că băieții/bărbații sunt mai violenți, studiul dat arătându-ne însă că și fetele au deseori comportamente violente și ostile. Totuși, aceasta ar putea fi doar o caracteristică a lotului studiat.

Pornind de la aceste rezultate, putem afirma că în lotul studiat, în funcție de variabila gen, nu există diferențe semnificative în ceea ce privește nivelul agresivității și ostilității. Putem afirma că fetele și băieții din lotul studiat manifestă la fel agresivitatea ca formă de adaptare.

În continuare, ne-am propus să observăm influența variabilei **tip familie** asupra scorului agresivității la copii.

Am aplicat **testul t pentru eșantioane independente**, obținând

Tab. 2. Mediile scorurilor la agresivitate, în bază de tip familie

	Mediu	N	Mean
scor_total	Nevulnerabile	15	19,8000
	Vulnerabile	15	25,5333

Mediile celor două grupe: Mgr1=**19,8**, Mgr2=**25,5**

Valoarea lui t și semnificația: $t(28)=-2,78$, $p=0,009$, $p \leq 0,005$

Acest fapt ne permite să concluzionăm că valoarea lui p este semnificativă, deci apar diferențe între scorurile la nivelul agresivității la eșantionul cercetării noastre, preadolescenții din familiile vulnerabile și cei din familii nevulnerabile. Astfel încât preadolescenții

din familii social vulnerabile au nivelul agresivității mult mai ridicat decât la cei din familii nevulnerabile. Analizând rezultatele statistice a ambelor eșantioane, observăm diferențe la toate formele de agresivitate. Putem conchide că preadolescenții din familii vulnerabile incluși în experiment sunt mai agresivi decât cei din familii cu climat favorabil.

În urma rezultatelor obținute, se observă faptul că preadolescenților proveniți din familii social vulnerabile au nevoie de o intervenție psihologică în vederea diminuării comportamentelor agresive. Prin urmare, ne-am propus să aducem în aplicare tehnici și strategii din terapia cognitiv-comportamentală.

Programul de intervenție psihologică, creat și implementat, în vederea diminuării comportamentului agresiv la preadolescenți, s-a bazat pe obiective și principii concrete și care cuprinde multiple metode, procedee și tehnici, precum: tehnica înregistrării zilnice a gândurilor automate disfuncționale și/sau iraționale, tehnica imageriei emotive, tehnica expunerii gradate, tehnici de relaxare, metoda modelării, modelul ABC comportamental. Plecând de la natura, caracteristicile și factorii psihologici implicați în apariția agresivității școlare, am determinat următoarele obiective de bază pentru experimentul formativ:

- Stimularea și dezvoltarea încrederii în sine prin crearea unui climat favorabil de comunicare și interacțiune în care se realizează valorificarea resurselor personale, recunoașterea și înlăturarea cauzelor care generează frustrările.
- Îmbunătățirea și dezvoltarea autocontrolului în situații de conflict.
- Antrenarea abilităților de învățare și exersare a unor tehnici de relaxare, meditație și respirație cu scopul de a înlătura încordarea și tensiunea musculară și emoțională, tehnici de modificare a gândurilor și atitudinilor negative nerealiste care cauzează agresivitatea.
- Însușirea și învățarea modelelor pozitive de comportament.

După realizarea și aplicarea programului, prin care ne-am propus să micșorăm scorul agresivității, am reevaluat cu același instrument (*Chestionarul de agresivitate – ostilitate BUSS – DARK*) subiecții participanți la experimentul formativ, aplicând testul T pentru eșantioane perechi, obținând următoarele date:

Tab. 3. Rezultatele mediilor la scorul agresivității pre și post psihointervenție

	N	Mean
scor_agresivitate_postintervenție	15	22,7333
scor_agresivitate_preintervenție	15	25,5333

Mediile inițiale și finale ale subiecților: $M_{jn} = 25,53$, $Min = 22,73$. Valoarea lui t și a pragului de semnificație: $t(14) = -6,54$, $p \leq 0,001$

Apar diferențe semnificative a scorului agresivității înainte și după aplicarea strategiilor cognitiv-comportamentale. A scăzut semnificativ media scorurilor în ceea ce privește manifestarea agresivității. Specificăm că, în această perioadă dintre pre și postintervenție, la preadolescenții grupului experimental, s-au înregistrat diferențe statistico-semnificative manifestate prin micșorarea nivelului la toți indicatorii agresivității. Investigațiile efectuate ne dovedesc că cea de a doua ipoteza a fost confirmată.

Aplicarea strategiilor din terapia cognitiv-comportamentală are o valoare semnificativă în diminuarea comportamentului agresiv la preadolescenții din familiile vulnerabile. În comportamentul preadolescenților s-a produs următoarele modificări: au învățat să-și înțeleagă emoțiile, să ofere libertate de exprimare, își creează mai ușor un climat favorabil de comunicare și interacțiune în care se realizează valorificarea resurselor personale, recunosc și înlătură cauzele care generează frustrările, au învățat tehnici de relaxare, meditație, respirație, cu scopul de a înlătura încordarea și tensiunea musculară și emoțională. Acești preadolescenți au devenit mai calmi, mai încrezuți, mai temperați, dispuși să-și controleze emoțiile. Se caracterizează prin bunăvoință, echilibru în situații dificile, sunt mai toleranți, constructivi și pot contribui prin comunicare asertivă la rezolvarea conflictelor.

Bibliografie:

1. CALARAȘANU, Cristina. Copiii vulnerabili, cine sunt și cum pot fi ajutați? Chișinău, 2012. Disponibil: <https://www.copilul.ro/copii-2-3-ani/comportament/Copiii-vulnerabili-cine-sunt-si-cum-pot-fi-ajutati-a10753.html>
2. DANIEL, David. Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale. Iași: Editura Polirom, 2006. ISBN 973-46-0491-0.
3. GRECU Genoveva, POTÂNG Angela. MANIFESTAREA FORMELOR AGRESIVITĂȚII LA PREADOLESCENȚI. In: Psihologie, Seria „Științe ale Educației”. ISSN 1857-2103.
4. HOLDEVICI, Irina. Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală. București: Editura Trei, 2009. 720 p. ISBN 978-973-707-260-3.
5. PETERMAN, F., PETERMAN, U., Program terapeutic pentru copiii agresivi, Editura RTS, Cluj-Napoca, 2006.
6. VINNICENCO, Elena. Modalități de atenuare a agresivității la preadolescenți. In: Conferința științifică națională cu participare internațională „Diminuarea comportamentelor agresive la copii”. Chișinău, 2015. ISBN 978-9975-46-253-2.
7. VÎRLAN, Maria. Asistența socială – un răspuns la problematica grupurilor de risc. Chișinău: Tipogr. UPS „Ion Creangă”, 2013. 325 p. ISBN 978-9975-46-181-8.