

# DE CE FAC COPIII CRIZE DE FURIE?



- “Așa a fost ea dintotdeauna, mai temperamentală”, spune o mămică despre fiica ei, aducându-și aminte că de la un an țipa și se zbătea când nu o îmbrăcau cu rochița ei favorită. Un tătic spune că băiatul lui este încăpățânat și face dinadins crize numai ca să îl provoace, să îl sfideze. O altă mămică constată: “fiul meu face aceste crize din cauza desenelor animate de la televizor”. Fiecare părinte are propriile explicații pentru apariția stărilor de furie ale copilului. Dacă ar fi să enumerăm toate aceste cauze găsite de părinți, am putea scrie zeci de pagini.
- De-a lungul timpului, crizele de furie ale copilului au fost interpretate diferit de către părinți și psihologi. Cea mai populară explicație a fost că accesele de furie pornesc din dorința copilului de a-și impune propria voință în fața voinței părintelui. Copilul care spune vehement Nu vreau aia, vreau să se facă cum zic eu! și apoi se trânteste pe jos tipând, pare a fi un exemplu tipic de încăpățânare și spirit de frondă. Prima și cea mai cunoscută perspectivă de a înțelege accesele de furie ale copilului se poate rezuma în următoarea propoziție cheie:

# Copiii fac crize de furie pentru că așa vor ei...

- Priviți din această perspectivă, copiii au accese de furie din următoarele motive:
- **Vor să testeze limitele părinților:** Atunci când regulile sunt impuse fără să fie explicate, copiii simt că li se îngrădește libertatea. Ei au accese de furie în speranța că îi vor face pe părinți să renunțe la reguli.
- **S-au născut mai încăpățânați**, asemeni unuia (sau ambilor) părinți.
- **Vor să se răzbune pe părinți:** copiii care s-au simțit nedreptățiți într-un fel sau altul de părinți își exprimă supărarea față de ei prin intermediul crizelor de furie.
- **Vor mai multă atenție:** Unii copii simt că nu primesc destulă atenție din partea părinților. Dacă observă că în timpul acceselor de furie primesc atenția dorită, aceștia vor face crize de furie ori de câte ori vor dori să fie băgați în seamă.

- Aceste interpretări au dus la găsirea unor soluții care presupuneau întărirea autorității părintelui și înfrângerea voinței copilului. Pedepsirea copiilor pentru apariția crizelor, retragerea recompenselor și impunerea voinței părintelui au fost cele mai recomandate soluții. Din păcate, această perspectivă de a înțelege crizele de furie are și anumite dezavantaje: ea încurajează confruntarea între părinte și copil, există riscul ca stima de sine a copilului să scadă, și s-a dovedit că soluțiile nu rezolvă de fapt problema.
- Cercetările ulterioare asupra comportamentului copiilor opoziționiști au schimbat perspectiva de înțelegere a crizelor de furie. Într-o nouă perspectivă, accesele de furie sunt expresia incapacității copilului de se descurca în anumite momente. Propoziția cheie care rezumă noua perspectivă de abordare a crizelor de furie este:

# Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații

- Această perspectivă pornește de la observația că micuții nu fac crize de furie tot timpul, ci doar în situațiile în care nu cunosc alte moduri mai potrivite de a se comporta. În acele situații, oricât de mult se străduiesc să fie cuminți și să le facă pe plac părinților, copiii tot nu știu cum să își manifeste nemulțumirea altfel decât prin țipete, plâns, agitație sau comportamente agresive. Micuții vor putea înlocui crizele de furie cu reacții mai potrivite doar după ce vor învăța alte căi de face față situațiilor dificile.
- Iată câteva dintre cele mai frecvente dificultăți ale copilului care pot determina crize de furie:

## *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Copilul nu știe cum să tolereze frustrările. Frustrările pot apărea când el nu primește ceea ce vrea, când trebuie să amâne o activitate plăcută sau când i se interzice ceva. Ele sunt mai pronunțate la copiii obișnuiți să primească imediat ceea ce își doresc. Cu cât toleranța la frustrare este mai scăzută, cu atât este mai probabil că accesele de furie să apară mai des.*

## *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Nu își poate stăpâni impulsurile. Deși impulsivitatea este o trăsătură în mare parte înnăscută, ea poate fi modelată de educație. Controlul propriilor reacții se deprinde treptat, pe măsură ce copilul crește, însă el are nevoie de ajutor și din partea adultului. Criza de furie este o dovadă a lipsei de control a copilului asupra propriilor reacții negative.*

## *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Nu are capacitatea de a se exprima verbal într-un mod corespunzător. Fie că are un vocabular sărac, fie că are inhibiții în a spune ce își dorește sau ce îl nemulțumește, copilul nu știe altă cale de a-și comunica nemulțumirile decât într-un mod primitiv: prin plâns, țipăt, etc.*

# Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații

- **Gândirea în extreme (alb/negru).** Unor copii le vine foarte greu să facă compromisuri, și pentru ei tot ce e diferit față de ce vor ei este rău. Gândirea în extreme duce la catastrofizarea situațiilor în care lucrurile nu se întâmplă așa cum își doresc. Rigiditatea specifică gândirii de tipul alb/negru îl poate face pe copil să aibă crize de furie în multe situații neutre, dar pe care el le interpretează ca fiind insuportabile. De asemenea capacitatea de a negocia cu ceilalți scade. În acest fel și șansele de a ajunge la un comun acord cu adulții sunt mai mici.

# *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Micuțul nu știe cum să își descarce tensiunile. Atunci când copilul este foarte încărcat de o emoție negativă și nu știe alte modalități de a se liniști, este probabil să se descarce prin accese de agitație și de furie.*

# Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații

- *Dificultăți în a persista într-o sarcină de lucru dificilă. Când își pierde răbdarea, atenția, sau când sarcina li se pare prea grea, mulți copii devin irascibili, încercând în felul acesta să încheie activitatea. În cazul în care copilul observă că accesele de furie îl ajută să scape de sarcina de lucru, el va apela la ele ori de câte ori vrea să abandoneze activitatea.*

# *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Nu se simte bine în situații incerte. Pentru mulți copii este important să urmeze o anumită rutină și să trăiască într-un mediu previzibil. Schimbările de planuri, implicarea în situații pe care nu le pot controla, pot declanșa adevărate furtuni în interiorul acestora. Furia semnalizează în acest caz încercările copiilor de a se opune schimbărilor și imprevizibilului.*

## Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații

- La prima vedere, cele două perspective de înțelegere a crizelor de furie sunt opuse. În realitate, ele co-există. Un copil care nu știe cum să facă față frustrărilor și care se exprimă prin crize de furie poate descoperi cât de curând că această situație este avantajoasă pentru el. Dacă observă că ceilalți devin mai îngăduitori cu el, că obține rapid tot ce vrea sau că primește mai multă atenție, s-ar putea să continue să facă crize de furie, chiar dacă între timp învață să reacționeze și altfel. În acest caz, învățarea unor noi modalități de a reacționa la frustrare trebuie să meargă în paralel cu descurajarea acceselor de furie.

## *Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații*

- Noua perspectivă de a privi crizele de furie este mai avantajoasă, din cauză că oferă și o direcție de acțiune. Cheia schimbării este să descoperi situațiile concrete în care copilul tău are accese de furie și să îți dai seama ce dificultăți întâmpină el în acele situații. Odată cunoscute dificultățile copilului, este mai ușor să îl ajuți să treacă peste ele.*

# Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații

- Pentru părinți accesesele de furie ale copiilor sunt unele dintre cele mai urâte momente petrecute cu aceștia. Chiar dacă poate părea că micuțul se delectează făcând crize de furie, și el suferă de pe urma lor. El se simte vinovat față de părinți și își formează o imagine negativă despre sine, considerându-se un copil rău. Spre deosebire de adulți, copilul nu știe cum să se ajute singur. El încearcă prin intermediul furiei să semnalizeze că are nevoie de ajutor. Chiar dacă pare că micuțul este cel care trebuie să renunțe la crizele de furie, în realitate cheia este la părinți. În mâinile lor stă puterea de a face să răsară iar soarele după furtună.

- Bibliografie:  
<http://www.psihologpentrucopii.ro/2013/06/grijile-si-anxietatea-la-copil/>