

Tipos de ira en niños

Alcázar Olán, Raúl José

2012

<http://hdl.handle.net/20.500.11777/1987>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

Tipos de Ira en Niños

Raúl José Alcázar Olán

Universidad Iberoamericana Puebla

La agresión es uno de los problemas que lleva a las consecuencias más severas en el corto y largo plazo. Por ejemplo, puede provocar lesiones al agresor o a otros, dañar relaciones con pares, amigos y familia, y producir conflictos en la escuela, trabajo o en la comunidad. Aunque la agresión puede tener múltiples causas, uno de los factores de riesgo más importantes es la ira. De acuerdo con el síndrome de ira-hostilidad-agresión (AHA, por sus siglas en inglés: *anger-hostility-aggression*), la ira es el primer paso para desarrollar hostilidad y conductas agresivas.

Aunque están relacionadas, la ira, la agresión y la hostilidad son conceptos diferentes. Si bien la hostilidad generalmente involucra sentimientos de ira, ante todo se refiere a un complejo conjunto de actitudes que llevan a ser malo, vengativo y cínico. La agresión tiene que ver con la conducta, el intento deliberado de dañar, herir o lesionar a otra persona, objeto o sistema social. La ira es un estado emocional que incluye sentimientos los cuales varían en intensidad desde leve irritación hasta la furia, y en general es la respuesta a la percepción de injusticia o provocación.

El estudio de la ira es relevante no solo para entender las experiencias de la niñez, sino también porque la ira es un predictor significativo de agresión en niños y adolescentes. Los niños que frecuentemente se comportan de forma agresiva tienen mayor riesgo de (1) agredir, (2) desarrollar conductas delictivas y criminales, (3) exhibir más problemas con sus pares, y (4) mostrar una variedad de comportamientos que van contra las normas sociales.

Dentro de la teoría estado-rasgo propuesta por Charles Spielberger en 1988, la ira se divide en varios tipos: “ira estado”, “ira rasgo”, y “formas de expresión de ira”. Aunque estos tipos de ira son adecuados para la edad adulta, parece que también describen la ira de los niños. La ira estado es transitoria y refleja la intensidad de activación físico-emocional que los individuos sienten durante un momento o un periodo corto de tiempo en respuesta a un evento específico (por ejemplo, cuando uno siente que es tratado injustamente). Esto es, la ira estado se refiere a la intensidad de la emoción que se experimenta en un momento específico, como el enojo que se siente cuando otra persona se mete en la fila donde uno está formado. La ira estado tiene al menos dos componentes, el deseo de expresar ira en situaciones específicas (por ejemplo, tener ganas de insultar a alguien) y la presencia de la emoción (por ejemplo, “estoy muy enojado”). A diferencia de la ira estado que es transitoria, la ira rasgo refleja diferencias individuales o rasgos crónicos de personalidad (por ejemplo, ser irritable o explotar fácilmente). Esto es, la ira rasgo se refiere a la propensión a reaccionar generalmente con ira independientemente del momento, lugar o personas con quien uno se encuentre. De ahí que el término ira rasgo indique una característica o rasgo de personalidad. Si un niño tiene alta ira rasgo, significa que es muy fácil que se enoje, ya sea que esté en la escuela, con los primos, con los amigos o con sus padres.

Además de la ira estado y rasgo, hay varias maneras diferentes en que la ira se expresa. La ira interna se refiere a reprimir la emoción y estar “irritado por dentro” pero sin

demostrarlo (por ejemplo, albergar rencores o mantener el enojo varias horas). La ira externa indica la expresión hacia afuera, mostrando a otros que uno está enojado (por ejemplo, discutir, pegar o gritar a los demás).

También hay dos formas de control de la ira. El control de la ira interna refleja los esfuerzos de la persona para reducir sus sentimientos de enojo (por ejemplo, respirando profundamente), mientras que el control de la ira externa refleja los esfuerzos de la persona para iniciar un comportamiento positivo o constructivo cuando está enojado (por ejemplo, tratar de ser paciente con otros).

En resumen, la teoría estado-rasgo de Spielberger propone que la ira se divide en varios tipos: La ira como experiencia momentánea (ira estado), tendencia a sentir la ira en forma crónica (ira rasgo), y cómo se expresa la ira (expresión y control de la ira).