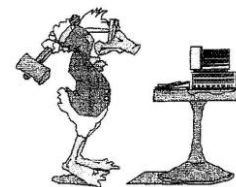


AGRESJA – CHARAKTERYSTYKA I UWARUNKOWANIA

Materiały służące przygotowaniu spotkania z rodzicami na ten temat

Przez „zachowanie agresywne” rozumie się zachowanie skierowane przeciw określonym osobom lub rzeczom, przynoszące szkodę przedmiotowi agresji, przybierające formę ataku, czyli napaści fizycznej lub słownej. Szkody mogą mieć charakter szkód materialnych oraz szkód moralnych (np. poniżenie godności osoby będącej przedmiotem agresji, wzbudzenie u niej poczucia lęku, zagrożenia, poczucia niższości, utrudnienie wykonywania określonych działań przez osobę stanowiącą przedmiot agresji itp.) Rozróżniamy różne rodzaje agresji.



Na agresję fizyczną składać się mogą takie pojedyncze zachowania, jak: uderzenie, potrącenie, szarpanie, ciągnięcie, podstawianie nogi, kopanie, uderzenie, rzucanie przedmiotami. Zachowania takiego rodzaju to tzw. **agresja fizyczna bezpośrednia**, dająca często kompleks zachowań przybierających postać bójek, wybuchów złości skierowanej na kogoś lub na coś. Obok niej spotykamy się również z tzw. **agresją fizyczną pośrednią**, która ma na celu wyrządzenie szkody określonemu przedmiotowi, ale nie przybiera formy bezpośredniego ataku na tenże przedmiot, np. przeszkadzanie komuś w wykonywaniu jakiejś czynności (zakłócanie spokoju, przerywanie uwagi), dokuczanie poprzez np. tendencyjne wykonywanie pozornie niewinnych czynności, sprawiających przykrość bądź drażniących daną osobę, sporządzanie obraźliwych rysunków; chowanie lub zamiana przedmiotów należących do określonej osoby, ich psucie bądź przywłaszczenie. Przedmiotem agresji może być nie tylko osoba, lecz i wszystkie inne obiekty otoczenia. Stąd też przejawem agresji jest również uszkodzanie rzeczy, obiektów przyrody, drażnienie, męczenie bądź zabijanie zwierząt.

Drugi typ agresji to agresja słowna. Atak słowny polegać może na groźeniu, werbalnym straszeniu, będącym zapowiedzią przykrych konsekwencji, jakie czekają daną osobę, jeśli nie zachowa się ona zgodnie z wolą agresora. Może ona również przybrać postać werbalnego odbierania bądź ograniczania swobody, np. zabranianie uczestnictwa w zabawie. Jedną z form tego rodzaju agresji jest podawanie fałszywych informacji, np. błędne „podpowiadanie” w czasie lekcji. Często występującą formą agresji słownej są wypowiedzi poniżające osobę atakowaną – wyśmiewanie, kpiny, złośliwe uwagi, przedrzeźnianie, złośliwe nadawanie przezwiska. Dotkliwość tych postaci bywa często znacznie większa niż agresji fizycznej, gdyż rani ona godność osobistą osoby będącej przedmiotem agresji, naraża ją na upokorzenie i ośmieszanie, (np. przezwiska, które na wiele lat „przylegają” do ucznia). Powszechnie występującym rodzajem agresji słownej jest obmawianie, plotkowanie, wydawanie nieprzychylnych opinii, skarżenie, donoszenie o czyimś wykroczeniu, wypytywające nie z troski o przestrzeganie zasad, lecz z chęci zaszkodzenia określonej osobie i nadziei na spowodowanie przykrych konsekwencji. Zachowanie agresywne to także zachęcanie słowne do agresji. Z zachowaniami agresywnymi spotykamy się w szkole na co dzień. Uczniowie różnią się jedynie stopniem przejawiania zachowań agresywnych oraz formą, w jakiej ją przejawiają. W różnych grupach zjawisko to występuje w różnym nasileniu.

GENEZA ZACHOWAŃ AGRESYWNYCH

Zachowania agresywne mogą pojawiać się jako następstwo stanu, zwanego frustracją. Frustracja ma miejsce wtedy, gdy jednostka dążąc do zaspokojenia swoich potrzeb,

(biologicznych lub psychicznych) i osiągnięcia określonych celów, napotyka w toku działania na trudne do pokonania przeszkodę. Powoduje to wzrost napięcia psychoneurwicznego (stres), tym wyższy, im ważniejsza jest potrzeba, której zaspokojenie jest utrudnione.

Tam, gdzie mamy do czynienia z przewlekłym, długotrwałym niezaspokojeniem potrzeb, ze zwiększonym prawdopodobieństwem możemy się spodziewać zaburzeń w zachowaniu.

Jeśli chcemy zapobiegać zaburzeniom zachowania, musimy stworzyć uczniowi warunki umożliwiające zaspokajanie podstawowych potrzeb. W takich sytuacjach frustracyjnych agresja może, lecz nie musi się pojawić. Nabywanie agresywności podlega tym samym prawom uczenia się, co kształtowanie jakichkolwiek innych reakcji.

Agresja może powstawać pod wpływem modelowania, tj. wzorowania, naśladowania, czyli przez tzw. zły przykład. Znaczny procent agresywnych dzieci pochodzi z rodzin, w których częstym sposobem porozumiewania się jest agresja. Istnieje ścisła zależność między tym, jak rozwiązuje się problemy rodzinne, a sposobem rozwiązywania konfliktów między rodzeństwem. Wręcz „idealnym” modelem dla wpojenia dzieciom agresywnych postaw są rodzice, dla których podstawowym czy wręcz jedynym środkiem wychowawczym jest karanie. Dzieci maltretowane są agresywne w stosunku do kolegów i opiekunów. Taki karcący stosunek rodziców do dzieci daje też efekt przemieszczania się agresji – „nie mogę uderzyć ojca, to dokopię kotu”.

Bardzo istotną rolę w modelowaniu agresji stanowią środki masowego przekazu. Oglądanie scen przemocy na ekranie ma ścisły związek zarówno z tendencją do działań agresywnych, jak i z akceptowaniem agresji. Częste oglądanie okrutnych scen znieczula emocjonalnie na oznaki bólu i cierpienia innych. **Najbardziej podatne na uczenie się agresji są dzieci w wieku od 6 do 10 lat, zwłaszcza chłopcy.** Później podatność ta wzrasta ponownie w okresie dojrzewania. Agresja instrumentalna kształtuje się na drodze indywidualnych doświadczeń. U dzieci wytwarza się przekonanie, że za pośrednictwem agresywnego zachowania można uzyskać różne korzyści osobiste, zrealizować własne cele i pragnienia (np. zdobyć pieniądze przez odebranie ich słabszym, których łatwo zmusić do uległości).

Agresja instrumentalna jest „wyuczonym sposobem działania powstającym wskutek jej tolerowania przez otoczenie. Jej powstawaniu sprzyja kierowanie się zasadą „przepychania się łokciami przez życie”, kult siły i przemocy, dążenie do sukcesu za „wszelką cenę”. Agresję mogą spowodować zmiany chorobowe w organizmie:

- nerwice,
- choroby psychiczne.

PROFILAKTYKA ZACHOWAŃ AGRESYWNYCH

1. Znalezienie bezpiecznych, akceptowanych społecznie form rozładowania napięcia, takich jak:
 - spacerowanie,
 - bieganie po podwórku,
 - rower,
 - sanki,
 - bezpieczny sport (gimnastyka ogólnorozwojowa, pływanie).
2. Ruch fizyczny pozwala na rozładowanie napięcia w sposób naturalny, sukcesy w tym obszarze są źródłem pozytywnego myślenia o samym sobie.

3. Ukierunkowanie aktywności — szukanie zainteresowań i ich rozwijanie pozwala dziecku przyjemnie spędzić czas i myśleć o sobie jako o kimś, kto coś umie.
4. Ograniczenie oglądania TV i gier komputerowych (zwłaszcza chodzi o te, w których jest przemoc) na rzecz czytania dziecku, opowiadania, słuchania kaset.
5. Uczenie przewidywania skutków własnego działania („Jeśli nie posprzątałeś, to nie dziw się, że nie mam czasu się z tobą bawić, muszę sprzątać”) i branie za nie odpowiedzialności (ponoszenie konsekwencji własnych wyborów).
6. Stawianie w sytuacji wyboru („Albo kłótnia, albo zabawa, wybór należy do ciebie, ale jeśli kłótnia to beze mnie”).
7. Stosunek do dziecka: akceptacja dziecka jako osoby, ale brak akceptacji zachowań („Wiesz, że cię lubię, ale nie pozwalam, żebyś bił kolegę”); odróżnienie tego w słowach kierowanych do dziecka (zamiast „jesteś niegrzeczny” – „nie zgadzam się, abyś ruszał moje rzeczy”).
8. Pochwały (bardzo ważne) – nawet za drobne sukcesy, w bardzo konkretnej formie („Było mi przyjemnie z tobą grać, nie złościłeś się, że przegrywasz...”; „Bardzo ładnie napisałeś te trzy linijki, czwarta wypadła gorzej”).
9. Wskazywanie na postęp, zmianę na lepsze („Dziś czytałeś dużo lepiej niż wczoraj”).
10. Wskazywanie na uczucia, które wywołuje u nas zachowanie dziecka („Było mi przykro, kiedy...; nie lubię jak...; cieszę się, że...). Nie za każdym razem, ale w poważnej rozmowie można o tym wspomnieć.
11. Ważne są reguły, których dziecko ma się trzymać. Nie może ich być zbyt wiele, najważniejsze są te, które dotyczą bezpieczeństwa, powstrzymywania się od agresji (odwołanie się do prawa każdego człowieka do szacunku, agresja jest przejawem braku poszanowania innych), minimalnej choćby pracy nad lekcjami.
12. Uczenie równoległych wobec agresji sposobów osiągnięcia celu – zwłaszcza sposobów rozwiązywania konfliktów w sposób pokojowy.
13. Podchodzenie do trudności dziecka jako do problemu, który rodzic i dziecko mogą rozwiązać wspólnie („Mamy taki problem, że nie lubisz odrabiać lekcji. Co można zrobić, żebyś lubił?”). Jeśli dziecko nie ma pomysłu na rozwiązanie problemu: „Pomyśl do jutra i wrócimy do tego” (powoduje to zaangażowanie się dziecka w problem i wzięcie przez nie odpowiedzialności za sytuację).

Pamiętajmy: wszystkie zmiany w zachowaniu pojawiają się stopniowo: dajmy sobie i dziecku czas, nie wymagajmy zbyt szybkiej i zbyt dużej zmiany, cieszymy się każdym drobnym sukcesem, myślimy o tym, co jeszcze trzeba zmienić. Można wprowadzić ogólne reguły życia rodziny (klasy). W naszej rodzinie szanujemy siebie wzajemnie (nie ma agresji), W naszej rodzinie każdy ma prawo odpocząć po pracy itp., co pozwala, aby dziecko na równi z rodzicami podporządkowało się pewnym ograniczeniom.

LITERATURA

Z. Brańka. *Agresja i przemoc we współczesnym świecie*. „Wiedza i życie” 11/99.

E. Małkiewicz. *Profilaktyka zachowań agresywnych*. Instytut Psychologii. Wrocław.

W. Pomykało. *Vademecum dla rodziców*.

Z. Skorny. *Psychologiczna analiza agresywnego zachowania się*. Warszawa 1968. PWN.

„Przyjaciel dziecka” 7/97 r.

„Przyjaciel dziecka” 10–12/98 r.

„Przyjaciel dziecka” 3–4/95 r.

„Wychowawca” 9/99 r.

„Wychowawca” 3/96 r.