

Agresja

autor: mgr Klaudia Langner



źródło: dreamstime.com

Agresją nazywamy różnego rodzaju czynności, które są wrogie wobec innych. Możemy je zaobserwować zarówno u dorosłych, jak i u dzieci i młodzieży. Również w różnych miejscach - w końcu z zachowaniami agresywnymi spotykamy się w domu, w szkole, ale często także na ulicy. Często zastanawiamy się skąd takie zachowanie się bierze? Dlaczego ktoś reaguje agresywnie?

Czym są zachowania agresywne i jaki jest ich cel?

Uważa się, że jedną z przyczyn agresji może być motywacja w postaci chęci zrobienia komuś krzywdy. Jednak kiedy taka motywacja może się pojawić? W sytuacji, kiedy przeżywamy trudną emocję - odpowiedzią na nią może być zachowanie agresywne. Skutkiem tego zazwyczaj jest cierpienie osoby, wobec której wymierzone zostały zachowania agresywne (Borecka-Biernat, 2014).

W życiu codziennym często ważnym dla nas pytaniem jest po co takie zachowania pojawiają. Skupimy się tutaj głównie na zachowaniach agresywnych wśród dzieci. Cele zachowań agresywnych są różne. Wymienia się wśród nich m. in. **agresję jako walkę w zabawie**. Pojawia się ona w relacji dzieci z osobami dorosłymi, ma za zadanie dać dziecku radość ze zwycięstwa. W końcu - ile razy specjalnie z dziećmi przegrywaliśmy "w walce" (np. podczas grania w gry, zabawy żołnierzkami), żeby dziecko cieszyło się z wygranej? Dziecko nabiera wtedy nieprawdziwej wiedzy o sobie - jest niezwykłe. Może później inicjować takie zabawy z innymi dziećmi, które mogą to odebrać jako atak. Mamy wtedy do czynienia z prawdziwą walką i jej konsekwencjami (Borecka-Biernat, 2014).

Agresja może być także **reakcją na frustrację**. Pojawia się, kiedy chcemy się komuś odplącić za upokorzenie. Ma na celu podniesienie samooceny. Przykład? W szkole ktoś powiedział komentarz, który kogoś bardzo uraził. Dziecko, zamiast zgłosić to osobie dorosłej lub po prostu powiedzieć, że sprawiło mu to przykrość, bije osobę, od której usłyszało negatywny komunikat o sobie (Borecka-Biernat, 2014; Fronczak 2017).

Oprócz tego, **zachowania agresywne mogą być sposobem zbadania granic**. Pojawia się w momencie, gdy nie ma określonych zasad co do tego, co można, a czego nie można. Jako przykład, podam tutaj dziecko, które bardzo chce zjeść słodycze przed obiadem. Zaczyna płakać, tupać, bić. W odpowiedzi na swoje zachowanie, dostaje słodycze - w końcu chcemy uspokoić dziecko. Główny bohater tej opowieści inaczej odbiera ten sygnał - dostał nagrodę za swoje zachowanie, to czego chciał. W przyszłości będzie częściej teraz stosował tę strategię w celu uzyskania tego, na co ma ochotę (Borecka-Biernat, 2014; Fronczak 2017).

Jednym z celów jest także **uzyskanie zainteresowania i miłości poprzez agresję**. Często, kiedy dziecko nie wie w jaki sposób na siebie zwrócić uwagę i zainteresować rodziców swoją osobą, stosuje wtedy zachowania agresywne. W końcu - kiedy dziecko prezentuje czynności, które oceniamy jako negatywne, czujemy potrzebę zwracania mu uwagi oraz stawiamy w centrum uwagi, aby wyeliminować niepożądane zachowania (Borecka-Biernat, 2014).

Agresja może być wynikiem **naśladowania zachowań**. Jeżeli osoba znacząca (np. rodzic, starsze rodzeństwo, bohater fikcyjny) prezentuje zachowania agresywne, dziecko również zaczyna zachowywać agresywnie. Jest to chęć identyfikacji z ważną dla dziecka osobą, naśladowanie tego typu jest mimowolne (Fronczak 2017).

Możemy też mieć do czynienia z tzw. **agresją patologiczną**. Jest ona wynikiem procesów chorobowych zachodzących w układzie nerwowym. Osoba chora może przejawiać agresywne zachowania mimo braku frustracji, czy agresywnego modelu zachowania (Skorny, 1968, za: Fronczak 2017).

Co sprzyja agresji?

Na rozwój zachowań agresywnych u dziecka wpływ ma środowisko, w którym przebywa dziecko (rodzinne, szkolne, media, otoczenie społeczne). Dzieci, które w swoim środowisku odbierają pozytywne komunikaty w związku ze swoimi zachowaniami agresywnymi, uczą się reakcji agresywnych. Później trudno jest nauczyć ich innego, zdrowszego reagowania w trudnych sytuacjach. Ponadto, dzieci, które poprzez doświadczenie nauczyły się zachowywać agresywnie w odpowiedzi na różne sytuacje, często spodziewają się zachowań agresywnych względem nich samych. Takie myślenie jeszcze bardziej sprzyja na rozwój agresji (Larson, Lochman, 2012, za: Fronczak 2017). Agresji ponadto sprzyjają:

1. Trudności w rozumowaniu moralnym (np. niska umiejętność przyjmowania perspektywy drugiej osoby);
2. Trudności w przetwarzaniu informacji (np. nieprawidłowe przypisywanie innym wrogiemu nastawienia);
3. Trudności w używaniu i rozpoznawaniu odmiennych strategii umiejętności społecznych w sytuacjach powodujących trudne emocje;
4. Bycie świadkiem aktów agresji, które przynoszą pozytywny rezultat;
5. Bycie ofiarą zachowań agresywnych;
6. Słabe więzi społeczne i rodzinne (Glick, Gibbs, 2011, za: Fronczak, 2017).

Ponadto, dziecko może wpaść w schemat “jestem zły” - źle się zachowuję, więc jestem zły. Jest to tzw. samospełniające się proroctwo (Kołakowski, 2013, za: Fronczak, 2017).

Podsumowanie

Mając tę wiedzę w pigułce, warto zwrócić nie tylko uwagę na zachowania, jakie prezentują dzieci, ale także na reakcje otoczenia na agresję oraz na środowisko, w którym dziecko przebywa. Pomoże to w opracowaniu odpowiednich strategii radzenia sobie z sytuacjami agresywnymi.

Źródła:

Borecka-Biernat, D. (2014). Agresja - dlaczego dzieci ranią i jak możemy temu przeciwdziałać? *Przegląd Naukowo-Metodyczny „Edukacja dla Bezpieczeństwa”*, 1, 22, s. 283-305.

Fronczak, A. (2017). Agresja dzieci w świetle teorii społeczno-poznawczej. *Resocjalizacja polska*, 13, s 73-85.