

Agresja w szkole

1. Wstęp

Problem agresji jest obecnie problemem globalnym. Agresję spotykamy wszędzie w sklepie, na ulicy, a nawet w przedszkolu. Tematykę tę podejmują autorzy wielu poradników dla nauczycieli, wychowawców, rodziców oraz psychologów. I tu nasuwa się pytanie: Skąd się bierze agresja? Jakie są jej przyczyny? W jaki sposób reagujemy na jej przejawy? Jak zatem oddziaływać na ucznia, aby zniwelować w nim agresję?

Rozpoczynając analizę problemu zastanówmy się, co oznacza słowo „agresja”? A. Frączek uważa, iż „przez agresję należy rozumieć zachowanie zorientowane na zadanie krzywdy innym osobom”. Problem ten pełniej ujmuje Jenö Ranschburg określając agresję jako „każde zamierzone działanie - w formie otwartej lub symbolicznej - mające na celu wyrządzenie komuś krzywdy lub czemuś szkody, straty lub bólu” i taką definicję przyjmijmy na potrzeby niniejszej pracy.

2. Formy i skutki agresji

Agresja może przyjąć dwie formy: jedną, którą można nazwać „wyładowaniem” i drugą „osiąganiem”. W pierwszym przypadku chodzi o wyładowanie nieprzyjemnych emocji, takich jak: złość, gniew, lęk. Może to przejawiać się w bardzo różnych formach działania: począwszy od łagodnych form: tańca, sportu, krzyku (np. „dzikie wrzaski” na przerwie), skończywszy na akcie przemocy, np. pobicie kolegi. Może to być wyładowanie emocji w danym momencie, np. jako bezpośredniej reakcji na zachowanie kolegi czy nauczyciela lub też, nieadekwatne do aktualnej sytuacji wyładowanie zalegających emocji, mimo, że sytuacja je wywołująca już minęła np. „wyżycie się” na młodszym bracie za niepowodzenia w szkole. Takie wyładowanie może być skuteczne lub nie, to znaczy może zlikwidować powstałe emocje lub przynieść chwilową tylko ulgę. Wyładowanie jest naturalną odpowiedzią na odczuwanie złości, gniewu, lęku, przykrości, poczucia samotności lub innych emocji. Jeśli pozwolimy na nie, to emocja przemija lub zostaje złagodzona, obniża się poziom napięcia emocjonalnego.

Drugą formą agresji jest „osiąganie”, czyli już nie tylko okazywanie swoich uczuć, ale też pragnienie zdobycia czegoś, pokonania trudności, osiągnięcia ważnego dla siebie celu. Może to być, strzelenie gola, chęć zwrócenia na siebie uwagi, ujawnienia swoich pragnień czy problemów, np. dokuczanie komuś, aby sprowokować go do zainteresowania się „dokucznikiem”. Zależnie od możliwości ucznia agresja prowadzi do osiągnięcia celu lub nie. Jeśli nie natrafia na akceptację, to działanie zostaje zablokowane. Jednakże chęć osiągnięcia celu nie tylko nie zmniejsza się, a wręcz przeciwnie rośnie i w związku z tym pojawia się przemoc. Przemoc to nie tylko chęć osiągnięcia celu, ale także chęć zniszczenia przeszkody, pokonania jej, a to stwarza możliwość wyrządzenia krzywdy.

Agresja może być bezpośrednia lub przemieszczona. Bezpośrednia - skierowana na przedmiot lub osobę będącą powodem frustracji, np. atak na koleżkę, który zabrał zabawkę. Niekiedy sytuacja frustracyjna, pomimo pobudzenia emocji złości i gniewu, nie prowadzi do jawnej agresji, gdy działają czynniki hamujące działania agresywne - świadomość kary, jaka pojawi się po wykonaniu reakcji agresywnej. Prowadzi to jednakże do wzrostu stopnia pobudzenia do agresji i w efekcie do przemieszczenia agresji:

- pojawiają się czynności agresywne pozbawione kierunku, np. rozłuszczony uczeń kopie krzesło, gdyż osoba będąca źródłem frustracji jest zbyt silna i uczeń boi się ją zaatakować,
- agresja zostaje skierowana na inne obiekty lub osoby podobne pod jakimś względem do oryginalnego, np. uczeń karany fizycznie przez rodziców, swoje frustracje odreagowuje bijąc rówieśników lub niszcząc przedmioty ważne dla osoby będącej źródłem frustracji,
- podejmowane są akty agresji wobec siebie, tzw. autoagresja (samookaleczenie się, obwinianie się, krytykowanie siebie, itp.).

W rzeczywistości szkolnej agresywne zachowania mogą przyjąć następujące formy:

- agresja werbalna - grożenie, wyśmiewanie (szydzenie), plotkowanie, dokuczanie (drażnienie), przezywanie;
- agresja fizyczna - bicie, kopanie, popychanie, ograniczanie swobody ruchów, szarpanie, przyciskanie, szczypanie, ciągnięcie;
- inne formy agresji - brutalne, obraźliwe gesty i miny, celowe wykluczanie z grupy rówieśniczej, zastraszanie, szczucie przeciw komuś.

Jedną z form agresywnego zachowania jest agresja instrumentalna. Kształtuje się ona pod wpływem indywidualnych doświadczeń nabytych przez dziecko. Opierając się na nich, wytwarza się u niego przekonanie, że za pośrednictwem agresywnego zachowania można uzyskać różne korzyści osobiste, zrealizować własne cele, np. groźba pobicia - wymuszanie pieniędzy - realizowanie groźby wobec odmowy. Po kilkakrotnej próbie, agresywne zachowanie utrwala się. W oparciu o indywidualne doświadczenia zachodzi proces różnicowania zachowań agresywnych - atakowanie słabszych, unikanie silniejszych. Agresja instrumentalna jest więc wyuczonym sposobem działania powstałym wskutek jej tolerowania przez otoczenie. U osoby wytwarza się przekonanie o własnej bezkarności i utrwalanie nawyku osiągania zamierzonych celów za pośrednictwem agresywnego zachowania.

Na gruncie szkolnym, agresja występuje również, co warto przynajmniej wspomnieć - na płaszczyźnie rodzice – nauczyciel. Mamy tu do czynienia z agresją słowną bezpośrednią, a także z agresją przemieszczoną, słowną i fizyczną. Rzadko manifestowana jest agresja fizyczna bezpośrednia. Rodzice są często bezkrytyczni w ocenie własnego dziecka, subiektywni, reagują impulsywnie, bez analizowania problemu sygnalizowanego przez dziecko. Najczęściej źródła niepowodzeń własnego dziecka upatrują w nieprzychylnym stosunku nauczyciela do dziecka (uwziął się, nie docenia dziecka), w słabości szkoły i całego systemu edukacji. Jednak tu najczęściej rozwiązanie problemu jest proste - spokojna, rzeczowa rozmowa z nauczycielem. Często wygląda zupełnie inaczej niż przedstawia ją uczeń.

Występowanie agresji w szkole powoduje konsekwencje zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Do tych pierwszych należą: drobne uszkodzenia, okaleczenia ciała, jak i ciężkie pobicia, gwałty czy śmierć, zniszczenia rzeczy materialnych i organizmów żywych. W tej grupie skutków znajdują się również szkody materialne, to jest zniszczony, zdemolowany sprzęt i pomoce dydaktyczne. Psychologiczne konsekwencje agresji mogą być bezpośrednie i przejawiają się one w zależności od sytuacji i właściwości dzieci - reakcjami typu: płacz, krzyk, ucieczka lub zachowania agresywne. Skutki pośrednie to: zaburzenia w koncentracji uwagi, snu, łaknienia, moczenie się nocne i inne formy niepokoju ruchowego.

3. Źródła agresji

Wśród najczęściej wymienianych źródeł agresji możemy zaliczyć:

- **brak zaspokojenia potrzeb psychicznych** - miłości, akceptacji, uznania społecznego (częste upominanie, wytykanie wad i braków), - samodzielności (liczne zakazy i nakazy, nadmierne ograniczanie swobody); - poczucia bezpieczeństwa (w rodzinie dziecko staje się osamotnione, nie ma należytej opieki ze strony rodziców) - wywołuje sprzeciw i rodzi zachowania agresywne
- **stosowanie surowych kar fizycznych** - pobudza gniew, wywołuje sprzeciw, bunt i w efekcie, zachowania agresywne,
- **modelowanie społeczne** - przejmowanie norm, nagród, kar oraz modeli i innych wzorów zachowań występujących w otoczeniu poprzez naśladownictwo; uczniowie odtwarzają przejęte zachowania agresywne bez względu na to, czy były frustrowane, czy nie (dom, środki masowego przekazu),
- **czynniki wrodzone** - podatność na działania agresywne (na przykład: Hobbes Lewiatan dowodził, że ludzie są z natury samolubni, brutalni i okrutni dla innych ludzi. Wyraził on swą koncepcję w słowach „człowiek człowiekowi wilkiem”; Konrad Lorenz, opierając się na badaniach przeprowadzonych na zwierzętach, wysunął twierdzenie, że agresja jest spontaniczną wrodzoną gotowością do walki, która jest niezbędna do przetrwania gatunku),
- **zmiany chorobowe** (zaburzenia nerwicowe, choroby psychiczne, upośledzenie umysłowe) - np. ataki szału u schizofreników, złośliwość epileptyków przed atakiem, nasiloną agresywność u niektórych upośledzonych umysłowo, objawy zwiększonej pobudliwości emocjonalnej u dzieci nerwicowych, nieprawidłowe zapisy EEG również stwierdza się częściej u więźniów recydywistów. Niektóre typy agresywnego zachowania ludzi wiążą się często z zaburzeniami funkcjonowania mózgu – chodzi o tzw. Zespół braku kontroli, charakteryzujący się bezsensowną brutalnością, patologicznym podnieceniem, napaściami seksualnymi lub wielokrotnym powodowaniem poważnych wypadków samochodowych. Zachowanie agresywne może wywołać guz w mózgu (np. mężczyzna - wielokrotny morderca – zabił żonę i matkę, potem wspinał się na szczyt wieży i postrzelił 38 ludzi zabijając 14).

Trochę szerzej chciałbym przedstawić problem wpływu środków masowego przekazu, a w szczególności telewizji, na zachowania agresywne młodzieży. Telewizja jest obecnie najpopularniejszym środkiem masowego przekazu. Łatwość odbioru przekazywanych treści, możliwość korzystania z telewizora w domu spowodowały zejście innych mediów na dalszy plan (kino, książki, radio, czasopisma). Dlatego coraz większa liczba osób poddawana jest telewizyjnej presji. Telewizja, dążąc do zwiększenia swej oglądalności, stara się pokazywać wydarzenia spektakularne, wstrząsające, niezwykle. Drastyczna treść programów może stworzyć napięcia nerwowe zaburzające poczucie bezpieczeństwa. Bierna obserwacja jeszcze bardziej potęguje ten stan. Odbiór treści agresywnych pokazywanych w telewizji jest zindywidualizowany oraz zależy od wieku i cech psychofizjologicznych dziecka, a także od dokonanej przez nie oceny realizmu scen przemocy. Dzieci i młodzież o słabym systemie nerwowym nie powinny oglądać programów, w których pojawiają się tzw. mocne sceny, ponieważ nie rozróżniają świata realnego od świata fantazji. Dziecko przestaje się uczuciowo angażować, nie reaguje emocjonalnie na pokazywane sceny. Zdarza się, że dzieci oglądają programy zastrzeżone dla młodzieży lub dorosłych. Wiele treści jest dla nich niezrozumiałych, są niewłaściwie odbierane. Programy zawierające sceny grozy, agresji powodują uczucie lęku, a nawet zaburzenia snu, bóle głowy i zwiększoną pobudliwość

nerwową. Mogą również pobudzać młodzież z poważnymi odchyleniami od normy do czynów naśladowczych. Programy telewizyjne mogą pobudzać agresywne zachowanie objawiające się w formie wyładowania złości na przedmiotach martwych, płaczu, gniewnie. Reakcje takie są najczęściej wyrazem poczucia bezradności i bezsilności wobec zła. Uczniowie podczas oglądania telewizji przejmują zwyczaje, obyczaje i wzory zachowania się. Ideał, który powstał pod wpływem telewizji, staje się często wzorem osobowym, wzorem do naśladowania. Środki masowego przekazu oddziałują na postawy uczniów znacznie silniej niż wzory i modele przekazywane przez rodziców, wychowawców i nauczycieli. Przemoc i agresja, coraz bardziej zauważalne w naszym życiu społecznym, wypełniają również telewizyjne ekrany. Oddziaływanie scen przemocy i destrukcji jest tym silniejsze, im bardziej programy są nimi nasycone. W codziennych kilku godzinnych blokach stacje telewizyjne podsuwają dzieciom i młodzieży filmy animowane pokazujące często skrajnie barbarzyński i prymitywny sposób zachowania. Sposobem rozwiązywania konfliktów staje się miażdżenie kończyn, sztyletowanie, pobicie czy spalenie przeciwnika. Szczególnie niekorzystne wychowawczo jest pokazywanie w bliskich planach walk za pomocą noży, siekier, szabli, atakowanie ludzi przez dzikie zwierzęta, tortur i zabójstw, masakr wojennych. Wywołują one bardzo silne uczucie lęku, ale tylko w początkowym okresie ich oglądania, natomiast na skutek częstego ich odbioru wytwarza się postawa obojętności przejawiająca się w braku reakcji na przedstawione obrazy, co prowadzić może do ukształtowania u młodych widzów zubożenia na krzywdę i przemoc występujące w realnym życiu.

Pojawienie się możliwości korzystania z telewizji satelitarnej, kablowej czy prywatnych programów stacji lokalnych, a także upowszechnienie techniki wideo, i gier komputerowych doprowadziło do tego, że duża grupa odbiorców ma coraz więcej problemów z wybieraniem, selekcjonowaniem i porządkowaniem, a nawet ze zrozumieniem informacji płynących z telewizyjnego ekranu.

4. Sposoby przeciwdziałania agresji

Zanim dojdzie do zachowań agresywnych często pojawia się gniew. Ten symptom to sytuacja wychowawcza i należy ją umiejętnie wykorzystać. Należy zastanowić się, co kryje się za tym komunikatem. Kiedy pierwsze emocje opadną, należy usiąść z nastolatkiem i porozmawiać o tym wzburzeniu. Niech próbuje nazwać przyczynę bezpośrednią, a może zauważy jeszcze przyczynę pierwotną. Niech opowie o swoich uczuciach, nazwie je i zastanowi, w jaki sposób można było zapanować nad sobą, inaczej wyrazić swój gniew. O gniewie trzeba mówić, ponieważ kiedy nie znajdzie ujścia, może zniszczyć rozwój osobowości nastolatka. Złość może przerodzić się w agresję lub pociągnąć za sobą depresję. Gniew u młodego człowieka splata się dość często z poczuciem braku własnej wartości (nie lubią nawet siebie). Postawiony w nowej, dotychczas nie znanej sytuacji, doświadcza wewnętrznych emocji, których nie potrafi wyjaśnić, ani pomieścić w sobie. Dojrzewanie jest okresem burzliwym i pełnym stresów. Poszukuje on własnej tożsamości i akceptacji u innych. Okazanie zrozumienia przez dorosłych jest pierwszym właściwym krokiem w relacji z nastolatkiem. Zrozumienia, ale nie akceptacji złego zachowania. Młodzi na uzasadnienie swoich zachowań rzucają oskarżenie „Ty mnie w ogóle nie rozumiesz!” Co innego jest rozumieć, a co innego zgadzać się z tym zachowaniem. Nastolatek rzeczywiście potrzebuje zrozumienia, cierpliwości i miłości, ale miłości krytycznej oraz stanowczego kierownictwa. Co wobec tego robić, by nasze pouczenia przynosiły dobre wyniki? Najpierw zaakceptować gniewnego nastolatka. Okazywać mu, że jest dla nas ważną i pełnowartościową istotą. Być zainteresowanym jego sprawami, pomóc odsłonić mu myśli i emocje, które kłębią się w nim. Uświadomić, że gniew jest naturalnym uczuciem, problem w tym, by umieć nad nim

panować. Złość jest również narzędziem porozumienia, ale należy nauczyć się ją wyrażać. Może nawet okazać się pożyteczna, jeśli twórczo zostanie wykorzystana.

Niestety często dochodzi jednak do zachowań agresywnych. Poniżej zestawiono sposoby przeciwdziałania agresji:

- **kary** - mało skuteczne, strach przed karą wywołuje agresję przemieszczoną, a nie eliminuje jej,
- **wytwarzanie wewnętrznej motywacji zapobiegającej powstawaniu agresji** - rolę tę mogą spełniać przyswojone normy postępowania i ukształtowane na ich bazie uczucia moralno-społeczne; normy zawierają zakazy szkodzenia i nakazy pomocy. Działanie sprzeczne z przyjętymi normami powoduje powstanie poczucia winy, które zapobiega tworzeniu się emocji złości, wrogości, chęci szkodzenia,
- **usuwanie blokady niezaspokojonych potrzeb psychicznych i zaspokajanie ich,**
- **zabieranie ucznia z otoczenia społecznego modelującego zachowania agresywne** - agresja naśladowcza to nawyk bardzo trudny do wyeliminowania;
- **ograniczanie wpływu telewizji i gier komputerowych** – dzieci i młodzież powinny być odpowiednio przygotowywane przez nas do odbioru trudnych i brutalnych treści prezentowanych w TV, dobór oglądanych programów i gier komputerowych,
- **wykazanie nieskuteczności agresji instrumentalnej** - poprzez uniemożliwienie osiągnięcia różnych celów za pośrednictwem agresywnego zachowania się oraz negatywnego oceniania tego rodzaju prób, a także ułatwianie osiągnięcia pożądanego celu w sposób społecznie akceptowany. Niezwykle ważne jest wytwarzanie właściwych postaw społecznych oraz związanej z nimi hierarchii wartości: przeciwstawianie postawie cwaniactwa, kultu siły i przemocy, postawy koleżeństwa, życzliwości, współpracy, pomocy innym.

5. Podsumowanie

Słowo „agresja, agresywny” budzą zdecydowanie negatywne skojarzenia i emocje. Przynajmniej było tak do tej pory. Jednak współcześnie obserwujemy zachodzące zmiany tego pojęcia. Coraz częściej słyszymy o agresywnym zdobywaniu rynku, agresywnej działalności agenta ubezpieczeniowego, starającego się pozyskać klienta. Nie chodzi tutaj o to, iż nowa firma, czy wspomniany agent kogoś krzywdzą, stosują przemoc, szantażują, oszukują. Choć i tak może się zdarzyć. Agresywność w tym znaczeniu utożsamiana jest z przebojowością, zaradnością. Nasycone przemocą treści prezentowane w środkach masowego przekazu, powodują że często traktujemy ją jako coś normalnego. Nastąpiło pomieszanie nie tylko znaczeniowe, ale także etyczne. Zmienia się ocena takiego postępowania. Zaczyna ono nam wręcz imponować. Sami pragniemy tak postępować. Przecież zdolność radzenia sobie w trudnych sytuacjach to bardzo cenna umiejętność. Ale granica między tą, wydaje się nieszkodliwą formą zachowania a destrukcyjną agresją jest bardzo płynna i łatwo ją przekroczyć. Dlatego należy podejmować działania mające na celu ograniczanie zachowań agresywnych, zarówno w życiu szkolnym jak i poza szkolnym.

Różne przyczyny leżą u podłoża agresji i na różne sposoby można jej zapobiegać. Myślę, że ważną sprawą jest to, abyśmy my, dorośli dawali dobry przykład panowania nad gniewem i powstrzymywania się przed agresją. Często jednak, podobnie jak młodzi ludzie nie kontrolujemy swoich emocji. Zdarza się problemy chcemy rozwiązywać z podniesionym głosem i że na złość nastolatka odpowiadamy jeszcze większą złością - no bo jak on śmiało podnosić na nas głos lub z twarzą czerwoną od gniewu pouczamy, jak powinien panować nad sobą. Jest to moim zdaniem, największy błąd, jaki zdarza się popełniać dorosłym.

6. Bibliografia

1. Ranschburg J.: Lęk, gniew, agresja.
2. Szewczuk W.: Słownik psychologiczny.
3. Zimbardo P.G. Ruch F.: Psychologia i życie.
4. Frączek A.: Agresja wśród dzieci i młodzieży.
5. Sikorki W.: Agresywność młodzieży a jej preferencje dotyczące programów telewizyjnych. Psychologia Wychowawcza 1998 r.

Opracowała:
mgr Elżbieta Rutkowska