

Zdefiniowanie agresji nie jest tak proste, jakby się mogło wydawać. Agresja i przemoc to bardzo poważny problem społeczny, który od dawna budzi zainteresowanie badaczy pragnących zgłębić istotę, przyczyny i rozmaite aspekty tego zjawiska.

Otóż agresja to zamierzone działanie, którego celem jest wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, straty lub bólu. W psychologii jest to określenie zachowania ukierunkowanego na zewnątrz lub do wewnątrz. Wyróżnić można m.in. agresję wrogą, czyli taką, która ma na celu zranienie lub zadanie bólu, agresję instrumentalną, która służy innemu zadaniu niż zranienie, agresję prospołeczną, chroniącą interesy społeczne, agresję indukowaną, która powstaje w efekcie psychomanipulacji, a także agresję odroczoną i autoagresję skierowaną na własną osobę. Bogactwo opisów zachowań agresywnych jest bardzo duże i zróżnicowane.

Wspólne jednak jest to, że umyślność, intencja, zamiar szkodenia zawsze poprzedza każde działanie agresywne. Czynności agresywne kształtują się, ponieważ dzięki nim można realizować pewne potrzeby, uzyskiwać satysfakcję lub unikać przykrych emocji. Czynności te polegają na postępowaniu niezgodnym z normami i zasadami współżycia w grupie, społeczeństwie. Za agresywne można uznać np. dziecko, które bije inne dzieci, skarży się na nie, czyni złośliwe uwagi, wywołuje konflikty, niszczy przedmioty, męczy zwierzęta, narzuca rówieśnikom swoje zdanie, a w swoim zachowaniu reprezentuje nienawiść i wrogość.

Agresja ma dwa oblicza, może więc przyjmować dwie formy. Jedną, którą nazywamy wyładowaniem i drugą nazywaną osiągnięciem. W pierwszej formie chodzi o wyładowanie nieprzyjemnych emocji takich jak złość, gniew czy lęk. Przejawia się to w bardzo różnych formach działania, począwszy od krzyku, aż do pobicia kolegi bez powodu. Takie wyładowanie może zlikwidować powstałe emocje lub przynieść tylko chwilową ulgę, zależy to między innymi od celu wyładowania.

Drugą formą jest osiągnięcie czyli okazywanie swoich uczuć, pokonanie trudności oraz osiągnięcie ważnego dla siebie celu. Jednak chęć osiągnięcia celu nie zmniejsza się, a wręcz przeciwnie rośnie i w związku z tym tak, jak poprzednio pojawia się przemoc. Agresja może być komunikatem do osoby dorosłej ze strony dziecka. Dziecko w ten sposób próbuje poinformować nas o problemach z którymi sobie nie radzi.

Dzieci, którym poświęca się zbyt mało czasu są mało tolerancyjne, niewrażliwe, a nawet bezwzględne w egzekwowaniu tego, co według nich im się należy. Warto więc zwrócić uwagę na wychowanie pociech, ponieważ dzieci agresywne mogą mieć z tego powodu problemy. Może dojść do tego, że mają potrzebę dominacji wobec innych, bronią własnych praw lekceważąc prawa innych, są biegłe w udawaniu, dość wcześnie prezentują zachowanie antyspołeczne takie jak kradzież, wandalizm i picie alkoholu, a także trudno jest im się dostosować do ogólnie przyjętych reguł.

Dobrze jest nauczyć dziecko, aby akceptowało samego siebie i odnalazło w sobie dobre wartości na których ma możliwość się oprzeć. Osobnicy agresywni myślą zupełnie inaczej niż większość społeczeństwa, koncentrują się na sobie, nie dbając o to czy kogoś zranią i zrobią mu krzywdę. Większa część ludzi wybiera zachowania nie-agresywne, ponieważ uważają oni, że agresja jest niemoralna, niewłaściwa i antyspołeczna. Niestety walka z agresją jest bardzo długotrwałym procesem, często nie przynoszącym wielkich sukcesów. Ludzie powinni pamiętać, aby sami byli modelami nieagresywnego zachowania, a poczucie własnej wartości dziecko powinno wynieść z domu rodzinnego.

Daniela Kaczmarek
Psychologia **mBrokers.pl**

