

„Jak radzić sobie z przemocą
i agresją w szkole”

Pojęcie agresji

agresja (aggresio - łac. napad)

przez agresję rozumie się każde zamierzone działanie agresywne, wrogie, gwałtowne fizycznie lub słowne mające na celu wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, krzywdy, straty, bólu fizycznego czy cierpienia psychicznego.

Osoby zachowują się również agresywnie wtedy, gdy niszczą swoje lub cudze rzeczy, wyposażenie pomieszczenia.



**O agresji można mówić
wtedy, gdy obie strony
mają podobną siłę fizyczną
i psychiczną. Zaatakowana
osoba potrafi bronić swoich
praw.**



W pojęciu **agresji** zawsze akcentowane są dwa zasadnicze elementy:

-zachowanie takie niesie **negatywne skutki dla ofiary**.

-**jest intencjonalne**, czyli zamierzone, celowe.

Przemoc

Ma miejsce wówczas, gdy osoba atakująca jest silniejsza fizycznie lub psychicznie, albo jest starsza. Cechą charakterystyczną jest zatem nierównowaga sił.

Przemoc jest zachowaniem agresywnym i jednocześnie destruktywnym w stosunku do innej osoby lub grupy osób.

Przemoc to każdy zamach na swobody jednostki.

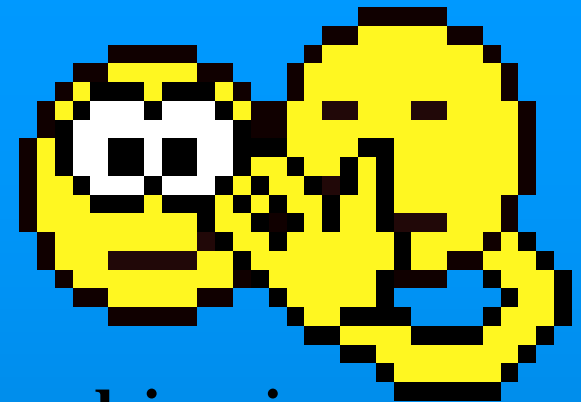
Przemoc to takie zachowania jednostki lub grupy, w wyniku których inne osoby ponoszą uszczerbek na ciele lub w zakresie funkcji psychicznych.

Przemoc może mieć charakter instrumentalny (środek do realizacji określonych celów) lub bezinteresowny (poszukiwanie zadowolenie w znęcaniu się nad innymi) oraz indywidualny i zbiorowy.

**Przemoc narusza podstawowe prawo
każdego człowieka –
prawo do życia w poczuciu
bezpieczeństwa.**

**Zawsze wiąże się z emocjami,
które najtrudniej jest
kontrolować, mianowicie
ze złością, gniewem,
nienawiścią.**

Jakie są rodzaje przemocy?



- **Przemoc fizyczna** (bicie, popychanie, podcinanie, wymuszanie pieniędzy, niszczenie własności, kopanie, plucie);
- **Przemoc słowna** (przezywanie, wyśmiewanie, grożenie, ośmieszanie, plotkowanie, namawianie się, szantaż, obrażanie)
- **Przemoc bez użycia słów i kontaktu fizycznego** (wrogie gesty, miny, izolowanie, manipulowanie)

Pośrednie formy przemocy tj. ośmieszanie, przezywanie, izolowanie są tak samo krzywdzące i bolesne, jak bezpośredni atak.

Z sytuacją znęcania się mamy do czynienia:

gdy osoba słabsza jest przez dłuższy czas narażona na ataki (bezpośrednie lub pośrednie) ze strony innego silniejszego kolegi czy grupy.

Nie potrafi się im przeciwstawić.



W przypadku przemocy tworzą się **dwie role: ofiary i sprawcy**, które mają wpływ na dalsze funkcjonowanie człowieka.

Definicje

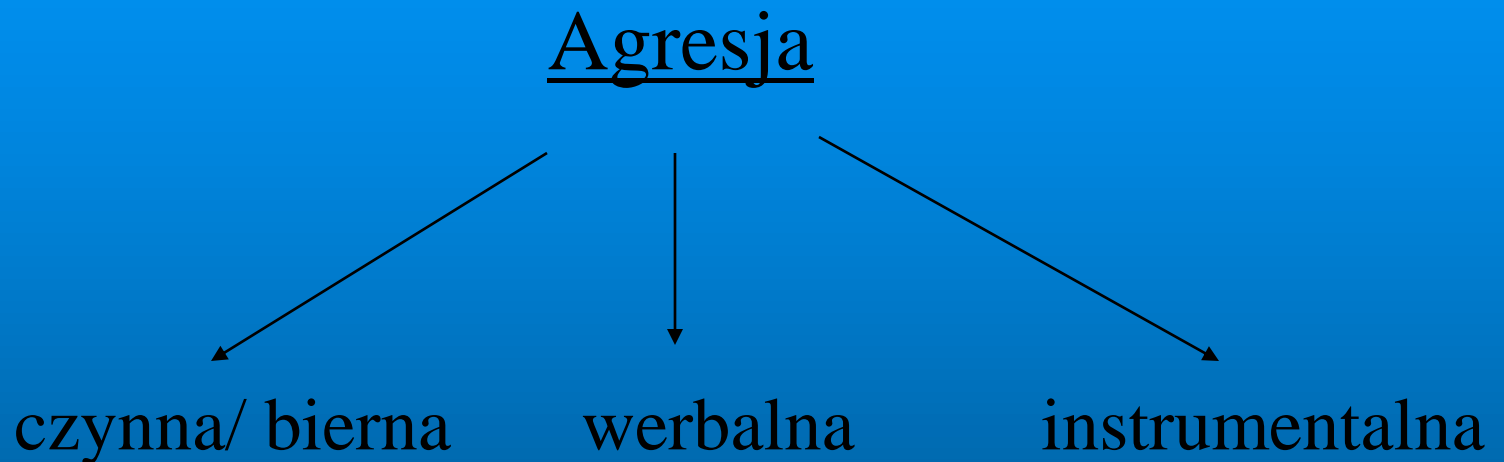
- OFIARY
(OPRESORA)

jest to osoba, której dobro chronione prawem zostało naruszone lub bezpośrednio zagrożone przez zachowanie agresywne

- SPRAWWCY
(AGRESORA)

jest to napastnik, osoba działająca lub posługująca się metodami agresji

Rodzaje agresywnych zachowań



AGRESJA SŁOWNNA

- atak na charakter osoby
- atak na kompetencje („Jak możesz być taki głupi?”)
- atak na pochodzenie („Jesteś taką samą ofiarą życiową jak twój ojciec”)
- atak na wygląd fizyczny („Czy zawsze musisz wyglądać jak niechluj?”)
- oszczercze porównanie („Z ciebie nigdy nic nie będzie”)
- dokuczanie
- ubliżanie i przeklinanie
- wyśmiewanie i ośmieszanie
- grożenie
- obrzucanie wyzwiskami
- niewerbalne symbole (robienie uwłaczających min.)
- uszczypliwość lub kpiny

AGRESJA FIZYCZNA:

- bójki pomiędzy uczniami:
- uderzanie (pięścią)
- kopanie
- potrząsanie
- duszenie
- przypalanie
- strzelanie
- pchnięcie nożem, itp. ostrymi przedmiotami
- spoliczkowanie
- dawanie klapsa
- „pacnięcie” kogoś
- ataki na nauczycieli
- napastowanie seksualne

Formy agresji

- bezpośrednia (bicie, kopanie)- fizyczna;
ma postać agresji fizycznej, werbalnej i ekspresywnej
- pośrednia (plotkowanie, wyśmiewanie)-
słowna;
to najczęściej agresja werbalna, jawna i ukryta np. agresywne marzenia

Formy przemocy

- **Fizyczna:** bicie, popychanie, dręczenie fizyczne (tortury)
- **Emocjonalna:** wywieranie presji psychicznej, poniżanie, szantaż emocjonalny (będę Cię kochać, jeśli ...)
- **Społeczna:** presja kolegów grupy, przymus grupowy, presja społeczna.

Reakcje na agresję

```
graph TD; A[Reakcje na agresję] --> B[bierna]; A --> C[czynna]; B --- D["(brak reakcji otoczenia na zachowania agresywne)"]; C --- E["(zareagowanie w sytuacji, gdy ktoś jest ofiarą agresji poprzez zgłoszenie takiego zachowania nauczycielowi lub innej dorosłej osobie)"];
```

bierna

(brak reakcji otoczenia na zachowania agresywne)

czynna

(zareagowanie w sytuacji, gdy ktoś jest ofiarą agresji poprzez zgłoszenie takiego zachowania nauczycielowi lub innej dorosłej osobie)

Koncepcje agresji

Aby przybliżyć i zrozumieć **przyczyny** zachowań agresywnych należałoby przyjrzeć się postaciom zachowań agresywnych, a jest ich kilka.

AGRESJA JAKO:

- instynkt
- frustracja
- nabyty popęd
- nawyk

Agresja jako instynkt

przyjmuje się, że powstała ona w drodze ewolucji i służy do utrzymania gatunku, to znaczy, że człowiek rodzi się z tzw. gotowym „instynktem walki”, takim jaki posiadają organizmy niższe ewolucyjne od człowieka.



Agresja jako reakcja na frustrację

**Frustracja pojawia się
wówczas gdy z
jakichkolwiek przyczyn
osiągnięcie celu jest
odsunięte w czasie lub w
ogóle niemożliwe.
Wówczas ogromnie
trudno jest opanować
nam własną złość.**

**Cel był bardzo blisko
osiągnięcia i nagle
okazuje się, że jest to
niemożliwe.**



Agresję rozpatruje się również jako nabyty popęd

taki gniew jest uważany
za główny czynnik
skłaniający nas do
stosowania przemocy.
Kiedy w określonych
sytuacjach reagujemy
agresywnie wyuczamy
się ich i tkwią w nas
głęboko jako **nawyk**.



Czynniki sprzyjające stosowaniu przemocy

- ❖ Szybkie tempo życia – postęp cywilizacyjny, urbanistyczny, a z drugiej strony brak czasu dla domu, dla dziecka, dla najbliższych, zastępowanie dialogu telefonem i komputerem

- ❖ Przemoc w rodzinie – przekazany wzorzec zachowania się wobec osoby słabszej.
- ❖ Wpływ grupy rówieśniczej (naśladowanie osób ważnych w grupie, a zachowujących się agresywnie).

Długotrwałe dokuczanie ofierze powoduje, że uczniowie zmieniają do niej swój stosunek: widzą ją jako mniej wartościową, zasługującą na taki los, wówczas poczucie winy grupy agresorów, a także obserwatorów maleje.

- ❖ Moda na tzw. „wygodne” i łatwe życie, bez odpowiedzialności i konsekwencji za swoje postępowanie.
- ❖ Wzory bezkarności i bezsilności prawa wobec świata przestępczości , pokazywane publicznie;
- ❖ Kreowanie okrucieństwa i przemocy w mediach (filmy akcji z bronią i zbrodniami, gry komputerowe, bajki dla dzieci, pełne agresji i przemocy).

Cechy charakterystyczne agresorów:

- ✓ Sprawcy przemocy to częściej chłopcy (zwłaszcza przemocy fizycznej). Coraz częściej jednak zachowania agresywne są zauważane wśród dziewcząt, dominuje tu agresja słowna, odrzucenie w grupie, wyśmiewanie.



- ✓ **Wybierają sobie zawsze słabszych kolegów, „...wiadomo, żeby nie oberwać..”**
- ✓ **Mają potrzebę dominowania i tyranizowania innych, chętnie uciekają się do przemocy i gróźb. Obnoszą się swoją faktyczną ale i wymyśloną władzą nad kolegami**



- ✓ Są porywczy, impulsywni, charakteryzuje ich niski próg tolerancji na frustrację, potrzeba dominowania, z trudem przystosowują się do panujących norm i zasad. Dla korzyści chętnie Cię oszukają. Doświadczenie bycia sprawcą przemocy wpływa na przyszłe życie dziecka. Ma ono kłopoty z przestrzeganiem norm i wartości społecznych, wchodzi w konflikt z prawem o wiele częściej niż pozostali.

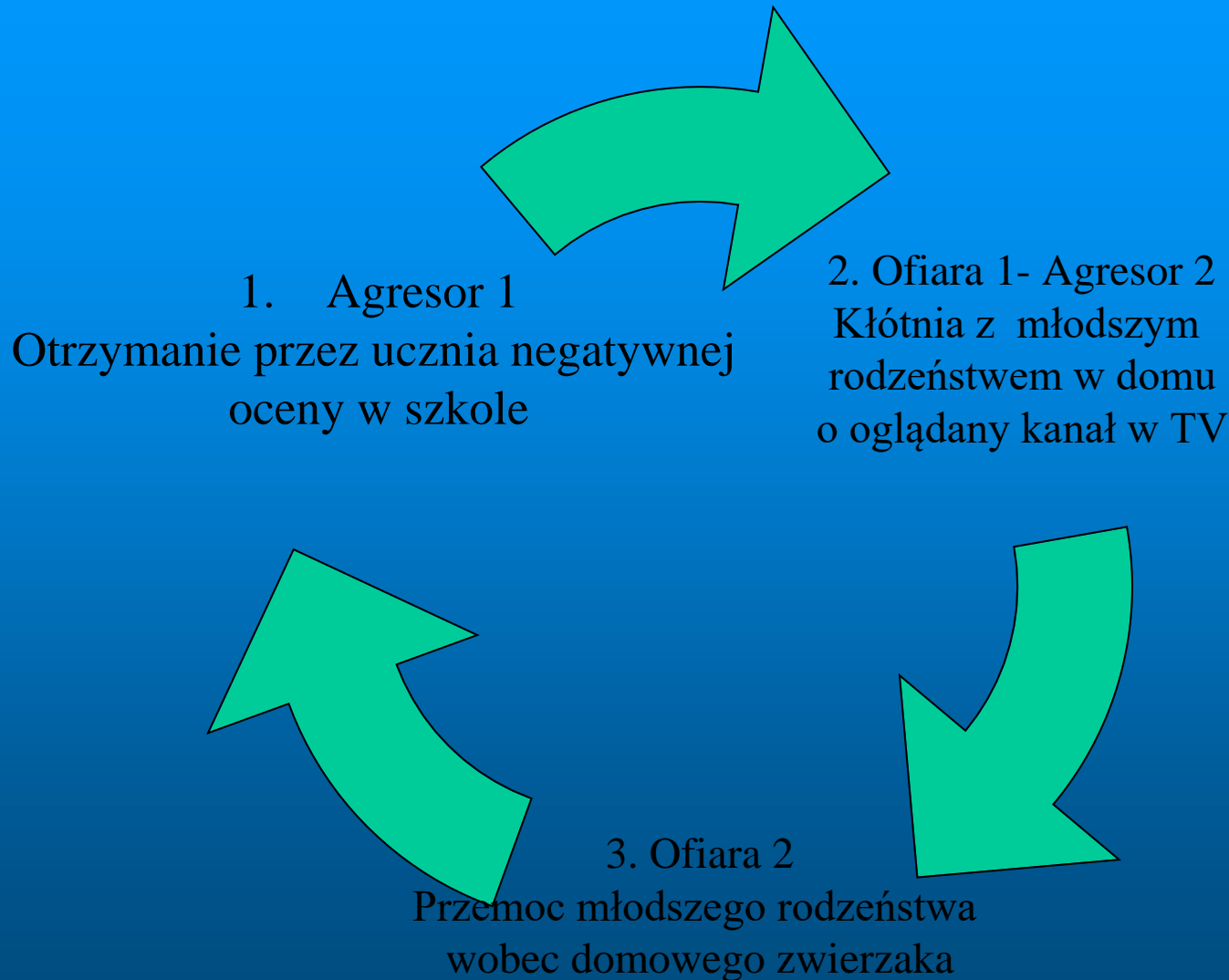


- ✓ Często są zbuntowani, nieposłuszni i agresywni także wobec dorosłych. Sprytnie wykręcają się z trudnych sytuacji.
- ✓ Nie współczują dręczonym uczniom, nie zastanawiają się, jak by to było gdyby oni byli na ich miejscu;
- ✓ Nie są lubiani w szkole, mają poparcie w grupce takich samych, jak oni

Posłuchajmy dowcipu o Szkolnym Siłaczu

- *„ Uważa siebie za boksera i mówi, że na boksie zna się, lecz przeciwników wciąż wybiera spośród najslabszych uczniów w klasie...”*

Cykl agresji



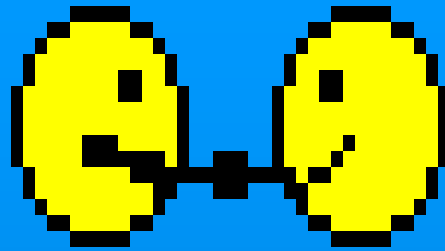
Konsekwencje dla ofiar przemocy są ogromne, rzutują na całe życie człowieka.

- Ofiary przeżywają głębokie uczucie poniżenia i upokorzenia, strach, wstyd oraz dezorientację.
- Długofalowe skutki dla ofiar:
 - obniżenie poczucia własnej wartości oraz samooceny,
 - izolacja społeczna,
 - tendencje autodestrukcyjne
 - utrwalony „syndrom ofiary”, ujawniający się przez całe życie osoby.



Formy poradzenia sobie z agresją

- „rozminuj” swoją agresję poprzez wysiłek fizyczny uprawiając sport
- porozmawiaj z zaufaną osobą np. koleżanką/ kolegą, rodzicami, wychowawcą, panią pedagog lub psycholog
- mów o swoich emocjach
- nie wstydź się prosić o pomoc



Podstawą naszej wygranej nad przemocą i agresją jest dialog. Szczera, otwarta rozmowa w domu, w szkole, w klasie, w grupie kolegów. Konieczne jest również, aby nikt nie był obojętny na akty przemocy mające miejsce w jego otoczeniu, ponieważ „przemoc karmi się milczeniem” i jeśli nikt nie zareaguje, to przemoc pozostanie bezkarna.