

Agresívne prejavy v školskom prostredí

Agresivita v školskom prostredí je často skloňovaným fenoménom. Odborníci sa zhodujú v tom, že nie deti sú horšie, ale svet ktorý ich obklopuje sa zmenil. Deti majú nevhodnú výchovu, nedostatok podpory a porozumenia, sú obklopené technikou a informáciami, ktoré sú pre nich nevhodné. Patologické správanie je potom len formou obrany a prejavom neschopnosti riešiť náročné životné situácie.

Aký je rozdiel medzi agresivitou a agresiou?

Agresivita – je **útočnosť**, postoj alebo vnútorná pohotovosť k agresii. V širšom zmysle slova označuje schopnosť organizmu mobilizovať sily k zápasu o dosiahnutie cieľa a vzdorovať ťažkostiam. Každý jedinec je vybavený určitou mierou agresivity, či už vysokou alebo nízkou.

Agresia – **výpad, útok, jednanie**, ktorým sa prejavuje násilie voči objektu alebo nepriateľstvo a útočnosť s výrazným zámerom ublížiť. Je to **prejav agresivity** v správaní. Agresia má rozmanité formy ako napríklad facky, sácanie, kopance, hrubé násilie, vyhrážky, záchvaty zlosti, výhražná gestikulácia, mimika, náznakové ubližovanie, sarkazmus, irónia, slovné urážky a pod. V určitých prípadoch je ale tiež pozitívna, ak sa napr. použije v záujme zachovania vlastnej psychickej či fyzickej integrity (inštrumentálna nutná agresia).

Aké sú príčiny agresivity?

1. Organické poškodenie mozgu

Najčastejšie sa jedná o poškodenie v oblasti **mozgovej kôry** a **limbického systému**. Limbický systém je funkčná časť nervovej sústavy, ktorej jednotlivé štruktúry majú priamy vzťah k agresívnemu správaniu: činnosť hippocampu znižuje agresivitu, amygdala je zdrojom impulzov, ktoré agresivitu posilňujú, kôrové oblasti sú zas spojené so sociálnym učením. Pri poškodení čelového laloka je jedinec nadmerne vnímavý na podnety z okolia, je náladový, impulzívny, agresívnejší, často sa počas dospievania dopúšťa násilných trestných činov. K poškodeniu mozgu môže dôjsť v prenatálnom období - užívanie liekov, úrazy matky, perinatálne – proťahovaný, kliešťový pôrod, postnatálne - horúčky s krčmi, zápaly, nádory mozgu. V týchto prípadoch je namieste medikamentózna psychiatrická liečba.

2. Nevhodná výchova

Niekedy sa stáva, že rodičia nevidia v správaní dieťaťa problém, z agresívneho správania svojho dieťaťa obviňujú školu, pretože doma sa údajne správa normálne... Rodičia sa takýmto postojom zbavujú zodpovednosti, neprijímajú kritiku, niekedy tiež sami dieťa nabádajú k agresivite – v rámci „ostrých laktov“. V takýchto prípadoch ťahajú učiteľ aj psychológ za kratší koniec, avšak v období puberty sa agresivita často krát otočí aj voči rodičom a už sa nemusí dať zastaviť, ako pomoc zostávajú len represívne zásahy iných inštitúcií.

3. Neuspokojenie základných citových potrieb v ranom detstve

Pre optimálny vývoj zdravej osobnosti je od narodenia najdôležitejšia pevná väzba medzi dieťaťom a matkou. Väzba s biologickou matkou je nenahraditeľná a je podstatou základnej istoty dieťaťa. Dieťa je evolučne naprogramované na hladkanie, dotyky, na blízkosť. Nie je pripravené na situácie zo súčasnosti - nevšímavosť matky, hlasnú hudbu, opatrovatelku... Pokiaľ dieťa necíti bazálnu istotu, cíti úzkosť, je útočné a dráždivé, cíti sa ohrozené. Deti s neistou väzbou sú v škole tiež neisté, upozorňujú na seba, sú nesústredené, hyperaktívne. Predpokladá sa, že porušenie základnej väzby medzi matkou a dieťaťom je jednou zo základných príčin porúch správania v akejkol'vek forme – od opozičného vzdoru až po užívanie drog.

Pre lepšie pochopenie agresivity a agresie ponúkame niekoľko rozličných delení, či teórií, ktoré môžu osvetliť mechanizmy ich fungovania a navrhnúť vhodné prístupy k nej.

Podľa **spôsobu vybitia** môžeme agresiu rozdeľovať na:

- ❖ agresiu vybitú na neživých predmetoch
- ❖ agresiu vybitú na zvierati
- ❖ autoagresiu, sebapoškodzovanie, sebevraždu
- ❖ agresiu vybitú na človeku, viacerých ľuďoch

Agresia vybitá na neživých predmetoch

V školskom prostredí môže byť terčom útoku zošit, pravítko, lavice, skrinky a pod. Neživý predmet sa stáva prostriedkom uvoľnenia agresora, môže sa prezentovať pred ostatnými, ukazovať svoju silu. Takíto žiaci majú väčšinou nižšie sebavedomie, nevedia sa predviesť iným, pozitívnym spôsobom. Ak žiak na zlú známku zareaguje nadávkou alebo trieskaním predmetmi, kombinuje svoju agresivitu vybitú na neživých predmetoch s projekciou – zvaľuje vinu za neúspech na iného.

V takomto prípade sa odporúča nasledovné riešenie:

Učiteľ by nemal reagovať ihneď, mal by pokračovať vo výuke a niekoľko minút pred skončením hodiny sa vrátiť k situácii, v ktorej žiak nevhodne zareagoval (žiak aj učiteľ sú ukludnení, spolužiaci situáciu tiež vidia s odstupom) a uložiť sankciu, samozrejme pred celou triedou. Ak by učiteľ zareagoval na nadávku ihneď, začal by sa boj, ktorý by mohol v očiach spolužiakov skončiť prehrou učiteľa.

Agresia vybitá na zvierati

Ak je dieťa rozrušené, zvieria sa ľahko môže stať predmetom záujmu pri odreagovaní jeho napätia. Ide sa k nemu napríklad pohrať, ale pretože je nahnevaný na rodiča či spolužiaka, ktorým si nedovolí odporovať, vybijá si hnev napr. ťahaním, kopaním, atď. na bezbrannom tvorovi. Podporovanie alebo nezamedzenie agresie vybijanej na zvierati sa môže zmeniť na agresiu voči človeku. Dieťa je totiž tvor učenlivý a keď zistí, že sa zvieria nedokáže brániť, dovolí si agresívne vystupovať voči iným, ktorí nemajú v repertoári svojho správania agresiu či primeranú obranu.

Autoagresia, sebapoškodzovanie, sebevražda

Základom autoagresie je veľmi silné vnútorné napätie – stres, frustrácia, rozvod rodičov, CAN, aktívne psychické týranie (nadávky, ponižovanie), pasívne psychické týranie (nedostatok lásky, vysoké nároky na dieťa, porovnávanie súrodencov). Vnútorné napätie je tak nepríjemné, že jedinec bolestivý podnet spôsobený samým sebou vníma ako príjemný a bolesť ho uvoľní.

Častá je autoagresia u obetí šikanovania, tiež rituálne sebapoškodzovanie pri vstupe do partie. Príkladom príčiny sebapoškodzovania je aj zaškolenie dieťaťa nezrelého pre plnenie povinnej školskej dochádzky. Pre dieťa sú školské povinnosti veľmi náročné, nezvláda tlak povinností, zároveň chce vyhovieť rodičom, napätie sa mení na agresiu, ktorú obracia proti sebe – môže si obhrýzať nechty, vytrhávať vlasy a pod.

Z pohľadu vzniku agresie je základom delenie na emocionálnu, frustračnú a inštrumentálnu agresiu.

Emocionálna agresia – zdrojom agresie je nahromadenie negatívneho prežívania, je dôsledkom negatívnych pocitov. Jedinec „zúri“, rozumom nie je schopný ovládať svoje emócie. Do krvi sa vylučuje značné množstvo adrenalínu, čo spôsobuje, že človek kope, kričí... činy nie sú pripravené dopredu. Žiaci náchylní k emocionálnym reakciám majú strach zo zlyhania, cítia sa bezmocní, sú precitlivení na kritiku.

Ako ju zvládnuť:

Odporúča sa nereagovať okamžite, ale nechať dieťa „vyzúriť sa“ v bezpečnom prostredí, mať k dispozícii matrac, vankúš, podporiť ho vo vybití emócie - „udri si“.

Nie je vhodné mu hovoriť: „prestaň, ukludni sa konečne..“ a pod., to pôsobí ako prilievanie oleja do ohňa. Tiež sa neodporúča uloženie trestu v čase, keď je dieťa v afekte, pretože neskôr, keď je už ukludnené, mu nie je jasné, za čo bolo potrestané. Situáciu je vhodné rozobrať neskôr, prípadne aj uložiť sankciu (napr. zápis do ŽK).

Frustračná agresia - frustrované sa môže cítiť dieťa, ktorému rodič dáva neustále najavo, že je nespokojný s jeho výkonom v škole, doma, poukazuje stále len na jeho negatíva.

K frustrácii môže viesť aj liberálna výchova kedy dieťa nemá vytvorené prirodzené hranice voči iným ľuďom, stále ich prekračuje a dostáva sa do konfliktov. V tomto prípade je frustrovaná potreba orientovať sa v praktických životných situáciách. Liberálne vychovávané dievčatá sú napr. často zdrojom manipulácie alebo ohovárania. Frustrovaný môže byť aj jedinec so slabým intelektom, neúspešný v škole, ktorý na frustráciu vo svojej psychickej výbave nenájde inú odpoveď ako agresiu.

Inštrumentálna agresia – môže byť cieľená a nutná. **Cieľená agresia** má jasný cieľ, je pripravená, nie je emocionálne podfarbená ako napr. frustračná agresia. Príkladom môže byť lúpež, v škole býva časté šikanovanie alebo agresívne vynucovanie si lepšej známky u učiteľa. V tomto prípade, ak učiteľ pristúpi na vyjednávanie, potvrdzuje funkčnosť tejto agresie. Za takýto typ agresie musí agresor niesť zodpovednosť, primeraný trest je nevyhnutný. Ak mu premyslená agresia prejde, dostáva signál „môžeš, nič sa ti nestane“. Charakteristika agresora: agresiou vedome uspokojuje svoje potreby, nie je úzkostný, netrpí pocitom menejcennosti, je sebaistý, má potrebu ovládať druhých, cíti sa silný, pohŕda súcitom.

Nutná agresia je obranou pred cieľenou agresiou. Ako príklad uvidíme situáciu, keď sa na človeka rúti pes, ten v sebaobrane zoberie palicu a udrie ho. V škole býva tento typ agresie častokrát ťažko rozpoznateľný, nutnou agresiou sa často bráni dieťa, ktoré sa dá ľahko vyprovokovať a jeho agresia je len reakciou na provokáciu. Pre učiteľa, ktorý chce odhaliť takúto obrannú agresiu, môže byť dobrou pomôckou situácia, ak sa v triede nenájde ani jeden žiak, ktorý by sa údajného agresora zastal. Vtedy je veľmi pravdepodobné, že sa na ňom všetci bavia alebo majú strach, že keď sa ho zastanú, môžu byť nabitúce na jeho mieste oni.

Riešením je ohraničenie situácie: „Vidím, že si nahnevaný, myslím si, že ťa vyprovokovali“. Skutočnému útočníkovi treba dať najavo, že sme ho prekukli, obeť, že ho aspoň niekto chápe. Dieťa reagujúce na agresiu si nezaslúži byť potrestané, potrebuje skôr podporu a posilniť svoje sebavedomie.



Príčiny zvýšeného výskytu agresie u detí a mládeže v súčasnosti

1. Potvrdenie funkčnosti agresie

Niektorí jedinci majú zvýšenú tendenciu agresiou zastrašovať, posilňovať si svoje miesto v kolektíve. Jedinci, ktorým agresia funguje k presadzovaniu svojich zámerov a svojej pozície, veľmi skoro strácajú zábrany, kam až môžu vo svojom správaní zájsť. Agresia slúži ako prostriedok na vyriešenie problémov a v dospelom veku majú výraznú tendenciu k sociálno – patologickému správaniu násilného typu.

Ak rodič ustupuje požiadavkám a vzdorovaniu dieťaťa, dáva mu jasný signál: Rob to ďalej, veď to funguje! Scenáre správania, ktoré dieťa používa, sa často vytvárajú vo veku 3 – 4 rokov. Už v tomto veku dieťaťa je potrebná **výchovná dôslednosť a neústupnosť**. Ak dieťa s rodičom manipuluje v tomto veku, môže počítať s tým, že to tak bude aj v puberte. V takomto prípade sú v škole učitelia bez spolupráce s rodičmi bezmocní.

2. Nejasné pravidlá vo výchove

Jasné pravidlá (čo za čo bude) podporujú v dieťati istotu, že každý problém sa dá vyriešiť a ak spraví nejaký prešľap, ponesie si za to prirodzený následok, ktorým sa tento prešľap vyrieši. Ak je rodič pre dieťa nečitateľný a odmena a trest závisia na jeho nálade, dieťa sa stáva neisté, zvyšuje sa v ňom napätie a agresia.

3. Výrazný nesúlad v hraniciach školy a rodiny

Škola sa riadi jasnými pravidlami. V ideálnom prípade sú pravidlá v rodine o trochu voľnejšie ako v škole, sú však jasné.

Nesúlad nachádzame ak:

- ❖ **Hranice v rodine sú veľmi široké alebo nie sú žiadne** (čo je pre školu neprijateľné, je v rodine normálne). Rodičia sa často vyjadrujú tak, že doma s dieťaťom nemajú žiadne problémy. Pravda je však taká, že aj doma sa správa problematicky, ale rodičia to považujú za normálne.
- ❖ **Hranice v rodine sú veľmi úzke** (až vojenský dril), potom sú hranice školy pre žiaka veľmi široké, nevie si s nimi poradiť, robí veci, ktoré doma nemôže a ventiluje sa tu. Z týchto detí sa pomerne často stávajú tzv. kultivovaný agresori.

4. Vplyv partíí (subkultúry)

Významnú rolu zohráva vodca skupiny, jeho správanie sa stáva príkladom pre ostatných, deti sa s ním identifikujú. Ak je agresia v skupine prijímaná ako norma, člen skupiny má tendenciu sa s ňou bezmyšlienkovite stotožniť, jedná pod vplyvom davu, dopustí sa činov, ktoré by sám nikdy neurobil, pretože za výsledok agresie nesie vinu skupina nie jednotlivec.

Aké deti inklinujú k agresívnym partiám?

- ❖ deti s neuspokojenou potrebou niekam patriť
- ❖ deti vychovávané príliš autoritatívne
- ❖ v rodine sú nejasné pravidlá, v partii nachádza istotu
- ❖ agresivita v rodine

5. Predčasná selekcia detí školského veku

Zaraďovanie detí do špecializovaných tried má nielen svoje pozitíva ale aj negatíva. Žiaci z takýchto tried strácajú kontakt s ostatnými deťmi školy, sú považované za hlúpe – prirodzenou obranou je agresia, chýba zdravá konkurencia, nemá ich kto „potiahnuť“. Vo „výberových“ triedach sa naopak vyskytuje elita školy, žiaci sa radi pozerajú na ostatných zhora. V triedach, čo zostanú, sú priemerní a podpriemerní žiaci – nemajú ťahúňa, chýba motivácia, dochádza k zhusteniu problémových žiakov. Je nutné podporovať talenty, umožniť im rozvíjať svoj tvorivý potenciál, ale snažiť sa to robiť v ich prirodzenom prostredí bez nutnosti predčasnej a násilnej selekcie.

5. Mediálne násilie

Médiá majú veľkú moc ovplyvňovať myslenie, cítenie a správanie ľudí. Prostredníctvom TV sa ľahko manipuluje s informáciami, zjednodušuje sa realita, uprednostňujú určité názory. Agresia v TV môže slúžiť ako vzor – dieťa má pomerne malú rozlišovaciu schopnosť, čo je skutočnosť a čo fikcia. Časté sledovanie násillia upevňuje presvedčenie, že agresia je prípustná.



Zvládanie a riešenie agresívneho správania žiaka v škole

Zvládanie a riešenie agresívneho správania závisí od typu agresie. Emocionálnu agresiu zvládneme najlepšie vybitím na neživom predmete (boxerské vrece, vankúš) s možným slovným sprievodom: „Udri, môžeš“ a pod. Akékoľvek trestanie alebo dohováranie je kontraproduktívne. Známa je metóda pevného objatia – skôr doma a u menších detí.

V školskom prostredí je nutné pre zvládnutie agresie žiakov použiť **sankcie** – hlavne keď je **agresia inštrumentálna**.

Pri sankcionovaní agresívneho správania treba dodržiavať základné pravidlá:

1. Medzi agresívnym správaním a použitím sankcie má byť krátky interval. Uloženie sankcie po niekoľkých dňoch je bezpredmetné z týchto dôvodov:
 - jedinec si už nepamätá presne ako sa správal, dochádza k skresľovaniu celej situácie
 - začne vnímať trest ako nespravodlivý
 - často sa premyslene obhajuje, zvaľuje vinu na iných.
2. Sankcia musí byť adekvátne, aby nedošlo k bagatelizácii agresívneho správania.
3. Správanie, za ktoré je jedinec potrestaný, musí byť presne definované. Napr. : „ túto sankciu si dostal za to, že si kopal spolužiaka“.
4. Každá sankcia musí mať zmysel.
5. Každá sankcia musí mať jasný začiatok a koniec – neohraničený trest zvyšuje u žiaka agresivitu a hnev. Jeho nekonečnosť je pre neho demotivujúca. Nevhodné sú inštrukcie typu: „Pokiaľ sa nezlepíš, nesmieš ...“. Treba dbať na to, aby sme sa k priestupku, za ktorý už bol jedinec potrestaný, nevracali!
6. Sankciu je nutné uložiť v klude, bez emócií.
7. Časté používanie trestov môže mať za následok únik alebo opätovné agresívne správanie.



Agresívny rodič v škole

Pri jednaní s agresívnym rodičom v škole by sme mali mať na pamäti nasledujúce pravidlá:

- ❖ Pomenujte agresiu: „Vidím, že sa hneváte a máte na to právo“. Táto formulka vráti rodiča do reality. Rodič je pripravený na boj a nečaká že niekto by mohol jeho agresiu chápať.
- ❖ Nikdy nejednajte s agresívnym rodičom postojacky. Ponúknite mu stoličku, nech si sadne ako prvý, čím vyjadríte rešpekt voči nemu. Je vhodné, keď si sadnete oproti sebe a medzi vami je stôl. Snažte sa o uvoľnenie atmosféry ponúknutím čaju, kávy, vody.
- ❖ Snažte sa udržať kontakt z očí do očí.
- ❖ Vhodné je vyjadriť aj svoje osobné pocity pri útoku rodiča, vyjadriť, že nás jeho správanie zraňuje. Vyjadrujeme sa však len k správaniu v danej situácii, nezovšeobecňujeme. Niekedy práve tento moment zastaví narastanie agresívneho správania.
- ❖ Nechajte najskôr hovoriť rodiča, neradte mu, ak rady odmieta. Podporte jeho úvahy otázkami typu: „Čo by ste mohli vy urobiť preto, aby sa zmenilo správanie dieťaťa? Čo platí na vaše dieťa?“
- ❖ Snažte sa prevziať iniciatívu a riadiť rozhovor, postupne určovať tému rozhovoru.
- ❖ Ponúknite kompromisné riešenie, respektíve sa spýtajte na predstavu rodiča o riešení problému, prípadne ponúknime na výber z viacerých možností riešenia.
- ❖ Ak kritický, resp. agresívny postoj rodiča pretrváva napriek vašej snahe o spoluprácu, môžete mu ponúknuť, aby žiadal zmenu triedy pre svoje dieťa. Rodič často k takémuto riešeniu nesiahne, lebo si uvedomuje, že dieťa je zvyknuté v danej triede, má už vytvorené sociálne väzby so spolužiakmi aj učiteľmi. V tomto momente si uvedomí, že pre jeho dieťa je výhodnejšie, ak bude aj on spolupracovať s učiteľom.
- ❖ Stretnutie zakončite pozitívne: „Vážim si, že máte záujem riešiť problémy svojho dieťaťa, aj ja vám vyjdem v ústrety, môžete prísť do školy častejšie“ a pod.
- ❖ Myslite na to, že každý má právo brániť svoje dieťa.

Najčastejšie chyby pri komunikácii s agresívnym rodičom:

- učiteľ povie rodičovi, aby sa ukludnil, to ho ešte viacej nahnevá,
- učiteľ na agresiu reaguje agresiou alebo konfrontačným postojom.

Nikdy by sme nemali zabudnúť, že:

- každý rodič vychováva svoje dieťa najlepšie ako vie (nemôžeme očakávať, že napr. rodič, ktorý strieda zamestnania je schopný viesť dieťa k systematickej príprave na vyučovanie) a ako bol vychovávaný on sám.

Literatúra:

Smiková E, Kopányová A.: Pedagogické možnosti znižovania agresivity detí v školskom prostredí. MPC 2013

Martínek, Z.: Agresivita a kriminalita školní mládeže. Praha, 2009.

Lorenz, K.: Takzvané zlo. Praha 1992

www.skolskyportal.sk

spracovala Mgr. Sylvia Tichá

CPPPaP, Zvolen, apríl 2020