

# **Agrese a agresivita**

Agresivní chování člověka je přirozenou součástí jeho sociálního chování a zároveň je součástí chování zaměřeného na uspokojení potřeb a dosahování cílů.



# Agrese

Není přemýšlení o tom, jak udělat někomu něco špatného, ani plánování a představování si, jak někoho zranit a poškodit. **Je to chování!**

Znakem agrese je cílevědomost a úmysl.

**= chování, které vědomě a se záměrem ubližuje, násilně omezuje svobodu a poškozuje jiné osoby nebo věci.**

# Agrese

- Náhodné poškození jiné osoby, stejně jako poškození díky neopatrnosti není agresí.
- Agresí rozumíme jak chování, ale lze ji i definovat jako čin nebo jako situaci (událost).

**= uskutečněné nebo uskutečňované záměrné poškození jiné osoby.**

# Znaky agresivního chování

- Poškozuje jinou osobu.
- Je záměrné.
- Porušuje situačně - relevantní normy.
- Není motivované snahou pomoci dané osobě ani jinými prosociálními úmysly.

# Agresivita

= **vnitřní pohotovost** jednat agresivně v různých typech situací (rys osobnosti)

- Agresivita je tendence k agresí.
- Přirozená a nutná vlastnost živočichů, aby přežili v přírodních podmínkách.

# Cíl agrese

Zničení překážky nebo demonstrace hrozby, síly, převahy.



# Hostilita

= **všeobecný nepřátelský postoj** vůči lidem.

- Může být příčinou agresivity.
- Nemusí se projevovat ubližováním jiné osobě (agresí).
- Projevuje se např. tím, že jedinec nemá rád jinou osobu, negativně se o ní vyjadřuje, přeje jim neúspěch, nemoc...



# Druhy agrese

- Fyzická x slovní (nebo-li brachiální x verbální)
- Přímá x nepřímá
- Ofenzivní x defenzivní
- Afektivní x instrumentální
- Reaktivní x proaktivní
- Autoagrese
- Tyranizování, obtěžování, šikanování

# Psychická agrese

- Ponižování
- Zesměšňování
- Urážení
- Zastrášení
- Vydírání
- Manipulace

# Příčiny a faktory agresivního chování

Situační faktory

Biologické faktory

Faktory sociálního prostředí

Osobní faktory

# Situační faktory

- Averzivní podněty
- Princip odplaty
- Vyšší teplota prostředí
- Narušení osobní a intimní zóny



# Biologické faktory

- Oblasti mozku
- Dědičnost
- Alkohol
- Nízká hladina cukru v krvi
- Testosteron
- Metabolismus serotoninu



# Faktory sociálního prostředí

- Kultura
- Normy
- Zvyky
- Způsob řešení situací
- Média
- Skupiny a mocenské struktury



# Sledování agrese v televizi

Experiment - 2 skupiny dětí.

- 1. sledovala agresivní filmy,
- 2. neagresivní kreslené filmy.

Děti, které sledovaly agresivní filmy, se staly v interakcích s druhými dětmi agresivnější.

(Steuer, Applefield & Smith, 1971).

# Sledování agrese v televizi

Vědci sledovali 10 let návyky dětí sledujících televizi (800 dětí). Zjistili, že chlapci, kteří dávali přednost agresivním programům, jež obsahovali značně násilí, jsou agresivnější v interpersonálních vztazích.

Čím více agresivních programů sledovali chlapci ve věku 9 let, tím agresivnější byli po 10 letech.

U děvčat se toto nepotvrdilo ( ženský agresivní model v televizním vysílání téměř neexistuje).

Děvčata mají nižší tendenci k napodobování agresivního chování.



# Osobní faktory

- Zvýšená aktivační úroveň
- Zlost
- Vnitřní naladění
- Poznávání



# Vyvolané stavy

- **Aktivační úroveň (arousal)**

Zvyšuje ji např. cvičení, hluk, práce ve vysoké teplotě....).

- **Zlost**

- **Kognitivní procesy**

Je rozhodující, zda si **myslíme**, že má druhá osoba nepřátelské úmysly (ne tedy, jestli je skutečně má).

- **Deindividuace**

V některých případech není vykonavatelem agrese jednotlivec, ale skupina. Skupina umožňuje anonymitu.

- Některé formy agrese jsou schvalované (sport, filmy, knihy, pc hry), některé jsou zakázané (právní normy a zákazy agresivního jednání)
- Agrese může vyvolat řetězovou reakci

### Síla agrese je

- tím větší, čím větší je překážka
- tím menší, čím větší je trest za její použití
- Samotný jedinec je většinou méně agresivní

# Teorie agrese

- Agrese jako instinkt
- Teorie frustrace – agrese
- Teorie sociálního učení
- Teorie transferu excitace

# Agrese jako instinkt

- Lorenz (1992) *tzv. hydraulický model*
- **Agrese je energie, která se v nás uchovává a kupí, dokud ji nějaký podnět z prostředí neumožní se uvolnit.**
- Pokud tato energie není uvolněna přirozeným způsobem (boj, soupeření), mohou ji uvolnit i jiné podněty.
- Původně sloužila tato energie jako instinkt zachování rodu, potravy, teritoria.

# Teorie frustrace – agrese

- Dollard a Miller (1939)

„Agrese je vždy důsledkem frustrace, a obráceně...  
existence frustrace vždy vede k nějaké formě  
agrese.“

**Frustrace → agrese.**

# Teorie frustrace – agrese

- Frustrující podněty mohou být jakékoli sociální podmínky, které jsou překážkou naší spokojenosti (např. špatné bydlení, zaměstnání).
- Agresivní chování může potom mít mnoho forem od otevřené agrese po fantazii.
- Pokud máme uspokojeny základní potřeby a nejsou žádné překážky v dosahování cílů, jsme neagresivní.
- Dle Dollarda je „přirozený stav“ lidí být neagresivní!

# Hodnocení teorie frustrace – agrese

Ne vždy je agrese způsobena frustrací.



Ne vždy vede frustrace k agresi.



# Teorie sociálního učení

- Připisuje menší význam vrozeným a biologickým faktorům při vysvětlování agrese.
- **Agrese je naučené chování.**
- Učení nápodobou u dětí.
- U dětí je důležité učení se od dospělých (pozorování a imitace).
- Důležité při učení se agresi jsou její důsledky.

# Teorie transferu excitace

- Fyziologická aktivace se snižuje velmi pomalu →

Pokud za sebou následují dvě aktivizující události oddělené krátkým časovým intervalem, aktivace vyvolaná první událostí se může přenést na druhou a může být zkresleně celá připisována druhé události.

# Co s vlastní agresí?

- Agresivita je přirozeným způsobem sebeobranu organismu.
- Jakákoli potlačovaná emoce (energie) není dobrá.
- Nedostane-li se tato energie ven, obrátí se dovnitř a ohrožuje naše zdraví (psychické i fyzické).
- Agresivitě bychom měli dát volný průchod, ale s **OHLEDEM NA ZPŮSOB JEJÍHO VYJÁDŘENÍ !**

# BDI dotazník na agresivitu

- Víte o sobě jestli jste agresivní?
- Jaký typ agresivity u Vás převažuje?

Pojďme to zjistit 😊

# dokument

## „Kde se rodí agrese“

<http://www.ceskatelevize.cz/porady/10078274892-kde-se-rodí-agrese/205542150810001/>