

Agresja nastolatków

Agresja nastolatków to problem, który rodzi poważne konsekwencje, np. w środowisku szkolnym. Coraz częściej dorastająca młodzież szykanuje słabszych kolegów, dopuszcza się aktów przemocy, używa wulgarnego języka. Wybuchy złości i gniewu wynikają nie tylko z kryzysu tożsamości w wieku dorastania. Na agresję wpływa także środowisko wychowawcze i rówieśnicze, wzorce propagowane w mediach, brutalne gry komputerowe, chęć zaimponowania innym, podbudowania własnej samooceny i wzbudzenia respektu wśród kolegów. Zachowania agresywne świadczą tak naprawdę o słabości dzieci i braku umiejętności radzenia sobie z kumulacją negatywnych uczuć.

1. Dorastanie a agresja

Okres adolescencji to szczególnie trudny czas dla dorastającej młodzieży nie tylko ze względu na zmieniającą się sylwetkę, skok pokwitaniowy czy burzę hormonów. Dziecko przeżywa huśtawki nastrojów, jest labilne emocjonalnie, nieprzewidywalne, podejmuje często niezrozumiałe dla rodziców decyzje. Dochodzi do tego chęć przypodobania się rówieśnikom i konieczność odnalezienia się w nowej rzeczywistości szkolnej np. szkole ponadpodstawowej. Młodzi czują się bezradni, nie wiedzą jak mają się zachować, a swój brak orientacji w życiu społecznym wyładowują niekiedy agresją, która wśród nastolatków stanowi również sposób na zwrócenie na siebie uwagi innych – rodziców, opiekunów, nauczycieli, kolegów. Akty przemocy to komunikat: „Patrzcie, istnieję, jestem, nie ignorujcie mnie!”. Czas dojrzewania to okres testowania zakresu własnej swobody. Agresja staje się wówczas sposobem kontestacji norm i zasad proponowanych przez świat dorosłych.

Zachowania agresywne nastolatków wiążą się także z idealizmem młodzieńczym, niezgodą na biedę, niesprawiedliwość społeczną, ubóstwo, wyzysk i bezrobocie. Czasami agresję młodzi wnoszą z domu rodzinnego – wyzwiska, krzyki, bezustanna krytyka, poniżanie przez rodziców utrwalają w dziecku agresywny wzorzec funkcjonowania wśród ludzi. Agresja rodzi agresję i młody człowiek nie umie negocjować, tylko odwołuje się do przemocy. Niejednokrotnie dzieci są wyposażane przez opiekunów w przekonanie, że „życie jest brutalne”, zatem rodzi się pokusa, by o wszystko walczyć pięścią, a najlepsze są rozwiązania siłowe. Nie bez znaczenia pozostają media, kult mocy, siły i dominacji w grach komputerowych, który przenosi się na podwórko szkolne. Dzieci stają się nieczułe na krzywdę innych, a ten, kto mocniej uderzy cieszy się (pozornym) szacunkiem wśród kolegów.

2. Rodzaje agresji u nastolatków

Agresja u młodzieży nie ogranicza się niestety tylko do aktów okrucieństwa wobec słabszych kolegów czy koleżanek. Psychologów zatrwaza coraz bardziej fakt, iż dziewczęta nie ustępują w agresji chłopcom. Pojawiają się prześladowania, znęcanie się nad kolegami w klasie, obmawianie, pobicia, bójki, kradzieże, niszczenie mienia. Dominuje język przemocy, wulgaryzmy, agresja słowna. Niejednokrotnie grupa może znaleźć, tzw. „kozła ofiarnego”, nad którym będzie się pastwić i wykluczać ze swojego środowiska. Na ostracyzm grupowy

narażone są szczególnie osoby ciche, nieśmiałe, gorzej sytuowane, których nie stać na modne ubrania czy gadżety.

Czasami agresja wśród młodzieży nie ma charakteru przemocy fizycznej i jawnych aktów nienawiści. Może być to agresja bierna, przejawiająca się w postawie opozycyjno-buntowniczej, braku zainteresowania otoczeniem, arogancji, drażliwości, impulsywności wyrażonej w sposób zawołany, poczuciu braku sensu świata i abnegacji. Dziecko zaczyna lekceważyć aprobowane społecznie normy, nie dba o swój wygląd zewnętrzny, nie sprząta pokoju, podejmuje zachowania ryzykowne, eksperymentuje z narkotykami, uprawia przygodny seks, upija się do nieprzytomności, wagaruje, ucieka z domu. Jeszcze inny rodzaj agresji nastolatków to autoagresja, czyli przekierowanie gniewu na siebie samego. Akty samookaleczenia mogą świadczyć o depresji dziecka albo niskim poczuciu własnej wartości i braku zgody na porażki.

3. Przeciwdziałanie agresji wśród młodzieży

Jak radzić sobie w sytuacji, kiedy nasze dziecko jest agresorem albo ofiarą przemocy rówieśniczej? Przede wszystkim dorośli powinni dawać przykład i sami prezentować asertywny sposób komunikacji z innymi. Z dziećmi należy rozmawiać i nie unikać trudnych tematów, diagnozować przyczyny i skutki agresji, wskazywać na korzyści płynące z umiejętności negocjowania stanowisk i walki na argumenty, a nie na pięści. Poza tym nauczyciele i wychowawcy powinni kształtować postawę tolerancji dla inności i wzajemnej akceptacji, mimo niedoskonałości i wad. Na godzinach wychowawczych warto wprowadzić treningi radzenia sobie ze stresem, treningi asertywności, umiejętności konstruktywnego rozładowywania gniewu i frustracji itp.

Rodzice powinni interesować się życiem swoich dorastających dzieci, reagować na niepokojące sygnały, ale jednocześnie dawać racjonalny zakres swobody, by dziecko nie zaczęło się bardziej buntować, powinni otaczać je miłością i wsparciem. Ponadto warto być w stałym kontakcie ze szkołą, wychowawcą klasy dziecka, pedagogiem czy psychologiem szkolnym. Należy dyskutować z dzieckiem, podpowiadać mu inne formy reagowania wobec zaczepek niż agresja. Można zaprosić też znajomych i przyjaciół pociechy i dać się poznać jako sprzymierzeniec, a nie wieczny gnębiciel i tyran narzucający nakazy. Poznanie towarzystwa syna i córki umożliwia dyskretną kontrolę nad relacjami dziecka z grupą rówieśniczą. Kiedy nasza pociecha jest skrajnie dręczona i doświadcza poważnych ran fizycznych oraz psychicznych, należy skontaktować się z dyrekcją szkoły, a nawet wejść na drogę sądową, by gnębiciele nie czuli się bezkarni. Nie warto samemu wymierzać sprawiedliwości i dawać się sprowokować. To jedynie zaostrzy konflikt i narazi dziecko na gorsze nieprzyjemności. Przede wszystkim dziecko nie może czuć się osamotnione i pozostawione z problemem.