



## Агресивността – вродена или придобита

Според психолозите, филолозите, етолозите и философите има спор относно причините за агресивността. Едни смятат, че тя е вродено, инстинктивно явление, а други – че този вид поведение се заучава. Спорът се води от векове и надали скоро ще се разреши. Според схващането на Жан Жак Русо например за благородния дивак (публикувано за първи път през 1762 г.) човекът е мило, щастливо и добро създание, а обществото със своите ограничения му налага да бъде агресивен и го покварява. Друга част от учените, поддържат схващането, че в естественото си състояние човекът е звяр, чиито естествени инстинкти към агресивност могат да се обуздаят или сублимират само с прилагането на мерки за опазване на обществения ред. Към привържениците на второто становище принадлежи Зигмунд Фройд. Той смята, че човек се ражда с инстинкт към смъртта – *thanatos*: насочен навътре и изразяващ се в наказание, което човек налага върху себе си, и в крайната си форма това наказание се превръща в самоубийство. Насочен навън обаче инстинктът към смъртта се проявява във враждебност, разрушителни наклонности и убийство. Фройд е убеден, че тази агресивна енергия трябва по някакъв начин да намери отдушник, за да не продължава да се натрупва и да причини заболяване. Тази концепция може да се определи като „хидравлична“ теория, т.е. по аналогичен начин нараства налягането на водната маса в контейнер : ако не намери отдушник за агресивността, тя ще доведе до взрив. Според Фройд обществото играе основна роля в регулирането на този инстинкт и помага на хората да го сублимират, т.е. да превърнат разрушителната енергия в приемливо или дори полезно поведение. Някои учени отиват още по-далеч в концепцията за вродената агресивност на човека като приемат, че в естественото си състояние той не само е убиец, но безсмислената му разрушителна наклонност е единствена по рода си сред животните. Така тези учени правят предположението, че за да се нарече човешкото поведение „зверско“ е оскърбление за другите видове, различни от човека. Красноречив израз на това схващане дава Антъни Стор:

„Най-отблъскващите примери на човешката жестокост обикновено описваме като зверски или животински и с тези определения подсказваме, че подобно поведение е типично за животните, намиращи се на по-ниско стъпало на развитие от нас. В действителност обаче крайностите на „зверското“ поведение се проявяват само у човека: свирепостта, която един човек може да прояви към друг човек, не може да се сравни с нищо в

природата. Печален е фактът, че ние сме най-жестокият и безмилостен вид, който е стъпвал някога на земята, макар и да настръхваме от ужас, когато във вестника или в учебника по история четем за жестокостите, които хора са извършвали върху хора."

Липсват убедителни или поне ясни доказателства по въпроса дали човешката агресивност има или няма инстинктивен характер. Голяма част от доказателствата всъщност почиват на наблюдения и експерименти, провеждани върху видове, различни от човека. Цин Янкуо прави опит да опровергае мита, че котките дебнат и ловят плъховете по инстинкт. Експериментът му е съвсем прост. Авторът отгледал котенце и плъх в една и съща клетка. Котката не само че не нападала плъха, но дори се сприятелила с него. Освен това тя не проявявала никакво желание да гони или убива други плъхове. Този експеримент обаче не доказва, че агресивното поведение няма инстинктивен характер. Той само показва как ранният опит може да подтисне агресивното поведение. В експеримент, описан от Иренойс Айбъл Айбесфелт е установено, че плъхове, отгледани в изолация (т.е. без да са имали по-ранен опит да се бият с други плъхове), се нахвърлят върху друг плъх, който е въведен в същата клетка. Нещо повече, отгледаният в изолация плъх използва същия модел на заплаха и нападение, който използват плъховете с опит. Наистина агресивното поведение може да се модифицира с опита (както показва експеримента на Янкуо), но Айбъл Айбесфелт показва, че не е необходимо агресивността да се научава. От друга страна, въз основа на това изследване не би трябвало да се прави изводът, че агресивността е непременно инстинктивна, защото както изтъква Джон Пол Скот, за да се докаже този извод е необходимо да се наблюдават физиологични изменения в организма, които да отразяват появата на спонтанна стимулация за борба в самия организъм. В експеримента на Айбъл Айбесфелт стимулът идва отвън - появата на новия плъх подтиква отгледания в изолация плъх към борба. От своя анализ на резултатите от този експеримент Скот прави извода, че няма вродена необходимост от борба : „ако даден организъм устрой живота си така, че в него да няма външни стимули за борба, той не ще получи никакви физиологични или психични увреждания, ако не проявява агресивност". Това гледище противоречи на твърдението на Фройд и фактически означава, че не съществува инстинкт за агресивност. По мнението на Ленард Бърковиц, един от най-изтъкнатите американски специалисти по въпросите на човешката агресивност, хората се отличават коренно от останалите видове по това, че научаването играе по-важна роля в тяхното агресивно поведение. У хората агресивността е функция на сложно взаимодействие между вродените склонности и заучените реакции. Редица данни подкрепят твърдението на Бърковиц, че поведенческите модели, вродени у човека, са безкрайно

гъвкави и податливи на модификация. Което означава, че човек може да победи наследствеността чрез воля и вяра. Стига да иска, разбира се.

Из „Домашна енциклопедия на здравето“

## Детската агресия

Обикновено под агресия се разбира - реакция на някакъв срив - на дейност, планове, ограничения, забрани или неочаквани трудности. Във всеки един от тези случаи целта на такова поведение е отстраняване на възникналите препятствия. Това е и най-честата причина за притеснение на родители и учители относно децата и подрастващите - детската агресия.

Най-силното проявление на агресията е присъщо именно за детската възраст. Тя се проявява много рано, още в силния плач на бебето, при малкото дете, когато нещо му се отказва. Децата са раними и беззащитни, можеш лесно да ги обидиш и излъжеш, но в повечето случаи детската агресия е своеобразен протест против поведението на възрастните, отстояване на свои собствени граници и права. Детската агресивност обикновено нараства в продължение на цялата предучилищна възраст и едва към седмата година на детето започва да спада. Психолозите свързват този факт с това, че на тази възраст децата вече овладяват нови начини за справяне с конфликтите, те имат опит в „изпускането на парата“ в игровите ситуации, стават по-малко егоцентрични по-добре разбират чувствата и постъпките на другите. Но, всичко това се отнася за нормата. Ако агресивността на вашето дете като привична реакция на препятствията и забраните, не намалява, а се увеличава, то има повод за безпокойство. В периода на детската агресия (доб-7 години) много зависи от родителите. И тук на нашите деца е нужна по-скоро помощ и разбиране, отколкото строгост и наказание за неприемливото от морална гледна точка поведение.

Агресивните деца всъщност са деца, попаднали в омагьосан кръг. Многобройните изследвания показват, че причина за такова поведение най-често е липсата на достатъчно внимание и разбиране от страна на възрастните. Но със своето поведение малките агресори само още повече отблъскват от себе си околните, а тяхната неприязън още повече засилва протестното поведение на детето. Нали именно враждебното неодобрение на

околните провокира детето и предизвиква в него страх и гняв. Всъщност това поведение, което ние наричаме асоциално се явява отчаян опит на малкия човек да възстанови социалните си връзки.

Трябва ли да се наказва агресивното поведение?

Направените изследвания (и нашия житейски опит) показват, че ако детето веднъж постигне нещо чрез агресия и възрастните са му отстъпили, то и занапред ще прибегва до този начин за постигане на своето. Но и наказанието за агресия води до същия резултат. След наказанието детето може и да престане например да чуپی вещите си или да се бие с децата пред погледа на възрастните, но тази скрита и потисната агресия, задължително ще се прояви на друго място, далеч от това, където е наказвано, например в училище и не във вид на бой, а на обидни думи и грубо държание. Агресията може да се насочи и към самия себе си (така наречената авто-агресия) във вид на желание да си причиним болка, измисляйки за себе си всякакви



нелицеприятни истории и т.н. Така че, наказанието на агресията не снижават, а напротив - повишават нейното ниво. Наказанието е най-яркият пример, който могат да дадат възрастните на тази агресивност, пример за това, че тя напълно се вписва в качеството на мярка за въздействие. Американски психолози през 1994 година провеждат експеримент, в който се опитват да установят връзката между шамарите, с които родителите „награждавали“ малките агресори и степента на проявление на тяхната агресивност. Резултатът от експеримента бил напълно очакван: децата, които са били наказвани, в детската градина се държали по-агресивно от връстниците си, които не получавали физически наказания.

Всичко казано до тук не означава, че родителите не трябва да реагират на пристъпите на агресия на детето. Тук напълно подхожда така наречената „поведенческа терапия“ с правилото „стимул - реакция“. Нека детето да знае, че на вас не ви харесва неговото поведение и вие си оставяте правото да го лишите от нещо заради това: от компютър, телевизия, среща с приятели... Това не е задължително да бъде изказано в директивна форма. Обяснете на детето, че неговото поведение влачи след себе си последствия, нека то знае за това. Освен това много е важно също да не забравяте да отбелязвате с

похвала и поощрение всяко старание на детето да помогне, да бъде послушно, да направи нещо хубаво.

И още едно важно правило, което трябва да знаят родителите на детето, склонно към агресия: на него му е необходимо да се разтовари, необходимо е да бъде научено да се избавя от натрупващото се напрежение, да му се даде модел как да използва преливащата си енергия за мирни цели. Чешкият психолог Зденек Матейчик казва: „ Ако детето няма възможност да ритне топката, то ще ритне своето другарче“. Необходимо е вашето дете да има колкото може повече възможности да се освобождава от натрупаната негативна енергия. Създайте му условия да удовлетворява потребността си от движение. Това може да е спортна секция на училище или спортен ъгъл вкъщи. Просто това трябва да е място, където е разрешено на детето да прави каквото му се иска: да лази, да се търкаля, да хвърля топката,

Като правило, агресивните деца не могат да изразяват своите чувства, те ги потискат, натрупват ги вътре в себе си, не говорят за тях и не се опитват да ги разберат. В резултат - неизбежен срыв вкъщи, пред близките, в позната обстановка, където детето е свикнало да се отпуска. И това не носи на детето облекчение, защото то започва да се чувства виновно, особено, ако е получило и наказание за поведението си. Оттук следват още по-големи сривове по-нататък, и те ще бъдат още по-бурни и по-продължителни. Предложете на детето да остане само в стаята си и там да изкаже всичко, което му се е наслоило по адрес на този, който го е ядосал. Дайте му да разбере, че вие нямате намерение да подслушвате на вратата и да го наказвате след като чуете думите му. Ако много му се е натрупало, разрешете му да удря възглавницата или дивана, да накъса няколко вестника, да напише на лист думите, които му идват в главата и после да накъса написаното. Може още да посъветвате сина или дъщеря си в момент на раздразнение, преди да каже или направи каквото и да било, няколко пъти дълбоко да си поеме дъх и да прочете до 10. А може още да му предложите да нарисова своя гняв, за да остане по-голямата част от него на листа. Има много начини. Важното е да не си мислите, че с вашето дете се случва нещо лошо и затова трябва да му се карате и да го наказвате. На малкия агресор му е нужно много внимание, съвет, готовност за разбиране и помощ, а не крясъци и шамари.

Из училищен психолог