

Agresja

Kontrola i prewencja

Środki stosowane w celu ograniczenia agresji i przemocy

- strategie zapobiegania agresji odwołujące się do mechanizmów ogólnych
- metody odnoszące się do konkretnych form agresji

Mechanizmy ogólne, które mogą zmieniać reakcje agresywne:

- katartyczne rozładowanie agresywnego napięcia,
- karanie zachowania agresywnego,
- trening umiejętności opanowywania gniewu
- przedstawianie nieagresywnych modeli roli demonstrujących nieagresywne sposoby reagowania na sytuacje wywołujące agresję.

katharsis i kara

- Katartyczna ekspresja uczuć agresywnych w większym stopniu podwyższa, niż obniża prawdopodobieństwo późniejszego zachowania agresywnego.
- Skuteczność kary w wygaszaniu reakcji agresywnych jest co najwyżej ograniczona. Najśłabsza strona karania polega na tym, że ono, ze względu na swój z natury agresywny charakter, wzmacnia ten typ zachowania, przedstawiając agresję jako akceptowalny społecznie sposób rozwiązywania konfliktów.

Panowanie nad gniewem i uczenie się obserwacyjne

Zamiast tłumić agresję należałoby zastąpić reakcje agresywne bardziej stosownymi sposobami radzenia sobie z frustracją i prowokacją .

Metody redukcji przestępczości na poziomie społecznym

- ograniczanie sposobności popełnienia przestępstwa poprzez zwiększanie obecności policji i wprowadzenie innych środków nadzoru
- regulacje prawne: odstraszający wpływ kary i zaostrenie przepisów dotyczących broni palnej.

Dane na temat wpływu kary śmierci na skalę zabójstw w niewielkim stopniu potwierdzają hipotezę odstraszania, w przeciwieństwie do ograniczania dostępności broni palnej i jej używania, co redukuje śmiertelne skutki aktów przemocy.

Przeciwdziałanie znęcaniu się i przemocy wśród młodzieży

Należy stosować różne podejścia skierowane na:

- indywidualnego sprawcę i ofiarę
- środki na międzygrupowym poziomie klasy - interpersonalny poziom konfliktu w diadzie.
- środki na poziomie szkoły (organizacja, nadzór)

Wielopoziomowe strategie ograniczenia przemocy

- Szkolenie personelu i protokołów
- Metody edukacji uczniów
- Kodeksy ubierania się i zachowania
- Szkolne plany bezpieczeństwa

Strategie zapobiegania przemocy w rodzinie

- tworzenie bardziej egalitarnych relacji między płciami
- podważanie tolerowania agresji w rodzinie jako akceptowalnej lub nieuniknionej
- używanie instytucji prawnych do wykrywania i ścigania przypadków krzywdzenia oraz wspieranie ofiar przez służby socjalne.
- na poziomie rodziny najważniejsze są: przełamywanie nieadekwatnych wzorców rozwiązywania konfliktów i poprawa umiejętności komunikacyjnych
- na poziomie indywidualnym: programy terapii sprawców mające na celu zmianę spostrzegania przez nich własnych działań jako akceptowanych i uczenie ich alternatywnych strategii rozwiązywania konfliktów z dziećmi i partnerami.
- środki prewencji skierowane na potencjalne ofiary krzywdzenia w rodzinie i przygotowujące je do skutecznej obrony nienaruszalności fizycznej, seksualnej i emocjonalnej.

Bibliografia

**Krahe B., 2005, *Agresja*,
Gdańsk: GWP**