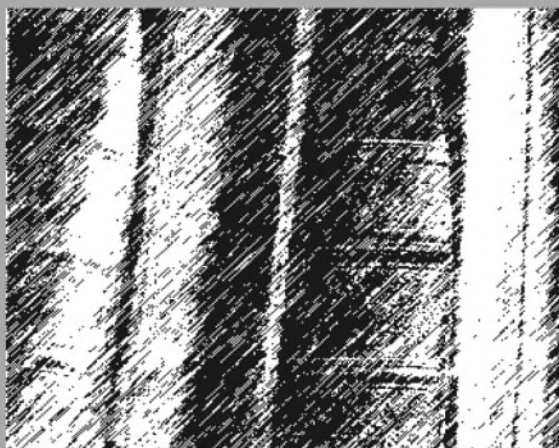




JOANNA GODAWA, MARTA NIEMIEC

Zastosowanie programu ART w pracy z dziećmi i młodzieżą agresywną

**The use of the ART programme in work with aggressive children
and adolescents**

Abstract: Aggressive behavior by children and adolescents continues to be a serious and increasing problem in our schools, on the streets, and in our communities Aggression Replacement Training (ART) is a multimodal psychoeducational intervention designed to alter the behavior of chronically aggressive adolescents and young children.

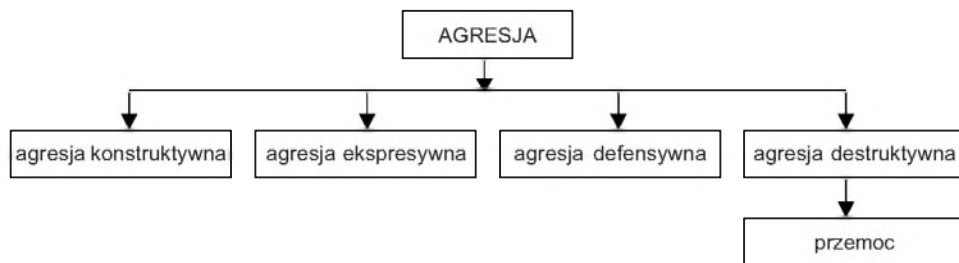
Key words: aggression, violence, Aggression Replacement Training.

Wprowadzenie

Przemoc staje się obecnie najważniejszym tematem spośród zagadnień związanych z bezpieczeństwem. Narastająca fala agresji obserwowana wśród dzieci i młodzieży budzi niepokój rówieśników, rodziców i nauczycieli. Wzrost agresji i przemocy zauważalny jest w szkołach podstawowych, gimnazjach oraz w szkołach średnich. Obecnie praktycznie w każdej szkole występuje zarówno agresja, jak i przemoc. Zdecydowanie więcej obserwujemy zachowań agresywnych. Uczniowie najczęściej rozwiązują konflikty za pomocą przezwisk, kłótni, bójek. Przemoc, z jaką spotyka się dziecko w szkole, może wyglądać z pozoru niewinnie. Zwykle zaczyna się od dokuczania, by z czasem doprowadzić do poniżania innych i wyśmiewania. W szkołach tworzą się też bardzo często grupy ustalające własne niejawne normy i sposoby działania, które przekazywane są uczniom wytypowanym do roli ofiary. Osoby i grupy wytypowane do roli ofiary z reguły dowiadują się, że muszą milczeć na temat agresji, bo inaczej czekają je poważne represje. Organizacja przemocy wzorowana jest często na tradycyjnych formach działania grup przestępczych. Obowiązuje hierarchia i działają „ochroniarze”; zakamuflowane formy komunikacji skutecznie blokują ujawnienie sprawców. Uczniów, którzy są poniżani, bardzo często przeraża nawet samo pójście do szkoły.

Do czynienia z przemocą mamy zawsze w przypadku, gdy pojawiają się dwie role: *s p r a w c y* – osoby nadużywającej własnej siły w relacji z innymi, oraz *o f i a r y* – osoby poszkodowanej, która nie potrafi sama się bronić. Obie role mają negatywny wpływ na dalsze funkcjonowanie dzieci. Przemoc narusza podstawowe prawo każdego dziecka do życia w poczuciu bezpieczeństwa na terenie szkoły. W związku z tym uczniowie muszą wiedzieć, że „przemocy nie można używać, nikt nie ma prawa upokarzać innych i znęcać się nad słabszymi”. Dlatego tak ważne wydaje się wprowadzenie do szkół programów edukacyjnych, profilaktycznych i interwencyjnych w zakresie narastającego problemu.

„Przemoc to wyraz o 7 literach i 1000 nieporozumień” według Guintera Pilza, uznanego specjalisty w dziedzinie badań nad przemocą na Uniwersytecie w Hanowerze. Pojęcie „przemoc” używane jest często zarówno w mowie potocznej, jak i w literaturze przedmiotu jako synonim agresji. Prezentowany rysunek 1 przedstawia jednak jasno, że przemoc jest pochodną agresji, a uściślając – agresji destruktywnej. Przyjmę zatem stanowisko za Rosemarie Portman, autorką książki *Przemoc wśród dzieci*: aby dobrze zrozumieć zjawisko przemocy, najpierw należy zapoznać się szczegółowo ze zjawiskiem agresji.



Rys. 1. Przemoc jako pochodna agresji

Oblicza agresji i przemocy

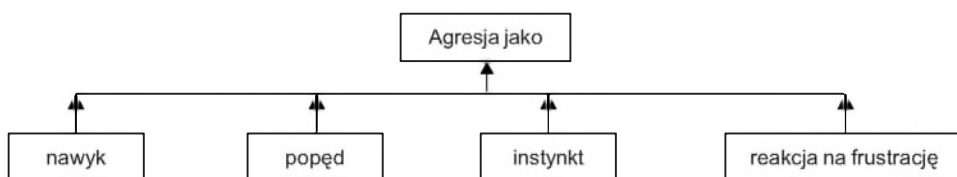
W literaturze spotkać można wiele definicji agresji, która jest zjawiskiem powszechnym, obecnym zarówno świecie ludzi, jak i zwierząt. Spróbujmy zatem prześledzić te definicje w poszukiwaniu najbardziej przystępnej.

Według encyklopedii psychologicznych i pedagogicznych, termin „agresja” oznacza zamierzone działanie, którego celem jest wyrządzenie komuś lub czemuś krzywdy, szkody, straty, bólu. Działanie takie ma zwykle charakter gwałtowny i otwarty. Termin „agresja” pochodzi z języka łacińskiego, gdzie „aggresio” oznacza „napad”, a słowo „agresor” oznacza „rozbójnika”. W ujęciu Adama Frączka agresja to czynności mające na celu wyrządzenie szkody i spowodowanie utraty cenionych społecznie wartości, zadanie bólu fizycznego lub spowodowanie cierpienia moralnego (Frączek, Pufal-Struzik, 1996). Podobnie definiuje agresję Janusz Heitzman, jako czynności mające na celu spowodowanie utraty ważnych społecznie wartości i wyrządzenie komuś krzywdy, spowodowanie bólu fizycznego innemu człowiekowi lub spowodowanie jego cierpienia moralnego (Heitzman, 2002). David R. Mandel uważa agresję za zachowanie, które wynika z wrogich skłonności i chęci szkodzenia innym lub niszczenia. Henry N. Ricciuti z kolei uważa agresję za takie działania, impulsy lub myśli, których celem jest skrzywdzenie fizyczne lub psychiczne przez wyrządzenie realnej bądź symbolicznej krzywdy określonej osobie lub reprezentantowi. Według ujęcia obiektywnego, agresja to pewien rodzaj zachowań, które mogą być obserwowane, mierzone i rejestrowane. Ten rodzaj zdarzeń określających agresję Tadeusz Tomaszewski definiuje jako zachowania skierowane przeciw komuś lub czemuś. Mogą one mieć dwa kierunki: na zewnątrz, czyli przeciw osobom lub przedmiotom będącym przyczyną trudności, lub przeciw sobie samemu (Tomaszewski, red., 1975). Według Zbigniewa

Skornego, agresja polega na wystąpieniu inicjowanego ataku wyrządzającego szkody fizyczne lub moralne określonym osobom lub grupom społecznym (S k o r n y, 1976). Eliot Aronson nazywa agresją zachowanie mające na celu wyrządzenie szkody lub przykrości. Odróżnia zatem zamierzone uszkodzenie od niezamierzonego, które nie jest zachowaniem agresywnym (A r o n s o n, 1995). Philippe Braud stwierdził, że agresywność może być zdefiniowana jako dyspozycja psychiczna rządząca podejściami i zachowaniami zarazem dynamicznymi, jak i destrukcyjnymi. Dynamiczność może być źródłem zmian i twórczości, destruktywność odpowiada za wyrządzone szkody i burzenie systemu społecznego (B r a u d, 1995).

Źródła i przyczyny zachowań agresywnych wśród dzieci i młodzieży

Jest wiele różnych teorii agresji. Wyjaśniają one mechanizmy powstawania agresji u człowieka. Według niektórych koncepcji przyczyny powstawania tego zjawiska tkwią w reakcji na frustrację, w innych jest mowa o popędzie czy agresji jako instynkcie. Teorie powstawania agresji przedstawia rysunek 2.



Rys. 2. Teoria powstawania agresji

W przypadku większości badań nad agresją dzieci zajmowano się określeniem jej uwarunkowań. Udowodniono, że poziom agresji u danej jednostki pozostaje w znacznej mierze stały przez wiele lat (C a i r n i s i in., 1989; C u m m i n g s i in., 1989). W badaniach podłużnych wykazano, że na podstawie oceny dokonanej przez rówieśników w wieku 8 lat można dobrze przewidzieć poziom agresji i wielu społecznych zachowań w wieku 30 lat (E r o n i i in., 1987). Ten stopień stabilności skłania do genetycznego czy biologicznego wyjaśnienia zachowania (V a s t a, H a i t h, M i l l e r, 1995).

Powstało wiele koncepcji, w myśl których próbowano odnaleźć odpowiedź na to pytanie. Teorie te można uporządkować w dwóch podstawowych grupach.

Teorie biologiczne

Poszukiwanie determinantów agresji we wrodzonych cechach organizmu z naciskiem na zmienne o charakterze biologicznym, neurologicznym czy fizjologicznym. Niekiedy uszkodzenia systemu nerwowego mogą prowadzić do tzw. agresji patologicznej, choć jest ona również modyfikowana przez czynniki społeczne. Należy jednak podkreślić, że łączenie genezy agresji jedynie z biologiczną stroną funkcjonowania człowieka nie zostało potwierdzone empirycznie.

Teorie psychospołeczne

Teoria „frustracja – agresja” – stworzona przez naukowców z Uniwersytetu w Yale swego czasu cieszyła się dużą popularnością. Podstawą tej teorii w jej wersji klasycznej są dwie główne tezy: 1. Agresja jest zawsze poprzedzona frustracją. 2. Każda frustracja powoduje wystąpienie agresji. Frustracja pojawia się, gdy na drodze do upragnionego celu pojawiają się przeszkody, które opóźniają lub uniemożliwiają jego osiągnięcie. W tym ujęciu stanowi ona podstawowy i jedyny bodziec agresogenny. Człowiek w wyniku powtarzania się sytuacji frustracyjnych może nauczyć się stałych zachowań agresywnych.

Teoria ta przeszła wiele istotnych modyfikacji. Dziś już wiadomo, że nie każda frustracja wywołuje wyłącznie agresję, natomiast agresja nie musi być efektem frustracji.

Teoria społecznego uczenia się – w powstawaniu zachowań agresywnych akcentowane są czynniki środowiskowe. Z badań wynika, że dzieci najskuteczniej i najszybciej uczą się zachowań agresywnych przez naśladownictwo i modelowanie. W koncepcji tej nie pomija się jednak roli uwarunkowań biologiczno-genetycznych ani czynników psychologicznych (Kluczyńska, 2001).

Podłoża agresji i przemocy wśród dzieci i młodzieży – (kategorie ryzyka) według D.J. Flannery’ego:

1. **Ryzyko okołoporodowe** (np. niedotlenienie wywołane przedłużającym się porodem lub związane z zaburzeniami oddychania noworodka) oraz cechy temperamentalne, co objawia się impulsywnością, nadaktywnością, słabą samokontrolą, rozproszeniem uwagi, małą plastycznością i łatwym popadaniem w frustrację.

2. **Ograniczona inteligencja**, szczególnie werbalna. Wiąże się z nią niskie osiągnięcia szkolne, słaba zdolność poznawania relacji międzyludzkich.

kich oraz błędne rozpoznawanie i ocenianie sytuacji społecznych, mała zdolność rozwiązywania problemów i deficyty innych umiejętności społecznych. Efektem jest niska pozycja w grupie rówieśniczej i słaba więź ze szkołą.

3. Błędy wychowawcze rodziców popełniane we wczesnym okresie rozwojowym dziecka: przyzwolenie na atak, a nawet prowokowanie agresji (mały agresor jest zabawny); brak wytyczonych granic dla zachowań dziecka lub, w przypadku wyrażania dezaprobaty, brak odwoływania się do wartości i norm społecznych (komunikaty typu: „Jasiu, nie bij chłopczyka, bo się spocisz”, zamiast „Nie wolno nikogo bić, ponieważ wyrządza się krzywdę”). Wczesne utrwalenie zachowań agresywnych i antyspołecznych.

4. Poważna dysfunkcja rodziny: uzależnienie jednego lub obojga rodziców, przewlekłe choroby (zwłaszcza psychiczne), działania kryminalne rodziców i przebywanie w więzieniu. Wiążą się z tym zaniedbywanie i odrzucenie dziecka, częste i surowe, choć niekonsekwentne i nieefektywne karanie, przemoc. Dziecko żyje w klimacie obojętności albo wrogości, toteż ma tendencję do interpretowania zachowań innych ludzi jako wrogich oraz przypisywania im złych intencji.

5. Doświadczanie przemocy w bliskim środowisku: ze strony rówieśników lub personelu szkoły, sąsiadów. Obserwacja aktów przemocy w szkole czy na osiedlu. Efektem jest stały wzrost poczucia zagrożenia.

6. Duża ekspozycja agresji i przemocy w mediach: Efektem jest przekonanie, że zachowania agresywne i akty przemocy są normą, a także przekonanie o powszechnej akceptacji przemocy czy nawet współzawodnictwie w zachowaniach agresywnych. Odwrażliwienie na przemoc i jej konsekwencje. Rozwój „syndromu podłego świata” (spadek zaufania do ludzi, strach przed atakiem, potrzeba chronienia siebie, reagowanie agresją z wyprzedzeniem „na wszelki wypadek”) (S z y m a ń s k a, 2004).

Uwarunkowania agresji. Jednostka może podlegać agresji, gdy sprzyjają temu określone czynniki, takie jak: uwarunkowania socjalizacyjno-kulturowe, uwarunkowania wychowawcze oraz uwarunkowania osobowościowe szerzej zdefiniowane w dalszej partii tekstu.

Uwarunkowania socjalizacyjno-kulturowe:

- poziom wyrażania w kulturze, nauce, sztuce i edukacji takich wartości, jak: życie ludzkie, godność, szacunek, współpraca, lojalność, sprawiedliwość, równość,
- poziom urzeczywistnienia najistotniejszych wartości w życiu codziennym, czyli przede wszystkim w relacjach interpersonalnych we wszystkich sferach życia społecznego i przez wszystkie grupy społeczne,

- poziom przestrzegania norm chroniących najistotniejsze wartości, wyrażający się brakiem przyzwolenia na zachowania nacechowane agresją i przemocą,
- jakość i siła więzi emocjonalnych pomiędzy członkami danej społeczności,
- jakość systemu edukacyjnego w aspekcie osiągania efektów osobowościowego rozwoju młodego pokolenia,
- społeczna aprobata agresji fizycznej i werbalnej w rozwiązywaniu ważnych problemów i konfliktów,
- liczba i jakość wzorców zachowań nacechowanych agresją prezentowanych w środkach masowego przekazu oraz przez osoby uznane jako autorytet.

Uwarunkowania wychowawcze, obejmujące przede wszystkim relacje w szkole i w domu, które cechuje:

- niski poziom przygotowania i kompetencji do pełnienia swoich ról (dotyczy to zarówno nauczycieli, jak i rodziców),
- stosowanie różnych form agresji w relacjach interpersonalnych,
- słaba więź emocjonalna pomiędzy dziećmi, nauczycielami i rodzicami,
- metody wychowawcze pozwalające na system karania oparty na agresji fizycznej, werbalnej i psychicznej,
- niskie kompetencje moralne rodziców i nauczycieli,
- zaburzona struktura rodziny.

Uwarunkowania osobowościowe, głównie te, które uniemożliwiają realizowanie regulacyjnej funkcji osobowości:

- niezaspokojenie podstawowych potrzeb, takich jak: bezpieczeństwo, miłość, poważanie,
- wysoki poziom lęku,
- nieumiejętność radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, stresogennych,
- niski poziom poczucia sensu życia,
- niski poziom rozwoju moralnego,
- zaburzona hierarchia wartości przejawiająca się w przedmiotowym traktowaniu osób, a upodmiotowieniem rzeczy i zdarzeń,
- niska samokontrola wewnętrzna.

Czynniki i rodzaje agresji

W celu lepszego zrozumienia zjawiska agresji należy się zastanowić nad tym, jakie czynniki ją warunkują, co sprzyja powstawaniu agresji i przemocy w szkole oraz w naszym życiu codziennym.

Czynnik wrodzony – u wszystkich ludzi raczej jednakowy. Większe różnice w tym zakresie determinują w szczególnym stopniu agresję patologiczną. Czynnik ten trzeba w wychowaniu uwzględniać, dostosowując działania do wrodzonych możliwości dziecka.

Czynnik aktywnościowy – stwarzający różne możliwości w zakresie zdobywania przez dziecko doświadczeń. Bardziej aktywne dziecko wcześniej i częściej będzie narażone na przypadkowe konflikty i związane z nimi frustracje. Prawdopodobnie częściej będzie nagradzane i karane, będzie zatem miało większe szanse wyuczenia się agresywnych i nieagresywnych sposobów zachowania.

Czynnik frustracyjny – zależy w dużym stopniu od środowiska i postaw rodzicielskich.

Czynnik naśladowczy – zależy głównie od środowiska. Można go modyfikować przez wychowanie, dostarczając odpowiednich wzorów do naśladowania lub wpływając na środowisko dziecka.

Czynnik instrumentalny – zależy głównie od pozostałych czynników, jest też w największym stopniu podatny na wpływy wychowawcze. Badacze przyczyn agresji upatrują go w czynnikach psychofizycznych, zaburzeniach procesu socjalizacji i wychowania oraz szeroko pojętych warunkowaniach socjalizacyjno-kulturowych (O s t r o w s k a, 2003).

Agresja może przybierać różne formy, wyróżniamy wiele jej rodzajów. Oto najczęściej spotykane w literaturze przedmiotu podziały agresji (*Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*. T. 1). Przedstawiono je w ujęciu tabelarycznym.

Tabela 1

Podział agresji

Kryterium podziału	Rodzaje agresji
1	2
Ze względu na kierunek	1. a) skierowana na istoty żywe: – na innych ludzi, – na samych siebie (autoagresja), b) skierowana na przedmioty martwe; 2. a) skierowana na grupę, b) skierowana na poszczególne osoby.
Ze względu na podmiot agresji	a) agresja indywidualna (agresorem jest określona jednostka), b) agresja grupowa (agresorem jest grupa osób).
Ze względu na formy	1. a) agresja bezpośrednia, b) agresja pośrednia, c) agresja przemieszczona,

cd. tab. 1

1	2
	2. a) agresja czynna, b) agresja bierna; 3. a) agresja słowna, – bezpośrednia, – pośrednia; b) agresja fizyczna, – bezpośrednia, – pośrednia; 4. agresja – jawna, – ukryta;
Ze względu na złożoność	a) zachowania agresywne proste, b) zachowania agresywne złożone;
Ze względu na sposób realizacji	a) agresja behawioralna, b) agresja wyobrażeniowa, c) agresja symboliczna, d) agresja tematyczna;
Ze względu na mechanizmy regulacji agresji i wrogości	a) agresja reaktywno-emocjonalna, b) agresja uruchamiana przez wewnętrzną potrzebę sprawiania bólu i cierpienia, c) agresja jako narzędzie realizacji życiowych celów jednostki;
Ze względu na warunki zewnętrzne	1. a) agresja impulsywna, b) agresja instrumentalna; 2. a) agresja frustracyjna, b) agresja wyuczona; 3. a) agresja wywołana zachowaniem innych osób, b) agresja wywołana wypowiedziami innych osób, c) agresja wywołana niepowodzeniami we własnym działaniu;
Ze względu na cel	– agresja zamierzona, – agresja niezamierzona.

Agresja a agresywność. Pojęciu „agresja” często towarzyszy pojęcie „agresywność”, ale nie należy mylić tych terminów. Agresję rozumie się jako czynność, a agresywność – jako właściwość. Agresywność to cecha osobowości, nabyta i utrwalona przez uczenie się społeczne. Charakteryzuje się częstymi i nieadekwatnymi do sytuacji reakcjami agresywnymi o znacznym nasileniu. Agresywność to gotowość człowieka do reagowania agresją. O człowieku mówimy, że jest agresywny, gdy:

- nie potrafi kontrolować swoich reakcji agresywnych,

- cechuje go permanentna wrogość wobec innych,
- reakcje agresywne są nieadekwatne w stosunku do zaistniałych sytuacji,
- jego zachowanie charakteryzuje się dużą liczbą zachowań agresywnych.
Postawy agresywne różnicuje się także ze względu na:
 - 1) aspekt moralny:
 - agresja społeczna (niszcząca),
 - agresja prospołeczna (chroniąca interesy społeczeństwa);
 - 2) aspekt intencji:
 - agresja afektywna (jako konsekwencja przeżywanych emocji wzburzenia),
 - agresja instrumentalna (jest sposobem realizacji celów, planów i zadań człowieka, który ją przejawia);
 - 3) aspekt motywacyjny działania:
 - agresja atakująca (ma na celu atak),
 - agresja obronna (ma na celu obronę) (K l u c z y ń s k a, 2001).

Zjawisko agresji w szkole

Stosowanie agresji i przemocy jest jednym z ważniejszych współczesnych problemów występujących w dzisiejszych środowiskach szkolnych. W marcu 2006 roku Centrum Badania Opinii Społecznej przeprowadziło na zlecenie dzienników regionalnych ogólnopolskie badanie socjologiczne na próbie uczniów, nauczycieli i rodziców. Celem badania była wszechstronna diagnoza zjawiska przemocy w szkołach. Oto jak przedstawia się obraz polskiej szkoły:

W wynikach badań uderza, że w miarę upływu czasu, wchodzenia na coraz wyższe poziomy edukacji, uczniowie wydają się coraz bardziej **zniechęceni i wyobcowani**. Coraz rzadziej interesują ich lekcje, rzadziej czują się doceniani i coraz mniej lubią chodzić do szkoły. Narasta też **lęk** przed lekcjami oraz **poczucie nudy**. W połączeniu z narastającą, szczególnie na poziomie gimnazjum, atmosferą agresji, szkoła w dwójnasób traci zdolność budowania poczucia bezpieczeństwa – uczniowie mogą spodziewać się w niej coraz więcej rzeczy złych, a coraz mniej – dobrych.

Życie szkolne cechuje również narastająca izolacja od szerszego otoczenia. Uczniowie coraz rzadziej informują o swoich problemach rodziców, a rodzice coraz rzadziej pojawiają się na wywiadówkach i dniach otwartych. Wynikiem tego jest znaczna rozbieżność w obrazie życia szkolnego

obu grup – potwierdzają to uczniowie, deklarując, że rodzice niewiele wiedzą o tym, co dzieje się w szkole. Rodzice natomiast przeceniają jakość edukacji uzyskiwanej przez ich dzieci, nie zauważają zjawisk negatywnych i mało realistycznie uważają, że ich latorośle chętnie chodzą do szkoły. Można to wytłumaczyć nie tylko tym, że rodzice niezbyt chętnie uciekają się do szukania pomocy czy interwencji, ale również tendencją do racjonalizacji, co pomaga zminimalizować problem, z którym w innym przypadku rodzice musieliby się zmierzyć.

Z badań wynika również, że najczęstszym przejawem agresji wśród uczniów jest przemoc słowna. **Agresja werbalna** uczniów wobec innych uczniów zdarza się bardzo często: 44% spośród badanych uczniów deklaruje, że w ciągu bieżącego roku szkolnego zdarzyło im się być obrażanym, na temat 31% koledzy rozpowszechniali szkodliwe kłamstwa (plotki); ponad 60% było świadkiem takich zachowań w stosunku do innych.

Jeśli chodzi o **agresję fizyczną**, to: 8% uczniów przyznaje, że zostali pobici, 11% zostało przemocą zmuszonych do zrobienia czegoś, a 29% – potraconych lub przewróconych. Jeszcze częściej uczniowie byli świadkami takich zdarzeń. Zdarzają się również kradzieże, wymuszenia pieniędzy oraz niszczenie własności osobistej. Z badań wynika, że na akty przemocy narażone są szczególnie pewne grupy uczniów: osoby, które gorzej sobie radzą, uczniowie klas I.

W roku szkolnym 2005/2006 ponad połowa uczniów weszła co najmniej raz w konflikt z innymi uczniami. **Natężenie konfliktów wzrasta szczególnie w gimnazjum.** W większości przypadków wiąże się to z budowaniem pozycji w grupie. Tym, co w polskich szkołach szczególnie sprzyja uzyskaniu „szacunku” wśród rówieśników, jest przede wszystkim atrakcyjność, siła i sprawność fizyczna oraz arogancja wobec nauczycieli (przeciwstawianie się autorytetowi). Źródłem konfliktów bywają również oceny, jednak nie mają one znaczącego wpływu na autorytet w grupie, podobnie jak działalność w samorządzie, organizacjach pozarządowych czy grupach młodzieżowych. Dzieje się tak, ponieważ – jak pokazują wyniki badań – uczniowie nie traktują osiągnięć na polu „instytucjonalnym” jako sprawiedliwych czy wiarygodnych mierników wartości.

Agresja pojawia się również w stosunkach między uczniami a nauczycielami. Badania dowodzą, że podstawowym problemem w stosunkach uczniów z nauczycielami – i drugim co do ważności źródłem konfliktów – jest **subiektywizm ocen**. Nauczyciele są dość powszechnie odbierani jako „faworyzujący” jednych, a „gnębiący” innych. Uczniowie często wchodzą w spór z nauczycielem, ponieważ nie chcą pogodzić się z otrzymaną oceną. Ponadto nauczyciele są często ignorowani i prowokowani, a uczniowie – obrażani werbalnie przez nauczycieli, wyrzucani z klasy czy straszeni.

Na podstawie przytoczonych badań można powiedzieć, że podstawowym problemem polskiej szkoły jest **izolacja** od szerszego otoczenia („szkoła zamknięta”), subiektywizm szkolnych ocen przekładający się na konflikty między uczniami oraz między uczniami i nauczycielami, a także narastające wyobcowanie uczniów z procesu edukacji.

Na szczególną uwagę zasługuje fenomen gimnazjum. Z jednej strony właśnie gimnazjum odgrywa w dzisiejszym systemie edukacji rolę kluczową dla dalszej drogi życiowej, z drugiej zaś – tam właśnie wszystkie negatywne zjawiska przybierają na sile.

Trening Zastępowania Agresji (ART) jako przykład programu zmniejszania liczby czynów z użyciem agresji i przemocy

Znanych jest wiele przyczyn, które prowadzą do zachowań agresywnych. Nie można więc wyłonić jednej strategii warunkującej sukces w redukcji tychże zachowań. Najistotniejszy element bezsprzecznie stanowi stworzenie dzieciom i młodzieży oraz zajmującym się nimi dorosłym możliwości uczenia się, jak należy postępować z własną agresją i rozwiązywać pokojowo konflikty. Powstało wiele programów, których celem jest zminimalizowanie (redukcja) zachowań agresywnych, występujących w różnych grupach osób; szczególnie uwzględnia się w nich dzieci i młodzież, mając na uwadze problem eskalacji zachowań agresywnych i przemocy właśnie w tej grupie wiekowej. Programy, o których mowa, uczą przede wszystkim umiejętności radzenia sobie z bezradnością i lękiem w momencie zagrożenia, a także sposobów obrony przed agresją innych lub przed własną, która budzi się często w ofiarach, gdy nie potrafią sobie poradzić z otaczającym je złem. Przykładem takiego programu jest m.in. **Trening Zastępowania (Przenoszenia) Agresji ART (Aggression Replacement Training)**, przygotowany w USA w odpowiedzi na narastający problem przemocy związanej z działalnością gangów (Goldstein i Sorano, 1994) (Goldstein, Glick, Gibbs, 2004).

Informacje wstępne o ART

Trening Zastępowania Agresji to program wielostronnej interwencji skierowanej na zmianę zachowania dzieci i młodzieży agresywnej i nie-

dostosowanej. Program ten upowszechnia się dynamicznie w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Ameryce Południowej i Europie, w tym również w Polsce, gdzie został zatwierdzony do realizacji w Krajowym Programie Zapobiegania Niedostosowaniu Społecznemu i Przestępczości Dzieci i Młodzieży, przyjętym przez Radę Ministrów w dniu 13 stycznia 2004 roku.

Z badań przedstawianych przez prof. Arnolda P. Goldsteina w licznych publikacjach jasno wynika, że wśród młodzieży poddanej Treningowi znacznie poprawia się jakość więzi rodzinnych, a uczestnicy treningów części osiągają sukces życiowy (ukończenie szkoły, lepsza praca, mniej konfliktów z prawem) (Goldstein, Glick, Gibbs, 2004; McGinnis, Goldstein, 2003).

Adresatami ART są: dzieci i młodzież, zwłaszcza z grup podwyższonego ryzyka, ich rodzice i opiekunowie, a także pracownicy edukacji (pedagodzy, nauczyciele, psychologzy), pracownicy pomocy społecznej, służby zdrowia, policji i straży miejskiej, służb penitencjarnych, organizacji pozarządowych, poradni specjalistycznych, urzędnicy środowisk lokalnych, wolontariusze.

Komponenty Treningu Zastępowania Agresji

Pierwszym z komponentów jest **trening umiejętności zachowań prospołecznych**. Składa się on z następujących elementów:

- **podstawowe umiejętności prospołeczne**: słuchanie, rozpoczynanie rozmowy, zadawanie pytań, dziękowanie, przedstawianie się, przedstawianie innych osób, mówienie komplementów;
- **nauka zastosowania podstawowych umiejętności prospołecznych**: proszenie o pomoc, przyłączanie się, udzielanie instrukcji, wykonywanie poleceń, przepraszanie, przekonywanie innych;
- **umiejętności emocjonalne**: znajomość własnych uczuć, wyrażanie własnych uczuć, rozumienie uczuć innych osób, radzenie sobie z czyjąś złością, wyrażanie sympatii i miłości, radzenie sobie ze strachem, nagradzanie samego siebie;
- **alternatywne umiejętności wobec agresji**: proszenie o pozwolenie, dzielenie się czymś, pomaganie innym, negocjowanie, stosowanie samokontroli, obrona własnych praw, reagowanie na zaczepki, unikanie kłopotów z innymi, unikanie bójek;
- **umiejętność radzenia sobie ze stresem**: składanie skargi, odpowiadanie na skargę, radzenie sobie ze wstydem (zakłopotaniem), radzenie sobie z pominięciem (odrzućeniem), stawanie w obronie przyjaciela, reagowanie na namawianie, reagowanie na niepowodzenia, radzenie

sobie ze sprzecznymi informacjami, radzenie sobie z oskarżeniem, przygotowanie do trudnej rozmowy, radzenie sobie z presją grupy;

- **umiejętności planowania:** decydowanie o podjęciu działań, ustalenie przyczyny problemu, wyznaczenie celu, określanie swoich możliwości, zbieranie informacji, szeregowanie problemów według ich znaczenia, podejmowanie decyzji, koncentrowanie się na zadaniu.

Zmiana zachowań społecznie niewłaściwych na zachowania społecznie pożądane odbywa się w sposób ściśle zaprogramowany i jednoznaczny przez cztery procedury:

- **modelowanie:** demonstrowanie umiejętności przez trenera,
- **odgrywanie ról:** nabywanie umiejętności przez trenujących,
- **informacja zwrotna:** opinie grupy i trenera wskazujące na to, co zostało wykonane dobrze, a co można zrobić inaczej,
- **trening uogólniający:** ćwiczenia w grupie i ćwiczenia domowe w celu zwiększenia transferu umiejętności do realnych sytuacji życiowych.

Następnym z elementów ART jest **trening kontroli złości**. Polega on na przygotowaniu się przez trenującą młodzież na każdą sesję opisu niedawnych sytuacji, które powodowały złość. Trening oparty jest na bezpośrednich doświadczeniach uczestników zajęć. Podczas zajęć warsztatowych ich uczestnicy: identyfikują czynniki wyzwalające złość, uczą się rozpoznawać sygnały wskazujące na podwyższony stan napięcia emocjonalnego, uczą się używać technik służących do zmniejszania poziomu gniewu, uczą się stosowania technik nagradzania siebie za nieagresywne zachowania.

Ostatni z elementów ART stanowi **trening zasad etycznych (wartości)** – są to procedury uczące właściwej hierarchii wartości, sprawiedliwości, rozumienia złożonych, społecznych problemów, wymagające liczenia się z prawami innych osób oraz uwzględniania potrzeb i praw innych osób.

Informacje końcowe

ART jest programem interdyscyplinarnym. Nie stanowi wyłączonej własności żadnej z dyscyplin naukowych. Nie służy rozwiązywaniu indywidualnych problemów psychicznych uczniów i nie jest formą psychoterapii. Nie zastępuje innych programów profilaktycznych ani terapeutycznych. Jest treningiem, praktycznym ćwiczeniem, uczeniem się nowych, konstruktywnych zachowań. To nauka podejmowania odpowiedzialnych decyzji i nauką osiągania sukcesów szkolnych i życiowych.

Zamiast zakończenia

Agresja jest problemem wielopłaszczyznowym. Dlatego też różne bywają reakcje i zachowania agresywne. Ważne jest, aby poznać wczesne ich oznaki i przyczyny, poznać „ciche” i „głośne” formy agresji. Chcąc walczyć z agresją, musimy wiedzieć, że złość jest zdrowa, że jednoznaczne słowa oczyszczają atmosferę, a rozwiązane konflikty łączą skłócone wcześniej osoby lub strony. Agresja jest nieodłączną częścią naszego życia. Jeśli jednak przybiera ona formę pogardy dla człowieka, to prowadzi do przemocy oraz destrukcji, należy więc ją odrzucić.

W ostatnich latach w Polsce obserwuje się wzrost agresji i przemocy wśród dzieci i młodzieży. Małoletni maltretują słabszych, dokonują rozbojów, zabójstw, gwałtów itp. Na to patologiczne zjawisko wpływają także negatywne oddziaływania programów telewizyjnych, filmów wideo, gier komputerowych, które często ukazują brutalną agresję i przemoc. Bardzo duża wina leży niestety również po stronie rodziców, którzy w pogoni za pieniądzem zaniedbują swoje obowiązki wobec własnych dzieci. Nauczyciele często bywają bezradni wobec zjawiska agresji i przemocy, niejednokrotnie oni sami stają się ofiarami, czują się zastraszeni. Jednak bywa i tak, że to nauczyciele dopuszczają się aktów przemocy wobec swoich wychowanków.

Agresja jest stale obecna w życiu codziennym, w środkach masowego przekazu. Teraz, kiedy staje się ona nagminna, kiedy lękamy się wyjść na ulicę, kiedy społeczeństwo zostało zalane falą przemocy, konieczne wydaje się pogłębianie wiedzy na temat źródeł zagrożenia oraz zapobieganie zasygnalizowanym negatywnym zjawiskom. Istotną rolę odgrywają zatem programy, które uczą, jak konstruktywnie radzić sobie z własną agresją, bronić się przed nią, rozwiązywać konflikty i problemy w sposób pokojowy, szanować i rozumieć drugiego człowieka. Przykładem takiego programu może być właśnie zaprezentowany powyżej program ART.

Bibliografia

- Aronson E., 1995: *Człowiek istota społeczna*. Warszawa.
Braud P., 1995: *Rozkosze demokracji*. Warszawa.
Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku. T. 1, s. 42.
Frączek A., Pufal-Struzik I., 1996: *Agresja wśród dzieci i młodzieży. Perspektywa psychoedukacyjna*. Kielce.

- Goldstein A.P., Glick B., Gibbs J.C., 2004: *Art. Program Zastępowania Agresji*. Warszawa.
- Heitzman J., 2002: *Stres w etiologii przestępstw agresywnych*. Kraków.
- Kluczyńska S., 2001: *Dlaczego krzywdzimy?* „Niebieska Linia” nr 6.
- McGinnis E., Goldstein A.P., 2003: *Kształtowanie umiejętności prospołecznych małego dziecka. Profilaktyka agresji i zaburzeń zachowania w przedszkolu i przygotowaniu do szkoły*. Warszawa.
- Ostrowska K., 2003: *Agresja i przemoc w polskiej szkole – diagnoza zjawiska*. „Niebieska Linia” nr 4.
- Skorny Z., 1976: *Proces socjalizacji dzieci i młodzieży*. Warszawa.
- Szymańska J.: *Agresywne zachowania dzieci i młodzieży*. „Remedium” 2004.
- Vasta R., Haith M., Miller S., 1995: *Psychologia dziecka*. Warszawa.

Literatura uzupełniająca:

Publikacje zwarte

- Cudowska A., 2006: *Przemoc w szkole w pedagogicznym badaniu jakościowym*. W: *Edukacja w społeczeństwie „ryzyka”*. Red. M. Gwoździcka-Piotrowska, A. Zduniak. Poznań.
- Danilewska J., 2002: *Agresja u dzieci – Szkoła porozumienia*. Warszawa.
- Grochulska J., 1982: *Reedukacja dzieci agresywnych*. Warszawa.
- Hilgard E.R., 1972: *Wprowadzenie do psychologii*. Warszawa.
- Jaros E., 1998: *Przemoc wobec dzieci. Reakcje środowisk szkolnych*. Katowice.
- Karasowska A., 2006: *Jak wychowywać i uczyć dzieci z zaburzeniami zachowania*. Warszawa.
- Kmiecik-Baran K., 2000: *Młodzież i przemoc. Mechanizmy socjologiczno-psychologiczne*. Warszawa.
- Kowalska-Kantyka M., 2006: *Wpływ mediów na zachowania agresywne wśród młodzieży*. W: *Edukacja w społeczeństwie „ryzyka”*. Red. M. Gwoździcka-Piotrowska, A. Zduniak. Poznań.
- Maćkowiak J., 2006: *Konsekwencje przemocy w wychowaniu w świetle badań własnych*. W: *Edukacja w społeczeństwie „ryzyka”*. Red. M. Gwoździcka-Piotrowska, A. Zduniak. Poznań.
- Morawski J. (red.) 2005: *Trening zastępowania agresji*. Warszawa.
- Nowakowska M., 1998: *Strategia działania Ministerstwa Edukacji Narodowej wobec agresji i przemocy w szkołach i placówkach oświatowych*. W: *Agresja i przemoc w szkołach polskich i niemieckich*. Red. K. Ostrowska, J. Tatarowicz. Warszawa.
- Oweli D., 1998: *Mobbing. Fala przemocy w szkole*. Warszawa.
- Papież J., Płukis A., 1998: *Przemoc dzieci i młodzieży. W perspektywie polskiej transformacji ustrojowej*. Toruń.
- Pospiszył I., 1999: *Razem przeciw przemocy*. Warszawa.
- Portmann R., 1999: *Gry i zabawy przeciwko agresji*. Kielce.
- Portmann R., 2006: *Przemoc wśród dzieci. Uchwycić sedno*. Kielce.
- Przybyła K., 1998: *Modele profilaktyki wobec przemocy wśród dzieci i młodzieży a wykorzystanie treningów mediacyjnych i negocjacyjnych*. W: *Agresja i przemoc we współczesnym świecie*. T. 2. Red. Z. Brańka, M. Szymański. Kraków.
- Skorny Z., 1968: *Psychologiczna analiza agresywnego zachowania się*. Warszawa.
- Skorny Z., 1976: *Proces socjalizacji dzieci i młodzieży*. Warszawa.

- Tokarczyk E., 1998: *Działania podejmowane na terenie szkół na rzecz przeciwdziałania agresji i przemocy*. W: *Agresja i przemoc w szkołach polskich i niemieckich*. Red. K. Ostrowska, J. Tatarowicz. Warszawa.
- Tomasik E., 1992: *Zagadnienia pedagogiki specjalnej w literaturze. Przewodnik bibliograficzny*. Cz. 1 i 2. Warszawa.
- Tomaszewski T., red., 1975: *Psychologia*. Warszawa.
- Vasta R., Haith M., Miller S., 1995: *Psychologia dziecka*. Warszawa.

Czasopiśmiennictwo

- Bailey S., 1997: *Nieletni używający przemocy. Profilaktyka i terapia*. „Opieka – Wychowanie – Terapia” nr 3.
- Golińska L., 1997: *Formy agresji*. „Remedium” nr 3.
- Obuchowska I., 1989: *Przemoc w wychowaniu*. „Kwartalnik Pedagogiczny”, nr 4.
- Ogrodowski M., 2003: *Drań w ławce*. „Przegląd” nr 38.
- Szymańczak M., 2001: *Pojęcie krzywdzenia dzieci*. „Niebieska Linia” nr 1(12).

Źródła internetowe

- <http://www.autoagresja.u2.pl/>
- <http://www.leymann.se/mobbing>
- <http://wychowawca.pl/miesiecznik/2007/02/2007/04.htm>
- <http://www.babyroom.pl>