

Administracja - pierwszego stopnia z tyt. licencjata

Podstawy psychologii

wykład 2 29.3.2020

Prowadząca: dr Urszula Gembara

"Agresja : zachowanie ukierunkowane na zadanie cierpienia innemu człowiekowi, który jest motywowany do uniknięcia tego cierpienia" (Wojciszke, Doliński D., 2010 s.357)

Rodzaje agresji:

- wroga: cierpienie osoby jest jedynym lub głównym celem sprawcy,
- instrumentalna: cierpienie drugiej osoby jest jedynie drogą do osiągnięcia celu (np. tortury w celu wymuszenia zeznań);(Wojciszke, Doliński D., 2010)

oraz:

- agresja skierowana na zewnątrz (na ludzi, zwierzęta, przedmioty),
- autoagresja; skrajną formą autoagresji jest próba samobójcza; zaniechanie troski o rozwój osobisty czy rozwój poznawczy można również traktować jako zakamuflowaną formę autoagresji;

lub:

- werbalna,
- związana z działaniem.(inni autorzy)

W literaturze przedmiotu wyróżnia się agresję i agresywność. Agresja jest utożsamiana z zachowaniem agresywnym, Agresywność natomiast to cecha, która występuje u wszystkich ludzi, ale w różnym nasileniu. Nie musi prowadzić do zachowań agresywnych. Może się przejawiać w np. w motywacji do osiągnięć, potrzebie dominacji.

Teorie wyjaśniające zachowania agresywne

1. Teoria frustracji-agresji

Frustracja jest to " zablokowanie skierowanej na cel aktywności organizmu, bądź stan wynikający z napotkania takiej przeszkody" (Wojciszke, Doliński D., 2010 s.357).

Czyli: jest cel, który zaspokaja jakąś potrzebę człowieka. Człowiek podejmuje aktywność, aby ten cel osiągnąć. Pojawia się przeszkoda uniemożliwiająca osiągnięcie celu.

Odpowiedzią na frustrację może być:

- agresja; tendencja do agresji jest tym większa, im większa jest wartość zablokowanego celu, większa ilość działań została zablokowana, im bardziej osiągnięcie celu jest zablokowane przez frustrację;

- regresja: funkcjonowanie na niższym poziomie niż osoba osiągnęła np: powrót do zachowań, które były sposobem na radzenie sobie z frustracją w okresie dzieciństwa;

- fiksacja: uporczywe powtarzanie tego samego zachowania, pomimo, że nie przynosi ono efektu; może przejawiać się jako apatia, wycofanie się, działania ukierunkowane jedynie na redukcję napięcia, np: picie alkoholu

- zachowanie zmierzające do usunięcia przeszkody,

Por: Wojciszke B., Doliński D., (2010) Psychologia społeczna W: Doliński D., Strelau J (red). Psychologia akademicka. Podręcznik t. 2, GWP (dostępna w sieci)

lub

opisywane przez innych autorów dojrzałe zachowanie, które polega na zmianie celu, albo zmianie sposobu osiągnięcia celu.

Przykład: Student ma niezaspokojoną potrzebę biologiczną jedzenia. Odczuwa głód. Podejmuje działanie zmierzające do zaspokojenia tej potrzeby - idzie do uczelnianego sklepiku. Jednak jest on zamknięty:

Reakcje:

agresja;

- werbalna - mówienie "złych rzeczy" pod adresem właściciela,

- autoagresja - mówienie "złych rzeczy" pod własnym adresem, pomniejszanie swojej wartości z tego powodu,

- przemieszczenie agresji - krzyczenie na koleżankę, i obwinianie jej o to, że nie przypomniała rano o kupnie kanapek na dworcu

regresja: np. płacz,

fiksacja: uporczywe pukanie do drzwi sklepiku

dojrzałe zachowanie

zmiana celu: np: zadzwonienie do właściciela i przekonanie go, aby otworzył

zmiana sposobu osiągnięcia celu: np: poproszenie kogoś, aby podzielił się jedzeniem, zamówienie jedzenia z dowozem na uczelnię itd.

Frustracja bywa mechanizmem rozwojowym, tzn. przyczynia się do lepszego przystosowania osoby poprzez naukę nowych zachowań, jednak aby osoba mogła wymyślać nowe zachowania, potrzebne

jest myślenie twórcze. Frustracja bardzo ważnych potrzeb, występująca często może przyczynić się do pogorszenia funkcjonowania.

Reasumując: agresja nie jest jedyną formą odpowiedzi na frustrację. Rozwój myślenia twórczego sprzyja konstruktywnemu radzeniu sobie z frustracją.

Agresja jako efekt uczenia się

Człowiek uczy się zachowań agresywnych według tych samych zasad jak np: asertywnych czy prospołecznych.

Nagradzanie zachowań agresywnych zwiększa prawdopodobieństwo ich występowania. Z drugiej strony zaś - nadmierne karanie może powodować frustrację i agresję jako skutek frustracji.

Modelowanie zachowania polega na wprowadzaniu nowych zachowań, które wcześniej były zaobserwowane u innej osoby, która jest wzorcem do naśladowania. W sieci możecie Państwo znaleźć eksperyment Bandury dotyczy właśnie modelowania zachowania.

Oglądanie przemocy w mass-mediach powoduje wzrost zachowań agresywnych zarówno u dorosłych, jak i u dzieci.

Por: Wojciszke B., Doliński D., (2010) Psychologia społeczna W: Doliński D., Strelau J (red). Psychologia akademicka. Podręcznik t. 2, GWP (dostępna w sieci)

W książce Aronsona i in. wyjaśnione są inne niż społeczne uczenie się mechanizmy wyjaśniające wpływ środków masowego przekazu na zachowania agresywne.

Mianowicie oglądanie scen grozy i przemocy, również wtedy, gdy mamy do czynienia z materiałem dokumentalnym, a nie fabularnym, powoduje naturalną potrzebę niesienia pomocy. Jednak ta potrzeba nie może być zrealizowana przez widza (no bo jak?), który przeżywa napięcie emocjonalne związane z tą sytuacją. Sposobem na redukcję tego nieprzyjemnego napięcia jest więc znieczulenie, osłabienie wrażliwości na te bodźce związane z przeżywanie cierpienia przez innych. Przemoc w środkach masowego przekazu wpływa na gotowość do reagowania agresją poprzez:

- wrażenie społecznego przyzwolenia na takie zachowanie,
- dostarczanie informacji, pomysłów na zachowanie agresywne,
- lepsze uświadomienie własnej złości i szybsze uruchamianie zachowań agresywnych,
- łatwiejsze zaakceptowanie zachowań przemocowych.

Por: Aronson E., Wilson, T.D., Akert R.M. (1997) Psychologia społeczna. Serce i umysł. Zysk i Ska

Teoria przesunięcia pobudzenia

Teoria przesunięcia pobudzenia - pobudzenia emocjonalne pochodzące z różnych źródeł mają tendencję do zalegania w organizmie. Zazwyczaj są przypisywane w całości jednemu tylko czynnikowi. Dlatego ludzie mogą w niektórych sytuacjach reagować silniej na bodziec, który obiektywnie nie jest silny, albo taki, który w sytuacji mniejszego pobudzenia uznaliby za mało istotny i reakcja byłaby słabsza. Nie jest ważna przyczyna wcześniejszego pobudzenia, ale jego siła. To znaczy, że nawet wtedy, gdy wcześniejsze pobudzenie było przyjemne, to może wzmocnić ono późniejszą reakcję agresywną

Teorie ewolucyjne agresji - proszę doczytać na str. 358

Źródło: Wojciszke B., Doliński D., (2010) Psychologia społeczna W: Doliński D., Strelau J (red). Psychologia akademicka. Podręcznik t. 2, GWP (dostępna w sieci)

Zwrócono również uwagę na związki agresji z:

- wysokim poziomem testosteronu,
 - piciem alkoholu,
 - zmianami w centralnym układzie nerwowym (niektóre zmiany powodują ograniczenie kontroli popędów, w tym popędu agresywnego),
 - mutacją genową u mężczyzn polegającą na powieleniu chromosomu Y,
 - występowaniem w zasięgu wzroku przedmiotów kojarzonych z agresją (np. noże, pistolety)
- i.in.

Konstruktywne sposoby radzenia sobie z agresją - podsumowanie

- samoświadomość , czyli świadomość własnych stanów emocjonalnych, zwłaszcza tych, które prowadzą do agresji - gniewu, złości;
- opanowanie strategii rozwiązywania problemów: zapobiega stanom frustracji,
- komunikowanie swoich stanów emocjonalnych,
- efektywne komunikowanie się,
- rozwijanie myślenia kontekstowego: zapobiega lokowaniu przyczyn zachowań innych interpretowanych jako agresywne właśnie w tej osobie, a nie w sytuacji.
- rozwijanie empatii: uświadomienie sobie emocji innych powoduje np. zrozumienie i współczucie

- odreagowanie napięcia emocjonalnego w sposób społecznie akceptowany,
- promowanie zachowań prospołecznych jako wartości,
- budowanie społeczeństwa, w którym wartości osobowe i dobre relacje międzyludzkie mają znaczenie.

Dobrym sposobem przeciwdziałania agresji jest nauka i rozwijanie zachowań prospołecznych.

Zachowania prospołeczne:

"Zachowania pomocne są to działania ukierunkowane na niesienie korzyści innemu człowiekowi"(Wojciszke, Doliński D., 2010 s.364)

Wybrane teorie wyjaśniające pomaganie innym

- dobór krewniaczy: zachowania prospołeczne mają na celu zachowanie życia osób spokrewnionych a przez to utrwalenie własnych genów (teoria socjobiologiczna),
- norma wzajemności: przekonanie, że inni będą nas traktować tak, jak my ich - jeśli my pomożemy komuś w potrzebie, to ktoś pomorze nam,
- teoria wymiany społecznej,: podejmując pewne działania, ludzie kierują się dwoma zasadami: maksymalizacji kosztów i minimalizacji strat - w uproszczony sposób osoba analizuje koszty i straty w sytuacji udzielenia bądź nieudzielenia komuś pomocy i wtedy decyduje się na działanie lub nie,
- hipoteza empatii-altruizmu Batesona: empatia, czyli "zdolność do postawienia siebie na miejscu drugiej osoby i odbierania w podobny sposób zachodzących wydarzeń oraz odczuwania podobnych emocji" (Aronson, i in, 1997s.461) skłania do udzielenia komuś pomocy nie zwracając uwagi na np: niekorzystne dla nas konsekwencje.

Porównaj: Aronson E., Wilson, T.D., Akert R.M. (1997) Psychologia społeczna. Serce i umysł. Zysk i Ska

- pomaganie jako przejaw systemu wartości.

Proszę zastanowić się, jakie zachowania pomocowe zaistniały w obecnej sytuacji.

Bibliografia:

Aronson E., Wilson, T.D., Akert R.M. (1997) Psychologia społeczna. Serce i umysł. Zysk i Ska
Wojciszke B., Doliński D., (2010) Psychologia społeczna W: Doliński D., Strelau J (red). Psychologia akademicka. Podręcznik t. 2, GWP (dostępna w sieci)

Pytania dotyczące treści wykładu proszę kierować na moją skrzynkę mailową do Proszę umieścić następujące dane: nazwisko, imię, kierunek, przedmiot, data wykładu. Pozdrawiam Państwa.
dr Urszula Gembara