

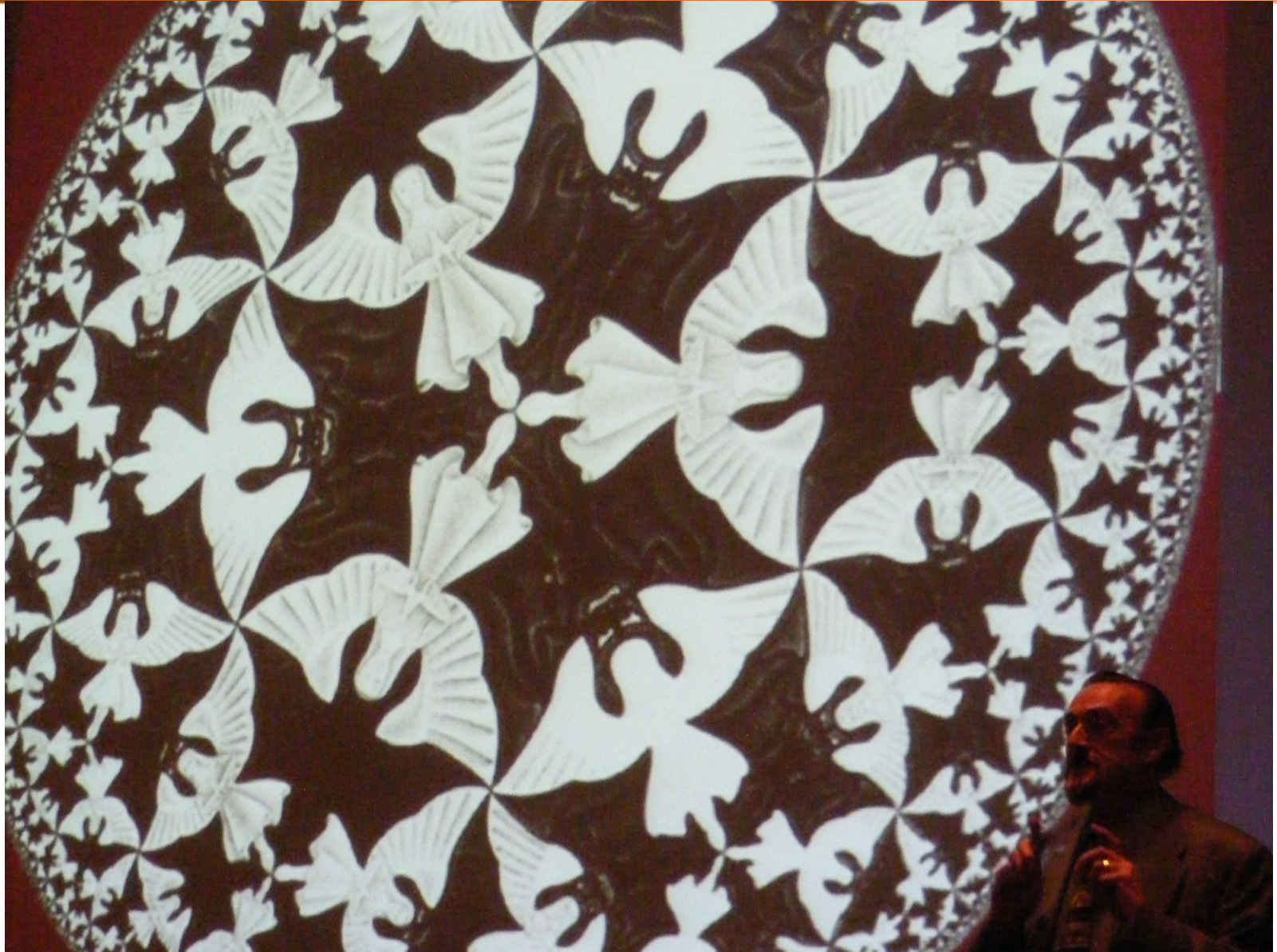
PSB_504

Psychologie sebeobraný

Mgr. Pokorná

Mgr. Matulová

M.C. Escher – Circle Limit IV, použito z Zimbardo, P. (2009) Oslo



**Ve světě je dobro i zlo
Hranice mezi dobrem a zlem je křehká a nejasná
Dobré se může stát zlým a zlé dobrým**

Otázka nezní jak oddělit dobré od zlého a zlé potlačit.

Otázka zní: Jsem já sám schopný konat zlo?

Jsem já sám schopný použít agresi?

DEFINICE AGRESE I

- *Záměrné konání, jehož motivem je – otevřenou nebo symbolickou formou, způsobit někomu nebo něčemu škodu, křivdu nebo bolest.*
- *Záměrné jednání s cílem ublížit jinému člověku. (Čermák, 1999)*

Je následující agrese?

Vyhrožování

Ztrapňování

Lov bizona

Boxerský zápas

Sadomasochistické techniky

DEFINICE AGRESE II

- 1) zahrnuje škodlivý stimul od jednoho organismu druhému
⇒ má adresáta (u suicida sebe)
- 2) tyto stimuly jsou udíleny se záměrem poškodit oběť
⇒ vědomé a záměrné
- 3) agresor očekává, že budou mít zamýšlený efekt
⇒ cílené

DEFINICE AGRESE III

Násilí

Otevřené vyhrožování použitím síly, vyústující často v poškození druhého.

Násilí je jedním z projevů agrese.

Terminologicky se používá jen u lidí.

Hostilita

Negativní, nepřátelský postoj k jedinci či více lidem.

Agrese

Záměrné jednání s cílem ublížit jinému člověku.

Agrese je motivací k násilí.

Terminologicky se používá i u zvířat.

Agresivita

Dispozice k agresivnímu chování.

Asertivita

Cílem je přimět ostatní, aby mi vyhověli.

DRUHY AGRESE

U ZVÍŘAT

Moyer

Kombinace fyziologických a podmětových korelátů

Predátorská = útok na protivníka; většinou mezidruhová

Mezi samci

Vyvolaná strachem = vždy předchází pokus o útěk

Dráždivá = vyvolaná frustrací či jiným stresem

Mateřskou = v situaci ohrožení mláďete

Sexuální

Obrana teritoria

- součástí některých předchozích typů a nemá separátní fyziologickou bázi

U LIDÍ

A)

Instrumentální

Účelem je dosáhnout cíle. Plánované násilí.

Moyer: dráždivá, mezi samci, mateřská či teritoriální.

Nejčastější.

Excitace minimální, v průběhu agrese neroste, nejsou rituály ani hlasové projevy.

Neuroanatomické dráhy se nacházejí v oblasti spinothalamické oblasti.

Emocionální/afektivní

Přítomnost silné negativní emoce.

Agrese je cílem sama o sobě.

U zvířat jen šimpanzi (2 druhy: Bono Bo používá sex místo násilí).

DRUHY AGRESE II

B) přímá
nepřímá

C) verbální
fyzická

D) aktivita
pasivita

E) Ven
Dovnitř

DRUHY AGRESE III

PŘÍMÁ	FYZICKÁ	AKTIVNÍ		
PŘÍMÁ	FYZICKÁ	PASIVNÍ		
PŘÍMÁ	VERBÁLNÍ	AKTIVNÍ		
PŘÍMÁ	VERBÁLNÍ	PASIVNÍ		
NEPŘÍMÁ	FYZICKÁ	AKTIVNÍ		
NEPŘÍMÁ	FYZICKÁ	PASIVNÍ		
NEPŘÍMÁ	VERBÁLNÍ	AKTIVNÍ		
NEPŘÍMÁ	VERBÁLNÍ	PASIVNÍ		

ETIOLOGIE

1) agresivní pud

(Freud, Lorenc)

2) biologické předpoklady

- dědičnost nebo prostředí?

⇒ Mednick (1983,87): výzkum adoptovaných dětí odsouzených pro kriminální tč

⇒ chlapci s ADHD s pozdějším přesmykem do antisociální poruchy

3) psychologické teorie

= reaktivní připravenost

- a) reakce na frustraci
- b) naučené chování (Bandura)
- c) objektní vztahy
= reakce na narcistická zranění a ponížení
- agrese jako kontakt
- d) extatický pocit absolutní svobody
= překročení norem
- e) Obrana či prevence
= proti aktuální a. nebo po traumatech

Lesch-Nyhanův syndrom

Vrozený deficit určitého enzymu vedoucí k sebemutilaci a k agresi vůči ostatním.

Supermale

Zdvojený chromozom Y u mužů čili XYY.

Vyšší tělesná hmotnost, více svalů, silná kostra.

Výrazné antisociální a agresivní projevy

Věznice 1:35-100, populace 1:550

U žen variace X0

ETIOLOGIE III – biologické mechanismy

Hormony

Testosteron

zvýšená hladina vs. Kastrace

Progesteron

snižuje agresi (49 % žen
spáchá t.č v době PMS)

Neurotransmitery

Acetylcholin

onset systém

Noradrenalin + dopamin

onset i offset systém

Serotonin

inhibice

POZITIVNÍ AGRESE

Definice agrese poukazují pouze na její negativní stránku.

Měnit svět kolem sebe tak, jak to potřebujeme.

Neexistuje zdravý vztah/kontakt bez agrese.

Agrese ve sportu.

Agrese jako motivační prvek k dosahování něčeho.

Agrese jako motivační prvek k sebepřekonání.

Agrese jako sebevyjádření se ve vztahu.

/konfluence x konflikt x kontakt/

OSOBNOSTNÍ INDIKÁTORY I

Různé studie hledající osobnostní **dispozice podporující agresi** (Čermák):

Iritabilita

Náchylnost k emocionálním reakcím

⇒ *impulsivní a reaktivní agrese*

Hostilní přemýšlení

Tolerance vůči násilí

Strach z trestu

⇒ *Caprarův strukturální model agrese*

Potřeba ochrany vlastní sebeúcty a prosazení vlastní identity

Ospravedlňování agrese

Přítomnost třetí osoby

OSOBNOSTNÍ INDIKÁTORY II

Zájem se také soustředí na osobnostní **inhibitory agrese** (Tedeschi, Felson, 1995):

Dobře vybudovaná sebeúcta

Dobře vybudovaná seberegulace

Zvnitřněné normy morálky a zdvořilosti (nikoliv introjekty).

- pouze u „vědomě agrese“, kde je přítomno pokušení
- paradox: vyšší agrese vůči agresorům

AGRESE JAKO VYJÁDŘENÍ JÁ

Agrese jako sebe prezentace (Tedeshi a Felson, 1995)

Agrese jako potvrzení vlastní identity (např. Schlenker, 1980; Macek 1997)

1) asertivní sebe prezentace

- vytvoření představy o sobě, motivem je získat respekt
- Vymezení se vůči ostatní, je třeba publikum
- Projevení síly vůči neagresivnímu/slabšímu jedinci

2) protektivní sebe prezentace

- uchránění obrazu sebe (zachovat si tvář)
- Pocit ohrožení sebeobrazu, potřeba vyhnout se slabosti

zdravá sebe prezentace vs. agresivní sebe prezentace (na úkor druhého)

DALŠÍ MOTIVY AGRESE VE VZTAHU K JÁ

Odplata

Pocit nespravedlnosti či odvrácení dalších útoků (domnělé či skutečné ublížení)

Odplata za zpochybnění autority/kompetence

Vysoko hodnota moci a síly

Boj o pozitivní sebeobraz → boj v kruhu → až fyzické napadení

Kulturní odlišnosti ve formě odplaty, princip stejný

Spravedlivý hněv

Doprovázen pocití ponížení, trapnosti

Viz. Zdravá agrese ve vztahu

Právo na vyjádření hněvu

VÝZKUMNÉ STUDIE

Olweus (1979) zhodnocení longitudinálních studií

Zřetelné individuální rozdíly v **agresivitě** již ve 3 letech

Statisticky významná korelace mezi rozdíly ve 3, 5 a 12 letech

Agrese je funkcí agresivity (nemusí být přítomna v chování permanentně)

Geen (1998) osobnostní rizikové faktory u násilníků

- 1) Hostilní interpretace událostí (hostilní atribuční chyba)
- 2) Tendence vybírat si prostředí v souladu s antisociálním vzorci chování
- 3) Chování je konsistentní a stabilní vzhledem k situaci a času

INTERKULTURNÍ ZAJÍMAVOSTI

- ponížení, opovržení a následné získání moci má různé formy v různých kulturách (viz. Čermák)

Sever Itálie

Znevažování hodnoty osoby

vs.

Jih Itálie

Znevažování prestiže rodiny

Kmen Utku

Označení jako malé dítě bez rozumu („nutataqpaluktug“)

Eskymáci na Arktidě

Ritualizovaný „adolescentní“ boj v nadávání – i rýmovaný, publikum rozhoduje potleskem o vítězi

Západní Kamerun

Urážka ženy (vztahující se ke genitáliím) = urážka všech žen → muž veřejně ponížen nebo musí zaplatit všem ženám z kmene.

Euroamerická kultura

Znevažování pohlavní /rodové identity (vůči M homosex.obsahy, Ž promiskuitní obsahy)

TYPOLOGIE AGRESORŮ

Reaktivní typ

Při slabém podnětu reagují prchlivě, vznětlivě, výbušně.

Pojí se s tím: převažující špatná nálada, nedůtklivost, netrpělivost, nesnášenlivost, pocit neustálé připravenosti k útoku, strach ze selhání, pocit bezbrannosti a bezmocnosti, přecitlivělost na kritiku

Běžní agresori i vraždy v afektu (vysoké reaktivity a slabé kontroly agrese).

„Spouštěcí klíč“

Agresivní čin je ventil.

TYPOLOGIE AGRESORŮ

Instrumentální typ

Agrese jako prostředek k cíli.

Pojí se s tím: spíše sebejistí, agrese i bez spouštěče, chladné a záměrné jednání, potřeba ovládat druhé, vybírají si oběti

V anamnéze často nedostatek emocí od rodičů.

Cílem je ublížit oběti

Nadměrně kontrolující typ

Výrazné agresivní puzení a negativní prožitky, ale drženo pod pokličkou.

Působí na okolí slušně, zdvořile a s dobrými mravy.

V anamnéze min. agresivních epizod.

Projev v těle (stisknuté zuby, třes rukou, napjaté či ztuhlé svaly, ochablost, bledost, vyčerpání...)

Pokud dojde k výbuchu a uvolnění agrese (eruptivní agrese), dojde často k jednomu hrůznému činu.

TYPOLOGIE AGRESORŮ

Potěšení z krutosti

Dělá jim dobře utrpení druhých. Většinou psychopatické rysy ale ne čistá psychopatie.

Může být sex. I nesexuální extáze.

Chtějí dokázat, že si zaslouží respekt druhých – trpí úzkostí, z toho že jiní nedoceňují, jak jsou silní a mocní

Sexuální agrese

Nebezpečné jsou poruchy sex.chování = deviace v aktivitě

1) *Sadismus*: agresivní, pseudopedagogický

Cílem je ublížit až zabít.

2) *Patologická sexuální agrese*

Cílem je pohlavní styk.

TYPOLOGIE AGRESORŮ

Osobnostní patologie

A. chování, které se opakuje. Silná agrese v dětství vede k deficitu ve vývoji ⇒ u raných poruch masivní úzkost ⇒ masivní agrese.

Často u hraničních, narcistických a asociálních poruch osobnosti a u psychóz.

Asociální: jsem zranitelný ⇒ druzí mě mohou ublížit

Hraniční: jsem špatný a bezmocný ⇒ druzí mě zradí a opustí ⇒ sám nepřežiju autoagrese jako reakce na silný pocit nejistoty ohledně vlastní identity, na pocit bezmoci

Narcistická: jsem méně než druzí ⇒ jsou lepší ⇒ když se mnou jednají normálně, myslí si, že jsem horší
sebenejistota vs. omniopotence a grandiozita. *Kaz. P74+ja*

Přiřad'te: hněv až zuřivost, verbální agrese, chladná agrese, ponižování, fyzická agrese, autoagrese

AGRESE A EGO-OBHRANY

Potlačení

-zralá úroveň; vědomá či polovědomá

Vytěsnění

-neurotická úroveň + ok u zdravých lidí
v zátěži

-Ve Freudiánském smyslu vs. Vaillant

Přesunutí

- neurotická úroveň + ok u zdravých lidí
v zátěži

-fobie?

Štěpení

-střídavá idealizace a devalvace

-nezralá úroveň, ok do 15 let

Dále např. pasivní agrese, agování,
projektivní identifikace

Popření

-psychotická úroveň

-Nevědomé odstranění vnějších podn.

„DISFUNKČNÍ“ OBRANA

Přeskokové jednání

- odvrátíme pozornost k jinému objektu (začnu si hrát se šaty)

Zaražené jednání čili cut-off strategie

- selže-li agrese či únik (u zvířat časté, u psychóz)
- A) zavření očí, odvrácení hlavy B) krycí pozice (i freezing)

Identifikace s agresorem

- 3 fce: přebírá zodpovědnost (potřebuje mě), vyhnutí se konfliktu (zasloužím si to), imituje (získává moc) *kaz.P54*
- **Stockholmský syndrom** *kaz.čl.*

Disociace

- způsob odstříhnutí se od prožitku a vnímání (depersonalizace, derealizace, zkreslené sensorické vnímání, zkreslený časoprostor). Jakoby pozoroval z dálky, může být amnézie.

Submise a depresivita

OBRANA VŮČI AGRESI

Trest

- odstrašující charakter (i trest zákonný)
- vědomí trestu někdy agresi snižuje, jindy ale zvyšuje.
- když agresor vidí zisk v agresi, trest nepomůže.
- u dětí dojde k učení nápodobou (hodně trestané děti jsou v dospělosti více agresivní, než ty netrestané)
- nutno splnit podmínky podmiňování: krátký interval, trest vysoký atd.

Katarze

- jiná, stejně intenzivní činnosti sloužící k vybití bez ubližování.
- výzkumy příliš nepotvrzují. Dochází k pozitivnímu zpevnění mezi původní agresi a následnou úlevou
- fantazijní agrese může zvyšovat agresi reálnou

OBRANA VŮČI AGRESI II

Inkompatibilní odpovědi

-odpovědi, které jsou v protikladu k prožívání agrese:

a) empatie: při střední úrovni hněvu „Máma mi vždycky říkala, že čumím jak idiot, že mi to jednou někdo nandá.“

„Vrat' mi alespoň simku.“

b) humor a zábava: při počátečním růstu agrese. Nesmí jít o humor urážející či ironický.

c) lehké sex. vzrušení: spojeno s příjemnými představami. Někdo potvrzuje, někdo vyvrací.

d) Inkompatibilní odpověď

Trénink v soc. dovednostech

-někteří lidé neumí komunikovat, a aniž by věděli proč, vzbuzují u ostatních negativní emoce a agresi. Stávají se tak pramenem a zároveň terčem agrese.

-trénink v asertivitě i fyzické zdatnosti (sebeobraně) zvyšuje pocit sebejistoty v ohrožujících sit. V USA komplexní **program pro oběti**. Funguje podobně jako BH terapie.

NÁSLEDKY ÚTOKU NA OBĚŤ

- PTSD (znásilnění, týrání, válka ...)
- destrukce základní důvěry ve svět a pocitu bezpečí
- narušení tělesné integrity, sebeúcty
- může dojít k zhoršení paměti, hyperaktivnímu chování (únikové),
- noční můry, emoční stažení se, omezení soc. kontaktu
- je-li tam hrdina, dojde k přenosu
- sekundární traumatizace (přenáší se na oběti blízké) až transgenerační traumatizace
- často identifikace se s agresorem

MUŽI vs. ŽENY

•ŽENY

Jako oběti:

- nejčastěji doma (manžel, přítel, známý)
- DN častěji smrt v důsledku napadení
- DN bojí se partnera
- chápou se jako oběti, vyhledávají pomoc

•MUŽI

Jako oběti:

- nejčastěji venku (někdo cizí)
- DN málo často smrt
- DN nebojí se partnera
- nevyhledávají pomoc

MUŽI vs. ŽENY II

•ŽENY

Jako agresori:

- bez alkoholu
- nejčastěji vůči opačnému pohlaví
- doma, jeden na jednoho
- příčinou nejčastěji sebeobrana, odplata, ochrana, žárlivost, donucení ke komunikaci
- silné negativní emoce (strach)
- stejně i více agresivní než muži, ale nepřímá agrese
- způsobují drobnější zranění ale častěji
- většinou agresivní jen v 1 vztahu
- agrese ve vztahu končí se vztahem

•MUŽI

Jako agresori:

- často alkohol
- nejčastěji vůči stejnému pohlaví
- často public places, hospody, více lidí
- příčinou nejčastěji věc cti a zachování image, kontrola a pocit moci (DN)
- emoce nejsou tak intenzivní (v páru)
- častěji přímá fyzická agrese
- způsobují vážnější (život ohrožující) zranění
- většinou agresivní opakovaně ve vztazích
- agrese se po ukončení vztahu stupňuje

VIKTIMIZACE

Fenomén predestinované oběti (mnohačetné oběti)

- reviktimizace ⇒ model kariéry oběti

- specifické dispozice osobnosti, které přitahují pachatele ALE ne vyhraněný typ osobnosti
- čas mezi 1. a 2. útokem většinou nepřesáhne půl roku, nemusí jít o stejný typ tč

3 viktimogenní faktory:

- 1) sociální (riziková profese, etnická skupina...)
 - 2) behaviorální (rizikové způsoby chování, např. provokování, vyhledávání rizikových míst)
 - 3) osobnostní (např. extrémní důvěřivost, touha po dobrodružství, tělesný handicap...)
- pachatelé většinou oběť vybírají racionálně s předpokladem úspěchu, tedy nejzranitelnější oběť.

Faktory zranitelnosti:

- celkový výraz životního elánu neboli signály slabosti, neopatrnosti a snížené energie
- dojem nesamostatnosti, pasivity, pomalosti
- dojem nízkého sebevědomí

SOUČASNÝ VÝZKUM

Násilí v párech (Graham-Keva, Archem, 2003, Journal of Interpersonal Violence)

dvojího typu: běžné násilí a intimní terorismus.

- a) Běžné párové násilí – agrese spojená s absencí kontroly. Objevuje se v kontextu hádky, kdy jeden projeví fyzickou agresi. Čili reakce na konkrétní stresor
- b) Intimní terorismus – motivován přáním ovládat druhého, ovládat vztah. Agrese je pod kontrolou.

- fyzická agrese u obou stejně. Z výsledků vyplývá rozdělení na 4 subskupiny agrese ve vztahu:

Násilí z hlediska oběti (Eisikovits, Winstok, Gelles, 2002, Families in Society)

Ženy si přetváří proces tak, že mají pocit kontroly a odpovědnosti a proto i nadále žijí s násilníkem ⇒ něco si sama můžou vybojovat.

SOUČASNÝ VÝZKUM II

Ženy, které zabily agresora (Huss, Tomkins..., 2006, Journal of Interpers. Violence)

V USA více než 1000 žen ročně zabije partnera . Jsou souzeny pro vraždu a často v očích veřejnosti nespravedlivě. Co má vliv? I soudci podléhají předsudkům. Zejména: „bitá žena je min. částečně zodpovědná za napadení“, „pokud zůstává v takovém vztahu, je labilní a masochistická“, „kdyby chtěla, může ze vztahu odejít.“

Z výzkumu vyplývá, že při posuzování činu měli vliv 3 oblasti:

- (a) míra úkladnosti (čím méně promyšlenosti, tím méně vinná)
- (b) vina
- (c) hrubost týrání

Naopak nezvažovali délku či druh vztahu, vyhrožování zraněním ostatním (děti), důvody zabití či bezprostřednost zabití. Morálka nehraje roli v rozhodování.