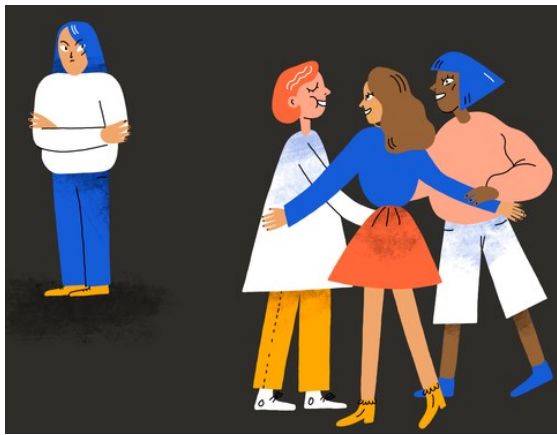




Как устроен агрессор

Травля больше всего распространена среди подростков. У них ведущий вид деятельности – общение, самоутверждение и поиск себя в обществе. Подросток тренируется, каким он может быть в социуме. Дети-агрессоры, как правило, сами чувствуют себя слабыми, неуверенными, могут иметь завышенную или заниженную самооценку.

Агрессия – это следствие негативного отношения к себе. Если подросток думает о себе плохо, он чувствует не радость или удовольствие от себя, своих достижений, а, возможно, обиду, зависть, злость и другие негативные эмоции. Они могут появиться потому, что ребенка, скорее всего, недостаточно поддерживают в семье, или предъявляют к нему слишком высокие требования. Ведь буллингом не всегда занимаются дети из неблагополучных семей, а и растущие в обеспеченных успешных семьях. Возможно, ребенку никто никогда не говорит, что он хороший, заслуживает любви и может быть успешным. Вместо этого родители говорят об успехах других детей, бесконечно сравнивают его с "соседским мальчиком": "Смотри, какой талантливый: и математик, и художник, и скрипач, а ты будешь дворником". Поэтому буллер не имеет о себе позитивного представления, вместо этого он подавлен, обижен или агрессивен.

Негативные эмоции, напряжение накапливаются и проявляются в поведении разных людей по-разному. Нервная система человека делится на две части – это часть которая может анализировать происходящее и отвечает за рациональное мышление, и часть ответственная за выживание и важная эмоция этой части — это страх. Она помогает телу оставаться здоровым и невредимым. Страх вызывает три вида действий: бей, беги или замри. Одни дети, которые чувствуют себя неуверенными и нелюбимыми, будут замирать и тихонечко сидеть в уголке, могут проявлять скрытую агрессию и заниматься кибербуллингом, кто-то станет одиночкой и будет избегать контактов, а у кого-то будет агрессивная реакция.

Агрессор не осознает, в каком психологическом состоянии он находится. Тому, кто занимается буллингом, нужна эмоция жертвы, он хочет видеть ее слабость, беспомощность, чувствовать свое превосходство. А окружающие еще больше "топят" его в этом состоянии, читая лекции, осуждая и наказывая. В результате ребенок потерян.

Все это – следствие неосознанности, незнания себя, своих эмоций и желаний.

Психолог отдела общественного здоровья Буглак Е.И.