

„Przemoc i agresja w świecie - jak jej unikać?

„Każdego roku ponad 1,6 mln ludzi na świecie traci życie z powodu przemocy”.

fragment raportu na temat przemocy i zdrowia przygotowanego przez Światową Organizację Zdrowia

We współczesnym świecie wiele się słyszy o walce o demokrację, o prawa człowieka, o wolność wyznania. Na przestrzeni lat wiele się zmieniło i poprawiło w tym zakresie. W tym samym czasie w wielu miejscach na Ziemi ludzie doświadczają jednak przemocy, agresji, wojen, bólu fizycznego i psychicznego.

Aby odpowiedzieć na pytanie, jak unikać agresji i przemocy na świecie, należy się zastanowić, czym one w ogóle są.

Według naukowców przemoc to wywieranie wpływu na proces myślowy, zachowanie lub stan fizyczny osoby, pomimo braku przyzwolenia tej osoby na taki wpływ.

Wyróżnia się dwa zjawiska: przemoc fizyczną i psychiczną. O uznaniu danego przypadku użycia siły lub władzy, lub groźby takiego użycia za przemoc decyduje negatywny cel i wysokie prawdopodobieństwo negatywnych skutków takiego działania.

Z kolej agresja - według definicji zawartej w Encyklopedii PWN, to skłonność do częstego używania przemocy w relacjach z innymi jako sposobu rozwiązywania konfliktów bądź realizacji celów życiowych.

Przejawami agresji na świecie są wojny, konflikty na tle religijnym, rasowym, ale również hejt w mediach społecznościowych i portalach plotkarskich, prześladowanie i wyśmiewanie się z innych osób.

Myślę, że przyczyny takich zachowań są różne i jest ich wiele, na przykład: chęć zdobycia dóbr, narzucenie sposobu myślenia, brak akceptacji, nietolerancja, poczucie skrzywdzenia, strach i niezrozumienie innych, agresja w rodzinie.

Znając przyczyny powstawania przemocy i agresji, możemy podejmować działania, aby ich unikać.

Należy starać się najpierw kogoś bardziej poznać, aby go zrozumieć, a dopiero później - ewentualnie - go ocenić. Najlepiej przyjąć po prostu, że jest inny, wyznaje inną religię, lubi coś innego i nie starać się ustalać, kto, lub co jest lepsze.

Powinno się prowadzić więcej akcji uczących akceptacji i tolerancji.

Trzeba też uświadamiać wszystkim na świecie, do czego prowadzą wojny i konflikty i jak wielkie niosą za sobą ofiary. Może obraz osieroconych i skrzywdzonych dzieci - na plakatach czy w filmach - dotrze do kogoś bardziej niż słowa.

Każda rodzina powinna też nauczyć się spokojnego rozwiązywania problemów, słuchania siebie nawzajem. Dzieci, które czują się bezpiecznie w swoich kontaktach z rodzicami, są mniej agresywne i lepiej radzą sobie z emocjami. Gdy otacza się je miłością i zainteresowaniem, nie mają powodów do agresji i nie stosują jej.

Każdy na mniejszą lub większą skalę i na miarę swoich możliwości, może zrobić coś, aby zapobiec agresji i przemocy w swoim życiu lub nawet na świecie; musi się tylko zastanowić, jak to zrobić. Im więcej osób się tego podejmie, tym życie będzie lepsze dla wszystkich.

Pola Gawron 6b