

Agresivnost – nasilje - nenasilje

tri značenja pojma agresivnost

1. Afirmacija sebe
2. Ogorčenost
3. Destruktivnost

Agresivnost - afirmacija sebe

- Radije bismo je nazvali "borbenost"/"prodornost".
- životna snaga svojstvena svim živim bićima.

Važna snaga da bismo zadovoljili svoje potrebe (fiziološke potrebe, potrebe za sigurnošću, ljubavlju, dostojanstvom...)

- Aktivno nenasilje se oslanja na **AFIRMACIJU SEBE**, mirnu snagu koju drugi neće osjetiti kao agresiju
- agresivnost koju trebamo u nenasilju: **prodornost**

Agresivnost - ogorčenost

- **alarm**, znak da se osoba ne osjeća prihvaćenom ili da njene potrebe nisu zadovoljene (frustracije)
- Aktivno nenasilje razvija **sposobnost slušanja**: čuti osjećaje, potrebe, u govoru i u ponašanju druge osobe (važnost neverbalnog)

Destruktivna agresivnost

- = **nasilje**
- kad god se napada fizički ili psihički integritet osobe, njene vrijednosti, materijalna dobra radi se o nasilju
- ne radi se samo o odnosu snaga nego i o **odnosu moći**
- Nasilje je **snažna poruka** i korisno je naučiti je dešifrirati: Kada nasilje promatramo kao način izražavanja/jedan govor, možemo prevladati strah, osnažiti se za nenasilan otpor, možemo razmišljati kako ga prevenirati i sanirati
- Odgovor na destruktivnost: **komunikacija + otpor (afirmacija sebe i slušanje + STOP)** *usp. simbol dva dlana*