

Agresi nemůžeme zcela potlačit, ale je možné a účelné ji kultivovat

Je nám agrese daná, nebo je získaná? Můžeme ji ovládnout, nebo ona ovládá nás? Jsme odpovědni za to, jakými jsme? Nebo jsou za to odpovědni naši rodiče? Hvězdy? Geny? Stavba našeho mozku?

„Pro většinu lidí je jedním z nejsilnějších stresorů časová tíseň a spěch.“

Agrese stresová

Pokud jde o prostředí dopravy, jednou z nejčastějších forem je agrese stresová. Stačí si všimnout například chování lidí v nepostupující koloně, v dopravní zácpě, ale i ve spěchu. Pro většinu lidí je jedním z nejsilnějších stresorů časová tíseň a spěch, obzvláště s hrozbou potenciální nebo skutečné ztráty (nestihnu to včas odeslat, předat, dojet na schůzku apod.)

Z hlediska potenciace stresové agrese stačí, aby člověk sedl za volant nenajedený, žíznivý, aby mu bylo horko nebo zima, spěchal nebo měl za sebou nepříjemné jednání či konflikt, a z hlediska tělesné reakce je jeho mozek a tělo nastartováno k boji nebo k útěku. Pokud si zmíněné dosadíme do kontextu dopravy, pak obě varianty (boj i útěk) mohou být stejně nebezpečné.

„Jste ochotni půjčit svůj vůz (protože to někdo potřebuje)?“

Agrese teritoriální

Projevuje se i u lidí. V přijatelné a kultivované formě je realizována ploty, zámky, parkovacími místy, kde je jasně vymezené „to je moje“ a „to je cizí“. Vlastní dopravní prostředek, ať už je to automobil, loď, letadlo či cokoli jiného, je pro většinu lidí „součástí jejich teritoria“. A v rámci teritoriálního chování může být (a je) přirozeně aktivovaná agrese.

Nebo je vám úplně jedno, zda před vaší garáží, na vašem místě, zaparkuje někdo jiný (protože každý má právo zaparkovat)? Jste ochotni půjčit svůj vůz (protože to někdo potřebuje)? Nebude vám vadit, když někdo použije kapotu vašeho auta jako reklamní plochu (protože se přece nějak živit musí)? Pak se vás teritoriální agrese netýká!

„Je to skupinová forma agrese.“

Agrese ideologická

Patří mezi specificky lidské formy agrese a je to skupinová forma agrese. V určitém kontextu se při ní formuje skupina „MY“ proti cizí skupině „ONI“. V centru motivace je boj za určité „naše ideje, přesvědčení či prospěch“, což nemusí být nutně spojeno s hmotným ziskem.

V rámci dopravy se tak můžeme setkat se skupinou „my se silnějšími vozy“, „my s motorkami“, ale i „my motoristé“, „my chodci“, a „oni řidiči“.

Agrese přesunutá

„Kopne do pneumatiky, práskne dveřmi u auta, vynadá důchodci na přechodu“.

Je typicky zaměřená proti jinému objektu než proti tomu, který byl původním zdrojem stresu, frustrace či „spouštěčem“ agresivního chování. Nejčastěji je zaměřena proti někomu nebo něčemu slabšímu.

Například muž frustrovaný (a naštvaný) po konfliktu v zaměstnání nebo doma kopne do pneumatiky, práskne dveřmi u auta, vynadá důchodci na přechodu nebo pomalejšímu řidiči apod. Přesunutá agrese je ve většině případů součástí nevědomých psychických mechanismů, takže skutečného „motoru“ svého agresivního chování si dotyčný vůbec není vědom. Může být dokonce přesvědčen, že nemohl jinak, protože si to sami zasloužili – „Co má co důchodce s berlí chodit po přechodu! Když neumí chodit rychle, ať tam neleze a sedí doma!“

Agrese podmíněná psychoaktivními látkami

„Zhoršuje se například schopnost přiměřeně, pružně a rychle vyhodnocovat nové nebo ohrožující situace“.

Objevuje se či facilituje¹ pod vlivem alkoholu, drog i některých léků. Otázky nepříznivého dopadu alkoholu v dopravě jsou dlouhodobě akcentovány a řešeny. Aniž bychom zacházeli do podrobností, uveďme, že vlivem alkoholu (a jeho metabolitů) na mozek se mimo jiné zhoršuje například schopnost přiměřeně, pružně a rychle vyhodnocovat nové nebo ohrožující situace a reagovat na ně (ačkoli vlastní mínění je přesvědčeno o opaku!).

Jinými slovy alkohol zvyšuje pocit vlastní jistoty, kompetence a síly, ale snižuje reálné schopnosti. Alkohol také zvyšuje tendenci k impulzivně-agresivnímu chování, přičemž uvažování může být výrazně egocentricky a vztahovačně zaměřené („On mě provokoval! Schválně mě předjížděl!“).

„Jak u zvířat, tak u lidí, vystavených před narozením působení alkoholu, je popisována zvýšená agrese.“

Složitou problematikou alkoholu a jiných psychoaktivních látek vzhledem k omezenému rozsahu pojednání zjednodušujeme. Pochopitelně platí, že faktorů modifikujících agresivitu podmíněnou alkoholem je mnoho. Roli hraje nejen množství alkoholu, ale také pohlaví, „trénink“, osobnostní a tělesné dispozice, prostředí, kontext situace a podobně.

¹ Usnadnění výkonu; zesílení aktivity součtem několika podnětů.

V souvislosti s danou problematikou uvedme, že alkohol působí už prenatálně na vyvíjející se plod. Jak u zvířat, tak u lidí, vystavených před narozením působení alkoholu, je popisována zvýšená agrese.

Agresivní jednání spojené s psychoaktivními látkami se netýká jen přímého účinku dané látky, ale může být způsobeno i jejím úplným vysazením či poklesem hladiny látky v organismu (např. v rámci abstinčního syndromu), ale i ekonomicko-kompulzivními důvody (snahou o získání prostředků na nákup těchto látek) nebo je součástí „pravidel drogové ekonomiky“ (zahrnující například teritoriální boje mezi dealery, vymáhání dluhů apod.).

Agrese podmíněná psychopatologickým stavem

„Neplatí, že jedinec s diagnózou psychického onemocnění automaticky musí být agresivní!“

je konána či potenciována pod vlivem narušeného psychického stavu či duševního onemocnění. Často se zde můžeme setkat s oslabením rozhodování či schopnosti korigovat impulsivní tendence. Duševně nemocný člověk může jednat pod vlivem psychotických příznaků (halucinací, bludů apod.), kdy není schopen odlišit, co je a není reálné. Zdaleka ovšem neplatí, že jedinec s diagnózou psychického onemocnění automaticky musí být agresivní!

Agrese impulsivní

„Roli zde vůbec nehraje zisk, nýbrž ventilace přetlaku vnitřního napětí.“

Často souvisí s psychopatologickým stavem, ale ne vždy. Přichází zpravidla náhle, prudce, neplánovaně, pro okolí i dotyčného až překvapivě. Cílem impulsivní agrese může být kdokoli a cokoli. Roli zde vůbec nehraje zisk, nýbrž ventilace přetlaku vnitřního napětí. Přitom zpravidla platí, že impulsivní agrese se většinou děje epizodicky a její závažnost vůbec neodpovídá kontextu situace, provokace apod.

„Jednotlivé formy agrese se navzájem mohou kombinovat.“

Po vykonání činu podmíněného impulsivní agresí se vesměs setkáváme s pocitem úlevy, který později většinou vystřídají výčitky nebo pocity viny. U určitých lidí (např. u jedinců s antisociální poruchou osobnosti) se s pocity viny nemusíme setkat vůbec.

Jednotlivé formy agrese se navzájem mohou kombinovat. Jako ilustraci uvedme reálný případ skupiny mladíků a dívek, kteří jedou ve dvou autech ze zábavy, kde požili alkohol a jiné, a jejichž jízda skončí smrtelnou nehodou v důsledku nepřiměřeně rychlé jízdy.

Pokud přijmeme, že nebezpečně rychlá jízda v sobě nese agresivní prvky, jaké formy agrese bychom v jejich jednání mohli najít?

Je to agrese **dravčí** (získat prvenství)?

Mateřská či otcovská (zajistit výhru pro moji posádku)?

Sexuální (zaujmout dívky a dokázat jim, že jsem chlap, co na to má)?

Stresová (vybičovaná kontextem soutěžení a časového limitu)?

Teritoriální (dokázat, že moje auto je lepší)?

Ideologická („my z našeho auta“ proti „těm z jejich auta“)?

Přesunutá (vrchní nám už nechtěl nalít, vyhodili nás místní)?

Psychoaktivními látkami (v tomto případě alkoholem a marihuanou) nabuzená?

Psychickým stavem podmíněná (zcela nefunkční rodina u jednoho z řidičů, alkoholismus a násilí v rodině)?

Podobných nehod, jako je tato popsaná, se stalo už hodně. Bohužel, ještě mnohé se nejspíš stanou. Teprve důkladné vyšetřování nehod včetně výpovědí svědků často objasní druh agrese, který se na nehodě převážně podílel.

Z příspěvku „Agrese v nás a mezi námi – medicínsko-psychologický pohled“ autorů MUDr. Miroslava Orla a PaedDr. Věry Facové in ŠUCHA, M. et al., *Agresivita na cestách*. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009. ISBN 978-80-244-2375-3.