

Oczami niewidomego: bierna, pasywna przemoc – agresja

Data publikacji: 29.07.2018 17:00

Na początek czym tak w ogóle jest przemoc, agresja? Przemoc to intencjonalne działanie lub zaniechanie jednej osoby wobec drugiej, które wykorzystując przewagę sił narusza prawa i dobra osobiste jednostki, powodując cierpienia i szkody.

□

O przemocy możemy mówić wtedy, gdy zostaną spełnione 4 warunki:

Jest to intencjonalne działanie lub zaniechanie działania

Jedna osoba ma wyraźną przewagę nad drugą

Działanie lub zaniechanie jednej osoby narusza prawa i dobra osobiste drugiej

Osoba wobec której stosowana jest przemoc, doznaje cierpienia i szkód fizycznych i psychicznych

Jest to intencjonalne działanie lub zaniechanie działania. Ktoś sądzi, że wie co jest dla drugiego dobre lub daje sobie prawo do decydowania w jego imieniu. Jest przy tym "święcie" przekonany, że ten drugi powinien mu się "bezwzględnie" podporządkować i zaspokoić jego "jedynie słuszne" życzenia. Mając najlepsze intencje, chce spowodować, by było tak, jak on chce.

Nieważne jest tu stanowisko drugiej osoby, jej zdanie, chęci i potrzeby - ma być tak jak on sobie życzy.

Bierna przemoc - agresja (zachowania bierno-agresywne, zachowania pasywno-agresywne) to metoda wyrażania negatywnych emocji. Osoby stosujące ten mechanizm tłumią swoje pozytywne emocje lub wycofują się z aktywności, nie robią tego, co w uzasadniony sposób oczekuje od nich druga strona. Wybierając zachowania bierno-agresywne, prezentują je w sposób zakamuflowany lub tylko częściowo ukryty, wymagają od innych, aby domyślili się tego, o co im chodzi. Dzieje się tak w zależności od tego, jakie poniosą koszty, jak wielkie jest ryzyko wyrażenia swojej złości wprost.

Osoby stosujące mechanizm bierniej agresji, nie potrafią skonfrontować się z problemem, stąd wybierają okrężną drogę wyrażenia złości. Mimo tego, poprzez pasywno-agresywne zabiegi odbiorca może doświadczyć siły ich wściekłości. Często takie komentarze, zachowania niewerbalne, są dla innych o wiele bardziej dotkliwe i frustrujące, niż bezpośrednia konfrontacja. Jednak ponieważ złość jest ukryta, trudno czasami się do niej odnieść, zwłaszcza że osoby działające w sposób bierno-agresywny silnie tej złości zaprzeczają. A jakimi typowymi mechanizmami posługuje się osoba stosująca bierną-agresję?

Bierna przemoc – agresja przejawia się najczęściej w taki sposób:

- wycofywanie zainteresowania - udawanie wprost (oficjalnie), że osobę nie interesuje dany temat, przy czym od innych ludzi próbuje się wiele w tym konkretnym temacie dowiedzieć,
- unikanie relacji - spóźnianie się na umówione spotkania,
- nieodpowiadanie na smsy, maile, nieodbieranie telefonów,
- nieoddzwanianie - bez podawania prawdziwej, konkretnej przyczyny,
- obrażanie się, milczenie, tak zwane "ciche dni" bez powodu,
- notoryczne kłamstwa, oszukiwanie, celowe wprowadzanie w błąd,
- działanie na niekorzyść wobec drugiej osoby, przy czym w bezpośredniej konfrontacji stosowane są sposoby na udowodnienie nieświadomego działania,

- obmawianie danej osoby przy tej osobie lub mówienie do niej lub o niej w taki sposób, jakby jej przy tym nie było,

Osoby działające bierno-agresywnie łatwo poznać po tym, że od samego początku zapraszają innych do specyficznego sposobu wchodzenia w relację, czyli:

- są bardzo miłe, uprzejme, życzliwe, wyłącznie pozytywne, z przyklejonym uśmiechem zawsze i do wszystkich, "przesłodzone" na zewnątrz - w kontakcie z taką osobą można doświadczyć silnego napięcia związanego z brakiem autentyczności oraz kontrolą do podobnego działania. Taka osoba prowokuje, byśmy zachowywali się podobnie, bez względu na okoliczności, pomijając to, czy faktycznie tak czujemy, myślimy. Te osoby są bardzo wrażliwe na swoim punkcie, często się obrażają za błańostki, np. gdy ktoś zwraca się do nich używając pełnej wersji imienia lub nie używając zdrobnienia (np. mówi Anno lub Anka zamiast Aniu).
- są sarkastyczne, uszczypliwe, poprzez ich wypowiedzi kipi wściekłość, nawet wrogość, jednak w konfrontacji unikają odpowiedzialności za to co robią, mówią (np. przecież to nie moja wina, że wygląda w tej sukience jak wywłoka, ja tylko opisuję fakty).

Bierna agresja może wprawić Cię w prawdziwe zdumienie. Stoisz przed osobą, która bez wątpienia jest na Ciebie wściekła, sabotuje wasze wspólne plany, ale gdy tylko zwracasz jej uwagę, z udawanym zaskoczeniem stwierdza, że wszystko jest w porządku. Gdy już dobrze poznasz jak działa ten mechanizm, będziesz tęsknił za wielkimi awanturami.

Andrzej Koenig