

Zápis - KroM PRAHA 2010/2011 – Agrese

Kdy ses naposledy nasral?

- Když jsem ve starý práci viděl výplatní pásku svého vedoucího
- V práci (2 x)
- Celníci – úřední problém
- Když mi dala holka facku (nemohl jsem nic dělat)

Co je Agrese?

- Útok
- Když chceš někoho zranit
- Přirozená složka osobnosti
- Síla
- Příznak frustrace
- Vnitřní přetlak
- Dobře využitá agrese není asertivita. Agrese obsahuje i násilí.

Lektorská vsuvka

- Agrese je O.K.
- Většinou je to reakce na frustraci nějakých potřeb
- 2 možné reakce – buď se stáhneme a necháme to být, nebo začneme vyvíjet mnohem větší energii, abychom to získali
- Agresi máme zafixovanou v jejich negativních projevech (rvačky, domácí násilí...)
- Definiční uspokojování potřeb – třeba vyhledávání party kde se chovám násilnický, protože mě doma bili (svět je nebezpečný), svět jako nástroj k uspokojení potřeby (často přebírání názorů)
- Bytostné uspokojování potřeb – objektivní a nezištný (zajímá nás to, dělá nám to radost)
- Těžko je oddělit, každý to máme zmixovaný
- Třeba některé vztahy jsou easy (bytostné) a jindy stojí hodně energie (definiční)
- **Agrese je použití energie k uspokojení potřeb. Je třeba se s ní naučit zacházet a ne ji v sobě udusit. Může být využita i pozitivně.**
- Většinou to buď nedopadne (frustrace) nebo je to moc (přehnaný)

Zkušenosti mužů:

- Moje přítelkyně mi párkrát řekla, že ze mě občas mají strach, ikdyž jsem se nechoval agresivně. Nikdy jsem nikoho naplno nepraštil, nevím jaký to je. Já se za to styděl, cítil jsem se nepřijemně.

LEK: Když zjistíme, že máme nějakou sílu, místo radosti často nastoupí pocit viny.

Eldridge: Muž by si měl v životě stanovovat překážky a být připravený i na prohru. Bude pak v kontaktu se svojí silou.

- Svoji sílu moc nevnímám. Když jsem se cítil naštvaný, spíš jsem to obkličkoval.

Lektorská vsuvka:

- Pasivní agrese – dělat ze sebe chudáka, odpírání sexu, manipulace...
- Ne se jí bát nebo ji zneužívat – vědět kdy je dobrý říct si že mi to za to nestojí nebo udeřit.
- Ne být tím ovládaný, ale ovládat to.
- Vybíral (2 důvody) – sebezprosení (neg. zmlátí ženskou, poz. vymyslí lék) a bezpečí, jistota, ochrana (je to od nás očekáváno, jsme k tomu sociálně i biologicky naprogramováni)

Řekl vám někdy někdo že se vás bojí?

- Hodně, mám často záchvaty zuřivosti. Třeba řvu a tak nevědí, čeho jsem schopný.
- Ženy a děti.
- Když se mi dívají do očí, tak se jim zdá, že jsem schopný dost drsnějších věcí.
- Současná přítelkyně mi už při první setkání říkala, že jsem násilnický tip.
- Občas řekla „teď z tebe mám trochu strach“. Spíš byla překvapená, ale nemyslím si, že by opravdu ten strach měla.

Měli jste někdy pocit, že se ve vás „vaří krev“?

- Třeba když se mi někdo s autem přilepí na zadek.
- Bezmoc a zoufalství zvyšuje agresi.
- Frustrace v autě – má ji i ten co se lepí i ten druhý. Auto jako meč – máme ho, ale nejde jako meč použít. Jsme v něm schovaní, anonymní.
- Říct „je mi vás líto“
- Když jsem jel kdysi s tátou v tramvaji a nějakí ožralové ho obtěžovali a on nic neudělal. Měl jsem hroznou chuť se s ním do nich pustit, ale on to prostě nechal být. (Kafka – začal psát kvůli tomu, že jeho tátovi někdo shodil klobouk z hlavy a on nic neudělal. Pak řekl, že nic neudělal protože tam byl on.)

Rvali jste se někdy?

- Ne
- Ne, ale hodně se mi o tom zdá
- Ne, když je blízko mě násilí, dělá se mi špatně. Ale občas jsem zareagoval.
- Ne, ve fantaziích bych si spíš někoho najal...

LEK: Ikdyž nemáme s násilím moc osobních zkušeností, pořád nás lákají příběhy, kde hrdinové násilí používají nebo sport jako hokej.

Filmy: Green street hooligans (když dostanete pěstí, poznáte, že to nic není), Postel, Kult hákového

kříže

Knihy: 4 mužské archetypy (Gillette a Moore) a Temný eros (Thomas Moore)

- Dělal jsem Judo a Karate, ale pořád to byl jenom sport, jen hra. V realitě tam je nebezpečí, riziko, že to změní všechno. Někoho sejmu nebo on mě – to je naplno.
- V dospělosti můžeme vědomě testovat hranice.

Sex a agrese

- Varianta agrese, forma pronikání
- Chlapi co umí užívat sílu mají lepší sexuální život, protože ví jak se pohybovat na škále od Ťuťuňu k UÁÁÁ.

Zbraně

- Nevyplatí se to. Strach, že to najdou děti. Když člověk vytáhne pistoli, posune konflikt mnohem dál. Pokud se útočník nevzdá, nakonec musí padnout rána.

Dojmy

- Zeptám se táty a budu přemýšlet jak si to nastavit.
- Líbilo se mi to „deficitní“ vs. „bytostné“
- Je to pro mě aktuální a asi bych to potřeboval víc. Trochu nepokojenost, moc široké téma.
- Příjemný a potřebný.
- Krátký. Je to téma co mě děsí a zároveň fascinuje. Klidně bych absolvoval KroM jen o agresi.