Odnos medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih

Mitrović, Sara

Undergraduate thesis / Završni rad

2015

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:615369

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek

zir.nsk.hr

SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Sara Mitrović

Odnos medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih

Završni rad

Mentor: doc. dr. sc. Daniela Šincek

Sumentor: dr. sc. Jasmina Tomašić Humer

Osijek, 2015.

SADRŽAJ

1. UVOD 1
2. NASILJE 2
2.1. VRSTE NASILJA 2
3. NASILJE U MEDIJIMA 2
4. NASILJE NA TELEVIZIJI 4
4.1. VRSTE PROGRAMA KOJI PRIKAZUJU NASILNE SADRŽAJE NA TELEVIZIJI 5
5. NASILJE U RAČUNALNIM IGRICAMA I VIDEOIGRICAMA 6
5.1. UČINCI RAČUNALNIH IGRICA 6
6. ELEMENTI KOJI UTJEČU NA DJELOVANJE TELEVIZIJSKOG NASILJA I NASILJA U RAČUNALNIM IGRICAMA I VIDEOIGRICAMA 8
7. NASILJE U CRTANIM FILMOVIMA I RODITELJSKI UTJECAJ 9
8. MOGUĆA OBJAŠNJENJA UČINKA MEDIJSKOG NASILJA NA AGRESIVNOST 11
8.1. TEORIJA UČENJA 11
8.1.1. Wertherov efekt 12
8.2. KATARZA 12
8.3. PRIMING 13
8.4. SKRIPT 13
8.5. TEZA KULTIVIRANJA 13
8.6. TEZA NAVIKAVANJA 14
8.7. DRUGA OBJAŠNJENJA 14
9. KAKO SMANJITI AGRESIJU 15
10. ZAKLJUČAK 17
11. LITERATURA 18

Odnos medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih

Mediji igraju veliku ulogu u svakodnevnom životu. Osim televizije, tiska i radija, tu su i računala, internet, računalne igrice, videoigrice i brojni drugi mediji koji zauzimaju velik dio svakodnevice većine ljudi. Djeca i mladi televiziju gledaju u prosjeku tri do pet sati dnevno te su skloniji izabirati medije audiovizualnih karakteristika (Bilić, 2010; Ilišin, Marinović Bobinac i Radin, 2001; prema Sindik, 2012). Te vrste medija obiluju nasilnim i agresivnim sadržajima prikazanima na vrlo realističan i životan način zbog čega se postavlja pitanje povezanosti medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih (Kunczik i Zipfel, 2007). Učinak nasilja u medijima na agresivno ponašanje djece i mladih pokušavao se objasniti različitim teorijama i procesima, no nijedna teorija dosad nije uspjela u potpunosti objasniti povezanost medijskog nasilja i agresivnog ponašanja. Iako nasilje koje je prikazano na televiziji te u računalnim igricama i videoigricama može imati pozitivne učinke (poboljšanje kognitivne brzine, pamćenja, samoefikasnosti, sposobnosti rješavanja problema itd.), više je negativnih učinaka o kojima se češće priča i koji su mnogo ozbiljniji. Istraživanja uglavnom ukazuju na pozitivnu povezanost učestalosti gledanja nasilnih programa i igranja nasilnih igrica s izražavanjem agresije u stvarnom životu. Iako istraživanja nisu uvijek konzistentna, generalno je pokazano kako djeca koja češće i duže gledaju nasilne scene i igraju igrice takvog sadržaja pokazuju više agresivnog ponašanja prema svojoj okolini.

Ključne riječi: mediji, nasilje, utjecaj, djeca, mladi

1. UVOD

Cilj ovog završnog rada je proučiti odnos medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih. Ova tema je tijekom proteklih nekoliko desetljeća bila vrlo zanimljiva znanstvenicima iz različitih područja poput psihologije, pedagogije i antropologije (npr. Sindik, 2012; Bilić, 2010; Nedimović i Biro, 2013). Ovaj rad analizira najpoznatija i najznačajnija istraživanja u ovom području.

U radu ću se prvo osvrnuti na nasilje općenito – što je to i kakve vrste postoje. Zatim će se analizirati u kojim se sve medijima nasilje prikazuje, na koje načine, koliko često i koliko dugo, a naglasak će biti na nasilju prikazanom na televiziji te u računalnim igricama (igricama koje se igraju isključivo na računalima) i videoigricama (igricama koje se igraju putem konzole koja je priključena na televizor).

Zatim ću se osvrnuti na utjecaj nasilja prikazanog na televiziji te utjecaj nasilja u računalnim igricama i videoigricama na agresivnost djece i mladih. Analizirat ću vrste programa koji prikazuju nasilan sadržaj te kako vrsta programa utječe na percepciju gledatelja o količini i značenju nasilja. Osim toga, analizirat ću koji su mogući učinci igranja igrica. Nadalje, prikazat ću elemente koji utječu na to hoće li prikazano nasilje imati učinka na djecu gledatelje i one koji igraju računalne igrice i videoigrice te na to hoće li se ona ponašati agresivno. Objasnit ću prikaz nasilja u crtanim filmovima te utjecaj prikaza nasilja u crtanim filmovima na agresivnost djece budući da se na tako prikazano nasilje ne obraća pozornost te ga se smatra beznačajnim. U sklopu toga pozabavit ću se vrlo važnom temom, a to je utjecaj koji roditelji imaju na to što djeca gledaju, koliko te kako to interpretiraju. Također, bit će navedene i opisane dosad predložene teorije koje nude potencijalna objašnjenja ove povezanosti.

Nakon svih prikupljenih i proučenih podataka, osvrnut ću se na neke od tehnika smanjenja agresije te na tehnike kojima se može podučiti djecu za adekvatno izražavanje svojih emocija, stavova i mišljenja.

2. NASILJE

Aronson, Wilson i Akert (2005) agresivnim ponašanjem smatraju bilo koje ponašanje kojemu su cilj i namjera nanošenje boli (psihičke ili fizičke). Najvažnija riječ u ovoj definiciji je namjera da se nekome naudi bez obzira na to je li cilj ostvaren ili ne. Dakle, ako osoba naudi drugoj osobi slučajno, ne radi se o nasilju jer nema namjere. S druge strane, ako osoba ne uspije u naumu da naudi drugome, radi se o nasilju iako cilj nije ostvaren jer postoji namjera (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Budući da nasilje kod djece i mladih može imati ozbiljne posljedice za žrtvu (poput izbjegavanje škole, obaveza, depresivnosti, smanjenog samopoštovanja i slično) važno ga je pravovremeno uočiti i ukloniti, a još poželjnije spriječiti (Vrućinić, 2013).

2.1. VRSTE NASILJA

Postoji velik broj različitih klasifikacija nasilja. Najčešća podjela bila bi ona na verbalno i fizičko nasilje, pri čemu se verbalno nasilje odnosi na vrijeđanje, širenje glasina i slično, a fizičko nasilje na udaranje i slične postupke fizičkog ugrožavanja pojedinca (Sesar, 2011). Po načinu izražavanja nasilni postupci mogu biti direktni i indirektni. Direktni postupci mogu biti fizički (udaranje, uništavanje stvari) i verbalni (vikanje, nazivanje pogrdnim imenima, prijetnje i sl.). Indirektni postupci su primjerice: širenje glasina, ogovaranje, izmišljanje ružnih, neistinitih priča, otkrivanje tajni, isključivanje, izoliranje, a radi uništavanja bliskih veza ili odnosa te osjećaja prihvaćanja, pripadanja ili uključenosti napadnute osobe (Björkqvist i sur., 1992; Gentile i sur., 2003; prema Bilić, Gjukić i Kirinić; 2010).

3. NASILJE U MEDIJIMA

Svakodnevno smo izloženi različitim vrstama medija. Gledamo televiziju, čitamo novine, slušamo radio, a uz to se na dnevnoj bazi služimo i internetom. Djeca i mladi uz sve to igraju i računalne igrice te videoigrice i po nekoliko sati dnevno (Bilić, 2010). U skladu s tim, neka istraživanja pokazuju da djeca pred televizijskim i računalnim ekranima provode čak do 42 sata tjedno, što je znatno više nego što provedu u školi (Ilišin, Marinović Bobinac i Radin, 2001; prema Sindik, 2012; Mikić i Rukavina, 2006; prema Sindik, 2012). Iako danas postoje različiti mediji te svaki dan nastaju i razvijaju se novi, televizija i dalje igra vrlo značajnu ulogu u životima većine ljudi. Primarno, ona je sredstvo komunikacije koje prenosi poruke (Inglis, 1990; prema Vrućinić, 2013). Televizija je audiovizualni medij što znači da osim

zvuka nudi i sliku za razliku od tiska (slika) i radija (zvuk). Samim tim, vrlo je uvjerljiva jer pruža vrlo realističan dojam svega što prikazuje te može vrlo duboko djelovati na čovjeka (Valković, 2010). Huston i sur. (1992; prema Kanižaj i Ciboci, 2011) navode da djeca do završetka osnovne škole vide 8.000 ubojstava i 100.000 drugih oblika nasilja u medijima, a Trend (2007; prema Kanižaj i Ciboci, 2011), navodi kako mlada osoba do svoje osamnaeste godine putem medija može vidjeti i do 200.000 simuliranih nasilnih djela te više od 16.000 dramatiziranih ubojstava. Za razliku od toga, na sreću, u stvarnom životu djeca i mladi vide manje od 1% takvih nasilnih djela (Kirsh, 2006; prema Kanižaj i Ciboci, 2011). Upravo djeca čine populaciju koja preferira medije audiovizualnih karakteristika poput televizije i računalnih igrica koji obiluju nasilnim i agresivnim sadržajima prikazanima na vrlo realističan i životopisan način. Zbog realnosti prikaza nasilja kojima su djeca i mladi svakodnevno izloženi, postavlja se pitanje povezanosti medijskog nasilja i agresivnog ponašanja kod djece i mladih (Kunczik i Zipfel, 2007). U SAD-u oko 58% sadržaja koji se prikazuju na televiziji pripada sadržajima koji prikazuju nekakav oblik nasilja, a taj postotak s vremenom raste (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Zbog nedovoljnog broja provedenih istraživanja takvi podaci ne postoje za Hrvastku (Kanižaj i Ciboci, 2011). Nasilja je sve više budući da se ono vrlo dobro prodaje. Osim što su djeca izložena negativnim učincima nasilja u medijima, Ajduković i Pečnik (2004) upozoravaju kako se pretjerano gledanje televizije ili igranje računalnih igrica bez roditeljskog nadzora može se smatrati oblikom zanemarivanja. Velik broj istraživanja pokazao je kako djeca koja na televiziji vide više nasilja iskazuju više nasilnog ponašanja u mladoj i odrasloj dobi (Bilić, 2010; Tosun, 2014; Bushman i Anderson, 2002). Neka od istraživanja, ne samo da su pokazala kako djeca koja na televiziji vide više nasilja iskazuju više nasilnog ponašanja, nego da se ta povezanost s vremenom povećava (npr. Huesmann, Moise-Titus, Podolski i Eron, 2003). Također, pokazano je kako medijsko nasilje više utječe na mlađu djecu upravo zbog njihove nesposobnosti razlikovanja mašte od stvarnosti (Kanižaj i Ciboci, 2011). Potter (1999; prema Kanižaj i Ciboci, 2011) navodi kako nasilni medijski sadržaji utječu na fiziološko, emocionalno i kognitivno stanje pojedinca. Gledanjem nasilnih sadržaja mijenja se broj otkucaja srca, krvni tlak, ritam disanja i druge fiziološke funkcije, a da toga ljudi uopće nisu svjesni. Promjene u emocionalnom stanju mogu biti i pozitivne i negativne, a kada ih ljudi zapaze te pobuđene emocije mogu iskazati u obliku ljubavi, straha, tuge, sreće, mržnje. Kognitivni učinak, koji je ujedno i najvažniji, odnosi se na opažanje i učenje obrazaca ponašanja koji se zatim primjenjuju u stvarnom životu. Pojedinci nakon gledanja nasilnih sadržaja koje nije imalo negativne posljedice mogu zaključiti kako je takvo ponašanje ispravno i normalno te se i sami ponašati na sličan način. U ovom radu

predstavit će se zbog toga utjecaj nasilja prikazanih putem televizije (informativni programi, filmovi i serije) te računalnih i videoigrica budući da djeca i mladi najviše slobodnog vremena provode pred tim medijima. Uz to, zbog djece predškolske dobi važno je analizirati i crtane filmove koji se smatraju prilagođenima njihovom uzrastu kako bi postali osviješteni oko mogućih utjecaja takve vrste filmova na djecu. Nadalje, postoje i razlike u samoj vrsti prikazanog nasilja u ovim medijima. Nasilje prikazano u informativnom programu razlikuje se od onoga prikazanog u igranim filmovima, serijama i crtanim filmovima budući da je medijski obrađeno s ciljem stvarnog prikaza svijeta i realnih događaja te informiranja publike. Za razliku od toga, nasilje prikazano u igranim i crtanim filmovima i serijama inscenirano je i prilagođeno publici, a svrha prikazivanja nasilja je najčešće zabava publike (Valković, 2010). Upravo su nasilni sadržaji u svim vrstama medijama ti koji imaju tendenciju produžavati vrijeme igranja, odnosno gledanja televizije (Donnerstein i sur., 1994; prema Bilić, 2010). Nadalje, rezultati različitih istraživanja ukazuju da dječaci iskazuju veći stupanj agresivnosti od djevojčica te u skladu s tim postoje razlike u sadržajima koje izabiru gledati (Tomad i Shneider, 1997; prema Bilić, 2010; Sesar, 2011; Sindik, 2012). Dakle, dječaci više gledaju akcijske filmove i igraju igrice takvog tipa. To je u skladu s očekivanjima i sličnim istraživanjima koja potvrđuju da su muškarci agresivniji (Eagly, Steffen, 1978; prema Bilić, 2010). Dječaci su skloniji direktnoj agresivnosti, a djevojčice primjeni indirektnih agresivnih strategija, osobito prema drugim djevojčicama (Mcevoy, 2003; prema Bilić, 2010). Ključnu ulogu u dječjem razumijevanju nasilja u medijima imaju roditelji (Sindik, 2012). Važno je poznavati mišljenje roditelja o nasilju općenito, o nasilju u medijima te o utjecaju koji mediji imaju na djecu kako bi se moglo pravovremeno reagirati na smanjenje agresivnosti kod djece izazvane upravo nasilnim sadržajima u medijima.

4. NASILJE NA TELEVIZIJI

Postoji više mogućih razloga postojanja i prikazivanja nasilja na televiziji. Prema jednom mišljenju, mediji samo preslikavaju stvarnost jer je nasilje sastavni dio života pa ga se kao takvog treba i prikazati (Valković, 2010). Generalni stav javnosti o medijima je da su mediji nešto negativno što djeci oduzima puno vremena, odvlači ih od obaveza, izolira ih od okoline i slično (Sindik, 2012). No, nasilje može biti zanimljivo i efikasno sredstvo za izgradnju različitih priča pa se upotrebljava zbog korisnosti. Postoji i objašnjenje kako televizija služi zadovoljenju nekih potreba jer gledanje nasilja na televiziji izaziva emocije poput uzbuđenja i straha koje ne bi bile izazvane u stvarnom životu. Također, moguće je da gledanje nasilja na

televiziji pruža uvid u smrt bez neposrednog doživljavanja te tako priprema ljude na njihovu budućnost. Dakle, omogućuje doživljavanje različitih iskustava bez stvarnih fizičkih opasnosti (Valković, 2010). Ponekad je cilj medijskog nasilja prikazati herojska djela, ponekad ukazati na negativne posljedice nasilnih činova, a ponekad ostaviti snažan dojam. U takvim situacijama nasilje može postati sredstvo za učenje. Može djelovati kao prikaz poželjnog ponašanja, a može pokazati i kazne koje slijede nakon agresivnog ponašanja te na taj način spriječiti nasilje u stvarnom životu. Neki od malo manje očiglednih razloga su, primjerice, novčani dobitak. Budući da nasilni sadržaji imaju veliku publiku te su široko prihvaćeni, donose bogate dobitke svojim autorima. Osim toga, nasilje može imati i odgojnu funkciju jer može doprinijeti reorganiziranju postojećih socijalnih normi (Valković, 2010). Ovisno o tome je li ponašanje u medijima nagrađeno ili ne, dovest će do promjene u ponašanju i stavovima pojedinca u stvarnom životu. Motivi prikazivanja nasilja na televiziji vrlo su različiti te se pri njihovoj analizi u obzir trebaju uzeti socijalno okruženje, uloga televizije u društvu te ostali aspekti televizije koji mogu utjecati na odabir prikazivanog sadržaja.

4.1. VRSTE PROGRAMA KOJI PRIKAZUJU NASILNE SADRŽAJE NA TELEVIZIJI

Različite vrste programa mogu sadržavati nasilne scene. Ljudi uglavnom nisu niti svjesni da gledaju nasilje koje može utjecati na njihovo i tuđe ponašanje u stvarnom životu. Primjerice, informativni programi puni su udarnih vijesti koje obiluju elementima negativnosti i dramatičnosti. Vijesti poput onih o različitim terorističkim napadima ili nasilju na nogometnim utakmicama mogu utjecati na ljudsko ponašanje kao i nasilje u filmovima (Valković, 2010). Televizija veći naglasak stavlja na dojam nego na analizu i kvalitetu sadržaja (Valković, 2010). Često prikazuje samo dijelove onoga što se zaista dogodilo, a te dijelove stavlja u neki kontekst nakon čega značenje i važnost mogu biti u potpunosti izmijenjeni ili izgubljeni. Televizija, dakle, ima velik utjecaj na prikazivanje događaja te može uvećati, ali i podcijeniti realnost i ozbiljnost nekih stvarnih postupaka (Valković, 2010). Neka su istraživanja pokazala kako televizija ima snažniji utjecaj na indirektno iskazivanje agresivnosti nego nasilne računalne igrice (Bilić, 2010).

Emisije zabavnog sadržaja (igrani filmovi, televizijske serije, animirani filmovi) mogu istovremeno biti poučne i persuazivne. U takvim emisijama, nasilje može biti prikazano na različite načine te će o obliku prikaza i ovisiti dojam koji će emisija ostaviti na gledatelje. Nasilje se najčešće može vidjeti u igranim filmovima (film strave, pornografski, kriminalistički, ratni, akcijski…) (Valković, 2010).

5. NASILJE U RAČUNALNIM IGRICAMA I VIDEOIGRICAMA

Računalne igrice i videoigrice izvor su zabave za djecu i mlade. Uglavnom ih igraju upravo iz tog razloga, ali ih mogu igrati i kako bi ispunili svoje slobodno vrijeme, družili se s prijateljima i slično (Mikić i Rukavina, 2006; prema Sindik i Veselinović, 2010). Širenje i popularizacija računalnih i videoigara dovelo je do potiskivanja televizije i filmova budući da su djeca u igricama aktivna dok su kao gledatelji televizije samo pasivni promatrači. Što se tiče razlika u igranju igrica, pokazano je da ih dječaci igraju češće i duže nego djevojčice te da su skloniji izabrati nasilne igre prije nego one kreativnog ili intelektualnog sadržaja (Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010; Tosun, 2014). Iako postoje igrice čiji je cilj učenje i razvijanje različitih vještina, kod djece su daleko popularnije akcijske igrice koje obiluju nasiljem. Djeca su tek oko svoje sedme godine sposobna razlikovati stvarnost od mašte (Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010; Glasovac, 2010; prema Sindik, 2012).

5.1. UČINCI RAČUNALNIH IGRICA

Analiza sadržaja računalnih igrica i videoigara pokazuje kako čak njih 89% sadrži nasilni sadržaj (Gentile i sur., 2004; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). U nekim je istraživanjima pokazano kako se djeca uživljavaju u igru pritom imitirajući ponašanje likova, njihove kretnje, izraze i karaktere te kako svojim prijateljima daju imena likova iz igrica. Prema nekim autorima, mlađa djeca teško razlikuju stvarnost od svijeta mašte i igara (Huesman, 1996; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Također, nasilje se u igricama često nagrađuje bodovima ili je uvjet za nastavak igranja (Goldstein, 2001; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Prema Goldsteinu (2001; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010), moguće je da djeca razviju neosjetljivost na nasilje te da opravdavaju realno nasilje što utječe na prihvaćanje nasilja kao normalnog ponašanja te efikasnog načina rješavanja problema. Samim time, veća je šansa da će se djeca ponašati u skladu s navedenim, odnosno da će primjenjivati nasilna ponašanja u stvarnom svijetu. Postoje slučajevi u kojima se dogodilo upravo to. Baldzhev (2009; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010) navodi slučaju Erica Harrisa koji je bio ovisnik o videoigri DOOM i koji je počinio masakr u školi Columbia 2009. godine. Njegov je cilj, kako je sam naveo, bio učiniti DOOM stvarnim. Ono što je zaprepastilo javnost i stručnjake u ovom i sličnim slučajevima je stručnost mladih prilikom pucanja. Iako dotad nikad nisu držali pravi pištolj u rukama, zločin su počinili vrlo „profesionalno“ (Sanchez i Bach, 2002; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Neki istraživači smatraju kako se radi o kratkoročnoj agresivnosti do koje dolazi zbog navale adrenalina nakon igranja računalnih igrica koja

nestaje vrlo brzo (Anderson i Bushman, 2001; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Agresivno ponašanje ne mora biti rezultat igranja računalnih igrica, ali ga ono može poticati.

Računalne igrice mogu utjecati i na socijalno funkcioniranje pojedinaca. Pritom se misli na to da djeca svoje odnose s okolinom zamjenjuju virtualnim prijateljima što vodi do povlačenja. Osim što se djeca udaljuju od svoje obitelji i prijatelja, česti su i konflikti i drugi problemi. Oni mogu na kritike reagirati agresijom, pokazivati neobzirnost za osjećaje i prava drugih te izražavati kako život prema njima nije pošten. Takvi vanjski problemi mogu dovesti do unutarnje neravnoteže, osjećaja gubitka kontrole nad sobom i okolinom te u konačnici intrapsihičkog konflikta (Baldzhev, 2009; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Colwell i Payne (2000; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010) pokazali su kako je količina igranja negativno povezana sa samoprijavljenim brojem prijatelja kod dječaka, ali ne i kod djevojčica. Također, prema Bilić (2010), učenici osnovne škole koji češće igraju igrice češće vrše fizičko i verbalno nasilje nad ostalim učenicima. Također, učenici koji gledaju TV emisije i igraju igrice u kojima ima više nasilja, češće iskazuju i sva tri oblika nasilnog ponašanja prema ostalim učenicima. Učestalost igranja i količina nasilja u igricama prediktori su fizičkog i verbalnog nasilja. Također, što je nasilje prikazano realnije, to ima veći utjecaj na imitaciju (Gentile i sur., 2003; prema Bilić, 2010). Dakle, zbog prirode igrica u kojima se traži aktivno sudjelovanje indirektna agresivnost je manje zastupljena u odnosu na televizijske emisije. Ipak, na povlačenje i igranje igara mogu utjecati neke karakteristike osobnosti. Prema Woodu i sur. (2004; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010) usamljenost je bila najčešći razlog za često igranje igrica. Također, različita su istraživanja pokazala inverzni odnos između rezultata igre i samopoštovanja kod oba spola te odnosa između motivacije i samopouzdanja, introvertnosti, samoće te želje za bijegom (McClure i Mears, 1984; Barnett i sur., 1997; Colwell i Payne, 2000; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Ipak, postoje istraživanja koja pokazuju upravo suprotno rezultate. Prema Brightmanu (2006; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010) neke igre pružaju zadovoljstvo kada djeca igraju s društvom istih interesa te mogu rezultirati novim i drukčijim prijateljstvima, ali naglašava kako neumjereno igranje može imati negativne socijalne posljedice. Sve nalaze treba uzeti u obzir te ih imati na umu pri određivanju učinaka igranja računalnih igrica i videoigara na djecu i mlade.

Igranje igrica često započinje radi zabave i viška slobodnog vremena. U početku su djeca obuzeta zanimljivim animacijama i osjećajem ugode koji se javlja tijekom igranja igrice. Ipak, s vremenom djeca mogu postati previše zaokupljena igricama te mogu početi smanjivati vrijeme koje posvećuju prijateljima i obitelji, zanemarivati osnovne biološke potrebe - preskakati obroke, remetiti san itd. O prekomjernoj upotrebi računalnih igrica govori se kada

se poremete djetetove duševne funkcije, a time i socijalno funkcioniranje (Davis, 2001; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Ovo se stanje može nazvati i pretpatološkim. Dijete nije u stanju prestati igrati igrice te postaje svjesno da se nalazi u stanju koje ne može kontrolirati. U ponašanju se uočavaju karakteristike slične ovisnosti o kemijskim tvarima. Ako su pokušaji prekidanja popraćeni krizom, nemirom i razdražljivošću, može se govoriti o patološkom stanju. Suprotno želji za slobodom i zabavom zbog kojih igranje igrica započinje, dolazi do potpune neslobode, zatvorenosti i pokoravanja pravilima. Dakle, prekomjerno igranje računalnih igrica i videoigrica može voditi u ovisnost jer neodoljiva potreba može prerasti u želju za povećanjem količine igranja i ponovnim doživljavanjem istog učinka ili izbjegavanje nelagode zbog nedostatka igranja (Keepers, 1990; Griffiths, 1993; Young, 1990; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010).

Unatoč tomu, igranje igrica može imati i neke pozitivne učinke na djecu. Prema nekim autorima, igrice služe razvijanju mašte te poboljšavaju brzinu, koncentraciju, usredotočenost, potiču misaone procese, asocijativno i hipotetičko mišljenje te pospješuju koordinaciju pokreta (Laniado i Pietra, 2005; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Drugi autori ističu pozitivne utjecaje na proširivanje kognitivnih sposobnosti uključujući pažnju, pamćenje i kontrolu (Boot i sur. 2008; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Neki smatraju da videoigrama igrači razvijaju različite sposobnosti poput usklađivanja osjetila i motorike, koordinaciju pokreta, oštrinu vida, prostornu orijentaciju, pa čak i inteligenciju (Gibb, Bailey, Lambirth, Wilson, 1983; Green, Bavelier, 2003; Reisenhuber, 2004; Satyen, 2005; prema Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Također, poboljšavaju sposobnost rješavanja problema i donošenja odluka budući da djeca u igricama često moraju naučiti savjesno raspolagati određenim resursima.

6. ELEMENTI KOJI UTJEČU NA DJELOVANJE TELEVIZIJSKOG NASILJA I NASILJA U RAČUNALNIM IGRICAMA I VIDEOIGRICAMA

Što utječe na to kako će gledanje nasilja na televiziji djelovati na gledatelje? Na djelovanje nasilja na gledatelje utječe interakcija više elemenata koji se mogu svrstati u tri kategorije: karakteristike televizijskog sadržaja, karakteristike osobe koja gleda nasilne programe i karakteristike društvenog okruženja. Kod karakteristika televizijskog sadržaja treba obratiti pozornost na mjeru i intenzitet eksplicitnog prikazivanja nasilja. Ipak, eksplicitno prikazivanje nije jedino što utječe na ponašanje gledatelja već, između ostalog, u obzir treba uzeti i karakteristike samog gledatelja. Osim toga, važno je i koliko gledatelja

počinitelja smatra privlačnim jer to utječe na to koliko će se s njim identificirati što povećava vjerojatnost da će ga imitirati (Bandura, Ross i Ross, 1961; Huesmann i sur., 2003; prema Kunczik i Zipfel, 2007; Kanižaj i Ciboci, 2011**)**. Važno je i je li nasilje u određenoj situaciji opravdano te kakve posljedice ima za počinitelja i žrtvu. Karakteristike gledatelja koje utječu na djelovanje nasilja su dob, spol, socioekonomski status, intelektualne sposobnosti te osobine ličnosti (Valković, 2010; Bilić, 2010). Društveno okruženje koje uvelike utječe na djelovanje nasilja jest obitelj, ali i širi društveni krug (Kanižaj i Ciboci, 2011; Nedimović i Biro, 2011; Sindik, 2012). Neke posebne situacije poput ratnog razdoblja ili epidemije mogu negativno djelovati na pojedince te pojačati utjecaj televizijskog nasilja (Valković, 2010).

Slično je i s računalnim igricama - što je virtualni lik sličniji igraču po različitim karakteristikama poput izgleda, spola, dobi, stila i slično, to će veći utjecaj imati na ponašanje igrača u stvarnom životu. Međutim, mogućnost identifikacije je jača u računalnim igricama nego kod gledanja televizije budući da su tu djeca aktivni sudionici koji utječu na ponašanje lika iz igrice. Samim time, više se poistovjećuju s likom te ga više oponašaju (Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010). Nagrađivanje je drugi vrlo važan element koji će utjecati na vjerojatnost imitacije viđenog ponašanja. Gledanje nasilja na televiziji ne nagrađuje se izravno ni na koji način. U videoigrama agresivni postupci se nagrađuju. Igrači ubijanjem drugih likova dobivaju bodove, prelaze na sljedeće razine, vide natpise poput „Svaka čast!“ i slično, a to se smatra određenim oblikom nagrade. Djeca će više imitirati ona ponašanja iza kojih slijede nagrade nego ona za koja slijede kazne. Treći element je ponavljanje scena i ponašanja odnosno učenje ponavljanjem. Za razliku od televizijskih i filmskih scena koje rjeđe ponovno gledaju, u slučaju videoigrica djeca neprestano ponavljaju agresivno ponašanje upravljajući virtualnim likovima (Gentile, Anderson, 2003; prema Bilić, Gjukić, Kirinić, 2010). Budući da su za takva ponašanja i nagrađeni, ulaze u začarani krug nasilničkih postupaka i nagrada koji je teško prekinuti. Također, time se povećavaju šanse da će se takvo nasilničko ponašanje usvojiti i primijeniti u stvarnom svijetu (Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010).

7. NASILJE U CRTANIM FILMOVIMA I RODITELJSKI UTJECAJ

Roditelji često nisu niti svjesni gdje se sve u medijima nasilje može pronaći. Većina roditelja crtane filmove smatra dječjom zabavom te lakim načinom za smirivanje djece. Neki autori navode kako se djeca susretnu s većom količinom nasilja u crtanim filmovima nego u ostalim medijima (Kanižaj i Ciboci, 2011). Unatoč tomu, roditelji nasilne sadržaje u crtićima ne smatraju ozbiljnima niti vjeruju u njihove negativne posljedice na ponašanje

djece.Često djeci puštaju crtiće kako bi uhvatili malo slobodnog vremena čime, ne samo da smanjuju konstruktivnu interakciju s djecom, već ih i nesvjesno izlažu nasilju i negativnim utjecajima koje ono nosi. Također, djeca roditelja koji su nisko na emocionalnoj toplini, koji djeci ne pridaju dovoljno pažnje i vremena generalno pokazuju veći stupanj neposlušnosti, agresivnosti te problema u ponašanju (Nedimović i Biro, 2011; Potter, 1999; prema Kanižaj i Ciboci, 2011). Jedno od istraživanja u Ujedinjenom Kraljevstvu pokazalo je da je 39% dječjih programa sadržavalo nasilne sadržaje (Gunter i Harrison, 1997; prema Kanižaj i Ciboci, 2011). Huston, Donnerstein i suradnici (1992; prema Kanižaj i Ciboci, 2011) utvrdili su da crtani filmovi koji se prikazuju subotom ujutro sadržavaju prosječno 20 nasilnih scena po satu. Ipak, crtani filmovi mogu biti i poučni te čak dovesti i do fizičkog razvoja djece. Jedno je istraživanje pokazalo kako gledanje crtane serije „Teletubbies“ potiče djecu na kretanje, ples i igru zanimljivim likovima, pjesmama i slično čime oni razvijaju svoje motoričke sposobnosti (Mikić, 2004; prema Sindik, 2012). Ono što je važno naglasiti je da će djeca različite dobi različito interpretirati sadržaj crtića. Također je važno radi li se o crtanom filmu ili o crtiću u kojemu se koristi 3D tehnika. Crtani filmovi koji koriste 3D tehniku mnogo su realističniji pa su veće šanse da će ih dijete poistovjetiti sa stvarnošću. Jedan od ključnih elemenata je i humor. Ako nasilje u crtiću nije prikazano na humoristočan način, djeca će nakon gledanja takvog crtića pokazivati agresivnije ponašanje (Kanižaj i Ciboci, 2011). Dakle, čak niti sadržaji koji su namijenjeni prvenstveno djeci nisu u potpunosti oslobođeni od nasilja. Samim time, djeca su u opasnosti da postanu žrtve djelovanja koje gledanje nasilja ima na agresivnost. Kako bi djeca na siguran način mogla biti konzumenti medija, važno je educirati roditelje čiji je zadatak educirati djecu. Roditelji bi trebali ograničiti vrijeme provedeno uz, primjerice, televiziju ne samo djeci nego i sebi budući da su oni modeli koji izravno djeluju na ponašanje svoje djece. Osim toga, važno je da roditelji budu upoznati sa sadržajima koje dijete gleda kako bi se uvjerili da je sadržaj primijenjen djeteovoj dobi. Također, bilo bi dobro kada bi roditelji ponekad zajedno s djecom gledali televiziju kako bi vidjeli što ih zanima, kakav utjecaj viđeno ima na djecu te kako bi potencijalno djeci objasnili neke događaje s televizije na razumljiv način čime bi izbjegli pogrešnu interpretaciju kod djece. Pokazano je kako je količina gledanja televizije kod roditelja i djeca pozitivno povezana što ukazuje na to da bi roditelji kao izravni modeli trebali uzeti u obzir vlastitu količinu gledanja televizije kako bi ju mogli smanjiti i kod djece (Sindik, 2012).

8. MOGUĆA OBJAŠNJENJA UČINKA MEDIJSKOG NASILJA NA AGRESIVNOST

Učinak nasilja u medijima pokušavalo se objasniti na različite načine. Neka objašnjenja imaju znanstvenu podlogu (npr. teorija učenja) dok su neka objašnjenja zasnovana na promišljanjima te još nisu znanstveno potvrđena (npr. objašnjenje putem katarze ili priminga). Kao što se pokušava objasniti kako do agresije općenito dolazi, pokušava se objasniti i kako do agresije dolazi gledanjem nasilja na televiziji te igranjem nasilnih računalnih igrica. Iako su brojni znanstvenici stvorili različite teorije o tome kako nasilje u medijima djeluje na agresiju, još uvijek ne postoji jednoznačno rješenje jer nijedna teorija ne može objasniti taj proces u cijelosti.

8.1. TEORIJA UČENJA

Prema teoriji učenja Alberta Bandure (1977), na učenje ponašanja utječe okolina procesom učenja promatranjem. Teorija nalaže kako ponašanje, okolinski faktori te kognitivni, biološki i drugi faktori ličnosti služe kao determinante koje međusobno utječu jedna na drugu. Nijedan faktor ne može djelovati samostalno, odnosno nijedan faktor ne može objasniti proces učenja kao zaseban činitelj, stoga je nužno proučavati njihovo zajedničko djelovanje. Također, Bandura (1977) smatra kako ljudi aktivno procesiraju informacije te stvaraju veze između ponašanja i posljedica tog ponašanja. Učenje ponašanja gledajući modele na televiziji te u računalnim igricama i videoigricama smatra se učenjem po modelu. Točnije, radi se o simboličkom modeliranju, a to je oponašanje modela iz filmova, knjiga i slično (Bandura, 1971).Takvo učenje ne bi bilo moguće kada ne bi bilo aktivnog kognitivnog procesiranja. Prema Banduri (1971), pojavom televizije kao novog medija, tradicionalni modeli poput roditelja i učitelja postaju manje utjecajni na učenje ponašanja kod djece, a modeli s televizije poput likova iz filmova postaju vrlo važni te dobivaju veću ulogu. Djeca promatraju te modele i kodiraju njihovo ponašanje te ga kasnije mogu imitirati. Modele koje će imitirati djeca biraju na više načina (Bandura, Ross i Ross, 1961). Ono što bitno utječe na mogućnost pojave imitacije je identifikacija djeteta s modelom. Što dijete model percipira sličnijim sebi to je veća šansa da će usvojiti određeno ponašanje modela. Na imitaciju ponašnja također utječe i posljedica koju je ponašanje imalo za model. Ako je ono imalo pozitivne posljedice, veća je vjerojatnost da će dijete imitirati model odnosno usvojiti neko ponašanje. Dakle, prema ovoj teoriji, ako djeca gledaju nasilne sadržaje na televiziji ili u računalnim igricama i videoigricama u kojima su likovi s kojima se djeca poistovjećuju te ako

su ti likovi pozitivno potkrepljeni, djeca će takva nasilna ponašanja usvojiti i imitirati te će pokazivati veću agresivnost.

8.1.1. Wertherov efekt

Wertherov efekt odnosi se na počinjavanje samoubojstva uzrokovano utjecajem neke vrste medija bilo da se radi o stvarnom ili zamišljenom događaju. Ovaj je efekt usko povezan s teorijom učenja. Prvi val samoubojstava zabilježen je nakon objavljivanja romana „Patnje mladog Werthera“ Johanna Wolfganga von Goethea 1774. godine. Nakon što su pročitali djelo, mnogi su se identificirali s mladim Wertherom te počinili samoubojstvo. Dakle, osim prema drugima, medijsko nasilje može potaknuti i nasilje prema sebi. Čini se da na ovu pojavu utječe identifikacija gledatelja s osobom koja je počinila suicid (osobine poput dobi, spola, sličnost prikazane situacije itd. igraju veliku ulogu u identificiranju) te način prikazivanja samoubojstva (Valković, 2010).

8.2. KATARZA

Objašnjenje putem katarze nalaže kako je agresivnost urođena i svojstvena svim ljudima. Prema Seymouru Feshbachu, glavnom predstavniku ovog objašnjenja, uvjeti koji potiču agresiju svakodnevni su, dok oni koji potiču katarzu nisu (Valković, 2010). Uključivanje u nasilje u mašti povećava vjerojatnost da će se ljudi ponašati agresivno u stvarnosti budući da se nakuplja negativna agresivna energija koja se nekako mora potrošiti. Ipak, gledanje nasilja može imati pozitivne, a ne negativne učinke tako što izaziva svojevrsno pražnjenje agresivnosti gledatelja, ali samo ako je to pražnjenje adekvatno (primjerice vikanje, psovanje...). Dakle, gledanjem nasilnih sadržaja ljudi će se oslobađati urođene antisocijalne i agresivne energije te na taj način izbjeći agresivno ponašanje kojim bi mogli naštetiti sebi ili drugima. Postoje i mišljenja o djelovanju katarze koja su uvelike drukčija. Istraživanja Brada J. Bushmana i suradnika (Bushman, Baumeister i Stack 1999; Bushman, Baumeister i Phillips 2001; Bushman 2002; prema Valković, 2010) pokazuju kako vjerovanje u postojanje katarze može pojačati agresiju. No, ovo objašnjenje nema jake empirijske dokaze. Također, ne može objasniti dugoročan i kontinuiran utjecaj medijskog nasilja na agresivnost kod djece i mladih (Valković, 2010). Zaključno, može se reći da se osoba koja gleda nasilan sadržaj i pritom osjeća agresivne impulse, može na taj način osloboditi agresivnosti iako to nije nužan razvoj događaja.

8.3. PRIMING

Objašnjenje primingom zasnovano je na medijima i medijskom utjecaju na čovjeka općenito. Objašnjenje nalaže kako su za reakciju pojedinca na neki nasilan sadržaj iz medija nužni podražaji iz medija koji će pobuditi neki čvor (»priming«) i potaknuti određeno ponašanje. Dakle, iako je podražaj nužan za poticanje agresivnog ponašanja, on nije dovoljan. Mora postojati unutarnji faktor (ljutnja, agresivnost i slično) koji će biti potaknut. Sukladno tomu, što je prikazano nasilje sličnije čvoru, odnosno situaciji koja je povezana s njegovom već postojećom agresijom, to će više utjecati na njegovo ponašanje. Ovo objašnjenje točnije je kad se radi o kratkoročnim učincima medijskog nasilja na agresivno ponašanje djece i mladih dok dugoročne učinke treba dodatno istraživati. Iako je povezanost medijskog nasilja i agresivnog ponašanja sve jasnija, teoretska objašnjenja te povezanosti putem ove teorije (a tako i putem ostalih) i dalje su ograničena i nedovoljno uvjerljiva (Valković, 2010).

8.4. SKRIPT

Objašnjenje skriptom slično je priming objašnjenju. Slično mu je u tome što u pamćenju postoje pohranjene mentalne skripte koje se javljaju automatski kada je potrebno upravljati ponašanjem. Dakle, također dolazi do aktiviranja neke mentalne komponente koja zatim upravlja ponašanjem. Prema L. Rowellu Huesmannu (1998; prema Kunczik i Zipfel, 2007), djeca koja su često izložena nasilju razvijaju skripte u skladu s kojima reagiraju kada su suočena s agresivnim ponašanjem. Što se neki skript češće pojavljuje, tj. što su djeca češće i više izložena nasilnim scenama, to je taj skript pristupačniji. Prema tome, sadržaji medija mogu omogućiti razvijanje skripti i aktiviranje već postojećih te tako djelovati na agresivno ponašanje djece i mladih. Ovo objašnjenje se odnosi na dugotrajne učinke medijskog nasilja na agresivnost djece i mladih. Također, ovo je objašnjenje bilo potvrđeno u nekoliko istraživanja (Kunczik i Zipfel, 2007).

8.5. TEZA KULTIVIRANJA

Prema tezi kultiviranja, nasilje na televiziji nije realističan prikaz stvarnosti, a često gledanje televizije oblikuje sliku svijeta tako da odgovara onoj na televiziji, odnosno poistovjećuje stvarnost s televizijom. Oni koji više gledaju nasilan sadržaj, stvarni svijet doživljavaju intenzivnije te posvuda percipiraju stalnu opasnost. Dakle, prema stvarnosti se stvara nepovjerenje što onemogućuje stvaranje normalnog odnosa prema svijetu i drugima. Ovo objašnjenje se uglavnom odnosi na dugoročne učinke gledanja televizijskog nasilja na

agresivno ponašanje (Valković, 2010). James Shanahan i Michael Morgan (1999; prema Kunczik i Zipfel, 2007) zaključili su kako je ovo objašnjenje generalno potvrđeno. Ipak, navode kako je moguće postojanje neke treće varijable koja nije istražena (primjerice, gledanje televizije neće uzrokovati strah, nego bojažljiviji ljudi izbjegavaju izlaziti pa puno gledaju TV). Također, ovo je objašnjenje teško empirijski dokazati budući da nije moguće odrediti i dokazati složenu uzročno-posljedičnu vezu između medijskog nasilja i agresivnog ponašanja (Kunczik i Zipfel, 2007).

8.6. TEZA NAVIKAVANJA

Prema tezi navikavanja, često gledanje televizijskog nasilja može smanjiti osjetljivost na nasilje, dovesti do desenzibilizacije te rasta tolerancije prema nasilju. Tada se na nasilje počinje gledati kao na nešto svakodnevno i uobičajeno. Ova se teza još uvijek ne može u potpunosti prihvatiti, ali postoje neki nalazi koji joj idu u prilog. Michael Myrtek i Christian Scharff (2000; prema Kunczik i Zipfel, 2007) pokazali su kako kod osoba koje redovito gledaju televiziju postoji niža emocionalna angažiranost, nego kod osoba koje rijetko gledaju televiziju. Također, Grimm (1999; prema Kunczik i Zipfel, 2007) smatra kako se gledanjem nasilnih sadržaja smanjuje moć uživljavanja. Navikavanju na nasilje pridonosi prikazivanje nasilja u informativnim te zabavnim emisijima u kojima je nasilje prikazano kao nešto zanimljivo i primamljivo (Kunczik i Zipfel, 2007). Dugotrajno izlaganje nasilnim scenama ima otupljujući, tj. desenzitizirajući utjecaj na osjetljivost na takve scene. Prema Cline, Croft i Courier (1973; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005), ljudi koji svakodnevno gledaju televiziju pokazuju manje fiziološke pobuđenosti kada gledaju okrutan boksački meč. Također, Thomas, Horton, Lippincott i Drabman (1977; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005) pokazali su kako ljudi koji često i dugo gledaju televiziju postaju ravnodušniji i na nasilje u stvarnom životu što može dovesti do prihvaćanja nasilja kao normalnog sastavnog dijela života (Aronson, Wilson i Akert, 2005).

8.7. DRUGA OBJAŠNJENJA

Zanimljiv je i fenomen „učinka treće osobe“ (eng. “Third-Person Effect”) prema kojem se uvjerenje o opasnosti medija ne odnosi na osobu o kojoj se radi već na sve ostale osobe u okolini. Dakle, osoba smatra kako mediji ne utječu negativno na nju i kako nije u opasnosti da postane žrtva medijskih sadržaja, već smatra kako su u opasnosti svi ostali ljudi iz njezine okoline koji su izloženi medijskim sadržajima. Tome u prilog idu i nalazi nekih studija koje su istraživale učinke ovog fenomena. Primjerice, Jessica Eisermann (2001; prema Kunczik i

Zipfel, 2007) pokazala je kako postoje značajne razlike između prihvaćanja nasilja na televiziji i stvarnog ponašanja. Iako većina ispitanika smatra kako nasilje na televiziji treba zabraniti, velik dio ljudi gleda upravo programe nasilnog sadržaja. Nije jasno zašto je tako, no može biti da se radi o socijalno poželjnim odgovorima prilikom ispitivanja. Tako ljudi mogu izjaviti kako nasilje treba zabraniti jer su generalno svjesni kako je nasilje negativno i nepoželjno, ali mogu doći u sukob sa sobom budući da ga smatraju zanimljivim. Ono je nešto što je šokantno i što se najčešće ne viđa u stvarnosti u mjerama u kojima se viđa na televiziji te ga ljudi gledaju jer je uzbudljivo (Kunczik i Zipfel, 2007).

9. KAKO SMANJITI AGRESIJU

Iako dosadašnji nalazi pokazuju vezu između medijskog nasilja i agresivnosti kod djece i mladih (Bilić, 2010; Ilišin, Marinović Bobinac i Radin, 2001; prema Sindik, 2012; Bilić, Gjukić i Kirinić, 2010), situacija nije beznadna, odnosno moguće je smanjiti agresivnost i prije nego dođe do samih nasilnih postupaka. Kada gledanje nasilnog programa ili igranje akcijske računalne igrice dovede do negativnih emocija i pobuđenosti koje mogu rezultirati agresivnim postupcima, nužno ih se riješiti na adekvatan način. Potiskivanje nastale frustracije i pobuđenosti u organizmu može biti jednako štetno kao što bi bilo izražavanje takvih negativnih emocija. Što se može učiniti s ljutnjom prije nego do nje dođe, a što kada ona već postoji odnosno nastane?

Postoje neki već dobro poznati načini rješavanja negativnih emocija poput ljutnje. Često se spominju duboko disanje, zaokupljanje nekom aktivnošću ili brojanje do deset kao neki od načina smirivanja. Na takve i slične aktivne načine oslobađanja od ljutnje, ona se troši i polako blijedi te nestaje iz organizma.

Osim toga, budući da je pokazano da će djeca biti agresivnija prema drugima ako vide primjere nasilničkog ponašanja, bilo bi dobro pokušati sa procesom suprotnim od modeliranja agresivnog ponašanja odnosno modeliranjem neagresivnog ponašanja. Djecu se može izložiti primjerima u kojima ljudi, kada su isprovocirani, ostanu suzdržani i razumni. Brojna istraživanja idu u prilog ovoj metodi modeliranja, a pokazuju kako je vjerojatnije da će djeca koja gledaju modele koji nakon što su isprovocirani ostanu smireni i sama ostati smirena i razumna nakon što su isprovocirana (Baron, 1972; Donnerstein i Donnerstein, 1976; Vidyasagar i Mishra, 1993; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005).

Sljedeće rješenje također pomaže ako se nauči prije nastanka agresije u organizmu. Potrebno je podučiti ljude adekvatnom i konstruktivnom načinu komuniciranja osjećaja i

izražavanja ljutnje. Istraživanja pokazuju uspješnost i ove tehnike za rješavanje ljutnje odnosno prikladno izražavanje agresivnosti. Primjerice, prema Studer (1996; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005) formalni trening izražavanja mišljenja i emocija može biti učinkovit način smanjenja agresije.

Osim treninga za adekvatno izražavanje ljutnje, djecu se može podučavati i empatiji. Empatija se odnosi na sposobnost uživljavanja u položaj druge osobe te doživljavanje osjećaja te osobe. Rezultati nekih istraživanja pokazuju da izgradnja empatije otežava i smanjuje agresivna djela (Richardson, Hammock, Smith i Gardner, 1994; prema Aronson, Wilson i Akert, 2005). Dakle, podučavanje ljudi sposobnosti da se stave u položaj druge osobe inhibira agresivno ponašanje prema toj osobi.

10. ZAKLJUČAK

Mediji čine velik dio svakodnevnice mnogo ljudi različitih dobi. Čini se da na djecu i mlade mediji poput televizije i računalnih igrica imaju posebno jak utjecaj budući da oni provode najviše vremena upravo pred ekranima. Pokazano je da, iako medijsko nasilje može imati i pozitivne učinke na djecu i mlade (poput osvještavanja, usklađivanja osjetila i motorike, razvijanja koordinacije pokreta, oštrine vida, prostorne orijentacije), ono uglavnom utječe negativno te može imati dugoročne posljedice. Nalazi mnogih istraživanja pokazuju kako djeca i mladi koji gledaju nasilne scene na televiziji te igraju računalne igrice i videoigrice nasilnog sadržaja pokazuju veću količinu fizičkog, verbalnog i indirektnog agresivnog ponašanja prema svojoj okolini. Osim nasilja na televiziji i u računalnim igricama, na djecu utječe i nasilje prikazano u crtanim filmovima. Ako nasilje u crtiću nije prikazano na humoristočan način, djeca nakon gledanja takvog crtića pokazuju više agresivnog ponašanja (Kanižaj i Ciboci, 2011). Situacija je slična i u Hrvatskoj - djeca koja češće gledaju nasilne programe na televiziji i igraju nasilne igrice češće vrše nasilje nad ostalim učenicima (Bilić, 2010; Tosun, 2014; Bushman i Anderson, 2002). Ipak, stanje nije negativno niti nepopravljivo kako djeluje. Postoje neki načini rješavanja negativnih emocija te sprječavanja agresivnog ponašanja kada dođe do negativnih emocija. Moguće je iz organizma izbaciti ljutnju tako da se ona postepeno ukloni dubokim disanjem i smirivanjem. Također, moguće je djecu modelirati neagresivnom ponašanju tako da čak i kada su isprovocirani ostanu smireni i razumni ili ih podučiti adekvatnom izražavanju emocija koje će spriječiti agresivno ponašanje. Izgradnja empatije također može smanjiti broj agresivnih ponašanja budući da sposobnost osobe da se stavi u položaj drugoga inhibira agresivno ponašanje prema toj osobi. Time se potencijalno može utjecati na izgradnju zdravijih kontroliranijih ličnosti te time smanjiti ukupnu sagresivnost do koje bi došlo kada ljudi ne bi učili tehnike za adekvatno izražavanje osjećaja.

11. LITERATURA

Ajduković, M. i Pečnik, N. (1994). Zlostavljanje i zanemarivanje djece u obitelji. *Revija za socijalnu politiku, 1*(3), 269-276.

Bushman, B.J. i Anderson, C.A. (2002). Violent Video Games and Hostile Expectations: A Test of the General Aggression Model. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*(12), 1679-1686.

Aronson, E., Wilson, T.D. i Akert, R.M. (2005). *Socijalna psihologija.* Zagreb: Mate.

Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. New York: General Learning Press.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bandura, A., Ross, D. i Ross, S.A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 63*(3), 575-582.

Bilić, V. (2010). Povezanosti medijskog nasilja s agresivnim ponašanjem prema vršnjacima. *Odgojne znanosti, 12*(2), 263-281.

Bilić, V., Gjukić, D. i Kirinić, G. (2010). Mogući učinci igranja računalnih igrica i videoigara na djecu i adolescente. *Napredak, 151*(2), 195-213.

Huesmann, L. R., Moise-Titus, J., Podolski, C.L. i Eron, L.D. (2003). Longitudinal relations between children's exposure to TV violence and their aggressive and violent behavior in young adulthood: 1977-1992. *Developmental Psychology, 39*(2). 201-221.

Kanižaj, I. i Ciboci, L. (2011). Kako je nasilje preko medija ušlo u naše domove - utjecaj učinci i posljedice nasilja u medijima na djecu i mlade. *Djeca medija - od marginalizacije do senzacije.* Zagreb: Matica hrvatska.

Kunczik, M. i Zipfel, A. (2007). Mediji i nasilje: aktualno stanje u znanosti. *Medianali, 1*(1), 1-26.

Nedimović, T. i Biro, M. (2011). Faktori rizika za pojavu vršnjačkog nasilja u osnovnim školama. *Primijenjena psihologija, 3*, 229-244.

Sesar, K. (2011). Obilježja vršnjačkog nasilja. *Ljetopis socijalnog rada, 18*(3), 497-526.

Sindik, J. (2012). Kako roditelji percipiraju utjecaj medija na predškolsku djecu? *Medijska istraživanja, 18*(1), 5-33.

Sindik, J. i Veselinović, Z. (2010). Kako odgojiteljice percipiraju utjecaj medija na predškolsku djecu? *Medijska istraživanja, 16*(2), 107-133.

Tosun, N. (2014). The effects of the habits of playing computer games on the aggression levels of student-teachers. *International Journal of Academic Research, 6*(2), 201-214.

Valković, J. (2010). Oblici i utjecaji televizijskog nasilja. *Nova prisutnost: časopis za intelektualna i duhovna pitanja, 8*(1), 67-85.

Vrućinić, Ž. (2013). Uloga socijalnih faktora u formiranju nasilničkog ponašanja kod djece. *Defendologija, 16*(34), 67-78.