1

В помощ на родителите
И не само ...



ГРАДИВНА





ИЛИ

ДЕСТРУКТИВНА АГРЕСИЯ

Превенция на агресивното поведение в училище

Дирекция „Превенции“, Община Варна

„Който се труди сам – събира.
Който прави това съвместно с други – умножава."
/Източна мъдрост/

Скъпи родители,

Динамиката на съвременния живот изисква от нас бързи темпове на промяна. Новости в социалния и материалния свят се появяват ежечасно. Това поставя на изпитание всички и най-вече – децата. Недостигнали още необходимата природна зрялост, те са принудени да се развиват в съответствие с останалите промени; да отговарят на социални изисквания за по-късна възраст.

Този неизбежен проблем на ежедневието поражда нови форми на сблъсък между поколенията и води до нарастване на детската агресивност.

Дадена ни по природа, агресията може да бъде възпитавана и удачно използвана.

С желание да покажем на родителите как да направят това, поднасяме тази книжка.

От екипа

„МОЕТО ДЕТЕ Е АГРЕСИВНО!”

А защо не?

Детето има право на своите агресивни импулси, но вероятно не знае как да ги изразява.

Родителите също имат агресивни импулси, които ги карат да контактуват с децата си понякога по нежелан, неочакван и от възрастните начин.

КАК ДА РАЗБИРАМ АГРЕСИЯТА?



Раждането е агресия – човек се ражда с агресивен акт! Бебето **напира** да излезе от утробата на майката.

Учебният процес е агресия – *поставя изисквания за дисциплина, за усвояване на определено учебно съдържание, за достигане на постижения.*

Строежът на ново здание е агресия.

Тези и много подобни действия и дейности са **ГРАДИВНА** агресия.

Обидата е агресия.

Наказанието е агресия.

Рушенето е агресия.



Това са малко примери за нежелана от никого, **ДЕСТРУКТИВНА** агресия.

Учените свързват агресивния импулс у човека с **инстинкта за самосъхранение**. Ако не сме агресивни по природа, не можем да се борим за своето физическо, психическо и социално оцеляване.

Природата ни е дарила с негативни емоции и чувства, като начин да разпознаваме агресивните си импулси.

Бебето знае да се смее, но и да плаче; да е доволно, но и да е сърдито.

По-голямото дете умее да целува и прегръща обичания човек, но и да хапе, рита, блъска , чупи – когато е недоволно.

Положителните чувства ни карат да продължим със същото поведение; отрицателните – да търсим ние самите (като достатъчно зрели личности) или с помощта на другите - нов начин за постигане на желаното.

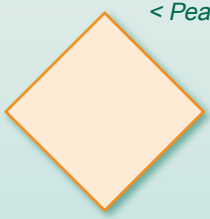
ЗАЩО ПЪРВОКЛАСНИКЪТ ВСЕ ОЩЕ НЕ СЕ Е НАУЧИЛ ДА ОВЛАДЯВА АГРЕСИВНИЯ СИ ИМПУЛС?

До училищна възраст всяко дете се е научило по един или друг начин да ползва своя агресивен импулс:

- ✓ като сигнал за провокация към възрастните;
- ✓ като начин да отстои себе си;
- ✓ като форма на общуване;
- ✓ като печелене на внимание;
- ✓ като израз на безпомощност.

В зависимост от това, какво се е случвало между детето и възрастните, то е усвоило **градивни** и/или **деструктивни** форми на агресия.

Човек трупа психологичен опит и ползва агресивния си импулс в 4 области (*виж схемата*).



Тяло < *Инстинкт за самосъхранение*
< *Реакция на дразнител*

Жизнени концепции
„Аз съм прав“
„Моето...“
„Като ме тормозят – отвръщам“

Дейност < *Постижение*

Контакти <
Телесна близост/даване на обич
Скъсяване на дистанция/внимание
„Аз в центъра“ /борба за собствено пространство/нарцистично

В областта ТЯЛО е породен и се шлифова **инстинктът за самосъхранение**.

Детето се е научило:

- ✓ да борави с времето и пространството, съобразявайки се със своите желания, но и с чуждите изисквания;
- ✓ да доближава или да избягва опасни предмети;
- ✓ да се свързва с непознати хора и животни или да пази безопасна дистанция от тях;
- ✓ да се грижи за физическото си съществуване.

То е усвоило градивни или деструктивни форми за реагиране на нови дразнители: приема или ***не приема*** новото, непознатото; внимателно и търпеливо го опознава и доближава или ***се втурва „през глава"; рита, блъска и отблъсква***.

В областта ДЕЙНОСТ, следвайки своя агресивен порив, малкото дете се опитва да подражава в делата на възрастните.

Понякога неговата активност е **успешно** продължение на започнатото (*играе с играчките си, създавайки бавно и спокойно, с радост и задоволство, сюжети в игрите*). Същата тази детска активност често е **разруха** (с *яд и недоволство, детето* ***нервничи*** *и* ***руши*** *играчките си или достигнатото*).



В областта КОНТАКТИ детето е усвоило своя градивен или деструктивен социален опит.

Обичайна е ситуацията, когато детето заявява: ***„Искам непременно и сега!"*** и знае как да го постигне **в контакта** с другите: *с усмивка, целувка, галене*, но и ***с тропане, нервничене, ритане, търкаляне по земята***.

Детето знае да „печели внимание" – показва какво умее да прави като възрастните или заедно с другите деца (*да се мие, да се храни; да се облича само*), но и - ***„хитричко" да руши сътвореното от друг***.

В детската главичка (областта *ЖИЗНЕНИ КОНЦЕПЦИИ*) възникват постановки (все още неосъзнати), свързани с правото му да бъде агресивно в добрия и/или лошия вариант. Те се превръщат в **стил на мислене, мотиви за действие, трайни форми на поведение**.

Първокласникът познава света на звуците и картините, на собствените си желания и родителските забрани. Той **умее** да казва „Аз искам, аз мога" като изказ на непосредствен контакт с реалността около себе си.

Детето в първи клас **не може** (и затова е нужно училището!) да проумее причината за собственото си желание и намерение, както и следствията от стореното или казано. Затова му е нужно абстрактно-логическото мислене. Такова се развива с опознаване света на буквите и цифрите.

Доброто съчетаване на *детската поривност* в чувства и действия и *осмислянето* на казаното и показаното, създава хармонично поведение.

Първокласникът може да постигне такова поведение ръка за ръка със своите родители и учители.

В първи клас децата имат сериозен психологичен проблем в съзряването и развитието си. Те търсят и налучкват своя начин за намиране на собственото място между връстници, **без посредничеството** на възрастните.

Това е психологическата задача на **тяхната възраст**. В науката този етап от човешкото развитие се определя като *втора възрастова криза*. През такава криза преминава всяко дете, независимо от житейската му ситуация.

Първокласникът се намира пред дилемата:



В ***душата*** на детето е потребността от добър контакт с връстниците, от общуване.

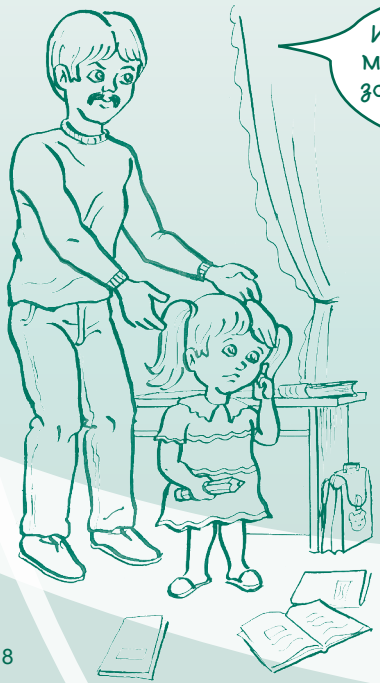
В ***поведението му*** – често пъти тази потребност от контакт – е само **незрелия**, **агресивен** начин за постигнето му.

Когато детето не постигне желаното, то скъсява дистанция, привлича внимание **деструктивно** - събаря тетрадки, задига лични вещи, спъва, говори нецензурни думи по адрес на другия, сърди се необуздано и т.н.

АЗ ОБИЧАМ СВОЕТО ДЕТЕ! ПОМАГАМ МУ...!

„Ако дадем на някого една риба – нахранваме го само веднъж. Ако го научим как се лови риба – той ще може сам да се храни завинаги!"
(ориенталска поговорка)

Проявата на недоволство, яд, гняв е сигнал, че детето иска да удовлетвори свое желание, но не знае как.



Детето има нужда от подкрепата ми, за да открие каква точно потребност има и как да я удовлетвори.

Показвам на детето си как да постигне желаното от него по най-добрия начин.

Нужна е практическа помощ за конкретни дела, а не само словесни оценки за детския неуспех и изисквания за промяна.

Ползвам собствения си минал опит като разказвам на детето какво съм правил самият аз в подобна ситуация.



„И аз като тебе се сърдех, когато брат ми не ми даваше играчката си. Тогава мама ме научи първо аз да му дам своята и тогава да поискам неговата. Опитай така с другарчето ти – може да успееш.”

„Първо думите!“

Възпитавам детето си да изразява яда и недоволството си от конкретна ситуация в **думи**, да не реагира **поведенчески**, преди да е намерило добрия начин да постигне своето.

„Постигай своето, но и запазвай добрите взаимоотношения с другите!“

Приучвам детето си да постъпва така, за да удовлетворява своите потребности и да запазва контактите си с близки и приятели.



„Ти си отговорен за лошите си емоционални изблици и за постъпките си!“

> Моето дете трябва да знае това.

Родител: „Ако беше помислил предварително, сигурно сега щеше да си спестиш недоволството. Хайде да видим как се прави това. Първо си казваш: „Аз искам да изляза да играя. А как да постигна това? Мама ще ме пусне само, когато си науча. Следователно – хайде бързо да сядам да уча.” – Ето така нямаше да ми се сърдиш сега и да нервничиш.”

„Преценявай ситуацията и отговаряй за своето участие в нея!“

> Приучавам детето си да мисли и действа по този начин.

„Ти имаш право, но и Иван има право. Ако ти направиш така… вероятно и той ще постъпи по друг, по-желан от тебе начин…”

Всеки има право на своето недоволство. Преди да реагира с поведенчески акт, детето трябва да се възпитава, че е необходимо да съобразява какво иска да постигне другия, каква потребност се крие зад чуждото недоволство и/или агресивен акт.



Питам детето си: „Ако ти на негово място държеше тази книжка и искаше да я разглеждаш, какво щеше да му кажеш…, да направиш…? Сега той прави същото и има право. …”

Развивам способността на детето си да разбира логиката на ситуацията, както и да търси причинно-следствените връзки в човешките взаимоотношения!



Госпожата се е сърдила на класа за грешки в четенето. Родителят пита първокласника: „Знаеш ли защо госпожата е била сърдита?” – Изчаква отговора на детето. Пита: „А може ли да има и друга причина? А друга? … ”

Едва след като чуе детското предположение, родителят обяснява: „Понякога възрастните показват със сърдитостта си, че обичат детето и искат то да става все по-успешно. Не винаги сърдитият човек е лош човек.”

Предлагам на детето си възможни варианти за решаване на проблема. Оставям го само да направи своя избор.

„Ако искаш да бъдеш с Иван, а той е с други деца, ти можеш да идеш при тях; може да потърсиш Митко; може да си играеш сам или дори да дойдеш при мен. Хайде да видим, какво искаш да пробваш най-напред….”



„Моето дете споделя!“

Предразполагам детето си да споделя, за да свикне то да постъпва по начин, удовлетворяващ двете му водещи потребности – **да постига своето и да запазва добрия контакт с другите**.

Давам идеи, показвам на детето си къде и как градивно да използва своята енергия.

- ✓ играй;
- ✓ спортувай;
- ✓ танцувай;
- ✓ пей;
- ✓ рисувай;
- ✓ твори



... с приятели!

Скъпи родители,

Не се притеснявайте, ако не всеки път успявате да помогнете на детето си да се справи с агресията.

И най-добронамереният човек прави грешки и има своите пропуски.

Ако сте в затруднение, ако имате нужда от помощ - търсете специалистите – учители, психолози, психотерапевти!

Човек попада в трудни ситуации.

Важно е да намери помощник за справяне с проблема.

ПОРЕДИЦА „ПРЕВЕНЦИЯ НА АГРЕСИВНОТО ПОВЕДЕНИЕ В УЧИЛИЩЕ” – I част

ОБЩИНА ВАРНА
ДИРЕКЦИЯ „ПРЕВЕНЦИИ”

www.prevencii.com
e-mai: prevencii_varna@abv.bg

Автор: доц. д-р Иванка Бончева – психолог-психотерапевт, водещ лектор при въвеждането на „Училищна програма за превенция на агресивното поведение I-IV клас” на дирекция „Превенции”, Община Варна

Програмен координатор: Капка Николова
главен експерт, дирекция „Превенции”

Художник: Росен Германов

Дизайн и печат: ЕНА ООД, www.enaprint.com

ISBN: 978-954-91489-3-0

„Градивна или деструктивна агресия" (В помощ на родителите и не само…) се издава във връзка с пилотното въвеждане през 2009 г. на „Училищна програма за превенция на агресивното поведение I-IV клас" на дирекция „Превенции", Община Варна.

Помагалото е предназначено предимно за родители и близки на ученици от първи и втори клас. То е ориентир за разбирането на агресията като типично човешко поведение; като задължителен момент в социалното съзряване на детето.

Помагалото представя модел за възпитание на децата в усвояване на по-приемливо проявление на агресията. „Градивна или деструктивна агресия" (В помощ на родителите и не само…) е първата книжка от **поредица „Превенция на агресивното поведение в училище"**, която екипът по програмата разработва, с идеята за ограничаване негативните форми на агресия в ранна училищна възраст.

www.prevencii.com