

2

Помагало за ученици
I – II клас



АЗ СЪМ ДОБЪР!

ДОБРАТА

ИЛИ

ЛОШАТА АГРЕСИЯ



Превенция на агресивното поведение в училище

Община Варна, дирекция „Превенции“

*„Ако постъпим добре,
се чувстваме добре!“*

(от детско филмче)

Автор: доц. д-р Ив. Бончева – психолог-психотерапевт,
водец 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, enaprint.com

ISBN: 978-954-91489-5-4

Мило дете!

Случва ли ти се понякога да се чувстваш като Грозното патенце – само, изоставено, неразбрано, необичано, без приятели?

Може би в такива моменти ти се иска да разрушиш нещо, да нагрубиш или удариш свое другарче?

Има начин да не вършиш лоши постъпки.

Ние ще ти покажем как.

С помощта на Ванко и Мими, ще намираш правилното решение на случки, които стават в училище, на улицата.

Всеки иска да е добър и да има приятели.

Лесните правила на Ванко и Мими ще ти помогнат да успееш!

От екунa



Аз съм добър!



ЗАЩО ВЪЗРАСТНИТЕ ВСЕ ГОВОРЯТ ЗА АГРЕСИЯ?



Ванко: Мими,
възрастните все говорят за
агресия. Какво е това АГРЕСИЯ?

Мими: Агресия е, когато се опитвам да направя нещо за себе си, но начинът, по който го правя, те кара да се чувстваш обиден или сърдит, стряска те или те плаши. Тази моя постъпка не е добра. Ти имаш право да не желаеш да ми говориш и да не искаш да играеш с мен.

Това е лоша, нежелана форма на агресия. В такива случаи възрастните често ни се карат и наказват.

Ванко: А нима агресията може да бъде и добра?

Мими: Да. Може!

Ванко: ???

Мими: Внимавай сега!

🔔 Мога да постигна своето, като ти кажа какво желая и как искам да го получа. Ако искам твоя химикал, не е нужно да го издърпвам от ръката ти, а **да те питам**, гали ще ми послужиш.



🔔 Когато искам да изгряя с теб, не те бутам, а казвам: „Хайде да поизграем на гоненка.“

🔔 Като видя, че искаш да влезеш в стаята, а чантата ти пречи, не те избутвам, а ти помагам по-лесно да я оставиш на чина си.

Сега вече разбираш ли, Ванко?

Ванко: Аха, значи, когато правим нещо приятно за нас, без да смуцаваме другите – това е добра агресия. Така постъпваме вкъщи, така сме правили и в детската градина.

Добрата агресия ни е нужна навсякъде. С нея в училище можем да намерим своите добри приятели.

Мими: Искаш ли да покажем и на другите деца как да станат по-добри, да се чувстват спокойни, да имат приятели и да не използват лошата агресия?

Ванко: Ами га! Хайде!





Д

КАК ПОСТЪПВАМЕ?



Ванко и Мими

В училище се случва така, нали?

А може и по друг начин!



Междучасие е.

Иван – притеснително, пълничко момче – подрежда учебниците си на чина. Химикалът му пада на пода. Той се навежда да го вземе и неочаквано – ритник. Иван се чувства наранен и обиден.

Мими: Как да постъпи Иван?

- А) да отвърне с ритник;
- Б) да обиди своя съученик;
- В) да заплаче;
- Г) да се оплаче на госпожата.

Ванко: Какво друго може да направи Иван?



Да каже на своя съученик:



„В какво ти попречих, че ме удрях? Извинявай, ако не съм те забелязал, но аз просто си търся химикала.“



В междучасието момчета се гонят в класната стая.

Петьо – гребен на ръст и много нахален – се включва неочаквано. Виктор му казва:

– Ти гониш!

Петьо отговаря:

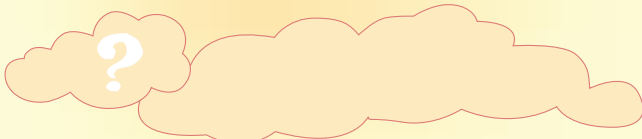
– Ти ли ще ми кажеш, какво да правя, а? Ти не си ми шеф! К'во ми се правиш на важен? Ти не си ми шеф!

Петьо е сърдит и се нахвърля с ритници и юмруци върху съученика си.

Важно: Как да постъпи Виктор?

- А) да отвърне с юмруци;
- Б) да призове другите деца да не играят с Петьо;
- В) да търси помощ от госпожата.

Мисли: Какво друго може да направи Виктор?



Да викне на Петьо:



„Чакай! Какво лошо ти казах? Ти си нов в играта. Правилата са такива. Новият гони.“





Часът е към своя край.
Госпожата вдига Цвета
да рисува на дъската.
Започва междучасието. Цвета
иска да довърши рисунката си. Заг
нея съучениците ѝ се насмиват:
„У-у, че грозно! Много си тъпа!
Защо го рисуваш това?“

Ванко: Как да постъпи Цвета?

- А) да започне да бие гецага;
- Б) да изтрие рисунката;
- В) да надраска рисунката;
- Г) да заплаче.

Мими: Какво друго може да направи Цвета?



Да каже:



„Защо ме обиждате? Така мога аз, така
рисувам. Елате и рисувайте с мен! Сигурно ще
стане по-добре.“





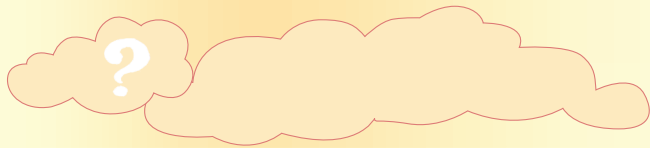
След часовете момчета и момичета играят на гоненица. В играта Христо е бутнат неочаквано по рамото. Мисли си, че нарочно са го бутнали, защото не го искат в играта. Той забравя за играта и започва да се бие.



Мими: Как да постъпят останалите деца?

- А) да отвърнат на боя с бой;
- Б) да нагрубят Христо;
- В) да го изгонят от играта.

Ванко: Какво друго могат да направят децата?



Децата могат да спрат гонитбата, да заобикалят Христо плътно и да се опитат да го успокоят, като му кажат:



„Чакай! Какво правиш? Ние играем на гоненица. Боят няма място тук. Не е станало нарочно.“





Ана и Петя обичат животните и затова искат да поделят своята закуска с тях. Кучетата се насочват първоначално към хвърлените от Ана парченца. Петя е недоволна. Тя разгонва животните, стъпква храната с гумите: „Ани, ти все ме ядосваш! По-красива си от мен; повече знаеш от мен; имаш по-хубави изграчки... Дразниш ме много...“

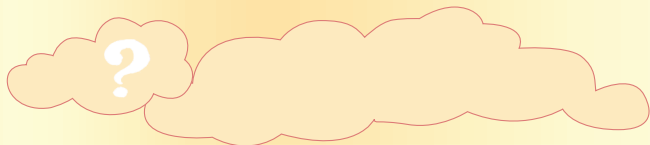


Мими: Как да постъпи Ана?

- А) да обърне гръб;
- Б) да нагруби Петя;
- В) да насъска кучетата срещу нея.



Ванко: Какво друго може да направи Ана?



Ана вече знае как да се справя с лошата агресия. Тя не разбира лошата постъпка на Петя и споделя мислите си:



„Какво говориш, Петя? Аз съм същата като теб. Ние двете еднакво обичаме животните. Остави ги, те ще изядат и твоята храна. Те са само кучета. За тях всички хора са еднакви, стига да са добри и да ги хранят.“



Петър харесва Симона. Тя не му обръща внимание. Симона обича да си говори с Иван. Петър вижда това. Много е ядосан. Петър става и блъска Иван в стената с гумите: „Махай се!“

Ванко: Как да постъпи Симона?

- А) да прогони Петър;
- Б) да нагруби Петър;
- В) да блъсне силно Петър.

Мими: Какво друго може да направи Симона?



Симона се обръща към Петър и му казва:



„Хайде, спри! Ако искаш да говориш с нас, ела и кажи. Ти имаш ли тази игра на твоя GSM?“





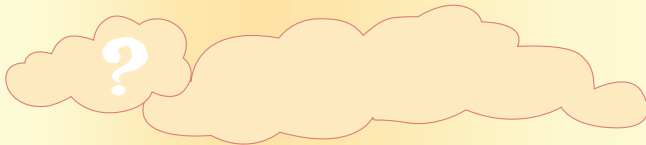
Лили и Вики си разказват филм, който са гледали по *Disney Channel*. Петя е недоволна, че не са я извикали. Тя също е гледала филма. Сърдита е и от яд разделя Лили и Вики, като ги бутва встрани.



Мими: Как да постъпят двете момичета?

- А) да нагрубят Петя;
- Б) да ѝ обърнат гръб.

Ванко: Какво друго могат да направят Лили и Вики?



Лили и Вики към Петя:




„Можеш да останеш при нас, без да ни буташ.“



Борко е сърдит - никои не иска да бъде с него. За да го забележат, бяга щуро покрай другите, дърпа грехите им, събаря раницы, тетрадки и учебници.

Съучениците му са обидени и недоволни. Те не разбират защо Борко постъпва така.

7



Ванко: Как да постъпят съучениците на Борко?

- А) да го набият;
- Б) да го нагрубят;
- В) да продължат да го избягват.



?

Децата към Борко:



„Има по-интересни игри от тази. Ела да играем заедно!“




Иво вика на Пламен: „Глупак! Много си тъп! Много си смотан!“

Децата от класа се чудят: „Какво ли иска Иво, че приказва така? Сигурно е ядосан, че ние знаем как да си играем заедно, а той – не. Може би си мисли, че не го харесваме. Какво да направим?“

Ванко: Ама, когато ме обиждат! Какво да правя?

Мими: Иво не е лош. Той просто не знае как да ни спечели за другарчета. Хайде да му покажем, че и той може да ни научи на нещо ново, непознато за нас. Да му кажем: „Игвай тук! Нужен ни е нов играч.“



НАШИТЕ ПРАВИЛА
ДА СМЕ ДОБРИ
И ХАРЕСВАНИ



Ванко и Мими

Ванко: Намирам
моите истински приятели.
Те са малко на брой. С тях
по-лесно се постига желаното!



Мими: Когато искам
да постигна своето, първо
казвам, после действам.





Ванко : Като не постигам
своето, **разговарям с приятелите**
си. Те ми помагат да намеря
по-доброто решение.

Мими : Сърдита ли съм,
показвам и казвам какво не ми
харесва.



Ванко : **Викам с пълно**
гърло, какво хубаво желая
да се случи.

„И аз искам да изгряя с вас!“

1
2
3
4
5
6
7
8

Мими: Рисувам на тема:
„Ето това много ме ядосва!“



Ванко: Сърдит съм, когато
ме е яд. Искане ми се да блъскам.
Тогава търся приятели за игра да
покажа колко съм бърз и издръжлив.

Мими: Спортувам!



Ванко: В междучасието играя тихи игри и разговарям с приятели.



ОТКРИВАМ ДОБРАТА АГРЕСИЯ

Ванко: Майсторя сам и с приятели – картички, фигурки, самолети, кораби и козелета.



Мими: Заедно с приятелите уча уроците си, пиша домашните си, а после се забавляваме.





Малък приятелю!

Не е лесно да се постигне добрата агресия.

Ние знаем: „Който се учи, той ще сполучи!“

Така е не само в уроците, но и в начина да играем и общуваме с другарчетата си.

Добрият начин се учи. Трябва просто да го желаем и изпробваме.

Готови ли сме?

Ако Грозното патенце спазва правилата на Ванко и Мими, няма да е отблъснато и само, то ще бъде прието от другите и ще има приятели.

Така е и с децата, и с ... Възрастните.

Няма човек без грешки.

Важното е да сме готови да ги поправяме!!!



ПОРЕДИЦА „ПРЕВЕНЦИЯ НА АГРЕСИВНОТО ПОВЕДЕНИЕ
В УЧИЛИЩЕ“ – II ЧАСТ

До нови срещи!



Ванко и Мими

**ОБЩИНА ВАРНА
ДИРЕКЦИЯ „ПРЕВЕНЦИИ“**

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

„Аз съм добър – добрата или лошата агресия“ е помагало за ученици от първи и втори клас и се издава от Община Варна, дирекция „Превенции“ по „Училишна програма за превенция на агресивното поведение I – IV клас“.

Книжката съдържа типични ситуации, в които децата попадат; разумен начин как да постъпят и лесни правила, помагачи им да бъдат добри и да си намират приятели.

Помагалото е втора част от поредицата „Превенция на агресивното поведение в училище“, насочена към ограничаване на негативните форми на агресия в ранна училишна възраст.

www.prevenicii.com