

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.**

Бebето 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 недоволен.

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.



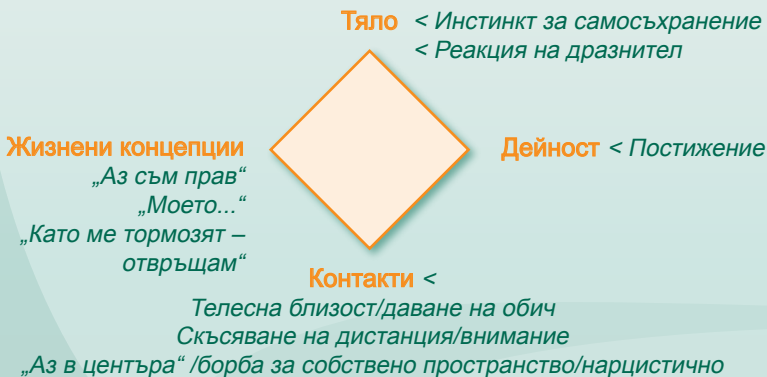
## ЗАЩО ПЪРВОКЛАСНИКЪТ ВСЕ ОЩЕ НЕ СЕ Е НАУЧИЛ ДА ОВЛАДЯВА АГРЕСИВНИЯ СИ ИМПУЛС?

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).



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 дразнителни: 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.



## ПРОФЕСИОНАЛИСТЪТ

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 напучкват 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.

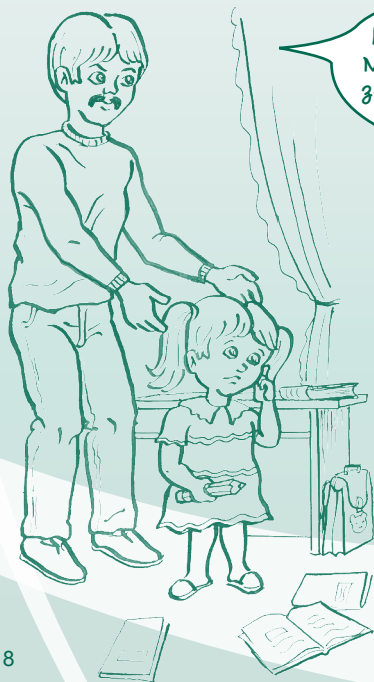
В **поведението му** – често пъти тази потребност от контакт – е само **незрелия, агресивен** начин за постигнато му.

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.



Искаш вие да си пишеш домашните? Откъде смяташ да започнеш? Май математиката те влезе...

Детето има нужда от подкрепата ни, за да открие каква тогня 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 гумите!“

---

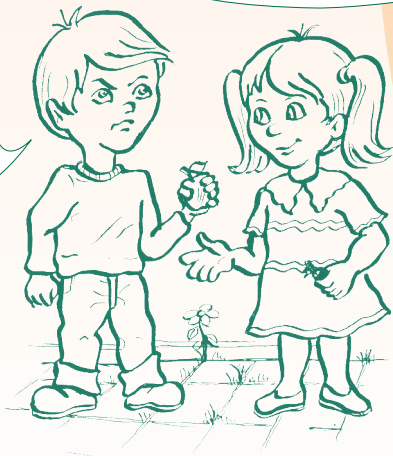
Възпитавам детето си да изразява яда и недоволството си от конкретна ситуация в **думи**, да не реагира **поведенчески**, преди да е намерило добрия начин да постигне своето.

„Постигај своето, но и запазвај добрите  
взаимоотношения с другите!“

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

Искаш да ми вземеш...  
То си е мое. Можем  
да си играем заедно.

Како ме  
ударя...!



„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. Оставам го само да направи своя избор.

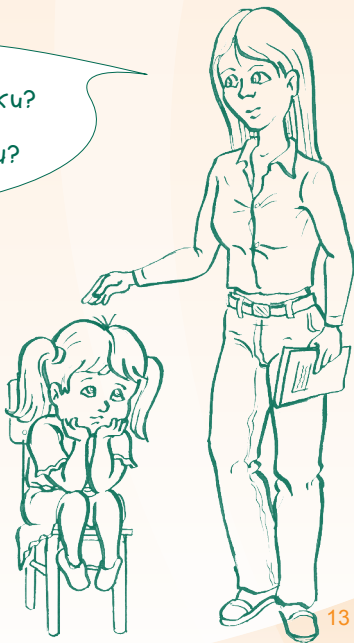


„Ако искаш да бъдеш с Иван, а той е с други деца, ти можеш да идеш при тях; може да потърсиш Митко; може да си играеш сам или дори да дойдеш при мен. Хайде да видим, какво искаш да пробваш най-напред....”

Нещо те тревожи?  
Искаш ли  
да ми разкажеш?

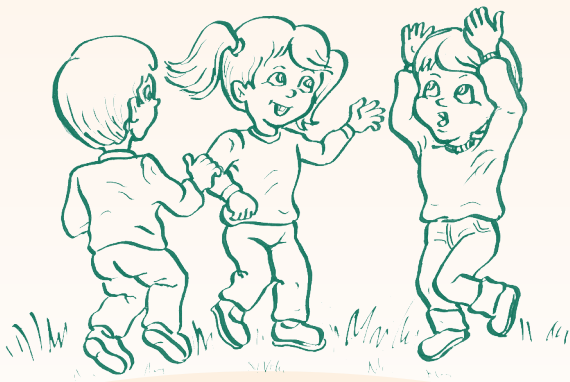
„Моето дете споделя!“

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](http://www.prevencii.com)  
e-mai: [prevencii\\_varna@abv.bg](mailto: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](http://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 „Училишна 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 училишна възраст.