

Насилието и агресията сред подрастващите

Доц. д-р Йорданка Факирска
РУ „Ангел Кънчев“, България
E-mail: d.fakirska[at]mail.bg; www.dete-bg.com

Discourage child aggression by skills of emotional intelligence

Assoc. Prof. Dr. Yordanka Fakirska
Rousse University „A. Kanchev“
d.fakirska[at]mail.bg; dete-bg.com

***Abstract:** According to most authors who have studied aggression, it is defined as inflicting physical or psychic trauma to another person deliberately. The factors influencing aggression lay in the specifics of the family, examples of violence shown by television and seen in life, emotional stress and frustration (disappointment, derangement, nervous breakdown). These factors do not affect every person. Obviously, there are more reasons for aggression. Most probably such are certain psychological features of the individual. Aggression arisen in childhood stays a constant feature of the person for a long time, even for life, and this makes prevention of such behaviour crucial.*

There are two forms of aggression in preschool age: verbal (direct and indirect) and physical (direct and indirect). Most frequently preschool-aged children display the more harmless form – indirect verbal aggression, accusing and threatening their coevals. Children often shout ostentatiously at a friend to expel him from the game or get at a toy. Sometimes they use the so-called aggressive fantasies to intimidate someone (I will report you to the policeman).

What is the solution? To help children overcome the angry. To teach children of self-advertising and self-control. To teach the child play together with other children. The game provides opportunities to exhaust such negative emotions. The formation of tolerant behaviour must begin as early as pre-school age. Public pre-school education must be supported in the effort to give the child ideas of his own personality, of the surrounding people, of their life and culture; to make the child socially responsible, to build benevolence and moral behaviour. New approaches and means are necessary to be developed and systemized for child's moral development using games and fiction.

Keywords: aggression, frustration, disappointment, derangement, self-advertising and self-control, emotions, tolerant behaviour

Свидетели сме на ежедневни прояви на насилие сред децата, както и на насилие и агресия от възрастни към деца. Не са редки и случаите на прояви на агресия и насилие от деца към възрастни. Независимо от това дали са агресорите или са жертва на агресия децата непрекъснато са изложени на опасности и заплахи. Затова е необходимо да се вземат всички превантивни мерки за ранно отстраняване на причините за прояви на агресия и за трансформиране на агресията. Според Е. Лютова [4] една от причините за агресивното поведение на децата е, че те не познават други начини за взаимодействие с останалите деца. Някои деца имат опит с насилието в семейството или в квартала.

Всички деца се срещат с насилието по телевизията, киното, видео- и компютърните игри. Насилието се научава чрез подражанието и то още в ранна възраст, когато умствената дейност извършва критични връзки [11]. Освен това детският поведенчески репертоар е много оскъден и детето без усилия, по силата на подражанието се научава да бъде насилник. Семейството и учителите могат да бъдат защитен буфер и да предпазват детето от насилие и от научаване на насилствено поведение. Както детето може да се научи да бъде насилник, така с много любов във взаимоотношенията може да се научи на самоконтрол, спокойствие и разбиране на желанията на другите. С подкрепата и ръководството на възрастния детето може да научи конструктивни подходи за разрешаване на проблеми, да се справи с несъгласието и да управлява гнева си. Топлотата, сърдечността на учителите засилват детските възможности да се справят със стреса и травмите. В този смисъл детските учители и възпитатели могат да предпазят децата от приемането на насилието като начин за разрешаване на проблеми. Ако ние им дадем възможност да избират, т.е., ако ги научим на различни форми на поведение, то децата със сигурност ще си изберат и нещо различно от караницата, грубостта или побоя. Тогава и нашето общуване с тях ще стане по-приятно и за двете страни. Според Е. Лютова и Г. Моница [4] работата на учители и родители с тези деца трябва да бъде организирана в три направления: **1.** Работа с гнева. Обучаване на агресивните деца на приемливи способности за изразяване на гнева; **2.** Обучение на децата в навици за разпознаване и контрол на гнева, умение да владеят себе си в ситуации, провокиращи избухването на гняв; **3.** Формиране на система от ценности, способности за емпатия, доверие, съпреживяване и др.. Важно е учителите да владеят модели за управление на конфликти, стратегии за справяне с негативните чувства по позитивен начин. Подобно на Е. Лютова, много други изследователи – педагози и психолози (Л. Юрганова [8]; Асоциацията на американските психолози [11]) също смятат, че усилията ежедневно трябва да се насочват не само към превенция на насилието, но и да се увеличат възможностите на децата да имат продуктивен, спокоен и щастлив живот. Това е възможно, ако има добре организирано обществено предучилищно образование, което да редуцира поведенческите проблеми в по-късен период. Според Асоциацията на американските психолози [11] добрите предучилищни програми трябва:

- да осигуряват постоянни позитивни връзки между децата и възрастните, за да изграждат взаимоотношенията и да подкрепят ученето
- да организират ежедневни дейности с постижими и развиващи цели за децата, подкрепящи играта и изследванията заедно с участието на възрастните
- да планират значими за малките деца програми, изграждащи техния опит и интереси и подготвяйки ги за бъдещето
- да балансират програмата с активни и спокойни дейности, работа в малки и големи групи
- да балансират дейностите за хармонично развитие и учене: физическо, социално, емоционално, естетично, познавателно, езиково
- да включват семейството и обществото за засилване на връзките с детския живот и култура

- да създават различни възможности децата да получат социална компетентност и емоционална регулация чрез игри и учене с други, под ръководството на учител
- да създават чувство за общност в групата.

Когато децата са свидетели на насилие или самите те го упражнят, това не остава без последствия. Това важи особено, ако насилието е станало в семейството или от познати. Този опит децата прилагат в контакта си с останалите от групата. Той се изразява или в агресивност, или в плахост и отчуждение. Какво трябва да се направи, за да им помогнем?

Най-напред винаги трябва да даваме на децата достатъчно време за разговори за насилието, което са видели по телевизията, у дома или на улицата. Трябва да ги стимулираме да изразят вербално своите чувства и тревоги или да използват сюжетни игри или изкуство, за да споделят това, което ги вълнува.

Деца, които са били насилвани, живеят с постоянен страх и болка. Докато физическата рана може да се лекува, емоционалната болка остава за цял живот [11]. Това дава отпечатък на тяхното поведение и начин на общуване. Поради своето безсилие те разчитат на възрастните да ги изведат от насилието и оскърбителната ситуация. Ако тази ситуация се проявява у дома, то напълно естествено е детето да потърси закрила и подкрепа в детската градина или училището. Когато детето е уверено в тази подкрепа, то може да намери решение на проблема. Трябва да се има пред вид, че често претърпелите насилие деца смятат, че те са предизвикали и причинили проблема. Това ги измъчва и обърква още повече. Децата не трябва да носят такова бреме. При забелязано насилие или при съмнение за такова над дете, учителят веднага трябва да съобщи на служителите от Държавната агенция за закрила на детето или на други право охраняващи и социални служби. Освен това той трябва да направи опит да разговаря с детето и да му помогне да разбере случилото се. В противен случай се стига до фрустрация, прояви на гняв и агресия.

При нормални условия за живот, агресивното поведение се появява в периода, когато детето започва да се учи на самоконтрол, т.е., когато у детето липсват емоционална устойчивост и емоционална отзивчивост. Точно в този период можем да научим детето да избягва проявите на агресивност чрез показване на добро поведение; поставяне на разумни граници за неговите желания; поставяне на постоянни, приемливи за възрастта стандарти и изисквания за неговото поведение. По този начин ние му помагаме да изгражда самоконтрол. Да се опитаме да игнорираме поведенческата деструкция с позитивна. Защото точно проходащото дете се характеризира с постоянна фрустрация, поради нарасналите желания и все още малките възможности. То непрекъснато проверява забраните на възрастните, повтаря след тях „Не-не” и в същото време настоява на своето – да пипне, да отиде някъде, да скъса, да налапа нещо. Колкото и мили и невинни да са децата поради своята непохватност, наивност и незнание, възрастните не трябва да им позволяват всичко. Трябва да се знае, че когато детското поведение постоянно е извън контрол, когато толерираме капризи и изблици на гняв или прояви на агресивност, това не помага на детето, нито го прави по-щастливо. Нещо повече, това може:

- да нарани детето или друго дете,

- да повлияе на ученето и приятелствата,
- да поврежда играчки и мебели,
- да доведе до училищни неуспехи,
- да създаде напрежение и стрес в училище и у дома, и
- да постави началото на сериозни проблеми при израстването и социализирането на детето.

В случая е много важно да се използва изключителната склонност за подражание на малкото дете, за да го научим на позитивни модели за поведение и взаимодействие с другите. Знаем, че много често срещан начин за изразяване на емоциите при проходащите е скубането, хапането или щипането. Естествено, че за любещите родители тези невинни детски жестове не причиняват непоносима болка и много често те им се радват и умиляват. За други – това е повод да плеснат детето и строго да му кажат „не скуби“ или „не хапи“. Какво се случва обаче със самото дете. В първия случай то започва да приема по подразбиране, че това са добри форми за общуване и ги прилага и към децата, когато се среща с тях – в яслата или на детската площадка. Във втория случай, поради неразбиране и с типичното си детско упорство то продължава да ги използва като начин за общуване и за изразяване на емоциите. Кое е правилното поведение на родителите? Да покажат с мимика и жест, че това им причинява болка и в същото време да дадат пример, образец на детето как да изразява своите емоции. Да хванат ръката на детето и да му покажат как да погали косата им. Да го научат да ги целува, вместо да ги хапе. Това няма да стане от първия опит и като с магическа пръчка, но с малко упоритост се постига.

От друга страна, упоритите поведенчески проблеми могат да са показател, че детето преживява периодично стрес или травми. Трябва да слушаме внимателно и да наблюдаваме отблизо детето, за да намерим нишката към източника на фрустрация и гняв, и да потърсим помощ. Заедно с това детето се включва в много дейности, които отвличат вниманието му от негативното настроение и намаляват напрежението. Много важно е да не пропускаме да изразяваме одобрение на негови добри постъпки. Да го похвалим за това, че е избегнало конфликт, че е отстъпило играчка. Нещо повече, трябва да избягваме да критикуваме постоянно такова дете за лошото му поведение. Ако му се обръща внимание, само когато има лошо поведение, то ще го повтаря, за да получава това внимание.

Ако, обаче, се достигне до корекционна работа с агресивните деца, тя трябва да се проведе в **четири** направления: 1. Работа с гнева; 2. Обучаване на агресивните деца на начини на изразяване на гнева в приемлива форма; 3. Обучение на децата в способности за саморегулация (разпознаване и самоконтрол на пристъпите на гняв) и умения да се владеят в провокиращи гнева им ситуации; Изработване на навици за общуване в различни ситуации; 4. Формиране на система от ценности и нравствени качества (емпатия, доверие, съпреживяване, толерантност и др.). Виждаме, че част от проблемите се крият в недоразвитите умения на емоционалната интелигентност и трябва да се работи и в тази посока [7].

Работа с гнева

Какво представлява гневът? Защо трябва да му обръщаме специално внимание?

Това е чувство на силно негодувание, което се придружава със загуба на контрол над себе си [4]. Според нашите възпитателни традиции публичната изява на гнева не е желателна. Но според психолозите не е препоръчително винаги да сдържаме гнева си. Рано или късно човек изпитва потребност да го излее и това не винаги става на подходящото място и не срещу този, който го е предизвикал. Сдържането на гнева може да предизвика различни соматични проблеми: главоболие, стомашни и сърдечно-съдови заболявания. Затова от гнева трябва да се освобождаваме. Не с бой и караници, а с приемливи начини.

Обикновено чувството за гняв се появява в резултат на ограничаването на свободата. Именно в момент на сгорещяване на страстите трябва да разрешим на детето да направи нещо, което обикновено не се одобрява от нас. Много зависи от това в каква форма детето изразява гнева си – вербална или физическа.

Често пъти обиденото дете се страхува да встъпи в открита борба, но въпреки това желае да отмъсти. Тогава то може да избере друг начин – да уговаря своите връстници да не играят с грубияна. Такова поведение действа като бомба със закъснител. Неизбежно се разгаря групов конфликт, който зрее по-дълго и обхваща голяма група деца. Тогава на учителя ще му бъде много по-трудно да се справи със ситуацията.

Когато на обиденото и разгневено дете, се даде възможност да изрази гнева си рисувайки и обяснявайки насаме с възпитателя, то се успокоява и се примирява със станалото. Могат да се използват различни игри за изразяване на гнева.

Не винаги, обаче децата се задоволяват само с вербална реакция на събитията. Много често импулсивните деца най-напред използват юмруците си, а след това измислят обидни думи. Импулсивността от своя страна е показател за ниска степен на развитие на емоционалната устойчивост. Затова трябва да научим децата да се справят и със своята физическа агресия. Когато е назряла ситуация за бой, учителят може веднага да предложи на децата някаква спортна игра, състезание. При това, тези които обиждат могат да са в един отбор или да се намират в отбори-съперници. След завършване на съревнованието е добре да се направи групово обсъждане, при което всяко дете може да изрази своите чувства.

Макар че не винаги гневът води до агресия, колкото по-често детето изпитва чувство на гняв, толкова по-голяма е вероятността за прояви на различни форми на агресивно поведение. Затова трябва да се помага на детето да изхвърля натрупалия се у него гняв [4].

За да се отстранят нежелателните прояви на агресия у детето, трябва да му се отделя повече внимание, да се установяват сърдечни, приятелски отношения с него, а на определен етап от развитието му да се проявява твърдост и решителност. Това се отнася не само за родителите, но и за педагозите. Когато детето е още мъничко – до 3-годишна възраст и постъпи в детската градина, към него трябва да се отнасяме с изключителна любов, топлина и разбиране. То трябва да се доверява не само на своите родители, но и на педагозите и останалия персонал в детското заведение.

В същото време постепенно и последователно трябва да се запознава с някои от правилата на детската градина и на групата и да разбере, че те не трябва да се нарушават. Когато се правят компромиси с нарушаването на правилата и се допуска агресивните прояви да не се санкционират, се стига до трайно установяване на агресивността като черта на характера и поведението. Тогава се налага корекционна работа.

Според Е. Арансън [1] човек може да освободи агресивната си енергия най-малко по три начина: **1)** като я изразходва под формата на физически упражнения — игри, бягане, скачане, боксиране и т. н.; **2)** като я насочи към не разрушителна форма на въображаема агресия — когато си представя как удря някого или пише разказ, пълен с актове на насилие; и **3)** чрез непосредствена агресия – като се нахвърля върху човека, който е причинил фрустрацията, наранява го, причинява му неприятности, злослови по негов адрес и т. н.

Да разгледаме първия начин — занимание със социално приемлива агресивна дейност. Разпространено е убеждението, че този метод е ефикасен, и той горещо се препоръчва от терапевти с психоаналитична ориентация. Според някои от тях игрите със състезателен характер осигуряват необикновено ефикасен отдушник за инстинктивния нагон към агресивност и заедно с това носят удоволствие. Заниманието с тези игри обаче не намалява агресивността.

Втората форма на агресия — въображаемата агресия. Има някои данни, свидетелстващи, че извършването на агресия във въображението може да подобри самочувствието на хората и дори да доведе до временно намаляване на агресивността. Откритият акт на агресия намалява ли потребността от нова агресия? Не. Всъщност по-голяма част от данните дори сочат точно обратното — т. е. наскърбяването или нараняването на друг човек засилва отрицателните чувства на нападателя към жертвата и в бъдеще може да доведе до по-силна агресия. С други думи, изразяването на агресивността не потиска склонността към агресия, а, напротив, засилва я!

За да обобщя, ще кажа, че на пръв поглед изразяването на агресивност във въображението, донякъде облекчава гнева или фрустрацията и позволява на хората да се почувстват малко по-добре. Отлагането на агресията дава възможност да се преосмисли ситуацията и поведението и да се потърсят други мерки за наказание. Именно поради това при работата си с агресивните деца трябва да се стремим да отлагаме агресията, да отвлечаме вниманието на агресивното дете и да насочваме енергията му към други цели и обекти.

В случаите на изразяването на агресивност намалява привлекателността на жертвата и се увеличава вероятността от агресивно поведение. Това може да доведе до повтарящи се случаи на агресивно поведение от страна на родителите, които смятат своето дете за изчадие адово и източник на всички техни беди. Тези разсъждения са еднакво валидни и за децата агресори, които малтретират свои връстници или по-малки ученици, защото нещо в тях ги дразни и те не са им симпатични.

Обучение на децата в способности за саморегулация и умения да се владеят в провокиращи гнева им ситуации

Известно е, че не винаги агресивното дете признава, че е агресивно. Нещо повече, дълбоко в душата си то е уверено, че това, което прави е около агресивното. Такава деца не винаги могат адекватно да оценят своето състояние, нито състоянието на околните. Със своето поведение те попадат в рискови ситуации, които застрашават сигурността на него и на другите деца.

Умението за саморегулация и умението за владеене на гнева са компоненти от емоционалната интелигентност. Тези умения не са достъпни за децата до 3-годишна възраст, но с появата и развитието на себепознанието и на самоконтрола, и при постоянна и системна работа и коригиране на агресивното поведение те постепенно се формират у детето.

Емоционалният свят на агресивните деца е много беден. Те с труд назовават само няколко основни емоционални състояния, а за съществуването на други или на техни оттенъци даже не предполагат. Поради тази причина на тях им е трудно да разпознават своите и чуждите емоции. Наложително е да се провеждат специални занимания за създаване на навици в това отношение.

Най-напред трябва да научим децата на себепознание. Те трудно се ориентират в своите собствени чувства, а какво остава да разпознават тези на другите деца. Много полезна в това отношение е работата с художествената литература извършвана по посока на описание на чувствата и преживяванията на героите. За да могат децата вярно да оценяват своето състояние, а в даден момент и да могат да го управляват, трябва да ги научим да разбират себе си и преди всичко сигналите на своето тяло.

Друг начин да се научат децата да разпознават своите емоции и да се развива потребност да говорят за тях е рисуването. Децата могат да рисуват на различни теми: “Кога се радвам”, “Кога се сърдя”, “Кога съм щастлив” и т.н. Като начало, предвид слабите умения на децата да рисуват човешки образи, могат да им се предложат готови човешки фигурки, изобразяващи различни ситуации, но без нарисувани лица. След като децата ги анализират им се предлага да нарисуват съответното изображение на лицето.

Формиране на система от ценности и нравствени качества (емпатия, доверие, съпреживяване, толерантност и др.)

Ж. К. Загидулин [2] смята, че във всички случаи на проява на агресия от страна на детето, работата на педагога е преди всичко да го научи да не извършва тези действия, които са неприемливи, т.е. нанасят вреда на другите и на самото дете. Ако това е невъзможно, то не трябва да се позволява на детето да извършва подобни действия. Добре е да се направи опит у детето да се формира усещането, че, ако е извършило такива действия, това не е добро. Това, разбира се не се постига с нравоучения и забрани. Важни са действията на възрастния в такъв момент. Може да се хване ръката на детето и да се задържи да не прави това, може да му се отвлече вниманието, ако то е способно да превключва вниманието си. Може да се намери приемлива форма на изразяване на агресия или да ѝ се придаде друг смисъл и това да превключи детето. Всичко зависи от това с какво е свързана агресията и в какво се проявява.

Децата до 6-годишна възраст не са в състояние да разберат какво преживяват и чувстват другите, когато ги скубят, удрят, блъскат. Един от начините да ги научим на това е да ги накараме сами да го усетят. Такова дете може също да бъде оципано или скубано, без да се включват никакви емоции и отмъстителни намерения. Реакцията трябва да е бърза. В случая е много важен индивидуалния подход, който при многобройните групи в детската градина е почти невъзможен. Някои деца са много чувствителни и ще преживяват много силно проявите на собствена агресия. Други почти не преживяват. Тях може и трябва да санкционирате.

Не винаги и не всяко дете съпреживява с другите и им съчувства. Това се дължи преди всичко на прекалената фиксация върху собственото им *Аз*. Тази фиксираност се е получила в резултат на прекаленото внимание на възрастните и прекалено високите оценки, които децата са получавали. Фиксираността върху собствените достойнства според Е. Смирнова и В. Холмогорова [5] поражда ярка демонстративност, конкурентност и насоченост към оценката на околните. Нещо повече, често пъти децата имат двулично поведение. Усилията трябва да се насочат към формиране на чувство за общност, желание да види във връстника си приятел и партньор, а не съперник. *Основна възпитателна задача на този етап е да се отвлече вниманието на детето от фиксираността върху собственото си Аз и от съсредоточаване върху отношението на връстниците към самия него [10].*

Именно способността да види в другия равна на себе си и независима личност е важно условие за формиране на просоциално поведение и хуманни отношения с връстниците. На тази основа могат да се изграждат такива нравствени чувства като емпатия, съчувствие, съпреживяване и доверие.

Формиране на способности за емпатия, доверие и съчувствие

Като правило агресивните деца имат ниско ниво на емпатия, което означава липса на способност да почувстват състоянието на друг човек, на умение да застават на неговата позиция в определена ситуация.

Емпатията като личностна характеристика има когнитивен и афективен компонент: *възприемане/разпознаване* на емоционалното състояние на другия (приемане на чужда гледна точка) и *емоционален отклик* (споделяне на чуждите емоции). Емпатията е афективна реакция, която произтича от оценката и разбирането на чуждото емоционално състояние (условията, в които се намира другият индивид) и включва *сходство/подобие* на онова, което другият изпитва или се очаква да преживява [4]. Ако детето вижда тъжен човек и вследствие на това също изпитва тъга, то проявява *емпатия*. Първоначално емпатийните реакции не са ориентирани към другия. Малките деца реагират със страх и тревожност на чуждия дистрес (негативен, вреден стрес, за разлика от еустреса, който е положителен стрес, според Уикипедия). С течение на годините – с разграничаване на себе си от другите – детето започва да осъзнава, че страданието е преживявано от другия (а не от самото дете) и става способно да изпита „дистрес, свързан със съчувствие” към другия (ориентирана към други емпатийна реакция) [4]. Докато приемането на чужда гледна точка не е достатъчно развито, детето се опитва да успокои другия така, както би успокоило себе си. От втората-третата година децата са способни да възприемат другите като същества с чувства и перцепции,

които са различни от техния опит и преживявания. Заедно с по-развитата способност за приемане на чужда гледна точка, подобно разбиране е предпоставка за достигане на третото равнище в развитието на емпатията. Тогава, изпитващото съчувствие дете е способно да реагира, като си дава сметка, че е възможно чуждите нужди да не съвпадат с неговите потребности. Към края на детството то е в състояние да осъзнае, че хората могат да изпитват дистрес не само в конкретни ситуации, но и като реакция на общите жизнени условия. Според М. Хофман (1984, по П. Калчев, 4) способността да се съчувства на бедните, потиснатите и болните е най-зрялата форма на емпатийна реакция.

Според Айзенбърг [4, 345] са възможни два вида реакции на чуждото страдание: съчувствие и личен дистрес.

Съчувствието е емоционална реакция, произтичаща от оценката на чуждото емоционално състояние. Тя може и да не е сходна с това, което изпитва другият, но включва *загриженост* за него (когато детето вижда тъжен връстник и е загрижено за него). Съчувствието се асоциира с алтруистична мотивация, ориентирана към другия.

Личният дистрес е фокусиран върху собственото благополучие и включва преживяване на неприятна афективна реакция (дискомфорт) в резултат от възприеманото чуждо страдание (детето изпитва дискомфорт или тревожност, когато вижда друго уплашено дете; то се разплаква, ако плаче друго дете). Личният дистрес се свързва с мотивация за облекчаване на собственото негативно емоционално състояние. Той може да породи просоциално поведение, само ако това е начин да се облекчи собственият дискомфорт (например човек не може да се отстрани от ситуацията и затова предприема действия за облекчаване на чуждото страдание, пораждащо дистрес у самия него).

Според М. Дейвис [4, 346] емпатията притежава 4 компонента:

„Емоционална загриженост: ориентирано към другия чувство на загриженост, съчувствие, сърдечност към окаяния се в неблагоприятна ситуация;

Приемане на чужда перспектива: индивидът спонтанно се поставя на мястото на другия;

Фантазиране: индивидът се вживява в мислите, чувствата и действията на измислени персонажи (от книги, филми, пиеси);

Личен дистрес: ориентирано към себе си чувство на тревожност, безпокойство и дискомфорт, като реакция на изпълнена с напрежение ситуация (наблюдаван дистрес у другите)“.

Като се разгледат внимателно компонентите на емпатията, може да се намери връзка между тях и проявите на агресия спрямо детето. Според К. Ръгби [4, 348] е възможно преживените емоционални и социални трудности впоследствие да мотивират детето да помага на другите. Съществуват и противоположни мнения, които се основават на данни за последиците от насилие и тормоз над детето от страна на възрастните в семейството. „Грубото, наказващо отношение на родителите разрушава емпатията още в ранна възраст. Малтретираните в семейството си деца рядко проявяват съчувствие

към дистреса на връстниците си в детската градина: вместо с емпатия и съчувствие, те реагират със страх, гняв и физически атаки.

Тормозът винаги се съпровожда от силни емоции: страх, гняв и обща емоционална възбуда, които могат да изкривят възприемането и оценката на създалата се ситуация. Това пречи на детето да приема чуждата гледна точка и да се поставя на мястото на другия.

От друга страна компонентите на емпатията могат да имат определен ефект върху агресията. Ако у детето е формирана склонност към емоционален отклик и съчувствие (емоционална загриженост), това намалява или възпрепятства агресивните реакции [4, 350]. По отношение на личния дистрес, също се очаква той да доведе до отдръпване от конфликта, а не до агресия. Разбира се е възможно личният дистрес да доведе до агресия, за да се облекчи собствения дискомфорт. Затова и тревожността се разглежда като един от основните източници на враждебност. Тревожността винаги се съпътства от болезнени преживявания на безпомощност, изолация и конфликт и затова тя поражда негодувание и негативни нагласи към смятания от детето отговорен за ситуацията.

Емпатията търпи възрастово развитие: детето първоначално реагира с чувство на уплаха и тревожност на наблюдавания дистрес у другия; с разграничаването на себе си от другите и развитието на способността за приемане на чуждата гледна точка, преживяваният дискомфорт се трансформира в ориентирано към другия съчувствие и загриженост. Тази способност предпазва детето от въвличане в конфликти.

Агресивните деца не се интересуват от състоянието на другите. Те дори не могат да си представят, че на другите може да им бъде неприятно и да се чувстват зле от тяхното поведение или постъпка. У децата трябва да се формира способност да виждат връстниците си, да им обръщат внимание. Да бъдат внимателни и отзивчиви и да преодоляват присъщия за възрастта им егоцентризъм [6]. Неумението да виждат и възприемат връстника си (с неговите преживявания и проблеми) е основен източник на трудните взаимоотношения между децата в детската градина или в семейството. Смята се, че ако агресивното дете може за момент да си представи какво изпитва жертвата, то агресията му следващия път ще бъде по-слаба. Това налага работа по развитие на чувство за емпатия.

Добре известно е, че единият от начините за прояви на агресия е така наречената вербална агресия. Тя е най-често срещаната форма на проява при децата от предучилищна възраст. Агресивните деца викат, заплашват, нагрубават. При това те не са в състояние да чуят и разберат аргументите на другата страна. Това пречи да се изяснят взаимоотношенията им в конкретната ситуация. Добре е такива деца още от малки да се учат да общуват без думи. *Основна цел на подобно занимание* е отказ от привичните за децата вербални и предметни способности на взаимодействие. Общуването без думи изключва споровете, караниците и т.н. За целта се предлагат различни игри. Чрез влизане в роля на детето се дава възможност да се постави на мястото на другите, които са жертва на агресия и, които са агресивни.

Често пъти съвременните деца се идентифицират с отрицателните герои от филмчета или художествена литература. Затова и предпочитаните от тях ролеви игри са именно с такава съдържание и герои. Подобна идентификация е особено характерна за слабите

деца и за тези, които са склонни към агресивност. Те са с особено висока степен на тревожност и несигурност. В техните представи, изградени поради преекспониране на силата и жестокостта в медиите, отрицателните, жестоките герои са силни и добри. От бедния си житейски опит и от разговорите на своите родители децата се убеждават, че тези, които обичат повече от всичко на света, са безпомощни пред злото. Следователно, след като силният баща не може да се справи със злото, а майката плаче от безсилие пред поредното злосторство, детето си прави важният извод, че злото е непобедимо. Оттук и идентификацията със злото. Защото почти няма дете, което иска да се идентифицира със слабите и безпомощните. Причина за избора на негативни герои може да е и повишената агресивност у детето. Тя може да е следствие от наличието на насилие в семейството или е възникнала под въздействие на неправилно семейно възпитание.

Къде е изходът? Да учим детето да играе с други деца. Играта позволява да се изразходват тези дискомфортни емоции.

Друга форма за превенция на агресията са обсъжданията с децата на най-често срещащи се ситуации, които предизвикват конфликти. Благодарение на подобни беседи и влизането в различни роли децата ще се научат да съпреживяват и съчувстват на околните. Това ще им помогне да бъдат по-малко мнителни и подозрителни, което всъщност ги подтиква към конфликти и агресивност [4]. Освен това агресивните деца ще се научат да поемат отговорност за постъпките си вместо винаги да обвиняват някой друг.

За да се формира доверие у децата с агресивно поведение, е необходимо да се промени подхода на педагога и останалите възрастни към тях. Съвсем естествено е, когато едно дете непрекъснато чупи играчки, разваля игри или нагрубява и наранява своите другарчета, възрастният да не изпитва особени симпатии и възторг от неговите постъпки. Никой не печели, обаче, ако използваме нападки, упреци и лични квалификации към провинилото се дете. Печеливши е стратегията вместо обиди и обвинения да кажем какво чувстваме ние и какво би ни разстроило. Негативните оценки, личните нападки и квалификации озлобяват детето с агресивно поведение и го карат да мисли, че нищо не може да промени отношението на възрастните към него.

Изграждането на емпатия, състрадание и доверие е основата за формиране на по-общото и по-сложно чувство и преживяване, каквото е толерантността.

Много важно е възрастните да организират условия за включване на децата в различни творческите дейности – драматизация, куклен театър, рисуване, апликиране и др. Те заедно с игрите помагат на децата да се опознаят взаимно и самите себе си. По време на тези дейности и особено, ако те имат групов характер, се създават всички необходими предпоставки за формиране на *толерантност*. Защо е важно да се формира толерантност в предучилищна възраст?

Толерантността като основа на просоциалното поведение

Понятието *толерантност* е едно от важните направления на хуманистичното възпитание и е основа на нова социална идеология [6]. То се използва като средство на

глобалното човешко мислене и светоусещане и е насочено към предпазване от конфликти и тероризъм. Толерантността се формира на основа на признаване единството и многообразието на човечеството, взаимозависимостта на всички от всеки и на всеки от всички, уважение правото на другия (в това число и правото да бъде различен) и въздържане от причиняването на вреда.

В педагогиката и психологията толерантност означава приобщаване на децата и младежите към уменията да живеят в мир, неприличащи си хора и идеи [6]. За да се превърне толерантността в качество на личността, още от предучилищна възраст трябва да започне възпитаване на децата в дух на толерантност. Пред вид малката възраст и възможностите, които тя дава, у 3-7-годишните деца може да започне формирането на предпоставки за толерантно поведение. Те са свързани с формиране на представи у детето за себе си като уникална, самоценна, неповторима личност. Тук трябва да бъдем особено предпазливи, за да не отидем в другата крайност и да формираме несъответстваща представа и очаквания у децата. Това би било опасно особено за онези деца, които са склонни към агресивност. В тази възраст е възможно да се развият представите за другите хора на основата на съпоставяне на себе си с тях и отделяне на сходствата и различията. Тези представи са важна предпоставка децата да се научат да разпознават чувствата и усещанията на други деца. Да знаят, че всяко насилие (словесно или физическо) или жестокост им причинява болка и ги обижда. Тъй като има случаи, когато проявите на агресия при децата е на основата на социални или етнически различия, добре е те да получават и знания за особеностите на културата и бита на деца от другите етноси. Средствата за възпитаване на толерантност могат да бъдат най-различни в зависимост от възрастта и личността на детето. Взаимодействието на детската градина със семейството ще подпомогне всяко дете, което има проблеми с поведението си.

Възпитаването на активна жизнена позиция на всяко дете е част от изграждането на ценностната му система [10]. В предучилищна възраст това е възможно по посока на: осъзнаване на своите потребности и изграждане на умения да ги удовлетворява, без да е в ущърб на другите; осъзнаване на своите възможности; осъзнаване на своите достойнства и недостатъци, прояви на критичност; осъзнаване на своите права и задължения пред себе си и другите; формиране на умения да отстоява своите права и да се съобразява с правата на другите; да проявява търпимост и уважение към традициите и културата на другите; определяне заедно с децата на правила и норми на човешкото общуване; развитие на уменията да дава оценка на своите постъпки и на постъпките на другите; умение да прави избор и да взема решение; да се вслушва в мнението на другите; да решава възникналите проблеми мирно без конфликти; задълбочаване на разбирането за значимостта и ценността на живота на всеки човек; повишаване на интереса към живота на другите.

Възпитано по този начин, всяко дете ще търси изход от кризисна ситуация не в агресивното си поведение, а в начини за разбиране на другия.

Как се постига формирането на активна жизнена позиция в предучилищна възраст? Не е ли твърде рано да се говори за това?

Без съмнение тези и други въпроси биха възникнали у всеки. Защо трябва да започнем от предучилищна възраст? Защото това е времето на най-усилено формиране на личността. Известни са ни различни сентенции на велики умове за значението на предучилищната възраст в това отношение. Знаем също така, че много по-лесно се гради на чисто, отколкото да се поправя. Не е необходимо да пропускаме този сензитивен период за социализация на детето или да допускаме през него да се формира антисоциално поведение. Не е полезно за никой да ресоциализира и да подлага на различни терапии дете, което е приело да бъде несоциално, агресивно и неконтakтно, поради стеклите се в живота му обстоятелства. Това е не само трудоемко, но и скъпо за обществото. Много по-лесно е да се работи по посока на формиране на гореспоменатите умения и качества. Най-сигурният път за постигане на активна жизнена позиция е създаване на условия за самостоятелна изява на детето в различни дейности. Играта и преди всичко ролевата игра дава добри модели за подражание на всяко дете. Общият замисъл и желанието да играе със своите връстници е най-сигурния гарант, че детето ще проявява самостоятелност и активност. Спазването на правилата, които макар и скрити, са основният компонент на всяка игра, са най-сигурния емоционален регулатор. Те изпълняват възпираща функция за всяко дете и го учат да се съобразява с другите. В процеса на игра детето не само се учи на самоконтрол. То има възможност да проявява критичност по отношение на своите партньори, когато те нарушават правилата.

При формирането на активна жизнена позиция не трябва да се игнорира и влиянието на медиите. Всички медии и особено телевизията, видео игрите, компютърните игри оказват голямо влияние върху децата. Независимо от своите положителни страни и приноси за повишаване на знанията и впечатленията на децата всяка медия влияе на децата с насилието, което показва. Доказано е, че насилието от компютърните игри влияе по-силно от всички останали [11]. Добре е да се ограничи гледането на телевизия от децата в рамките на определени детски програми и в приемливо време. Освен това ефектът от гледаното насилие намалява, когато то се обсъжда с възрастните. Добре би било, ако стане задължителна практика в детските градини учителите да поставят задачи на децата върху съдържанието и посланията на някои от най-любимите детски филмчета. Ако заедно с децата обсъждат кои са добрите и кои лошите герои, кой предпочитат и харесват децата и защо, това ще им помогне да си отговорят на многото въпроси. Освен това чрез подобни беседи ще помогнем на децата да разберат, че: насилието по медиите е измислено, не е истинско; в истинския живот насилието нанасява хората; всички оръжия по телевизията са бутафорни, измислени; истинските нанасяват или убиват хората; ако предаването е страшно или смущаващо, те могат да кажат на възрастните за това; играчките за насилие, макар че изглеждат забележителни в игрите, в живота не са забавни. Освен това от предпочитанията на децата към съответните герои може да се разбере за някои възникващи поведенчески проблеми и да им се помогне.

В заключение. Проявите на ранна агресия не са безобидни и не засягат само този, към който са насочени. Те въвличат и двете страни в опасни за здравето и емоционалния статус ситуации. Несъмнена е връзката между емоционалната интелигентност и агресивността. Колкото по-отрано започне формирането на достъпните за предучилищна възраст умения на емоционалната интелигентност, толкова по-резултатна ще бъде работата за преодоляване на агресията. Ранното откриване на агресивни прояви и осъществяването на целенасочена превантивна дейност по посока на формирането на различни позитивни нагласи е сигурно средство за осигуряване не

само на безопасно детство, но и на дълъг и ползотворен живот като възрастен. Дълг на всяко общество е да осигури необходимите дългосрочни програми и специалисти за преодоляване на детската агресия.

Литература/Reference

1. **Арансън Е.**, Човекът – социално животно, – 17 с., интернет
2. **Загидуллин Ж. К.**, Изучение агрессии у детей с различной аффективной патологией, МГУ им. М.В. Ломоносова,
3. **Калчев П.** Тормоз и виктимизация от връстниците. С. 2003, -503 с.
4. **Лютова Е. К., Г. Б. Моница**, Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми, Москва, изд. ЦСПА “Генезис”, 2000.
5. **Смирнова, Е., В. Холмогорова.** Дошкольный возраст: формирование доброжелательных отношений, ДВ, 9, 2003, с. 68-74
6. **Факирска Й.** Профилактика на агресията чрез формиране на нагласи за толерантно поведение, сп. Предучилищно възпитание, 2006, № 7, с. 22-27
7. **Факирска Й.** Формиране на умения на емоционалната интелигентност в предучилищна възраст. Научна конференция на Русенски университет. 2013.
8. **Юрганова Л.** Агресия у детей. Причины и формы работы, Интернет, www.clinica.nsk.ru, 17.11.2005г, – 3 с.
9. **Bugin Patricia**, Voices from the field – Public policies and the prevention of early childhood aggression (online, 05.06.2004)
10. **Fakirska Y.** Preventing aggression by forming tolerant behavior., – International conference “Edu-world 2006”, Pitesti, 2006, p. V-26-35
11. Violence Prevention in Early Childhood. How Teachers can help, 2002, internet
12. **Pierre-Andre Doudin, Miriam Erkohen-Markus**, Violences a l’ecole: Fatalite ou defi ? Bruxelles, 2000, -384 p.