

---

## PROGRAMS FOR PREVENTION OF AGGRESSION BY ACTIVATING THE PERSONAL RESOURCES OF THE PERSON

Vesela Ivanova Bozhkova

SWU Neofit Rilski, Bulgaria, [vesela\\_bojkova@abv.bg](mailto:vesela_bojkova@abv.bg)

**Abstract:** The **purpose** of the research is to develop sample programs for prevention of aggression, which may contain, various topics with educational and developmental character for activation, the internal resources of the personality. The research **methodology** includes preventive research on topics that strengthen students' ability to communicate fully. Theoretical analysis and synthesis of literature sources, content corresponding to the purpose and thematic focus of the research. At the beginning of each preventive topic we work with is indicated: the purpose, duration, necessary materials, preparation, expected results, mode of action, analysis of the achieved, preventive results from the implementation of the program. The purpose of school preventive actions is the development of individual, fruitful social interaction of children. Students involved in the prevention process learn how to react in different situations, and mainly to realize how their behavior affects their classmates, and how they perceive them. The **results** include the establishment of preventive activities for better, feedback in the process of social communication, not only the perception of norms of behavior of a humane nature, but also a value orientation to build an analytical point of view on children's own behavior. **Conclusions:** this can be done by analyzing preventive skills aimed at building a greater ability to perceive their own and others' moods, attitudes, feelings, reactions. From the earliest childhood, distancing and non-acceptance of the other's point of view begins, later loneliness is reached, in adolescents the „**cognitive dismoderate intercourse**“ is a factor. There is an alienation, not a clarification of the relationship between the children. In this way, they reconstruct in themselves erroneous conclusions about the problematic situations in which they find themselves. In interpersonal interactions between children, due to dysmoderial feedback, an aggressive reaction can occur. **Recommendations:** students receive feedback on how to implement in practice the desired socially acceptable behavior, in which there are no aggressive examples of behavior. By overcoming the „**cognitive dismoderate intercourse**“, the person involved in the system of social formation of behavioral habits enriches his personality, overcoming the barriers in his communication. **Additional data:** the forms of preventive actions in this direction are a training group for exemplary solutions to an aggressive collision, by sharing their own experience or first-person suggestions.

**Keywords:** prevention of „**cognitive dismoderate intercourse**“, through analysis of programs with developing, social skills in children of primary school age.

## ПРОГРАМИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА АГРЕСИЯТА ЧРЕЗ АКТИВИЗИРАНЕ НА ВЪТРЕШНИТЕ РЕЗУРСИ НА ЛИЧНОСТТА

Весела Иванова Божкова

Югозападен университет "Неофит Рилски", гр. Благоевград, имейл: [vesela\\_bojkova@abv.bg](mailto:vesela_bojkova@abv.bg)

**Резюме:** Цел на изследването е разработване на примерни програми за превенция на агресията, които могат да съдържат, различни теми с обучително-развиващ характер за активизиране, вътрешните ресурси на личността. **Методологията** на изследването включва, превантивно изследване на теми, които затвърдяват уменията на учениците за пълноценно общуване. Теоретичен анализ и синтез на литературни източници, съдържателно съответстващи на целта и тематичната насоченост на изследването. В началото на всяка превантивна тема, с която се работи се посочва: целта, времетраенето, необходими материали, подготовка, очаквани резултати, начин на действие, анализ на постигнатите, превантивни резултати от осъществяването на програмата. Целта на училищните превантивни действия е развитие на индивидуално, ползотворно социално взаимодействие на децата. Учениците участват в превантивния процес научават, как да реагират в различни ситуации, и основно да осъзнават, как влияе тяхното поведение на съучениците им, и как те ги възприемат. **Резултатите** включват обособяване на превантивна дейност за по-добрата, обратна връзка в процеса на социална комуникация, не само възприемане на нормите на поведение с хуманен характер, а и ценностна ориентация към изграждане на аналитична гледна точка, относно собственото поведение на децата. **Заключения:** това може да стане, чрез анализиране на превантивни умения, насочени към изграждане на по-голяма способност за възприемане на собствените и чуждите настроения, нагласи, чувства, реакции. Още в най-ранна детска възраст, започва дистанцирането и неприемането гледната точка на другия, в последствие се достига до самота, при подрастващите съпътстваща, като фактор **КОГНИТИВНОТО**

**дисмодерационно общуване (cognitive dismoderate intercourse).** Получава се отчуждение, а не изясняване на взаимоотношенията между децата. По този начин, те реконструират в себе си погрешни изводи за проблематичните, ситуации в които попадат. При междуличностни интеракции между децата, поради **дисмодерационната** обратна връзка, може да се достигне до агресивна реакция. **Препоръки:** учениците, получават обратна връзка, как да се реализира на практика, желаното социално приемливото поведение, в което отсъстват агресивните примери на поведение. Чрез преодоляването на **КОГНИТИВНО дисмодерационното общуване (cognitive dismoderate intercourse),** личността включваща се в системата на социалното формиране на поведенчески навици, обогатява своята личност, преодолявайки бариерите в общуването си. **Допълнителни данни:** формите на превантивни действия в тази насока са тренинг-група за примерни изходи от агресивен сблъсък, чрез споделяне на собствения опит или предложения от първо лице. **Ключови думи:** превенция на **когнитивно дисмодерационното общуване (cognitive dismoderate intercourse),** чрез анализ на програми с развиващи, социалните умения при децата от начална училищна възраст.

### 3. УВОД

**Програмите за превенция на агресията могат да съдържат, различни теми с обучително-развиващ характер за активизиране, вътрешните ресурси на личността.**

**Например, тема с превантивна насоченост : „Правила за работа в група” и с тази тема се затвърдява уменията на учениците за общуване.** Децата обръщат внимание на добрите си страни, запознават се с основните екипни правила за взаимодействие. Работата върху тази тема може да е в рамките на два учебни часа взети заедно, при което учениците се учат да коментират правилата за работа в групата, представят своите позитивни качества и тези на другите. Целта е да се осъзнае значимостта на проактивното поведение и да се коментират комуникативните проблеми при общуването между децата, както и да се акцентира върху правилното пречупване на обратната връзка в процеса на комуникация, защото децата много-често, когато имат недоизказани неща по-между си, реагират импулсивно един срещу друг.

### 4. МАТЕРИАЛИ И МЕТОДИ

Превантивно се дава негативен наклон към използването на агресивно поведение. Първият ход по работната тема започва с загряване в рамките на пет минути, учениците са поставени в кръг, всеки ученик посочва позитивните качества на другия. Следва работна фаза, в рамките на тридесет минути, и водещият учител, предлага да се направи асоциативен облог т.е. всеки да предложи правилото, което ще се спазва при груповата превантивна дейност, след което се стига до вземане на общо решение, правилата се записват на дъската. Например – да се изслушваме взаимно; да не споделяме тайната на другия извън упражненията и подбиране на други подобни, превантивни споделяния. Следва упражнение за описание на всеки участник, именно да опише себе си, като на всеки от учениците се раздава бял лист и цветни моливи и се насърчава да нарисова собствения си автопортрет, така както си представя своята личност. След приключване на упражнението всеки ученик показва на другите своя автопортрет, така учителят получава обратна връзка за мнението на всяко едно дете за себе си. В следващия етап от дейността учениците са събрани в кръгът и в центъра му се поставя един стол, всеки ученик от кръга последователно сядат на този стол с превантивна цел да се редуцира **„когнитивно дисмодерационно общуване” (cognitive dismoderate intercourse).**

Играта се нарича – „Нажежен от позитивни моменти стол”, при което децата споделят моменти в които комуникацията помежду им е прераснала в агресия, за да могат спорните въпроси да се изяснят и да се дадат варианти, как биха реагирали в комуникационния процес, по друг начин, избягвайки конфликтната ситуация. В края на превантивната игра, другите ученици, изпращат на ученика седнал на стола, едно позитивно послание. Така превантивната тема приключва с момента, в който всяко едно дете, отнася със себе си положителна обратна връзка, съответно учениците се мотивират да работят екипно, участвайки в превантивни постановки за преодоляване на агресивното поведение.

### 5. РЕЗУЛТАТИ

**Превантивна тема за преодоляване на агресията: „Как общуваме с другите”.**

Тук учениците се запознават със значението на общуването и обогатяват, поведенческите си умения с нови умения, докато водещият учител изнася информация за видовете общуване. В превантивен аспект се анализират възприятията и интерпретациите в процеса на общуване (с когнитивно ретроспективен характер), описва се начинът, по който учениците възприемат, дадено поведение и смисълът, който му предават, в някои случаи, възприетата действителност, може да бъде изкривена в представите на учениците и това да е причина за агресивни изблици. Децата попълват въпросник в рамките на двадесет минути,

озаглавен: „Как общувам?“, следва дискусия по темата, добре е всеки един ученик да посочи, как общува с другите, по този начин излизат на преден план проблемите във взаимоотношенията между учениците, провокиращи процеса на „**когнитивно дисмодерационно общуване**“ (**cognitive dismoderate intercourse**). В следствие учениците, получават обратна връзка, как да се реализира на практика, желаното социално приемливото поведение, в което отсъстват агресивните примери. Важното тук е водещият на превантивната дейност, да не допуска учениците да си дават, негативни определения върху личността, а само да се диференцират, неправилните форми на общуване, в които е налице агресията. Прави се дискусия, върху проблемите, при бариерите в общуването, като се изяснява фактът, че конфликтните ситуации, много често произхождат от грешно зададените и приетите „Ти-послания“ (усвояване на информация от реципиента), именно невъзможността на индивида да разчете адекватно посланията от опонента си.

**Четвъртата превантивна тема за преодоляване на агресията е: „Емоции и чувства“.**

Тук се предприема, разпознаване и назоваване на различните емоции, чувствата (страх, гняв, неразбраност, самота и други подобни, дисхармонични чувства) и техните поведенчески прояви, учениците се учат, свободно да определят своето чувство, което изпитват в момента. Водещият на превантивната дейност, изнася информация за емоциите, като разяснява, че те са цялостни интензивни реакции на личността, на значими за нея, именно ситуации, при които се акцентира върху фактът, как влияят, положителните и отрицателните емоции, върху самата личност, изпитваща ги и начинът, по-които тези чувства, рефлектират и върху другите. Определят се няколко основни емоции, а именно вълнение, учудване, радост, мъка, страдание, гняв, отвращение, страх, срам, вина, чувство на неразбраност или на погрешни изводи в комуникативният процес, водещи до агресия и пр. Учениците се разделят на два отбора, предварително са подготвени картончета, с изписани между тях наименования на различни чувства. Представителят на първия отбор, изтегля картонче и четете емоцията и участник от другия отбор, трябва да го обясни, чрез езика на тялото, задачата на другия отбор е да разпознае, чувството и да се дискутира, какво точно го поражда. След това другият отбор изтегля, картончето и представя чувството, в следствие печелившият отбор (по-бързо е разпознал емоциите) пръв може, при последвалата дискусия да изкаже становище по темата. По този начин, учениците се научават, освен да разпознават своите чувства, правилно и да отгатват чувствата на другите, което е превантивна емпатийна стратегия за предпазване от конфликти. Минава се към акцентирание на понятието емпатия и водещият учител, обозначава неговото значение и се прибегва до демонстриране на емпатично поведение, като учениците се запознават с правила на емпатичното слушане.

Това се постига, чрез минимално насърчаване с думи, участие на езика на тялото, като усмивка или загрижен поглед, въздържане от прекъсване на говорещия, изясняване на информацията, обобщаване на възприетото. Учениците, които вече са разделени, по отбори избират, кой от участниците, първо да казва последователно, изречения за превантивно преодоляване на негативни емоции. Например - „Чувствам се зле и няма да ходя на училище, там никой не ме разбира“; „Ще правя, каквото си искам“. Изреченията се повтарят, по различен интонационен начин, като се изразява, съответното чувство на радост, тъга, яд, и пр. Пристъпва се към разказ за това, какво ще правя, ако не ходя на училище от всеки един ученик по отделно и защо учениците се чувстват неразбрани, след което се избира по един ученик от отбор, които да перифразира разказите, така учениците се учат в емпатия, съпричастие към това, което чувстват другите, по този начин се преодолява процесът на „**когнитивно дисмодерационно общуване**“ (**cognitive dismoderate intercourse**)

## **6. ДИСКУСИИ**

**Превантивна тема номер едно на ниво първична превенция: „Възпитание на театрално-творческото въображение“.**

Един алтернативен превантивен възглед сближава въображението с мисленето, по-точно въображението се разглежда, като свободно речесто се мислене. Въображението се явява, познавателна способност, предназначена да опознава предмети и закони на възможното битие и да ги внася в света на човешкото всекидневие. По такъв начин, при реализация на въображението, винаги се изграждат материали, дадени от действителността, именно този момент, може да се използва и в превантивен аспект да се внедрят игрови театрални техники за възприемане на алтернативно поведение на агресивното. Получава се зависимост между въображението и опита и детето, то започва да мисли проактивно върху своите действия и постъпки т.е. представя си, как ще реагира на проблематична ситуация, по ползотворен начин с превантивна насоченост за преодоляване на „**когнитивно дисмодерационно общуване**“ (**cognitive dismoderate intercourse**).

**Превантивна тема номер две на ниво първична превенция: „Приказките в света на съвременния ученик“.**

Светът на приказките, носи в себе си богатството от образи и идеи, теми и сюжети, житейска мъдрост, натрупана през вековете, именно подборът на приказки с поучителен и възпитателен характер заема превантивен характер, по отношение на преодоляването на агресията. Четенето на приказки с поучителен характер от ученици в часа на класа, може да допринесе за облагородяването на характерите им. Приказките са част от духовната култура на народа и са в неразривна степен обвързани, с наследството от нравствени и естетически ценности, закодирани в човешкото съществуване, като цяло и за да се запазят тези ценности не трябва да се пропускат моментите, в които и у дома родителите да четат приказки на децата си.

## 7. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Характерно за „когнитивно дисмодерационно общуване” (**cognitive dismoderate intercourse**) между учениците е чувството на тревога, в процеса на общуване, между децата. Липсата на разбиране между децата, предизвиква у тях психо-соматични реакции, при взаимодействието им с другите. В процеса на „когнитивно дисмодерационно общуване” (**cognitive dismoderate intercourse**) между децата, познавателните им реакции, свързани с отношението към събеседника в проблематични моменти, изграждат у тях дисквалифициращи, аспекти от приемането на нова информация от тях. Хората, започват да се приемат в някои ситуации, като враждебни и опасни.

## ЛИТЕРАТУРА

- Атанасова, Ст. (2005). Превенцията в училище – професионална грижа за детето. В: сп. „Обществено възпитание”, кн. 3, с. 50-51.
- Божкова, В. (2018). Превантивна комуникативна работа с приказка при децата от начална училищна възраст за преодоляване на агресията". В: XIX – та Международна конференция the International Journal: „KNOWLEDGE IN PRACTICE”, Банско, България.
- Божкова, В. (2019). Превантивна рисунка на „несъществуващото животно” за изследване на проявите на агресията при децата от начална училищна възраст чрез отдиференцирането на симптомите съпътстващи „когнитивно дисмодерационното общуване”. В: XX – та Международна конференция the International Journal: „KNOWLEDGE WITHOUT BORDERS”, гр. Врънячка Баня, Сърбия.
- Герчева-Несторова, Г., & Илиева, С. (2017). Приложна педагогическа психология. Университетско издателство ВСУ „Черноризец Храбър”, Варна
- Гюров Виолетов, Д. (2010). Педагогическо взаимодействие. Иновационен модел за изграждане на една социално-педагогическа система: „Детска градина-Училище”. Университетско издателство „Св. Климент Охридски”, София,
- Джон, Д. (2000). Бъдещето училище. Издателство: „Наука и възпитание”, София
- Чимева, Н. (2009). Възпитателни взаимодействия между семейството и училището. В: Сборник материали от Научна сесия за 2008. Университетско издателство „Н. Рилски”, Благоевград.
- Острийд, П.. (2007). Въведение в детската психология. Отговори на най-важните въпроси. Издателска къща: „Лик”, София
- Стоянова, С. (2011). Експериментална психология. Университетско издателство „Неофит Рилски”, Благоевград
- Шилц, Д.П., & Шулиц С.Е. (2006). История на модерната психология. Издателство: „Наука и изкуство”, София