

ПРЕВЕНЦИЯ НА НАСИЛИЕТО И ТОРМОЗА В УЧИЛИЩЕ ЧРЕЗ РАЗВИВАНЕ НА ЕМОЦИОНАЛНИ И СОЦИАЛНИ УМЕНИЯ

доц. д-р Зорница Ганева
Бургаски свободен университет

PREVENTING SCHOOL VIOLENCE AND BULLYING BY DEVELOPING EMOTIONAL AND SOCIAL SKILLS

Assoc. Prof. Zornitsa Ganeva, Ph.D.
Burgas Free University

Резюме: Представената статия разглежда емоционалния аспект на училищния живот. Във фокуса ѝ е превенцията на насилието и тормозът в училище чрез развиване на емоционални и социални умения у учениците. Негативните поведенчески прояви, свързани с агресия, тормоз и насилие, се разглеждат като израз на незадоволени техни потребности, за които им липсват поведенчески умения за изразяване по социално приемлив начин. Формирането на емоционална и социална компетентност у децата не цели само превенция, а води до по-качествени междуличностни отношения и по-добро психично (емоционално) здраве. В противовес на агресията, насилието и тормоза в училище е необходимо да се работи за подобряване на емоционалния ресурс на децата.

Ключови думи: *емоционални и социални умения, потребности, превенция, насилие и училищен тормоз*

Summary: The article presents examines the emotional aspect of school life. Her focus is on the prevention of violence and bullying at school through the development of emotional and social skills. Negative behavioral manifestations (related to aggression, bullying and violence) are seen as an expression of their unmet needs, for which they lack the behavioral skills to express in a socially acceptable way. The formation of emotional and social competence in children does not only aim at prevention, but will lead to better interpersonal relationships and better mental (emotional) health. In contrast to aggression, violence and bullying at school is the improvement of children's emotional resources.

Keywords: *emotional and social skills, needs, prevention, violence and school bullying*

Борбата за място, за значимост и за уважение в междуличностните отношения започва още с прекрачването на училищния праг. С тях пристъпват и *потребностите от сигурност, принадлежност и приятелство*. Училището заема важна роля в света на децата. Преживяванията в този възрастов (училищен) период оказват силно влияние върху изграждащата се личност. За да

успеят в ученето, в реализирането на когнитивните си способности, да развият креативността си, децата имат потребността да се чувстват сигурни и спокойни над учебника, да се чувстват уверени, че ще справят и доволни, че могат да го споделят с група приятели. Личностното развитие вирее на място, където децата разчитат, че ще бъдат подкрепени и разбрани – в постъпките, в мотивацията, в преживяванията.

Създаването на *сигурна училищна среда и позитивен организационен климат през позитивна дисциплина*, както е заложено и в Закона за предучилищното и училищно образование (2016), не лесна задача пред никоя образователна институция. Актуализираният, заедно със споменатия закон, Механизъм за противодействие на тормоза и насилието в институциите в системата на предучилищното и училищното образование (2016) цели да развие и подкрепи такива политики и конкретни дейности на институциите, свързани с организирането на позитивна училищна среда. Този Механизъм е част от реализирането на приобщаващите политики, както и от Наредбата за приобщаващото образование (2017). Както е отбелязано в *Механизма* превенцията и интервенцията на насилието и тормоза в системата на предучилищното и училищното образование са неизменна част от тези политики.

Как да се създаде сигурна и приобщаваща училищна среда?

В настоящата статия вниманието е насочено към възможностите за *превенция на негативните поведенчески прояви* (свързани с агресия, тормоз и насилие) в училище. С идеята, че задоволяването на споменатите потребности на децата по социално приемлив начин е обвързано с емоционална и социална компетентност. Във формирането на *емоционални и социални умения* се открива възможността за „придобиването на *афективна сигурност* като основа за стабилност на личността и междуличностните отношения” (Гитуни, 2003: 9). Афективната сигурност се определя като „основен трамплин за качествен живот само доколкото се придружава от едновременното укрепване на идентичността и особено на *емоционалната идентичност*” (Гитуни, 2003: 16).

Темата за агресията, тормоза и насилието в училище не е нова, но е актуална, заради постоянно и бързо променящия се свят на технологиите, а с тях и децата, начинът им на взаимодействие, учене и общуване. Промените в развитието на идентичността и Аз-концепцията имат нужда да се разглеждат вече и през призмата на формиращия се „дигитален Аз” на децата. Необходимо е да търсим по какъв начин дигиталният свят рефлектира върху новите компетентности, но и върху „аналоговите” – емоционални и социални компетентности. Последните са важни и липсата се проявява в голяма степен в тази училищна проблематика. В училище, училищната общност дава силен гласък в развитието на идентичността на детето. В книгата си „Емоционалната интелигентност” Гитуни разкрива идентичността на човека през включените в нея три елемента – инстинктивен, емоционален и познавателен. В своята практика той достига до разбирането, че „емоционалното измерение е не само главната основа на идентичността; то осигурява нейното единство, като осъществ-

явя връзка между рационалното и инстинктивното измерение (Гитуни, 2003: 12). *Управлението на емоциите* е ключово умение в *себеутвърждаването* (пред себе си и сред другите).

Както отбелязва детският психоаналитик П. Деларош „децата бързо схващат, че училището им предлага нова среда, в *съзвучие* или в *противоречие* с тази на семейната среда” (Деларош, 2010: 162). Но те продължават да искат да задоволят своя *стремеж за сила* и да *търсят сигурност*. Тази сигурност много често е разклатена от негативни взаимоотношения със съученици, силата се задоволява през агресивно поведение или насилствено поведение (и тормоз). „*Грешно*” *задоволените потребности* изпълват вътрешния свят на децата с неприятни емоционални преживявания. Емоционалните страдания работят както в пострадалия от негативното поведение ученик, така и в ученика, който ги е задействал.

Един от най-ефективните подходи срещу проявата или справянето със агресивно и насилствено поведение е формирането на емоционална и социална компетентност у децата. Подкрепата на учениците в търсенето на себеутвърждаване, принадлежност и личностно развитие задължава възрастните (учители, непедагогически персонал и другите специалисти в образователните институции) да развият своите емоционални и социални умения.

Агресия. Насилие. Училищен тормоз

В различните области на социално познание има голям брой дефиниции и описания на понятията *агресия*, *насилие*, *тормоз*. За да направя връзка с емоционалните и социални аспекти на този тип поведения, в контекста на преценката им, ще се фокусирам върху част от тях.

Агресивното поведение е открито заявяване на себе си или пасивно принуждаване на друг, с което се навлиза в личното пространство на другия човек, *наранявайки* го физически или /и психически (емоционално). Агресията впитва в себе си базовите *емоции гняв и/или страх*. В „Социално познание и междуличностно взаимодействие” авторът представя достъпни описания на две от основните поведения, които да послужат за отправна точка в интерпретирането им:

„**Агресията** (Sain, 1985) включва:

- намерението да се навреди или да се създаде впечатление за *превъзходство* у другите;
- не включва задължително физическо насилие;
- може да се разглежда или не като *мотивирана*;
- агресията невинаги се разглежда отрицателно, но е вероятно да е отрицателно санкционирана, когато един от участниците не влиза доброволно и с готовност във взаимодействието;
- прилагането на етикета „агресивен” в пейоративен смисъл към човек или хора е въпрос на *субективна преценка* от страна на етиктиращия;

- етиктирацията ще бъде повлияна от собствената си *ценностна система* и от възприятията си за степента, до която лицето или лицата, към които е приложен етикетът, действат провокативно или отбранително”.

Насилието

- включва използването на *физическа сила*;
- макар че често е продиктувано от *агресивна мотивация*
- от време на време може да се използва от лица, ангажирани във взаимодействие, което *и от двете страни се разглежда като вътрешно над-граждащо*”. (Андреева, 1998: 415).

Официалната дефиниция, която се употребява в Механизма за противодействие на тормоза и насилието, гласи: „**Насилие**“ над дете е всеки акт на физическо, психическо или сексуално насилие, пренебрегване, търговска или друга експлоатация, водеща до действителна или вероятна вреда върху здравето, живота, развитието или достойнството на детето, което може да се осъществява в семейна, училищна и социална среда” (Правилник за прилагане на ЗЗД).

В същия документ на МОН са включени и описания за поведението на **тормоз** „като специфичен вид насилие сред децата и е сред най-неуловимите форми на **агресивно поведение и насилие**. Тормозът между връстници е групов феномен. Случаите на тормоз се извършват в групова среда, в присъствието на други връстници и в отсъствието на възрастни. Тормозът, независимо от това как се упражнява, е много сериозно, *оставящо траматични следи действие*” (Механизъм за противодействие на тормоза и насилието). Според изследователя Кен Ригби тормозът включва „желание да се нарани някой + действието на нараняване + несъразмерност на силите + (по правило) повторение на поведението + несправедливо използване на сила + видимо наслаждение на насилника и чувство за потиснатост на жертвата “ (Класна стая без тормоз, 2016: 11). В „Класна стая без тормоз” авторите определят: „Тормозът, на първо място, е *модел на общуване и социално взаимодействие*, чиято цена е висока и за двете страни. Децата, които тормозят други деца, обикновено страдат от *несигурност, страх и емоционални травми*, на които не се обръща адекватно внимание в семействата” (Класна стая без тормоз, 2016: 13).

Трудност в тяхното разграничаване от възрастните и от децата, идва от тяхното видимо или невидимо проявление и от общите им разновидности:

- Видове агресия: физическа, вербална, индиректна, емоционална;
- Видове насилие: физическо, психическо, сексуално, пренебрегване, кибер;
- Видове тормоз: физически, психически, сексуален, кибер.

Както се вижда, носещите негативни преживявания поведения имат много общи характеристики:

- Социално взаимодействие. Нараняващо поведение;
- Навлизане в личното пространство – физическо и психическо (емоционално);
- Насилствено общуване;
- Гняв. Страх;
- *Желание или потребност*;
- Субективна преценка;
- Емоционална травма. Физическа травма.

Посочените интеракции на физическо и психическо ниво продължават да бъдат изследователския научен интерес, въпреки поставеното далечно начало. Както коментира Изард (Психология на емоциите, 2017), още Макдоугал (1908) и Фройд (1938) полагат основата на изучаване на *взаимовръзките между емоциите, мотивацията и поведението*. Изведените характеристики пряко кореспондират с емоционалните и социални умения или по-скоро с тяхната липса. В „Идентичност и социална компетентност” (2013: 44) авторите уточняват, „че децата могат да имат един от четирите дефицита: **дефицит на умения, в които нямат знания или когнитивни умения за действително поведение, дефицит в изпълнението, дефицит в уменията за самоконтрол и дефицит в самоконтрола на изпълнението**”. Кои са уменията, които ще осигурят афективна сигурност и подобряване на взаимоотношенията между децата?

Емоционална компетентност. Социална компетентност

Емоционалните и социални умения стоят на научните изследвания на много изследователи в областта на емоционалната и социалната интелигентност. Със силна значимост и влияние в тази изследователска сфера са разработените модели за емоционалната интелигентност на Питър Соловей и Джон Майер (MEIS – Mayer, Salovey, Caruso & Chuck Wolfe Associates, 1999), Рувен Бар-он (EQ – Bar-on & Multi-Health Systems, 1997), Даниел Голман (Emotional Intelligence, 1995), Институт за здраве и човешки потенциал (EI-360 – ИНР, 2000) и др. В синтезиран вид, емоционалната интелигентност се определя като способност (съвкупност от емоционална, лична и социална способност).

- да усещаме, обръщаме внимание и наблюдаваме собствените си емоции и тези на другите;
- да се ориентираме сред тях, да ги разчитаме и разбираме;
- да ги използваме за улесняване и адаптиране на нашите мисли и поведение, за да направим съответните полезни действия, да разрешим проблемите си.

Моделите за емоционална интелигентност са изградени от емоционални и социални умения, чието формиране и развиване води до по-качествени междуличности отношения и по-добро психично (емоционално) здраве. В контекста на превенцията на насилствено поведение, което е определено от невъзможността да се демонстрира емоционално и социално приемливо поведение, ще посоча комплекс от уменията, които кореспондират с неговата промяна:

- **Емоционално самосъзнание:** идентифициране на собствените емоции, разбиране на собствените емоции, асертивно изразяване на емоциите;
- **Емоционално знание за другите** и разпознаване на емоциите на другите;
- **Асертивност:** себеутвърждение, самоуважение, самоувереност;
- **Себемотивация:** целеустременост, оптимизъм;
- **Адаптивност** (приспособимост);
- **Емоционално управление:** контрол на импулсите, самообладание, ръководене на емоциите;
- **Емоционално взаимодействие:** изразяване на емпатична загриженост, разбиране на другите, социална отговорност.

Деца имат нужда от модели на междуличностно общуване, в които изразяването на потребностите и себеутвърждаването са чрез **асертивно поведение**. Когато си асертивен, заявяваш и отстояваш своите права, мнение и чувства по начин, по който приемаш и уважаваш правата, мнението и чувствата на другия. „Асертивното поведение е свързано със самооценката и самоувереността, защото азът се чувства компетентен и сигурен в себе си, което го кара да взимодества по-добре с другите (Alberti & Emmons, 1994)“ (Левтерова и кол., 2013: 85).

В противовес на агресията, насилието и тормоза в училище е необходимо да работим за развиване на емоционални умения, емоционална грамотност, емоционална компетентност за изграждане на позитивен училищен климат и подходяща психологическа среда. „Детето проявява недоволство, яд, гняв – това са сигнали, че то иска да удовлетвори свое желание, но *не знае как*. Нужна му е помощ да открие каква точно *потребност* има. Необходимо е да се покаже на детето *как* да постигне желаното от него по най-добрия начин“ (Бончева, 2015: 20).

Емоционалните и социалните умения са благодатна почва за създаването на сигурна училищна среда, където учниците да развиват своя личностен ресурс. **Потребностите и емоциите**, с които учениците пристъпват и живеят в училище, имат нужда от приемането им и подкрепата на възрастните. Заедно с ученето по отделните дисциплини, децата имат потребност да се учат как да взаимодействат чрез емоционално и социално интелигентно поведение. Децата ще успеят да проявят своя когнитивен потенциал, ако ги мотивираме да задоволяват техните потребности чрез **подобряване на техния емоционален ресурс**. *Тази статия е колкото за децата, толкова и за нас възрастните – родителите, учителите и специалистите в училище.*

Литература:

1. Андреева, Л., Социално познание и междуличностно взаимодействие”, София, 1998
2. Бончева, Ив., Детската агресия. Градивна или деструктивна, Варна, 2015
3. Гитуни, М., Емоционалната интелигентност, изд. Просвета, София, 2003
4. Деларош, П., Родители, осмелете се да кажете не, ЦПП, БПП, 2010
5. Изард, К, Психология на емоциите, изд. Здраве и щастие, София, 2017
6. Левтерова, Стаматов, Сарийска, Горанова, Идентичност и социална компетентност, УИ П.Хилендарски, Пловдив, 2013
7. Нецелман, Щефан, Ангелова, Класна стая без тормоз, 2016
8. Орме, Г., Емоциональное мышление как инструмент достижения успеха, Москва, 2003
9. Закон за предучилищното и училищно образование, МОН file:///C:/Users/Administrator/Downloads/Zkn_PedUchObrazovanie-izm07022023.pdf
10. Механизъм за противодействие на тормоза и насилието в институциите в системата на предучилищното и училищното образование, МОН file:///C:/Users/Administrator/Downloads/zap5906-Mehzm-281217.pdf