


АГРЕСИЯТА В УЧИЛИЩЕ

Причини, превенция и методи за справяне



Агресията в училище е проблем, който засяга не само учениците, но и учителите, родителите и цялата образователна общност. Този феномен може да се прояви под различни форми – физическа, вербална, психологическа и дори като кибертормоз. Агресията има сериозно въздействие върху емоционалното, социалното и образователното развитие на децата, затова е от съществено значение да се идентифицират нейните причини и да се прилагат ефективни методи за превенция и справяне с проблема. Настоящата статия разглежда какво представлява агресията в училище, основните и видове, причините за нейното проявяване. Също така ще обсъдим ролята на училищния персонал, родителите и самите ученици в борбата с агресията.

В психологията агресията е поведение, целящо да нанесе вреда на друг човек или на себе си. Основната цел е доминация, контрол или наказание. Агресията може да бъде както съзнателна, така и несъзнателна.

Какво е агресия в училище?

Агресията в училищната среда представлява всякакви форми на насилие и нежелано поведение, които могат да бъдат насочени към други ученици, учители или дори към цялата общност. Тя се проявява под различни форми:

Физическа агресия:

Това включва удари, блъскане, бой и други форми на телесно насилие. Физическата агресия често е лесно забележима, но може да доведе до сериозни травми и дългосрочни психически ефекти върху жертвите.

Вербална агресия:

Вербалната агресия се проявява под формата на обиди, заплахи, подигравки и други неприлични думи, които могат да наранят самочувствието и емоционалното състояние на учениците.





Психологическа агресия:

Този вид агресия включва изолация, манипулация, тормоз и дискриминация. Психологическата агресия може да бъде трудно разпознаваема, но има дълбок негативен ефект върху психическото здраве на децата.

Кибертормоз:

С развитието на интернет и социалните медии агресията се е разпространила и в дигиталната среда. Кибертормозът включва разпространяване на обидни съобщения, споделяне на компрометиращи снимки или видеа, или други форми на онлайн насилие, които могат да имат тежки последици за жертвите.

Причини за агресия в училище

Агресията в училището може да бъде причинена от множество фактори. Разбирането на тези причини е ключово за разработването на стратегии за превенция и справяне с проблема.

Семейна среда:

Домашните условия оказват огромно влияние върху поведението на децата. Липсата на родителски контрол, насилие в семейството или модели на агресивно поведение у възрастните могат да доведат до възпроизвеждане на агресия в училище. Децата, израснали в насилствена или хаотична среда, могат да възприемат агресията като нормален начин за решаване на конфликти.

Социални фактори:

Груповият натиск и желанието за доминиране са чести мотиви за агресивно поведение. Някои ученици използват агресия в училище, за да се утвърдят пред връстниците си или да се приспособят към социалните норми в определени групи. Социалната изолация, липсата на приятели и негативното влияние от страна на връстниците също могат да бъдат причини за агресията.



Емоционални и психологически фактори:

Ниско самочувствие, стрес и емоционална нестабилност са други основни причини за агресивно поведение. Учениците, които не могат да се справят със своите емоции, често изразяват фрустрацията си чрез агресия.



Психологическите проблеми, като депресия или тревожност, също могат да допринесат за насилието в класната стая.

Влиянието на медиите и интернет:

Насилието в телевизията, видео игрите и социалните медии може да имат директно въздействие върху поведението на децата. Когато учениците са изложени на насилствени съдържания, те могат да възприемат агресията като нормален начин за решаване на конфликти, особено ако тези поведения не са последвани от положителни последствия.

Методи за превенция на агресията в училище

За да се намали агресията в училищната среда, е необходима да се приложат ефективни превантивни стратегии, които включват както образователни програми, така и конкретни мерки за създаване на позитивна учебна среда.

Стратегии за учителите

1. Установяване на ясни правила на поведение:

Учителите трябва да дефинират и да спазват ясни правила на поведение в класната стая. Когато всички ученици знаят какво се очаква от тях, се създава по-дисциплинирана и безопасна среда.

2. Бърза намеса при първите признаци на агресия:

Не трябва да се допуска агресивното поведение да ескалира. Учителите трябва да бъдат внимателни и да реагират бърза при първите симптоми на конфликт, като прилагат подходящи мерки на деескалация.

3. Работа с училищния психолог и социален работник:

Сътрудничеството с професионалисти, като училищни психолози и социални работници, е от съществено значение за справянето с агресията. Тези специалисти могат да предложат индивидуални консултации, групови терапии и да предоставят допълнителни ресурси за превенция.

4. Поддържане на позитивна учебна среда:

Учителите трябва да създават атмосфера, в която всеки ученик да се чувства уважаван и ценен. Положителната среда намалява риска от агресивно поведение, тъй като учениците са по-малко склонни да изразяват негативни емоции, когато се чувстват подкрепяни.



Включване на родителите

1. Обучения и срещи за родителите:
Организиране на срещи и семинари, в които родителите да се запознаят с методите за справяне с агресивното поведение и да научат как могат да подкрепят децата си у дома
2. Създаване на комуникационни канали между родители и учители:
Редовната комуникация помага за бързо идентифициране на проблемите и за съвместно разработване на стратегии за превенция. Родителите могат да предоставят ценна обратна връзка относно поведението на детето у дома.

Да отбележим, че има разлика между насилие и училищен тормоз. Ето и какво се изразява тя:

Насилието в училище е между ученици, което възниква на територията на училището, нарушава процеса на учене и има отрицателен ефект върху учениците. Насилието в училище може да бъде всичко, което включва реална или косвена заплаха.

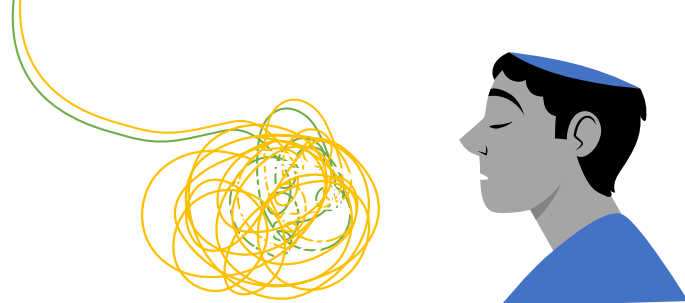
Училищният тормоз е форма на агресивно поведение, при което някой умишлено и многократно причинява нараняване или дискомфорт на друг човек. Той може да бъде под формата на физически контакт, използване на обидни думи или други действия. Тормозът предполага повторемост на поведението, докато насилието може да бъде еднократна ситуация.

Какво може да направи всеки от нас?

Всеки участник в образователната общност има роля в борбата с агресията в училище. Ето някои конкретни действия, които могат да предприемат учениците, учителите и родителите:

За учениците

1. Съобщавайте за случаи на агресия
Ако забележите случаи на агресивно поведение, уведомете учителя или училищния психолог, за да бъде предприета адекватна реакция.
2. Не поощрявайте насилствено поведение
Отказвайте да участвате в агресивни игри и насърчавайте позитивно и уважително общуване.
3. Подкрепяйте жертвите на агресия



4. Помагайте на съученици, които са станали жертва на агресия, като им оказвате подкрепа и ги насърчавате да потърсят помощ.

За учителите

1. Насърчавайте толерантност и търпение
Създайте учебна среда, в която се ценят различията и се насърчава взаимното уважение
2. Бъдете на разположение за обратна връзка
Осигурете безопасна среда, в която учениците могат да споделят проблемите си и да получат помощ, когато се сблъскат с агресия

За родителите

1. Говорете с децата си за агресията
Обяснете им последиците от агресивното поведение и важността на взаимното уважение
2. Наблюдавайте поведението на детето си
Следете как се държи детето както в училището, така и в семейната среда и реагирайте ако забележите нежелани модели на поведение
3. Подкрепяйте училищните инициативи
Участвайте в срещи с учителите, семинари и информационни кампании, насочени към превенция на агресията в училище

Изготвил: Мария Параскова – училищен психолог

