



Разговарање со децата за

АГРЕСИВНО ОДНЕСУВАЊЕ





АГРЕСИВНО ОДНЕСУВАЊЕ

Вашата 5-годишна ќерка Сара влегува во тепачка на игралиштето со Матис, момче од иста возраст. Тоа што почнало како вербалната расправија наскоро ескалира во жестока физичка расправија. Вие и мајката на Матис сте на игралиштето, исто така, и ја набљудувате сцената. Како би реагирале? Какви варијанти на реакција има за да се промовира развој на демократска компетентност?

Како возрасни, а особено како воспитувачи и референтни лица, децата одново и одново ни поставуваат предизвик со нивното однесување. Тие често покажуваат модели на однесување што не се компатибилни со нашите вредности, па дури и се противречни на нив. Можеби најдраматичниот пример за ова е „агресивно однесување“.

Во ова поглавје ќе најдете информации за агресивно однесување ([страница 2](#)), ќе добиете совети за справување со тоа ([страница 3](#)), и можете да прочитате за некои од можностите да го спречите тоа ([страница 8](#)).

Корисни дополнителни информации:

Центарот за ненасилна комуникација: <https://www.cnvc.org/>

Омер, Хаим (2011). Новиот авторитет: Семејство, училиште и заедница. Кембриџ Јуниверзити Прес. (Omer, Haim (2011). The new authority: Family, school and community. Cambridge University Press.)



Што можам да направам? – Совети за справување со агресивно однесување

Наспроти популарното верување, агресивноста не е вродена карактерна особина. Всушност тоа е едно својствено однесување кои може да се појави во одредени ситуации или настани кои нашиот мозок ги смета за опасни. Ова е понекогаш од суштинско значење за опстанокот, а тоа несомнено било така за нашите предци од каменото време.

Секое агресивно однесување има причина, а информацијата доаѓа преку проценка на ситуацијата од страна на нашиот мозок. Ваквиот напад, гледан од индивидуална перспектива, е одговорен за агресивното однесување на една личност. Најочигледниот поттик на насилство е физичката болка. Личноста која е удрена, најверојатно ќе го врати ударот. Сепак, психолошката болка, како што е социјалната маргинализација, неправдата или презирот се обработуваат во истата област на мозокот како и физичката болка и затоа и тие се сметаат за причина за агресија исто. Прагот на тоа кога ќе се случи еден напад е доста индивидуална работа. За некое дете да збесне може да биде доволен еден погрешен поглед, додека пак друго ќе одговори насилно само ако го туркаат и удираат.

Агресијата како реакција на напад не мора да биде насочена кон напаѓачот кој ја преминал линијата. Ако детето го понижи некој постар ученик, агресивната реакција на детето веројатно нема да се насочи кон агресорот кој е веројатно посилен, но можеби кон помладиот и послаб брат на детето. Агресивноста може да се појави и во подоцнежното време, така што не може да се направи врска со првичниот напад. Затоа, агресивното однесување може да се произлезе од никаде и имаме впечаток дека детето е „едноставно такво“ без очигледни причини.

Оттаму, агресивното однесување секогаш треба да се сфати како еден вид повик. Навистина вреди да погледнеме подобро, особено со деца кои често покажуваат агресивно однесување. Кои линии постојано се преминуваат? Од кого? Како се прекршуваат границите? Како можам да го поддржам детето кое доживеало напад? Како може детето да се справи со својата агресија на поинаков начин?

Важна задача на образованието е да им се обезбеди на децата начин да се справат со агресивните чувства. Ние во никој случај не сме заложници на нашиот мозок и можеме да одговориме на нападот на поинаков начин наместо насилство. Човечките суштества можат да размислуваат за своите постапки и последици и затоа можат да утврдат дали нивната реакција е социјално компатибилна. Да се всади ова кај нашите деца е еден од нашите основни предизвици како родители. Насилните видеа и игри од кои децата го гледаат насилството како начин да успеат се контрапродуктивни од образовна перспектива, бидејќи децата учат многу работи со имитација. Тие го доживуваат насилството како начин да се оди напред во многу игри и евентуално може да го пренесат овој став во нивниот реален, секојдневен живот. Од оваа причина, родителите мора да бидат претпазливи во врска со игрите што ги играат нивните деца, како и за видеата што ги гледаат.



Што можам да направам? – Совети за справување со агресивно однесување

Дали сте добро запознаени со првичната ситуација од игралиштето? Во тоа што следи, ние составивме неколку упатства и совети за однесувањето за вас, за тоа како да се справите со ваквите ситуации во иднина:

- Внимателно набљудувајте ја ситуацијата: дали е тоа само ситна спречка, турканица меѓу врсниците? Како таква, би било сосема прифатливо да се остави ситуацијата да тече и да се набљудува внимателно. Ако сè биде фер, можеби е само мерење на силата, а интервенцијата од родител воопшто не е неопходна. Меѓутоа, ако некое дете почне да удира јако, дејствува неправедно или ако некој од учесниците е во опасност, мора апсолутно да интервенирате и да ги раздвоите „тепачите“.
- Сега, одложете ја реакцијата на агресивното однесување на вашата ќерка. Негодувањето, заканувањето, или пак физичкото насилство врз неа, не му помагаат на детето да разбере дека насилството не решава проблеми. Агресивното, луто однесување како одговор на насилството од страна на детето, всушност предизвикува спирала на насилство што може да ги разниша темелите на секое добро воспитување, имено, довербата во односот родител-дете.
Така, уверете се дека ниту едно дете не може да се повреди, разделете ги, создадете физичко растојание помеѓу спорните страни, останете смирен/а и сталожен/а и оставете ситуацијата да се олади. Уверете се себе си и вашето дете: „Ова однесување не е прифатливо, а ќе се навратиме на ова во помирни околности. Затоа, проблематичното однесување не се дискутира во емотивна состојба, туку се дискутира подоцна, рационално и со помош на умот.“
- Кога емоциите се смирени, препорачуваме дискусија за агресивното однесување, по принципот „Ненасилна комуникација“ од Маршал Б. Розенберг. (За дополнителни информации, посетете ја следната почетна страница <https://www.cnvc.org/>)

Основната претпоставка во моделот на 4 чекори на Розенберг е дека зад секое човечко дејствување (исто така и зад детската препирка во споменатиот пример на игралиште) постојат одредени чувства и потреби. Како што е покажано со примерот на агресија, позади секое агресивно дејствување стои напад (видете поглавје: Зошто моето дете е агресивно? - Разбирање на причините за агресијата, [страница 2](#)). Овие, и чувствата и потребите поврзани со нив, можат да се откријат преку сочувствителна комуникација.

Мирните начини на решавање на конфликти и задоволување на потребите сега можат да се постигнат преку дијалог. Во продолжение, еве ги 4 чекори кон дијалог во смисла на ненасилна комуникација:

1. Набљудувања

Првично, обидете се да опишете точно какви видови на однесување сте виделе. Осигурете се да не го толкувате или оценувате однесувањето. Вашето дете, примателот на вашите забелешки, треба да знае точно на што упатувате.

Сакате да знаете што е „приемник“? Погледнете го документот: [„Разговор со деца за нивното тело и сексуалноста“](#) поглавје „Основи на човековата комуникација“ на страница 9.

2. Чувства

Потоа, споделете ги со детето чувствата што вашето набљудување ги активира во вас. Доколку ви недостасуваат зборови за да ги опишете вашите чувства или оние на вашето дете, можете да најдете список со збирка на различни чувства [на страница 10](#). Овие чувства се директно поврзани со некоја потреба.

3. Потреби

Ова се основни квалитети што ги посакуваат сите човечки суштества (или би сакале да ги имаат) во нивните животи. Тие вклучуваат основни потреби, како што се спиење, храна и пијалок, но и копнеж за љубов, безбедност и самореализација.

Какви други потреби има? Како да ги кажам точно? За информации, консултирајте се со списокот од Центарот за ненасилна комуникација [на страница 12](#). Сега, формулирајте ги во врска со чувството и наведете ја добиената желба или барање.

4. Барања

Со ова барање, вие формулирате акција или однесување што произлегува од потребата. Овде, вие разликувате помеѓу барање и желба: барањата се конкретни активности, додека желбите се понејасни, поврзани со идни состојби (на пр. „бидете љубезни кон постарите лица!“). Барањата имаат поголема шанса за успех бидејќи тие го дефинираат поконкретно посакуваното однесување. Така, барањето е посоодветно, особено за едукација на мали деца.

Бидејќи е доволно тешко за возрасните да ги артикулираат своите чувства и потреби, не смее да се претпостави дека децата се во состојба полесно да ги изразат. Затоа, уште поважно е вие, како родители, да бидете чувствителни кон нивните зборови. Преку емпатично слушање (разјаснување и повторување на кажаното е суштински концепт на моделот), слушателите можат на испраќачите да им дадат можност да постигнат јасност за своите мисли, чувства и потреби. (Што е испраќач? За основни информации за комуникација, ве молиме прочитајте го документот [„Зборување со децата за нивното тело и сексуалност“](#) поглавје „Основи на човековата комуникација“ на страница 9). Ова е оптимален услов за изнаоѓање на општи, алтернативни модели на однесување кои не бараат физичко насилство за задоволување на потребите.

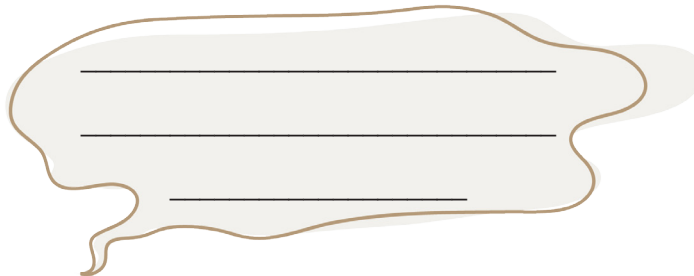
Дијалог за пример

На кој начин би можело да се направи таков дијалог по конфликтот на игралиште? Замислете си дека сте мајката. Вашата цел е да ги разјасните потребите на вашата ќерка и да ѝ покажете на вашата ќерка различни опции како да ги задоволи овие потреби на ненасилен начин.

Обидете се да го пополните облачето со коментар на мајката со помош на наведените совети и прашања. Исто така, земете ги предвид дадените одговори на вашата замислена ќерка.

Подготвени? Или немате замисла што да кажете / пополните? [На страница 13](#) ќе најдете предлог за овој дијалог.

Искажете забелешка.



„Да, ама и јас сакам да си играм со црвената лопата, никогаш немам играно со неа.“



Какви чувства/потреби се кријат зад зборовите на Сара?



„Сите други деца си играат со работите на Матиз, ама јас не смеам.“



Каква затскриена потреба се крие овде?



„Да, никогаш не можам да играм со нив.“



молиме споделете ги и формулирајте ги своите чувства..



Blank speech bubble for writing feelings.

„Без разлика, нема да ми даде...“



Обидете се уште еднаш да одговорите на чувствата на Сара и понудете предлог како решение.



Blank speech bubble for writing a response.

„Добро, ајде ќе пробам.“





Што можам да направам пред да се случи насилство? – Превентивно педагошко однесување

Што можете да направите, во основа, за вашето дете никогаш да не прибегнува кон насилство? Прво, треба да се има предвид дека агресијата е вродено однесување, реакција која се јавува во одредени ситуации, како што сите човечки суштества знаат самите. Така што, нормално е да се развијат агресивни чувства како резултат на некои напади, како што знаеме од поглавје 1 „Зошто моето дете е агресивно?“

Затоа, не станува збор за забрана на агресивните чувства, туку е прашање на изнаоѓање соодветни начини за справување со нив и тие да им се пренесат на децата.

1. Мојата функција како пример:

Децата учат доста работи преку имитација. Како родители, секогаш имате функција на пример за вашите деца. Тие гледаат како вашите модели на однесување можат да доведат до поголем или помал степен на успех во одредени ситуации. Според тоа, децата ќе сакаат да ги испробаат увидените однесувања. Така, како прв чекор, мора да размислите и да ги процените вашите сопствени однесувања. Разгледајте ги следниве прашања за размислување:

- Како се однесуваме едни со други во рамките на семејството во секојдневниот живот?
- Како се однесуваме еден со друг како (брачни) партнери?
- Како се справуваме со нашите деца? Дали користиме деструктивни пораки? Што се „деструктивните пораки“? Погледнете го документот. [„Разговарање со децата за средувањето на домот“ поглавје „Деструктивни пораки“](#) на страница 5.
- Како да се справам со нападите како возрасен?
- Каде е мојот индивидуална граница за лутина, додека не покажам агресивно однесување?

2. Свесна грижа

Kонцепт brižnosti opisuje posvećenost kojom roditelji brinu i odnose se prema svojo djeci. Odgovorni Konceptot на свесна грижа ја опишува свесноста со која родителите се грижат и внимаваат на нивните деца и нивните животи. Одговорните родители и силниот однос родител-дете се неопходни за успешен образовен процес. Останете во контакт со вашите деца, со тоа ќе им покажете: Те сакам и ти си ми важен/важна. Вие сте одговорни за животот на вашите деца; затоа, ваша родителска должност е да имате интерес за вашите деца и нивните животи. Ако се плашите дека вашите деца можат да станат агресивни во играњето, мора многу внимателно да ги придружувате: Играјте активно заедно со нив или самите качете се на лизгалката (кога сте на игралиште). На овој начин,

вие сте во состојба веднаш да расчистите и да објасните ситуација што вашите деца може да ја сфатат како напад. Така, вашите деца учат правилно да проценат некоја ситуација и да се справат со агресивни мисли.

Ако учествувате активно во животот на вашите деца, вие сте информирани за нивните интереси и сте свесни за нивните чувства и потреби. Ако нешто не испаднало точно како што се надевале вашите деца, можете заедно да барате алтернативни решенија и можности за дејствување. Ако ситуацијата излезе надвор од контрола, вие како родители нема да сте изненадени и на тој начин може да интервенирате навремено за да ги заштитите своите деца.

За повеќе информации за концептот на свесна грижа, посетете ја следната почетна страница: <http://www.newauthority.net/topics/parents/vigilantcare.aspx>

3. Избегнување на ескалирања (влошувања)

Кога станува збор за исклучување на телевизорот или прекинување на непрестаната употреба на паметни телефони, еден збор може да доведе до друг, како што сигурно веќе сте искусиле. Одеднаш, се наоѓате во ситуација на ескалирање која, во најлош случај, може да заврши со физичко насилство. Затоа, вреди да се направи напор за да се избегне ескалација. Еве неколку предлози:

- Не реагирајте веднаш на провокација. Наместо тоа, обидете се да се вклучите во дијалогот подоцна.
- Можеби нема да можете да го контролирате однесувањето на вашите деца, но сигурно можете да го контролирате своето. Овојпат обидете се со тишина да ја надминете оваа ситуација на ескалација!
- Проблемот не е да се победи во дискусијата со вашите деца. Сепак, мора да им биде јасно какви видови на однесување нема да прифатите (во овој случај насилно однесување) и дека ќе се спротивставите.

Една можна форма на отпор е таканареченото „седење во соба“. Влегувате во собата на вашите деца да седите одредено време и изјавувате дека сега тивко го чекате нивниот предлог за тоа како би сакале да го подобрат нивното покажано однесување.

Список на чувства

Чувства кога потребите ви се задоволени

НЕЖНОСТ

сочувствителен
пријателски
со љубов
со широко срце
сочувствителен
нежен
топол

ПОСВЕТЕНОСТ

внесен
свесен
љубопитен
задлабочен
маѓепсан
во занес
фасциниран
заинтересиран
заинтригиран
вклучен
стимулиран

СО НАДЕЖ

надежен
охрабрен
оптимист

САМОУВЕРЕНОСТ

еманципиран
отворен
горд
безбеден
сигурен

ВОЗБУДЕНОСТ

восхитен
анимиран
полетен
возбуден
вчудовиден
заслепен
желен
енергичен
ентузијастичен
зашеметен
освежен
жив
страстен
изненаден
динамичен

БЛАГОДАРНОСТ

благодарен
трогнат
допрен
задолжен

ИНСПИРИРАНОСТ

зачуден
подзинат
замислен

РАДОСТ

заинтересиран
воодушевен
му/й е мило
среќен
восхитен
задоволен
заскокоткан

РАЗВЕДРЕНОСТ

блажен
екстатичен
понесен
волшебен
разигран
озарен
интензивен
возбуден

СМИРЕНОСТ

смирен
со чист ум
му/й е удобно
скоцентриран
задоволен
спокоен
исполнет
сталожен
тивок
опуштен
ослободен
задоволен
безгрижен
мирен
со верба

ОСВЕЖЕНОСТ

Со живот
подмладен
обновен
одморен
закрепнат
оживен

Чувства кога потребите не ви се задоволени

СТРАВ

плашлив
со страв
лошо претчувство
исплашен
со недоверба
паничен
скаменет
сомнителен
преплашен
претпазлив
загрижен

ИЗНЕРВИРАНОСТ

иритиран
шокиран
незадоволен
огорчен
фрустриран
нетрпелив
раздразнет

ЛУТИНА

лут
бесен
угнетен
огорчен
надразнет
побеснет
со презир

АВЕРЗИЈА

анимозитет
згрозен
презир
одвратно
не му/и се допаѓа
мрази
ужаснат
непријателски
одбивен

ЗБУНЕТОСТ

амбивалентен
збунет
зачуден
колеблив
изгубен
мистифициран
во забуна
растргнат

НЕПОВРЗАНОСТ

отуѓен
оддалечен
резервиран
апатичен
здодевно
ладен
одвоен
далечен
расеан
рамнодушен
отрпнат
незаинтересиран
повлечен

НЕПРИЈАТНОСТ

потресен
вознемирен
шекнат
обеспокоен
вознемирен
потресен
немирен
шокиран
запрепастен
изненаден
со проблеми
турбулентен
превирања
непријатно
мачно
омалодушен
несмирен

СРАМ

засрамен
огорчен
виновен
понижен
со мува на капата

ЗАМОРЕНОСТ

отепан
прегорен
истрошен
исцрпен
летаргичен
млитав
поспан
уморен
клапнат

БОЛКА

агонија
очаен
ужален
уништен
жалење
скршено срце
повреден
осамен
мизерен
со каење покајнички

ТАГА

депресивен
отфрлен
очаен
потештен
разочаран
обесхрабрен
запуштен
мрачен
со тешко срце
безнадежен
меланхолија
несреќен
беден

ТЕНЗИЈА

анксиозен
нерасположен
стресен
избезумен
намќорест
немир
капнат
иритиран
нервозен
напнат
преплавен
немирен
под стрес

РАНЛИВОСТ

кревок
претпазлив
беспомошен
несигурен
сомничав
резервиран
чувствителен
растреперен

КОПНЕЖ

завидлив
љубоморен
чезнење
носталгичен
натажен

Листа на потреби

СПОВРЗАНОСТ

прифаќање
наклонетост
благодарност
припадност
соработка
комуникација
блискост
заедница
дружење
сочувство
земање предвид
конзистентност
емпатија
инклузија
интимност
љубов
меѓусебност
негување
почит / самопочитување
безбедност
стабилност
поддршка
да знаете некогo и да
ве знаат
да гледате и да бидете
видени
да разбирате и да ве
разбираат
доверба
топлина

ФИЗИЧКА

ДОБРОСОСТОЈБА

воздух
храна
движење / вежба
одмор / спиење
сексуално изразување
безбедност
засолниште
допир
вода

ИСКРЕНОСТ

автентичност
интегритет
присуство

ЗАБАВА

радост
хумор

МИР

убавина
врска
леснотија
еднаквост
хармонија
инспирација
ред

АВТОНОМИЈА

избор
слобода
независност
простор
спонтаност

ЗНАЧЕЊЕ

свесност
славење на животот
предизвик
јасност
компетентност
свест
придонес
креативност
откривање
ефикасност
ефективност
раст
надеж
учење
учество
цел
самоизразување
стимулација
да се биде важен
разбирање

Дијалог за пример

Како точно би можело да се направи таков дијалог по конфликтот на игралиштето? Замислете си дека сте мајката. Вашата цел е да ги разјасните потребите на вашата ќерка и да ѝ покажете на вашата ќерка различни опции како да ги задоволи овие потреби на ненасилен начин. Обидете се прво да размислите за делот од дијалогот на мајката со помош на наведената помош и прашања. Потоа кликнете на облачињата со дијалог за да прочитате предлог:

Комуницирајте за забележаното



ПРЕДЛОГ:
„Сара, сабајлево на игралиштето ти го удираше и гризеше Матиз.“

„Да, ама и јас сакам да си играм со црвената лопата, никогаш немам играно со неа.“



Какви чувства/потреби се кријат зад зборовите на Сара?



ПРЕДЛОГ:
„Дали си тажна бидејќи не можеш да си играш со неговата лопата? Дали сакаш да си донесеш своја лопата следниот пат?“

„Сите други деца си играат со работите на Матиз, ама јас не смеам.“



Каква скриена потреба стои зад ова?



ПРЕДЛОГ:
„Ти сметаш дека те третираат неправедно и би сакала да си играш со неговите играчки како и другите?““

„Да, никогаш не можам да играм со нив“



Ве молиме споделете ги и формулирајте ги сопствените чувства.



ПРЕДЛОГ:

„Сара, кога удираш и гризеш други, мене ми е страв за другите деца. Можеш да ги повредиш и да ги боли. Следниот пат пробај и со убаво прашај го дали ќе ти даде да играш со нив?“

„Секако нема да ми дозволи...“



Уште еднаш пробајте да се осврнете на чувствата на Сара и понудете некој предлог како решение



ПРЕДЛОГ:

„Гледам дека си уште многу лута. Ама пробај следниот пат со убави зборови. Ако тоа не успее, веднаш дојди кај мене и ќе размислиме што друго да кажеш. Се согласуваш?“

„Во ред, можам да се обидам.“



„Зборување со децата за агресивното однесување“ е базирано на следните наводи:

Касалини, Сандра (Casalini, Sandra). 2018 а. «Das aggressive Kind.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, Mai, 10-31.

Касалини, Сандра (Casalini, Sandra). 2018 б. «Das Prinzip des gewaltlosen Widerstandes.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, Mai, 26-27.

Омер, Хаим и Филип Штрајт (Omer, Haim und Philip Streit). 2018. Neue Autorität: Das Geheimnis starker Eltern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 37 ff, 62.

Цимет, Надин (Zimet, Nadine). 2015 а. «Erziehen ohne Strafen- ja, das geht!» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, Dezember. Преземено на 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/erziehen-ohne-strafen-ja-das-geht>

Цимет, Надин (Zimet, Nadine). 2015 б. «Einen Konflikt ohne Strafe austragen- ein Beispiel.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, Dezember. Преземено на 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/einen-konflikt-ohne-strafe-austragen-ein-beispiel>