



ОБЩИНА ВАРНА

ОБЩИНСКА КОМИСИЯ ЗА БОРБА СРЕЩУ ПРОТИВООБЩЕСТВЕНИТЕ ПРОЯВИ
НА МАЛОЛЕТНИТЕ И НЕПЪЛНОЛЕТНИТЕ

ДЕЦАТА И НИЕ

училище за родители



ОБЩИНА ВАРНА

ОБЩИНСКА КОМИСИЯ ЗА БОРБА СРЕЩУ ПРОТИВООБЩЕСТВЕНИТЕ ПРОЯВИ НА МАЛОЛЕТНИТЕ
И НЕПЪЛНОЛЕТНИТЕ

ДЕЦАТА И НИЕ

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ
ЧАСТ III

ВАРНА, 2009
ИЗДАТЕЛСТВО "МООРЕА"

Книжката включва материали от специалисти – педагози, психолози и психиатри от централните и кабинетите за социална превенция в община Варна, както и действителни случаи от дейността на обществените възпитатели от местните комисии за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните (МКБППМН).

Дирекция “Превенции” и ръководството на Общинската комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните изказват своята благодарност на специалистите от системата за превенция на детското асоциално поведение в община Варна, които участваха в подготовката на книгата “Децата и ние” – III част.

Книгата се разпространява безплатно.

ДЕЦАТА И НИЕ

Училище за родители

Част III

© Творчески екип:

Дъбина Карлова – секретар на ОКБППМН – Варна

Марийка Борачева – секретар на МКБППМН, р-н “Приморски”

Светлана Райкова – секретар на МКБППМН, р-н “Вл. Варненчик”

Издава Община Варна

© Редактор

Георги Венин

© Печат

“ПасатПрес” – Варна

© Предпечат и дизайн

Издателство “МООРЕА”

ISBN 978-954-8576-16-1

Уважаеми родители,

Във вашите ръце е третата част на книгата “Децата и ние”, ежегодното издание на Общинската и на местните комисии за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните във Варна. С много внимание и грижа към проблемите, пред които са изправени съвременните родители при възпитаването на своите деца, екипът от специалисти обобщил за Вас проблемните теми, по които търсите мнение и съвет от педагози, психолози, юристи и психиатри към централите и кабинетите за социална превенция. Центровете и кабинетите са помощни органи на седемте местни комисии в мисията им да осъществяват превенция на противообществените прояви и престъпления, извършвани от малолетни и непълнолетни деца.

Тази година е по-специална за нас, защото точно преди пет лета, заредени с много ентузиазъм и желание да бъдем полезни на децата с проблемно поведение и на техните семейства, открихме първия център за социална превенция в район “Приморски” – община Варна. Днес във всеки район на общината има център или консултативен кабинет за социална превенция, където деца и родители търсят професионална помощ и подкрепа по проблеми, които ги вълнуват.

Инициативата “Училище за родители” има вече свои последователи във Варна, а и в страната, което показва нейната полезност и навременна поява. Книгата “Децата и ние” стига до родителите, които посещават централите и консултативните кабинети, до всяко варненско училище, до всяка местна комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните в областните градове на страната.

Родители и колеги – педагози, психолози, педагогически съветници, споделят на електронния ни адрес okbprpmn_varna@abv.bg своята благодарност за възможността чрез страниците на книгата да се запознаят с успешни практики и истински случаи в превантивната и корекционно-възпитателна работа на обществените възпитатели в третия раздел “Из дейността на обществените възпитатели във Варна”, да обменят нови методически материали,



Доц. д-р Христо Бозов,
зам.-кмет на Община Варна,
председател на ОКБППМН

разработени от наши утвърдени професионалисти от центрoвете и кабинетите за социална превенция, и да продължат да бъдат полезни на децата в семейството си, в училище, в своята община с предложените от нас актуални теми в книгата: децата и опасностите в интернет мрежата, “за” и “против” домашните задължения на днешните тийнейджъри, знания по отношение на психичното здраве на децата, проблемът “наркозависим” в семейството.

Екипът, подготвил книгата “Децата и ние” – част III, е убеден, че да работим за възпитанието и развитието на децата, е не само дълг на нас, възрастните, но и призвание, което заслужава усилия, осмисляне и търпение.

Ние вярваме в това. А вие?

За обратна връзка с нас:

Общинска комисия за борба с противообществените на малолетните и непълнолетните

e-mail: okbppmn_varna@abv.bg

www.prevencii.com

Септември 2009 г.



I. ИЗ ПРАКТИКАТА НА СПЕЦИАЛИСТИТЕ ОТ ЦЕНТРОВЕТЕ И КАБИНЕТИТЕ ЗА СОЦИАЛНА ПРЕВЕНЦИЯ В ОБЩИНА ВАРНА

1. В подкрепа на правата и отговорностите на децата и на техните родители – *доц. д-р Христо Бозов, Светлана Коева, Дъбина Карлова* 7
2. Общественият възпитател – посредник в отношенията между родител и дете – *Боряна Чалъкова*, клиничен психолог, психотерапевт 11
3. Особенности на някои социалнопсихологически механизми при общуването на децата – *Димитър Георгиев*, психолог 16
4. Наркоманията – семейна болест – *д-р Емил Енев*, психиатър 24

II. ЗА ВАС, РОДИТЕЛИ!

1. Правила за безопасност в Интернет 29
2. Тийнейджъри и домашни задължения – ръководство за родители 32
3. АБВ на психичното здраве на децата 36

III. ИЗ ДЕЙНОСТТА НА ОБЩЕСТВЕНИТЕ ВЪЗПИТАТЕЛИ ВЪВ ВАРНА

1. Юноша–родител–обществен възпитател – *Мария Стефанова* 40
2. Обнадеждена съм за бъдещето й – *Соня Стоянова* 43
3. Няма лесен път до мястото, където си струва да стигнеш – *Ваня Тренева* 45



ИЗ ПРАКТИКАТА НА СПЕЦИАЛИСТИТЕ ОТ ЦЕНТРОВЕТЕ И КАБИНЕТИТЕ ЗА СОЦИАЛНА ПРЕВЕНЦИЯ В ОБЩИНА ВАРНА

В ПОДКРЕПА НА ПРАВАТА И ОТГОВОРНОСТИТЕ НА ДЕЦАТА И НА ТЕХНИТЕ РОДИТЕЛИ

*Безпокоим се какво ще бъде детето утре,
но забравяме, че е важен човек днес.*

Стейси Ташер

Преди пет години в най-населения административен район на община Варна – район “Приморски”, Общинската комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните откри първия за града **Център за социална превенция**. Центърът отвори врати в ноемврийската есен на 2004 година и въпреки студа навън, в него амбициозният екип от специалисти – обществени възпитатели (психолози, психиатри, педагози) към комисията от район “Приморски”, трескаво подготвяше срещите си с децата, които бяха извършили противообществени прояви. За тези деца прокуратурата и съдът справедливо бяха постановили: предложение за разглеждане на възпитателно дело в местната комисия. Наложените възпитателни мерки на малолетните и непълнолетните трябваше да се изпълнят в новооткрития център. Известно е на специалистите, че превантивните и корекционно-възпитателни функции на местните комисии за борба срещу противообществените прояви по общини се осъществяват с помощта на изградени помощни органи – центрове за социална превенция и консултативни кабинети за работа с деца с девиантно (отклоняващо се от нормите) поведение.

Доц. д-р Христо Бозов
*зам.-кмет на Община Варна,
председател на ОКБППМН*

Светлана Коева,
*директор на дирекция “Превенции”,
зам.-председател на ОКБППМН*

Дъбина Карлова,
*секретар на ОКБППМН,
гл. експерт, дирекция “Превенции”*





Добрата практика на местната комисия в район “Приморски” бе “умножена” година по-късно във всички райони на града. По Програмата за превенция на асоциалното поведение на деца в община Варна – 2005, приета на извънредна сесия на Общинския съвет, отвори врати нов център за социална превенция към местната комисия в район “Владислав Варненчик” и бяха обзаведени още пет консултативни кабинета (в “Аспарухово”, “Младост”, в кметствата Каменар, Тополи и Казашко и в район “Одесос”).

Според приетия от Общинската комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните през 2006 г. Статут на центровете за социална превенция и на консултативните кабинети, те се създават в изпълнение на чл. 10 от Закона за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните и изпълняват функции на помощни органи към седемте местни комисии в община Варна. Седем мултидисциплинарни екипи от общо 58 обществени възпитатели – педагози, психолози, лекари, социални работници, юристи, осъществяват в тях “консултативна, корекционно-възпитателна дейност на деца на възраст от 8 до 18 години и на техните родители, както и дейности по програми и проекти, свързани с превенцията на противообществените прояви на малолетните и непълнолетните”.

Екипите в центровете и кабинетите организират всяка година превантивни кампании (“Открити дни на местните комисии в община Варна”), обучителни семинари, тренинги, летни училища за деца с девиантно поведение; разработват и издават информационни и методически материали за деца и родители; подготвят и реализират превантивни програми, работят по проекти.

Центровете и консултативните кабинети в община Варна и през 2009 г. на практика доказват своята полезност. Основен фактор за тяхната ефективност е, че са в близост до децата и родителите – в съответния район или кметство, по местоживее. В центровете и кабинетите на община Варна през 2008 г. са консултирани 346 деца (за сравнение: 2006 г. – 210 деца; 2007 г. – 324), като 13% от децата доброволно са потърсили информация относно вълнуващи ги проблеми. Доброволните консултации са осъществени предимно от специалисти-психолози. Тенденцията в превантивната и корекционно-възпитателната работа в центровете

те и кабинетите е насочена към увеличаване на броя консултации. Най-много специализирани консултации на деца от психолози и психиатри (186 консултации) са проведени за изминалата 2008 г. в центъра за социална превенция на варненския район "Приморски" и в консултативния кабинет на район "Одесос".

През центровете и кабинетите за социална превенция в община Варна през 2008 г. са преминали общо 104 родители, като 100 от тях доброволно са потърсили съдействие, а само четирима са били с наложена мярка по чл. 15, ал. 1, т. 2 (консултации при специалист) от Закона за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните. Съпоставката с данните от предходни години на броя родители, **доброволно** потърсили консултации и обучения в центровете за социална превенция и в кабинетите на местните комисии, показва, че броят на посетилите ги родители е двойно повече (57 за 2007 г.; 45 за 2006 г.) за сметка на броя на родителите с наложена мярка по закона: 16 родители за 2007 г. и само 4 за 2008 г. Нарастващата тенденция на доброволно потърсена помощ от специалисти в местните комисии е, разбира се, за предпочитане пред задължителните мерки, налагани на родителите на проявени деца, регистрирани в детските педагогически стаи.

Психолози, педагози и психиатри споделят, че обсъжданите теми по време на консултации, обучения и по отношение на доброволно потърсената информация от деца и родители в центровете и кабинетите варира в изключително широк диапазон; най-често това са: взаимоотношенията в семейството, в училище (ученици-ученици, ученици-учители); теми за приятелство, права и отговорност на децата; зависимости; професионална реализация; начини за разрешаване на конфликти; справяне с гняв и агресивно поведение; хиперактивност; как да се постъпва при бягства на децата от дома; каква е процедурата за изготвяне на лични документи; въпроси по Закона за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните, по Наказателния кодекс, Закона за закрила на детето, Закона за социално подпомагане.

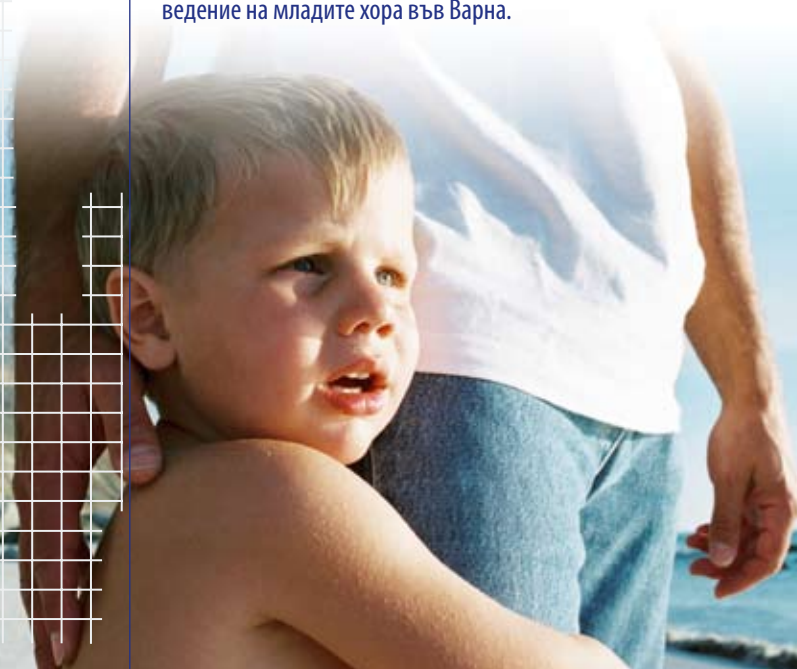
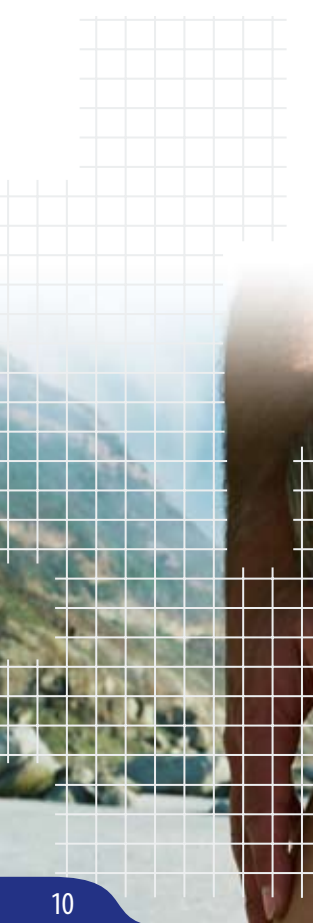
Постепенно през годините дейността на центровете и кабинетите се разширява и обогатява с участието на неправителствени организации в партньорство с местните комисии по проекти с пре-





вантивна насоченост. За периода 2005 – 2008 г. са финансирани и осъществени общо 45 проекта по годишните общински програми за финансиране на малки проекти (от 1000 до 5000 лв.) за превенция на противообществени прояви в община Варна. Проектите включват семинари и тренинги, информационно-образователни кампании, организирани от училищни настоятелства и неправителствени организации. Интересни и разнообразни проекти се изпълняват с утвърдени партньори на местните комисии за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните – Фондация “SOS- семейства в риск”, Сдружение “Гаврош”, Сдружение “За по-добро психично здраве”, Дружество по позитивна психотерапия, много училищни настоятелства. Партньорствата продължават и днес, с нови и още по-интересни проекти.

Всъщност центровете и консултативните кабинети за социална превенция в община Варна – помощни органи на местните комисии, обогатяват възможностите за разгръщане работата на специалистите в тези комисии към провеждане на превантивни програми както с децата – извършители на противообществени прояви, така и с техните родители. Това е добра основа за бъдещи идеи и отговорност пред децата ни за създаване на среда, която да подкрепя и развива положителното, творческо мислене и поведение на младите хора във Варна.



ОБЩЕСТВЕНИЯТ ВЪЗПИТАТЕЛ – ПОСРЕДНИК В ОТНОШЕНИЯТА МЕЖДУ РОДИТЕЛ И ДЕТЕ

Ролята на *обществения възпитател* може да се разгледа през призмата на фамилия посредник. В определен период от време *общественият възпитател* става част от семейството на провинилия се юноша и подпомага родителя и юношата за взаимното разбиране и разрешаване на противоречията помежду им.

Медиацията (посредничеството) е структуриран и интердисциплинарен процес за разрешаване на конфликти, в който родителите приемат конфиденциалната намеса на трета страна – неутрална, безпристрастна и квалифицирана: медиатор. Това се случва, когато родителите имат дефицит от знания и умения за справяне с възпитанието на детето-юноша, което е извършило противообществена проява.

Целите на медиацията са да:

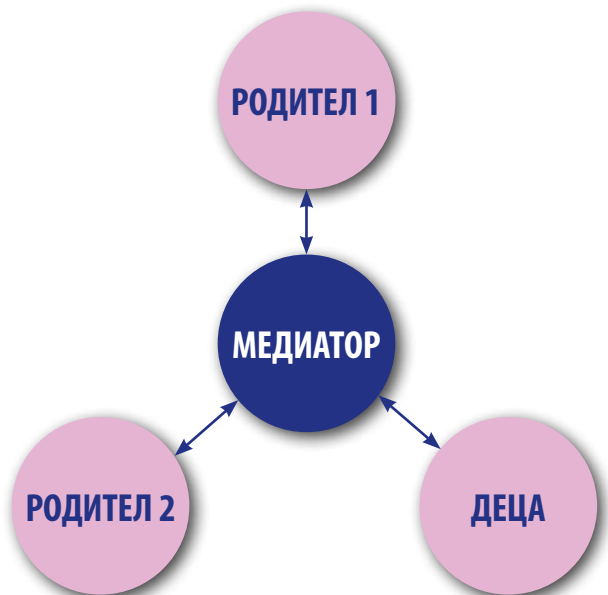
- ↳ улеснява диалога на страните в конфликта. *Общественият възпитател* е този, който разбира и двете страни, без да влиза в коалиция с някоя от тях.
- ↳ позволява преразглеждането на проблемите, които прозвучат от взаимодействията между родители и деца. Медиацията дава възможност да се разчупят схемите на взаимодействие в семейството и да се предприемат нови стратегии при разрешаването на конфликтите.
- ↳ валидизира интересите и потребностите на страните в конфликта. *Общественият възпитател*, в ролята на медиатор, зачита интересите и потребностите и на родителите, и на децата, като дава възможност на всяка от страните да вникне по-дълбоко в позицията на другата.
- ↳ търси общия фокус на интересите при вземане на реше-



Боряна Чалъкова,
клиничен психолог,
психотерапевт

ния. Това е най-съществената част от процеса на посредничество, защото дава възможност да се градят, а не да се разрушават отношенията в семейството.

Участниците в медиацията са родителите, детето-юноша и *общественият възпитател*.



Фазите на медиацията са разпределени в шест стъпки:

- ➔ **Първа фаза:** установяване атмосфера на доверие. На този етап *общественият възпитател* говори с двете страни, за да вникне с разбиране, търпение и толерантно отношение в позицията на всяка от страните.
- ➔ **Втора фаза:** преглед на фактите. *Общественият възпитател* дава възможност да се съберат наличните факти и обстоятелства от двете страни и да се установи събитието така, както се е случило.
- ➔ **Трета фаза:** разработване на варианти и алтернативи. Същественото на този етап е да се разработят пътищата за

разрешаване на проблема, като се следва поговорката: “От всяка заплетена ситуация има поне три изхода”. Следователно се дава възможност на родителите и на юношата да посочат своите виждания за “изход” от конфликта.

↳ **Четвърта фаза:** преговори и вземане на решение. През тази фаза се прави преглед на предложенията и се избира едно от тях, или се комбинират няколко. Целта е и двете страни да са оптимално удовлетворени.

Характеристиката на разумните преговори се заключава в следното:

- а) Отделяне на обективната от субективната реалност;
- б) Насочване към интересите, а не към позициите на страните;
- в) Представяне на решения от взаимна полза;
- г) Разработване на обективни критерии при преговарянето.

↳ **Пета фаза:** изработване на споразумение между страните. Много често споразумението са написва и страните се подписват, за да удостоверят съгласието си и да поемат своята отговорност. Целта е родители и деца да се движат в една посока.

↳ **Шеста фаза:** създаване на възможност за ревизия на проекта за споразумение. Тази фаза доказва, че разрешаването на противоречията в отношенията родител–дете е гъвкав и творчески процес, при който не се робува на схеми, но решението винаги се опира на общоприетите норми за дължимо поведение и от двете страни.

Емоции и преживявания в процеса на медиация. *Общественият възпитател* успява да разпознае и да се справи със силните емоции на страните в конфликта – тревожност, объркване, безизходица, гняв, тъга, самота, страдание, непродуктивност, потиснат яд. Целта на процеса е да се възвърнат позитивните преживявания в отношенията – удовлетворение, свобода, облекчение, радост, спокойствие, съпричастност, жизненост, продуктивност, взаимност и приемане.



Поведенчески стилове на участващите страни - родители-те, детето-юноша и *общественият възпитател*:



Общественият възпитател се стреми да посочи взаимната полза от стратегията: "Аз печеля – ти печелиш".

Роли и функции на медиатора (*обществения възпитател*)

Роли, които се отнасят до процеса и структурата на **посредничеството**:

- ↳ Развива нагласа, която улеснява помириението;
- ↳ Определя рамката на общуването по време на споразумяването;
- ↳ Улеснява процеса;
- ↳ Улеснява комуникацията;
- ↳ Изяснява възприятията и емоциите;
- ↳ Дава информация.



Роли, които се отнасят до **преговарянето**:

- ↳ Валидизира интересите и очакванията на страните;
- ↳ Подпомага изразяването на мнение и разглеждането на алтернативи;
- ↳ Улеснява постигането на промени;
- ↳ Довежда до сключване на споразумение.

Общественият възпитател преминава през различни обучения и квалификации, които изграждат умения и способности за справяне с конфликтни ситуации и взаимоотношения в семействата, където има девиантно поведение.

Качества на медиатора (обществен възпитател)

Общественият възпитател притежава посочените по-долу способности. Той ги придобива като опит от цялостната си дейност по вторична превенция с деца и родители, които имат проблем със закона. Основните качества, свързани с приемането, са търпение, толерантност, загриженост, съпричастност и внимание. Най-съществените качества, които оказват възпитателно въздействие върху двете страни, са точност, отговорност, благонадеждност, безпристрастност, тактичност.

Резултати от медиацията. В заключение може да се посочат придобивките от процеса на посредничеството:

- ↳ Постигнато е споразумение между страните;
- ↳ Взето е взаимно, удовлетворяващо страните решение на конфликта;
- ↳ Постигнато е намаляване на емоционалното напрежение;
- ↳ Очертани са алтернативите и са изяснени ролите на родителите и на юношата.

Така общественият възпитател, в ролята си на посредник при разрешаването на конфликти, е допринесъл за свързването на деца и родители, съобразно изискванията на юношеската възраст и взаимното зачитане.



ОСОБЕНОСТИ НА НЯКОИ

СОЦИАЛНОПСИХОЛОГИЧЕСКИ МЕХАНИЗМИ

ПРИ ОБЩУВАНЕТО НА ДЕЦАТА



Димитър Георгиев,
психолог

Общуването съпътства всяка човешка дейност – труд, учене, занимания и т.н. То самото е вид дейност и процес, който се отличава със свои особености, характеристики, както и с индивидуален стил при различните хора. Чрез него се удовлетворява една от основните човешки потребности – *потребността от общуване*. Тук ще съсредоточим вниманието си върху някои механизми на общуването, които се проявяват осъзнато или неосъзнато при хората и имат специфични нюанси при децата.

Селективност на възприетиято и вниманието. Става въпрос за възприемането и насочването на вниманието към други хора – близки, приятели, съученици, познати или непознати, в процеса на общуване (социалната перцепция).

Известно е, че върху това как ще възприемем даден човек или група от хора влияние оказват: нашият минал опит във взаимоотношенията ни като цяло; познанията ни за тези обекти; потребностите ни да възприемем и влезем в досег с тези хора и интересът ни към тях – какви са нашите очаквания; сегашното ни (актуално) емоционално състояние и др. психологически характеристики. Поради тази причина хората възприемат едни и същи неща различно или един и същ човек ги възприема различно в друго време, ситуация или при други обстоятелства. При действието на този механизъм в много случаи се проявява максимата, че “човек вижда това, което *иска* да види”. Значение имат също външността, авторитетът и други характеристики на възприеманото лице. Във връзка с това ще посочим, че “авторитетите” за децата доста често не съвпадат с “авторитетите” за възрастните.

Вниманието е динамичната и необходима страна на психичната дейност. То обяснява съсредоточеността – волево или

неволево, искаме или не искаме – на нашата психична дейност в даден момент и дадени условия. Накратко казано, селективното възприемане и насочване на вниманието към определени хора и към “нещата от живота” се влияе от досегашния опит, желанията, очакванията и интереса към тях.

При наше проучване попаднахме на следния случай. Йордан – 17-годишен ученик, се запознава с 25-годишен младеж. От свои приятели Йордан чул, че този младеж е работил като барман по курортите и веднъж набил осем души. Въз основа на тази информация и без всякакъв повод Йордан започнал да се хвали пред младежа, че познава много побойници, че той самият често се биел и т.н. По-късно извършва кражби на различни части от леки автомобили и ги носи на новия си “приятел”, въпреки неговото настояване да ги върне откъдето ги е взел. След като Йордан не го послушал и продължил да носи различни крадени вещи, младежът информирал полицията.

Без да се впускаме в задълбочен анализ, може да открием спецификите във възприемането и вниманието на този юноша към определен обект – върху какви особености са насочени, кое поддържа неговия интерес към този човек и мотивира това му поведение, което би било “по-подходящо” за дете на по-ниска възраст.

Идентификацията. От социалнопсихологическа гледна точка идентификацията е процес на уподобяване, съотнасяне на собствените личностови особености към особеностите на други хора. При идентификацията се усвояват ценности, норми, роли (поведения) и нравствени качества на другия човек, с когото се *отъждествяваме*. Образно казано, при идентификацията се извършва “поглъщане на другия”, на неговите особености, и в голяма степен “Той” става “Аз”. Имаме ли процес на идентификация в посочения по-горе случай? Разбира се, че такава е налице. Юношата се идентифицира с един престъпен образец и се стреми да докаже, че и той е като “героя”. Друг е въпросът дали този човек е такъв, или не. Идентификациите при децата започват от ранна възраст (първите обекти са родителите) и се проявяват в игрите им. Процесите на идентификация са особено активни през пубертета, като особено важно е съдържанието им.





Друг социалнопсихологически механизъм при общуването е **рефлексията**. Свързан е с факта на осъзнаване на това как ни възприема партньора при общуването, как ни разбира, какъв е неговият “портрет” за самите нас. Рефлексията се влияе от нашето себевъзприемане и от това как възприемаме другия или другите, какъв е пък нашият “портрет” за него или за тях. По-общо казано, това е механизъм на взаимно отражение на хората един към другото в процеса на общуване. Тези наши схващания и представи може да бъдат верни и да се потвърдят, може частично да съвпадат с тях, но може и да бъдат “сринати” в процеса на общуването. На практика, особено при децата, доста сериозна травма и своеобразен “шок” се получава, когато разберем, че не сме това, за което се мислим. Полезно е да се работи с децата за изграждане на адекватна самооценка и на критерии за самовъзприемане и за приемане на другите.

Емпатията (съпричастието) при общуването. Това е емоционален отклик на поведението на другия или емоционално “разбиране” на другия човек. Механизмът е близък до идентификацията: поставяме се на мястото на другия, но не се отъждествяваме с него. Емпатията е способността ни да разбираме вътрешните психични състояния и преживявания на другия човек, приобщаване към неговия емоционален живот чрез споделяне на преживяванията му и *търсене с него на изход от ситуацията, в която се е оказал*. Тази способност се изгражда в ранна възраст и ако не се прояви, впоследствие нейното формиране е почти невъзможно или затруднено.

Атрибуцията. В процеса на общуване се стремим да си обясним причините за едно или друго поведение на хората, като на практика често не знаем или не можем да доловим действителните причини за това поведение или нашата информация за него е недостатъчна. В такива случаи проявяваме склонност да приписваме, “да атрибутираме” причини за поведението или някакви други личностни характеристики. Често дава отражение сходството на възприемания индивид с друга личност или въз основа на себеанализ на собственото ни поведение в аналогична ситуация. Тук също откриваме известна близост с механизма на идентификация. Нашите атрибуции (атрибутивният ни стил) са субективни

и в голяма степен са подвластни на предишния ни опит и оценки за възприемания индивид, като атрибуциите в повечето случаи (особено при децата!) имат категоричен характер – “лошите” са си безусловно лоши, “добрите” – добри. Читателят може да се върне на примера в началото и да открие особеностите на атрибутивния стил на юношата при оскъдна информация за другото лице.

Стереотипизацията се проявява като икономичен, макар често неточен, подход за възприемането на други участници в общуването. Изграденият в предишния опит обобщен образ, например за интелектуалните, емоционалните и поведенческите особености на определени групи хора, се “наслагва” и върху всеки един представител на тази група, без да се отчитат неговата индивидуалност и реални качества. Може да се посочат стереотипните образи за учител, полицай, чиновник, политик, етническите стереотипи и т.н. В някои случаи действието на този механизъм върху поведението ни в междуличностното общуване е неблагоприятно, а “copy/paste”-стратегията без отчитане на конкретната личност, ситуация и обстоятелства, меко казано – неправилна. Стереотипизацията често създава опростени, едностранчиви или погрешни, схематизирани образи за други хора. Тя се проявява и в навичите на човека, както и в неговите предразсъдъци.

Междуличностното привличане (атракция) е механизъм, който се проявява в общуването между хората, като неговата специфика е свързана основно с емоционалния заряд на общуването. Може да се определи и като процес на взаимно привличане (насоченост) на хората един към друг, който се изразява предимно в емоционално положителни отношения. Процесът се влияе от тези фактори и условия, които водят до появата и съхранението на положителни емоционални чувства. Въз основа на отношенията в общуването и изградените оценки се проявява широка гама от чувства – от неприемането на един или друг човек до симпатия, силна привързаност и дори любов към него. Родителите биха могли да проявят интерес и да анализират този процес при своите деца и в голяма степен да получат отговори на въпроси като: защо е толкова привързан към този приятел, а не към друг; защо приема едни влияния и поведение, а не други, които, според нас, са по-благоприятни за него; защо “си губи” времето с “непод-



ходящи“ приятели, а не с такива, които биха му повлияли доста по-положително и др.под.

Подражанието е един от механизмите на общуването, чието “царство” е детската възраст. Чрез него се усвояват мисли, чувства, поведение, норми, навици и *социален опит*. Важно е да си изясним дали детето все пак проявява някаква критичност, когато подражава на определен модел, включително и на нас като родители или използва “copy/paste”-стратегията на сляпото копиране. Редно би било да отчетем и влиянията на приятелската група и нейните норми, както и въздействието на т.нар. групов натиск.

При първото издание на “VIP Brother” една от участничките силно впечатли девойките, които масово започнаха да ѝ подражават, използвайки “copy/paste”-стратегията. Подражаваха в облеклото, маниерите, в начина, по който участничката местеше погледа си върху останалите “съквартиранти”, когато говореше – заинтересувана от ефекта, който предизвиква върху останалите, поведението ѝ. Подражаваха дори в “пелтеченето” на участничката от телевизионния формат. Но постепенно, с края на предаването, и тази “мода” отмина.

Обобщено казано, подражанието е положителен процес в детското развитие. Не трябва да се забравя, че се подражава на определен авторитет; влияние оказват внушенията от страна на авторитета – словесно или несловесно емоционално украсени въздействия върху детето, както и убеждението – съвкупност от рационални и емоционални въздействия върху него с цел из-



менение на възгледи и отношения. Особено важно е да си изясним съдържанието на процеса на подражание.

Когато говорим за авторитетите и взаимните влияния в процеса на общуването, трябва да обърнем внимание и на друг социалнопсихологически механизъм: **подчиняване/самоподчиняване**. Например децата се подчиняват на родителите, но нерядко се наблюдава и обратното! Децата се подчиняват на децата; ученици на учители или обратно и т.н. – може да се посочат най-различни ситуации, при които действа този механизъм. Ще отбележим, че от особено значение са авторитетът на подчиняващия, неговото физическо присъствие, зависимостта на детето от подчиняващия, както и психологическите характеристики на двамата. При подчиняването детето, вследствие на оказвания натиск, потиска или модифицира спонтанната изява на своите емоции и поведение. Това е и адаптивен механизъм на поведение, когато в дадени ситуации детето чувства, че не може да се справи само или да разкрие напълно собствените си качества. В много такива ситуации то действа по начин, различен от начина, когато например е само¹ или има право на избор, или не изпитва влияние, което го принуждава. Ако е *убедено*, че трябва да спазва определени норми (в семейството, в приятелската група и др.), ако *приема* тези норми и изисквания, то се самоподчинява на тях. Във връзка с отношенията родители–деца бих припомнил думите на един от съвременните аналитици – Ерел Шалит, който пише: “Родителите често не съзнават исканията и очакванията, които предявяват към още дори неродените си деца.”¹

Накрая бих спрял вниманието си и на още един социалнопсихологически феномен при общуването, който бих определил като **капсулация**. Може да се срещне сравнително рядко при децата, но както при тях, така и при възрастните, той е белег на социална дезадаптация или друго личностово разстройство. На практика капсулацията е своеобразен отказ от общуване. Можем да посочим две понятия, които са близки по значение и проявни форми на капсулацията.

1. Шалит Е. Комплексите: пътят на трансформация от архетипа до Аза. Плевен: Леге Артис, 2008.





Едното от тях е *отчуждението* – отрицателно отношение на човека към група от хора, колектив, общество, при което не чувства реална нужда да поддържа определени социални връзки и избягва поемането на социални ангажименти (задължения), и приема околния свят като чужд.

Другото понятие е *аутизъм* – тежко разстройство на междуличностните контакти. Изразява се в пренебрегване на човешкото обкръжение; индивидът се отдръпва към собствения вътрешен свят (мисловен, емоционален) и отказва контакти с външната среда.

Като разглеждат проблемите на адаптацията, М. Бобнева и Е. Шорохова посочват като пример за неадаптирана, отчуждена личност главния герой в повестта “Чужденецът” на Албер Камю. Описва се като човек, който се е самоизключил от обществото, същество дезинтегрирано, безразлично към собствения социален и личен статус. “Чужденецът изпълнява своите социални функции, ходи на работа, изпълнява задачите, но субективно не е включен в тази сфера на жизнената дейност, тя не съществува за него.”²

Ето един от случаите от нашето проучване: многократно осъжданият Славчо е започнал престъпната си кариера на 14-годишна възраст. Престоява на свобода между отделните присъди не повече от три-четири месеца – извършва основно кражби и измами, “работи” сам, без съучастници. Най-общо, но не винаги, се проявява като дистанциран, недоброжелателно настроен към другите, водещ живот, доколкото е възможно, на вълк-единак. Няма собствено жилище и при поредното си излизане от затвора отива при сестра си. Приютяват го и на следващия ден тя и съпругът ѝ отиват на работа. Славчо претърсва старателно жилището, взема откритите пари и ценни вещи и поема пътя си към... следващата присъда. Обяснява поведението си по следния начин: “Вината е в мен, но обществото не ми е помогнало. . . Аз не съм виновен.” В затвора контактува с останалите затворници с авторитета си на доайен сред тях.

Мисля, че този пример красноречиво разкрива една “капсулирана” личност. Основната движеща мотивация при такъв тип хора е личният интерес и предотвратяване на евентуалните посегател-

2. Бобнева, М. И., Е. В. Шорохова. Психологическите механизми регулации социалното поведение. Москва: Наука, 1979.

ства против собственото Аз от страна на другите. Не е налице категорично отрицателно отношение на личността към другите или тотално затваряне в собствения вътрешен свят. По-правилно би било да се каже, че липсва отношение, другите се възприемат като нивелирана “маса от хора”, с които трябва по необходимост да контактува до определени граници и/или по възможност да ги манипулира с оглед собствените потребности и интереси.

“Капсулираният” човек е подозрителен към изказванията и намеренията на другите, и използва множество защитни механизми за себесъхранение – известно е, че колкото повече защитни механизми използва една личност, толкова по-незряла е тя. Формирането на такава личност може да е повлияно от различни фактори – раннодетски или по-късни психични травми, фрустрации, насилие, неблагоприятни социални влияния и възпитание, и много други, но това е въпрос и тема на друго разглеждане.



НАРКОМАНИЯТА – СЕМЕЙНА БОЛЕСТ



Д-р Емил Енев,
психиатър

Понякога си мисля, че истинската причина да имаме деца е, за да осъзнаем колко малко в действителност знаем.

Лаура Стампър

Наркоманията е болест, която носи страдание и разруха в живота на болния и неговото обкръжение. Обикновено насочваме вниманието си към наркозависимия, а забравяме за близките, или ги държим изтласкани в периферията на полезрението си.

Защо е важно да се погрижим за семейството?

1. Защото семейството е не по-малко засегнато и оцетено от болестта.
2. Защото то активно участва в развиването и поддържането на болестта.
3. Защото родителите, близките имат нужда от помощ.
4. Защото работата със семейството на наркозависимия е съществена част от стратегията за справяне с проблема.

В България семействата на наркозависимите са в незавидна позиция – често обвинявани, отхвърляни, стигматизирани от т.нар. “здрaво” общество. А да укоряваш (наказваш) някого за това, че е болен, е нехуманно и равнозначно на това, да обвиняваш жертвата за това, че е жертва.

Работата с родителите е истинско предизвикателство – трудна е, дори някои от консултиращите я квалифицират като “неприятно задължение”. Констатации на специалисти от типа: “Те са по-зле от болния”, “Не са в час”, “Те нищо не правят”, “Те само пречат”, “Те са за лечение” не липсват.

Защо това е така?

- ↳ Защото често пропускаме и не си даваме сметка, че и те са засегнати от болестта;

- ↳ Защото търсим и намираме оправдание в тях за собственото си безсилие и безпомощност като терапевти;
- ↳ Защото не ги разбираме достатъчно, което означава, че не работим достатъчно заедно.

Често укоряваме родителите, че не съдействат, без да си даваме сметка, че те всъщност искат, но не могат, не знаят как, защото са обсебени от болестта на детето си.

Ако искаме да бъдем полезни, е редно да опитаме да придобием по-ясна представа за родителите на наркозависимите, да опитаме да ги разберем – как изглеждат, какво чувстват, какво споделят, как се “справят” с болестта?

ОПИТ ЗА ПОРТРЕТ НА РОДИТЕЛИ НА НАРКОЗАВИСИМИ ДЕЦА (ЩРИХИ)

Как изглеждат? – Страданието е изписано на лицето им, угрижени, умислени, затворени в себе си, уплашени, тревожни, с вид на ограбени – нещо им е отнето, като че ли нещо са загубили, с угаснал поглед, скърбящи. . .

Какво чувстват? – Болезнени чувства (страх, вина, несигурност, обърканост, безпокойство, гняв, отчаяние, безпомощност, примирение, срам, чувство на провал. . .).

Споделени преживявания:

“Мислила съм да го убия. . . да му сложа отрова, виждам го, че се мъчи. . . и всички ние с него, това не е живот. . .”

“По-добре да беше болен от рак. . .”

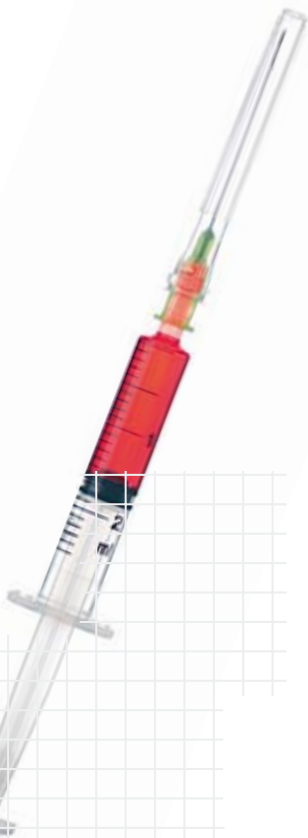
“Моля се да го приберат в затвора, да направи нещо нередно и да го приберат, за да си почина, вече не издържам. . .”

“Не смея да се покажа на улицата, не мога да гледам съседите в очите от безбройните скандали. . .”

“Сънувах, че вземам нож и я убивам. . . плаша се от себе си, да не би да го направя. . .”

“Това е ад, лудост, мисля, че полудявам, не мога да се позная, не мога да мисля нормално, изобщо не мога да мисля. . .”





МЕХАНИЗМИ ЗА СПРАВЯНЕ НА РОДИТЕЛИТЕ С БОЛЕСТТА (ЗАЩИТИ)

1. Отричане – избягване на отговорност, справяне с чувството на провал.

2. Обвинение – освобождаване от вината (някой друг е виновен).

3. Позволение – прикриване, съучастие.

4. Съзависимост – да живееш живота на детето си, да нямаш собствен живот (над 90% от родителите, особено майките, изграждат съзависимост).

Фазата на съзависимост е с различна продължителност. Голяма част от близките на наркозависимите търсят помощ едва през този етап.

АМБИВАЛЕНТНОСТ (*едновременно съществуване на противоположни чувства, мисли и тенденции у едно и също лице*)

Амбивалентността е нормален психологичен феномен в човешката природа.

Амбивалентната позиция при родителя на наркозависимия:

“Трябва да направя още нещо за него/нея. Ако той/тя не се промени, трябва да се старая повече. Ситуацията е в ръцете ми.”

“Дали ще успея, дали е по силите ми? Дали нямам нужда от помощ?”

Ако родителят потърси помощ, то това означава, че прави опит да разреши своята амбивалентност. Това е обратен момент в процеса на справяне, ясен сигнал, че се опитва да направи промяна. Важно е при консултирането да не се пропусне този момент, а да се използва оптимално.

КОНСУЛТИРАНЕ НА РОДИТЕЛИ НА НАРКОЗАВИСИМИ ДЕЦА

Стратегии:

- ↳ зачитане на родителя;
- ↳ окуряване за положените усилия и отделеното време;
- ↳ вентилиране на родителските емоции;
- ↳ запознаване с естеството на конкретния случай;

- ↳ осъзнаване от страна на родителя, че има и други хора със сходни преживявания и проблеми;
- ↳ насочване на родителя към себе си, към грижа и за себе си;
- ↳ обсъждане на възможности за привличане на съюзници.

Защо и родителите имат права!

РОДИТЕЛСКИ ПРАВА:

- ↳ право на личен живот;
- ↳ право на удовлетворяване на потребностите;
- ↳ право да кажеш "не";
- ↳ право да установиш границите на допустимото;
- ↳ право да не поемаш чужда отговорност;
- ↳ право да се откажеш от нещата, които те карат да се чувстваш зле;
- ↳ право да обичаш, но и да бъдеш обичан;
- ↳ право на надежда.



Цели на терапевта:

1. Да не се навреди.
2. Да се даде надежда.
3. Да се подпомогне решаването на амбивалентната позиция към положителна промяна.
4. Да се катализира участието на родителя в мотивацията на детето за лечение – да потърси и приеме специализирана помощ.

МОТИВАЦИЯТА (*съвкупност от причини, стимули, или равнището на ентузиазъм, интерес, които подтикват индивида към определено поведение*)

Вътрешна мотивация – хората извършват нещо без външни стимули.

Външна мотивация – идва от външен източник.

Важно е да се знае, че при наркозависимия няма доброволна мотивация. Трябва да се цели засилване на натиска, да бъде тласнат към вземане на решение за лечение. Тук правилното родителско поведение може да е от голяма полза.



Стратегия за мотивиране:

- ↪ атакува се "отрицанието", конфронтация със защитната система на болния, а не със самия него;
- ↪ определят се правила, граници и санкциите при нарушаването им;
- ↪ да не се блъфва, да има последователност и отстояване;
- ↪ провеждане на интервенция (участват най-малко двама, оптимален брой трима-четирима души от близкото обкръжение, добре е да се ползват услугите на специалист, подхожда се делово, конкретно, доброжелателно);
- ↪ позицията "твърда любов" – "аз съм дотук, не нося отговорност за постъпките ти, носи си последствията, поведението ти е неприемливо, ако решиш да се лекуваш – ще те подкрепя, иначе не разчитай на мен" (позиция на родителя).

Крайната цел е посещаването на терапевт – това увеличава многократно шансовете за промяна и лечение на зависимия малолетен (8 – 13 години) или непълнолетен (14 – 18 години).

Оздравяването на семейството е продължителен процес. Няма уникален модел за справяне. Не можем да променим миналото, но можем да извършим промяна в самите нас, а това е добро начало за краен успех.

Възстановяването от болестта е възможно.

Надежда има.



ЗА ВАС, РОДИТЕЛИ!

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ В ИНТЕРНЕТ

Децата изпитват естествено любопитство към новите неща в света около тях, което, примесено със стремежа им към независимост, ги прави изложени на опасностите в Интернет. Активността им в мрежата най-често е свързана с онлайн игри, участие във форуми, чатове, използване на Skype, сайтове като Facebook, Myspace, създаване на уебстраници и блогове, посещение на сайтове на популярни личности, обмяна на филми и музика, използване ресурсите на Интернет за училищни проекти, изследване по даден предмет или тема. Докато извършват всички тези дейности, те се запознават с нови хора и лесно могат да бъдат убедени да споделят лична информация в регистрационни формуляри за изследвания и анкети. Сайтовете, които посещават, въпреки че на пръв поглед изглеждат безобидни, често имат линкове към други, които отвеждат към порнография, хазарт, наркотици и т.н.

Ето някои съвети, които могат да прилагат родителите, чиито деца използват Интернет:

1. За деца на възраст под 14 години установете правила по кое време и за какви цели могат да използват Интернет. Отделете си време да сърфирате в Интернет с детето си, за да опознаете сайтовете, които предпочита и какво предлагат те. Препоръчайте му сайтове, за които знаете, че са безопасни.

2. Компютър с достъп до Интернет би трябвало да има в помещението, което се използва от всички, не в спалнята на детето. Добре обмислете дали да купите "смарт" телефон за детето си, тъй като това ще му даде възможност за използване на Интернет и за общуване чрез него, без да можете да осъществявате контрол.





3. Използвайте софтуер, като например Google SafeSearch, който преглежда и филтрира сайтове с неподходящо съдържание или образи (разбира се, не разчитайте, че осигурява 100% сигурност).

4. Обяснете на децата, че е необходимо да не отвърщат на съобщения от непознати в електронната си поща.

5. Ако ви задават въпроси, разговаряйте с тях за порнографските сайтове и ги насочете към полезни сайтове, които могат да им дадат информация за сексуалността и здравето.

6. Обяснете им, че не трябва да разкриват лична информация за себе си и за семейството си – имена, училище, адреси, пароли в Интернет, номера на банкови сметки.

7. Обяснете им опасностите от това да общуват и се срещат с непознати, с които са се запознали в Интернет. Предупредете ги за хора, чиято цел е да ги използват и които могат да ги наранят. Запознайте ги с методите, които използват: че се представят за техни връстници, ласкателства, предложения за срещи, за работа, подаръци, заплахи.

8. Обяснете им, че клеветите, обидите в Интернет са вид психическо насилие и не би трябвало да участват в размяна на такива “послания”. Ако станат жертва на такива обидни коментари, най-добрият начин е да не им отвърщат, тъй като това е целта на насилника. Бъдете наясно за опасността от компрометиране на детето ви във фалшиви блогове (електронни дневници), в които информацията лъжливо е представена от негово име. Ако забележите, че детето е разстроено или ядосано, бъдете готови да го успокоите и да потърсите помощ.

9. Ако имате сериозни опасения, че правилата, които установяват се нарушават, можете да използвате софтуер, който Ви дава възможност да проследявате сайтовете, които детето ви е посещавало и да разговаряте с него за рисковете, които съществуват.

Основни правила за използване на сайтове за социални мрежи (Facebook, Myspace и др.)

1. Нека детето ви не използва пълните си имена – нека използва само първото име или псевдоним.

2. Нека не изпраща по електронната поща адрес, телефон или друга лична информация.

3. Нека детето да има определено време за посещение на такива сайтове.

4. Нека бъде внимателно какви снимки изпраща или поставя в Интернет. Обяснете му, че споделянето на интимна информация и снимки може да бъде използвано против него от бивши приятели. Нека да е наясно, че е забранено да съхранява или изпраща снимки на свои непълнолетни приятели без дрехи, тъй като това е неморално и незаконно.

5. Нека да не се среща с хора, с които се е запознало в Интернет, без ваше знание.

6. Ако детето се съгласи да Ви прибави към списъка с приятелите си в мрежата, това ще ви даде възможност да разберете кой се свързва с него и дали получава неприятни или опасни съобщения. Но помнете, че не бива да преминавате границата, като вместо да го предпазвате, го шпионирате и нарушавате личното му пространство.

Всички съвети за използването на Интернет чрез компютъра важат и за използването на мобилни телефони. Детето трябва да е наясно, че може да стане обект на насилие чрез т. нар. секстинг – изпращане на снимки, на които личността е без облекло, затова детето трябва да внимава на кого дава номера си, с кого споделя свои снимки, и ако използва устройства като GPS, които проследяват неговото местоположение или местоположението на приятелите му.

*Превод и подбор
Светлана Райкова
Из интернет сайта
www.safekids.com*



ТИЙНЕЙДЖЪРИ И ДОМАШНИ ЗАДЪЛЖЕНИЯ – РЪКОВОДСТВО ЗА РОДИТЕЛИ



Тийнейджърите са в такъв етап от живота си, когато се подготвят за живота, израстват и разширяват границите на опита си. Те са постигнали такова равнище от познавателното си развитие, при което са способни по-пълно да осъзнават последиците от постъпките си и са готови да упражняват по-добра преценка и контрол. Освен това те предпочитат да не са обвързани с различни задължения, да експериментират и да се чувстват свободни, като прекарват времето си предимно с връстници, които също като тях се вълнуват от новите възможности. Те често не искат да си стоят у дома, тъй като го свързват с определени ограничения и им напомня за детството. Без значение дали са изпълнявали домашни задължения през поранна възраст, или не, те може да започнат да си задават въпроси за необходимостта и смисъла на тези задължения.

Да обясняват, изискват или да упражняват надзор за изпълнение на тези задължения – това понякога изглежда твърде много на родителите и те си задават въпроса “Защо да си правя труда?”. Но е необходимо да разберат, че това си струва труда. Изпълнението на домашни задължения е особено важно за тийнейджърите, защото им дава основни умения за справяне, които ще им помогнат успешно да живеят отделно от родителите си, когато това време настъпи. Това ще засили чувството им на самоуважение и увереност. Ще изгради необходимата им самодисциплина, воля, планиране на времето, които са основата на всяко успешно изпълнение, и ще им помогне да бъдат отговорни съквартиранти, а след време – съпрузи и родители.

Тийнейджърите са добре развити интелектуално и физически, което ги прави добри помощници. След като са въведени в естеството на задължението, те могат компетентно и независимо

да се справят. Способността им да търсят основания, причини може да им помогне да открият нови варианти за изпълнение на задачата, които са по-лесни и приятни. Такива ситуации дават възможност родителите да изразят истинска благодарност за помощта, когато самите тийнейджъри са допринесли с усилията си за нещо. Полезният резултат от изпълнението на задълженията от тийнейджърите е свързването на членовете на семейството чрез проявената грижа и подкрепа.

Кои домашни задължения са подходящи за тийнейджърите?

Домашните задължения, които са най-подходящи за тях, са тези, които ще изпълняват и в самостоятелния си живот. Понечето родители са се стремили да наслагват постепенно домашни задължения, които децата им да извършват от предучилищна възраст. Дори ако сега тепърва им поверявате домашни задължения, на тази възраст бързо може да преминете от по-прости до подходящи за възрастта им. Разбира се, ако те не са придобили навици да помагат, може да се очаква съпротива от тяхна страна – ще зависи от вашето постоянство и упоритост и от това да бъдат включени в обсъждането на разпределението кой какво ще прави. За задълженията е добре да се помисли като за двустепенна прогресия. Например кои задължения трябва се извършат в дома и за кои е необходимо излизане?

Ето някои предложения, които ще са полезни:

Хранене и приготвяне на храна: планиране на ястие, включително определяне на бюджет и пазаруване, приготвяне на ястието, приготвяне на масата, приборите, сервиране и отсервиране.

Почистване на къщата: почистване на стаята им, на банята, това включва и периодично почистване и поддържане – чистене на прах, чистене с прахосмукачка, подреждане.

Пране: Да се разделя цветното от бялото пране и да се спазват изискванията за пране, да се простират дрехите, да се сгъват и гладят.

Поддръжка на къщата: Работа в двора, боядисване, дребни поправки, поддръжка на кола/мотоциклет.





Домашните упражнения (от училище) домашни задължения ли са?

Определено това се смята за наложено и като задължение, тъй като не е особено приятно. Някои родители смятат, че това е достатъчно за децата и не им възлагат нищо друго като задължение. Това прави обаче лоша услуга на децата. Когато започнат да живеят сами, те ще трябва най-вероятно да работят цял ден и след като се приберат – да почистват, приготвят ядене, перат. Да се изисква от тях да изпълняват домашни задължения, докато растат, ще им помогне по-добре да разбират тези различни задължения, да се научат да балансират и гъвкаво да се справят с тях. Това допринася те да си изградят умения за планиране и поддръждане.

Как да се установят и засилват очакванията за качествено изпълнение?

Първо разговаряйте с детето за задълженията – обяснете му стандартите си и защо ги поставяте. Първите един-два пъти извършете заедно с тийнейджъра работата, за да му покажете начините и резултата. Ако се чувствате несигурни по отношение на качеството, кажете му, че ще проверите след определен момент изпълнението, преди още да е завършено. Друга техника, която може да е успешна и за тийнейджъра, и за родителите, е преди да завърши изпълнението, тийнейджърът сам да проверява качеството на извършването, преди да го представи на родителя. Това спомага децата да се чувстват по-отговорни и самостоятелни и погорди от завършването на работата. Не би трябвало да реагирате емоционално и да критикувате много при неуспех, защото това може да ги обезкуражи.

Трябва ли да се напомня на тийнейджъра да извършва домашните си задължения?

По-добре планирайте нещата, иначе ще сте чувствате изтощени и фрустрирани. Юношите са в състояние да запомнят тънкости за изпълнението на неща, важни за тях. Домашните задължения не са сред важните за тях, и те не се чувстват отговорни за тях. Това може да ни обясни разликата: упоритото чистене, когато ще идва техен приятел на гости, и това, че не си спомнят за стир-

ката през останалото време. В крайна сметка това е Вашата къща, а не тяхната. Те не чувстват същата отговорност на “притежател”, която Вие чувствате. За да изпълняват задълженията, които са редовни, си спестявайте караниците и им напомняйте. Някои деца се ядосват при такива напомнания, тъй като смятат, че нямат нужда от тях. За да избегнете това сърдене, Вие можете да включите напомнянето като вид общ преглед на задълженията на всекиго през деня или да набележите на листчета нещата и да ги поставяте на определено място (включително и Вашите задължения). Друга стратегия е да помолите тийнейджъра да провери съгласието на семейните членове с техните задължения, включително и неговите: така си осигурявате по-силна подкрепа и поемане на отговорност от него – дори и той да Ви напомня за задълженията в семейството. Така ще може да се постави на Ваше място и да развие съпричастие към Вашите обичайни ангажменти.

Трябва ли да се заплаща за домашните задължения?

Това зависи от Вашите ценности и вярвания. Някои родители смятат, че с това подготвят децата си за по-отговорно изпълнение, когато ще започнат работа. Други смятат, че тези задължения не са платени, а са свързани със семейното обвързване и взаимопомощ. Трети ги разглеждат като начин да научат децата си да управляват средства и искат да избегнат обвързването на това с уроците по изпълнение на задължения. Някои семейства установяват определени редовни домашни задължения, които се изпълняват без пари, но имат и задължения, за чието изпълнение се изисква повече умение и за които могат да се спечелят пари. Всеки от тези подходи може да бъде използван от Вас, стига да можете да го обосновате ясно пред децата си. Но дори да давате пари или други награди на децата си за изпълнението на задължения, е добре да го съчетаете с похвала и признание за положените усилия и труд.

Фред Провензано
Превод *Светлана Райкова*



АБВ НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ НА ДЕЦАТА

Децата отиват на училище всеки ден с нещо повече от раница и закуска. Върху тях оказват въздействие жизнени фактори, които оформят тяхното развитие. Тези влияния са от семейството, училището, културата, личностови фактори и поведение, стил на учене и възможности. Всички те на практика са свързани с психичното здраве.

Въпреки че психичното здраве се определя най-вече като отсъствие на определени психични заболявания, би трябвало да признаем, че доброто психично здраве не е просто липса на болест, но и притежаване на умения, необходими за справяне с жизнените предизвикателства. Би трябвало да се познава ролята на психичното здраве в училищна среда, тъй като то е основа за социалния, емоционалния и академичния успех на учениците.

Неуспехът да се определят и задоволят нуждите на децата по отношение на психичното здраве има за последица несправяне в училище, проблеми в поведението, насилие в училище, напускане на училище, употреба на наркотици, самоубийства или престъпления.

Семейството е първият източник за подкрепа и условие за психичното здраве на децата. Засиленият стрес, ускореният ритъм на живот налагат необходимостта училищата да си партнират с родителите. Училището също е място, където може да се изгражда психично здраве на децата, тъй като децата прекарват много време там и има възможност да се наблюдават и оценяват техните нужди.

Да изградим защитни фактори

Изследователите са забелязали, че не при всички деца, изложени на определени рискови фактори, се забелязват сериозни проблеми в развитието. Впоследствие се заговаря за т.нар. защитни фактори, които влияят върху живота на децата и може да компенсират вредните влияния. Още в началното училище могат да се засилят защитни фактори, които да помогнат да се затвърди



способността на децата за положително поведение, социална компетентност, академична успеваемост, емоционално благополучие. Професионалисти могат да помогнат за изграждане на стратегии за подкрепа. Ето някои предложения:

ЧУВСТВО НА ПРИНАДЛЕЖНОСТ

Това чувство е основно за всички нас. То е основа за позитивно адаптиране, идентификация и чувство на увереност в себе си, и в необходимата степен – и в другите. У малките деца най-силната връзка е с техните родители и в началното училище е добре да се създаде такава връзка и с училището. Тясната връзка с класния ръководител или друг значим възрастен е от критично значение. Това става, разбира се, чрез лично общуване, но е също важно да се установи и пример за положителна връзка с родителите. Децата усещат интуитивно отношенията между възрастните, дори да не са коментирани. Когато се наблюдава сътрудничество и чувство на доверие между учител и родител, тези отношения се прехвърлят и към детето.

УВЕРЕНОСТ

Децата се нуждаят да вярват в това, че могат да постигнат поставените цели чрез действията си. Това често се определя като “самоефективност”. Деца, на които им липсва тази способност, могат да са прекалено зависими или да имат склонност да не поемат отговорност за действията си, тъй като вярват, че не могат да ги контролират. Ние можем да изградим способността на децата да завършват задачата, като им помогнем да установяват свои собствени цели. Стъпките в този процес включват помощ за определяне на целта, откриване на начините за постигането ѝ, установяване на начин за оценка и определяне на период, през който ще се постига целта.

Въпреки че това отнема повече време, методът може да се използва за решаване на проблеми, определяне на желания резултат и на ресурсите, които са на разположение, за да се реши проблемът, да се оцени постижението, преценка, кога се нуждаят от помощ. Подходящо е да търсят помощ, когато са изчерпали капацитета си или са осъзнали, че ситуацията не е в тяхна власт.





АДАПТИВНОСТ КЪМ ПРОМЯНА

Установеният ред е важен за малките деца. Такива редовни дейности като да си прибират вещите, да си лягат навреме, да имат режим на хранене и игра внасят необходимата структура в живота на децата и помагат да се установи чувството им за принадлежност и компетентност.

Не по-малко важна обаче е и способността да се адаптират към промени. Това е критична жизнена способност, която трябва да се развива от малка възраст. Някои деца реагират отрицателно на промяна, особено ако преживяват емоционален стрес. Те могат да се нуждаят от помощ, за да свикнат с промените (учител по заместване, ново подреждане на чиновете, различно легло, нов член в семейството). Необходимо е учители и възпитатели да бъдат осведомявани от родителите за различни промени, които настъпват в семействата. Възрастните могат да намалят страха, свързан с промените, като предварително предупреждават децата за тях, като позволяват на децата да вземат някакво участие в тях или като ги обсъждат. Това може да помогне на децата да развият стратегии за справяне. Да определят кои са нещата, които не са се променили, и да се насочат върху собствените способности, може да помогне на децата да придобият чувство за контрол и стабилност.

ПРИЗНАНИЕ

Всички деца се нуждаят от признание и утвърждаване. Положителната обратна връзка потвърждава желаното поведение и постижение, което се оценява. Училищният персонал оценява академичния успех чрез оценки, награди, обсъждане на успехите в клас. Признанието може да се използва също за да помогне на децата да развият приемливо поведение, като например хвалене на дете, което показва самоконтрол, когато е гневно, или показва съчувствие към съученик.

Ключът е да се фокусираме върху позитивното поведение, дори като начин да спрем негативното.

Например, ако детето е сбъркало, опитайте се да обърнете внимание на друго дете, което е направило нещо добро, вместо пряко да се обърнете към детето, което е сбъркало. В някои случаи

може да е необходимо да си спомните ситуации, в които детето е направило нещо правилно, и да го похвалите за това. Опитайте се да започнете разговора с нещо позитивно за детето, преди да се обърнете към проблемното поведение. Признайте чувствата, които могат да “подплатяват” това поведение. Помогнете на детето да определи това, което прави добре, и ако е възможно, свържете това умение с подходящата постижима задача, която може да изпълни. Бъдете подготвени и набележете предварително дейности, които да са ефективни в различни ситуации.

Деца имат нужда да знаят, че са уникални, различни. Ние виждаме това в тяхното нетърпение да правят домашните си. Такова просоциално поведение изгражда самооценката им, ускорява свързаността, засилва личното чувство за отговорност и представя възможности за положително признание. Деца могат да допринасят за това извън училище, като участват в различни начинания и доброволчески дейности. Такива участия карат деца да се чувстват част от обществото и дават шанс на децата, които не са напред в училище да се проявят в други дейности.

ИЗДРЪЖЛИВОСТ

Това е качество, което е в сърцевината на успеха. То се отнася до способността да не се предадеш, като свериш компаса си, предефинираш целта си и продължиш по набелязания курс. Изследвания показват, че децата със сходни рискови фактори може да покажат различни резултати в зависимост от издръжливостта си. Може това качество да се насърчи, като възрастният стане “окуражител” – някой, който познава значението на неуспеха, но няма да позволи това да стане трайно чувство за личен провал. Важното е да се помогне на детето да види “голямата картина” и да се увеличат способностите му да опита отново или ако е необходимо, да открие алтернативни начини да постигне целта си. Този процес позволява на детето да поеме отговорност за своите действия, но и да бъде уверено в собствената си стойност.

Питър Уели

Превод Светлана Райкова



ИЗ ДЕЙНОСТТА НА ОБЩЕСТВЕНИТЕ ВЪЗПИТАТЕЛИ ВЪВ ВАРНА

ЮНОША–РОДИТЕЛ–ОБЩЕСТВЕН ВЪЗПИТАТЕЛ

Пътят към промяната на юношата започва с познаването и приемането му такъв, какъвто е сега. А от гледна точка на развитието юношеството е динамичен период, в който младият човек има да решава важни задачи:

1. Да се приеме такъв, какъвто изглежда.
2. Постигане на емоционална независимост.
3. Постигане на финансова самостоятелност.
4. Зрели взаимоотношения с двата пола.
5. Развитие на интелектуални умения.
6. Търсене на социално отговорни умения.
7. Избор на професия и подготовка за нея.
8. Развитие на кодекс от етични норми.

Когато се работи с юноши, тези задачи трябва да се имат предвид, с уговорката, че не всеки преминава през тези етапи по едно и също време.

Като поема ангажимент за възпитателен надзор над юноша, общественият възпитател трябва да добие ясна представа на какъв етап от решаването на тези задачи се намира младият човек и каква е ролята на семейството в тази посока.

В повечето случаи, когато родителите са решили успешно за себе си тези задачи като юноши, детето естествено ползва техния опит, придобива и собствен и преминаването му през юношество то крие малко рискове. Такива деца рядко попадат в обсега на Закона за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните. Или, ако попаднат, то е случайно.

Опитът ми на обществен възпитател ме среща с родители, които не умеят или не желаят да бъдат подкрепяща среда на децата си в процеса на юношеското им развитие. И най-често самите те все още не са решили успешно задачите си, които е трябвало да



решат като юноши. И не могат да поведат децата си по път, който самите те не са извървели. А когато единият от родителите е отхвърлил изцяло родителските си ангажменти, юношеското развие става опасен период.

Подобен е случаят с Андрей – на 17 години, извършил в нетрезво състояние побой над непознат само защото бил от ромската общност. Родителите са разделени, бащата не проявява никакъв интерес към трите си деца, от които Андрей е най-големият. Майката изчерпва силите си да осигурява физическото оцеляване на семейството, все още не е постигнала финансова независимост. Мъжкото присъствие липсва, а споменът за него е негативен – безотговорен родител с незрели взаимоотношения към другия пол.

Андрей бързо намира отдушник от напрегнатата семейна среда сред връстници, а липсата на родителски контрол го отвежда до алкохола и нощните часове. И противообществената проява не закъснява.

Срещата ми с Андрей и семейството му става след подробно запознаване с всички детайли на възпитателното дело. Първоначалното интервю и последвалите разговори с майката и учителите очертават образа на юноша, който се приема такъв, какъвто е; постигнал донякъде емоционална независимост от семейството си; нехаен към интелектуалното си развитие, но мечтаещ да си намери хубава работа за много пари и да постигне финансова независимост.

Усилията ми са насочени към разговори с Андрей за пътя към постигане на мечтата му (добра професия с много пари) – отговорно отношение към придобиването на знания и умения в училище, изразено в по-малко отсъствия и в учене на уроците. И макар че менторският тон е избегнат, само говоренето не е достатъчно.

На помощ идват проектите за деца и млади хора, финансирани от Община Варна, и възможността Андрей да бъде включен в тях през лятото. Първият проект с клуб “Адреналин” му осигурява вълнуващи ваканционни преживявания – скачане с бърджи от Аспаруховия мост и нови запознанства. Благодарение на втория проект той придобива правоспособност за леководолаз и капитан на плавателен съд – 20 бруто регистър тона. Това го мотивира да бъде по-упорит в училище, защото има шанс да практикува про-



фесията си и на кораб, където очаква да получава добро възнаграждение за труда си.

Майката на Андрей е доволна от успехите на сина си, но по-голямата ѝ удовлетвореност е от това, че някой е компенсирал, макар и за кратко, липсата на загриженост за детето от страна на другия родител, от това, че на някого му “пука” как Андрей преминава през грапавия път на юношеството.

Доволен от себе си е и Андрей, защото е тръгнал по пътя, който може да му осигури мечтаната независимост – емоционална и финансова.

Всичко това се случи благодарение на общинските младежки проекти и проектите за превенция на асоциалното поведение на деца във Варна, които осигуряват включване в алтернативни дейности на младите хора с възпитателни мерки по Закона за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните.

Мария Стефанова,
обществен възпитател



ОБНАДЕЖДЕНА СЪМ ЗА БЪДЕЩЕТО Й

Когато децата решат да бягат от дома, това винаги е сигнал за тревога. Важно е да знаем какви са причините, довели до бягствата, за да можем да ги предотвратим.

Първата ми срещата с Мила е по повод бягство от дома ѝ. Тя е на 17 години. Тихо, спокойно и красиво момиче, но комуникацията с нея е трудна. Не се доверява изцяло. Липсва ѝ и амбиция, което се отразява негативно на постиженията ѝ в училище. Живее в семейство с нарушена структура – родителите ѝ са разведени. Има по-малък брат, на 7 години, от друг баща, а в момента майката съжителства с мъж, който не е биологичен родител и на двете деца.

Познавам я от 13-годишна, тъй като тогава учеше в училището, където работя. В училище – посредствена, а дълготрайните ѝ приятелства са с деца, които не се “перчат” с успехите си, аутсайдери. Дете, което търси разбиране.

От година и половина работя с нея като обществен възпитател – призвание да се решават социални проблеми със средствата на възпитанието.

След първото бягство местната комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните ѝ наложи като възпитателна мярка провеждането на консултации от специалистите в Центъра за социална превенция – психолози и детски психиатър. Заключението им бе: момичето се чувства отхвърлено, изолирано, неразбрано и недостатъчно обичано.

Тази ситуация, независимо дали е създадена у дома или в училище – потиска непълнолетната. В един момент, чувствайки се вече голяма, тя решава импулсивно, че ако не предприеме нещо, ще “експлодира”. Като избягва от дома си, Мила решава, че действа, че поема нещата в свои ръце. Тийнейджърката възприема себе си като достатъчно възрастен човек, който може да взема самостоятелни решения. В нейните очи избягалият човек е смел, силен, способен да действа като големите. Но идва момент, в който всеки трябва да осъзнае и понесе отговорност за решенията си.



Много разговори бяха проведени с Мила, докато стигнем до този момент. Разговаряхме колкото може по-често: за приятелите, училището, семейството, желанията и перспективите пред нея. Разговорите с родителите ѝ бяха напътствени: да отделят повече време на непълнолетната и на нейните интереси. Оправданията с липса на достатъчно време от страна на родителите доведоха до ново бягство от дома.

След внимателно екипно обсъждане (обществен възпитател – консултиращи специалисти: психолог, психиатър от Центъра за социална превенция, инспектор от детска педагогическа стая) Мила бе настанена в кризисен център. Премина в самостоятелна форма на обучение. За времето, когато бе под наблюдение, тя се амбицира и завърши учебната година.

Посоката, в която работя като обществен възпитател с родителите, е да прекарват повече време заедно с дъщеря си: да разговарят, да се изслушват, да споделят съвместни дейности, да се шегуват, дори да вечерят заедно, за да усети Мила тяхната грижа и отношение към нея. Нужно е родителят да се докосне до душата на детето си. А детската душа е най-фината материя.

Работата с Мила и нейното семейство още не е приключила. Сега тя е по-спокойна, няма бягства, научи се да споделя, има перспективи. Завърши успешно X клас. Убедена съм, че съм спечелила доверието ѝ и съм обнадеждена за бъдещето ѝ.

Соня Стоянова,
обществен
възпитател



НЯМА ЛЕСЕН ПЪТ ДО МЯСТОТО, КЪДЕТО СИ СТРУВА ДА СТИГНЕШ

Моят първи случай в местната комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните беше с непълнолетния В. В., на 16 години. Причината да бъде поставен под възпитателен надзор на обществен възпитател бяха честите бягства от дома му.

Имах поглед върху семейството му от времето, когато той и сестрите му учеха в основното училище, където преподавам и днес. Сега В. бе вече ученик в професионална гимназия. Бащата издържаше семейството с физически труд, а майката беше с психично заболяване, пенсионирана по болест.

Майката търсеше проблема на В. в лошата приятелска среда и се обвиняваше, че, като най-малък в семейството, много го е разглезила. До четвърти клас бил отличник и запалено тренирал футбол, но в пети клас започнали проблемите, бягства от училище. В осми клас избягал за първи път от дома си и след три дена го открили в интернет зала. Компютърните игри изместили интереса му към футбола и училището. Проблемът се задълбочавал, въпреки налаганите му ограничения.

От бащата разбрах, че В. отново е избягал. Реших да се срещна и с двамата родители. Бащата беше напрегнат и говореше с известна доза гняв, чувстваше се безсилен да се справи с проблема, искаше помощ от психолог. В това състояние той сподели, че В. не само бяга от дома, но взема пари и вещи и ги проиграва в интернет залата. Лъже и почти не ходи на училище.

Посетих училището и разговарях с някои от учителите на В. Те го определиха като тих и интелигентен, но многото му бягства бяха причина да завърши срока с две слаби оценки. Имаше реална опасност от изключване. От тях разбрах, че В. има комплекси по отношение на ръста си и няма приятели в класа. Общуваше само с едно момче, което било "интернет маниак". Разговарях и с този приятел на В. Тогава разбрах, че В. се страхува да се прибере, за-



щото е взел дебитната карта на баща си и е изтеглил доста пари. Ден по-късно го откриха в игрална зала.

Така започна работата ми с В., като най-трудно бе да спечеля доверието му. В началото той ме възприемаше като част от наложената му мярка и не беше откровен. Признаваше вината си и обещаваше повече да не бяга, но продължаваше да го прави, отричаше да употребява наркотици, алкохол и цигари. Възприемаше се като спортист, но не ходеше редовно на тренировки.

Тъй като родителите му твърдяха, че за всичко е виновна зависимостта му от компютрите, реших да го насоча към консултации с психолога ни в центъра. Опасенията до голяма степен се потвърдиха. В. обясняваше, че в залата се чувства спокоен и значим. Там той показваше високи умения, като запазваше своята анонимност, и не преживяваше комплекса си по отношение на своя ръст. Обясняваше, че навремето така се е чувствал на тренировките по футбол, но вече не бил толкова добър и загубил титулярното си място. Така Интернет изместил интереса му към футбола.

От това, което научих, изглеждаше сякаш бягствата на В. В. са свързани предимно с проблемите в пубертета (проблемна самооценка, бунт против родителите, против правилата). Нещо обаче още ми убягваше – загрижените родители и дете, което не иска да остава у дома... Реших да насоча първоначално усилията си към това да създам у него мотивация за постижения и за по-отговорно отношение към задълженията му, за осмисляне на времето, което прекарва в Интернет.

В началото на четвъртия месец В. отново избяга от дома си. От майката знаех, че бащата е строг, но след настояване от моя страна да разбере какво точно се е случило, майката сподели, че баща му го е пребил жестоко след поредна негова проява. Нещо повече, майката в момент на отчаяние и страх разкри, че това не е изолиран случай. Бащата преди биел нея и дъщерите й, но спрямо В. проявявал изключителна жестокост. Често го биел за най-дребни неща, обиждал го и го унижавал. Неу-



молимата действителност помете досегашните ми представи и преобърна целия случай.

Неотложно бе да спре физическото насилие над В. и ако е възможно, да се работи за нормални взаимоотношения между сина и бащата. При срещата имаше трудности, тъй като В. се срамуваше, не искаше да се разкрива и оправдаваше баща си, като търсеше причините за боя в своето поведение; не можеше да се изправи пред проблема, а реагираше като отмъщава с бягства и непослушание. От своя страна, бащата бе убеден, че с физическо наказание се възпитава най-правилно и даваше за пример дъщерите си. Въпреки усилията ми, той отказа да посети семеен психолог. Откриваше вината само във В. и за да намери потвърждение, го принуди да отиде на психиатър. В отговор синът му, почувствал се унижен, отново избяга. Изготвих доклад за случая, който бе изпратен до отдела за закрила на детето и до инспектор към детска педагогическа стая. Институциите се намесиха, бащата бе предупреден за последствията от своето поведение.

За облекчение на всички, нещата в семейството се успокоиха и реших, че ще има полза да насоча усилията си през следващите седем месеца за подобряване отношенията между бащата и сина. В този момент разбрах, че съм спечелила доверието на В. Срещите ни ставаха все по-дълги, а разговорите ни – по-приятелски. Престана да бяга от дома си, започна да посещава по-редовно училище. Започна да ходи на тренировки. Баща му също не смееше да използва физическо наказание.

Разговаряхме много за това какви качества има и какво може да постигне: насърчение, от което се е нуждаел през всички изминали години. В. преодоляваше страховете си и придобиваше самочувствие. Не се налагаше да лъже родителите си. Успешно завърши единадесети клас. Започна да крои планове за бъдещето си. Най-важното е, че престана да бяга от проблемите си, а се зае да ги решава. Научи как да защитава правата си и къде да получи професионална помощ, ако му се наложи. Дали това е достатъчно, за да има В. добро бъдеще, времето ще покаже. Аз работих с него година и три месеца и съм удовлетворена от постигнатото.

Ваня Тренева,
обществен възпитател



ДЕЦАТА И НИЕ

Училище за родители

Част III

Общинска комисия за борба срещу противообществените прояви на малолетните и непълнолетните

Председател

доц. д-р Христо Бозов

зам.-кмет на Община Варна

Зам.-председател

Светлана Коева

директор на дирекция "Превенции"

© Творчески екип:

Дъбина Карлова –

секретар на ОКБППМН – Варна

Марийка Борачева –

секретар на МКБППМН, р-н "Приморски" – Варна

Светлана Райкова –

секретар на МКБППМН, р-н "Вл. Варненчик" – Варна

Издава Община Варна

© Редактор

Георги Венин

© Печат

"ПасатПрес" – Варна

© Предпечат и дизайн

Издателство "МООРЕА"

Варна 9002, ул. "Ген. Столетов" 12,

тел. (052) 642 871, e-mail: office@moorea-bg.com

www.moorea-bg.com

ISBN 978-954-8576-16-1

