

# **Стратегии за справяне с агресията в университета**

д-р Светлозар Василев

17 май 2023

НБУ

# Определение

**Агресивното поведение представлява противопоставяне и/или нараняване на друг човек.**

Често е предизвикано от фрустрация.

Агресията може да се определи като **вербална, физическа и по-рядко сексуална принуда** над друг човек. Специфичен тип е пасивната агресия.

# Причини за агресивното поведение

- **Биологични фактори** – вродена агресивност и история на агресивно поведение в семейството;
- **Психологични фактори:**
  - Индивидуални причини (ниска емоционална зрялост, дезорганизирана привързаност);
  - Семейни причини (престъпност, история на конфликти, злоупотреба, насилие);
- **Социални фактори** – ситуации на раздяла, провал, тревога преди изпит.

# Техники

- **На агресията трябва да се реагира незабавно с неагресивени средства!**
- Осигурете безопасността на другите студенти и служители (напр. като ги изведете от помещението);
- Осигурете тиха и спокойна обстановка;
- Влезте в контакт със студента
  - Избягвайте конфронтация;
  - Говорете за случилото се;
  - Назовете емоциите довели до агресивното поведение на студента;
  - Поканете го да опише причините, поради които се тревожи или ядосва;
- Опитайте се да го успокоите с думи и поведение (предложете да влезете в връзка с негови близки, приятел, с ръководителя на департамента, в който учи);
- Поставете граници!
- В случай на неуспех повикайте охраната.

# Техники

**Погрижете се за личната си безопасност!**

Прекратете контакта със студента, ако забележите знаци за предстояща агресия:

- зачервяване на лицето;
- свиване на юмруци;
- крещене, обиждане, псуване;
- свиване на очите;
- хипервентиляция;
- други прояви на необичайно поведение.

# Овладяване на агресивното поведение в дългосрочен план

Професионална психиатрична и/психотерапевтична помощ:

- Изучаване на причините за агресивното поведение: индивид, семейство, среда;
- Насочване към специалист в или извън НБУ;

# Ресурсите на НБУ

**Центърът за подкрепа на студенти със специални образователни потребности**

**Стая 114, Корпус 1, тел.: 02 8110 134**

*Ръководител доц. Екатерина Тодорова*

*Секретар Милена Здравкова*

ЦПССОП) подпомага студентите във всички аспекти от академичния им живот и се грижи за тяхното адаптиране, така и за адаптирането на академичната среда на НБУ към тях.

- Програми за работа със студенти
- Програма за подкрепа на студенти със специални образователни потребности
- Система за тюторство

# Казус

В офис на НБУ влиза студент, който се оплаква от несправедливо отношение от страна на преподавател, който го е скъсал на изпит.

Преподавателят не е в офиса и двете преподавателки, които в момента работят на компютър му посочват това.

Студентът обаче не се успокоява. Крещи, че никой не го разбира, хвърля раницата си на пода и става все по-напрегнат.

Какво ще направите, ако сте на мястото на вашите колеги?