



Przemoc w szkole

Jak radzić sobie, gdy ich doświadczamy,
gdy jesteśmy ich świadkami lub sprawcami?

Czym różni się agresja od przemocy?

Jak agresja może przerodzić się w przemoc?

agresja - zachowanie

- *to świadome i zamierzone działanie, mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody*
- *jest incydentalnym zachowaniem*
- *Zwykle dotyczy osób o zbliżonej sile i możliwościach*
- *oprawca i osoba doświadczająca agresji często "zamieniają się miejscami"*



przemoc - proces

- *również jest świadomym i zamierzonym działaniem, mającym na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody*
- *ma charakter długotrwały, powtarzalny*
- *oprawca ma przewagę nad osobą, na której stosuje przemoc*
- *role oprawcy, osoby doświadczającej przemocy i świadka są utrwalone*

agresja a przemoc

"Gdy **siły obu stron są równe** i dochodzi do zachowań agresywnych, możemy mówić o **sytuacji konfliktowej**. Każda z zaangażowanych osób ma szansę na wygranie i realizację swoich interesów. Może przeanalizować sytuację, wybrać strategię i podjąć korzystne dla siebie działania.

Ofiara przemocy takiej możliwości wyboru nie ma - jeśli podejmie walkę, zawsze przegra.



Przemoc czy agresja?

Ania i Zosia chodzą razem do klasy. Podczas szkolnej wycieczki pokłóciły się. Ania obraziła Zosię wyzwiskami, a ta uderzyła ją w głowę i również postąpiła jej wiązanekę wulgarnych słów. Ania w odwecie zadała koleżance cios w brzuch. Po chwili rozdzielił je wychowawca. W efekcie bójki Ania miała guza na głowie, a Zosia – siniak na brzuchu.

Aśka, uczennica ósmej klasy regularnie zabiera kieszonkowe czwartoklasiście Karolowi. Jest on od niej dużo mniejszy i słabszy fizycznie. Kiedy młodszy uczeń próbuje się stawiać, Aśka popycha i szturcha go, grożąc że go pobije.



Ilustracja: pikisuperstar / freepik.com

Przemoc czy agresja?

Zapoznajcie się z historyjkami. Jak myślicie, w których z nich występuje przemoc, a w których agresja?

Do klasy siódmej doszedł nowy uczeń - Jarek. Od razu wzbudził niechęć w grupie lubianych, popularnych uczniów i uczennic. Rozpowiadają o nim zmyślane plotki i robią mu złośliwe żarty, przezywają go i obgadują. Założyli też grupę na komunikatorze, do której zaprosili całą klasę z wyjątkiem Jarka. Często publikują tam obraźliwe posty czy memy na jego temat. Sytuacja trwa już pół roku.



Antek i Jacek to najlepsi koledzy. Gdy wracali razem do domu po lekcjach, Jacek zrobił Antkowi zdjęcie, które rozesał potem innym kolegom. Uznał to za zabawne, bo jego przyjaciel bardzo śmiesznie na nim wyszedł. Okazało się jednak, że dowcip nie rozbawił Antka. Następnego dnia w szkole chłopcy pokłócili się, Antek powiedział, że nie chce znać Jacka, że jest on beznadziejnym przyjacielem. Jacek odrzekł mu na to, że ten nie zna się na żartach i jest głupi. Chłopcy przez kilka dni nie odzywali się do siebie, by następnie się pogodzić. Jacek obiecał, że więcej nie będzie rozsyłał zdjęć przyjaciela bez jego zgody.

Rodzaje przemocy i agresji

Za chwilę poznacie kilka form, jakie mogą przybierać agresja i przemoc.

Zastanówcie się, które z nich występowały w przytoczonych przed chwilą opowieściach.



- "bicie, kopanie, plucie, popychanie, szarpanie, wymuszanie pieniędzy, podstawianie nogi, zabieranie przedmiotów, niszczenie własności. Agresja i przemoc fizyczna mogą być stosowane bezpośrednio – gdy uczniowie sami są ich sprawcami – lub pośrednio – gdy nakłaniają do nich innych."

agresja i przemoc fizyczna

agresja i przemoc werbalna (słowna)

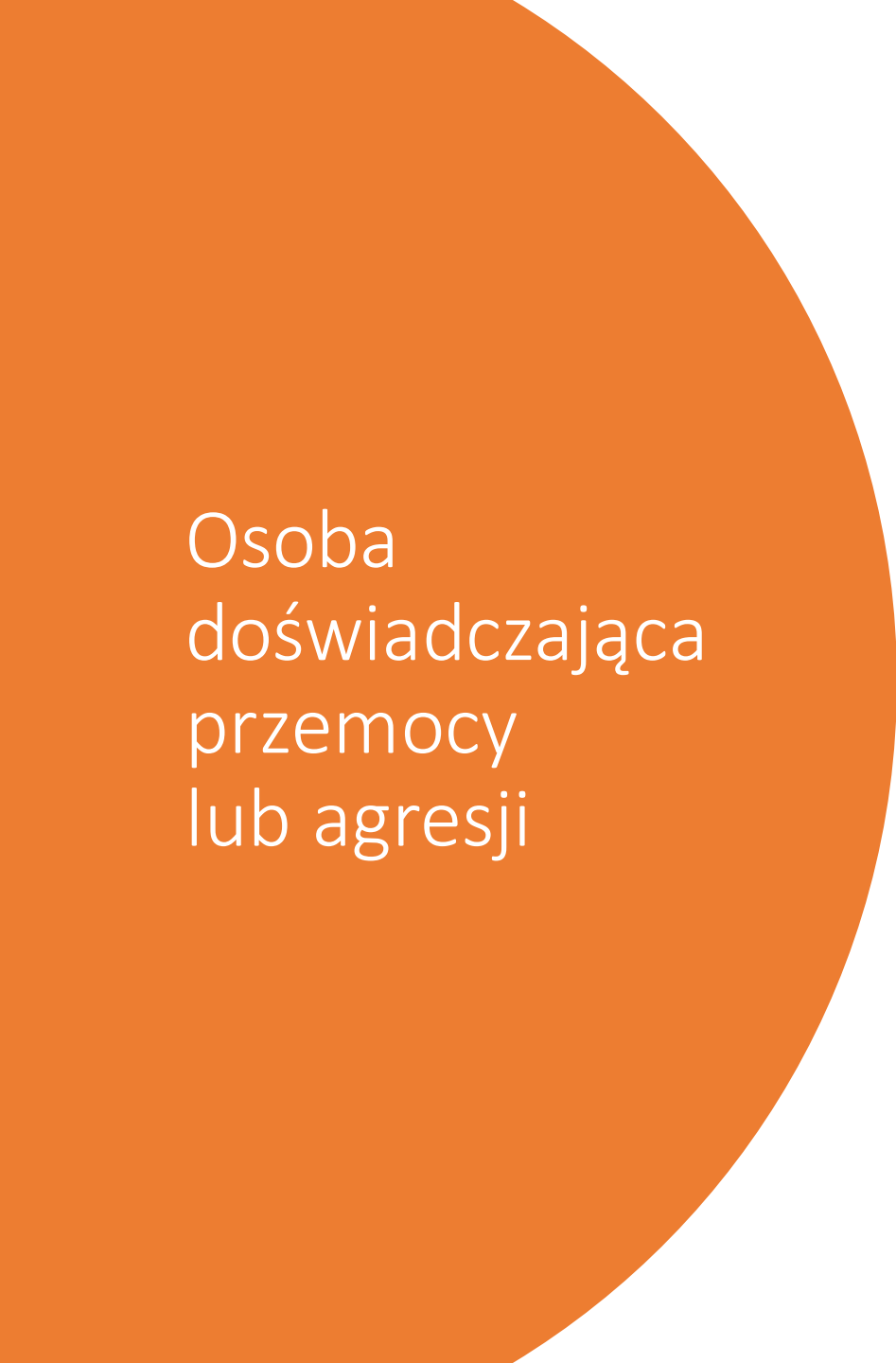
- "dokuczanie, przezywanie, wyśmiewanie, wyszydzanie, obrażanie, ośmieszanie, przeszkadzanie, grożenie, rozpowszechnianie plotek, pokazywanie nieprzyzwoitych gestów. Również ten rodzaj agresji i przemocy może występować w formie pośredniej, np. gdy uczniowie namawiają rówieśników do zrobienia komuś krzywdy, wyśmiewania lub wykluczenia z grupy. "

agresja i przemoc relacyjna

- "agresja bez fizycznego kontaktu, polegająca na działaniach, które prowadzą do obniżenia czyjegoś statusu w grupie, wykluczenia z grupy, izolowania, pomijania, nieodzywania się."

cyberprzemoc

- "przemoc z użyciem nowych technologii, np. obraźliwe SMS-y czy e-maile, wpisy na portalach społecznościowych, umieszczanie w internecie zdjęć lub filmów ośmieszających ofiarę. Uczniowie mogą się stykać z różnorodnymi formami agresji elektronicznej, np. agresywnymi atakami na czacie lub w ramach grupy dyskusyjnej, regularnym elektronicznym przesyłaniem nieprzyjemnych wiadomości do ofiary, podszywaniem się pod ofiarę (kradzież tożsamości), upublicznianiem tajemnic, udostępnianiem prywatnych materiałów (zdjęć ofiary), śledzeniem i nękaniami oraz prowokowaniem do pewnych zachowań i dokumentowaniem ich za pomocą zdjęć lub filmów upowszechnianych następnie w internecie, upublicznieniem poniżających, nieprawdziwych informacji lub materiałów na temat ofiary."

A large orange circle is positioned on the left side of the page, partially overlapping the text area.

Osoba
doświadczająca
przemocy
lub agresji

Mów o tym, przez co przechodzisz. Poczujesz ulgę i otrzymasz pomoc.
TO NIE JEST SKARŻENIE, TYLKO RATOWANIE SIEBIE!

W razie potrzeby - głośno krzycz, proś o pomoc. Zwróć uwagę otoczenia. W razie potrzeby zadzwoń pod numer alarmowy 112.

Pamiętaj, że chroni Cię prawo! Przemoc i nękanie są karalne!

Jeśli jesteś na to gotowa/gotowy, możesz powiedzieć osobie, która cię krzywdzi o swoich uczuciach i stanowczo poprosić ją, aby przestała. Najlepsza będzie rozmowa w cztery oczy. Pamiętaj, aby dokładnie określić, które zachowania sprawiają Ci ból.

Możesz odczuwać wstyd, ale pamiętaj, że **nigdy nie jesteś winien tego, że doświadczasz przemocy! Winien jest zawsze sprawca!**

Gdzie
szukać
pomocy?

U zaufanego dorosłego -
rodziców, babci, cioci,
nauczyciela, którego darzy
się zaufaniem;

Gdy wstydzisz się powiedzieć
o problemie komuś, kogo
znasz, możesz skorzystać z
telefonu zaufania.

Gdy jesteś
świadkiem
przemocy
lub agresji...

Co robicie widząc że ktoś jest
bity, poniżany, wykluczany?

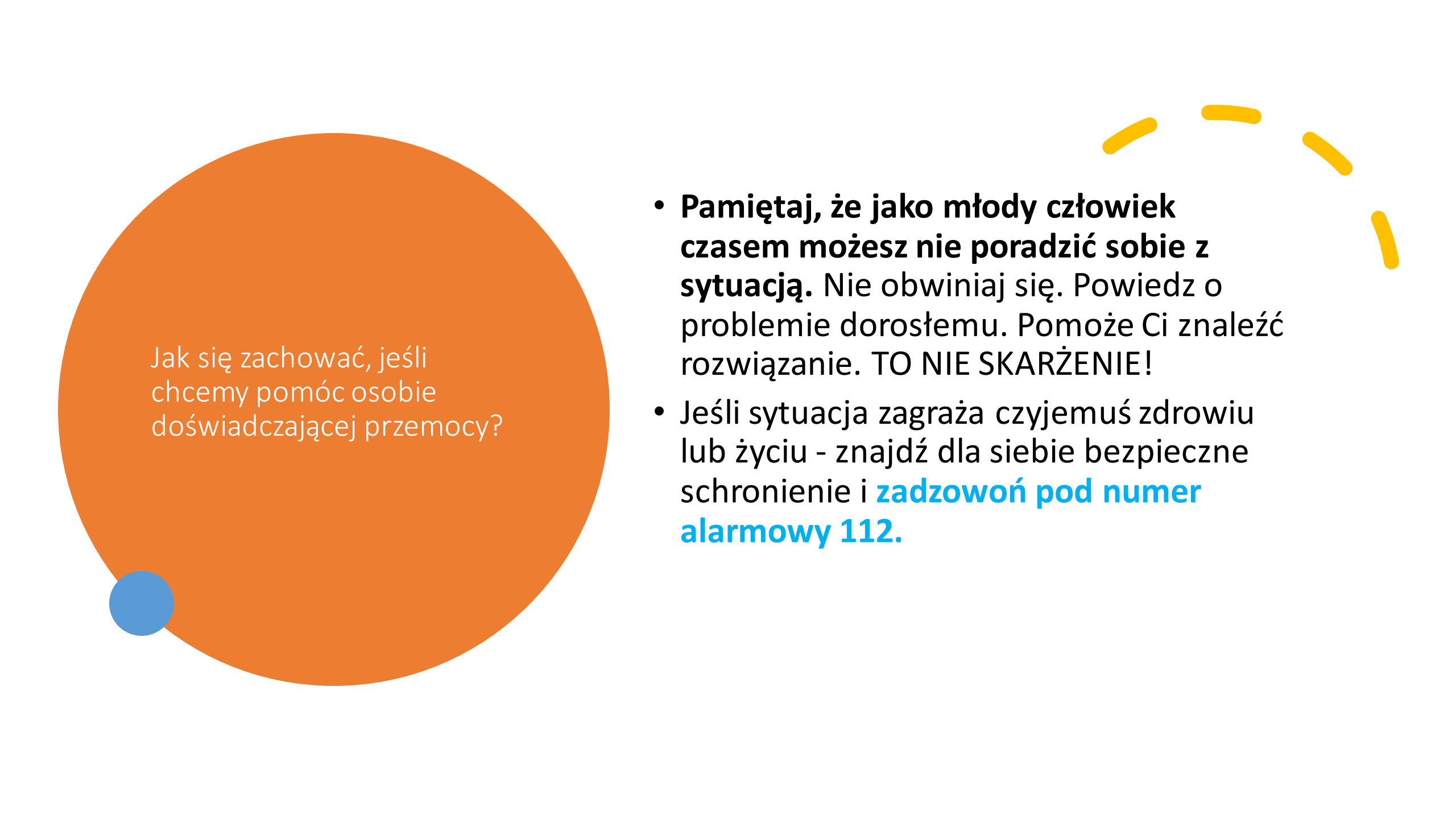
Czy zdarza Wam się, że nie
wiecie, jak zareagować?

Jak myślicie, czy Wasza
reakcja ma **znaczenie**? Jakie?

Świadek przemocy

Świadek zawsze bierze udział w procesie przemocy!

- Jeśli zachęca, podjudza - staje **po stronie oprawcy**.
- Jeśli nie reaguje, odwraca wzrok – **daje nieme przyzwolenie**.
- Jeśli reaguje, stara się pomóc - **staje po stronie osoby doświadczającej przemocy**.
- **To Wy decydujecie, jaka będzie Wasza rola.**



Jak się zachować, jeśli chcemy pomóc osobie doświadczającej przemocy?

- **Pamiętaj, że jako młody człowiek czasem możesz nie poradzić sobie z sytuacją.** Nie obwiniaj się. Powiedz o problemie dorosłemu. Pomoże Ci znaleźć rozwiązanie. **TO NIE SKARŻENIE!**
- Jeśli sytuacja zagraża czyjemuś zdrowiu lub życiu - znajdź dla siebie bezpieczne schronienie i **zadzwoń pod numer alarmowy 112.**

Jak się zachować, jeśli chcemy pomóc osobie doświadczającej przemocy?

- Jeśli czujesz, że dasz radę - **zareaguj**. Pamiętaj - **zawsze zwracaj się do osoby doświadczającej przemocy**, nie do oprawcy!
- **Nie wdawaj się w dyskusję ze sprawcą!** To może pogorszyć sytuację. Zwracaj się tylko do osoby, której chcesz pomóc.
- **Podejdź do nękaney osoby** i zapytaj, czy wszystko w porządku.
- Zaproponuj jej, żeby przyłączyła się do Ciebie lub do Twojej grupy znajomych. **Daj jej odczuć, że nie jest sama.**
- Być może innym osobom z Twojego otoczenia też nie podok się to, co robi sprawca? Im więcej Was będzie, tym bardziej pomożecie. **Porozmawiaj o tym z koleżankami i kolegami.** Razem będzie Wam łatwiej się przeciwstawić.



Czas na pracę w grupach!

- Podzielę Was teraz na 4 grupy.
- Każdej grupie przydzielę jedną z historii, które poznaliście wcześniej.
- Waszym zadaniem będzie wymyślenie różnych form pomocy tej osobie.
- Która z tych form wydaje Wam się najbardziej odpowiednia, którą byście wybrali, gdybyście znaleźli się w tej sytuacji? Wybierzcie osobę z grupy, która zaprezentuje reszcie klasy Wasze pomysły.

Sprawca przemocy

Jak myślicie, dlaczego ludzie stosują przemoc?

Co ich do tego skłania?

W jaki sposób mogli się tego nauczyć?

Czy sądzicie, że sprawcami przemocy są tylko ludzie źli?

Osoba stosująca przemoc

- Kim jest osoba stosująca przemoc? Nie ma co do tego reguły. **Każdy może nią zostać!**
- Osoby stosujące przemoc wiedzą, że w ten sposób mogą **osiągnąć pewne cele.**
- Celem osoby stosującej przemoc **nie jest cierpienie ofiary**, ale **satysfakcja z panowania nad nią i podporządkowania jej sobie.**
- Osoby stosujące przemoc dążą do **uzyskania kontroli nad otoczeniem i zdobycia znaczącej pozycji wśród kolegów.**



NIEMAL ZAWSZE
PRZEMOC I AGRESJA
SĄ EFEKTEM CIERPIENIA
I NIEZASPOKOJONYCH
POTRZEB!

Sprawcy stosując przemoc pragną
zaspokoić te potrzeby.



Dlaczego warto **zrozumieć sprawcę?**

Nie po to, aby go usprawiedliwiać! Nie ma sytuacji, w której stosowanie przemocy byłoby uzasadnione i dobre!

Warto zrozumieć oprawcę przede wszystkim po to, **aby... samemu się nim nie stać.**

Gdy zrozumiemy, co nim kieruje, będzie nam łatwiej **reagować na jego zachowanie.**

KASIA

- Kasia ma 13 lat. Jej rodzice bardzo dużo pracują, a ona za nimi tęskni. Całe popołudnia i wieczory spędza w domu sama. Jak myślicie, jak czuje się Kasia, kiedy rodzice długo nie wracają, a ona ich potrzebuje?
- Chciałaby, żeby mama i tata poświęcali jej więcej uwagi. Chciałaby poczuć ich miłość i akceptację. Czasem myśli, że rodzice nie interesują się nią, bo jest nudna, głupia, nic niewarta. Jest przez to niepewna siebie, boi się, że inni jej nie zaakceptują.
- Do jej klasy chodzi Karol, chłopiec, który jest drobny, szczupły i nosi bardzo grube okulary. Do tego często się potyka i upuszcza różne rzeczy.
- Kasia głośno komentuje niemal wszystko, co robi Karol. Nabija się z jego wyglądu i niezdatnych zachowań. Kiedy to robi, cała klasa się śmieje. Jak myślicie, co może wtedy czuć Kasia?



Uczucia i potrzeby Kasi

- Gdy Kasia długo czeka na rodziców, niezaspokojona jest wówczas np.. Jej **potrzeba kontaktu z rodzicami, potrzeba miłości, potrzeba bezpieczeństwa, towarzystwa.**
- Kasia może myśleć, że jest dla rodziców mało ważna. Może się wtedy czuć się **osamotniona**. Może też odczuwać **smutek, złość i lęk.**
- Niezaspokojona jest wówczas np.. Jej **potrzeba kontaktu z rodzicami, potrzeba miłości, potrzeba bezpieczeństwa, towarzystwa.**
- Gdy Kasia żartuje z kolegi i inni się z tych żartów śmieją, myśli , że jest ważna, interesująca, że rówieśnicy ją akceptują i podziwiają. Dostaje wtedy to, czego brakuje jej w domu. Zaspokoaja swoją **potrzebę akceptacji, przynależności, kontaktu z innymi ludźmim, potrzebę miłości.**
- Może czuć się wtedy **radosna, uskrzydłona, ośmielona, usatysfakcjonowana.**

JAREK

- Jarek ma 12 lat. Doświadcza przemocy w domu. Jego starszy brat, Krzysztof, często go bije, zabiera mu kieszonkowe, czasem nawet zamyka go w piwnicy, kiedy rodziców nie ma w domu.
- Jarek chciałby się bronić, oddać bratu, ale ten jest dużo większy i silniejszy. Jak myślicie, co w takiej sytuacji czuje Jarek? Jakie jego potrzeby są wówczas niezaspokojone?
- W szkole Jarek upatrzył sobie chłopca z młodszej klasy, Krzysia. Na przerwach zabiera mu jedzenie, podstawia mu nogę, czasem go popycha czy szturcha. Głośno naśmiewa się też z tego, że Krzyś pochodzi z niezbyt zamożnej rodziny i ma stary telefon. Krzyś reaguje na to płaczem. Jak myślicie, co wtedy czuje Jarek? Jakie potrzeby zaspokajają w ten sposób?



Uczucia i potrzeby Jarka

- Gdy starszy brat zamyka Jarka w szafie, ten może czuć np., niepokój, wstyd, strach, osamotnienie, słabość, złość, frustrację, może czuć się roztrzęsiony czy spanikowany.
- Wówczas niezaspokojona może być jego potrzeba bezpieczeństwa, wolności, wsparcia i zaufania do brata.
- Gdy Jarek dokucza młodszemu chłopcu wreszcie **czuje się silny, czuje, że ma nad kimś przewagę**. Robi to, co chciałby zrobić swojemu bratu, ale się boi. **Myśli, że ma kontrolę nad sytuacją, że to on tu rządzi**.
- Widzi też, że inne dzieci się go boją. Dzięki temu czuje się bezpieczny. **Nie boi się, że w szkole, tak jak w domu, ktoś będzie się nad nim znęcał.** Czuje się więc rozluźniony, pokrzepiony.



NIEZASPOKOJONE POTRZEBY

W jaki sposób Jarek i Kasia mogliby dążyć do zaspokojenia swoich potrzeb bez krzywdzenia innych?

Gdzie znajdziesz pomoc?

- Jeśli byłeś/byłaś świadkiem przemocy...
- Jeśli doświadczyłeś/eś lub doświadczasz przemocy...
- Jeśli stosujesz przemoc i chciałbyś/chciałabyś to zmienić...

...poproś o pomoc! **Powiedz zaufanemu dorosłemu, rodzicowi, ulubionemu nauczycielowi, szkolnemu pedagogowi lub psychologowi.** Jeśli w Twoim otoczeniu nie ma osoby, której ufasz, skorzystaj z **anonimowego telefonu zaufania.**



skutki przemocy

Przemoc wywiera ogromny wpływ na osobę, która jej doświadcza. Może ona przez wiele lat przeżywać lęk, smutek, rozpacz, złość. Może też czuć się nic nie warta, nie wierzyć w siebie i nie ufać innym, a nawet popaść w depresję.

Sprawcy przemocy uczą się zachowań opartych na agresji. Często nie mają prawdziwych przyjaciół, a ich koledzy są ich kolegami tak długo, jak długo się ich boją. Gdy dorosną, być może nie będą potrafili radzić sobie z konfliktami, tak jak większość osób - poprzez dogadanie się, zrozumienie innych.

Sprawcy mogą też popaść w konflikt z prawem, być objęci nadzorem kuratora lub trafić do ośrodka wychowawczego, a później - do więzienia.

Świadkowie przemocy, którzy nie zareagowali, mogą czuć się winni – zwłaszcza gdy dowiedzą się o dramatycznych dla ofiary następstwach przemocy.

Świadkowie, którzy nie zareagowali, mogą w przyszłości **czuć się bezsilni wobec życiowych trudności** i mieć poczucie, że mogą przetrwać jedynie stając po stronie silniejszych.

A na koniec...

Posłuchajcie, co na temat przemocy i nękania w szkole powiedział amerykańskim nastolatkom Nick Vujicic - mówcą, autor książek i niezwykle inspirujący człowiek.

Jako dziecko doświadczył ze strony kolegów i koleżanek bardzo wiele krzywd. Dowiedźcie się, jak sobie z tym poradził...

