

# SZKOŁA BEZ PRZEMOCY

## 1. AGRESJA A PRZEMOC

Przemoc to szczególna forma zachowań agresywnych. Pojęcia „agresja” i „przemoc” często używane są zamiennie, a w praktyce trudne do odróżnienia.

**Agresja** to świadome, zamierzone działanie zmierzające do wyrządzenia komuś szkody – fizycznej, psychicznej lub materialnej. Charakterystyczną cechą agresji jest używanie przez kogoś siły fizycznej lub presji psychicznej.

Zachowania agresywne dotyczą wszystkich ludzi. Najczęściej bywają jednorazowe lub incydentalne. Charakterystyczną cechą agresji jest to, że jej sprawca i ofiara nie pozostają nimi na zawsze, często zmieniają się swoimi rolami.

Agresja bardzo często jest związana z uczuciem złości. W szczególnych warunkach agresja może się przerodzić w **przemoc**, czyli wykorzystanie swojej przewagi nad drugim człowiekiem ( fizycznej, emocjonalnej, społecznej, duchowej ). Mamy z nią do czynienia wówczas, gdy osoba słabsza ( ofiara ) poddana jest przez dłuższy czas negatywnym działaniom osoby lub grupy osób silniejszych ( sprawcy przemocy ). Odróżnienie agresji od przemocy bywa trudne. Najczęściej przyjmuje się następujące kryteria, pozwalające na stwierdzenie, że mamy do czynienia z przemocą:

- istnienie nierównowagi sił między sprawcą a ofiarą,
- długofalowy charakter zjawiska ( w odróżnieniu od incydentalnego),
- cykliczność zachowań ( okresy nasilania się zachowań agresywnych na przemian z okresami względnego spokoju),
- występowanie „ sztywnych” ról – sprawcy, ofiary i świadka ( w odróżnieniu od agresji osoby te nie „ zamieniają się” rolami ).

Przemocy towarzyszy zazwyczaj niska świadomość istoty problemu, cechująca wszystkich jej uczestników. To oznaczać może np. , iż sprawca nie jest świadomy tego, że przezywając lub stosując „ fał” robi komuś krzywdę, ofiara może nie być świadoma, że wykluczenie jej z grupy to przemoc i może obwiniać o to siebie samą, a świadkowie, obserwując wydarzenia, mogą nie wiedzieć, że mają do czynienia z przemocą lub mogą mieć trudności z jednoznaczną oceną tego zjawiska.

Przemoc może stać się formą uzależnienia, jeśli zachowanie takie jest stosowane jako rozładowanie napięcia emocjonalnego, ponieważ jej sprawcy doznają wtedy wyraźnej ulgi i dlatego powtarzają podobne zachowania. Między innymi z tego względu przemoc sama się nie kończy – potrzebna jest interwencja z zewnątrz.

## 1. PRZYCZYNY AGRESJI I PRZEMOCY UCZNIÓW

### a ) czynniki biologiczne

Wyróżnia się kilka czynników biologicznych, które mogą mieć związek z poziomem agresji. Zaliczamy do nich m. in. :

- Czynniki temperamentalne – dziecko o „ gorącym” temperamencie jest bardziej narażone na wytwarzanie u siebie wzorca agresywnych zachowań.
- Wysoki poziom hormonów, zwłaszcza testosteronu u chłopców.
- Zaburzona dynamika przebiegu procesów nerwowych ( przejawiające się w postaci nadpobudliwości psychoruchowej), która wiąże się m.in. ze wzmożoną aktywnością dziecka i problemami w kontrolowaniu swojego zachowania.

Czynniki te mogą nasilać agresję, nie należy ich jednak postrzegać jako głównych przyczyn takich zachowań u dzieci.

### b ) wpływ środowiska rodzinnego

Wielu przyczyn agresji dziecka upatruje się w jego pierwszym środowisku wychowawczym jakim jest rodzina, rodzice często są wręcz obwiniani o takie zachowania swoich dzieci. Badania wskazują na negatywny wpływ trzech następujących czynników rodzinnych:

- Brak ciepła i zaangażowania w sprawy dziecka ze strony głównego opiekuna ( najczęściej matki ). Nadmierny dystans uczuciowy, chłód i brak bliskiego kontaktu z dzieckiem szczególnie w pierwszych latach jego życia – mogą wpływać na późniejszy brak empatii w kontaktach z ludźmi i jego wrogie nastawienie do otoczenia, co stanowi ryzyko zachowań agresywnych.

- Przyzwalająca i tolerancyjna postawa wobec dziecka, szczególnie wobec jego zachowań agresywnych w stosunku do otoczenia, często połączona z brakiem jasnych norm wobec dopuszczalności agresji. Takie zachowanie często nazywane bywa bezstresowym, chociaż w istocie jest dla dziecka bardzo stresujące. Pozwalanie dziecku na agresję, całkowity brak reakcji rodziców lub brak jednoznacznej reakcji w przypadku agresywnych zachowań wobec otoczenia, powodują ich utrwalenie się.
- Brutalne i agresywne zachowanie rodzica. Agresja jest zachowaniem, którego można się nauczyć poprzez obserwację lub bycie obiektem takich zachowań. Dzieci, które są traktowane agresywnie przez swoich rodziców, podobnie zachowują się wobec swoich rówieśników ( szczególnie tych słabszych), a w życiu dorosłym często wobec własnych dzieci.

### c ) wpływ grupy rówieśniczej

Grupa rówieśnicza jest dla dzieci ważnym obszarem odniesienia. Następujące zjawiska grupowe mogą wpływać na ukształtowanie się wśród dzieci wzorców agresywnych zachowań:

- Naśladowanie agresywnych zachowań tych osób, które są ważne i atrakcyjne w grupie( np. starsi koledzy ).
- Zmniejszenie się osobistej odpowiedzialności za agresywne zachowania, poprzez „ rozłożenie” jej pomiędzy więcej osób ( wszyscy to robią ).
- Zmniejszenie kontroli nad swoim agresywnym zachowaniem pod wpływem grupy.
- Istnienie norm grupowych dopuszczających agresję – zarówno wobec członków swojej grupy, jak i osób spoza niej.

### d ) bezpośredni wpływ sytuacji szkolnych

Dla osób pracujących w szkole szczególnie ważne mogą być te czynniki ryzyka przemocy, które związane są bezpośrednio z sytuacją szkolną. Mogą to być:

- Czynniki związane z organizacją nauczania – nuda, brak zagospodarowania czasu, ograniczenie przestrzeni, zagęszczenie, nadmiar bodźców, hałas, brak możliwości relaksu i odprężenia ( dla uczniów i nauczycieli ), brak zajęć pozalekcyjnych.
- Właściwy system norm – np. system norm niejasny, niespójny lub normy „podwójne”(inne są deklarowane, a inne obowiązują ), normy preferujące użycie siły, nieprzestrzeganie norm przez osoby znaczące.
- Niewłaściwa reakcja na zachowania agresywne – reakcje niekonsekwentne, bagatelizowanie przez nauczycieli niektórych agresywnych zachowań uczniów, brak reakcji na drobne wykroczenia, brak skutecznej mediacji w przypadku konfliktów.
- Czynniki związane z relacjami uczeń – nauczyciel – rodzic m. in. sprzeczność interesów, brak autentycznego dialogu i kontaktu, niewłaściwy sposób komunikowania się nauczycieli z uczniami.

## 2. FORMY AGRESJI I PRZEMOCY SZKOLNEJ

Najczęściej spotykane formy agresji i przemocy szkolnej to:

- **Fizyczna** – bicie, kopanie, plucie, popychanie, szarpanie, wymuszanie pieniędzy, podstawianie nogi, zabieranie przedmiotów, niszczenie własności. Przemoc fizyczna może być stosowana bezpośrednio – gdy sami jesteśmy jej sprawcami, lub pośrednio- gdy skłaniamy do tego innych.
- **Słowna i niewerbalna** – dokuczanie, przezywanie, wyśmiewanie, wyszydzanie, obrażanie, ośmieszanie, przeszkadzanie, grożenie, rozpowszechnianie plotek, i oszczerstw (osobiście lub np. za pomocą Internetu), pokazywanie nieprzyzwoitych gestów. Również ten rodzaj agresji i przemocy może występować w formie pośredniej, np. gdy namawiamy do zrobienia komuś krzywdy, wyśmiewania lub wykluczania z grupy.

W szkole najczęściej mówimy o tzw. agresji i przemocy rówieśniczej. Specyficzną jej odmianą jest tzw. fala uczniowska, czyli grupowe prześladowanie uczniów pierwszych klas przez starszych kolegów, przybierające postać przemocy fizycznej, słownej i niewerbalnej; często przy użyciu bardzo wyrafinowanych i brutalnych „rytuałów”. Przemoc w szkole może się jednak pojawiać również w innych relacjach.

Istnieją ścisłe związki między sposobem funkcjonowania szkoły jako instytucji, relacjami w gronie nauczycielskim, sposobem traktowania uczniów przez nauczycieli, a tym, jak oni sami zachowują się wobec

rówieśników i dorosłych. Przemoc nauczycieli wobec uczniów to najczęściej krzyk, oskarżanie, ironia, wyszydanie, upokarzanie, nierzadko również grożenie i wyzywanie, czasem kary fizyczne.

- **Nadmierne i wygórowane wymagania**, surowe oceny, zastraszanie uczniów (tzw. fala nauczycielska - „nie musicie chodzić do tej szkoły”, pokażemy wam, że nic nie umiecie”).
- **Zmuszanie uczniów do bezwzględnego podporządkowania**.
- **Stosowanie nadmiernych kar w konsekwencji niezwiązanych z zachowaniem ucznia**.

Badania wykazały, że agresywne zachowania nauczycieli zdarzają się najczęściej w szkołach ponadgimnazjalnych. Ostatnio coraz częściej w szkołach występuje zjawisko przemocy grup uczniów wobec pojedynczych nauczycieli. Zjawisko w szczególności dotyczy szkół ponadgimnazjalnych.

### 3. SKUTKI PRZEMOCY

Konsekwencje przemocy ponoszą wszyscy uczestnicy tych sytuacji.

**Ofiary przemocy** przeżywają poczucie poniżenia i upokorzenia, lęk, rozpacz i smutek. Czują się osamotnione, bezradne i bezsilne. Wstydzą się i czują się winne, że nie potrafią sobie poradzić. Wpływa to na wyniki w nauce. Długotrwałe pozostawanie w takiej sytuacji może prowadzić do zaburzeń somatycznych, często poważnych schorzeń, ale przede wszystkim pozostawia poważny i trwały uraz psychiczny. Dochodzi również do obniżenia samooceny i zaniżenia poczucia własnej wartości, problemy społeczne – trudności w nawiązywaniu kontaktów, skłonności do izolacji, częste myślenie samobójcze.

**Dla sprawców przemocy** konsekwencją jest utrwalenie się sposobu agresywnych zachowań na przyszłość, obniżenie się poczucia odpowiedzialności za własne działania, skłonności do zachowań aspołecznych, łatwe wchodzenie w konflikty z prawem.

**Świadkowie przemocy**, którzy nie potrafili się jej skutecznie przeciwstawić, przeżywają dezorientację, poczucie winy, niezadowolenie, pretensje do siebie, uczą się bierności, nie reagowania w trudnych sytuacjach.

### 4. JAK ROZPOZNAĆ OFIARY I SPRAWCÓW PRZEMOCY

Ofiary przemocy szkolnej bardzo rzadko mówią dorosłym o swoich problemach. Często doświadczyli bowiem bagatelizowania ich kłopotów przez dorosłych. Obawiają się też pogorszenia sytuacji, zemsty ze strony prześladowców. Wstydzą się, mają poczucie winy, gdyż są przekonane, że zasłużyły na takie traktowanie. Z początku dziecko najczęściej próbuje się na różne sposoby bronić. Polega to przede wszystkim na uleganiu sprawcom.

Czasami dziecko próbuje zaprzyjaźnić się z osobami, które mu dokuczają, bagatelizuje to, co go spotyka, dlatego wielu dorosłych długo nie zauważa problemu. Gdy to nie pomaga, ofiara powoli zaczyna unikać trudnych dla niej sytuacji. Izuluje się, może opuszczać lekcje lub udawać chorobę. Często odmawia wychodzenia z domu lub żąda zmiany szkoły.

W skrajnych przypadkach dzieci takie uciekają z domu lub podejmują próby samobójcze.

**Ofiarę przemocy szkolnej można rozpoznać po następujących sygnałach:**

- dziecko takie jest często wyśmiewane, ośmieszane, poniżane, zastraszane, popychane, zmuszane do wykonywania poleceń kolegów, często nosi też nieprzyjemne przezwisko,
- może szukać swoich rzeczy, które często są chowane, rozrzucone albo też niszczone,
- ma wyraźne ślady fizyczne – zadrapania, sińce, także podarte lub zniszczone ubrania,
- często płacze, wygląda na osobę smutną, nieszczęśliwą,
- może przejawiać nieoczekiwane zmiany nastroju – od smutku do irytacji lub nagłych wybuchów złości,
- jest izolowane, niezaprasza do wspólnych działań, w czasie podziału na grupy zostaje samo, jako ostatnie wybierane jest do grupy,
- ma problemy z głośnym wypowiedzianiem się na lekcji,
- traci zainteresowanie nauką, pogarszają się jego stopnie,
- spóźnia się do szkoły lub zaczyna chodzić do niej i z niej dziwną, okrężną drogą albo zaczyna jej unikać, wagaruje,
- przerwy spędza samo albo w pobliżu nauczyciela,
- nie bierze udziału w imprezach i wyjazdach klasowych lub trzyma się podczas nich obok dorosłych,
- nie ma kolegów, nikt nie przychodzi do jego domu i ono samo też nikogo nie odwiedza,

- skarży się na częste bóle głowy, brzucha, ma kłopoty ze snem, krzyczy lub płacze w nocy,
- domaga się od rodziców dodatkowych pieniędzy.

Niektóre ofiary przemocy mogą zachowywać się w sposób prowokujący, co utrudnia ich rozpoznanie.

#### **Uczniowie stosujący przemoc najczęściej są:**

- starsi, silniejsi lub bardziej sprawni fizycznie od swoich ofiar,
- aktywni i energiczni, starają się dominować nad otoczeniem i próbują podporządkować sobie innych,
- są impulsywni, łatwo wpadają w gniew, często są napięci lub sfrustrowani,
- nie przestrzegają norm i reguł,
- często wpadają w złe towarzystwo, dosyć wcześnie zaczynają pić alkohol, popełniają kradzieże i wchodzą w konflikty z prawem,
- często się buntują, występują przeciw dorosłym, chociaż mogą bać się silniejszych od siebie,
- mają opinię „twardych”, nie przejawiają wstydu, poczucia winy i empatii wobec innych,
- są raczej pewni i zadowoleni z siebie,
- zazwyczaj mają grupę osób, wśród których cieszą się popularnością,
- im są starsi, tym bardziej mają negatywny stosunek do szkoły i tym gorsze oceny.

## **5. JAK ROZWIĄZYWAĆ PROBLEMY AGRESJI I PRZEMOCY W SZKOLE**

Trzeba sobie zdać sprawę z faktu, że odpowiedzialność za rozwój i wychowanie powierzonych szkole dzieci odpowiadają wszyscy pracownicy szkoły przy konsekwentnej współpracy z rodzicami. Ważną rolę odgrywają tutaj następujące czynniki:

### **a ) Integracja i zaufanie**

Proces wychowania dzieci i młodzieży jest wspólnym oddziaływaniem dorosłych na młodzież i dzieci, które ma za zadanie ochraniać i wspierać je w rozwoju społecznym, psychicznym i fizycznym. Decydującego znaczenia nabiera zasada zintegrowanych i wspólnych działań wszystkich dorosłych, w momencie kiedy próbujemy ograniczać i likwidować zjawiska agresji i przemocy w szkole. Integracja prowadzi do zaufania, zaufanie wynika z integracji. Integracja oznacza zdrowe relacje między wszystkimi pracownikami szkoły, oparte na jasnych i sprawiedliwych normach grupowych. Szkodliwa jest sytuacja, kiedy w swoich działaniach pracownicy szkoły kierują się niejawnymi, destrukcyjnymi zasadami ( np. lepiej nie mówić o przemocy wśród uczniów swojej klasy, bo to zostanie przez kolegów ocenione jako „nieradzenie sobie z klasą”).

Zdrowe relacje w szkole oznaczają, że wszystkie problemy i konflikty pojawiające się w grupie są rozwiązywane samodzielnie lub przy pomocy zewnętrznej, nie tracąc przy tym skuteczności działania.

### **b ) Motywacja i zaangażowanie**

Większość nauczycieli chce pomagać dzieciom w ich rozwoju i przygotowaniu do życia społecznego i zdecydowana jest zaangażować się w działania, które w sensowny sposób prowadzą do tego celu.

Sukcesy, o które nie jest łatwo w zakresie rozwiązywania problemów agresji i przemocy, zadecydują o trwałej motywacji i zaangażowaniu w codzienne działania pojedynczych osób i całego zespołu.

### **c ) Wiedza i umiejętności**

Znaczenie wiedzy i umiejętności w zakresie dydaktyki w szkole jest rzeczą niepodważalną. Podobnie powinno być z wiedzą i kompetencjami psychologicznymi w zakresie procesu wychowania, składnikiem którego jest chronienie młodych ludzi przed destrukcyjnymi, fizycznymi i psychologicznymi skutkami agresji i przemocy. W zakresie zajmowania się problematyką agresji i przemocy kompetencje psychologiczne mają znaczenie zasadnicze.

### **d ) Wsparcie merytoryczne i emocjonalne**

Złożoność problematyki agresji i przemocy oraz mnogość różnych form i zjawisk, które im towarzyszą, powoduje, iż u osób próbujących rozwiązywać te problemy mogą pojawiać się najróżniejsze wątpliwości, obawy, niepewność i obciążenie emocjonalne. Dlatego też warto mieć sprawdzonych specjalistów jako doradców i zadbać o jakiegoś rodzaju grupy wsparcia emocjonalnego dla pracowników szkoły.

Zbudowanie szkolnego systemu skutecznie zapobiegającego przemocy jest zadaniem wymagającym czasu i podjęcia wielu kroków, a na widoczne zmiany często trzeba poczekać dłuższy czas. Całkowite uniknięcie zachowań agresywnych w szkole jest raczej niemożliwe, natomiast warto dążyć do sytuacji, w której interwencje wobec zachowań agresywnych będzie szybka i zdecydowana, co spowoduje znaczne zmniejszenie się ich liczby i zapobieganie przeradzaniu się agresji w przemoc. Szkoła jest skomplikowanym systemem i rozwiązywanie problemów agresji i przemocy na jej terenie wymaga systemowego podejścia.

Działania powinny mieć charakter ciągły i systematyczny i obejmować całą społeczność szkolną – nauczycieli, rodziców i uczniów. Muszą istnieć jasne, wspólne dla wszystkich zasady i procedury interwencji i postępowania w przypadkach agresji i przemocy – zarówno doraźne, jak i długotrwałe.

Wewnętrzna polityka szkoły wobec zjawiska przemocy stanie się skuteczna tylko wówczas, gdy będzie wspólną decyzją grona nauczycielskiego. Powstanie i wdrożenie skutecznego programu przeciwdziałającego przemocy wymaga włączenia w działania wszystkich nauczycieli, jak również pracowników niepedagogicznych szkoły.

Działanie zapobiegające agresji i przemocy w szkole powinny być realizowane jednocześnie w kilku obszarach.

#### **Na poziomie całej szkoły mogą to być:**

##### 1. Diagnoza problemu.

- a) ankiety skierowane do uczniów, nauczycieli i rodziców,
- b) opracowanie „mapy przemocy” na terenie szkoły przy współpracy z samorządem uczniowskim, analiza tej mapy i podjęcie działań wynikających z tej analizy; mapa taka uwzględnia informacje o miejscach i okolicznościach, w których dochodzi do przemocy,
- c) audyt zewnętrzny, czyli diagnoza wykonana przez kompetentne, niezależne i obiektywne osoby lub firmy,
- d) dokonywanie diagnozy sytuacji w klasie poprzez rozmowy, wywiady i obserwacje.

##### 2. Pogłębienie wiedzy i umiejętności nauczycieli – szkolenia, grupy wsparcia i inne formy edukacji.

W sprawie przemocy nie można polegać wyłącznie na intuicji, reagując, trzeba zachować pewne zasady i potrzebne są odpowiednie szkolenia, aby tę wiedzę zdobyć. Sama wiedza również nie wystarczy; potrzebne są również pewne praktyczne umiejętności postępowania, reagowania, odpowiedniego prowadzenia rozmów. Te praktyczne umiejętności można zdobyć podczas odpowiednich warsztatów.

##### 3. Zespoły nauczycieli do różnych zadań ( interwencyjne, wychowawcze itp.).

Dla realizacji zadań wychowawczych szkoły mogą tworzyć zespoły wychowawcze lub inne zespoły problemowo – zadaniowe. Do zadań zespołów wychowawczych należy wiele działań związanych z zapobieganiem i reagowaniem na zjawiska agresji i przemocy w szkole, np. opracowywanie programu wychowawczego lub programu profilaktyki, a także szczegółowych procedur dotyczących nagradzania i wyciągania konsekwencji z zachowań uczniów. Spotkania w zespołach wychowawczych mogą stać się również okazją do wymiany informacji i doświadczeń, umówienia się na wspólny sposób działania i postępowania w stosunku do uczniów mających trudności. Różnego rodzaju zespoły problemowo – zadaniowe mogą natomiast powstawać w zależności od potrzeb i zajmować się bardzo szczególnymi i konkretnymi zadaniami, np. opracowaniem strategii rozwiązywania konkretnego problemu, wprowadzeniem mediacji w szkole, rozwiązywaniem konfliktów itp.

##### 4. Edukacja rodziców.

Dostarczanie rodzicom informacji na temat zjawisk agresji i przemocy jest również bardzo ważne. Najczęściej są to różnego rodzaju wykłady, pogadanki czy dyskusje, prowadzone przez kompetentne w tym zakresie osoby. Można również zorganizować dla rodziców grupy edukacyjne lub grupy wsparcia, opracowywać ulotki informujące np. o sygnałach, na podstawie których można rozpoznać ofiary i sprawców przemocy, zawierających adresy i telefony instytucji, w których mogą oni uzyskać specjalistyczną pomoc dla siebie lub swoich dzieci.

##### 5. Stworzenie jasnego systemu norm i zasad szkolnych oraz konsekwencji za ich nieprzestrzeganie.

W sposób formalny normy i zasady szkolne określa zazwyczaj statut szkoły. Jednak czasami konieczne są bardziej szczegółowe umowy i relacje. Warto tworzyć oddzielne dokumenty, w których znajdują się wszystkie ustalenia związane z zapobieganiem agresji i przemocy w szkole. Może to być specjalny kodeks zawierający jasny system norm i zasad szkolnych oraz konsekwencji za ich nieprzestrzeganie, a także jednolite procedury działania i postępowania nauczycieli w tych przypadkach.

## 6. Konferencje i inne akcje szkolne na temat agresji w szkole.

Do ciekawszych przykładowych rozwiązań w tym względzie należą: konkursy z ciekawymi nagrodami, np. „Stop przemocy”, konkurs na opowiadanie lub komiks zakończony przysłowiem: „ Nie rób drugiemu, co tobie nie miłe”, Międzyszkolny Dzień Przeciw Agresji i Przemocy, podczas którego uczniowie biorą udział w zawodach sportowych, wykonują prace malarskie: plakaty i logo Dnia Przeciw Agresji na koszulkach, uczestniczą w warsztatach, które prowadzą wychowawcy klas wg przygotowanych przez pedagogów materiałów.

## 7. Współpraca szkoły ze środowiskiem lokalnym.

Jeżeli problemów nie da się rozwiązać we własnym zakresie, to należy sięgnąć po pomoc do najbliższego środowiska. Instytucje i osoby, które w sprawach agresji i przemocy mogą pomóc szkole, to m. in.: władze lokalne, szczególnie oświatowe, poradnia psychologiczno-pedagogiczna, punkt interwencji kryzysowej, świetlica socjoterapeutyczna, sąd, policja i straż miejska, pełnomocnik urzędu miasta lub gminy ds. profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych, kuratorzy sądowi, pracownicy pomocy społecznej oraz różne organizacje pozarządowe zajmujące się problemami społecznymi.

## 8. Zajęcia pozalekcyjne.

Zajęcia pozalekcyjne to niespecyficzna forma profilaktyki agresji, są jednak potrzebne uczniom ze względów rozwojowych; mogą ponadto pośrednio odgrywać rolę profilaktyczną, szczególnie w przypadku zajęć ruchowych, podczas których uczniowie mają możliwość odreagowania emocji i napięcia.

## 9. Atrakcyjne sposoby spędzania przerw.

Podczas przerw szczególnie mogą się ujawniać różnego typu zachowania agresywne, ponieważ sprzyjają temu różne czynniki, np. ciasne korytarze, chęć odreagowania napięcia lekcyjnego itp. Aby przeciwdziałać agresji i przemocy, możemy uczniom zaproponować podczas przerw: w specjalnie przeznaczonych do tego salach np. taniec disco, gry planszowe, gry na boisku szkolnym pod nadzorem nauczycieli wf., zajęcia ruchowe na sali gimnastycznej itp.

## 10. Nadzór nad uczniami – dyżury podczas przerw, dyżury dorosłych w niebezpiecznych miejscach i zmniejszenie dostępu do nich.

Organizacja dyżurów powinna zapewnić przede wszystkim odpowiednią liczbę osób dyżurujących oraz takie ich rozmieszczenie, które będzie w szczególności sposobem chronić miejsca ciasne, ciemne zaułki i korytarze, okolice sklepika, szatni itp. Aby dyżury skutecznie zapobiegały zachowaniom agresywnym, muszą być aktywne. Można w dyżury włączyć przedstawicieli samorządu uczniowskiego, woźnych, można prowadzić „karty zachowań agresywnych”, które trafią do pedagoga szkolnego, a ten będzie prowadził indywidualne rozmowy ze sprawcami i ofiarami przemocy.

## 11. Inne formy nadzoru – monitoring, ochrona, identyfikatory, patrole szkolne.

Świadomość uczniów, że są obserwowani, może powodować, iż w większym stopniu będą kontrolowali swoje zachowania.

## 12. Zaufana osoba, do której można się zwrócić w sprawach agresji i przemocy.

Taką osobą w szkole może być ktoś, kogo uczniowie rzeczywiście darzą zaufaniem ( np. osoba wybrana przez uczniów ), ktoś, kto jest odpowiednio do tego przygotowany pod względem merytorycznym.

## 13. Skrzynki na problemy i inne sposoby informowania nauczycieli przez uczniów o swoich problemach.

Uczniowie mogą zgłaszać swoje problemy dotyczące agresji i przemocy za pośrednictwem skrzynek na problemy, telefonów kontaktowych, e – maili np. do pedagoga szkolnego.

#### 14. Zauważanie i docenianie dobrych zachowań uczniów.

Agresją wśród uczniów zajmują się sami uczniowie, co może znacząco zmienić podejście do tych spraw całej uczniowskiej społeczności. Pokazujemy przez to, że problem agresji jest problemem wspólnym. Dorośli powinni tu zadbać o stronę merytoryczną, odpowiednio przygotować młodych ludzi i na bieżąco wspierać ich w realizacji działań. Im bardziej uczniowie będą się czuli autorami tych działań, tym bardziej będą się z nimi identyfikować.

#### 16. Działania budujące szkolną wspólnotę i tworzące pozytywny klimat szkoły.

Tworzeniu pozytywnego klimatu w szkole mogą służyć prawie wszystkie wspólne działania na jej terenie – wywiadówki, imprezy szkolne, mikołajki, itp. Można też zorganizować np. szkolny dzień życzliwości; turnieje rodzinne, wigilie klasowe z udziałem rodziców.

#### **Na poziomie klasy możliwe działania to:**

##### 1. Wspólnie ustalone reguły mające na celu zapobieganie przemocy ( w tym także jasno określone konsekwencje).

Na terenie klasy uczniowie uczą się wielu użytecznych umiejętności interpersonalnych – negocjowania, słuchania innych, obrony własnego zdania itp.

Ustalanie i przestrzeganie norm klasowych ma głębokie konsekwencje psychologiczne – uczniowie mają doświadczyć pożytku płynącego z kierowania się normami w życiu grupowym. Stają się autentycznymi strażnikami tych norm, robiąc to dlatego, że je sprawdzili i widzą ich przydatność w życiu klasy, a nie tylko dlatego, że tak nakazują przepisy. Można wypracować klasowe zasady przeciw przemocy, procedury i sankcje w przypadku nieprzestrzegania zasad oraz zasady bezpiecznego informowania i reagowania na przypadki przemocy.

##### 2. Zajęcia profilaktyczne i psychoedukacyjne dla uczniów.

Ważne, aby uczniowie podczas tych zajęć zdobyli wiedzę, czym jest agresja i przemoc, ponieważ często jej brak utrudnia rozpoznawanie problemów i reagowanie na nie. Istotne, aby taka edukacja odbywała się w sposób systematyczny. Zajęcia takie mogą prowadzić wychowawcy klas, pedagodzy szkolni lub inne osoby specjalnie do tego przygotowane, np. pracownicy poradni psychologicznej – pedagogicznej.

##### 3. Spotkania: uczniowie – nauczyciele – rodzice.

Gdy rodzice uczniów współpracują ze sobą i z nauczycielami, to gdy pojawi się problem, są w stanie go rozwiązać lub przynajmniej nie przeszkadzać w podejmowaniu przez szkołę koniecznych działań. Ich dzieci mają natomiast świadomość, że dorośli w trudnych sprawach działają wspólnie i mają wspólne zdanie.

Na poziomie jednostki są to działania związane z pomaganiem konkretnym osobom – prowadzenie mediacji lub pomoc ofiarom czy sprawcom agresji i przemocy. Można tu więc wyróżnić następujące formy działań:

- mediacje,
- indywidualne rozmowy z ofiarami przemocy,
- rozmowy z rodzicami ofiar przemocy,
- włączenie ofiar przemocy w aktywność grupową,
- grupy dla ofiar przemocy,
- rozmowy interwencyjne ze sprawcami, wyciąganie wobec nich wcześniej ustalonych konsekwencji, zawieranie kontraktów motywujących do zmiany zachowań,
- rozmowy z rodzicami agresorów,
- grupy edukacyjne i terapeutyczne dla sprawców agresji i przemocy,
- włączenie sprawców przemocy w pozytywne działania na rzecz innych osób.

Wszystkie opisane wyżej praktyki i działania, aby były skuteczne, muszą być wdrażane systematycznie, długofalowo i całościowo.

## KODEKS „SZKOŁY BEZ PRZEMOCY”:

1. **Szkoła jest wspólnotą.** Obowiązuje w niej jasny i przejrzysty system norm.
2. **Wszyscy się szanujemy.** Wspólnota szkolna buduje klimat bezpieczeństwa, szacunku, otwartego dialogu i porozumienia między nauczycielami, pracownikami szkoły, uczniami i rodzicami. Wszyscy szanują się wzajemnie i nie zachowują się względem siebie agresywnie.
3. **Wspólnie działamy przeciw przemocy.**
4. **Niczego nie ukrywamy.** Szkoła prowadzi regularną diagnozę problemu przemocy, a efekty działania systemu przeciwdziałania przemocy podlegają monitoringowi i ewaluacji.
5. **Zawsze reagujemy.** Szkoła reaguje na każdy przejaw agresji i przemocy oraz zapewnia długofalową, odpowiednią pomoc ofiarom, jak i sprawcom przemocy.
6. **Nauczyciel nie jest sam.**
7. **Uczniowie wiedzą, jak działać.** Szkoła organizuje uczniom regularne zajęcia profilaktyczne z zakresu umiejętności psychologicznych i społecznych oraz radzenia sobie z agresją i przemocą.
8. **Rodzice są z nami.** Szkoła włącza rodziców do tworzenia systemu przeciwdziałania przemocy i obejmuje ich działaniami edukacyjnymi.
9. **Mamy sojuszników.** Szkoła współpracuje ze środowiskiem pozaszkolnym przy podejmowaniu działań profilaktycznych i interwencyjnych dotyczących agresji i przemocy.
10. **Nagradzamy dobre przykłady.** Szkoła promuje wzorce zachowań oparte na poszanowaniu godności każdego człowieka.

## LITERATURA:

- Dambach K.E., Lobbing w szkole. Jak zapobiegać przemocy grupowej, GWP, Gdańsk 2003
- Kołodziejczyk J., Czemirowska E., Kołodziejczyk T., Spójrz inaczej na agresję. Program zajęć wychowawczo- profilaktycznych, Wyd. ATE, Starachowice 2001
- Olwens D., Mobbing. Fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?, Wyd. Jacek Santorski & CO, Warszawa 1998
- Poraj G., Agresja w szkole. Przyczyny, profilaktyka, interwencje, Oficyna Wydawnicza Edukator, Łódź 2002
- Rumpf J., Krzyżeć, bić, niszczyć. Agresja u dzieci w wieku do 13 lat, GWP, Gdańsk 2003
- Rylke H., Milczarek A., Węgrzynowska J., Wychowanie przeciw przemocy, Wyd. Fundacja Bene Vobis, Warszawa 1998

Opracowała: *Marta Karmelita*