



O programie



- ◆ Program społeczny „Szkoła bez przemocy” zainicjowało i prowadzi od wiosny 2006 roku 16 dzienników regionalnych dwóch grup wydawniczych – Media Regionalne i Polskapresse oraz Fundacja Grupy TP.
- ◆ Celem Programu jest przeciwdziałanie przemocy w polskich szkołach przez zwiększenie świadomości problemu, zmianę postaw wobec przemocy, a także dostarczenie szkołom konkretnego wsparcia i narzędzi, które skutecznie i systemowo zwalczaliby to zjawisko.
- ◆ Program jest prowadzony pod patronatem Prezydenta RP Lecha Kaczyńskiego.
- ◆ Do II edycji do programu "Szkoła bez przemocy" przystąpiło prawie 5 000 szkół, co stanowi 15 % (I edycja 10%) wszystkich szkół w Polsce.



1. Szkoła jest wspólnotą.

- ◆ Szkoła dąży do stworzenia wspólnoty wszystkich nauczycieli, uczniów, ich rodziców oraz pracowników niepedagogicznych szkoły, opartej o jasny i przejrzysty system norm.



2. Wszyscy się szanujemy.



- ◆ Wspólnota szkolna buduje klimat bezpieczeństwa, szacunku, otwartego dialogu i porozumienia pomiędzy nauczycielami, pracownikami szkoły, uczniami i rodzicami. Wszyscy uczestnicy społeczności szkolnej szanują siebie nawzajem i nie zachowują się wobec siebie agresywnie.

3. Wspólnie działamy przeciw przemocy.

- ◆ W szkole działa system przeciwdziałania przemocy, który jasno określa: obowiązujące normy, procedury działania i współpracy wszystkich zainteresowanych w zakresie rozwiązywania konfliktów oraz reagowania wobec przejawów agresji i przemocy. Jego zasady obowiązują wszystkich uczestników społeczności szkolnej: nauczycieli, uczniów, pracowników niepedagogicznych oraz wszystkie osoby znajdujące się na terenie szkoły.



4. Niczego nie ukrywamy.



- ◆ Szkoła prowadzi regularną diagnozę problemu przemocy w szkole, a efekty działania systemu przeciwdziałania przemocy podlegają monitoringowi oraz ewaluacji.

5. Zawsze reagujemy.

- ◆ Szkoła reaguje na każdy przejaw agresji i przemocy oraz zapewnia długofalową, odpowiednią pomoc zarówno ofiarom, jak i sprawcom przemocy.



6. Nauczyciel nie jest sam.



- ◆ Szkoła podejmuje działania, by nauczyciele mieli odpowiednią wiedzę i umiejętności z zakresu rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie z przejawami agresji i przemocy.

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.



- ◆ Aby przeciwdziałać przemocy szkoła współpracuje z rodzicami włączając ich do tworzenia systemu przeciwdziałania przemocy i obejmując działaniami edukacyjnymi.

9. Mamy sojuszników.

- ◆ Szkoła współpracuje ze środowiskiem pozaszkolnym przy podejmowaniu działań profilaktycznych i interwencyjnych dotyczących agresji i przemocy, gdy potrzeby przekraczają możliwości lub kompetencje szkoły.



10. Nagradzamy dobre przykłady.



- ◆ Szkoła promuje wzorce zachowań oparte na poszanowaniu godności każdego człowieka.

Złość

- ◆ to emocja (uczucie). Jest związana z mobilizacją energii i pojawia się zazwyczaj w sytuacjach, w których napotykamy na przeszkodę (szeroko rozumiana) w osiągnięciu ważnego dla nas celu. Przeżywają ją wszyscy i nie mamy wpływu na jej pojawienie się. Dlatego złość nie jest samo w sobie ani zła, ani dobra. Możemy mieć natomiast wpływ na to, co robimy, gdy czujemy złość.



- ◆ świadome, zamierzone działanie, mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody - fizycznej, psychicznej lub materialnej. Jej charakterystyczną cechą jest używanie przez kogoś siły fizycznej lub psychicznej wobec osoby o zbliżonych możliwościach, mającej zdolność skutecznej obrony. Agresja jest często, lecz nie zawsze, sposobem wyrażania złości.

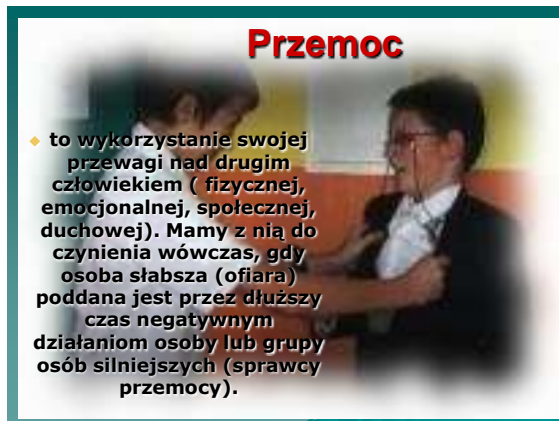
W szczególnych warunkach agresja może przeradzać się w przemoc.

Agresja



Przemoc

- ◆ to 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).



Formy przemocy szkolnej

Bezpośrednia przemoc fizyczna

- ◆ bicie,
- ◆ kopanie,
- ◆ plucie,
- ◆ popychanie,
- ◆ szarpanie,
- ◆ wymuszanie pieniędzy,
- ◆ zabieranie przedmiotów,
- ◆ niszczenie własności,
- ◆ przezywanie,
- ◆ wyśmiewanie



Formy przemocy szkolnej

Bezpośrednia przemoc słowna i niewerbalna

- ◆ dokuczanie,
- ◆ przezywanie,
- ◆ wyśmiewanie, wyszydzanie,
- ◆ obrażanie,
- ◆ ośmieszanie,
- ◆ grożenie,
- ◆ rozpowszechnianie plotek i oszczerstw (również poprzez sms-y i internet),
- ◆ pokazywanie nieprzyzwoitych gestów



Formy przemocy szkolnej

Pośrednie formy przemocy

- ◆ namawianie innych do ataków fizycznych lub słownych,
- ◆ naznaczanie,
- ◆ wykluczanie z grupy
- ◆ izolowanie od grupy



Pamiętaj, że jesteś ofiarą przemocy wtedy gdy:



- ◆ jesteś przezywany, uderzony, szczypany, bity, czy popychany.
- ◆ ktoś opowiada innym nieprawdziwe historie na Twój temat
- ◆ jesteś ośmieszany przez swoich kolegów i koleżanki
- ◆ ktoś niszczy lub zabiera Twoje rzeczy
- ◆ ktoś kradnie Twoje pieniądze
- ◆ w Internecie publikowane są obraźliwe informacje o Tobie
- ◆ dostajesz obraźliwe sms-y lub telefony
- ◆ nie chcesz iść do szkoły, bo boisz się spotkać swoich prześladowców

Sprawcy najczęściej dobrze wiedzą, w jaki sposób mogą Cię zranić. Gdy chcą Ci sprawić przykrość, złośliwie komentują:

- ◆ Twój wygląd: wagę, kolor włosów, sposób ubierania
- ◆ to, że dobrze się uczysz
- ◆ to, że uczysz się gorzej
- ◆ to, że nie masz pieniędzy
- ◆ Twoją popularność w szkole
- ◆ jeśli masz inną religię
- ◆ nosisz okulary lub aparat słuchowy
- ◆ masz wadę wymowy lub dysleksję



Skutki przemocy



Ofiary przemocy szkolnej

- ◆ Przeżywają trudne emocje - poczucie poniżenia i upokorzenia, wstyd, lęk, rozpacz i smutek.
- ◆ Długofalowe skutki dla ofiar to obniżona samoocena i problemy społeczne - trudności w nawiązywaniu kontaktów, skłonność do izolacji.
- ◆ Bardzo rzadko mówią dorosłym o swoich problemach. Często mają doświadczenia bagatelizowania ich problemów przez dorosłych ("przezywają cię - nie zwracaj na to uwagi", "nie skarż").
- ◆ Obawiają się też pogorszenia sytuacji, zemsty ze strony prześladowców.
- ◆ Ponadto przeszkadza im wstyd i poczucie winy - "kozioł ofiarny" jest przekonany, że wina tkwi w nim samym.
- ◆ Długotrwałe podleganie presji agresorów może prowadzić do zaburzeń somatycznych, często bardzo poważnych.

Skutki przemocy

Sprawcy przemocy

konsekwencją jest:

- ◆ utrwalanie się sposobu agresywnych zachowań,
- ◆ obniżanie się poczucia odpowiedzialności za własne działania,
- ◆ skłonność do zachowań aspołecznych,
- ◆ łatwe wchodzenie w konflikty z prawem.



Skutki przemocy



Świadcówce przemocy, którzy nie potrafili się jej skutecznie przeciwstawić:

- ◆ często latami przechowują poczucie winy, niezadowolenie i pretensje do siebie,
- ◆ uczą się też bierności, bezradności i nie reagowania w trudnych sytuacjach.

Co możesz zrobić?

- ◆ staraj się zachowywać pewnie i spokojnie
- ◆ wyprostuj się
- ◆ patrz w oczy
- ◆ unikaj gestów lub min, które mogłyby sprowokować
- ◆ próbuj ignorować zaczepki
- ◆ powtarzaj w myślach jakieś uspokajające zdanie np. "nic mnie to nie obchodzi"
- ◆ odejdź tak szybko, jak to jest możliwe
- ◆ powiedz, że nie odpowiada ci to, co robią - jasno i wprost np. "Nie lubię, gdy to robisz. Chciałbym żebyś przestał".
- ◆ na zaczepki i przewiski odpowiadaj wymijająco np. "to możliwe", "masz prawo tak myśleć"
- ◆ jeśli ci grożą, lub namawiają do czegoś złego, stosuj metodę "zdartej płyty", powtarzając stale to samo zdanie np. „Nie, nie zrobię tego”
- ◆ staraj się przebywać w bezpiecznych miejscach w szkole, tam gdzie jest wiele innych osób; sprawcy nie lubią świadków.
- ◆ jeśli pobiją Cię w szkole, natychmiast powiedz o tym nauczycielowi /powiedz też rodzicom/
- ◆ nie staraj się oddawać - możesz zostać pobity lub wpaść w kłopoty; bicie to napaść.
- ◆ możesz zawsze prosić o pomoc i wsparcie; nie obawiaj się wołać o pomoc do postronnych osób, mówiąc np. "oni mi grożą".



Nie obawiaj się mówić



- ◆ Jeśli jesteś prześladowany, koniecznie powiedz o tym komuś. /przyjacielowi, nauczycielowi albo rodzicom/. Pamiętaj, że prześladowanie samo się nie skończy, jeśli nikomu o tym nie powiesz. Nie jest to łatwe. Możesz się wstydzić lub obawiać, że zmartwisz tym rodziców lub sprawisz im kłopot. Jeśli nie chcesz sam opowiedzieć o problemie poproś np. kolegę, koleżankę, rodzeństwo, babcię lub dziadka, aby pomogli Ci o wszystkim opowiedzieć rodzicom. Jeśli zamiast mówić o problemie wolisz o tym napisać - przygotuj list do rodziców i opisz jak się czujesz.
- ◆ Pamiętaj, że w szkole zawsze jest Twój wychowawca lub inny nauczyciel, który powinien wiedzieć, jeśli dzieje się coś złego. Spróbuj znaleźć taki moment, kiedy będziesz mógł powiedzieć mu o tym tak, aby nikt się nie zorientował. Możesz np. zostać po lekcji prosząc o wyjaśnienie jakiegoś tematu. Jeśli masz większe zaufanie do innego nauczyciela lub pracownika szkoły (pedagog lub psycholog szkolny, pielęgniarka) - porozmawiaj z wybraną przez Ciebie osobą. Masz prawo do tego, aby poczuć się bezpiecznie.
- ◆ Możesz wybrać także inną dorosłą osobę, której ufasz np. lekarza. Osoba taka powinna znaleźć odpowiedni sposób, aby skontaktować się ze szkołą i Twoimi rodzicami, by ci pomóc.

Pamiętaj

- ◆ niezależnie od tego, czego dotyczy prześladowanie czy dokuczanie, **to nie Twoja wina.** Nikt nie ma prawa stosować przemocy wobec innych osób.

