

AGRESJA I PRZEMOC

Zmiany ustrojowe, jakich doświadczamy w ciągu ostatnich kilkunastu lat stwarzają wielkie wyzwania i zagrożenia dla jednostek jak i całego społeczeństwa. Olbrzymim kontrastom materialnym towarzyszy ogólna dostępność różnorodnych dóbr sprzyjająca narastaniu postaw konsumpcyjnych. Duże rozmiary bezrobocia i trudności w osiągnięciu sukcesu wywołują frustrację jednostek, którym się nie powiodło, a także poczucie zagrożenia i agresję. Przemoc i agresja jest stale obecna w życiu codziennym, a także w środkach masowego przekazu. Obecnie, kiedy przemoc staje się nagminna, kiedy lękamy się wyjść na ulicę, kiedy społeczeństwo zostało zalane falą przemocy, konieczne wydaje się pogłębienie wiedzy na temat źródeł zagrożenia oraz zapobieganie wyżej wymienionym negatywnym zjawiskom.

Przemoc i agresja mimo licznych badań i bogatej literatury, zaangażowania profesjonalistów stale narasta. Skłania to wciąż na nowo do podejmowania tego zagadnienia. Słowo **agresja** pochodzi od łacińskiego słowa „agressio” i oznacza: zaczepiać, napadać. Zazwyczaj tym terminem określa się wszelkie działania charakteryzujące się atakowaniem czy wrogością.

Agresja według definicji Władysława Szewczyka to, „Wszelkie działanie (fizyczne lub słowne), którego celem jest wyrządzenie krzywdy fizycznej lub psychicznej – rzeczywistej lub symbolicznej – jakiejś osobie lub czemuś, co ją zastępuje”(Słownik Psychologiczny; red. W. Szewczuk, WP, Warszawa 1985).

Agresja może być: emocjonalna, instrumentalna, fizyczna, społeczna, aspołeczna, bezpośrednia, przemieszczona, słowna.

Nie ma zgodności w rozumieniu pojęcia agresji, nie ma też jednej teorii wyjaśniającej jej genezę. Pochodzenie agresji wyjaśnia teoria instynktów wywodząca się z koncepcji Freuda, teoria frustracji Dollarda i teorie społecznego uczenia się. Właściwe wydaje się przedstawienie tych teorii. Ch. N. Cofer i M. H. Appley (1972), wyróżnili cztery koncepcje agresji.

1. Agresja jako instynkt. Przedstawiciele tej koncepcji przyjmują, że agresja powstała w drodze ewolucji i jest konieczna do utrzymania gatunku – jako napęd do działania. Każdy człowiek rodzi się z gotowym instynktem walki niezbędnym do życia podobnie jak z instynktem głodu. Instynkt walki wiąże się z uczuciem gniewu, który stanowi impuls do wystąpienia różnych zachowań agresywnych. W. McDougall uznaje to uczucie związane z instynktem walki za pozytywne z biologicznego punktu widzenia, gdyż pobudza do zachowań umożliwiających zaspokojenie potrzeb człowieka, skłania do obrony przed atakiem.

Koncepcja agresji jako instynktu nie została odrzucona i nadal jest przedmiotem badań, nie znalazła jednak do dziś potwierdzenia na gruncie fizjologii.

2. Agresja jako reakcja na frustrację. J. Dollard uważa, że zachowanie się człowieka zmierza zawsze do osiągnięcia jakiegoś bliższego lub dalszego celu. Jednak, gdy w toku realizacji jakiegoś celu człowiek natrafia na przeszkodę udaremniająca tę realizację – pojawia się wówczas frustracja, według podstawowego założenia, które przyjmuje ten autor, rezultatem frustracji będzie zawsze agresja. Zawsze, zatem można być pewnym istnienia frustracji u człowieka, który ujawnia zachowania agresywne. Inaczej rzecz ujmując, skutkiem sytuacji frustracyjnej jest powstanie napięcia emocjonalnego. I ono właśnie staje się pobudką do agresji. Zachowanie agresywne służy wyładowaniu tego napięcia.

Zdaniem J. Dollarda zachowania agresywne mogą mieć różny kierunek najczęściej są one skierowane na rzecz lub osobę będącą przyczyną frustracji. Rozwijając swą teorię Dollard skonstruował pewne prawa występowania agresji:

- siła pobudzania do agresji zależy od stopnia frustracji,
- akty agresji mogą ulec zahamowaniu pod wpływem kary,
- akty agresji mogą ulec przeniesieniu,
- akty otwartej agresji szybciej i skuteczniej niż agresji ukrytej zmniejszają napięcie frustracyjne.

3. Agresja jako nabyty popęd. Ściera się tu kilka, nieznacznie różniących się od siebie koncepcji agresji jako nabytego popędu. Jedne podkreślają rolę gniewu, inne – rolę konfliktowych oczekiwań dotyczących wzmocnienia zachowania agresywnego. J. Dollard i N. R. Miller sugerują, że gniew jest wyuczonym popędem na pewne sytuacje. Utrzymują, że agresja wystąpi wtedy, kiedy jest najsilniej wyuczoną reakcją na gniew. W ten sposób gniew wywołany przez frustrację pośredniczy w pewnych okolicznościach między frustracją a agresją. R. R. Sears na podstawie badań dzieci sugeruje, że agresja jako nabyty popęd może rozwijać się we wczesnym dzieciństwie na podłożu zachowań instrumentalnych znajdujących wzmocnienie w uzyskiwanym zainteresowaniu i pomocy dorosłych.

4. Agresja jako nawyk. Zachowanie dobrze utrwalone, do tego stopnia, że jest zautomatyzowane i realizowane bez pełnej kontroli świadomości, nazywamy nawykiem (Por. Słownik psychologiczny pod red. W. Szewczyka).

Siła nawyku agresji zależy od:

- częstości i intensywności doznawanej napaści, frustracji i przykrości, czyli warunków, które poprzedzają agresję. Takie stanowisko reprezentuje A. Buss „istnieje większe prawdopodobieństwo, że chronicznie agresywna będzie ta jednostka, na którą działało wiele bodźców wywołujących gniew, niż jednostka, na którą działało ich niewiele”.
- stopnia wzmocnienia agresywnego zachowania
- wpływu członków grupy powodującego wzrost zachowań określonego rodzaju, wzajemne pobudzanie się członków grupy do czynów agresywnych,
- temperamentu jednostki.

Przedstawione koncepcje nie wyczerpują całości problematyki, ale są istotne w pracy wychowawczej z dziećmi agresywnymi. Jeśli bowiem podjęta działalność praktyczna ma okazać się skuteczna, trzeba świadomie podjąć decyzję w zakresie przyjęcia pewnej jasnej koncepcji agresji i konsekwentnie wyprowadzać z niej wnioski dotyczące praktyki wychowawczej.

W każdym przypadku agresji można wyróżnić kilka czynników:

- **czynnik wrodzony** – ważne by w wychowaniu go uwzględnić, dostosowując działania do wrodzonych możliwości dziecka,
- **czynnik aktywnościowy** – wychowując, możemy starać się stymulować aktywność dziecka lub też hamować nadmierną,
- **czynnik frustracyjny** – zależy w dużym stopniu od środowiska i postaw rodzicielskich,
- **czynnik naśladowczy** – zależy głównie od środowiska. Można go modyfikować przez wychowanie – dostarczając odpowiednich wzorów do naśladowania lub wpływając na środowisko dziecka,
- **czynnik instrumentalny** – w dużym stopniu zależy od wyżej przedstawionych czynników, jest w największym stopniu podatny na wpływy wychowawcze.

PRZYCZYNY POWSTAWANIA AGRESJI

Czynniki biologiczne:

Do nich zalicza się przede wszystkim zaburzenia neurologiczne i zaburzenia równowagi chemicznej organizmu.

Ważną rolę w powstawaniu zachowań agresywnych może odgrywać czynnik związany z temperamentem dziecka. Dzieci o większym temperamencie (ruchliwe, szybko reagujące itp.) mają większe prawdopodobieństwo wytworzenia i utrwalenia wzorów reakcji niż te, które w swojej naturze są spokojniejsze. Warto jednak zaznaczyć, że czynniki związane z temperamentem dziecka mają raczej drugorzędne znaczenie dla występowania agresywnych wzorców zachowania.

Wpływ środowiska rodzinnego:

Rodzina jest kluczowym miejscem, gdzie przebiega proces socjalizacji dzieci, w znaczący sposób modelujący różne formy zachowania. Rodzina wywiera głęboki wpływ na dziecko od chwili jej narodzin do adolescencji. Często to dom obwinia się za złe zachowanie dzieci, ale jak zaznaczono wyżej, istnieje wiele podejrzeń, że część czynników znajduje się poza kontrolą rodziny. Jaka rolę odgrywa rodzina? Wolff (1985 za: Pearce 1997) doszedł do wniosku, że następujące czynniki rodzinne są związane z agresywnymi dziećmi:

- Nieobecność ojca,
- Małżeńska niezgoda,
- Depresyjna matka,
- Złuszczający się rodzice,
- Niekorzystne warunki ekonomiczne rodziny,
- Wielodzietna rodzina.

Sprzyjające powstaniu zachowań agresywnych dzieci w szczególności znaczenie ma styl i relacji i nastawienie rodziców do dziecka. Wśród nich za najważniejsze uznaje się:

- Negatywne emocjonalne nastawienie rodziców w pierwszych latach życia dziecka, charakteryzuje się brakiem ciepła i bliskich więzi.
- Przyzwalanie przez opiekuna na agresywne zachowania dziecka. Tolerowanie i nie ograniczanie agresywnego zachowania wobec rodzeństwa, kolegów, dorosłych prowadzi do wzrostu agresji.
- Stosowanie przez rodziców metod wychowawczych opartych na sile: kary cielesne, którym towarzyszą wybuch złości i agresja.

Dysfunkcyjne rodziny mogą nie rozwijać w dzieciach zdolności empatycznych. Rodzice mogą nie opiekować się dziećmi, nie akceptować takimi, jakie są, nie szanować ich uczuć. Dziecko wychowane w takich warunkach może mieć trudności z odczuwaniem empatii i być niewrażliwe na krzywdę dziejącą się innym ludziom. Rodzina nie wspiera działań w kierunku współdziałania z innymi lub są to działania incydentalne. Poszczególni członkowie rodziny kroczą swoją drogą, nie pomagają sobie wzajemnie. Brak tych umiejętności jest jedną z cech charakterystycznych dla agresorów. W źle funkcjonujących rodzinach może występować tendencja do lekceważenia dzieci przez rodziców, inne starsze osoby, rodzeństwo. W takich rodzinach używa się np.: „Dzieci i ryby głosu nie mają”- może to powodować niższe poczucie niższości, mniejszej wartości. Dziecko, aby rekompensować sobie te przykre emocje, dąży więc niekiedy do znalezienia szacunku dla siebie poprzez dominację nad innymi, najczęściej słabszymi i młodszymi.

Może się okazać, że rodziny nie zachęcają do rozwijania pozytywnych społecznych wartości jak np. uczciwość, szczerłość. Zamiast tego prezentują cyniczne stanowisko wobec relacji międzyludzkich.

Wpływ szkoły na zachowania agresywne dzieci

Szkoła jest miejscem, w którym dzieci spędzają codziennie przynajmniej kilka godzin. Można wskazać kilka obszarów, które mogą mieć kluczowe znaczenie dla rozwijania, wzmacniania lub wyzwalania na terenie szkoły zachowań agresywnych i przemocy wśród dzieci:

Czynniki związane ze szkołą jako instytucją i jej organizacją:

- Zbyt dużo dzieci w klasach, ograniczona ruchliwość,
- Czas spędzony głównie w sposób jednostronnie ukierunkowany.
- Zbyt dużo sytuacji bez możliwości wyboru (np. wycofanie się z grupy).
- Struktura organizacyjna szkoły (nauka zmianowa, łączenie klas, duża liczebność uczniów w szkole powodująca anonimowość zarówno uczniów jak i nauczycieli)
- Ogólny standard budynku i otoczenia (oświetlenie, poziom hałasu, wystrój pomieszczeń).
- Niewłaściwa kontrola uczniów.
- Częste zmiany nauczycieli.

Czynniki psychologiczne:

- Frustracja wynikająca z braku dobrego kontaktu z dorosłymi lub agresja z ich strony.
- Niskie poczucie własnej wartości, połączone z dużą ilością otrzymanych przez uczniów negatywnych komunikatów od dorosłych.
- Brak jasnych i przestrzeganych reguł życia szkolnego.
- Nieumiejętność radzenia sobie z przeżywaniem silnych i negatywnych uczuć, zwłaszcza złości.
- Nieumiejętność konstruktywnego rozwiązywania sytuacji konfliktowych.
- Frustracja spowodowana brakiem perspektyw życiowych.

Czynniki związane z relacjami nauczyciel-uczeń

- Sytuacje konfliktowe rozwiązywane przez dorosłych w sposób siłowy.
- Niewłaściwy sposób komunikowania się z uczniami (poniżanie, krytykowanie, ośmieszania, itd.)
- Sposób rozwiązywania problemów dyscyplinarnych podczas lekcji, częste nastawienie na szybki skutek (nieuwzględniające przyczyn i warunków powstania danego zachowania).
- Nieumiejętność radzenia sobie z przeżywaniem silnych i negatywnych uczuć (także wynikających kontaktów z uczniami)
- Niekonsekwentne metody dyscyplinujące uczniów.

Jak rozpoznać ofiary i sprawców przemocy

Często zarówno rodzicom jak i nauczycielom trudno jest rozpoznać, czy dziecko jest ofiarą przemocy rówieśniczej, zwłaszcza, że same dzieci niechętnie o tym mówią opiekunom. W tej sytuacji przydatna może się okazać obserwacja dziecka dokonywana przez nauczycieli i rodziców.

Lista wskazówek pomagająca rozpoznać ofiary przemocy: (wg Dana Olweusa 1998)

- są przezywane, wyśmiewane, zastraszane, zmuszane do posłuszeństwa,
- są zaczepiane, popychane, szturchane,
- podczas kłótni, zaczepki czy bójkę reagują często płaczem, uciekają,

- często szukają swoich rzeczy, które są chowane czy niszczone,
- mają sińce, zniszczone lub brudne ubranie,
- przerwy spędzają same nie dopuszczane do grupy,
- przerwy spędzają w pobliżu nauczyciela,
- często są wybierane jako ostatnie do pracy w grupach (np. do drużyn w grach zespołowych),
- są w szkole nieszczęśliwe,
- mają trudności w wypowiedaniu się na forum całej klasy (problemy z głośnymi wystąpieniami)
- zaczynają mieć kłopoty z nauką,
- spóźniają się do szkoły.

W domu:

- przychodzą do domu w podartych lub pobrudzonych ubraniach, mają zniszczone podręczniki,
- mają siniaki, zdrapania i tego faktu nie potrafią wyjaśnić w wiarygodny sposób,
- nie są odwiedzani przez kolegów ani nie chodzą do innych domów,
- często nie mają żadnego przyjaciela, z którym mogłyby spędzać wolny czas,
- nie lubią szkoły lub boją się do niej chodzić, z oporami wychodzą z domu ,
- do szkoły i ze szkoły często chodzą dłuższą drogą,
- mają kłopoty ze snem, koszmary senne, płaczą w nocy,
- maleje ich zainteresowanie szkołą, przynoszą coraz gorsze stopnie,
- proszą rodziców o pieniądze lub je kradną (by przypodobać się ich prześladowcom)

Ogólna charakterystyka potencjalnych ofiar przemocy szkolnej:

Zwykle dzieci, które są ofiarami przemocy szkolnej charakteryzują się jedna z lub kilkoma z podanych poniżej cech ogólnych.:

- potencjalne ofiary mogą być fizycznie słabsze od swoich rówieśników (dotyczy to zwłaszcza chłopców);
- boją się urazów fizycznych, dlatego unikają niebezpiecznych zabaw, niektórych sportów, bójek,
- są ostrożne , wrażliwe, ciche, wycofane z życia, mało aktywne, nieśmiałe, często płaczą,
- są niepewne, zalęknione, nieszczęśliwe, charakteryzują się niską samoocena, okazują swoją bezradność – są łatwym celem ataku,
- łatwiej nawiązują kontakt z dorosłymi niż z rówieśnikami,
- mają trudności z występowaniem na forum.

Jak rozpoznać sprawców przemocy:

- sprawcy są często silniejsi i sprawniejsi fizycznie niż ich ofiary lub są od nich starsi,
- widoczna jest u nich potrzeba dominowania i podporządkowywania sobie innych,
- są impulsywni, porywczy, często sfrustrowani; mają problemy z dostosowaniem się do ustalonych reguł, norm,
- są zbuntowani i nieposłuszni,
- cechuje ich niski poziom empatii, chcą mieć opinię „twardych”,
- często mają pozytywny obraz samego siebie, są pewni siebie,
- wcześniej łamią różne normy społeczne i prawne, często wpadają w „złe towarzystwo”,

- zwykle otaczają się grupką rówieśników, w której zyskują popularność, im są starsi tym grupka jest mniejsza,
- w szkole podstawowej ich oceny mogą być różne, dobre lub złe, w klasach starszych mają oceny poniżej średniej i negatywny stosunek do szkoły.

TRZY PODEJŚCIA DO TRAKTOWANIA PRZEMOCY W SZKOLE

- **Podjęcie moralistyczne,**
- **Podjęcie humanistyczne,**
- **Podjęcie legalistyczne**

Podjęcie moralistyczne

Podjęcie to zakłada, że przez jednoznaczne stwierdzenia, wielokrotne powtarzanie wartości i moralnych uzasadnień związanych ze stosunkiem szkoły do problemu stosowania w niej przemocy, będzie ona się zmniejszać. Moralistyczne podjęcie zakłada, że uczniowie dostosują się do wyznaczonych norm lub zrozumieją wartości reprezentowane przez szkołę. Stąd działanie polegające na odwoływaniu się, apelowaniu do uczniów o sens moralnych racji (praw) i równocześnie w ten sposób promowanie wartości uznawanych przez szkołę za ważne. (uzależnione od moralnego autorytetu szkoły; ważne również aby nauczyciele, pracownicy szkoły również kierowali się tymi wartościami w działaniu- aby nie wystąpiło – „co innego mówimy a co innego robimy”)

Podjęcie humanistyczne

K.Rigby definiuje to podjęcie – jako – oparte na szczerym pragnieniu nauczyciela zrozumienia osoby, która używa przemocy wobec innych, nie jako członka pewnej kategorii, notorycznego agresora, winnego, dla którego jest to standardowe zachowanie. Podjęcie takie wymaga słuchania (powstrzymywania się od wygłaszania kazań i odwoływania się do podjęcia legalistycznego) oraz budowanie autentycznej dwustronnej komunikacji jako niezbędnego warunku i zasadniczego elementu powodującego zmianę, nie tylko w zachowaniu agresora, ale także w sposobie jego myślenia i uczuciach. (uczeń nie miał wzorca pozytywnego dotyczącego reagowania na agresję, radzenia sobie z nią- brak pozytywnych umiejętności społecznych: dziękowanie, proszenie, zachowania agresywne są akceptowane).

Podjęcie humanistyczne daje możliwości zmiany niepożądanych zachowań. Rozmawiając z uczniem nauczyciele mogą wpłynąć na poszukiwanie przez ucznia nowych akceptowanych społecznie zachowań, rozumienie konsekwencji własnych działań, pomoc w lepszym rozumieniu otaczającego świata.(np. w badaniach przeprowadzonych w gimnazjach w Warszawie i Krakowie uczniowie wskazali rozmowę nauczyciela z agresorem za najskuteczniejszy sposób reagowania w takich sytuacjach)

Podjęcie legalistyczne

W podjęciu tym podstawowym narzędziem ograniczania zachowań agresywnych są ustalone reguły i zasady stosowane wobec osób, których zachowania nie mieszczą się w ramach uznanego i dopuszczalnego postępowania. Z zasadami i regułami związane są sankcje jako

następstwo naruszenia ustalonych norm. Sankcje mogą być mało moralizujące lub w ogóle niemoralizujące – ich celem jest egzekwowanie prawa wyrównującego szkody.

Kary mogą być ułożone hierarchicznie od łagodnych do surowych: dodatkowe prace domowe, odebrania przywilejów, zostawienia po lekcjach, do zawieszenia w prawach ucznia, przeniesienie do innej klasy, po wydaleniu ze szkoły. Część sankcji ustalona jest w regulaminach i statutach szkolnych, część natomiast jest niesformalizowana i zależy od uznania nauczyciela czy dyrekcji szkoły. Elementem procedury dyscyplinującej może być określenie momentu, w którym w jej realizowanie zostaną zaangażowani rodzice w celu wspierania działań dyscyplinarnych szkoły lub uświadomienie im potencjalnych przyszłych konsekwencji. W szczególnych przypadkach fizycznej i psychicznej przemocy, szkoła może formalnie przenieść procedurę wyciągnięcia konsekwencji wobec winnego wykroczenia na policję lub sąd.

Rozpoznanie miejsc wysokiego ryzyka

1. **Użycie map** (mapa szkoły, jej terenu- uczeń zaznacza takie miejsca).
2. **Użycie zdjęć** (zdjęcia różnych miejsc szkoły)
3. **Ankiety**

Poziom działania

Innym modelem tworzenia oddziaływań na terenie szkoły proponuje D.Olweus (1998). Autor ten koncentruje się na trzech poziomach działań składających się na bardzo obszerny program:

1. Środki zaradcze na poziomie szkoły: (ankiet wśród uczniów, szkolny dzień przeciw przemocy, zwiększenie kontroli podczas przerw, ciekawe zajęcia pozalekcyjne, telefon kontaktowy w sprawach przemocy, ogólnoszkolne zebrania rodziców, doskonalenie zawodowe nauczycieli, współpraca rodzice-dom).
2. Środki zaradcze na poziomie klasy (zasady klasowe zapobiegające przemocy, lekcja wychowawcza, nauka przez współpracę, zajęcia integrujące klasę, zebrania z rodzicami i rozmowy indywidualne).
3. Środki zaradcze na poziomie jednostki (rozmowy ze sprawcami i ofiarami przemocy, pomaganie agresorom i ofiarom w radzeniu sobie z problemem, rozmowy z rodzicami, których dotyczy problem, angażowanie uczniów „neutralnych”, wsparcie ze strony szkoły dla rodziców, fachowa pomoc psychologa lub pedagoga szkolnego, zmiana klasy).

SKUTECZNE: budując program przeciwdziałania przemocy i agresji w szkole należy brać pod uwagę zarówno poziom oddziaływań (cała szkoła, klasa, jednostka) jak również stosowania różnych podejść reagowania: (moralistyczne, humanistyczne, legalistyczne)

Interwencja w przypadku wystąpienia zachowań agresywnych i przemocy

Mówiąc o interwencji w przypadku wystąpienia zachowań agresywnych i przemocy, należy podkreślić, że istnieje, w zależności od sytuacji, konieczność wykorzystania różnorodnych form oddziaływani. Inne sposoby interwencji w przypadku pojedynczych zachowań agresywnych, inne w przypadku grupowej przemocy.

Proponuje się rozważenie następujących zagadnień:

Ogólnoszkolna procedura reagowania w sytuacji przemocy,

- Interwencja w sytuacji „gorącej agresji”,
- Indywidualne rozmowy:
- rozmowa z agresorem.

Metody pracy w sytuacji grupowej przemocy:

- Metoda „wspólnej sprawy”

- Metoda „bez obwiniania”

- Zawieranie kontraktów,
- Odwoływanie się do konsekwencji.
- Praca z uczniami o przewlekłych problemach z zachowaniem,
- Zmiany w środowisku szkolnym.

Ogólna procedura reagowania w sytuacji przemocy

Szkolna procedura postępowania w przypadku przemocy

Kroki procedury	Uczestnicy
1. Rozpoznanie	Nauczyciele, rodzice
2. Zbieranie informacji	Nauczyciele, uczniowie, pomoc z zewnątrz
3. Konsultacje	Nauczyciele, rodzice, uczniowie, specjaliści spoza szkoły
4. Realizacja planu działania	Nauczyciele, rodzice, uczniowie, specjaliści spoza szkoły
5. Ocena działania i modyfikacja	Nauczyciele realizujący przyjęty plan działania

1. Rozpoznanie

Rozpoznanie sytuacji przemocy rozpoczyna uruchomienie dalszych kroków procedury. Zachowania agresywne nie zawsze zdarzają się podczas obecności nauczycieli (np. podczas przerw lub poza terenem szkoły w drodze do domu), dobrze, jeżeli szkoła zachęci rodziców do kontaktowania się, kiedy dostrzegą, że ich dziecko jest ofiarą przemocy.

2. Zbieranie informacji

Zebranie możliwie wielu informacji dotyczących: uczestników zachowań agresywnych i możliwych przyczyn pojawienia się przemocy (źródło informacji: nauczyciele, uczniowie, (specjaliści- psychologowie, pedagodzy- pomoc w zrozumieniu przyczyn pojawienia się przemocy u uczniów)

3. Konsultacje

Konsultacje mają na celu stworzenie planu oddziaływań w stosunku do uczniów, którzy używają przemocy oraz ich ofiar. Na podstawie pkt 1 i 2 ustalany jest plan działania dla konkretnej sytuacji i uczestniczących w niej uczniów.

4. Realizacja planu działania

Realizacja planu jest konsekwencją ustaleń wynikających z poprzedniego kroku.

5. Ocena działania i modyfikacja

Po określonym w trakcie konsultacji czasie realizacji planu, należy dokonać oceny skuteczności przeprowadzonych działań. Należy dokonać przeglądu stosowanych metod, oceniając przyczyny – dlaczego plan nie zadziałał, Na tej podstawie można wprowadzić do planu korekty zwiększające prawdopodobieństwo powodzenia w przyszłości.

Interwencja w sytuacji „gorącej agresji”

Sytuacje „gorącej agresji” to te, w których uczniowie biją się, okładają pięściami, kopią itp. Reagując w takich sytuacjach nauczyciel powinien koncentrować swoje działania na utrzymaniu kontroli nad sytuacją, przerwaniu agresywnego zachowania, ustaleniu i przestrzeganiu granic właściwego zachowania oraz braniu odpowiedzialności za własne zachowanie.

Reaguj na każde agresywne zachowanie

Pierwszym i podstawowym krokiem w celu zmniejszenia ilości zachowań agresywnych jest dostrzeżenie i reagowanie na każdą sytuację, w której pojawiają się te zachowania. Niektórzy uczniowie używają zachowań agresywnych, aby zdobyć kontrolę nad otoczeniem- zachowują się agresywnie wtedy, gdy wiedzą, że takie zachowanie ujdzie im płazem Ignorowanie zachowań agresywnych, które w nieznaczny sposób zakłócają funkcjonowanie klasy (np. przezywanie) zwiększa prawdopodobieństwo ponownego pojawienia się tych zachowań oraz ich eskalację.

Oceń sytuację i stwórz plan działania

Kiedy decydujesz, że sytuacja wymaga twojej interwencji, dokonaj oceny sytuacji czy poradzisz sobie samodzielnie, czy potrzebujesz czyjejś pomocy. Jeżeli zdecydujesz się interweniować, powinieneś wiedzieć, co chcesz osiągnąć interwencją i w jaki sposób to zrobisz.

1. Jaki jest cel mojej interwencji? (Ustalenie celu interwencji jest niezbędne do skutecznego pokierowania agresywnym zachowaniem ucznia)
2. Co zrobię?
3. Czy to co robię, pomoże mi osiągnąć wyznaczony cel?
4. (Jeżeli to co robię, nie przynosi efektu.) Co mogę zrobić inaczej?

Zachowaj spokój

Osoba interweniująca powinna być opanowana i zachować spokój

Obniż ton głosu

Podniesiony głos nie prowadzi do niczego dobrego, raczej pogarsza jeszcze sytuację.

Mów wolniej

Kiedy prowadzimy rozmowę z uczniami, którzy są silnie wzburzeni ich zdolność do przyswajania informacji zawartych w komunikatach może być obniżona. Często pojawia się tendencja do szybszego mówienia, co może jeszcze bardziej wzmacniać zdenerwowanie uczniów, utrudniając skuteczną interwencję.

Unikaj zachowań mogących eskalować agresję

(Postawa twojego ciała). Jeżeli uczniowie przestali się bić, nie należy wchodzić między nich, może to pogorszyć sytuację. Zachowaj pewną odległość. Rozmawiając ze złościącym się uczniem, nie stawaj naprzeciwko niego, raczej stań pod niewielkim kątem lub obok niego.

Ustanów granice

Ważnym elementem interwencji i rozmów z agresorami jest ustalenie granic niewłaściwego zachowania.

Jasny komunikat: „W naszej szkole nie bijemy się”

Z drugiej strony ustalenie granic czasowych zachowań: „Daję ci pięć sekund na podjęcie decyzji” (pomaga to uczniom uzyskać kontrolę nad swoim zachowaniem)

Przypomnij o konsekwencjach

Ustalając granice zachowania, możesz odwołać się do konsekwencji, jakie spotkają ucznia, jeżeli będzie kontynuował swoje zachowanie.

Sily fizycznej używaj w ostateczności

Nie pozwól agresorowi czerpać korzyści z jego zachowania

Część zachowań agresywnych i przemoc stosowana jest przez uczniów po to, by znaleźć się w centrum uwagi. Jeśli osoba interweniująca poświęca czas wyłącznie na rozmowę z agresorem, nagradza w ten sposób jego zachowanie. W takich sytuacjach warto rozpocząć interwencję od zaopiekowania się ofiarą. Agresor nie powinien być w centrum uwagi. Jednak kontakt z ofiarą nie powinien być zbyt długi, to z kolei może wywołać chęć zemsty.

Doprowadź sytuację do rozwiązania

Po załagodzeniu sytuacji warto, aby jeden z pracowników szkoły porozmawiał z uczestnikami tej sytuacji. (najlepiej na osobności). Pomoc mediacji pomiędzy uczniami aby rozwiązali powstały między nimi konflikt: poszukiwanie możliwych sposobów zachowań w podobnych sytuacjach bez stosowania agresji i przemocy. Musi pojawić się jasny przekaz: że szkoła nie toleruje agresji jako sposobu rozwiązywania problemów.

Ignoruj niewłaściwe komentarze

Osoba interweniująca może spotkać się z niewłaściwymi komentarzami ze strony uczniów. Czasami jest to wynik silnych emocji, czasem próbują wciągnąć nauczyciela w konfrontację-manipulację. Skutecznym działaniem jest ignorowanie tych komentarzy i spokojne powtarzanie tego, czego oczekujemy od dziecka w danej chwili.

Dokumentacja zdarzenia

Zorganizuj wsparcie i pomoc dla ofiary

Ofiary mogą dalej czuć się zagrożone i mieć poczucie, że są osamotnione. Konsekwencją tego może być wagarowanie lub unikanie kontaktu z innymi ludźmi.

Dlatego w niektórych przypadkach konieczne jest otoczenie opieką ucznia, który padł ofiarą agresji ze strony rówieśników przez zapewnienie mu odpowiedniego wsparcia.

Uczenie alternatywnych sposobów radzenia sobie z agresją

Każdą sytuację, w której doszło do zachowania agresywnego nauczyciele powinni wykorzystać do uczenia alternatywnych sposobów radzenia sobie z agresją

Rozmowa ze sprawcą agresji (przemocy)

Wskazówki dotyczące rozmowy z agresorem:

- Rozpoczynając rozmowę, przedstaw krótko jej temat.
- Odnoś się do konkretnych zdarzeń- unikaj uogólnień (np. zawsze, nigdy)
- Przedstaw sytuację tak, jak ty ją postrzegasz.
- Pozwól uczniowi przedstawić swoją wersję wydarzeń (nawet jeśli z nim się nie zgadzasz, możesz dowiedzieć się więcej na temat przyczyn i mechanizmów jego zachowania).
- Bez względu na wyjaśnienia ucznia powiedz, jakie normy zostały naruszone jego agresywnym zachowaniem.
- Podkreśl, że takie zachowania nie są przez ciebie akceptowane.
- Poproś ucznia, aby znalazł sposoby rozwiązania tej sytuacji (co robi, aby więcej się nie powtarzała).
- Jeśli uczeń nie może znaleźć rozwiązania, możesz zaproponować swoje.
- Powiedz, jakie nastąpią konsekwencje, jeśli takie zachowanie się powtórzy.

Zawieranie kontraktu (nauczyciele dostaną przykładowy kontrakt)- załącznik 1

Skuteczne stosowanie tej techniki wymaga uprzedniego spełnienia kilku warunków:

1. Nauczyciel jest dobrze przygotowany do każdej lekcji, angażuje uczniów w interesujące formy uczenia się i wykorzystuje różnorodne, skuteczne strategie nauczania.
2. Uczniowie dobrze rozumieją oczekiwania związane z zachowaniem, są one konsekwentnie egzekwowane.
3. Nauczyciel rozwiązuje problem często zdarzających się złych zachowań za pomocą wcześniej zaplanowanej hierarchii interwencji niewerbalnych i werbalnych oraz logicznych konsekwencji.
4. Nauczyciel próbuje budować pozytywne stosunki z uczniami mającymi ciągle problemy z zachowaniem, próbuje również przełamać cykl zniechęcenia, pomagając im zaspokoić potrzebę poczucia własnej wartości.

Podpisanie kontraktu powinno być poprzedzone indywidualną rozmową z uczniem:

1. Rozpocznij od pozytywnej uwagi.
2. Powiedz uczniowi, że ma potencjalne możliwości dobrze sobie radzić i osiągnąć sukces, jeżeli nauczy się zachowywać w sposób właściwy.

3. Doprowadź ucznia do uznania, że jego zachowanie było niewłaściwe i do rozpoznania negatywnego wpływu tego zachowania na wszystkich w klasie. Możesz w tym miejscu użyć pytań w rodzaju: „Co robiłeś w klasie”, „Jaki to miało wpływ na twoje szanse osiągnięcia sukcesu”, „Jakby ci się podobało, gdyby inni uczniowie traktowali cię w ten sposób” „Jak by ci się podobało, gdybyś był w klasie, którą rzeczywiście lubisz, ale nigdy nie miałbyś szansy na nauczenie się czegoś, ponieważ inni uczniowie ciągle powodowali by kłopoty”
4. Następnie powiedz uczniowi, że jego zachowanie, bez względu na wszelkie tłumaczenia, jest nie do zaakceptowania i musi się zmienić. Dodaj: „Chciałbym opracować razem z tobą plan, który pomoże ci zachować się bardziej właściwie w klasie”
5. Jasno wytłumacz jak działa ten plan.
(choć uczniowie w klasach starszych mogą odbierać to jako formę manipulacji)

Metody pracy w sytuacji przemocy używanej przez grupę uczniów

1. Metoda wspólnej sprawy

Celem tej metody jest ustanowienie podstawowych reguł funkcjonowania uczniów w szkole, które pozwolą im na wspólne koegzystowanie, bez używania przemocy. Wymagane jest od uczniów umiejętność poszukiwania rozwiązań zaistniałej sytuacji i realizowania uzgodnionych postanowień. Kierowanie zmianą w zachowaniu uczniów. Stosujemy, gdy usłyszymy o przemocy w szkole. W przypadku tej metody celowe jest unikanie przez nauczyciela dochodzenia faktów i wyznaczenia tego, kto jest winny.

Kolejność spotkań- rozmowa

Sugerowana dla tej metody kolejność rozmów.

Rozpoczynamy od herszta- osoby, którą postrzegamy jako najsilniejszą w grupie pod względem pozycji i wpływów. (nie musi być to uczeń, który bezpośrednio używa agresji). Ostatnia osoba jest ofiara.

Rozmowy wstępne

Przed przystąpieniem do rozmowy warto porozmawiać z innymi dorosłymi naszej szkoły: pielęgniarka, sprzątaczką, woźną. Często obserwują oni uczniów w sytuacjach, które mogą uchodzić uwadze nauczyciela. W trakcie tych rozmów poszukuj wszelkich informacji: Kto jest prawdopodobnym prowodyrem?, Czy dziecko, wobec którego użyto przemocy, zachowywało się prowokacyjnie? itp.

Wprowadzenie tej metody wymaga również przeprowadzenia rozmowy z nauczycielem prowadzącym zajęcia. Poproś aby nie podgrzewał atmosfery: „Co przeszkrobaliście, że musicie pójść do pani Kowalskiej?”. O wyznaczonym czasie powinien po prostu przysłać ich kolejno do ciebie: „Piotrek, proszę pójść do sali 115”)

Koordynacja w czasie

Pierwsze rozmowy powinny odbywać się w kolejności, jedna po drugiej, bez przerwy. Z całą grupą powinno się przeprowadzić rozmowy w czasie jednej lekcji. Należy unikać przerw w spotkaniach.

Miejsce

Cisza, nauczyciel- uczeń prowadzi rozmowę siedząc. Pomocne są –techniki aktywnego słuchania.

Nastawienie osoby prowadzącej rozmowę

Nauczyciel powinien być zdolny do zachowania postawy neutralnej wobec uczniów. (nie oceniać ich zachowania i wypowiedzanych słów)

Załącznik nr 2 – skrypt do rozmowy z uczniami stosującymi przemoc

Problemy, na które można napotkać podczas rozmowy: brak pomysłów rozwiązania sytuacji, dziecko, które nie chce współpracować, niepraktyczne rozwiązania, obwinianie ofiary za jego prowokujące zachowania)

Załącznik 3 – skrypt do rozmowy z ofiarą przemocy

Załącznik 4 – Skrypt do rozmowy z uczniem, który prowokuje

Kolejne spotkania w przeciągu tygodnia (najwyżej dwóch) celem tych spotkań jest sprawdzenie jak, jak uczniowie radzą sobie z realizacją postanowień z poprzedniego spotkania.

Ostatni poziom to spotkanie grupowe, której celem jest ustalenie wspólnej zgody na utrzymanie zmiany w agresywnych zachowaniach uczniów. (ustalenie planu działania aby zapobiegać pojawienia się zachowań agresywnych). Po zakończeniu niezbędna jest dalsza kontrola, aby zobaczyć, że przeprowadzona interwencja pomogła.

„Metoda bez obwiniania” składa się z siedmiu kroków

Podstawowym jej celem jest poszukiwanie konstruktywnego rozwiązania problemu przemocy przez grupę uczniów pracujących pod kierunkiem nauczyciela. Również w tej metodzie nie stosuje się kar jako rozwiązania problemu.

1. Wprowadzenie tej metody rozpoczynamy od przeprowadzenia rozmowy z ofiarą przemocy. Odbywać może się ona w szkole.

– „W jaki sposób ci dokuczają?”- nie ocenić tego, co mówi ofiara, nie sugeruj co ma powiedzieć. Nie szukaj przyczyn tej sytuacji.” Co zrobiłeś, aby spowodować takie zachowanie”. Powiedz, że agresorzy nie zostaną ukarani - aby ofiara nie obawiała się, że będzie miała z tego kłopoty. Powiedzcie ofierze, że chcemy zorganizować zespół uczniów, który pomoże rozwiązać problem (skład zespołu: osoby grożące lub dokuczające, inne osoby obecne przy tych sytuacjach, przyjaciele ofiary)

2. Organizujemy grupę wspierającą skład zespołu: osoby grożące lub dokuczające, inne osoby obecne przy tych sytuacjach, przyjaciele ofiary) w spotkaniu nie uczestniczy ofiara. W trakcie informowania spotkania nie informujemy uczniów, co jest celem grupy i dlaczego właśnie oni zostali wybrani do tej grupy. Na początku spotkania powiedz:, że uczeń X czuje się źle w szkole i, że to oni mogą pomóc mu w poczuciu się lepiej i w rzeczywistości to jest to, co ich tu wszystkich łączy. Unikaj przypisywania ról i odpowiedzialności poszczególnym uczniom, chociaż często sami próbują to czynić.

3. Następnie zadajemy pytanie dotyczące tego, czy któryś z uczestniczących w spotkaniu czuł się kiedyś nieszczęśliwy w szkole, dlatego, że mu dokuczano lub nie był lubiany. Uczniowie rzadko do tego się przyznają. W rozmowie koncentrujemy się na uczuciach członków grupy związanych z ich złym samopoczuciem we wspomnianych przez

uczniów sytuacjach w szkole. Dalej stwierdzamy, że X musi czuć się podobnie. Przez te działania pobudzamy współczucie dla ofiary i zdobywamy zaufanie uczestników grupy.

4. Następną rzeczą, która się zajmujemy w trakcie spotkania jest stwierdzenie, że nikt w szkole nie powinien czuć się źle. (podkreślamy, że nie zamierzamy podczas tego spotkania nikogo karać- że nie jest to sposób na rozwiązanie problemu)
5. Następny krok to prośba do uczniów, aby zaproponowali sugestie dotyczące tego, jak można poprawić sytuację X. (np. „Pomogę mu w lekcjach”, „Kiedy zobaczę, że jest sam będę go zagadywał” itp.). Kiedy skończą pomysły, nie prosz i nie nalegaj na składanie obietnic przez poszczególnych uczniów. Plan musi być zaakceptowany przez całą grupę.
6. Podziękuj grupie za pracę. Umów się za tydzień (na którym przygotowują sprawozdanie- dotyczące podjętych działań)
7. Ofiara jako pierwsza dostrzega pozytywne efekty podjętych działań. Spotykając się z ofiarą, należy ją pochwalić, że dobrze radzi sobie w tej sytuacji.

Kary i konsekwencje

W wielu sytuacjach prowadzenie rozmowy z agresorem powinno być wsparte informacją o wyznaczeniu w przyszłości konsekwencji, jeśli zachowania te będą się powtarzać. Zamiarem podjętego procesu dyscyplinarnego nie jest karanie, a udzielanie wskazówek i poprawa zachowania. Pomocne dla nauczyciela w tym względzie może być ustalenie przez szkołę procedury dyscyplinującej, która powinna składać się z dwóch elementów:

1. Kary i konsekwencje zależne od nauczyciela - stosowane przy pojedynczych i niegroźnych zachowaniach uczniów. Używane są przez nauczyciela zależnie od jego uznania. Mackenzi (1996) wymienia trzy rodzaje możliwych do zastosowania przez nauczyciela konsekwencji:

- **Konsekwencje naturalne**- są bezpośrednim rezultatem niewłaściwego zachowania ucznia (wymagana jest konsekwencja nauczyciela)
- **Konsekwencje logiczne**- są wyznaczane przez nauczyciela i wiążą się logicznie z daną sytuacją lub niewłaściwym zachowaniem.
- **Konsekwencje nieadekwatne**- są nakładane przez nauczyciela i są albo niezwiązane z zachowaniem ucznia, albo wymagają zbyt dużej kary.

2. Kary i konsekwencje wynikające z ustalonego na poziomie szkoły postępowania dyscyplinarnego.

Obejmuje wszystkich uczniów na terenie całej szkoły. Zawiera ona działania, jakie zostają podjęte wobec ucznia łamiącego zasady i normy funkcjonowania w szkole.

Sposób, w jaki można przedstawić tak stworzoną procedurę, zawiera **załącznik nr 4**

Wśród oddziaływań dyscyplinarnych mogą znaleźć się zajęcia (np. pozalekcyjne czy odbywające się w soboty)

Warunkiem skutecznego stosowania tego rodzaju kar i konsekwencji jest wysoki poziom znajomości zarówno norm i reguł właściwego postępowania w szkole wśród uczniów jak i wiedza o konsekwencjach mogących ich spotkać za nieprzestrzeganie tych norm i reguł.

Praca z uczniami przejawiającymi przewlekłe problemy z zachowaniem

1. Powierzenie mu ważnych ról i zadań lub uczestniczenie w różnych formach zajęć grupowych w szkole lub poza nią (zawody, kółka zainteresowań, itd.)- zaspokojenie potrzeby przynależności,
2. Okazanie zainteresowania rzeczami, które uczeń ceni, rozpoznanie i podkreślanie jego mocnych stron, podkreślanie, co uczeń potrafi zrobić- zaspokojenie potrzeby kompetencji,
3. Dostarczenie okazji do podejmowania wyborów i doświadczania ich konsekwencji- zaspokojenie potrzeby siły i samodzielności,
4. Uczestniczenie w różnych imprezach charytatywnych- zaspokojenie potrzeby szlachetności.

W pracy z uczniem sprawiającym przewlekłe kłopoty z zachowaniem nie należy oczekiwać szybkich efektów. W wielu sytuacjach samodzielna praca nauczyciela z uczniem sprawiającym chroniczne problemy z zachowaniem przerasta jego możliwości. Dlatego sugeruje się, że w pracy z takimi uczniami potrzebna jest współpraca kilku nauczycieli tworzących zespół wymieniający się wiedzą, doświadczeniami, pomysłami i wspólnie ustalający i realizujący strategie postępowania wobec ucznia.

Psychologiczne metody zmniejszania agresji

Agresję można zmniejszać farmakologicznie podając leki spowalniające. Niestety, skuteczność ich działania jest wątpliwa i często występują efekty uboczne. Lepiej, więc zdecydować się na psychoterapię

1. Terapia psychoanalityczna.

Zadaniem terapii psychoanalitycznej jest doprowadzenie do uświadomienia sobie przez pacjenta tłumionych przeżyć z okresu dzieciństwa, czyli przyczyny choroby. W stosowanym przez Freuda procesie terapeutycznym wyróżnić można następujące etapy:

- rozładowanie napięcia, wgląd w siebie, przeniesienie na terapeutę traumatyzujących przeżyć, które łączyły go w dzieciństwie z osobami powodującymi uraz i stłumienie,
- etap oporów pacjenta w doprowadzeniu do świadomości stłumionych przeżyć,
- interpretacja, czyli wyjaśnianie pacjentowi przyczyn zaburzeń.

2. Terapia behawioralna.

Za pomocą terapii behawioralnej leczy się zaburzenia w przystosowaniu, przejawiające się w dolegliwościach somatycznych lub psychicznych. Podstawowy mechanizm terapii behawioralnej stanowi proces uczenia się rozumiany jako nabywanie nowych reakcji werbalnych, fizycznych, emocjonalnych. Psychoterapia ta ma doprowadzić do usunięcia nieprawidłowych reakcji i do nabycia reakcji prawidłowych. Psychoterapię opartą na wiedzy o prawidłowościach uczenia się społecznego proponowali tacy badacze jak: J. Dollard, N. E. Miller, A. Bandura.

3. Terapia humanistyczna.

Za twórców psychologii humanistycznej uważa się A. Masłowa, G. Murphy'ego, C. Rogersa. W centrum ich zainteresowań była osoba ludzka i jej doświadczenia. Najważniejszymi tematami w psychologii humanistycznej jest osobisty rozwój jednostki, jej samorealizacja i samourzeczywistnienie. Psychologowie humanistyczni uważają, że człowiek sam z siebie jest zdolny do aktywności prospołecznej rozumianej jako bezinteresowne dążenie do cudzego dobra. Proces wychowania powinien polegać na stworzeniu atmosfery szczególnie sprzyjającej rozwojowi człowieka, konstruktywnym zmianom w jego zachowaniu, w jego osobowości.

Koncepcje psychologiczne człowieka – behawioralna, psychoanalityczna, humanistyczna postulują różne metody oddziaływań ukierunkowanych na zmianę zachowań. Uznają człowieka za istotę sterowaną przez środowisko zewnętrzne lub zależną od wewnętrznych popędów czy też istotę autonomiczną dobrą z natury rozwijającą własne możliwości.

Teorie te można rozmaicie interpretować i wyjaśniać. Ważną rzeczą w działalności wychowawczej jest konieczność podejścia eklektycznego.

Jedną z metod przeciwdziałania agresji i przemocy jest **Trening Zastępowania Agresji Goldsteina**. Jest to program wielostronnej interwencji skierowany na zachowania młodzieży niedostosowanej. Osoby niedostosowane społecznie mają szereg braków w kontaktach z innymi; komunikacji, panowania nad emocjami, radzenia sobie z lękiem, gniewem. Niedostosowanie społeczne, w tym agresja, jest przejawem deficytu umiejętności prospołecznych.

Trening Zastępowania Agresji składa się z trzech komponentów:

- treningu umiejętności zachowań prospołecznych,
- treningu kontroli złości,
- treningu zasad etycznych (wartości).

Umiejętności te są ujęte w następujące bloki zagadnień:

I. Podstawowe umiejętności prospołeczne:

Słuchanie, rozpoczynanie rozmowy, prowadzenie rozmowy, zadawanie pytań, dziękowanie, przedstawianie się, przedstawianie innych osób, mówienie komplementów.

II. Nauka zastosowania podstawowych umiejętności prospołecznych:

Prośzenie o pomoc, przyłączanie się, udzielanie instrukcji, wykonywanie poleceń, przeproszenie, przekonywanie innych.

III. Umiejętności emocjonalne:

Znajomość własnych uczuć, wyrażanie własnych uczuć, rozumienie uczuć innych osób, radzenie sobie z czyjąś złością, wyrażanie sympatii i miłości, radzenie sobie ze strachem, nagradzanie samego siebie.

IV. Alternatywne umiejętności wobec agresji:

Prośzenie o pozwolenie, dzielenie się czymś, pomaganie innym, negocjowanie, stosowanie samokontroli, obrona własnych praw, reagowanie na zaczepki, unikanie kłopotów z innymi, unikanie bójk.

V. Umiejętność radzenia sobie ze stresem:

Składanie skargi, odpowiadanie na skargę, radzenie sobie ze wstydem (zakłopotaniem), radzenie sobie z pominięciem (odrzuconiem), stawanie w obronie przyjaciela, reagowanie na namawianie, reagowanie na niepowodzenia, radzenie sobie ze sprzecznymi informacjami, radzenie sobie z oskarżeniem, przygotowanie do trudnej rozmowy, radzenie sobie z presją grupy.

VI. Umiejętność planowania:

Decydowanie o podjęciu działań, ustalenie przyczyny problemu, wyznaczenie celu, określenie swoich możliwości, zbieranie informacji, szeregowanie problemów, podejmowanie decyzji, koncentrowanie się na zadaniu.

Zmiana zachowań społecznie niewłaściwych na zachowania społecznie pożądane odbywa się w sposób uwzględniający cztery procedury.

- modelowanie,
- odgrywanie ról,
- informacje zwrotne,
- transfer, czyli przeniesienie ćwiczonych umiejętności na życie codzienne.

10 ZASAD PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY

Dyrektor i koordynator ds. bezpieczeństwa może skutecznie przeciwstawić się agresji, jeżeli wie jak postępować, jakich słów używać i jakich zachowań unikać w kontaktach z uczniami, którzy dopuścili się zachowań agresywnych.

- **Reagowanie na najmniejszy przejaw agresji** – nie wolno traktować zachowań agresywnych jako „normalne w tym wieku”, „chłopcy tak się zachowują”, „ojej, ale z tego Tomka oferma”...
- **Osobiste, fizyczne potwierdzenie głoszonych prawd** – należy dbać o to, by nie być postrzeganym jako osoba, która tylko mówi, ale jako osoba, która wierzy w to, co mówi i co najważniejsza pilnuje, by tak się działo. „Koniec bijatyki”, „Nie chcę więcej tego słyszeć”
- **Bezwzględnie rozdzielamy strony** – najlepiej nie tylko fizycznie, ale również zakazujemy bezpośredniego kontaktu werbalnego.
- **Natychmiast określamy granice** – nie możemy w żadnym wypadku dopuścić do tego, by któraś ze stron próbowała nam grozić. To my jesteśmy od tego, żeby ustalać reguły i mamy prawo je egzekwować.
- **Przekazujemy jednoznaczną ocenę stwierdzonych faktów** – „Postąpiłeś źle. Zabraniam ci tak postępować. Tu się tak nie robi”. W żadnym wypadku nie możemy jednak komentować ani tym bardziej moralizować.
- **Musimy zgromadzić jak najwięcej obiektywnych faktów** – określić przyczynę, bezpośredni powód, potencjalnych sprzymierzeńców. To nie jest łatwe, należy przede wszystkim unikać osobistego zaangażowania, zawierzenia pierwszemu wrażeniu i skłonności do subiektywnej oceny.
- **Nie możemy pozwolić uciec żadnej ze stron** – „Wróć! Najpierw powiedzcie, o co wam poszło, a dopiero potem pójdziecie”.
- **Należy poważnie traktować wszelkie przejawy agresji** – „Widzę, że biliście się naprawdę”, „Popatrz jak on się boi”, „Ta rana jest prawdziwa”. W żadnym wypadku nie można bagatelizować. Ważne, żeby podkreślać, że strona skrzywdzona jest człowiekiem i ma takie same prawa jak inni.
- **Należy wyciągać konsekwencje** – reakcja na zło nie może być tylko cczą pogrózką, muszą za nią iść konkretne cele, najlepiej zorientowane na zadośćuczynienie skrzywdzonemu.

Należy pilnie obserwować strony po ustąpieniu agresji. Trzeba być w bezpośrednim kontakcie z osobami zdarzenia tak długo, aż stwierdzimy, że wszyscy pojęli, co się stało. Należy zrobić wszystko, żeby nie dopuścić do kolejnych starć.

Arkusz rozpoznawania ofiar przemocy w szkole

Dzieci, które są narażone na szykanowanie ze strony kolegów, charakteryzują się jedną lub kilkoma z wymienionych niżej cech. Niejednoznaczność ta wynika stąd, że czasami jedna cecha sugeruje nam, że mamy do czynienia z ofiarą przemocy lub prześladowań; czasami takich cech może być więcej. Trzeba przyjąć, że im więcej tych cech uda nam się stwierdzić, tym większe są szanse, że dziecko jest ofiarą prześladowania kolegów.

Oznaki podstawowe (względnie ważniejsze):

Dzieci narażone na prześladowania kolegów są:

1. Przezywane (nadawane są im nieprzyjemne "kzywki"), wyszydzane, zakrzykiwane, zastraszone.
2. Koledzy wyśmiewają się z nich w sposób nieprzyjazny, szyderczy.
3. Są zaczepiane, popychane, szturchane (i nie potrafią się przed tym obronić).
4. Są wciągane w kłótnie i bójki, w których są stroną słabszą; nie bronią się, nie próbują uciekać (czasem płaczą).
5. Koledzy zabierają im pieniądze, książki i inne rzeczy. Ich własność jest niszczone (np. rozrzucana po podłodze, kopana itp.).
6. Mają siniaki, zdrapania oraz podarte ubrania i tych faktów nie są w stanie wyjaśnić w żaden przekonujący sposób.

Drugorzędne oznaki prześladowania:

Dzieci prześladowane przez kolegów:

1. Często w trakcie przerw są samotne, nie dopuszcza się ich do grupy.
2. Nie mają w klasie żadnego dobrego przyjaciela.
3. Nie są wybierane (lub wybierane jako ostatnie) do drużyn zespołowych, zabaw grupowych, itp.
4. W trakcie przerw starają się przebywać w pobliżu nauczyciela lub innych dorosłych.
5. Mają problemy z zabieraniem głosu na lekcjach; odpowiadając sprawiają wrażenie niespokojnych, niepewnych.
6. Wyglądają na smutne, niezadowolone z siebie, nieszczęśliwe; są skłonne do płaczu.
7. Mają coraz gorsze oceny w szkole.

Cechy ofiar prowokujących

Ofiary przemocy są zazwyczaj bierne, wycofujące się, zależnione. W klasie bywają dzieci, które swym wyglądem i zachowaniem prowokują innych do agresji i dokuczania im. Można je zatem określić jako aktywnie prowokujące. Charakteryzują je zazwyczaj następujące cechy:

1. Mają porywczy temperament, bronią się, gdy ktoś je zaatakuje, chcą się bić i próbują oddać, ale najczęściej nieskutecznie.
2. Bywają nadmiernie aktywne, nie potrafią się skupić, wprowadzają zamieszanie i niepokój.
3. Często są niezdarne i niedojrzałe, miewają przyzwyczajenia, które innych irytują.
4. Nie są lubiane przez dorosłych, w tym także przez nauczycieli.

Mogą same próbować dokuczać innym uczniom.

Agresji można zaradzić. Osiem kroków do spokoju

Polscy uczniowie padają ofiarami wymuszeń, napadów i szykan. Co dziesiąty przyznaje się, że został skrzywdzony na terenie szkoły. Sprawcami są koledzy z ławki.

Z najnowszych badań amerykańskiej akademii nauk wynika, że agresja jest wprawdzie przekazywana z pokolenia na pokolenie, jednak nie za sprawą genów. Naukowcy z Uniwersytetu Chicago przeprowadzili badania nad agresją u rebusów. Dzieci matek agresywnych oddali pod opiekę łagodnych samic, dzieci łagodnych małąp wychowywały agresywne samice. Okazało się, że spośród 16 małąpek wychowanych przez agresywne piastunki aż 9 zachowywało się agresywnie wobec własnych dzieci. Potomstwo agresywnych małąp, którym opiekowały się łagodne samice, nie stosowało w dorosłym życiu przemocy. Zdaniem amerykańskich naukowców, identycznie przedstawia się sytuacja w przypadku ludzi.

Ucywilizować emocje

– Okazywanie złości jest naturalną reakcją. Ważne tylko, jak się to robi. Zamiast uciekać się do przemocy albo tłumić w sobie złość, można okazać emocje w sposób bardziej „cywilizowany”: dyskutując, mówiąc o swoich uczuciach lub zrywając kontakt z irytującą nas osobą – tłumaczy dr **Jolanta Paruszkiewicz**, psychiatra i pediatra. – Na mój oddział wielokrotnie trafiali młodzi ludzie, którzy z powodu swojego zachowania zostali wyrzuceni z kilku szkół. Jeden z nich zachowywał się tak skandalicznie, że nie chciał go przyjąć nawet ośrodek szkolno-wychowawczy. Dopiero w szpitalu nauczył się normalnie funkcjonować w grupie – chodził do szkoły, miał dobre wyniki w nauce.

Doświadczenie podpowiada, że walkę z agresją powinno się podjąć jak najwcześniej, bo gdy spirala nienawiści już się nakręci, zarówno jej sprawcy, jak i ofiary reagują na wszelkie bodźce o wiele silniej niż to konieczne. Co gorsza, za każdym razem ich reakcje są mocniejsze. Na szczęście, jest wiele sposobów na to, by ostudzić nawet najbardziej rozgrzane emocje.

Krok pierwszy: zobaczyć w uczniu człowieka

Żeby przeciwdziałać agresji lub – w razie konieczności – ją rozbroić, trzeba najpierw sporo dowiedzieć się o uczniach. Pomaga to w wyłowieniu i ukaraniu klasowych prowodyrów czy rozbiciu chuligańskiej grupy. Skuteczne wychowawczo jest bowiem tylko karanie winowajców, a nie stosowanie odpowiedzialności zbiorowej, co wciąż spotyka się w niektórych szkołach.

– Nauczyciele często się skarżą, że ich uczniowie przypominają potwory. Ale przyznają też, że w czasie rozmów indywidualnych, np. na wycieczce okazuje się, że to całkiem fajne dzieciaki – opowiada **Krzysztof Durnaś**, nauczyciel i trener uczący, jak radzić sobie z agresją. – Dlatego nawet czytając listę obecności, warto uważnie obserwować klasę, kojarzyć imiona i nazwiska z ich właścicielami. To przydatna umiejętność, zwłaszcza, gdy nauczyciel z daną klasą spotyka się rzadko. Już ze sposobu odpowiedzi na wywołanie nazwiska można bowiem wywnioskować, kto będzie próbował rozbić tok lekcji, a w kim szukać sprzymierzeńca.

Inną metodą na lepsze poznanie klasy jest prowadzenie karty obserwacyjnej ucznia. Stworzona została przez pedagogów współpracujących z UNESCO, a korzystają z niej nauczyciele w wielu krajach Unii Europejskiej. Krzysztof Durnaś zaadaptował ją do polskich warunków i opracował w formie tabeli: – W karcie zapisuję zarówno informacje o rodzinie dziecka, jak i o nim samym: jak sobie radzi w szkole, czy panuje nad emocjami, jaki wpływ ma na niego szkolny system kar i nagród. (Tabele można znaleźć na stronie www.ergoforum.pl.)

Jeśli nauczyciel dobrze pozna swojego ucznia, będzie wiedział, dlaczego zachowuje się on agresywnie i w razie potrzeby łatwiej mu będzie odpowiednio zareagować (czasem najlepszym sposobem jest po prostu brak reakcji). – Jeśli wiem, że mój uczeń pochodzi z rodziny, w której tata, co kilka dni wraca do domu pijany i urządza karczemne awantury, mogę zrozumieć, że czasem dzieciak jest mocno podenerwowany – mówi Krzysztof Durnaś. – Nie oznacza to, że mam mu pozwalać np. na przeszkadzanie w lekcji. Jednak widząc, że cały dygocze od tłumionych emocji, mogę mu tego dnia darować odpytywanie przy tablicy. Zaczepianie ucznia w takiej sytuacji to jak wrzucanie palącej się zapalki do beczki z benzyną. Musi wybuchnąć.

Krok drugi: każdy chce zabłysnąć

Sprawdzoną metodą na rozładowanie agresji jest szkolna rywalizacja. Pod warunkiem, że osoby rywalizujące ze sobą szanują się i walczą w uczciwy sposób. W przeciwnym razie rywalizacja zamiast przeciwdziałać agresji, rodzi frustrację. To, jakie przyniesie efekty, w dużym stopniu zależy od nauczyciela. Niestety, z obserwacji dr Jolanty Paruszkiewicz wynika, że niewielu dorosłych potrafi mądrze wspierać dzieci walczące o dobre oceny lub bycie zauważonym. – Trzeba docenić każde dziecko w tym, w czym jest dobre i pokazać innym jego zalety. Pracując z dziećmi w grupie terapeutycznej zauważyłam, że jeśli pochwalę tylko jedno z nich, pozostałe natychmiast znajdą sposób, żeby udowodnić, jak bardzo kolega nie zasłużył na tę pochwałę. Jeżeli pochwalę każde dziecko, wszystkie dzieci doszukują się w sobie nawzajem pozytywnych cech.

Każdy człowiek chce być zauważony i doceniony. Jeśli uczeń nie może zdobyć zainteresowania nauczyciela w inny sposób, osiąga swój cel arogancją lub przemocą. Dlatego ważne jest, żeby idąc korytarzem w czasie przerwy zagadać do uczniów, życzliwie się uśmiechnąć. W czasie lekcji uważnie i przyjaźnie się im przyglądać. Niech wiedzą, że nie są anonimowi.

Księgę z uwagami warto zastąpić zeszytem pochwał i upomnień.

– Zwykły zeszyt uwag działa na agresywnych uczniów jak czerwona płachta na byka. Klasowe rozrabiaki potrafią ze sobą konkurować w tym, któremu szybciej zabraknie rubryk na nagany. Tacy uczniowie nie traktują kolejnego pisemnego upomnienia jako dotkliwą karę. Dlatego zastąpiłem go zeszytem pochwał i uwag – mówi Krzysztof Durnaś. – Moi uczniowie dostali informację, że spodziewam się po nich nie tylko złych rzeczy, ale i dobrych. Każdy ma szansę się wykazać.

Niebagatelną rolę w zapobieganiu agresji odgrywają też zajęcia pozalekcyjne. Przekonały się o tym władze centralne i samorządowe, i od ponad roku przekazują szkołom pieniądze na organizowanie zajęć wyrównawczych i kółek zainteresowań. Uczniowie zagrożeni zjawiskiem agresji zwykle kiepsko sobie radzą na lekcji, więc źle się czują w szkole. Nic zatem dziwnego, że na różne sposoby próbują ją deprecjonować. Dzięki zajęciom wyrównawczym mogą nadrobić zaległości, kółka zainteresowań pozwalają im znaleźć dziedzinę, w której zabłysną. W efekcie przekonują się, że można zdobyć uznanie grupy, niekoniecznie wybijając zęby koledze.

Krok trzeci: jasne reguły i konsekwencja

Jednym z silniejszych mechanizmów wyzwalających przemoc w szkole jest ocenianie. Stopień, który w odczuciu ucznia został postawiony niesprawiedliwie, potrafi skłócić klasę i sprawić, że nauczyciel staje się wrogiem numer jeden. Jak temu zaradzić?

– Nauczyciel, który chce cieszyć się szacunkiem uczniów, musi być dla nich przewidywalny, czyli powinien postępować konsekwentnie. Dlatego na początku każdego roku szkolnego, a potem semestru powinien wytłumaczyć uczniom kryteria wystawiania ocen, także tych z zachowania. Muszą być one takie same dla każdego ucznia – mówi **Irena Wielowiejska-Comi**, psycholog. – Bardzo dobre jest też stawianie jak największej liczby ocen – do dziennika, a nie ołówkiem, w prywatnym zeszycie pedagoga. Jeśli wszyscy w klasie mają z polskiego po 20 stopni i nagle na koniec roku któryś z uczniów będzie chciał się poprawić, to jedna ocena nie zmieni jego sytuacji. A jak wiadomo, nie ma nic gorszego, niż czary nad dziennikiem odprawiane na koniec semestru.

Najważniejsze jednak, żeby nauczyciel zachowywał się wobec uczniów fair. Klasa Kaśki w jednym z mazowieckich liceów stała się utrapieniem dla pedagogów z powodu primaaprilisowego żartu. – Dzień przed 1 kwietnia nauczycielka zapowiedziała sprawdzian, zastrzegając, że nie wstawi z niego ocen do dziennika – opowiada dziewczyna. – Najlepsi uczniowie, dla kawału, postanowili więc

napisać go jak najgorzej. Żeby było śmieszniej, podpowiadali źle słabszym. Nic dziwnego, że pały sypnęły się gęsto. Byliśmy w szoku, kiedy nauczycielka następnego dnia wstawiła do dziennika wszystkie stopnie, mówiąc: prima aprilis.

W klasie Kaśki zawrzało. Ci, którzy lepiej napisali sprawdzian, cieszyli się, że „kujonom” się dostało. Słabsi, którym dobrzy uczniowie źle podpowiedzieli, byli wściekli. Klasa podzieliła się na obozy. Jednocyli się tylko w jednej sytuacji: żeby dokuczyć nauczycielce, która z nich zakpiła.

Krok czwarty: ostrożnie z jedynekami

Oceny to skuteczna metoda walki ze szkolną agresją. W pewnych wypadkach może się jednak okazać bombą z opóźnionym zapłonem, zwłaszcza, gdy są to jedyneki. – Jeżeli stawiam kolejną pałę uczniowi, który ma ich już kilka, to wiadomo, że sytuacja zaraz wymknie mi się spod kontroli. Każda kolejna jedynka ma dla ucznia mniejsze znaczenie. Niektórzy mówią wręcz: im więcej pał, tym większy powód do chwały – mówi Irena Wielowiejska. To jeden z powodów, dla których rady pedagogiczne wielu szkół przyjmują wobec kłopotliwych uczniów krótkowzroczną taktykę: podwyższamy oceny, delikwent przechodzi do następnej klasy i szkoła szybciej się go pozbywa. Ale takie postępowanie sprawia, że rośnie liczba uczniów myślących w ten sposób: „Nic mi nie zrobią, więc mogę postępować, jak mi się podoba”.

– Agresywny uczeń, który popija, bierze narkotyki i ma kontakty ze światem przestępczym, a rodzice nie są już w stanie go kontrolować, powinien zostać wyrzucony ze szkoły. Jednak w szkołach rejonowych jest to praktycznie niemożliwe. Poza tym, usunięcie takiego nastolatka oznaczałoby jego dalszą demoralizację – stwierdza Krzysztof Durnaś.

Pozostaje zatem umocnić pozycję jedynek.

– Jeżeli uczeń np. źle napisze klasówkę, można powiedzieć: „Nie chcę ci stawiać jedynek, bo wiem, że stać cię na więcej. Ale nie widzę u ciebie postępów w nauce. Jak wiesz, wszystkich nas obowiązują zasady. Jestem uczciwa i muszę ich przestrzegać. Powiedz, co mam zrobić, żeby tej pały tu nie było?” – mówi Irena Wielowiejska-Comi. – Z mojego doświadczenia wynika, że w takiej sytuacji dzieciak natychmiast proponuje program naprawczy. Wtedy stawiam kropkę w dzienniku i daję mu np. tydzień na poprawę. Jeśli w tym czasie nie wywiąże się z umowy, wpisuję jedynkę. Metoda ta jest skuteczna, zwłaszcza gdy sankcjonuje ją szkolny regulamin, tzn. gdy w statucie szkoły znajduje się zapis mówiący o tym, że ocenę można poprawić w ciągu np. tygodnia.

Artykuł pochodzi z miesięcznika „Ergo Forum wychowawców” wrzesień 2005r.

Bibliografia

1. Kołodziejczyk Jakub, :Agresja i przemoc w szkole, sophia, Kraków 2004,
2. Beverly J. : Leczenie dzieci po urazach psychicznych, PARPA, Warszawa 2003;
3. Dąbrowska-Bąk M.: Przemoc w szkole. Ośrodek Wydawnictw Naukowych, Poznań 1995;
4. Grochulska J. : Agresja u dzieci. WSiP, Warszawa 1993;
5. Goldstein A. P. : Nauczanie prospołecznych zachowań antyspołecznej młodzieży. Apostolicum, Warszawa 2001;
6. Goldstein A. P. : Umiejętności chroniące. KARAN, Warszawa 2001;
7. Kmiecik – Baran K. : Młodzież i przemoc. PWN, Warszawa 2000;
8. Kmiecik – Baran K.: Narzędzia do rozpoznawania zagrożeń społecznych w szkole. Przegląd Oświatowy, Gdańsk 2000;
9. Knez R. – Słonina W. : Saper, czyli jak rozminować agresję. Rubikon, Kraków 2002
10. Konwencja Praw Dziecka. Kraków 1993;
11. Kuźma J.: Agresja i przemoc wśród młodzieży. Hipotetyczne przyczyny – skala zagrożenia, możliwości przeciwdziałania. Agresja i przemoc we współczesnym świecie – tom I (pod red.) Kuźma J., Szarota Z., WSP, Kraków 1998;
12. Laskowski A. : Demoralizacja i przestępczość dzieci i młodzieży. CMPPP MEN, Warszawa 1996;
13. Milerski B., Śliwerski B.: Pedagogika leksykon. PWN, Warszawa 2000;
14. Olweus D.: Mobbing fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać? Jacek Santorski &CO, Warszawa 1998;
15. Ostrowska K.: Przemoc w szkole: rozmiary, przejawy, uwarunkowania osobowościowe. Przemoc w instytucjach opiekuńczo-wychowawczych (pod red.) Pospiszyl J, Centrum Pomocy Psychologiczno–Pedagogicznej MEN, Warszawa 1997;
16. Słownik Psychologiczny; red. W. Szewczuk, WP, Warszawa 1985;
17. Słownik wyrazów obcych. (pod red.) Tokarski J., PWN, Warszawa 1980,