

# SZTUKA PRZECIWKO

## PRZEMOCY

Jak użyć sztuki w aktywnościach zapobiegających  
przemocy wśród dzieci?



**Numer projektu: 2019-1-PL01-KA201-065722**

### Autorzy

KCZIA (Polska)	Krzysztof Karkowski, Anna Raźny, Dorota Karkowska
LABTEM (Grecja)	Anastasia Samara, Ioannis Dimos
ZINIEVART (Bułgaria)	Ivana Tsvetkova, Zornitsa Staneva
EUROED (Rumunia)	Ștefan Colibaba, Cristian Timofticiuc, Rodica Ionel, Anais Colibaba,
EVERYCHILD (Zjednoczone Królestwo)	Nishaharan Vaithilingam, Charles Wright
MC2020 (Hiszpania)	Leire Monterrubio, Garazi Zalbidea
ULBS (Rumunia)	Carmen Sonia Dușe, Elena Lucia Mara, Daniel Mara, Teresa Leonhard, Dan Maniu Dușe, Geanina Alina Ionescu



**Erasmus+**

This project has been funded with the support from the European Union. This publication reflects the views only of the author, and the European Commission or Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji – National Agency of Erasmus+ in Poland cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained herein.

## Spis treści

Rozdział 1: Wprowadzenie	5
<b>1.1. Opis projektu</b>	5
1.1.1. Jaki jest nasz cel	5
1.1.2. Dlaczego nasz projekt jest potrzebny	6
1.1.3. Jak planujemy osiągnąć nasze cele	6
1.1.4. Opis grupy docelowej	6
1.1.5. Opis zespołu pracującego nad projektem	7
<b>1.2. Opis zawartości podręcznika</b>	7
Rady i rekomendacje dla nauczycieli	8
Literatura cytowana	11
Rozdział 2: Przemoc w szkołach: wpływ na sprawców, ofiary i postronnych obserwatorów	12
2.1. Wprowadzenie	12
<b>2.2. Definicje bullyingu</b>	13
<b>2.3. Charakterystyki bullyingu</b>	14
<b>2.4. Mity na temat bullyingu</b>	15
<b>2.5. Typy bullyingu.</b>	15
2.5.1. Bullying bezpośredni/jawny	16
2.5.2. Bullying niebezpośredni / relacyjny	16
<b>2.6. Charakterystyka sprawców, ofiar i postronnych obserwatorów</b>	18
2.6.1. Wpływ przemocy na sprawcę	20
2.6.2. Wpływ bullyingu na ofiary	24
2.6.3. Wpływ bullyingu na postronnych obserwatorów	25
Rady i rekomendacje dla nauczycieli	27
Literatura cytowana	30
Rozdział 3: Jak rozpoznać bullying?	34
<b>3.1. Znaki ostrzegawcze, o których rodzice i nauczyciele wiedzieć powinni</b>	34



3.1.1. Specyficzne dla wieku sygnały bycia ofiarą bullingu	39
3.1.2. Czynniki ryzyka zostania ofiarą lub sprawcą	42
3.1.3. Rodzaje zachowań związanych z bullingiem	43
3.1.4. Kontekst szkolny, poziom ryzyka w klasie i środowisko domowe	50
3.1.5. Bullying: Podobieństwa i różnice międzypłciowe	51
<b>3.2. Cyberbullying</b>	55
Rady i rekomendacje dla nauczycieli	58
Literatura cytowana:	63
Rozdział 4: Bullying: praca ze sprawcami, ofiarami i obserwatorami	66
<b>4.1. Jak rozmawiać z dziećmi na temat bullingu</b>	66
4.1.1. Rozwijanie pozytywnej relacji uczeń-nauczyciel	68
4.1.2. Dlaczego bullying często nie jest zgłaszany i co powinno się zrobić, aby to zmienić	69
4.1.3. Jaka jest rola obserwatora w zapobieganiu zjawiska bullingu	71
4.1.4. Co powiedzieć do sprawcy i ofiary: Rozmowa z dzieckiem	75
4.1.5. Zasady efektywnej komunikacji w klasie	76
Rady i rekomendacje dla nauczycieli	78
Literatura cytowana	79
Rozdział 5: Sztuki kreatywne: plastyka, literatura, teatr i muzyka w działaniach antybullyingowych	79
<b>5.1. Sztuki wizualne</b>	83
5.1.1. Sztuki plastyczne przeciwko przemocy	83
5.1.2. Papiernictwo - Warsztaty kreatywne	89
5.1.3. Fotografia	94
5.1.4. Animacja poklatkowa	96
5.1.5. Komiksy	101
<b>5.2. Kreatywne pisanie</b>	103
5.2.1. Proza i poezja przeciwko przemocy	103
5.2.2. Techniki prowadzenia dyskusji	106
<b>5.3. Sztuki performatywne</b>	109

5.3.1. Wykorzystanie dramy w celu rozwiązywania konfliktu	109
5.3.2. Warsztaty teatralne w szkole - edukacyjny kontekst dla rozpowszechnienia świadomości na temat bullyingu i możliwych działań prewencyjnych	113
5.3.3. Taniec jako narzędzie do wykorzystania przeciwko przemocy szkolnej	117
5.4. Wykorzystanie muzyki	123
5.4.1. Wpływ muzyki na społeczeństwo - To (nie są) stare dzieje	123
5.4.2. Eurhythmics –Uczenie się społeczne poprzez dźwięk, tworzenie i ruch	125
5.4.3. Wykorzystanie muzyki jako narzędzia do zwalczania bullyingu	127
5.4.5. "Powiedz „nie” przemocy. Powiedz „tak” muzyce"	135
5.5. Sztuka kulinarna	136
5.5.1. Czym jest sztuka kulinarna	136
5.5.2. Sztuka kulinarna jako forma terapii	137
5.6. Rady i rekomendacje dla nauczycieli	145
Literatura cytowana	150
Rozdział 6: Dobre praktyki	154
<b>Hiszpania</b>	154
<b>Rumunia</b>	164
<b>Polska</b>	184
<b>Grecja</b>	192
<b>Bułgaria</b>	199
<b>Wielka Brytania</b>	214
<b>Załącznik 1: Statystyki na temat bullyingu w szkole – stan globalny i sytuacja w wybranych krajach</b>	225
Literatura cytowana	234

## Rozdział 1: Wprowadzenie

### 1.1. Opis projektu

#### 1.1.1. Jaki jest nasz cel

Przemoc w szkołach jest jednym z największych wyzwań stojących przed współczesnymi systemami edukacji. Znęcanie się werbalne bądź fizyczne ma negatywne konsekwencje nie tylko dla klimatu szkoły, ale także godzi w podstawowe prawo uczniów do nauki w bezpiecznym środowisku. Skutki przemocy doświadczanej w czasach szkolnych, niektórzy noszą ze sobą przez całe życie - to dotyczy zarówno ofiar jak i sprawców (Banks, 1997). Jednym z największych wyzwań stojących przed nowoczesnymi systemami edukacji jest wdrożenie skutecznej polityki reagowania i zastosowanie efektywnych metod przeciwdziałania przemocy szkolnej.

W miarę dorastania dzieci spędzają coraz więcej czasu z rówieśnikami, a interakcje z nimi nabierają coraz większego znaczenia (Connell, Dishion, 2006). Rówieśnicy są ważnym elementem procesu socjalizacji dziecka, ale mogą również stanowić istotne źródło stresu. Przemoc werbalna i fizyczna oraz ostracyzm są niepokojącymi zjawiskami wymagającym stanowczej reakcji ze strony środowiska szkolnego i rodzinnego (Leyera, Copeland, Costello, Wolke, 2015).

Dla przeciwdziałania przemocy szkolnej ogromne znaczenie mają wiedza, umiejętności oraz postawy nauczycieli i rodziców. Sposób w jaki osoby sprawujące kluczowe role w życiu dziecka reagują na dochodzące do nich informacje na temat zachowań uczniów ma zasadniczy wpływ na atmosferę w szkole jak i również na zdrowie psychiczne i fizyczne podopiecznych.

Celem projektu ART AGAINST BULLYING jest rozbudowanie wiedzy nauczycieli i rodziców na temat rozwiązań, które mogą zostać zastosowane by przeciwdziałać przemocy rówieśniczej. Autorzy projektu pragną pokazać, jak pracować z ofiarami, sprawcami i biernymi obserwatorami przemocy. Materiały projektu mają również na celu dostarczenie wiedzy na temat tego, jak nauczyciele mogą wykorzystać sztukę w pracy z dziećmi. To właśnie z różnych

rodzajów ekspresji artystycznej autorzy czerpią pomysły na metody pracy, które ostatecznie mają przyczynić się do poprawy sytuacji w szkołach.

### 1.1.2. Dlaczego nasz projekt jest potrzebny

Przemoc rówieśnicza jest problemem globalnym. W 38 krajach, jedno na troje dzieci zgłasza bycie ofiarą znęcania się (Currie, Zanotti, Morgan, 2012). Uważa się, że takie doświadczenia są powiązane z problemami ze zdrowiem fizycznym i psychicznym. Zgodnie z wynikami badań naukowych przemoc rówieśnicza jest czynnikiem ryzyka wystąpienia u młodzieży zaburzeń lękowych, depresji, samookaleczeń oraz prób samobójczych (Winsper, Lereya, Zanarini, Wolke, 2012; Brunstein-Klomek i in., 2009). Przemoc ma również wpływ na zdrowie fizyczne, a problemy ze znalezieniem zatrudnienia mogą trwać u osób, które jej doświadczyły do wczesnej dorosłości a nawet wieku średniego (Takizawa, Maughan, Arseneault, 2014). Z tego względu rozsądnym jest tworzenie materiałów z teoretyczną i praktyczną wiedzą dla nauczycieli i rodziców, aby mogli poszerzyć swoją wiedzę o działaniach, które można podjąć by skutecznie przeciwdziałać przemocy i jej skutkom.

### 1.1.3. Jak planujemy osiągnąć nasze cele

Nasz podręcznik ma na celu dostarczyć wiedzę na temat tego, jak można wykorzystać sztukę w zwalczaniu przemocy rówieśniczej. Ekspresja artystyczna jest często wykorzystywana w profesjonalnych ośrodkach terapii jako metoda radzenia sobie z trudnymi emocjami i wyrażania często traumatycznych doświadczeń.

Podczas projektu ART AGAINST BULLYING zostały przygotowane i udostępnione na naszej oficjalnej stronie internetowej trzy rodzaje materiałów edukacyjnych. Podręcznik, kurs e-learningowy oraz zbiór komiksów stworzonych przez dzieci, które doświadczyły przemocy rówieśniczej.

### 1.1.4. Opis grupy docelowej

Niniejszy podręcznik jest przeznaczony dla nauczycieli uczących dzieci w różnym wieku, nie tylko w krajach partnerskich, ale także w innych krajach UE. Chcemy by przygotowany przez nas materiał służył pomocą w trudnych sytuacjach nie tylko nauczycielom ale i rodzicom dzieci zagrożonych bullyingiem. Przygotowany materiał może być również wykorzystany przez



organizacje pozarządowe współpracujące z dziećmi i młodzieżą w wieku szkolnym.

Autorzy podręcznika zamierzają przekazać nauczycielom informacje o tym, jak pracować zarówno ze sprawcami, ofiarami oraz biernymi obserwatorami przemocy. Co więcej nasi beneficjenci uzyskują dostęp do wielu przykładów działań z różnych krajów, które można wykorzystać bezpośrednio lub dostosować do własnych potrzeb.

### 1.1.5. Opis zespołu pracującego nad projektem

Autorzy podręcznika to pracownicy centrów kształcenia nauczycieli, uniwersytetu, szkoły podstawowej i organizacji pozarządowych specjalizujących się w pracy z dziećmi. Placówki, o których mowa znajdują się w różnych krajach na terenie Europy, dzięki czemu podręcznik jest dostępny w wielu wersjach językowych, w wersji: bułgarskiej, hiszpańskiej, rumuńskiej, greckiej, polskiej, angielskiej. Owa różnorodność doświadczeń umożliwiła również powstanie unikalnego, nowoczesnego materiału, który dla wielu nauczycieli i rodziców będzie przydatnym narzędziem do pracy z dzieckiem.

### 1.2. Opis zawartości podręcznika

Celem podręcznika - „Sztuka przeciwko przemocy - jak wykorzystywać ekspresję artystyczną w działaniach przeciwdziałających przemocy rówieśniczej” jest zbadanie zjawiska znęcania się i jego wpływu na dzieci w wieku szkolnym. Chcemy zrozumieć, dlaczego dzieci stają się ofiarami lub sprawcami przemocy, jakie są ich wzorce zachowań, jak je zmienić, jak skutecznie z dziećmi współpracować, wykorzystując sztukę jako metodę radzenia sobie z tym problemem.

W rozdziale pierwszym zdefiniowane jest zjawisko nękania oraz wymienione są zjawiska charakterystyczne dla przemocy szkolnej. Ponadto autorzy zgromadzili dane z zakresu długo i krótkoterminowego wpływu prześladowań na ofiary, sprawców i biernych obserwatorów. W rozdziale drugim zidentyfikowano znaki ostrzegawcze mogące wskazywać na to, że dziecko jest ofiarą lub sprawcą przemocy rówieśniczej. Autorzy opisują podobieństwa i różnice w zachowaniach związanych z zastraszaniem wśród chłopców i dziewcząt oraz statystyki dotyczące powszechności występowania zjawiska przemocy w różnych krajach europejskich. Głównym celem rozdziału trzeciego jest omówienie zasad skutecznej komunikacji z dziećmi. Autorzy opisują, jak

prorowadzić produktywną rozmowę na temat przemocy rówieśniczej. Poruszany jest temat budowania bezpiecznych, pozytywnych relacji ze swoimi uczniami, budowania obopólnego zaufania w klasie, aby dzieci poczuły motywację do zgłaszania niepokojących zachowań. W rozdziale czwartym autorzy pokazują, jak radzić sobie z zastraszaniem, stosując różnorodne metody ekspresji artystycznej. Mając świadomość tego, że każdy ma inne preferencje i niektóre formy sztuki mogą być mniej lub bardziej preferowane przez indywidualne jednostki lub grupy uczniów, sugerujemy działania związane ze sztukami wizualnymi, takimi jak: rysunek, malarstwo i fotografia; sztuką literacką, na przykład prozą i poezją oraz sztuką sceniczną, tańcem, muzyką z nadzieją, że każda osoba pracująca z dziećmi znajdzie metodę, najlepiej dopasowaną do grupy, z którą przychodzi jej współpracować. W piątej części podręcznika przedstawione są przykłady wykorzystania sztuki jako metody przeciwdziałania przemocy szkolnej. Czytelnik znajdzie przykłady organizacji pozarządowych oraz szkół na całym świecie, które opracowały unikalne, skuteczne metody rozwiązania tego problemu wśród swoich uczniów. Ostatni rozdział poświęcono w pełni zaleceniom dotyczącym wskazania lektur dotyczących tematu, by każdy, kto jest szerzej zainteresowany poruszonym przez nas problemem mógł pogłębić swoją wiedzę. Twórcy materiałów sugerują książki, artykuły oraz strony internetowe, które pozwolą na głębsze poznanie zagadnień omawianych w podręczniku.

### Rady i rekomendacje dla nauczycieli

*Polityka szkoły to termin odnoszący się do różnych form regulacji prawnych, ustaw i zasad przyjmowanych przez placówkę edukacyjną. Jedną z zalet ingerowania w nią jest to, że można wpłynąć na zachowanie uczniów, nauczycieli i administracji, jak i również na sam sposób funkcjonowania szkoły (Mead, 2009).*

### NAUCZYCIEL PODEJMUJĄCY DZIAŁANIA

*W zmienianiu i implementowaniu polityki szkoły każda z grup interesantów odgrywa swoją rolę. Nauczyciel w pierwszej kolejności powinien sprawdzić, czy Ministerstwo Edukacji lub inna jednostka zarządzająca, której podlega szkoła, opracowała model pozwalający na skuteczne przeciwdziałanie przemocy. Następnie, przed procesem implementacji owej polityki powinien zadać sobie następujące pytania:*

- Jakie formy przemocy można zaobserwować w mojej szkole?
- Jak mogę przeciwdziałać zjawisku znęcania się?



- Jaki ostateczny cel chcę osiągnąć? Jakie inicjatywy mogłyby mi w tym pomóc?
- Czy mój plan działania jest zgodny z aktualnie obowiązującą polityką szkoły?
- Czy moje metody działania są spójne z prawem obowiązującym w kraju?
- Jak metody przeciwdziałające przemocy mogą być zintegrowane z moim planem działania?
- Co muszę zrobić by stać się liderem zmian? Jak mogę zainicjować zmianę polityki szkoły i włączyć do niej praktyki, których celem byłoby przeciwdziałanie przemocy?
- Jaka zmiana administracyjna musi się dokonać, aby wesprzeć ogólnoszkolne podejście do polityki służącej przeciwdziałaniu przemocy?
- Jak ja jako nauczyciel mogę zainicjować implementację programu/projektu przeciw przemocy?
- Jak mogę przekonać innych nauczycieli do działania?
- Jakie aktywności przeciwdziałające przemocy można uwzględnić w planie lekcji?
- Jak uczniowie mogą być inspirowani i motywowani do tworzenia zdrowej atmosfery w klasie? Jak można ich zaangażować w pozytywny dialog ?

## JAK ZADBAĆ O ZDROWY KLIMAT I KULTURĘ SZKOŁY?

*Skoordynowane podejście do zapobiegania przemocy i agresji może być włączone do już istniejącej polityki szkolnej. Należy pamiętać, że każdy pracownik ma do wykonania konkretną rolę w tym zakresie.*

*Osoby zajmujące się tworzeniem polityki szkoły skupiają się na kreowaniu konkretnych zasad i curriculum. Administratorzy implementują politykę zapewniającą profesjonalną pomoc w rozwoju nauczycieli, których obowiązkiem jest zadbanie o środowisko klasowe i implementację curriculum. Polityka szkolna związana z bullyingiem może skupiać się na dobrostanie ucznia, ustalonych zasadach bezpieczeństwa i zachowania.*

- Skoordynowane podejście całej szkoły zapobiegające znęcaniu się musi być związane z szerszą polityką szkolną.

Ważne jest, aby pamiętać, że zasady muszą powstawać w konsultacji ze społecznością szkolną. Polityka przeciwko przemocy i agresji powinna być poddawana ewaluacji co kilka lat. Wymóg systematycznej ewaluacji powinien być zapisany w formalnej dokumentacji. Podczas tworzenia, czytania i oceniania polityki szkoły upewnij się, że zawiera ona:

- Jasną definicję bullyingu.
- Oczekiwania na temat pozytywnego zachowania uczniów w szkole i poza szkołą.
- Jasno opisane procedury zapewniające bezpieczeństwo uczniom i nauczycielom.
- Informacje na temat tego, jak zbudować pozytywną kulturę szkolną.
- Role i obowiązki pracowników.
- Procedurę zgłaszania incydentów. Jasno określone zasady postępowania w razie otrzymania informacji na temat incydentu.
- Zasady dotyczące zbierania i przechowywania danych/dokumentacji.
- Procedury pozwalające na monitorowanie działań podejmowanych w ramach walki z przemocą w szkole.
- Gwarancję dostępu do mediatora, psychologa/pedagoga i wsparcia rówieśniczego przez osoby poszkodowane.

## JAK ZAIMPLEMENTOWAĆ PROJEKT ANTYBULLYINGOWY?

Efektywna polityka przeciwko przemocy i agresji w jasny sposób opisuje kroki postępowania w wypadku wykrycia incydentów nieprawidłowego zachowania. Uwzględnia diagnozę rozpowszechnienia problemu, strategię jego adresowania i środki prewencyjne. Polityka szkoły powinna stanowczo zachęcać nauczycieli do korzystania z narzędzi, które zapobiegają wystąpieniu przemocy.

Zgodnie z ustaleniami Alaskera (2004), nauczyciele, którzy angażują się w inicjatywy mające na celu przeciwdziałanie przemocy szkolnej wykazują się bardziej wyrozumiałymi postawami wobec ofiar bullyingu i są bardziej pozytywnie nastawieni do współpracy z rodzicami.

Podczas implementacji aktywności antybullyingowych zaproponowanych w projekcie Art Against Bullying, nauczyciele powinni:



- Zachęcać uczniów do zrozumienia definicji bullyingu, jak i również wagi tworzenia pozytywnej atmosfery w środowisku klasowym.
- Upewnić się, że dzieci są świadome celu ćwiczeń, w których uczestniczą.
- Upewnić się, że uczniowie chcą wykonywać ćwiczenia.
- Upewnić się, że stosowane ćwiczenia są zgodne z zainteresowaniami uczniów i są dla nich ciekawe.
- Korzystać z dodatkowych źródeł danych (takich jak ten podręcznik), aby wzbogacić wiedzę uczniów na temat zjawiska bullyingu.

### Literatura cytowana

Alsaker, F. (2004). Bermese programme against victimisation in kindergarten and elementary schools. In P. K. Smith, D. Pepler, & K. Rigby (Eds.), *Bullying in Schools: How successful can interventions be?* (pp. 289-306). Cambridge: Cambridge University Press.

Banks, R. (1997). *Bullying in schools*. ERIC Digest. Retrieved from <http://npin.org/library/pre1998/n00416/n00416.html>

BRIM Antibullying Software (n.d.). *How to Create Effective Anti-Bullying Policies for Schools*. Retrieved August 27, 2020, from <https://antibullyingsoftware.com/anti-bullying-policies-for-schools/>

Brunstein-Klomek, A., Sourander, A., Niemelä, S., Kumpulainen, K., Piha, J., Tamminen, T., Almqvist, F., Gould, M. S. (2009). Childhood bullying behaviors as a risk for suicide attempts and completed suicides: a population-based birth cohort study. *Journal of the American acad*

Connell, A. M., & Dishion, T. J. (2006). The contribution of peers to monthly variation in adolescent depressed mood: A short-term longitudinal study with time-varying predictors. *Development and Psychopathology*, 18(1), 139-154.

Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., De Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O.R.F., Barnekow, V. (2009). Social determinants of health and well-being among young people. *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the, 2010*, 271.

Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. (2014). Adult health outcomes of childhood bullying victimization: evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *American journal of psychiatry*, 171(7), 777-784.

The Bullying. No Way! (n.d.). School policy. Retrieved August 27, 2020, from <https://bullyingnoway.gov.au/PreventingBullying/Planning/Pages/School-policy.aspx>

UNESCO (2014). Teaching respect for all: Implementation guide. Retrieved August 27, 2020, from <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000227983>

Winsper, C., Lereya, T., Zanarini, M., & Wolke, D. (2012). Involvement in bullying and suicide-related behavior at 11 years: a prospective birth cohort study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(3), 271-282.

## Rozdział 2: Przemoc w szkołach: wpływ na sprawców, ofiary i postronnych obserwatorów

### 2.1. Wprowadzenie

Badania naukowe na temat bullingingu rozwijają się bardzo dynamicznie, dzięki czemu dysponujemy coraz obszerniejszą wiedzą dotyczącą rozpowszechnienia, uwarunkowań oraz konsekwencji tego zjawiska (Zych, Ortega-Ruiz, Del Rey 2015).

Problem bullingingu został rozpoznany jako zjawisko niosące ze sobą przykre rezultaty nie tylko dla osób bezpośrednio dotkniętych, ale również dla rodziców, nauczycieli, administracji szkoły oraz uczniów będących w roli postronnych obserwatorów.

Przemoc rówieśnicza towarzyszy nam od zawsze, jednak dopiero od lat 70 badacze zaczęli systematycznie badać ten temat. Wczesne badania szwedzkiego profesora Dana Olweusa z Uniwersytetu Bergen w Norwegii, pioniera w dziedzinie badań nad przemocą szkolną oraz głośna sprawa trzech ofiar samobójstw spowodowanych przemocą rówieśniczą w roku 1978 zwróciły uwagę na problem i pomogły otworzyć drogę do szukania rozwiązań i metod zapobiegawczych.

Od tego czasu przemoc szkolna została rozpoznana jako międzynarodowy problem będący zagrożeniem nie tylko dla rozwoju psycho-emocjonalnego dzieci, ale również dla procesu edukacji. Wyniki badań wskazują, że problem bullyingu jest zjawiskiem powszechnym. W ramach inicjatywy "Europejska Kampania Przeciwko Przemocy" wykazano, że 51% litewskich uczniów zetknęło się z przemocą w szkole, 50% Estońskich, 43% Bułgarskich, 31% Greckich, 25% Łotewskich i 15% Włoskich (E.A.N.).

## 2.2. Definicje bullyingu

W ciągu ostatnich lat pojawiło się wiele definicji bullyingu. Niektóre z nich zaprezentowano poniżej:

- Olweus (1973): "uczniowie doświadczają przemocy lub wiktymizacji wtedy, gdy są narażeni na powtarzające się negatywne zachowania ze strony jednego lub większej ilości uczniów. Negatywne zachowanie występuje wtedy, kiedy ktoś intencjonalnie próbuje skrzywdzić inną osobę".
- Dawkins (1995): przemoc szkolna jest zachowaniem antyspołecznym.
- Smith, Schneider, Smith i Ananiadou (2004): "bullying to szczególnie wroga forma agresywnego zachowania, którą charakteryzują powtarzające się akty agresji skierowane w stronę słabszej osoby, która nie może się bronić".
- Roberts (2006): definiuje bullying jako "kombinację werbalnej i fizycznej przemocy ze sprawcą i celem (ofiara)". W dodatku przemoc szkolna jest zdefiniowana jako "intencjonalne, powtarzające się szkodliwe działania popełnione przez dziecko lub grupę dzieci przeciwko innemu dziecku lub grupie dzieci".
- Volk, Dane i Marini (2014): proponują zrewidowaną definicję bullyingu, która obejmuje trzy główne cechy charakterystyczne:
  - zachowanie ukierunkowane,
  - nierównowagę sił,
  - intencjonalne wyrządzenie krzywd ofiarom.

W konsekwencji, wymóg powtórzenia jest pominięty, natomiast podkreślone jest intencjonalne wrogie zachowanie i ukierunkowanie na cel. Dzięki temu deklaruje się bliskie powiązania zjawiska z działaniem proaktywnym, a nie reaktywnym.

Różnorodność wyżej wymienionych definicji może sprawić, że czytelnik w dalszym ciągu nie wie dokładnie czym jest bullying. W związku z tym również ważne jest określenie tego, czym nie jest:

- Pojedynczym epizodem odrzucenia przez grupę rówieśniczą,
- Pojedynczym złośliwym zachowaniem,
- Przypadkowym aktem agresji,
- Sytuacją, w której obie strony nie zgadzają się ze sobą w jakiejś kwestii.

Powyżej wymienione zdarzenia mogą być źródłem ogromnego dyskomfortu, jednakże nie są one przykładem bullyingu ponieważ nie posiadają w sobie elementu intencjonalności i powtarzalności.

### 2.3. Charakterystyki bullyingu

Aby użyć terminu "bullying" powinna pojawić się nierównowaga sił (asymetryczna relacja władzy). Bullying to również zjawisko grupowe, w które angażuje się wiele stron:

- Sprawca,
- Ofiara,
- Postronni obserwatorzy,
- Nauczyciele,
- Rodzice.

W większości bullying występuje w takich miejscach, jak (Piskin, 2002):

- Klasa szkolna,
- Podwórko,
- Szkolne obiekty sportowe,
- Szkolne toalety,



- Droga z i do szkoły.

Ofiary łatwiej jest znaleźć między młodszymi uczniami. Należy zwrócić uwagę, że przemoc bezpośrednia (kopanie, popychanie itp.) występuje częściej u młodszych dzieci, natomiast niebezpośrednia forma przemocy (wykluczenie z aktywności, przemoc psychiczna itp.) częściej występuje wśród starszych uczniów (Olweus, 1994).

Płeć również ma znaczenie. Chłopcy są bardziej narażeni niż dziewczęta, częściej pojawiają się w roli sprawców lub ofiar, częściej angażują się w bullying bezpośredni (otwarte agresywne zachowanie). Z drugiej strony dziewczynki częściej stosują niebezpośrednie akty przemocy, takie jak: zniesławianie ofiary, manipulacja itp. (Piskin, 2002; Olweus, 1994).

#### 2.4. Mity na temat bullyingu

*"Bullying jest konsekwencją dużych klas/szkół"*

Mimo tego, że prawdą jest, iż zjawisko bullyingu jest częstsze w większych szkołach/klasach, nie ma żadnego dowodu wskazującego na to, że wielkość klasy/szkoły jest czynnikiem determinującym jego występowanie.

*"Słabe oceny oraz rywalizacja prowadzi do bullyingu"*

Nie zostało potwierdzone, że bullying jest konsekwencją słabych wyników w nauce.

*"Zgłaszanie incydentów pogarsza sytuację"*

To stwierdzenie jest prawdziwe tylko wtedy, gdy autorytety nie interweniują w sposób zdecydowany. Jeśli rodzice i nauczyciele współpracują, aby powstrzymać szkodliwe zachowanie, sytuacja zostanie rozwiązana z korzyścią zarówno dla dręczyciela, jak i ofiary. Ofiara będzie w stanie przezwyciężyć poczucie wstydu, strachu i izolacji, podczas gdy dręczyciel otrzyma pomoc, której potrzebuje, aby przekształcić szkodliwe wzorce zachowania, rozwinąć empatię i współczucie (Kaminsky, 2020).

#### 2.5. Typy bullyingu.

Bullying możemy podzielić na dwa główne rodzaje:

- Bullying bezpośredni/jawny
- Bullying niebezpośredni/relacyjny



### 2.5.1. Bullying bezpośredni/jawny

Bezpośrednie/jawne przypadki przemocy są łatwiejsze do rozpoznania i częściej dostrzegane przez nauczycieli i rodziców (Bauman & Rio, 2006). Wśród bezpośrednich aktów przemocy możemy wyróżnić takie rodzaje, jak:

- **Przemoc fizyczna**
  - bicie,
  - gryzienie,
  - kopanie,
  - popychanie,
  - niszczenie czyjejs własności.

Ta forma bullingingu najczęściej wiąże się z przeświadczeniem o sile fizycznej sprawcy.

- **Przemoc werbalna**
  - groźby,
  - stosowanie obraźliwych i szyderczych wyrażen,
  - wyzywanie i niegrzeczne komentowanie,
  - użycie ironii, sarkazmu, drażnienia w celu zranienia itp.

### 2.5.2. Bullying niebezpośredni/relacyjny

Niebezpośredni lub relacyjny bullying występuje wtedy, kiedy ofiara jest krzywdzona przez "umyślną manipulację lub szkodę w relacji rówieśniczej" (Crick, 1996).

Przy tego rodzaju przemocy może brakować fizycznego dowodu i w związku z tym może być pominięta przez nauczycieli, rodziców i rówieśników (Ramasut & Papatheodorou, 1994). Niebezpośrednie/ relacyjne formy bullingingu mogą być w wielu przypadkach uznane za typowe, mniej poważne zachowania. Jednak ten rodzaj przemocy powoduje wiele cierpienia i jest związany ze skłonnościami depresyjnymi i brakiem dostosowania psychospołecznego w przyszłości (Bauman & Rio, 2006).

- **Bullying emocjonalny (ang. emotional bullying) i psychiczny (ang. psychological bullying)**

- groźby, szantaż, rozpowszechnianie złośliwych i fałszywych plotek, zniewagi dotyczące rasy, narodowości, religii, seksualności, izolacja społeczna,
- wywieranie nacisku, aby ofiary zrobiły coś wbrew swojej woli itp.,
- wykluczenie z działań aktywności społecznych i/lub grupowych, izolacja społeczna.

Przemoc psychiczna jest silnie związana z przemocą emocjonalną do tego stopnia, że te dwa pojęcia często nie są rozróżniane i stosuje się je zamiennie. Przy głębszej analizie warto powiedzieć o tym co je różni: przemoc emocjonalna wpływa na uczucia i nastrój ofiary, przemoc psychiczna wpływa na to co i jak młodzież myśli na swój temat.

- **Bullying społeczny (Social bullying)**

- bezpośrednie lub niebezpośrednie wykluczenie społeczne (ofiara zdaje sobie sprawę z sytuacji tylko wtedy, gdy próbuje wziąć udział w działaniu grupowym)

Ta forma bullingingu systematycznie podważa poczucie własnej wartości ofiary. Może być to zarówno bezpośrednia/jawna forma jak i pośrednia/relacyjna.

- **Przemoc seksualna**

- dokuczanie lub obrażanie zawierające treści seksualne,
- nieodpowiednie gesty,
- dotykanie bez zgody.

- **Przemoc motywowana rasą, pochodzeniem etnicznym, narodowością.**

- krzywdzące działania skierowane wobec osoby o innej narodowości, rasie, religii, kulturze itp.

Raport "Stephen Lawrence Inquiry" (MacPherson, 1999), "Respecting others: Bullying around race, religion and culture" jest poradnikiem opisującym przemoc rówieśniczą na tle rasowym. Celem tej formy przemocy jest sprawienie, by ofiary poczuły się odrzucone przez środowisko rówieśnicze. To zachowanie przyczynia się do pogłębienia marginalizacji i wykluczenia określonych grup społecznych, u ofiar wywołuje poczucie bezsilności i bezwartościowości. Może przejawiać się zarówno w formach przemocy bezpośredniej i niebezpośredniej.

- Bullying poprzez wymuszenie
  - wymuszenie pieniędzy/własności prywatnej,
  - przymuszanie do zachowań antyspołecznych.
- Cyberbullying
  - wysyłanie materiałów o treści obraźliwej lub gróźb,
  - zamieszczanie niepochlebnych zdjęć bez uzyskania zgody,
  - rozpowszechnianie nieistniejących plotek za pośrednictwem mediów społecznościowych lub komunikatorów internetowych,
  - niepokojenie ofiary telefonicznie, poprzez pocztę elektroniczną itp.,
  - przechwytywanie prywatnych informacji o ofierze i rozpowszechnianie ich.

Zjawisko **cyberbullyingu** można zdefiniować jako powtarzające się, celowe, agresywne działanie, popełniane przez grupę lub osobę, w celu wyrządzenia krzywdy drugiemu człowiekowi za pośrednictwem komunikacji elektronicznej, np. SMSy z groźbami, niepochlebne komentarze na forum, obraźliwe komentarze i pomówienia na prywatnym lub grupowym czacie itp.

Ten rodzaj przemocy nie wymaga fizycznej obecności zaangażowanych stron ani fizycznej lokalizacji i może być całkowicie anonimowy (Frontmatter, 2011).

Wielu badaczy uważa cyberprzemoc za osobne zjawisko od przemocy rówieśniczej odbywającej się twarzą w twarz (Beran i Li, 2008). Badania sugerują, że osoby zaangażowane w cyberprzemoc przyjmują podobne role, mają podobne cele i osiągają podobne skutki jak osoby zaangażowane w tradycyjne formy prześladowania.

## 2.6. Charakterystyka sprawców, ofiar i postronnych obserwatorów

“Z mojego dzieciństwa pamiętam, że prześladowcy wydawali się być silni i nieprzyjemni dla ludzi dookoła. Wybierali dzieci, które były nieśmiałe i nie bawiły się z innymi kolegami z klasy”. Aby zrozumieć bullying należy nauczyć się rozpoznawać cechy charakterystyczne sprawcy, ofiary i osób postronnych. Przemoc dla niektórych osób jest metodą na rozwiązanie problemów, pozwala im na zdobycie tego czego chcą, przemoc umożliwia im utrzymanie pozycji

władzy w grupie. Sprawcy to często przeciętni uczniowie, mający przyjaciół, brakuje im jednak empatii dla swoich ofiar (Beaty & Alexeyev, 2008; Orpinas & Horne, 2006).

Sprawcy przemocy mają tendencję do wyrażania agresji wobec członków klasy poprzez rozpowszechnianie plotek, ostracyzm, wymuszanie, groźby. Są pewni siebie i pozytywnie postrzegają przemoc, wydaje im się, że czerpią korzyści ze stosowania agresji. Często wierzą, że ofiara sama ich sprowokowała i zasłużyła na konsekwencje, a ich zachowanie jest usprawiedliwione. Muszą wygrać i postawić na swoim (Garrity, Jens, Porter, & Sager, 1998).

### **Wyróżniamy trzy typy ofiar: pasywne, proaktywne i relacyjne.**

Typowe ofiary charakteryzuje: niepewność, nerwowość, niska samoocena i brak umiejętności społecznych. Są zazwyczaj izolowane i zaniedbywane w szkole. Często są to osoby słabe, które nie są w stanie się obronić.

- **Ofiara pasywna** często nie ma szerokiego grona znajomych, nie potrafi sama się bronić, jest niepewna, unika konfrontacji i nie podejmuje działań odwetowych. Szczególnie w młodym wieku może reagować płaczem na agresję skierowaną w jej stronę (Beane, 2005).
- **Ofiara proaktywna** jest impulsywna, irytuje, niekiedy dokucza lub prowokuje innych uczniów. Prowadzi to do sytuacji, w której uczniowie zaczynają jej dokuczać w odwecie. Takie ofiary są często niespokojne, łatwo się denerwują, mają problemy z koncentracją i mogą być zdiagnozowane w kierunku zespołu nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD). Identyfikacja takich ofiar jest trudna ponieważ angażują się w dialog z prześladowcą (Orpinas, Horne, 2006).
- **Ofiara agresji relacyjnej** może być wykluczona z zabaw grupowych podczas przerw, może być przedmiotem plotek i pomówień.

Osoby postronne są największą grupą dotkniętą działaniami prześladowców. Według Garrity ci uczniowie są uważani za "przeważającą większość, 85% uczniów nie jest ani ofiarą ani sprawcą". Są natomiast częścią problemu albo rozwiązaniem.

Bycie świadkiem przemocy wywołuje szereg reakcji emocjonalnych u niektórych dzieci, takich jak poczucie winy, dyskomfort, lęk. Niektórzy jednak czerpią satysfakcję z tego co się dzieje, a nawet zachęcają sprawcę do kontynuowania

działań i czerpią radość z obserwowania przemocy nie będąc w nią bezpośrednio zaangażowani.

Brak interwencji ze strony obserwujących może mieć wiele przyczyn. Spośród nich możemy wymienić: strach przed odwetem, brak zaufania do nauczyciela, nieskuteczne metody reagowania itd. Obserwator może wierzyć, że ofiara zasługuje na to jak jest traktowana albo nie doceniać tego jaką rolę może odegrać w tej sytuacji. Należy jednak założyć, że zarówno ofiary jak i postronni obserwatorzy są pasywni ponieważ nie posiadają umiejętności niezbędnych do rozwiązania problemu.

Postronni obserwatorzy mogą być ważną częścią tworzenia środowiska wolnego od przemocy. Naucz obserwatorów:

- Wspierać ofiary i stawać w ich obronie,
- Dbać o swoje bezpieczeństwo,
- Prezentować aktywną postawę przeciwko przemocy,
- Zgłaszać przypadki nękania dorosłym.

### **2.6.1. Wpływ przemocy na sprawcę**

Chociaż trudno jest empatyzować z osobą znęcającą się nad innymi, ważne jest, aby rodzice i pracownicy szkoły zauważyli, że to zachowanie nie pojawia się bez powodu. Jeśli uczeń nie otrzyma pomocy zachowanie będzie kontynuowane i potencjalnie będzie pogarszać się z czasem. Większość badań skupia się na skutkach prześladowania ofiary, ale niektóre wskazują, że takie sytuacje wpływają negatywnie na samych prześladowców, tworząc konsekwencje krótko- i długoterminowe.

#### **Krótkoterminowe skutki zastraszania dla sprawcy**

- Słabe wyniki w nauce (opuszczanie szkoły w związku z zawieszeniem zwiększa ryzyko słabych ocen)

Cook i współpracownicy z Uniwersytetu Kalifornijskiego przeanalizowali 153 prac badawczych z ostatnich 30 lat. Odkryli, że akty przemocy są częściej zgłaszane, gdy sprawa dotyczy chłopców, a znęcający się i ofiary posiadają słabe umiejętności rozwiązywania problemów. Okazało się również, że wyniki w



nauce są ważnym czynnikiem decydującym o tym, kto będzie sprawcą przemocy.

„Typowy sprawca ma trudności w nawiązywaniu zdrowych relacji, ma również problemy w nauce” - powiedział Cook. „Zazwyczaj przejawia negatywne postawy wobec innych, ma negatywny obraz samego siebie, pochodzi ze środowiska rodzinnego charakteryzującego się konfliktem, ma negatywne nastawienie do szkoły i rówieśników, którzy okazują wsparcie dla jego negatywnych zachowań”.

- Zwiększone ryzyko wagarowania

Opuszczanie lekcji, wagarowanie jest nawykowym aktem bycia nieobecnym w szkole bez usprawiedliwienia, jest to główny czynnik wpływający na wyniki w nauce. Zgodnie z wynikami badań Zhang, Katsiyannis, Barrett i Wilson (2007), przyczyny wagarowania mogą być podzielone na cztery główne kategorie: rodzinne, szkolne, ekonomiczne i indywidualne.

- Dzieci, które są sprawcami przemocy przejawiają trudności w utrzymywaniu relacji społecznych.

Zdają się mieć trudności w relacjach z innymi. Zidentyfikowanie tego problemu, jak i uczenie kontrolowania agresji może być skuteczną formą interwencji lub częścią działań prewencyjnych. Korzystne będzie zapoznanie ich z podstawowymi zasadami moralności i metodami rozwiązywania konfliktów (Development, 2008).

- Zwiększone ryzyko nadużywania alkoholu i substancji psychoaktywnych

Dojrzewanie jest okresem rozwojowym, w którym występuje najwyższe ryzyko rozwinięcia się uzależnienia od alkoholu i innych używek. Osoby, które nawykowo sięgają po alkohol, często mają skłonności do eksperymentowania z innymi substancjami odurzającymi.

### **Długoterminowe efekty bullingu dla sprawcy**

Z badań wynika, że zarówno sprawcy jak i ofiary są w grupie zwiększonego ryzyka hospitalizacji z powodu zaburzeń psychicznych, u ofiar można zaobserwować zwiększony poziom symptomów depresyjnych w dorosłości.

- **Ryzyko przemocy domowej wobec współmałżonka lub dziecka w życiu dorosłym**

Yelitza Zamora menedżer organizacji oferującej programy zapobiegania prześladowaniom w szkołach twierdzi, że akty agresji rówieśniczej w okresie szkolnym, tak jak każda inna forma agresywnego zachowania, sprowadzają się do potrzeby sprawowania władzy i kontroli. Dokładnie te same motywy kierują sprawcami przemocy domowej. Oczywiście nie każda osoba, która w szkole angażuje się w przemoc będzie angażować się w takie zachowania w późniejszym życiu. Wiadomo jednak, że szkolni prześladowcy jako osoby dorosłe mają większą skłonność do doświadczania problemów związanych z aktami agresji (DomesticShelters.org, 2015).

- **Ryzyko zachowań antyspołecznych**

Złość i strach mogą zastąpić nasz zdrowy rozsądek. Prześladowcy to często ludzie, którzy mają problem z kontrolowaniem emocji. Kiedy pojawiają się silne, trudne do kontrolowania emocje sprawca podejmuje działanie nie myśląc o konsekwencjach.

- **Nadużywanie substancji psychoaktywnych**

Liczne badania wykazały związek między przemocą rówieśniczą, zdrowiem psychicznym a nadużywaniem substancji psychoaktywnych. Pomimo tego, że badania nie są rozstrzygające, a bullying nie wpływa na wszystkich w ten sam sposób, wiemy, że jest to problem niosący ze sobą poważne konsekwencje dla zdrowia, psychiki oraz funkcjonowania dzieci i młodzieży.

Crothers utrzymuje, że “dzieci, które są agresywne w młodym wieku szukają rówieśników, którzy zachowują się podobnie. Środowisko rówieśnicze wzmacnia agresję i skłonność do angażowania się w zachowania, które odbiegają od normy włączając w to potencjalne nadużywanie substancji psychoaktywnych w adolescencji i dorosłości” (Elkins, 2020).

- **Mniejsza szansa na zatrudnienie lub bycie wykształconym**

Zgodnie z wynikami badań Varhama i Bjorkqvist (2005) istnieje związek między zetknięciem się z przemocą szkolną w okresie adolescencji a długoterminowym brakiem zatrudnienia. Zgodnie z przeprowadzoną analizą 29% osób zmagających się z problemem długoterminowego braku zatrudnienia miało kontakt z przemocą rówieśniczą przynajmniej raz w tygodniu w okresie adolescencji.

## **Wpływ bullyingu na ofiary: opis grupy docelowej**



Ofiarą bullyingu może stać się każde dziecko niezależnie od płci, grupy wiekowej, statusu społeczno-ekonomicznego. Sprawców szczególnie przyciągają pasywne ofiary, które reagują płaczem lub ucieczką oraz te, którym brakuje pewności siebie. Jednakże każdy może stać się celem bez względu na to jak się zachowuje.

Najbardziej oczywistym powodem dla zostania ofiarą jest posiadanie cechy, która wyróżnia jednostkę. Coś tak niewielkiego, jak kolor włosów, budowa ciała mogą być uznane za wadę lub słabość, którą można wykorzystać.

W swoim badaniu z 2007, Field zidentyfikował dwa główne problemy u dzieci, które doświadczają przemocy w szkole:

- Wyróżniają się jako "inni",
- Brakuje im umiejętności społecznych, kontakty z innymi są dla nich wyzwaniem.

W okresie nauki szkolnej dzieci mają potrzebę dopasowania się do rówieśników zarówno pod względem wyglądu, jak i zachowania.

Jeśli przyjmie się, że prześladowcy próbują poradzić sobie z prawdziwym lub wyimaginowanym zagrożeniem, można zrozumieć dlaczego wybierają łatwe cele. Główną intencją jest uzyskanie władzy przez górowanie nad słabszymi.

Aby wyeliminować zjawisko przemocy rówieśniczej musimy zrozumieć jak zachowuje się ofiara i co możemy zrobić, aby uchronić ją przed dalszą wiktyimizacją. Najbardziej pomoże nam w tym przeanalizowanie ich zachowania. Wiele badań poświęcono właśnie temu zagadnieniu. Badacze odkryli, że:

-Ofiary prześladowców często mają jakąś słabość, którą można eksploatować. Wszystkie dzieci są wrażliwe, ale ofiary nękania nie starają się ukrywać swoich słabości. Zdarza się, że otwarcie o nich mówią.

-Ofiary bullyingu reagują na zachowanie prześladowcy. Łatwo się denerwują, są przestraszone więc nawet jeżeli sprawca nie jest przekonany na początku czy jego próby odnoszą skutek po uzyskaniu odpowiedniej reakcji wie, że osiągnął swój cel.

Językiem ciała ofiara okazuje swoją słabość. Najwięcej komunikacji pomiędzy dziećmi ma miejsce w przekazie niewerbalnym, prześladowca może zdać sobie

sprawę, że jego ofierze brakuje pewności siebie. Ofiary przestępstw są pasywne, ciche, nieśmiałe. Nie potrafią się postawić i brakuje im asertywności, prześladowca wie, że nie spotka się z żadnym oporem.

Ofiary bullyingu mogą być wycofane społecznie i nie mieć systemu wsparcia w postaci przyjaciół, znajomych, dobrych relacji rodzinnych. Badania pokazują, że bliscy mogą okazać się cennym zasobem, bez ich obecności ofiara jest łatwiejszym celem.

Ofiary bullyingu mogą preferować negatywną uwagę nad byciem ignorowanym. Niektóre ofiary nie lubią być same i brakuje im towarzystwa więc będą znosić znęcanie, aby podtrzymać uwagę na sobie. Prześladowca może w łatwy sposób zorientować się, że tak jest i użyć tego faktu jako słabości do eksploatacji.

Ofiary bullyingu często pochodzą z rodzin nadopiekuńczych i/lub otrzymują ochronę od personelu szkolnego co automatycznie sprawia, że są łatwymi celami ponieważ innym wydaje się, że nie potrafią się bronić.

### 2.6.2. Wpływ bullyingu na ofiary

Istnieje wiele długotrwałych i niszczących konsekwencji bullyingu. Ten problem mocno odbija się na zdrowiu psychicznym młodych ludzi.

- **Dolegliwości somatyczne i psychosomatyczne**

Dzieci, które były ofiarami znęcania się, są bardziej narażone na częste problemy somatyczne takie, jak przeziębienia, bóle głowy, brzucha, problemy ze snem, mdłości, przewlekłe zmęczenie (Gini, Pozzoli, 2009).

- **Problemy ze zdrowiem psychicznym**

U ofiar występuje zwiększone ryzyko wystąpienia zaburzeń lękowych lub depresyjnych (Zwierzyńska, Wolke, Lereya, 2013). Z większym prawdopodobieństwem niż rówieśnicy podejmą się prób samookaleczenia i będą mieć myśli samobójcze (Winsperm, Lereya, Zanarini i in., 2012). Bullying, zwłaszcza relacyjny, jest silnie związany z lękiem społecznym (Siegel, La Greca, Harrison, 2009).

- **Problemy w szkole**

Ofiary przemocy szkolnej nie czują się w szkole bezpiecznie, co bezpośrednio wiąże się z takimi konsekwencjami, jak słabsze wyniki w nauce czy problemy z absencją (Varjas i in., 2009). Szacuje się, że około 160 000 uczniów amerykańskich szkół jest nieobecnych w szkole każdego dnia z obawy przed byciem ofiarą bullyingu (Karell, 2011). Bullying jest również skorelowany z przedwczesnym zakończeniem nauki w szkole średniej (Cornell, Gregory, Huang, Fan, 2013).

Jednym ze skrajnych przypadków odwetu jest użycie broni, by zemścić się na oprawcach i zranić osoby, które zdaniem ucznia nie były dla nich odpowiednim wsparciem. Jak się okazuje w wielu przypadkach sprawcami strzelanin szkolnych są osoby, które w przeszłości doświadczyły nękania. Pomiedzy rokiem 1974 a 2000 prawie trzy czwarte sprawców okazało się być ofiarami prześladowań, groźb i ataków fizycznych.

### **2.6.3. Wpływ bullyingu na postronnych obserwatorów**

Obserwowanie prześladowania innej osoby może mieć ogromny wpływ na jednostkę. W końcu większość ludzi martwi się, widząc kogoś kto cierpi. W rzeczywistości bycie obserwatorem często wywołuje wiele stresu i innych negatywnych emocji. Od niepokoju i niepewności, po strach i poczucie winy.

Podobnie, jak wśród ofiar bullyingu, bycie świadkiem tego zjawiska może mieć wpływ na zdrowie fizyczne, psychiczne oraz osiągnięcia szkolne.

Podczas analizy zachowania obserwatorów należy wziąć pod uwagę następujące zagadnienia:

#### **Efekt widza (Bystander effect)**

Efekt widza to zjawisko, w którym obecność innych obniża prawdopodobieństwo udzielenia pomocy osobie potrzebującej (White & Malkowski, 2014).

Aby zareagować obserwator musi przejść przez pięć etapów.

1. Musi zauważyć zdarzenie.
2. Zinterpretować zdarzenie jako wymagające interwencji.
3. Przyjąć osobistą odpowiedzialność.
4. Wiedzieć jak pomóc.
5. Rozpocząć działanie (Darley & Latane, 1968).

Przed obserwatorem pojawia się szereg barier powstrzymujących go przed podjęciem działania. Po pierwsze może to być brak pewności siebie lub brak przekonania o możliwości skutecznej interwencji. Obserwator może odczuwać lęk przed oceną lub popełnieniem błędu na oczach innych.

Według Johna Darleya i Bibba Latane'a, którzy jako pierwsi badali to zjawisko, jednostki bardzo wolno reagują lub wcale nie reagują z powodu tak zwanej dyfuzji odpowiedzialności. W związku z występowaniem obserwatorów na miejscu zdarzenia, redukuje się liczba kosztów psychicznych jakie ponosi jednostka za niepodejmowanie działania.

Ponadto osoby postronne mogą reagować wolno, ponieważ monitorują reakcje innych osób w grupie. Próbuje ustalić, czy sytuacja jest wystarczająco poważna, aby coś zrobić, i będą obserwować, czy ktoś inny wystąpi naprzód. Czasem, gdy nikt nie robi kroku do przodu, obserwatorzy czują się usprawiedliwieni, nie robiąc nic.

### **Niepewność**

Niektórzy obserwatorzy czują się niepewnie. Widzą akt przemocy, ale nie mają pojęcia, co robić i jak reagować. Z tego powodu rodzice i nauczyciele powinni skupić się na uczeniu dzieci, jak należy się zachować w takiej sytuacji. Istnieje wiele sposobów na to by pomóc osobie prześladowanej. Z niewielkimi wskazówkami dzieci mogą nauczyć się skutecznie działać w sytuacjach zetknięcia się z bullyingiem.

### **Lęk**

Lęk jest jednym z powodów, dla którego obserwatorzy nic nie robią, gdy są świadkami dręczenia. Niektórzy boją się reagować w obawie, że się ośmieszają, mówiąc lub robiąc coś niewłaściwego i tym sposobem pogorszą całą sytuację.

Po doświadczeniu incydentu, niektórzy obserwatorzy boją się, że zostaną kolejnym celem oprawcy jeśli zdecydują się interweniować. Szczególnie jeśli zastraszanie jest poważne i jest to długotrwały problem w danej szkole. Czasem próbując poradzić sobie z lękiem i uniknąć stania się celem i dołączyć do grona dręczycieli.

### **Poczucie winy**



Po incydencie bullyingu wielu obserwatorów czuje się przytłoczonym poczuciem winy, ponieważ nie wiedzieli, co zrobić albo byli zbyt przestraszeni, by wkroczyć do akcji.

### **Konflikt inicjowania lub unikania**

Gdy obserwatorzy doświadczają kombinacji strachu i poczucia winy, może to prowadzić do tak zwanego konfliktu inicjowania lub unikania (ang. approach-avoidance conflict). Zjawisko to występuje, gdy istnieje szczerza chęć pomocy w sytuacji, ale równie silne jest pragnienie uniknięcia sytuacji. Jeśli chodzi o zastraszanie, dzieci mogą czuć się winne z powodu tego, że nie pomagają, a jednocześnie być zbyt przestraszone, żeby pomóc. Dlatego czują rozdarcie w obliczu podjęcia decyzji o dalszym działaniu. Czasem chęć pomocy jest silniejsza i wygrywa. Innym razem strach przed konsekwencjami jest większy. Rezultatem jest niezdecydowanie, które prowadzi do poczucia braku kontroli i powoduje wysoki poziom stresu oraz niepokoju postronnych obserwatorów.

### **Wnioski**

Oglądanie czyjegoś cierpienia nigdy nie jest łatwe, ale czasem ciężko jest podjąć decyzję, co robić w takiej sytuacji. Jeśli dzieci są świadkami zastraszania w szkole, ważne jest, aby wyposażyć je w odpowiednie narzędzia do reagowania. W ten sposób można w znaczący sposób zminimalizować problem przemocy rówieśniczej (Gadon, 2019).

## **Rady i rekomendacje dla nauczycieli**

### **Zapobieganie przemocy w szkole**

Poziom wiedzy nauczycieli, rodziców i środowiska na temat bullyingu wpływa na mentalność dziecka. Istnieje kilka efektywnych metod zapobiegania przemocy. Zdecydowanie ważna jest wiedza na temat polityki szkoły oraz konsekwentne wprowadzanie w życie działań mających na celu zapobieganie występowaniu przemocy, monitorowanie incydentów oraz udzielanie wsparcia.

### **Praktyczne rekomendacje angażowania obserwatorów:**

- Powinno się zachęcić osoby postronne lub świadków przemocy do stawiania w obronie ofiary.

- Należy zaznaczyć, jak ważne jest zgłaszanie przemocy dorosłym i edukować dzieci w temacie efektywnych metod interweniowania oraz wspierania ofiar przemocy.

Zgodnie z wynikami badań większość uczniów zachowuje się w sposób, który podtrzymuje obecny stan rzeczy lub zachęca do tego by działania przybrały na intensywności, zamiast starać się załagodzić sytuację. Taka postawa ma miejsce pomimo tego, że większość uczniów zaznacza, iż jest przeciwko występowaniu zjawiska przemocy.

- Naucz uczniów, że ich milczenie daje siłę sprawcy
- Rozważ zaangażowanie swoich uczniów w tworzeniu strategii i rozwiązań w przypadkach incydentów.
- Zwiększ świadomość i zaangażowanie uczniów poprzez wprowadzanie w życie programów profilaktycznych,
- Nagradzaj pozytywne zachowanie. Zwracaj uwagę na pozytywne zachowanie dziecka, zwiększa to szansę na to, iż takie zachowanie powtórzy się w przyszłości (Mahoney, 2012).

### **Praktyczne rekomendacje dotyczące tego, jak wspierać dziecko będące ofiarą przemocy**

- Zwróć uwagę na indywidualne czynniki ryzyka, czyli pewne cechy i zachowania dziecka, które szczególnie mogą sprzyjać doświadczaniu przez dziecko przemocy. Należą do nich między innymi nadwaga, niedowaga, noszenie okularów, noszenie ubrań innych niż rówieśnicy, bycie nowym w klasie, trudna sytuacja socjoekonomiczna, niska samoocena, lękliwość, złe samopoczucie, brak lub niewielka liczba przyjaciół.
- Zapewnij osobę pokrzywdzoną, że nie jest niczemu winna. Podkreśl, że znęcanie się nad kolegami z klasy jest złe i sprawca musi ponieść konsekwencje swoich czynów.
- Pytaj dzieci o zdanie, zanim podejmiesz jakiegokolwiek kroki w ich sprawie.
- Jeśli dziecko jest zagrożone należy podjąć działanie, nawet jeżeli prosi cię, by nic nie robić.

- Nie składaj obietnic, których nie możesz dotrzymać. Postaraj się jednak pocieszyć ofiarę i podjąć wszystkie możliwe kroki, by zapobiec dalszemu znęcaniu się.
- Naucz dziecko, jak należy sobie radzić z trudnymi doświadczeniami. Zachęć do asertywności, zapoznaj z technikami radzenia sobie ze stresem.
- Zachęcaj dzieci do uczestniczenia w zajęciach dodatkowych, które mogą pomóc w rozwoju pewności siebie (sport, partycypacja w zajęciach organizowanych przez domy kultury, wolontariat, zespół muzyczny itp.).
- Utrzymuj kontakt z rodzicami.
- Przyjmij aktywną rolę w zapobieganiu zachowań wiktyimizujących.
- Zachęcaj dzieci do aktywności w grupie rówieśniczej, które są odpowiednie dla ich wieku. Dzieci powinny mieć szansę rozwinięcia umiejętności społecznych z rówieśnikami bez bezpośredniego zaangażowania rodziców.
- Zachęcaj dzieci do rozwijania swoich własnych przekonań i poglądów. Nie staraj się „mówić za nich”.

### **Praktyczne rekomendacje zapobiegania przemocy i agresji**

- Konsekwencje za złe zachowanie powinny być przewidywalne, natychmiastowe.
- Po tym jak sprawcy spotkają się z konsekwencjami, należy postarać się zachęcić ich do głębszej refleksji nad swoim zachowaniem, motywami działania i tym jak zachowanie mogło wpłynąć na ofiarę. Co próbowali osiągnąć? Jak inaczej można osiągnąć ten cel? Podczas takiej rozmowy postaraj się zaprezentować konkretne formy radzenia sobie w sytuacjach trudnych, sposoby wyrażania uczuć i metody rozwiązywania konfliktów.
- Naucz ich alternatywnych metod komunikowania się, rozwijaj w nich empatię, identyfikuj błędy w sposobie myślenia prowadzące do patologicznych zachowań, zaprezentuj różne techniki relaksacyjne i metody radzenia sobie z emocjami.

### **Porady dla rodziców, których dzieci angażują się w przemoc**



- Nauczyciel powinien upewnić się, że sprawca przemocy wie, co robi źle i dlaczego to jest złe. Należy również uświadomić mu jakie konsekwencje wiążą się z takim postępowaniem. Jeśli zachowanie się powtarza, należy zaangażować rodziców. Pracownicy szkoły zwrócili uwagę na to, że rodzice dzieci, które są sprawcami bullingu często twierdzą, że to ich dziecko jest ofiarą tej sytuacji. Jednakże, kiedy nauczyciel zaadresuje konkretne zachowanie, takie jak: przeszkadzanie podczas lekcji, dokuczanie innym uczniom, rodzice rozumieją, w czym leży problem i co należy zmienić.
- Należy poradzić rodzicom bycie spójnym w wymaganiach i obowiązkach wobec swojego dziecka. W razie problemów wychowawczych zawsze warto rozważyć opcję uczestnictwa w terapii rodzin lub zapisania się na kurs adresowany do rodziców.
- Należy uświadomić rodziców, jakie konsekwencje dla dziecka będzie miało stosowanie przemocy w szkole.

#### Literatura cytowana

Bauman, S., & Rio, A. (2006). Preservice Teachers' Responses to Bullying Scenarios: Comparing Physical, Verbal, and Relational Bullying. *Journal of Educational Psychology*, 219-231.

Beane, A. L. (2005). *The bully free classroom: Over 100 tips and strategies for teachers K-8*. Minneapolis, MN: Free Spirit Publishing.

Beaty, L. A., & Alexeyev, E. B. (2008, 10 12). The problem of school bullies: What research tells us. *Education Research Complete Database*, 1-11.

Beran, T., & Li, Q. (2008). The relationship between cyberbullying and school bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 16-33.

Committee for Children. (2009, 10). *Steps to respect program guide: Review of research 2001, 2005*. Retrieved from:

<http://www.cfchildren.org/programs/str/research>

Cornell, D., Gregory, A., Huang, F., & Fan, X. (2013). Perceived prevalence of teasing and bullying predicts high school dropout rates. *Journal of Educational Psychology*, 105(1), 138-149.

Crick, N. R. (1996). The role of overt aggression, relational aggression, and prosocial behavior in the prediction of children's future social adjustment. *Child Development*, 2317-2327.

Dawkins, J. (1995). Bullying in schools: Doctors' responsibilities.1. *British Medical Journal*, 274–275.

Development, S. f. (2008, March 26). Science daily. Retrieved from: *Children Who Bully Also Have Problems With Other Relationships*: <[www.sciencedaily.com/releases/2008/03/080325083300.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2008/03/080325083300.htm)>.

DomesticShelters.org. (2021, February 06). *From bully to batterer*. Retrieved February 09, 2021, from <https://www.domesticshelters.org/articles/children-and-domestic-violence/from-bully-to-batterer>

Effects of Bullying. (2017, 9). Retrieved from stoprbullying.gov: <https://www.stopbullying.gov/bullying/effects>

Elkins, C. (2020, February 3). *Bullying and Substance Abuse: Who It Affects and Why*. Retrieved from: <https://www.drugrehab.com/guides/bullying/>

Frontmatter. (2011). Bullying in Different Contexts (pp. I-Vi). In C. Monks & I. Coyne.

Gadon, S. (2019, September 23). *6 Ways Bulling Impacts Bystanders*. Retrieved from: <https://www.verywellfamily.com/how-witnessing-bullying-impacts-bystanders-460622>

Garrity, C., Jens, K., Porter, W., & Sager, N. (1998). *Bully proofing your school: A comprehensive approach for elementary schools*. Longmont, CO: Sopris West.

Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*, 123(3), 1059-1065.

Kaminsky, A. (2020, April 25). Understanding Bullying: What It Is and How It Works. Retrieved from: <https://www.psy-ed.com/wpblog/myths-about-bullying/>

Karell, D. H. (2011). Bullying on the high school campus: Separating fact from fiction. *National Social Science Journal*, 36(2), 68-76. Retrieved from [http://www.nssa.us/journals/pdf/NSS\\_Journal\\_36\\_2.pdf#page=70](http://www.nssa.us/journals/pdf/NSS_Journal_36_2.pdf#page=70)

Leone, R.M., Parrott, D.J., Swartout, K.M., & Tharp, A.T. (2016) Masculinity and the bystander attitudes: Modeling effects of masculine gender role stress. *Psychology of Violence*, 6(1) 82-90.

MacPherson, W. (1999). *The Stephen Lawrence Inquiry*. Report of an Inquiry. The Stationary Office.

O'Brien, L. M., Lucas, N. H., Felt, B. T., Hoban, T. F., Ruzicka, D. L., Jordan, R., Chervin, R. D. (2011). Aggressive behavior, bullying, snoring, and sleepiness in schoolchildren. *Sleep medicine*, 12(7), 652-658.

Olweus, D. (1973). Personality & aggression. *Nebraska Symposium on Motivation* 1972.

Olweus, D. (1994). Bullying at school: basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of child psychology and psychiatry*, 35(7), 1171-1190.

Orpinas, P., & Horne, A. M. (2006). *Bullying prevention: Creating a positive school climate and developing social competence*. Washington, D.C: American Psychological Association.

Piskin, M. (2002). School Bullying: Definition, Types, Related Factors, and Strategies to Prevent Bullying Problems. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 555-562.

Ramasut, A., & Papatheodorou, T. (1994). Teachers' perceptions of children's behaviour problems in nursery classes in Greece. *School Psychology International*, 145-161.

Reisdorph, D. (2015, 5). *7 Characteristics of Bullying*. Retrieved from B.A.R.E.: <http://barethebully.org/2015/05/15/7-characteristics-of-bullying/>

Roberts, W. (2006). *Bullying From Both Sides: Strategic Interventions for Working With Bullies & Victims*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.

Siegel, R. S., La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2009). Peer victimization and social anxiety in adolescents: Prospective and reciprocal relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(8), 1096-1109.

Smith, P. K., & Sharp, S. (1994). The problem of the school bullying. *School bullying. Insights and perspectives*, 2-19.



Smith, P., Schneider, B. H., Smith, P. K., & Ananiadou, K. (2004). The effectiveness of whole-school antibullying programs: A synthesis of evaluation research. *School Psychology Review*, 33(4), 547-560..

Smyrnaïou, Z. (n.d.). *Conceptual definition of school violence and bullying and modern interpretative approaches*. Retrieved from <https://eclass.uoa.gr/modules/document/file.php/PPP263/%CE%A3%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B9%CE%BA%CF%8C%CF%82%20%CE%95%CE%BA%CF%86%CE%BF%CE%B2%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82.pdf>

Varhama, L. M., & Björkqvist, K. (2005). Relation between school bullying during adolescence and subsequent long-term unemployment in adulthood in a Finnish sample. *Psychological Reports*, 96(2), 269-272.

Varjas, K., Henrich, C. C., & Meyers, J. (2009). Urban middle school students' perceptions of bullying, cyberbullying, and school safety. *Journal of School Violence*, 8(2), 159-176.

Volk, A., Dane, A., & Marini, Z. (2014). What is bullying? A theoretical redefinition. *Developmental Review*, 327-343. doi:<https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.09.001>

White, C.H., & Malkowski, J. (2014) Communicative challenges of bystander intervention: Impact of goals and message design logic on strategies college students use to intervene in drinking situations. *Health Communication*, 29, 93-104.

Winsper, C., Lereya, T., Zanarini, M., & Wolke, D. (2012). Involvement in bullying and suicide-related behavior at 11 years: a prospective birth cohort study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(3), 271-282.

Zwierzynska, K., Wolke, D., & Lereya, T. S. (2013). Peer victimization in childhood and internalizing problems in adolescence: a prospective longitudinal study. *Journal of abnormal child psychology*, 41(2), 309-323.

Zych I., Ortega-Ruiz R., Del Rey R. (2015b). Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention, *Aggression and Violent Behavior*, t. 23, s. 1-21, <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.10.001>.

## Rozdział 3: Jak rozpoznać bullying?

### 3.1. Znaki ostrzegawcze, o których rodzice i nauczyciele wiedzieć powinni

Pierwszym i najważniejszym krokiem, który musi zostać podjęty w walce z przemocą szkolną jest rozpoznanie występowania tego zjawiska. Wiemy, że około 28% młodych ludzi z klas od 6 do 12 (starsze klasy szkoły podstawowej i liceum w polskich realiach) było ofiarami przemocy rówieśniczej. Jednakże nauczyciele często nie mają pełnego obrazu, który pozwoliłby im obiektywnie ocenić, jak duża jest skala problemu. Rodzice są świadomi tego, że dzieje się coś niedobrego tylko w połowie przypadków.

W związku z tym istnieje potrzeba by nauczyciele oraz rodzice potrafili rozpoznawać sygnały świadczące o tym, że może dziać się coś złego. Mogą być to wskazówki mniej lub bardziej czytelne. Zarówno osoby prześladowane jak i sprawcy wysyłają sygnały, które mogą pozwolić w rozpoznaniu problemu. Mają one różną intensywność. Trzeba zawsze brać pod uwagę specyfikę klasy i poziomu edukacji, na którym dziecko jest (szkoła podstawowa, szkoła średnia) oraz lokalizację. Należy też pamiętać o tym, że istnieją sprawcy nękania, którzy sami są nękani. Dziecko będące ofiarą może zacząć dokuczać innym z racji potrzeby zemsty za wyrządzone krzywdy.

W tym podrozdziale, w pierwszej kolejności zwrócimy uwagę na sygnały wskazujące na to, że dziecko jest ofiarą przemocy rówieśniczej jak i również wskazówki jak rozpoznać młodego agresora. Pod koniec podrozdziału spojrzymy na listę pogrupowaną zgodnie z poziomem szkolnym, z podziałem na sprawców i ofiary.

#### **Jak rozpoznać, że dziecko jest ofiarą bullyingu?**

Prawie zawsze ofiary bullyingu to dzieci, które są na szarym końcu w hierarchii społecznej. Zazwyczaj ofiary dzielą się na dwie kategorie: pasywne i proaktywne. Jednakże największą grupą są ofiary pasywne.

Te dzieci są lękliwe, niepewne, ciche, myśl o konfrontacji napawa je lękiem, często płaczą albo się denerwują. Ich krąg przyjaciół bywa niewielki. Cierpią z powodu niskiej samooceny i rzadko zgłaszają incydenty bullyingu ponieważ boją się odwetu. Często pasywne ofiary są mniejsze i słabsze od osób, które się nad nimi znęcają i boją się postawić oprawcy. Często potrafią widzieć siebie w negatywnych barwach jako osoby mało atrakcyjne. Brakuje im poczucia humoru i czasami są opisywane jako przygnębione. Zwykle z powodu swojej bierności nie wywołują problemów w szkole.

Prowokujące ofiary są bardziej aktywne, asertywne i pewne siebie. Choć również charakteryzuje je poczucie niepokoju, są to dzieci bardziej reaktywne emocjonalnie. Mają tendencję do dokuczania i drażnienia kolegów z klasy, dopóki nie zasmakują odwetu ze strony kolegów. Gdy proaktywne ofiary walczą, zwykle są nieskuteczne, a przedłużając walkę, pogarszają swoją sytuację. Mogą mieć trudności w uczeniu się lub nie mieć wystarczająco dobrze rozwiniętych umiejętności społecznych, co jest przyczyną ich braku wrażliwości na uczucia innych uczniów. Daniel Olweus opisuje prowokatora jako generalnie najmniej popularną osobę wśród kolegów z klasy, ponieważ ich zachowanie w klasie jest często tak destrukcyjne, że wszyscy reagują na nią negatywnie. Następujące czynniki mogą świadczyć o tym, że dziecko może być ofiarą bullyingu:

- **Młoda osoba wygląda na zdenerwowaną lub zestresowaną, a jednak nie chce powiedzieć, co się dzieje.** Pamiętaj, zjawisko bullyingu często jest ukrywane przez młodzież. Osoby, którym się dokucza mogą czuć się zagrożone tym, że ataki staną się bardziej poważne jeżeli powiedzą o swojej sytuacji.
- **Niewyjaśnione nacięcia i siniaki.** Niektórzy młodzi ludzie uprawiają sporty kontaktowe, a niektóre zabawy mogą mieć charakter „szorstki i upadkowy”. Jednak fizycznych dowodów przemocy nigdy nie należy ignorować.
- **Uszkodzenia ubrań, książek, przyborów szkolnych.** Może to wskazywać na przemoc fizyczną. Niektórzy sprawcy umyślnie niszczą albo kradną własność ofiary.
- **Pogorszenie wyników w nauce.** Zdolność dziecka do koncentracji oraz samoocena są związane z tym, jak dobrze sobie radzi w środowisku szkolnym i domowym. Nagły spadek ocen może być wskazówką do tego, że w relacjach rówieśniczych zaczęło dziać się coś złego.
- **Prośby o dodatkowe pieniądze.** Niektórzy młodzi ludzie są zmuszani do oddawania pieniędzy. Osoba, która jest sprawcą może zmuszać swoje ofiary do kradzieży (np. ze sklepów lub ich własnego domu); to daje im możliwość uzyskania korzyści materialnych kosztem ofiary.
- **Niechęć chodzenia do szkoły.** Osoba, która jest ofiarą bullyingu może nie chcieć spotkać swojego oprawcy. Niektórzy młodzi ludzie reagują mniejszym entuzjazmem do udziału w lekcjach niż inni, ale gwałtowny spadek chęci uczęszczania do szkoły może być wyraźnym sygnałem, że

dzieje się coś niepokojącego. Niektórym uczniom dokuczają się podczas ich drogi do i ze szkoły. Taka sytuacja może powodować notoryczne spóźnianie się i jest to również coś, na co szczególnie należy zwrócić uwagę jeśli jest związana z obieraniem nowej drogi do szkoły.

- **Zmiany w zachowaniu i nastroju.** Środowisko rówieśnicze ma istotny wpływ na zachowanie i nastrój nastolatka. Długo utrzymujące się niskie samopoczucie jest niepokojącym sygnałem i nie powinno być bagatelizowane.
- **Oslabienie pewności siebie, niska samoocena.** Istnieją dowody na to, że jest związek między niską samooceną a doświadczaniem przemocy w szkole.
- **Narzekanie na bóle głowy lub brzucha.** Mogą występować w wyniku napięcia nerwowego. Czasami dziecko symuluje ból by uniknąć konieczności pójścia do szkoły i spotkania się ze swoimi prześladowcami. Zawsze jednak trzeba też brać pod uwagę, że ból może być prawdziwy; wiemy przecież o tym, że przewlekły (to znaczy długotrwały) stres psychiczny prowadzi do problemów psychosomatycznych a na dłuższą metę do rozwoju poważniejszych stanów, takich jak np. wrzody trawienne.
- **Problemy ze snem.** Mogą wskazywać na doświadczanie stresu; mogą objawiać się wieczorem niechęcią do snu (w połączeniu z niechęcią wstawania rano), bezsennością, powtarzającymi się koszmarami lub (rzadziej) moczeniem nocnym czy lunatykowaniem.

Obecność niektórych z tych zachowań, a nawet wszystkich, niekoniecznie oznacza, że młody człowiek jest ofiarą przemocy rówieśniczej. Liczne wyzwania związane z dojrzewaniem mogą sprawiać, że u nastolatków pojawiają się problemy, takie jak problemy ze snem, obniżony nastrój, bóle głowy czy bóle brzucha. Jeśli jednak objawy te utrzymują się należy ustalić przyczyny. W praktyce to „dochodzenie” powinno przede wszystkim rozpocząć się od rozmowy z dzieckiem.

[Sygnały świadczące o tym, że dziecko jest sprawcą bullyingu.](#)

Oprawcy na ogół identyfikowani są jako osoby starsze od swoich ofiar. Istnieją jednak badania sugerujące, że nie zawsze tak bywa. W sytuacji gdy dzieci umieszczane są w grupach wiekowo mieszanych, może dochodzić do mniejszej ilości incydentów prześladowania niż w klasach, w których dzieci są w tym samym wieku. Prześladowcy często pozostają w centrum uwagi i nie jest niczym

niezwykłym, że są otoczeni grupą zwolenników. Kiedy uczeń staje się ofiarą bullyingu, zazwyczaj identyfikuje jednego sprawcę ale zachowanie jednostki często jest wspierane przez grupę znajomych sprawcy.

Podczas gdy wiele osób doszukuje się w zachowaniu sprawców, którzy wydają się być silni i agresywni rekompensowania własnych kompleksów, okazuje się, że może być odwrotnie. W większości przypadków prześladowcy wykazują niewielki niepokój i niepewność oraz nie mają problemów z niską samooceną. Przyczyną zachowań przemocowych może być natomiast rodzic lub opiekun dziecka stosujący wobec niego kary fizyczne. Często złe relacje z rodzicami przyczyniają się do okazywania wrogości wobec otoczenia.

Następujące czynniki można uznać za sygnały wskazujące na to, że młoda osoba może odpowiadać za nękanie uczniów w szkole:

- **Racjonalizacja złych zachowań.** Osoby znęcające się mogą próbować obwiniać ofiarę częściej niż siebie. Intensywność emocji może gwałtownie wzrosnąć u dziecka, które ma tendencję do zachowań agresywnych i czuje się uprawnione do obwiniania za swoje zachowanie innych.
- **Posiadanie agresywnych przyjaciół.** Dzieci znęcające się nad innymi często mają szerokie grono znajomych. Zdarza im się mieć też grupę przyjaciół, która zachęca do działań agresywnych. Rodzice zwykle nie chcą dowiadywać się tego, że ich dziecko krzywdzi innych. Jeśli jednak przyjaciele dziecka dokuczają swoim rówieśnikom można zacząć się zastanawiać czy syn lub córka nie angażuje się w podobne zachowania.
- **Problemy ze snem.** Wiemy, że senność wpływa na nastrój, podejmowanie decyzji i osłabia regulację emocjonalną niezbędną do kontrolowania agresji. Badanie przeprowadzone w 2011 r. przez Uniwersytet z Michigan, opublikowane w czasopiśmie Sleep Medicine, ujawniło, że u dzieci ze skłonnościami do agresywnych zachowań dwukrotnie częściej występują zaburzenia oddychania podczas snu. Choć wyniki badania nie dają nam odpowiedzi, co jest przyczyną, a co skutkiem to otwierają furtkę dla dalszych badań nad związkiem zaburzeń snu a agresją u dzieci (O'Brien, i in., 2011).
- **Sygnały płynące ze szkoły.** Przytoczyć można sytuację, w której rodzic otrzymuje telefon od asystenta dyrektora, podczas rozmowy dowiaduje się, że jego dziecko zachowuje się niegrzecznie wobec innego ucznia. Jak można się spodziewać taka sytuacja wywołuje smutek i dyskomfort.



Rodzic może zadawać sobie pytanie, jak do tego doszło, że jego dziecko jest sprawcą takiego zachowania. Niemniej jednak podejmuje odpowiednie działania i stara się rozmawiać o tym jak nawiązywać dobre relacje z rówieśnikami.

- **Problemy z zachowaniem.** Porywczy temperament, frustracja, impulsywność, skłonność do agresywnych zachowań to charakterystyka dziecka, które w przyszłości może stać się sprawcą przemocy szkolnej.
- **Trudne środowisko domowe.** Jeśli dziecko mieszka w domu, w którym przemoc jest czymś normalnym i systematycznie jest wobec dziecka stosowana, takie dziecko ma większą skłonność do gwałtownego reagowania w trudnych sytuacjach. Clark informuje, że frustracja narasta u dzieci doświadczających przemocy. Kiedy w domu obserwuje się wybuchy gniewu, agresji może to doprowadzić do tego, że dziecko zapragnie wyładować złość na rówieśnikach.
- **Bezpośrednio doświadczyli przemocy jako ofiary.** Czasami dzieci, które były ofiarami bullingów, same stają się prześladowcami, próbując odzyskać kontrolę nad swoim życiem. Tak było w przypadku siedmioletniej australijskiej dziewczynki, która zaczęła sprawiać kłopoty po tym, jak była nękana przez kolegów ze szkoły. W związku z tym, jak rozwinęła się sytuacja, matka zaczęła zachęcać córkę do zaprzyjaźnienia się z osobami, które mogły posłużyć za pozytywne wzorce. Grupa rówieśnicza może odgrywać ważną rolę w tym jak dziecko się zachowuje.
- **Manifestują negatywne zachowanie wobec rodzeństwa.** Clark sugeruje, że jeśli rodzina ma więcej niż jedno dziecko, powinno się dbać o ich równe traktowanie. Od trzeciego roku życia dzieci zaczynają być wrażliwe na różnice w traktowaniu ich i rodzeństwa (Dunn i Munn, 1985). Widoczna dysproporcja w traktowaniu ma negatywny wpływ na jakość relacji między rodzeństwem w okresie dojrzewania i dorosłości (Boll, Ferring i Philipp, 2003), co więcej jest to skorelowane z występowaniem problemów wychowawczych (Reiss i in., 1995).
- **Spędzają znaczną ilość czasu w internecie.** Biorąc pod uwagę, że cyberprzemoc jest coraz bardziej rozpowszechnionym zjawiskiem, Clark radzi rodzicom, aby monitorowali czas spędzany przez dziecko w Internecie. Istnieje pewien poziom anonimowości dostępny w Internecie, pozwalający dzieciom mówić i robić rzeczy, których najprawdopodobniej nie zrobiliby i nie powiedzieli innemu dziecku twarzą w twarz.



- **Manifestują brak tolerancji dla dzieci, które są inne.** Niektóre dzieci, z którymi Clark pracował, wykazują niezdolność lub brak gotowości do zaakceptowania osób, które są inne. Jednostka może być uznana za “inną” z powodu przynależności do innej grupy etnicznej, niepełnosprawności, nieheteronormatywnej orientacji seksualnej itp. Dzieci angażują się w rzucanie wyzwisk, wysyłanie nieprzyjemnych wiadomości i walkę z dziećmi, które w jakiś sposób wyróżniają się na tle grupy. Jest to próba okazania swojej “przewagi” i utrzymania kontroli.

### 3.1.1. Specyficzne dla wieku sygnały bycia ofiarą bullyingu

To naturalne, że wraz z wiekiem zmienia się nasze zachowanie. Możemy zaobserwować sprawdzanie się tej reguły wśród sprawców i ofiar bullyingu. Poniższe cechy są zorganizowane w zależności od etapu edukacji (szkoła podstawowa i liceum) i przedstawiają typowe ofiary oraz agresorów. Etap szkoły podstawowej został podzielony na dwa etapy: klasa od I do V oraz klasy od VI do VIII.

#### Szkoła podstawowa (klasa I do V)

Ofiary	Sprawcy
<p>Wraz z wiekiem liczba nękaných uczniów zmniejsza się.</p> <p>Więcej młodych ofiar zgłasza wykluczenie z grupy, groźby i pomówienia na swój temat.</p> <p>Ofiary mogą mieć dobre, średnie i słabe wyniki w nauce.</p> <p>Ofiary odczuwają duży poziom lęku i brakuje im asertywności.</p> <p>Ofiary oceniają swoje zdolności słabiej niż to jak postrzegają je ich rodzice i czują się gorsze od dzieci, które nie są nęcane.</p> <p>Ofiary czują się smutne częściej niż inni uczniowie, którzy nie doświadczyli bullyingu.</p> <p>Ofiary boją się chodzić do szkoły bardziej niż ich rówieśnicy.</p>	<p>Nie ma żadnej widocznej tendencji jeśli chodzi o ilość młodych sprawców, którzy angażują się w nękanie swoich ofiar.</p> <p>Jest bardziej prawdopodobne, że młodszy sprawcy będą znęcać się nad swoimi ofiarami na placu zabaw, a także w drodze do lub ze szkoły.</p> <p>Młodszy sprawcy znacznie rzadziej nękają w klasie niż starsze osoby.</p> <p>Młodszy sprawcy rzadziej uciekają się do wyzwisk lub gróźb niż starsi.</p> <p>Młodszy sprawcy częściej kłamią na temat stosowania przemocy fizycznej albo wyłączają rówieśników z grupy rówieśniczej.</p> <p>Sprawcy przemocy są bardziej popularni w młodszym wieku.</p>

<p>Ofiary czują, że nie są w stanie skutecznie się bronić.</p> <p>Młodsze ofiary częściej niż starsze ofiary zgłaszają, że są nękanie .</p>	<p>Młodszy sprawcy często nie przyznają się do zachowań takich jak picie, palenie, oszukiwanie niż ich rówieśnicy.</p> <p>Młodszy sprawcy rzadziej uczęszczają do szkoły niż ich starsi koledzy i inne dzieci.</p>
---	--

### Szkoła podstawowa (klasa VI-VIII)

Ofiary	Sprawcy
<p>Ofiary charakteryzują się gorszym przystosowaniem psychospołecznym niż osoby niezaangażowane w bullying.</p> <p>Ofiary zgłaszają gorsze przystosowanie emocjonalne niż sprawcy.</p> <p>Ofiary zgłaszają większą trudność w zdobywaniu przyjaciół niż sprawcy.</p> <p>Ofiary mają gorsze relacje z kolegami z klasy niż sprawcy.</p> <p>Ofiary czują się bardziej samotne niż sprawcy.</p> <p>Ofiary odczuwają więcej lęku niż sprawcy.</p> <p>Jest większa szansa na to, że to ofiara będzie miała gorsze wyniki w nauce niż sprawca.</p> <p>Ofiary częściej stosują używki (np. picie alkoholu, palenie papierosów)</p> <p>Ofiarom często nie idzie tak dobrze w szkole jak reszcie ich grupy rówieśniczej.</p> <p>Ofiary wskazują, że stopień satysfakcji lub niezadowolenia ze szkoły jest związany z tym, jak bardzo doświadczają znękania fizycznego lub psychicznego.</p>	<p>Sprawcy charakteryzują się gorszym przystosowaniem psychospołecznym niż osoby niezaangażowane w bullying.</p> <p>Sprawcy częściej używają alkoholu i palą niż ofiary.</p> <p>Sprawcy są gorzej przystosowani do szkoły zarówno pod względem akademickim jak i w swoim postrzeganiu klimatu szkolnego niż ich ofiary.</p> <p>Sprawcy mają więcej przyjaciół niż ofiary.</p> <p>Sprawcy są rzadziej wykluczani z grupy rówieśniczej niż ofiary.</p> <p>Sprawcy są zawsze bardziej popularni niż ich ofiary.</p> <p>Osoby, które często dokuczają innym potrafią też przyznać się do odczuwania dyskomfortu wynikającego z ich działań, czasem zdarza się, że po prostu "idą za tłumem".</p> <p>Sprawcy za główny powód swojego zachowania wobec ofiar uważają to, że ich ofiary "po prostu nie pasują".</p> <p>Prześladowcy w późniejszych latach szkoły średniej wydają się mieć gorszą samoocenę niż ich ofiary.</p>

<p>Ofiary zazwyczaj mają niższą samoocenę niż sprawcy.</p> <p>Dzieci ze specjalnymi potrzebami są szczególnie zagrożone.</p>	
--	--

### Szkoła średnia (Liceum)

Sprawcy	Ofiary
<p>Ofiary mogą doświadczać wyzywania lub kradzieży mienia.</p> <p>Ofiary rzadziej są bite, rzadziej im się grozi lub wyklucza z grupy rówieśniczej niż osoby z młodszych klas.</p> <p>Ofiary mają bardziej pozytywne nastawienie do szkoły niż sprawcy.</p> <p>Częstym powodem zastraszania są dobre oceny.</p> <p>Ofiary są bardziej niespokojne niż rówieśnicy.</p> <p>Częściej postrzega się ofiary jako te, które kłamią na temat incydentu nękania.</p> <p>Liczba ofiar nękania znacznie spada na poziomie szkoły średniej.</p> <p>Chłopcy częściej są ofiarami bullingu bezpośredniego niż dziewczynki.</p> <p>Chłopcy, którzy stają się ofiarami często nie pasują do wizerunku "macho", nie należą do grupy atletów szkolnych.</p> <p>Dziewczęta zgłaszają niebezpośrednie formy bullingu takie jak wykluczenie z grupy rówieśniczej.</p>	<p>Sprawcy częściej skupiają się na wyzywaniu i groźbach niż w młodszych latach.</p> <p>Sprawcy rzadziej używają przemocy fizycznej, wykluczenia lub plotek niż młodsze dzieci.</p> <p>Osoby znęcające się są bardziej narażone na depresję niż ich ofiary.</p> <p>Sprawcy cieszą się wyższym statusem społecznym niż ofiary.</p> <p>Prześladowcy są bardziej skłonni do używania alkoholu i tytoniu.</p> <p>Prześladowcy mają zwykle gorsze osiągnięcia naukowe i i postrzegają klimat szkolny negatywnie.</p> <p>Jedno z badań przeprowadzonych w Anglii wykazało, że siedemdziesiąt procent sprawców nękania ze szkół średnich prezentuje postawy rasistowskie.</p> <p>W Stanach Zjednoczonych czarnoskórzy uczniowie częściej niż biali czy latynosi zgłaszają, że stosowana jest wobec nich mowa nienawiści.</p> <p>Dziewczęta prześladowane są zwykle w tym samym wieku co ich ofiary.</p> <p>Chłopcy często ale nie zawsze wybierają ofiary z tej samej grupy wiekowej.</p>

<p>Dziewczęta , które stają się ofiarami częściej są postrzegane jako nieatrakcyjne.</p> <p>Ofiary mają gorsze relacje z kolegami z klasy, czują się bardziej samotne niż sprawcy i jest to zjawisko wyraźniej widoczne u chłopców niż dziewcząt.</p>	<p>Chłopcy cztery razy częściej niż dziewczęta stosują bezpośrednie formy bullyingu.</p> <p>Chłopcy prawie tak samo często jak dziewczęta rozpuszczają plotki na temat innych.</p> <p>Chłopcy częściej kradną lub niszczą własność innych, podczas gdy dziewczęta rzadziej niszczą rzeczy osobiste, ale częściej niszczą mienie szkolne.</p>
---	--

### 3.1.2. Czynniki ryzyka zostania ofiarą lub sprawcą

Przemoc w szkole jest obecnie uznawana za duży problem, mający szereg implikacji społecznych i edukacyjnych. Jest to źródło obaw pracowników oświaty i zdrowia, w związku z tym zachęca się do opracowania programów interwencyjnych. Szukanie sposobu na łagodzenie i zapobieganie zjawiska bullyingu znajduje się w porządku dziennym wszystkich państw członkowskich UE. Wszelkiego rodzaju prześladowania są obrazą dla wspólnych wartości europejskich takich jak wolność i tolerancja. Jego skutki są poważne i mogą być długotrwałe.

Jak omówiono w poprzednich rozdziałach, bullying jest jednym z najczęstszych form przemocy w relacjach rówieśniczych. W 1996 Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) przyjęła rezolucję mówiącą o tym, że bullying jest ogólnoswiatowym problemem zdrowia publicznego (WHO 49.25). Stwarza szczególne ryzyko dla dzieci w trudnej sytuacji np. dzieci niepełnosprawnych, uchodźców lub dzieci dotkniętych migracją, dzieci należących do grup mniejszościowych lub po prostu dzieci, różniących się od swojej grupy rówieśniczej.

Pomimo wielu opinii i badań na ten temat, istnieje ogólna zgoda co do tego, że bullying obejmuje „zamiar wyrządzenia krzywdy i nierównowagę sił między sprawcą a ofiarą”. Jest to zjawisko, które charakteryzuje się powtarzalnością (Farrington, 1993; Olweus, 1993). Ryzyko stania się sprawcą lub ofiarą jest spore i według Baumana obydwie grupy dzieci przedstawiają szereg problemów emocjonalnych i społecznych, które wpływają na ich zachowanie w szkole (Bauman, 2008).

W tej sekcji przeanalizujemy rodzaje zachowań związanych z bullyingiem. Postaramy się opisać różne role podejmowane przez osoby w środowisku szkolnym. Omówimy również jakie jest ryzyko, że dziecko znajdzie się w takiej sytuacji.

### 3.1.3. Rodzaje zachowań związanych z bullyingiem

Bullying jest często trudny do rozpoznania przez osoby spoza tak zwanego "kręgu". Nie wiedzieć o tym co się dzieje mogą zarówno nauczyciele jak i rodzice. Wynika to z faktu, że często interakcje oparte na przemocy mogą być subtelne. Mogą odnosić się do przeszłych działań, do których można nawiązać w sposób niezauważalny dla osoby postronnej.

Według artykułu O'Moore z 2010 roku głównymi rodzajami bullyingu jest:

- Bullying werbalny: wyzywanie/niegrzeczne komentarze,
- Bullying pozawerbalny: obraźliwe gesty, uporczywe wpatrywanie, przedrzeźnianie, uporczywe milczenie
- Bullying fizyczny: popychanie, uderzanie, drapanie, szarpanie itp., włączając w to uszkodzenie mienia,
- Bullying relacyjny ma miejsce, gdy dziecko jest odizolowane od grupy rówieśniczej i uniemożliwia to udział w grach, zajęciach szkolnych i innych zajęciach towarzyskich,
- Bullying wyzyskujący dotyczy wymuszeń/gróźb, domagania się oddania pieniędzy lub własności prywatnej. Ofiary mogą również być zmuszone do zachowań antyspołecznych, takich jak włamania czy kradzieże.
- Bullying dyskryminujący (ang. discriminatory bullying) dyskryminacja na tle etniczno-kulturowym jest zjawiskiem udokumentowanym w wielu miejscach na świecie i może się przejawiać w formie bezpośredniej i niebezpośredniej. Mogą to być ataki fizyczne, werbalne, akty mikroagresji oparte na uprzedzeniach i stereotypach, jak i przemoc relacyjna (Baysu i in., 2016).

#### Jakie role podejmują sprawcy?

Aby właściwie zrozumieć zagrożenia związane z bullyingiem, najpierw należy zapoznać się z różnymi rolami, które przyjmują osoby nękające. Osoby zaangażowane w bullying „mogą być zarówno prześladowcą, jak i ofiarą i obserwatorem” (Vanderbilt i Augustyn, 2010, s. 315).

Juvonen i Graham (2014) podają, że około 20–25% młodzieży jest bezpośrednio zaangażowanych w nękanie jako sprawcy, ofiary lub jedno i drugie. Badania



przeprowadzone na szeroką skalę w krajach zachodnich sugerują, że 4–9% młodzieży często dopuszcza się zachowań agresywnych wobec rówieśników, a 9–25% dzieci w wieku szkolnym jest zastraszanych.

W rzeczywistości, według większości badań, dzieci zwykle odgrywają więcej niż jedną rolę w czasie lub w niektórych przypadkach jednocześnie.

Główne zidentyfikowane role to:

- Sprawca: agresor lub grupa agresorów
- Ofiara: cel
- Asystent: dzieci, które nie są inicjatorami i nie zarządzają całym procesem nękania, ale mogą służyć jako pomocnicy
- Obrońca: stara się pomóc ofierze
- Postronni obserwatorzy: osoba, która nie jest bezpośrednio zaangażowana w nękanie, ale nadal może mieć bezpośredni wpływ na jego wynik. Bez obecności osób postronnych bullying nie może istnieć (Vanderbilt i Augustyn, 2010). Obserwatorzy pomagają wzmocnić zachowanie sprawcy, stojąc obok i zapewniają mu widownię (Craig et al., 2000).

W ramach tego rozdziału omówimy rolę sprawcy i ofiary, jak i również czynniki ryzyka wskazujące na to, że jednostka może w przyszłości znaleźć się w jednej lub drugiej roli.

### **Czynniki ryzyka stania się sprawcą bullyingu.**

Czynniki ryzyka zostania sprawcą bullyingu możemy podzielić na dwie kategorie: wewnętrzne i zewnętrzne.

Czynnikiem wewnętrznym może być osobowość, tendencja do agresywnych zachowań, pozytywne postrzeganie przemocy, narcyzm. Są one również klasyfikowane jako czynniki ryzyka na poziomie indywidualnym.

Druga kategoria to czynniki zewnętrzne, które obejmują między innymi środowisko szkolne, sytuację w domu i media społecznościowe.

Rozważając czynniki wewnętrzne, pojawiły się dwa sprzeczne wyniki badań - Sullivan (2000), różnicuje prześladowców, na takich, którzy są pewni siebie i cieszą się popularnością oraz takich, którzy są niepewni siebie, a rządzi nimi poczucie lęku. Ten rodzaj sprawców jest też mniej popularny w grupie rówieśniczej.

Niektóre teorie sugerują, że prześladowcy nie mają wystarczająco dobrze rozwiniętych umiejętności społecznych i mogą mieć problemy z przystosowaniem się dlatego stosują przemoc. To powszechne przekonanie,



zostało zakwestionowane przez Sutton, Smith i Swettenham (1999), w swoim badaniu pokazali, że 7–10-letni sprawcy przemocy uzyskali stosunkowo wysokie wyniki z zakresu zdolności poznawczych i emocjonalnych. Stosunkowo łatwo można to wyjaśnić - niektóre dzieci stosujące przemoc wobec rówieśników muszą przejawiać dobre zdolności poznawcze, aby manipulować i organizować ludzi wokół siebie, a ponadto zadawać ból swoim ofiarom. Krzywda jest wyrządzona często w subtelny, bezpośredni sposób, tak aby nie zostać przyłapanym na gorącym uczynku. Takie umiejętności są szczególnie konieczne u „lidera” grupy, który dopuszcza się nękania dzieci o słabszej pozycji.

Furlong i in. (2004) utrzymują, że sprawcy są dziećmi, które w przeszłości były ofiarami i cieszą się z „odwrócenia ról”. Maską „twardziela” którą zakłada sprawca może być forma obrony przed potencjalną krzywdą (LISTEN!, 2016). Cook i wsp. (2010) stwierdził, że typowy sprawca ma negatywne nastawienie do siebie i innych oraz ma problemy z rozwiązywaniem konfliktów z rówieśnikami. Sprawcy mogą również podejmować działania, które są charakterystyczne dla zaburzeń zachowania jak i również cierpieć na zaburzenia depresyjne (Vanderbilt & Augustyn, 2010).

Ponadto w swojej przełomowej pracy Olweus (1978, s. 136) opisał „agresywny wzór osobowości” sprawców jako siłę napędową ich złego zachowania. Sprawcy czują pewność siebie i nie boją się stosować agresji, dążą do dominacji, oczekują pozytywnych rezultatów w związku ze swoimi działaniami włączając, w to uzyskanie wyższego statusu w swoim otoczeniu, postrzegają agresję jako akceptowany sposób zachowania i oceniają ją pozytywnie. (Toblin, Schwartz, Gorman, & Abou-ezzeddine, 2005).

Merrell (2004) twierdzi, że w społeczeństwie można zaobserwować system hierarchiczny opierający się na dominacji nad innymi, który waliduje przemoc. Sprawca przemocy postrzega swoje zachowanie jako sposób wspięcia się na drabinie społecznej lub na zachowania swojego statusu (Kolbert & Crothers, 2003).

### **Sytuacja rodzinna**

Wśród rodziców sprawców częściej można zidentyfikować autorytarny styl wychowania. Rodzice karzą, ale nie oferują wsparcia emocjonalnego (Baldry i Farrington, 2000). Z tego względu więzi rodzinne są słabsze (Smith, 2014).

W swojej obszernej pracy Olweus przedstawił cztery główne czynniki dotyczące sfery rodzinnej, które prawdopodobnie zwiększą szanse na to, że dziecko zaangażuje się w nękanie rówieśników. „Po pierwsze, dzieci, których rodzice nie

okazywali im ciepła i zrozumienia mają zwiększoną szansę na bycie agresywnym wobec innych. Po drugie, dzieci, których rodzice wykazali wysoką tolerancję na ich agresywne zachowania z wiekiem mogą stawać się coraz bardziej agresywne. Po trzecie, rodzice, którzy stosują kary fizyczne mogą wychować dziecko, które stosuje przemoc fizyczną wobec innych. W końcu, należy też wziąć pod uwagę temperament dziecka, który może determinować o sposobie przejawiania agresji (Olweus, 1993).”

Farrington uważa również, że środowisko domowe dziecka może mieć wpływ na jego zachowanie. Bauman później potwierdza to założenie, mówiąc, że „społeczne uczenie się jest silnym procesem, w którym dziecko przyswaja zachowania na podstawie wzorców, które może zaobserwować w swoim otoczeniu (np. u rodziców).

### **Szkoła**

Szkoła jest środowiskiem, które daje wiele możliwości do bullyingu. Szczególnie jeśli środowisko nie funkcjonuje tak jak powinno. Niespójne egzekwowanie zasad lub brak konsekwencji podważają autorytet nauczyciela i sprawiają, że uczniowie nie traktują zasad poważnie.

Zgodnie z wynikami projektu “Nie boję się” niektóre czynniki ryzyka w szkole to:

- Stawianie nieracjonalnie niskich ocen;
- Niedocenianie wysiłków i sukcesów dzieci;
- Kategoryzowanie uczniów jako “ulubieńców” i “łobuzów”;
- Tolerowanie niedopuszczalnych zachowań;
- Brak konstruktywnej alternatywy dla zachowań odbiegających od normy.

Nauczyciele odgrywają kluczową rolę w stwarzaniu okazji do występowania bullyingu w szkołach, ale są w stanie także podjąć działania zapobiegawcze przy zastosowaniu odpowiedniego podejścia i zaznajomieniu się z mechanizmami działania tego zjawiska.

### **Media**

W ostatnich latach wiele uwagi zostało poświęcone pytaniu, czy ekspozycja na przemoc w mediach może wywoływać u dzieci agresywne zachowania (Anderson, Gentile, Buckley, 2007). Debata na ten temat niesie ze sobą wiele kontrowersji, a badania często przynoszą sprzeczne rezultaty.

Media uważa się za bardzo silne narzędzie manipulacji, które może w łatwy sposób wpłynąć na dzieci. Zgodnie z wynikami raportu dla projektu “Nie boję

się” wpływ mediów może zagrozić wykształconym w adolescencji wartościom i prowokować do użycia przemocy jako narzędzia rozwiązującego konflikty. Dzieci mogą szukać wytłumaczenia dla swojego agresywnego zachowania poprzez utożsamianie się z bohaterami ulubionych filmów i seriali. Dittrick i in. (2013) przeprowadzili badanie ankietowe na kanadyjskiej młodzieży w wieku od 10 do 17 lat. Zgodnie z ich ustaleniami, dzieci, które preferowały chęć grania w agresywne gry wideo z większym prawdopodobieństwem angażowały się w bullying. Z drugiej strony badania Fergusona i in. (2010) przynoszą odmienne rezultaty. Wskazują, że ekspozycja na brutalne gry wideo nie ma żadnego związku z tendencją do angażowania się w agresywne zachowania (Ferguson, San Miguel & Hartley, 2009).

Badania nad relacją przemocy w mediach z przemocą rówieśniczą mają wiele ograniczeń. Istnieje problem z jakością narzędzi stosowanych do mierzenia zjawiska, często nie jest brana pod uwagę "trzecia zmienna", czyli czynniki takie jak uwarunkowanie genetyczne, osobowość, środowisko, które mogą wpływać na zachowanie badanych. Ponadto przemoc, którą obserwujemy w środkach masowego przekazu często odzwierciedla to, co aktualnie dzieje się na świecie, jak powiedział Oscar Wilde „życie imituje sztukę znacznie bardziej niż sztuka imituje życie”.

### **Czynniki ryzyka dla zostania ofiarą bullyingu**

Żaden pojedynczy czynnik nie jest wystarczającym powodem do tego, że dziecko staje się ofiarą. W zależności od środowiska, dzieci przynależące do pewnych grup i odizolowane przez rówieśników - mogą być bardziej podatne na przemoc. Należy pamiętać, że występowanie, któregoś z tych czynników niekoniecznie musi świadczyć o tym, że dziecko będzie ofiarą wśród rówieśników. Wiele zależy od kontekstu i środowiska.

Osoby narażone na bullying mogą posiadać jedną lub więcej niżej wymienionych charakterystyk:

- Są postrzegane jako inne przez swoich rówieśników, np. mają nadwagę, ubierają się inaczej, zmieniły szkołę albo mają trudną sytuację materialną;
- Są postrzegane jako słabe albo niezdolne do obronienia się;
- Mają obniżony nastrój, są nieśmiałe, mają niską samoocenę;
- Są mniej popularne w klasie i mają mniej przyjaciół;
- Nie dogadują się z innymi, są postrzegane jako irytujące albo jako prowokatorzy, antagonizują innych by zwrócić na siebie uwagę;
- Mogą być osobami z niepełnosprawnością lub mieć trudności w nauce.

Cook i in. sugerują, że znalezienie się w roli ofiary wiąże się z szeregiem problemów takich jak depresja czy problemy w relacjach interpersonalnych, (Cook i in., 2010; Hawker i Boulton, 2000). Ponadto dzieci, które mają problem z wyrażaniem siebie i przejawiają niski poziom zachowań prospołecznych są bardziej narażone na zostanie ofiarą (Card, 2003;). Wybierając cele uległe, niepewne siebie (Salmivalli i Isaacs, 2005), fizycznie słabe (Hodges i Perry, 1999), napastnicy mogą zasygnalizować swoją siłę reszcie grupy bez obawy przed przegraną. Nie ryzykują również utraty wsparcia wśród grupy rówieśniczej (Veenstra, Lindenberg, Munniksma i Dijkstra, 2010).

### **“Bycie innym”**

Powszechny stereotyp na temat tego, że dzieci, które są ofiarami przemocy, różnią się od swoich rówieśników pod względem wyglądu fizycznego, stanu zdrowia, wyników w nauce są poparte sporą liczbą literatury w tym zakresie.

Wywiady z nauczycielami wydają się potwierdzać przeświadczenie, że widoczne odchylenie od normy w sferze fizycznej może być powodem, dla którego niektóre dzieci są wiktyimizowane (Siann, Callaghan i Lockhart i in., 1993, s. 320). Sweeting i West (2001) wykazali, że wśród dzieci 11-letnich, osoby z nadwagą, zaburzeniami słuchu, mowy i problemami ze wzrokiem częściej były ofiarami przemocy niż ich rówieśnicy. Te wyniki okazały się być statystycznie istotne nawet przy kontrolowaniu takich zmiennych, jak klasa społeczna i poziom wykształcenia matki.

Przekrojowe badania przeprowadzone przez Oliveira i wsp. (2015) na uczniach brazylijskich szkół wykazały, że kształt ciała podawali jako powód do znęcania się w 18.2% przypadkach, następnym powodem był wygląd twarzy 16,2%, orientacja seksualna 2.9%, religia 2.5% i region pochodzenia 1.7%. Istnieje szereg badań sugerujący, że otyłość zwiększa prawdopodobieństwo stania się ofiarą przemocy rówieśniczej lub jej sprawcą (Griffiths et al., 2006; Janssen et al., 2004).

Blake, Lund, Zhou i Benz (2012) podają, że “niepełnosprawność jest częstym czynnikiem ryzyka, jeśli chodzi o nękanie w szkole, i należy podjąć ciągłe środki zapobiegawcze, w tym zwiększenie świadomości i integrację tych uczniów w szkołach mieszanych”. Dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, szczególnie uczniowie z umiarkowanymi lub łagodnymi trudnościami w nauce, są również bardziej zagrożeni.

Farmer i in. (2012) ustalili, że uczennice, które otrzymały specjalne usługi edukacyjne, były 3,9 razy bardziej narażone na bycie ofiarami i 4,8 razy częściej na ofiarami-sprawcami niż ich rówieśnicy bez niepełnosprawności. Zgodnie z badaniami Horwooda i wsp. (2005) dzieci, które nosiły okulary lub zasłonki na oczy, były o 35% do 37% bardziej narażone na przemoc fizyczną i werbalną ze strony rówieśników (Horwood i in. 2005).

Bullying w oparciu o uprzedzenia "prejudice-related bullying" jest nieodłącznie związany z powszechnym problemem dyskryminacji. Relacje pomiędzy przedstawicielami odmiennych grup etnicznych mogą być bardziej zrównoważone w zróżnicowanych etnicznie szkołach. Dzięki różnorodności dzieci nie czują, że różnice pomiędzy nimi są czymś, co można eksploatować. Mają szansę nawiązać znajomości z osobami o innym pochodzeniu etnicznym i dzięki temu są mniej uprzedzone do odmienności kulturowej (Pettigrew, 1998). McGlothlin i Killen (2006) odkryli, że dzieci ze szkół homogenicznych etnicznie częściej przejawiają negatywne opinie na temat rówieśników o odmiennym pochodzeniu etnicznym i oceniają szanse na zaprzyjaźnienie się z nimi jako mniejszą.

Wyniki badań przeprowadzonych przez Maynard i wsp. (2016) wskazują na to, że młodzi imigranci są bardziej narażeni na bullying niż dzieci żyjące w swoim ojczystym kraju. Ponadto imigranci, którzy doświadczyli prześladowania, częściej zgłaszają problemy społeczno-emocjonalne, zdrowotne i z nadużywaniem substancji psychoaktywnych. Biorąc pod uwagę wyjątkowe wyzwania, jakie stoją przed dziećmi imigrantów, potrzebne są programy prewencyjne specjalnie dostosowane do ich potrzeb i okoliczności, jak i szersza ilość badań i analiz na temat ich unikalnej sytuacji w szkołach.

Badanie przeprowadzone przez organizacje działające na rzecz społeczności LGBT z udziałem ponad 7000 uczniów w wieku od 13 do 21 lat wykazało, że prawie 9 na 10 uczniów identyfikujących się jako osoby LGBT doświadcza nękania w szkole (Kosciw, Greytak, Bartkiewicz, Boesen i Palmer, 2012).

Wygląd fizyczny jest jednym z głównych czynników, przyczyniających się do przyjęcia roli ofiary. Wyniki licznych badań sugerują, że „ideały kulturowe rozpowszechniane za pośrednictwem mediów społecznościowych wpływają na normy rówieśnicze i określają, kto osiąga wysoki status, a kto ma niski status. Jednocześnie te ideały są wykorzystywane jako narzędzie generowania ofiar i



normalizowania sprawców.” To zazwyczaj popularni uczniowie decydują, kto zostanie ofiarą. „Uczniowie, którzy nie potrafili dopasować się do idealnego obrazu narzuconego przez kulturę, mogą mieć problemy z tego tytułu”. Przeciwnościom ideałów to dzieci nieśmiałe, wycofane albo nieprzystające do obecnego ideału piękna promowanego przez współczesną kulturę. Zgodnie z ocenami uczniów takie osoby z większym prawdopodobieństwem zostaną ofiarami.

#### 3.1.4. Kontekst szkolny, poziom ryzyka w klasie i środowisko domowe

Szkoły są odpowiedzialne za dobrostan dzieci w związku z tym powinny być przestrzenią otwartą na budowanie odpowiednich postaw aktywnych obywateli i przyjmowania ról potrzebnych do efektywnego funkcjonowania w społeczności.

Badanie analizujące program przeciwdziałania przemocy w szkole KiVa (Saarento i in., 2015) wykazało, że zmiany w postrzeganiu przez uczniów zjawiska nękania wpłynęło na jego rezultaty. Dezaprobata ze strony nauczycieli i stosowanie działań profilaktycznych okazało się być skuteczne. Jeśli nauczyciele nie interweniują ani nie uznają wiktyimizacji i wykluczenia, ryzyko negatywnych zachowań jest większe. Dlatego potrzebny jest sprawiedliwy i przejrzysty system, który określa również jakie konsekwencje wiążą się z podejmowanymi działaniami.

Szkoły i klasy różnią się pod kątem tego jak powszechnym problemem jest nękanie poszczególnych uczniów. Różnice klasowe mogą być lepiej wytłumaczone poprzez takie zmienne jak dynamika grupy rówieśniczej albo charakterystyka nauczycieli (zobacz: Saarento, Boulton, & Salmivalli, 2015). Hierarchia klasowa może być wskazówką odnośnie tego kto jest sprawcą a kto ofiarą. W klasach, w których hierarchia jest bardziej wyraźna częściej dochodzi do przypadków nękania. W szkołach, w których nie ma różnorodności lub jest ona znacznie ograniczona, ryzyko wystąpienia bullyingu jest większe.

Do tej pory badania nad tym czy środowisko domowe może być czynnikiem ryzyka nie przynoszą jasnych rezultatów. Z jednej strony można zaobserwować, że „dzieci, które padają ofiarą rówieśników, są również ofiarami w innych sytuacjach, także w swoich własnych domach (wielokrotna wiktyimizacja)” (patrz Finkelhor, Ormrod i Turner, 2007). Olweus sugeruje natomiast, że nadopiekuńczy rodzice mogą zwiększyć ryzyko narażenia dzieci na przyjęcie



roli ofiary. Istnieją również badania sugerujące, że ofiary postrzegają swój dom jako pozytywną i bezpieczną przystań, nawet jeśli ich rodzice są nadopiekuńczy.

### **Czynniki ryzyka zostania sprawcą/ofiarą**

Osoby, które są zaangażowane w prześladowanie, mogą w pewnym momencie przyjąć rolę zarówno prześladowcy, jak i ofiary, dlatego w języku angielskim istnieje termin “bully-victim” (sprawca-ofiara) wyróżniający specyficzny typ uczniów zaangażowanych w nękanie (Vanderbilt i Augustyn, 2010). Tego rodzaju osoby zwykle chcą się zemścić za to co ich spotkało lub szukają sprawiedliwości poprzez przyjęcie roli sprawcy bullyingu i wiktyimizację innych.

Odpowiada to pogładowi Furlonga, omówionym wcześniej w rozdziale. Osoby, które uczestniczą są zarówno sprawcą jak i ofiarą wykazują kombinację eksternalizacji i internalizacji zachowań sprawców (Cook et al., 2010; Veenstra et al., 2005). “Często pochodzą z trudnych warunków domowych, w których rodzice ich zaniedbują” (Cook et al., 2010; Lereya et al., 2013). Ofiary, które przyjmują rolę sprawców charakteryzują wysokie wskaźniki agresji reaktywnej (osiągają także wysokie wyniki przy pomiarze agresji proaktywnej). Posiadają inny profil społeczno-poznawczy w porównaniu do zwykłych sprawców (e.g. Toblin et al., 2005). To sugeruje, że na ową grupę silnie wpływa środowisko domowe, a w niektórych przypadkach także szkolne.

### **Czynniki ryzyka dla postronnych obserwatorów**

Jak wyjaśniono wcześniej, obserwatorzy nie są bezpośrednio zaangażowani w nękanie, ale nadal mogą mieć bezpośredni wpływ na jego wynik. W wielu przypadkach uważa się ich za współników ze względu na brak działania i słuzenie za widownię dla sprawcy.

Ryzyko bycia obserwatorem wynika z kolektywnego strachu przed stanieniem się następną ofiarą. To wywołuje większą „nierównowagę sił między sprawcami i ofiarami, ponieważ prześladowcy wpływają również na mniej zaangażowanych w proceder rówieśników, aby stanęli po ich stronie lub przynajmniej pozostali biernymi obserwatorami w sytuacjach przemocy”. To wzmacnia pozycję agresora i może mieć długotrwałe, negatywne skutki dla obserwujących.

#### **3.1.5. Bullying: Podobieństwa i różnice międzypłciowe**

Jak omówiono w poprzednich rozdziałach, zastraszanie to obecny problem w sferze szkolnej, często występuje również w cyberprzestrzeni, a nawet w domu.

Naukowcy próbowali zawęzić czynniki ryzyka związane z nękaniami i rozróżnić nie tylko ich rodzaje, ale także przyczyny. Od tego czasu pojawiły się kategorie, których celem jest rozszyfrowanie relacji między przyczyną-metodą-efektem. Bullying jest postrzegany jako zjawisko płynne i wysoce związane z kontekstem. Jedną ze zmiennych, którą badacze biorą pod uwagę badając różnice w zachowaniach związanych z bullyingiem jest płeć. Ogólnie rzecz biorąc relacje międzypłciowe manifestują się w codziennym życiu, ale także są istotne dla kontekstu szkolnego. Jednymi z podstawowych czynników społecznych są: międzypłciowa walka o władzę, percepcja i oczekiwania wykreowane przez media społecznościowe, normy, stosowanie przemocy, zdobywanie wpływu i wiele innych. Role są legitymizowane w procesie socjalizacji i często na ich podstawie możemy odkryć dlaczego bullying ma miejsce oraz jaka jest jego forma.

Autorzy licznych badań na ten temat uznają, że różnice międzypłciowe są fundamentalną zmienną zarówno w rozumieniu podejmowanych przez młodzież działań ale także w zarządzaniu i wprowadzaniu adekwatnych metod prewencyjnych.

„Poczucie tożsamości płciowej to konstrukt wskazujący na różnice wynikające ze społecznych, kulturowych i historycznych czynników odróżniających jedną płęć od drugiej.”

Jest powszechna zgoda co do tego, że chłopcy i dziewczęta angażują się w nękanie. W obu przypadkach jako sprawcy i ofiary. Jednakże chłopcy mają tendencję do używania form bezpośrednich a dziewczęta niebezpośrednich (Gini, 2008). „Jedno z sugerowanych wyjaśnień stereotypowej partycypacji chłopców i dziewczyn ma swoje korzenie w strukturze naszego społeczeństwa. Zgodnie z tradycją bardziej agresywne zachowania i przemoc przypisuje się płci męskiej, tego rodzaju mentalność wzmacnia ich zachowania, a zachowania wzmacniają stereotypy. Natomiast niebezpośrednie formy przemocy u dziewcząt są bardziej spójne z tradycyjnymi stereotypami kobiecości”.

Zarówno chłopcy, jak i dziewczęta są zdolni do zachowań na tle rasistowskim, seksistowskim i homofobicznym. Zgodnie z badaniem przekrojowym, którego celem było zidentyfikowanie rozpowszechnienia bullyingu w grupie uczniów i analizowanie danych na temat płci osób zaangażowanych w przemoc, chłopcy i dziewczęta bywają zarówno ofiarami jak i sprawcami bullyingu ale istnieją istotne różnice w tym, w jaki sposób angażują się w nękanie.

Każda z płci może podjąć zachowania, które są bardziej specyficzne dla drugiej płci, a jednak zrozumienie trendów pomaga pracować z dziećmi i młodzieżą nad identyfikacją konkretnych zachowań i odpowiednim interweniowaniu.

W tej części rozdziału opiszemy schematy behawioralne, które możemy zauważyć u sprawców.

### **Chłopcy jako sprawcy**

Według badań przeprowadzonych w krajach członkowskich UE, w Europie występują wyraźne różnice w zakresie zjawiska zastraszania w szkołach, przy czym w większości krajów odsetek chłopców jest wyższy niż wśród dziewcząt. Zarówno wiktymizacja (bycie ofiarą bullyingu w szkole), jak i bycie sprawcą nękania są częstsze wśród chłopców.

Wyniki te są stale potwierdzane w wielu badaniach. W swojej metaanalizie 153 badań Cook i in. (2010) odkrył przewagę chłopców we wszystkich trzech rolach (sprawca, ofiara i sprawca-ofiara). Należy też dodać, że w większości przypadków ofiara i sprawca są tej samej płci.

Badanie przeprowadzone przez Griezel i wsp. (2012) miało na celu ustalenie, czy wskaźniki prześladowania różnią się między płciami. W badaniu wzięło udział 803 uczniów w wieku od 12 do 17 lat. Ustalono, że „chłopcy częściej byli sprawcami i ofiarami bullyingu niż dziewczęta” (Griezel i in., 2012, s. 451). Z kolei w badaniach przeprowadzonych przez Crick and Nelson (2002) zgłoszono, że chłopcy stosują fizyczną i relacyjną przemoc z podobną częstotliwością jak dziewczęta. (Crick & Nelson, 2002; Prinstein et al., 2001).

Dodatkowo Chapell i in. (2006) odkryli, że chłopcy znęcali się znacznie bardziej w szkole podstawowej i średniej niż dziewczęta. Ustalenia z innego badania przeprowadzonego przez Cricka i Grotpera (1995) sugerują, że „zarówno dziewczęta, jak i chłopcy są agresywni, ale inaczej wyrażają swoją emocje” (s. 721).

Chłopcy mają tendencję do stosowania bullyingu w sposób impulsywny i w oparciu o okazję w związku z tym ich zachowania są łatwiejsze do zaobserwowania. Często lider grupy wie kto szuka akceptacji i kto do niego dołączy jest to działanie mające na celu zachowanie pozycji władzy. Oznacza to też, że członkowie grupy z większą łatwością będą akceptować nękanie oraz kontynuować swoją relację ze sprawcami. Nie świadczy to jednak o tym, że chłopcy nie angażują się w agresję relacyjną. Większość ludzi nie wiąże manipulacji, klik, plotek, ostracyzmu z chłopcami, a jednak często chłopcy angażują się w tego typu działania.

## Dziewczęta jako sprawcy

Jak wspomniano wcześniej, dziewczęta również podejmują rolę „agresora”. W rzeczywistości zachowują się tak samo jak chłopcy, jednak ze względu na rodzaj znęcania się, który przyjmują, trudniej jest go dostrzec. „Zjawisko bullyingu wśród dziewcząt jest często bardziej subtelne i ma miejsce za kulisami. Społeczeństwo skupia większą uwagę na wyglądzie zewnętrznym dziewcząt z tego powodu sprawcy bullyingu mają tendencję do uderzania w wygląd zewnętrzny ofiary”.

W badaniu opublikowanym w 2011 r. przez Garcie-Gomez, wyzywanie i obelgi specyficzne dla płci są używane wobec dziewcząt, które zostały wykluczone z grupy rówieśniczej. Według ostatnich badań jedna na pięć dziewcząt zgłosiła, że jest ofiarą ostracyzmu, podczas gdy mniej niż 1 na 10 chłopców zrobił to samo. Pomimo tego, że są momenty, w których kobieta-sprawca angażuje się w przemoc fizyczną generalnie tendencja do angażowania się w agresję relacyjną jest bardziej popularna. Bandsuch zawarł w swoim artykule najbardziej podstawowe taktyki, których dziewczęta używają np. szeptanie za czyimiś plecami, sztuczne przyjaźnie, zachęcanie do ignorowania kogoś lub wyłączenia go z grupy znajomych, agresja werbalna, rozpuszczanie plotek itd.

W przeciwieństwie do chłopców, których działania są uważane za bardziej impulsywne, kobiety z większym prawdopodobieństwem planują swoje postępowanie. „Zniszczenie reputacji ofiary jest celem i sprawienie by poczuła się opuszczona.” Grupy dziewcząt są zhierarchizowane, a dziewczęta używają manipulacji oraz zastraszania w celu kontrolowania, wykluczania innych i utrzymania swojej pozycji w hierarchii (Lees, 1993; Merton, 1997; George, 2007; Jackson et al., 2010). W rzeczywistości większość dziewcząt nie działa sama. Zamiast tego jednostki, które dopuszczają się aktów agresji mają zwykle swoich zwolenników, którzy wspierają ich zachowanie. W grupie „lider” może czuć się zmuszony do wzmacniania swojej pozycji poprzez nękanie, a obserwatorzy mogą poddawać się presji otoczenia i pozostawać pasywni lub naśladować działania innych członków grupy będąc świadomym, że zachowują się niewłaściwie.

Mimo, że tak jak chłopcy, dziewczęta zwykle mają tendencję do znęcania się nad osobami tej samej płci ta tendencja nie zawsze jest możliwa do zaobserwowania. Niektóre dziewczęta nękają przedstawicieli płci przeciwnej. Hey i in. (2001) pokazał, że w grupach rówieśniczych dziewczęta często dyskutują i żartują na temat chłopców i dzielą ich na różne kategorie. Jednak pomimo pewnych badań

w tej dziedzinie, w literaturze wciąż istnieje względna luka wokół tych zagadnień, biorąc pod uwagę rolę dziewcząt („popularnych”) i ich potencjał do dokuczania, zastraszania lub znęcania się nad chłopcami.

Bullying międzypłciowy jest interesującą dziedziną badań i norm socjologicznych. Tak jak opisano powyżej, w większości przypadków nękanie jest skierowane do tej samej płci. Natomiast bullying międzypłciowy jest niedostatecznie zbadanym obszarem i potrzeba więcej, aby lepiej zrozumieć ten problem.

Według artykułu Dythama (2018) nauczyciele reagowali inaczej w przypadkach bullyingu w zależności od płci. Dziewczeta są często automatycznie obsadzone w roli „ofiary” i rzadziej są proszone o naprawienie złego zachowania. Podkreślenie tych różnic może być ważne dla opracowania odpowiednich strategii jak radzić sobie z przemocą w szkole. Zwiększenie świadomości personelu może oznaczać, że są w stanie rozpoznać oraz wspierać chłopców i dziewczęta, którzy mogą być zastraszani.

### 3.2. Cyberbullying

Jest zgoda co do tego, że trend rośnie w ostatnich czasach. Prawdopodobnie wynika to z faktu, że żyjemy w świecie, gdzie media społecznościowe stały się jedną z podstawowych form komunikacji.

Cyberprzestrzeń zapewnia możliwość bezpośrednich „ataków” oraz anonimowość co sprawia, że ludzie pozwalają sobie na więcej. Anonimowość w połączeniu z prawie całkowitym brakiem monitorowania i konsekwencji działań sprawcy, zwiększa ryzyko negatywnych skutków dla ofiary. W raporcie opublikowanym przez Ministerstwo Edukacji w Wielkiej Brytanii cyberprzemoc, która nie była uwzględniona w badaniu z 2006 roku, jest metodą nękania 10% 15 i 16-latków.

Według tego samego raportu, dziewczęta częściej niż chłopcy są nęcane w szkole, a prawie dwa razy więcej z nich jest ofiarami cybernękania i wykluczenia społecznego przez innych uczniów. Znacznie częściej stają się też ofiarami cyberbullyingu.

W wyniku badań przeprowadzonych przez Li w 2006 roku „mężczyźni z większym prawdopodobieństwem niż kobiety przyjmują obydwie role sprawcy i ofiary. W tym badaniu większy procent mężczyzn było sprawcami cyberbullyingu i więcej kobiet było ofiarami” (Li, 2006). Wyniki uzyskane przez Wang i in. (2009) potwierdziło te rezultaty. Jednak w pracy Brzezińskiego, opublikowanej w 2016 r., autor twierdzi, że istnieją pewne różnice



międzypłciowe w stosowanych metodach bullyingu. Odkryto, że kobiety częściej były świadkami cyberbullyingu niż mężczyźni, co jest sprzeczne z wcześniejszymi wynikami badań. To odkrycie może reprezentować zmieniającą się preferencje płciowe w tym zakresie. W artykule wspomniano również o badaniu, które wykazało że: „nieco więcej niż jedna trzecia wszystkich uczestników była świadkami cyberbullyingu gdzie sprawcami byli mężczyźni, a ponad trzy czwarte uczestników było świadkami cyberprzemocy, której sprawcami były kobiety”. Dlatego można stwierdzić, że jest to kolejny zmieniający się trend. Należy jednak zauważyć, że wyniki są ograniczone, ponieważ “cyberbullying często nie jest zgłaszany lub nie można przypisać tego działania pierwotnemu sprawcy”. Zdecydowanie jest to obszar, który należy podjąć, monitorować i zastosować środki w celu ograniczenia ilości ofiar nękania.

### **Powody różnic międzypłciowych**

Podjęto szereg badań, aby rozszyfrować, co jest podstawową przyczyną powtarzających się różnic Lagerspetz i in. (1988) zaproponowali, że dziewczęta są bardziej skłonne do stosowania agresji pośredniej/relacyjnej z powodu istniejącej konwencji społecznej.

W przypadku dziewcząt zwykle pojawiają się bliskie i silne relacje między przyjaciółmi, podczas gdy chłopcy mają tendencję do nawiązywania bardziej rozproszonych sieci kontaktów (Owens i in., 2000; Rivers i Smith, 1994). Według badań Owensa, stosowanie agresji relacyjnej w obrębie „grupy przyjaciół” może mieć większy wpływ na kobiety. To stwierdzenie jest dodatkowo wzmocnione przez wyjaśnienie, że z reguły dziewczęta są bardziej skłonne do skupiania się na problemach interpersonalnych, a zatem bardziej podatne na negatywne reagowanie w sytuacji nieporozumień. „Kobiety mogą być również predysponowane do stosowania agresji pośredniej, ponieważ dojrzewają szybciej niż mężczyźni (Lagerspetz i in., 1988). Zwykle umiejętności werbalne pojawiają się na wcześniejszym etapie, a stosowanie agresji pośredniej jest łatwiejsze”.

“Jeżeli chodzi o chłopców agresja jest swego rodzaju normą społeczną i sposobem na okazanie dominacji. W związku z tym częściej stosują agresję bezpośrednią (Lagerspetz et al., 1988).” Różnica została zauważona w badaniu opublikowanym w 2005 roku przez Giles i Heyman i pokazuje, że uczniowie postrzegają agresję fizyczną jako częściej związaną z chłopcami, a relacyjną agresję wiążą z dziewczętami. Psychospołeczne problemy sprawcy były



najczęściej przypisywanymi problemami przyczyniającymi się do podjęcia takiej roli przez młodzież. Włączają w to takie czynniki jak występowanie nękania w życiu rodzinnym, wewnętrzne wady i wcześniejsze doświadczenia jako ofiary. W dodatku na chłopców silnie wpływają normy społeczne regulujące postrzeganie roli mężczyzny oraz wszystkiego z czym się to wiąże.

Podobnie, Athanasiades oraz Deliyanni-Kouimtzis (2010) przeprowadzili badanie z udziałem 15 i 16 latków. Uczniowie zgodzili się z tym, że „płeć odgrywa rolę, w tym jak wygląda bullying.” W związku z tym można założyć, że każda z płci być może nieświadomie stosuje styl, który może mieć najsilniejszy wpływ na ich cel.

### **Dziewczeta i chłopcy jako ofiary bullyingu**

Co ciekawe pomiędzy chłopcami i dziewczętami istnieją różnice w sposobie zachowania, gdy znajdują się w pozycji ofiary. W 2013 r. opublikowano obszernie badania na ten temat. W jednej z prac wykazano, że „w wielu badaniach zwraca się uwagę na to, że chłopcy są bardziej skłonni do prześladowania niż dziewczęta”.

Agresja fizyczna zajmuje drugie miejsce jako forma zastraszania i jak wspomniano wcześniej, zwykle to chłopcy padają jej ofiarami. Ponadto wyniki tego samego przeglądu sugerują, że chłopcy częściej przyznają się do bycia ofiarą niż dziewczęta.

Według arkusza informacyjnego na temat różnic międzypłciowych, „dziewczeta częściej niż chłopcy padają ofiarą molestowania seksualnego i agresji emocjonalnej”. Co więcej, badania wskazują, że obelgi, w tym wyzwiska, poniżający i obraźliwy język są najbardziej rozpowszechnione i obejmują szerokie spektrum. Jedno na troje dzieci jest ofiarą tego typu bullyingu.

W innym przeglądzie badań dotyczących „wiktyimizacji wśród nastolatków i kwestii płci”, zidentyfikowano mocne dowody na to, że „bullying jest bezpośrednio związany z kwestiami seksualności i płci, ponieważ są one powiązane z takimi zmiennymi, jak poczucie przynależności do grupy społecznej i szkoły.” Athanasiades i Deliyanni-Kouimtzis (2010) zbadali jakie są przekonania dziewcząt i chłopców na temat bullyingu. Wyniki wykazały, że chłopcy zazwyczaj odmawiają posiadania ukrytego motywu i usprawiedliwiają bullying jako formę „żartu”.

Dziewczeta natomiast potępiają bullying i skupiają się na tym jak negatywnie wpływa na ofiarę. Jednakże biorąc pod uwagę częstotliwość nękania u dziewcząt

Owens i.in, (2000) twierdzi “dziewczęta często wyrażają sympatie dla ofiar i dezaprobatę dla bullyingu aby usprawiedliwić bullying, którego są sprawcami”. W celu usystematyzowania wiedzy wykorzystamy podsumowanie Deny Kohleriter opisujące różnice międzypłciowe:

- Chłopcy częściej stosują przemoc fizyczną wobec innych. Może to być przemoc bezpośrednia lub groźby wyrządzenia fizycznej szkody. Dziewczęta częściej stosują agresję relacyjną.
- Chłopcy mają tendencję do bardziej otwartego i bezpośredniego, a czasem nawet impulsywnego bullyingu, metody dziewcząt są mniej widoczne.
- Cyberbullying jest stosowany przez obie płcie, jednak częściej angażują się w takie działania dziewczęta, zgodnie z doniesieniami z ostatnich badań.
- Zwykle ofiara i sprawca są tej samej płci jednakże bullying międzypłciowy również występuje. Jest to jednak mało zbadany obszar na ten moment.
- Zarówno dziewczęta jak i chłopcy są ofiarami bullyingu, ale zazwyczaj doświadczają różnych jego form.
- Chłopcami i dziewczętami kierują różne motywy skłaniające do prześladowania innych uczniów, w różny też sposób wyrażają swoją agresję.

Różnice w niektórych przypadkach są wskaźnikiem małej ilości badań przeprowadzonych w tym temacie. Można stwierdzić, że cybernękanie jest domeną trudną do monitorowania, kontrolowania i zapobiegania, szczególnie jeśli incydenty nie są zgłaszane. To samo dotyczy faktu, że jak omówiono w tej sekcji, zastraszanie pośrednie również nie jest regularnie zgłaszane. Nie zawsze także jest rozpoznawany bullying przez rówieśników i dorosłych. To potencjalnie pozostawia kolejną lukę w wynikach badań ankietowych i stosowanych środkach zapobiegawczych. Obie płcie angażują się w zastraszanie, ale używają do tego różnych metod. Dlatego strategie uwzględniające role płci są priorytetem w zapobieganiu bullyingowi i należy zwrócić szczególną uwagę na to zjawisko w kontekście szkolnym.

### Rady i rekomendacje dla nauczycieli

W naszym rozdziale staramy się skierować uwagę czytelnika na sygnały, które mogą być przesłanką do podejrzenia, że dziecko jest ofiarą przemocy. Jako

rodzice lub nauczyciele musimy być zawsze czujni, nawet jeśli nie mamy okazji zaobserwować bezpośredniego ataku.

Sygnaly wskazujące na to, że dziecko może być ofiarą przemocy:

- Młoda osoba jest nerwowa i nie chce powiedzieć, co jest nie tak.
- Ma niewyjaśnione rany i siniaki na ciele.
- Przychodzi do domu ze zniszczonymi ubraniami, książkami, przyborami szkolnymi.
- U dziecka można zauważyć pogorszenie ocen.
- Prosi o dodatkowe sumy pieniędzy.
- Nie chce uczęszczać do szkoły.
- U dziecka zauważalne są zmiany nastroju i zachowania.
- Wykazuje niską pewność siebie oraz samoocenę.
- Narzeka na bóle głowy i brzucha.
- Ma problemy ze snem.

Sygnaly wskazujące na to, że dziecko może być sprawcą przemocy:

- Racjonalizuje złe zachowania.
- Ma agresywnych znajomych.
- Ma problemy ze snem.
- Ma kłopoty w szkole.
- Pojawiają się problemy wychowawcze.
- Żyje w trudnym środowisku domowym.
- Padło ofiarą przemocy w przeszłości.
- Manifestuje agresywne zachowania wobec rodzeństwa.
- Manifestuje brak tolerancji dla osób, które wyróżniają się na tle innych.

### **Bullying: różne formy.**



W celu podjęcia adekwatnych metod radzenia sobie ze zjawiskiem znęcania się, nauczyciele i rodzice powinni rozumieć różnice pomiędzy formami bullingingu, który ma miejsce w szkole.

- Przemoc werbalna czyli stosowanie obraźliwych i szyderczych wyrażen, wyzywanie, używanie wulgarnych słów.
- Przemoc fizyczna czyli bicie, gryzienie, kopanie, popychanie, szarpanie, niszczenie czyjejs własności itp.
- Pozawerbalna agresja wyrażana gestami.
- Wykluczenie z działań aktywności społecznych i/lub grupowych/ czyli przemoc relacyjna, która ma miejsce, wtedy gdy dziecko jest izolowane przez grupę rówieśniczą.
- Wymuszenie pieniędzy/własności prywatnej i/lub przymuszanie do działań antyspołecznych.
- Cyberbullying jest dokonywany za pośrednictwem wiadomości SMS, połączeń telefonicznych, czatów towarzyskich i innych komunikatorów.
- Przemoc na tle rasowym to krzywdzące działania skierowane wobec osoby o innej narodowości, rasie, religii, kulturze, statusie finansowym itp.

**Rozróżniamy różne role, przyjmowane przez uczestników w sytuacji, w której stosowana jest przemoc. Często z czasem rola danej jednostki może się zmienić. Wyróżniamy:**

- Sprawcę - agresora lub grupę agresorów.
- Ofiarę - cel ataku.
- "Asystentów"- mowa o dzieciach, które niekoniecznie inicjują przemoc, ale jej przyklaskują i służą jako pomocnicy dla osób, które odpowiadają za znęcanie się.
- Obrońców - osoby, które aktywnie wspierają ofiarę i stają w jej obronie.
- Osoby postronne - nie są bezpośrednio zaangażowane w same incydenty, ale mogą mieć wpływ na skutki danej sytuacji. Tak się dzieje, ponieważ bez osób postronnych bulling nie może istnieć (Vanderbilt & Augustyn,

2010). Osoby postronne wzmacniają zachowanie sprawcy przez trzymanie się na uboczu i odgrywanie roli publiczności (Craig et al., 2000).

- Zawsze istnieje ryzyko, że dziecko stanie się sprawcą przemocy - bycie świadomym tego ryzyka sprawia, że możemy podjąć odpowiednie środki zapobiegawcze, dzięki którym będziemy mogli zminimalizować szanse zaistnienia takiej sytuacji. Ważną okazuje się tu wiedza na temat środowiska ucznia zarówno jeśli chodzi o jego sytuację rodzinną, jak i to jak funkcjonuje w szkole.
- Wewnętrzne czynniki ryzyka to rodzaj osobowości, poziom agresji, postrzeganie przemocy jako czegoś pozytywnego, narcyzm. Możemy brać pod uwagę czynniki ryzyka na poziomie indywidualnym, czyli środowisko szkolne, rodzinne, media społecznościowe.

Nauczyciele odgrywają niebagatelną rolę w tworzeniu atmosfery, która sprzyja bądź nie sprzyja przemocy, często nie będąc tego świadomymi. Należy:

- Unikać nadmiernej surowości podczas oceniania prac uczniów;
- Nie zaniżać osiągnięć i sukcesów uczniów;
- Nie wybierać „ulubieńców” lub kategoryzować uczniów na „problematycznych” i „bezproblemowych”;
- Prowadzić politykę braku tolerancji wobec nieakceptowanych zachowań;
- Przedstawiać alternatywne formy zachowań w sytuacjach generujących frustrację/agresję.

Nauczyciele powinni wiedzieć, że istnieje szereg czynników, które zwiększają prawdopodobieństwo doświadczenia przez dziecko odrzucenia ze strony rówieśników. Szczególnie zagrożone są dzieci:

- Postrzegane jako „inne” np. mające nadwagę, wyróżniające się ubiorem, nowe w szkole, pochodzące z rodzin w trudnej sytuacji finansowej;
- Słabe, postrzegane jako niezdolne do samoobrony;
- Mające depresyjny nastrój, nieśmiałe, zdenerwowane, z niską samooceną;
- Posiadające niewielu przyjaciół;

- Przejawiające problemy z porozumieniem się z innymi dziećmi, takie dzieci są postrzegane jako irytujące lub prowokujące;
- Mające problemy w nauce;
- Dzieci niepełnosprawne.

Kluczowa w przeciwdziałaniu przemocy jest postawa nauczyciela. Jeśli nauczyciel nie stara się interweniować oraz ignoruje problem wykluczenia i wiktymizacji istnieje ryzyko, że problem będzie się pogłębiał. Dlatego kluczowe jest, aby system szkolnictwa uwzględniał miejsce na aktywności zapobiegające aktom przemocy. Równie ważne jest wypracowanie jasnych procedur reagowania na incydenty, kiedy takowe wystąpią.

Dziewczeta i chłopcy mogą być zarówno ofiarami jak i sprawcami bullyingu, możemy jednak zauważyć pewne różnice w ich zachowaniu:

- Chłopcy częściej stosują formę fizycznego zastraszania i agresję bezpośrednią. Dziewczeta częściej angażują się w agresję relacyjną.
- Chłopcy przejawiają tendencje do większej otwartości i bezpośredniości. Często są bardziej impulsywni, dziewczeta są natomiast subtelniejsze w swoich działaniach.
- Cyberbullying jest powszechny zarówno wśród chłopców, jak i dziewcząt.
- Przemoc w szkole zwykle jest kierowana do przedstawicieli tej samej płci. Bullying międzypłciowy jest niedostatecznie zbadanym obszarem i należy się nim zająć, aby lepiej zrozumieć ten problem.
- Różnice międzypłciowe mogą też również stać się motywem przemocy.
- Ponieważ ofiary często nie chcą mówić o nękanii rodzicom, potrzebne są anonimowe linie telefoniczne lub inne formy kontaktu, które umożliwią uzyskanie porady i pomocy w takiej sytuacji.
- Zrozumienie, wyrażanie i radzenie sobie z negatywnymi emocjami ma ogromne znaczenie w przeciwdziałaniu przemocy. Pozytywne reakcje na negatywne działania w kontrolowanym środowisku mogą być rozwiązaniem, które zatrzyma błędne koło przemocy i agresji.



Literatura cytowana:

Adams, R. (2018, June 13). Girls more likely to be bullied than boys, English schools survey finds. Retrieved from <https://www.theguardian.com/society/2018/jun/13/girls-more-likely-to-be-bullied-than-boys-english-schools-survey-finds>

Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. E. (2007). *Violent video game effects on children and adolescents: Theory, research, and public policy*. New York, NY: Oxford University Press.

Bandsuch, L. (2017, March 16). *Boys and girls bully differently*. Retrieved from: <https://psychbc.com/blog/bullying-boys-and-girls-are-different>

Baysu, G., Celeste, L., Brown, R., Verschueren, K., and Phalet, K. (2016). Minority adolescents in ethnically diverse schools: perceptions of equal treatment buffer threat effects. *Child Dev.* 87, 1352–1366.

Brzezinski, M. S. (2016). *Gender differences in bullying and perceptions of bullying*. (Master's thesis, Rowan University, New Jersey, USA). Retrieved from <https://rdw.rowan.edu/etd/1276>

Buttaccio, J. L. (2020, January 11). 10 Warning Signs Your Child Is a Bully. Retrieved from <https://www.rd.com/advice/parenting/is-my-child-a-bully/>

Dittrick, C. J., Beran, T. N., Mishna, F., Hetherington, R., & Shariff, S. (2013). Do children who bully their peers also play violent video games? A Canadian national study. *Journal of School Violence*, 12(4), 297-318.

Downes P., Cefai, C. (2016). How to Prevent and Tackle Bullying and School Violence: Evidence and Practices for Strategies for Inclusive and Safe Schools, NESET II report. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

Dunn, J., Munn, P. (1985). Becoming a family member: Family conflict and the development of social understanding in the second year. *Child Development*, 56, 764–774.

Dytham, S. (2018). The role of popular girls in bullying and intimidating boys and other popular girls in secondary school. *British Educational Research Journal*, 44(2), 212-229.

Ferguson, C. J., Olson, C. K., Kutner, L. A., & Warner, D. E. (2014). Violent video games, catharsis seeking, bullying, and delinquency: A multivariate analysis of effects. *Crime & Delinquency*, 60(5), 764-784.

Ferguson, C. J., San Miguel, C., & Hartley, R. D. (2009). A multivariate analysis of youth violence and aggression: The influence of family, peers, depression, and media violence. *The Journal of pediatrics*, 155(6), 904-908.

Gordon, S. (2020, March 6). *Do Girls and Boys Bully Differently?* Retrieved from <https://www.verywellfamily.com/do-girls-and-boys-bully-differently-460494>

Griffiths, L. J., Wolke, D., Page, A. S., & Horwood, J. P. (2006). Obesity and bullying: different effects for boys and girls. *Archives of disease in childhood*, 91(2), 121-125.

Harris, S., Grath, P.F. (2003). *Bullying – The Bullies, the Victims, the Bystanders*. Lanham, MD: The Scarecrow Press, Inc.

Horwood, J., Waylen, A., Herrick, D., Williams, C., & Wolke, D. (2005). Common visual defects and peer victimization in children. *Investigative Ophthalmology & Visual Science*, 46(4), 1177-1181.

Iossi Silva, M. A., Pereira, B., Mendonça, D., Nunes, B., & Oliveira, W. A. D. (2013). The involvement of girls and boys with bullying: an analysis of gender differences. *International journal of environmental research and public health*, 10(12), 6820-6831.

Janssen, I., Craig, W. M., Boyce, W. F., & Pickett, W. (2004). Associations between overweight and obesity with bullying behaviors in school-aged children. *Pediatrics*, 113(5), 1187-1194.

Kohleriter, D. (2018, Spetember 5). *Three Main Differences in How Boys and Girls Bully*. Retrieved from <https://momentousinstitute.org/blog/three-main-differences-in-how-boys-and-girls-bully>

Mavroudis, N., & Bournelli, P. (2016). The role of drama in education in counteracting bullying in schools. *Cogent education*, 3(1), 1233843.

Maynard, B. R., Vaughn, M. G., Salas-Wright, C. P., & Vaughn, S. (2016). Bullying victimization among school-aged immigrant youth in the United States. *Journal of Adolescent Health*, 58(3), 337-344.



McGlothlin, H., Killen, M. (2006). Intergroup attitudes of European American children attending ethnically homogeneous schools. *Child Development*, 77, 1375–1386.

Menesini, E., Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions, *Psychology, Health & Medicine*, 22, 240-253.

Netzelmann, T. A., Steffan, E., Angelova, M. (2016). Ideas for a bullying-free classroom. Manual for teachers and school staff accompanying the book LISTEN!. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/315493331\\_IDEAS\\_FOR\\_A\\_BULLYING\\_FREE\\_CLASSROOM\\_Manual\\_for\\_teachers\\_and\\_school\\_staff\\_accompanying\\_the\\_book\\_LISTEN](https://www.researchgate.net/publication/315493331_IDEAS_FOR_A_BULLYING_FREE_CLASSROOM_Manual_for_teachers_and_school_staff_accompanying_the_book_LISTEN)

Oliveira, W. A. D., Silva, M. A. I., Mello, F. C. M. D., Porto, D. L., Yoshinaga, A. C. M., & Malta, D. C. (2015). The causes of bullying: results from the National Survey of School Health (PeNSE). *Revista latino-americana de enfermagem*, 23(2), 275-282.

O'Moore, M., Minton, S. J., Chapman, P. (2004). *Dealing with Bullying in Schools: A Training Manual for Teachers, Parents and Other Professionals*. London: Paul Chapman Publishing.

Pettigrew, T. F. (1998). Intergroup contact theory. *Annual Review of Psychology*, 49, 65-85.

Reiss, D., Hetherington, M., Plomin, R., Howe, G. W., Simmens, S. J., Henderson, S. H., Law, T. (1995). Genetic questions for environmental studies: Differential parenting and psychopathology in adolescence. *Archives of General Psychiatry*, 52, 925–936.

Sharp, S., & Smith, P. (Eds.). (2002). *Tackling bullying in your school: A practical handbook for teachers*. London: Routledge.

Siann, G., Callaghan, M., Lockhart, R., & Rawson, L. (1993). Bullying: Teachers' views and school effects. *Educational Studies*, 19(3), 307-321.

Sweeting, H., & West, P. (2001). Being different: Correlates of the experience of teasing and bullying at age 11. *Research Papers in Education*, 16(3), 225-246.

Thornberg, R. Delby, H. (2019) How do secondary school students explain bullying? *Educational Research*, 61:2, 142-160.

U.S. Department of Health and Human Services. (2019, December 04). *Who is at risk*. Retrieved February 17, 2021, from <https://www.stopbullying.gov/bullying/at-risk>

*I am not scared project*. Retrieved February 17, 2021, from <https://iamnotscared.pixel-online.org/reports.php>

*Gender Differences in Bullying, Factsheet*. Retrieved February 17, 2021, from: <https://www.prevnet.ca/sites/prevnet.ca/files/fact-sheet/PREVNet-SAMHSA-Factsheet-Gender-Differences-in-Bullying.pdf>

## Rozdział 4: Bullying: praca ze sprawcami, ofiarami i obserwatorami

### 4.1. Jak rozmawiać z dziećmi na temat bullingu

Jednym z problemów, które stoją przed nauczycielem jest przygotowanie się do rozmowy z dziećmi na temat bullingu. Niezwykle ważne jest to, aby nauczyciel zwrócił uwagę na problem bullingu zanim pojawi się w jego klasie. Równie ważna jest szybka reakcja w sytuacji, gdy przemoc ma miejsce. Nauczyciel może ułatwić sobie zadanie kierując się wcześniej ustalonymi wytycznymi.

Aby podjąć temat należy najpierw zapoznać się z definicją bullingu, z tym jakie są przyczyny i konsekwencje. Gdy mowa o bullingu w klasie rozmawia się z potencjalnymi ofiarami, sprawcami jak i postronnymi obserwatorami. W związku z tym ważne jest, aby dokładnie przedstawić ten temat.

Należy wyjaśnić uczniom czym jest zjawisko bullingu. Dzieci powinny poznać definicję, przyczyny i skutki takiego zachowania. Zaznajomienie i identyfikacja są podstawą.

Poleca się, aby rozmawiać z dziećmi często i otwarcie na temat ich emocji. W klasie rozmowy na temat osobistych doświadczeń i uczuć niestety nie są częste, to sprawia, że trudniej jest mówić o tym, że w relacjach rówieśniczych dzieje się źle. Pytanie o emocje i o to jak uczniowie się czują w klasie sprawi, że problem nękania będzie łatwiejszy do zidentyfikowania i zaadresowania.

Należy zachęcić uczniów do wzorcowego zachowania, tak aby inni mogli brać z nich przykład. W tym celu należy podjąć temat tego jak być życzliwym i pełnym

szacunku dla rówieśników oraz co oznacza inkluzywność i jak można tę wartość manifestować w swoim zachowaniu. Nauczyciel sam powinien być wzorem do naśladowania dla swoich uczniów i przejawiać wszystkie wartości, których sam od nich oczekuje.

Należy dodać, że praca nad zachęcaniem uczniów do działania, pomaga budować pewność siebie. Należy pozwolić uczniom wziąć odpowiedzialność za swoje zachowania.

Teraz, kiedy omówiliśmy kwestie jak rozmawiać z dziećmi na temat bullyingu przejdźmy do tego jak rozmawiać z dziećmi, które już zaangażowały się w jakiś incydent, są sprawcami lub obserwatorami zdarzeń. Nauczyciel powinien być przygotowany do pracy z każdą osobą zaangażowaną, niezależnie od tego jaką rolę przyjęła.

W momencie, gdy nauczyciel rozmawia z uczniem, który doświadcza nękania najważniejszym jest, aby w pierwszej kolejności podjął się roli słuchacza. Należy zachować spokój, otwarty umysł i pomóc dziecku czuć się usłyszonym, zaoferować wsparcie zamiast oceniania i próbować szukać przyczyn oraz rozwiązań problemu w relacjach rówieśniczych. Równie ważne jest danie dziecku do zrozumienia, że się w nie wierzy. Nauczyciel powinien też okazać wdzięczność za to, że uczeń podzielił się z nim wiedzą o danej sytuacji.

Nauczyciel powinien postarać się nie przytłoczyć dziecka swoimi działaniami. Należy dać uczniowi do zrozumienia, że nie jest sam i wspólnie znajdziecie rozwiązanie. Jeżeli w szkole są specjalne procedury radzenia sobie w takich sytuacjach nauczyciel powinien o tym poinformować ucznia oraz zapytać co myśli na temat proponowanego rozwiązania. Należy przy tym szanować przemyślenia dziecka, aby nie podważyć zaufania, którym uczeń obdarzył nauczyciela. W końcu należy się upewnić, że dziecko wie, iż nauczyciel jest dla niego wsparciem i można na niego liczyć.

Równie ważna jest wiedza na temat tego jak rozmawiać ze sprawcami nękania. Kluczowym jest branie pod uwagę, że dzieci, które angażują się w takie zachowania nie są z natury „złe”. Na początku nigdy nie możemy stwierdzić co jest powodem ich działań.

Pierwszym krokiem do rozwiązania tej sytuacji jest komunikacja z dzieckiem. Nauczyciel powinien próbować zebrać informacje o tym jak uczeń się czuje w

domu i w szkole, co myśli, w celu zrozumienia źródła jego zachowania. Nauczyciel powinien próbować rozmawiać z dzieckiem o sytuacjach, które są dla niego/niej frustrujące i zapoznać dziecko ze sposobami wyrażania emocji w konstruktywny sposób. Ważnym jest, aby próbować pokazać, że jego ofiara cierpi. W takim celu należy starać się by nauczyć dziecko jak postawić się w czyjejs sytuacji.

Nauczyciel powinien pokazać uczniowi, że jego zachowanie ma konsekwencje i wyjaśnić, że relacje z rówieśnikami są obarczone pewnymi zasadami, których należy się trzymać. Kontakt z rodzicami dziecka jest ważny, aby dowiedzieć się jak wygląda sytuacja w domu i co może być przyczyną rosnącej u dziecka frustracji. Budowanie wspólnej strategii postępowania pomoże uniknąć negatywnych zachowań w przyszłości.

Główne źródło:

Unicef contributors (n.d). How to talk to your children about bullying. Retrieved from: <https://www.unicef.org/end-violence/how-talk-your-children-about-bullying>

#### 4.1.1. Rozwijanie pozytywnej relacji uczeń-nauczyciel

Budowanie pozytywnej relacji między uczniem a nauczycielem jest jedną z najlepszych strategii pozwalających uniknąć agresywnych i szkodliwych zachowań w środowisku szkolnym. Nauczyciele, którzy pracują nad tworzeniem pozytywnych relacji z uczniami, kreują środowisko, w którym można skupić się na nauczaniu i zaspokajaniu potrzeb rozwojowych, akademickich, emocjonalnych dzieci i młodzieży. Ważne jest, aby od samego początku swojej edukacji dzieci były świadome tego, że mogą liczyć na swoich nauczycieli.

Budowanie pozytywnej relacji uczeń-nauczyciel bywa skomplikowane i wymaga dużego wysiłku ze strony nauczycieli. Dążąc do budowania takiej relacji, nauczyciel w pierwszej kolejności powinien brać pod uwagę to, że uczniowie różnią się pod wieloma względami: od temperamentu i zainteresowań po środowisko rodzinne.

Wiedza na temat temperamentu uczniów pomoże zdefiniować jaką metodę należy wybrać, aby ich zmotywować. Poznawanie zainteresowań uczniów oraz



ich sytuacji życiowych jest dobrym sposobem na wprowadzanie w toku lekcji interesujących treści poprzez łączenie wiedzy teoretycznej z przykładami z życia codziennego.

Co ważne, należy zadbać o to, aby uczniowie otrzymali informacje zwrotne skupiając się bardziej na pozytywnych niż negatywnych aspektach, wskazując jak ważne jest pozytywne nastawienie i chęć pomocy. Nauczyciel powinien pokazać, że jest autentycznie zainteresowany przekazywaniem wiedzy i ceni aktywną partycypację. Podczas prowadzenia lekcji partycypacyjnych powinien pozwolić na dzielenie się myślami jak i również dbać o to, aby poświęcić każdemu z uczniów tyle samo uwagi.

Niezwykle ważna jest też praca nad budowaniem pozytywnego klimatu klasowego. Nauczyciel powinien starać się, aby uczniowie mieli czas na zastanowienie się nad tym czego się uczyli jak i również połączyli teorię i umiejętności ze swoim własnym doświadczeniem. To będzie wiązało się z kreowaniem pozytywnej atmosfery w klasie.

Należy budować poczucie przynależności do społeczności klasowej. To pozwoli uczniom na łączenie zdobywania nowej wiedzy i umiejętności z pozytywnie spędzonym czasem wśród rówieśników. Nauczyciel powinien zapewnić społeczne i emocjonalne wsparcie oraz postawić wysokie wymagania wobec uczniów.

Nauczyciel powinien starać się być wrażliwym, odnosić się z szacunkiem do uczniów, szanować ich opinie i zainteresowania. Pozytywne relacje powinny zachęcić i zmotywować uczniów do aktywnego zaangażowania się w zdobywanie wiedzy i nowych umiejętności.

#### 4.1.2. Dlaczego bullying często nie jest zgłaszany i co powinno się zrobić, aby to zmienić

Powszechnie wiadomo, że dzieci, tak jak i młodzież często nie zgłaszają nękania dorosłym. Dzieci zazwyczaj ukrywają zachowania związane z nękaniami jak i również to jaki ma to na nich wpływ. Dlatego też pracownikowi szkoły często trudno zorientować się jak powszechne jest to zjawisko.

Istnieją różne powody dlaczego dzieci nie zgłaszają bullyingu. Po pierwsze ofiary często wolą nie mówić na ten temat ponieważ czują wstyd, strach i

bezsilność. Mogą nawet myśleć, że zasługują na to co ich spotyka. Z drugiej strony dzieci zazwyczaj doświadczają silnego poczucia wstydu z powodu bycia ofiarą i próbują ukrywać swoją sytuację. Lepiej jest cierpieć w samotności. Z drugiej strony również często czują bezsilność i strach. Strach przed tym, że jeśli o tym powiedzą to będą cierpieć jeszcze bardziej. Boją się również, że osoba, której zawierzą informacje, im nie uwierzy lub wszystko zbagatelizuje.

W przypadku postronnych obserwatorów strach jest również istotnym elementem braku zgłaszania incydentów nękania. Obserwatorzy niezaangażowani w nękanie boją się, że sami staną się ofiarami jeśli powiedzą o tym co się dzieje. W związku z tym preferują milczenie. Innym powodem może być lojalność wobec przyjaciół. Nawet jeżeli wiedzą, że to co się dzieje jest złe, skarżenie na kogoś również jest źle postrzegane. Milczenie może być spowodowane tym, że nie chcą zostać zaszufadkowani jako „skarżypyta” wśród rówieśników, szczególnie jeśli sprawca przemocy jest kimś popularnym.

Powodem dla milczenia, który dotyka zarówno obserwatorów jak i ofiary jest brak możliwości zidentyfikowania czym jest nękanie. Uczniowie czasem nie są w stanie dokładnie rozpoznać subtelných, niebezpośrednich i relacyjnych form bullyingu, w które włącza się niesprawiedliwe traktowanie innych. To prowadzi do nie przywiązywania wagi do takich zachowań.

Jeżeli chodzi o samych sprawców, powody dla niezgłaszania zajścia są oczywiste. Wiedzą, że to co robią jest złe, w związku z tym są świadomi, że ich zachowanie będzie miało konsekwencje. Mówienie komukolwiek o tym co się dzieje, wiązałoby się z utratą władzy.

Nawet jeżeli zachęcenie dzieci do mówienia jest trudne, są pewne środki, z których nauczyciel może skorzystać. Po pierwsze najważniejsza jest rozmowa z dziećmi o sytuacji, wgłębienie się w problem. Upewnienie się, że dzieci są świadome tego, jakie efekty niesie za sobą nękanie. Taka forma interakcji powinna przyczynić się do tego, że dziecko nie będzie czuło się wyobcowane poprzez fakt doświadczania bullyingu i będzie to dla niego szansa by otwarcie rozmawiać o problemie.

Po drugie ważnym jest, aby od początku stworzyć pozytywną relację z uczniem, to znaczy doprowadzić do tego, aby rozmowa z uczniami była czymś

naturalnym w klasie. Budowanie pozytywnej relacji uczeń-nauczyciel pomoże otworzyć uczniów na rozmowę.

Ważne jest również, aby być wzorem do naśladowania. Sposób w jaki reaguje nauczyciel powinien być przykładem dla dziecka jak należy postępować, jak postąpić w danej sytuacji. Nauczyciel powinien być postrzegany przez uczniów jako osoba, która chce pomóc, nie osądza, która szanuje próśby, uczucia uczniów i nie narzuca zbyt gwałtownie swojego zdania. Takiej osobie można zaufać.

Nawet jeśli nauczyciel wykorzystuje wszystkie środki, należy być świadomym, że wielu uczniów będzie w dalszym ciągu wolało nie zgłaszać nękania. W związku z tym istotne jest, aby zidentyfikować sygnały mogące świadczyć o tym, że bullying ma miejsce. Nawet jeśli dziecko nie powie o tym wprost, jeśli nauczyciel będzie pracował nad tworzeniem bliskiej więzi, gdzie otwarcie mówi się o uczuciach zawsze jest szansa na to, że dzieci się otworzą. Wiedza na temat ich uczuć może także przyczynić się do rozpoznania, że dzieje się coś złego.

W momencie kiedy nauczyciel zostaje poinformowany o nękanii powinien powściągnąć swoje emocje, zachować spokój i starać się pomóc bez osądzania osoby, która zdecydowała się opowiedzieć o danej sytuacji. Należy sprawić by osoba ta poczuła się usłyszana, wiedziała, że nie jest sama i nikt jej nie osądza. Takie zachowanie jest kluczowe by mieć podstawę do przypuszczenia, że jeśli incydent nękania zdarzy się ponownie, nauczyciel dowie się o tym.

#### 4.1.3. Jaka jest rola obserwatora w zapobieganiu zjawiska bullyingu

Bullying jest często zjawiskiem angażującym postronnych obserwatorów oprócz ofiary i sprawcy/ów. Szczególnie w kontekście szkolnym często mamy do czynienia z osobami, które były świadkami zajścia, ale nie wzięły w nim bezpośrednio udziału.

Jako postronny obserwator osoba nie angażuje się bezpośrednio w sytuację gdzie ktoś wymaga pomocy (Clarkson 1996, p.6). Nie stara się także interweniować. <https://www.betterhelp.com/advice/behavior/what-is-the-bystander-effect-and-is-it-dangerous/>

Bullying jest jednym z najbardziej typowych incydentów gdzie ludzie decydują się nie interweniować. Badania wskazują, że mimo tego iż dwie trzecie dzieci i młodzieży jest świadkami bullyingu połowa z tych, którzy obserwują to zjawisko będzie chciała uniknąć angażowania się zamiast reagować poprzez np. podzielenia się wiedzą z dorosłymi (Smith, Shu, 2000; Carney, 2000).

Obserwatorzy mogą się również czuć onieśmieleni przez sprawcę nękania. Mogą nie wiedzieć jak postępować, aby pomóc. Mogą czuć strach, że to one staną się ofiarami.

Ważne jest, aby zrozumieć że bycie obserwatorem to nie tylko pasywność. Brak działania ma istotny wpływ na wydarzenia i może przyczyniać się do wyrządzenia krzywdy. Może to być forma wsparcia albo akceptacji dla zachowań sprawcy nękania. Samotność dzieci i młodzieży, które są ofiarami często jest potęgowana przez grupę osób, które nie reagują na ich krzywdę.

Kiedy nikt nie interweniuje, osoba będąca celem może czuć, że obserwatora nie obchodzi albo zgadza się on z tym co się dzieje.

Obserwator może również być dotknięty bullyingiem jako ofiara lub sprawca. Może się bać lub nie wiedzieć co robić, mieć poczucie winy wynikające z braku interwencji.

Po tym jak doszło do zajścia obserwator w dalszym ciągu może bać się cokolwiek powiedzieć. Trzeba wziąć pod uwagę, że obserwator jest rozdarty pomiędzy poczuciem winy z powodu tego, że nie pomógł, a strachem przed tym jakie jego działania mogą mieć konsekwencje. Ten brak decyzyjności prowadzi do niepokoju, niepokój może być również związany ze strachem przed zostaniem ofiarą co w niektórych przypadkach prowadzi to do zostania sprawcą (Gordon, 2020).

Efektywne zwalczanie bullyingu wymaga pracy z dziećmi i młodzieżą, które są obserwatorami jak i również z ofiarami i sprawcami. Obserwatorzy mają istotną moc doprowadzenia do pozytywnej zmiany w środowisku szkolnym poprzez podejmowanie działań zamiast biernego obserwowania.

Nawet jedna osoba może doprowadzić do dużej zmiany, dla kogoś kto jest ofiarą przemocy. Kiedy ofiara znajdzie swojego obrońcę, pojawia się drogocenne poczucie wsparcia, taka osoba ma szansę na obniżenie poziomu stresu i lepszy nastrój.

Niezwykle ważny jest proces zmiany obserwatorów w aktywną opozycję. Proces polega na prowadzeniu odpowiedniej polityki pracy na poziomie klas, szkoły, społeczności jak i również strategii radzenia sobie z przemocą.

<https://www.anti-bullyingalliance.org.uk/tools-information/all-about-bullying/peer-support-strategies/bystanders>

Oto przykłady jak reagować będąc obserwatorem w sytuacjach bullyingu, można:

- Kwestionować nękanie. Zmiana tematu lub zadawanie pytań na temat tego co się dzieje może odwrócić uwagę od ofiary.
- Używać humoru, aby przekierować konwersację na inne tory.
- W liczbach siła! Obserwatorów jest więcej a ich interwencja pokaże, że wielu ludzi nie zgadza się z tym co się dzieje.
- Towarzyszyć osobie, która doświadcza nękania, aby pomóc złagodzić jej interakcje ze sprawcą.
- Utrzymanie kontaktu z ofiarą. Po zejściu obserwator może dać znać, że nie zgadza się z tym co się wydarzyło i nie jest mu to obojętne. To również się liczy.

Nauczyciele, edukatorzy, osoby wspierające dzieci w procesie edukacyjnym (pedagog szkolny, psycholog szkolny) powinni wyjaśnić uczniom jak nie być jedynie postronnymi obserwatorami. Kluczowe w tej kwestii jest nauczanie moralnego zaangażowania. Strategia adresowania specjalnych potrzeb w szkole może również zapobiec przemocy i przynieść pozytywne rezultaty dla wszystkich uczniów. Szczególnie istotne będą metody, które korzystają ze wsparcia grupowego lub takie, które pielęgnują relacje rówieśnicze oraz wspierają rozwój empatii u młodych ludzi.

#### Literatura dodatkowa:

- Become an Upstander to Bullying – [English Video](#) & [Spanish Video](#)
- Blog - [Becoming an Upstander to Bullying Just Got Easier!](#)
- Fact Sheet - [Bystanders are Essential to Bullying Prevention and Intervention](#) - [Download PDF](#)
- Research Summary - [Preventing Bullying Through Moral Engagement](#) - [Download PDF](#)

<https://www.stopbullying.gov/prevention/bystanders-to-bullying>

Kilka sugestii w jaki sposób obserwator może pomóc osobie nękaną:

- Niech spędzi czas z osobą, która jest źle traktowana. Może z nią usiąść na przerwie, zjeść obiad, pobawić się czy zwyczajnie porozmawiać.
- Wysłuchać tego co ma do powiedzenia. Zadzwoń do osoby, która doświadcza trudnych chwil i wysłuchaj jej, poradź co ma robić.

- Powiedzieć zaufanemu dorosłemu o tym co się dzieje: zwrócić się do nauczyciela, psychologa lub pedagoga szkolnego. Opowiedzieć o sytuacji lub zostawić karteczkę z wiadomością.
- Być przykładem do naśladowania. Nie dokuczać innym uczniom.
- Wysłać wiadomość albo podejść do ofiary po incydencie i powiedzieć, że to nie było w porządku.
- Pomóc uniknąć sytuacji, w której osoba jest zagrożona nękaniami.
- Zabrać sprawcy widownię poprzez opuszczenia miejsca zdarzenia.
- Starać się być życzliwym dla osoby, która przeżywa trudne chwile.
- Powiedzieć koledze, że nie lubisz widzieć jak komuś się dokucza i zapytać czy można coś zrobić, żeby pomóc.
- Powiedzieć sprawcy, że nie podoba ci się co robi, poprosić żeby przestał (tylko jeśli jest to bezpieczne).
- Odwrócić uwagę od ofiary lub zaoferować drogę ucieczki mówiąc np. "Pan X poprosił żebyś podszedł do niego przed lekcją" albo „Potrzebujemy cię do naszej zabawy” (tylko jeśli jest to bezpieczne).
- Nie zwalczać przemocy przemocą. Stawienie się za ofiarą wymaga dużej odwagi. Należy starać się nie obrażać i nie stosować przemocy fizycznej aby bronić ofiary. Popisywanie się jest nie na miejscu i może tylko zaostrzyć sytuację.
- Należy mówić o tym co się dzieje wychowawcy nawet jeżeli podanie informacji za pierwszym razem nie przyniosło oczekiwanego rezultatu. Próbuje dalej. Nauczyciele i reszta personelu szkolnego w końcu zareagują skutecznie. Można też opisać sytuację innymi nauczycielom, poinformować psychologa i pedagoga. Im więcej osób wie o sytuacji tym więcej będzie starało się pomóc.
- Należy zwalczać wrażenie, że to nie jest twoja sprawa i wczuć się w sytuację ofiary. Nękanie może wywoływać sporo napięcia, stresu, złości, frustracji. To ważne, aby reagować.
- Należy szukać okazji do przyłączenia się do tak zwanej kultury antybullyingowej poprzez tworzenie plakatów, komiksów, opowiadań i filmów poruszających tematykę bullyingu.

Źródła: [StopBullying.gov](http://StopBullying.gov)

[http://stopbullyingnowfoundation.org/main/index.php?option=com\\_content&view=article&id=53](http://stopbullyingnowfoundation.org/main/index.php?option=com_content&view=article&id=53)



#### 4.1.4. Co powiedzieć do sprawcy i ofiary: Rozmowa z dzieckiem

Radzenie sobie z bullyingiem oraz wiedza o tym, co się dzieje zarówno z ofiarą jak i ze sprawcą jest podstawą każdej polityki i strategii radzenia sobie z nękaniami.

To bardzo ważne aby wiedzieć, jak te rozmowy powinny przebiegać - nie powinno się ich przekładać, szkoła powinna mieć dokładne informacje na temat problemu i powodów, z których wynikał incydent. Sytuacje takie powinny spotkać się z szybką i efektywną reakcją.

Rozmowa z dziećmi i młodzieżą o bullyingu, szczególnie kiedy wiadomo, że zdarzenia mają miejsce w szkole muszą być oparte na kilku kluczowych zasadach:

- Słuchaj i wierz. Często trudnym jest dla ofiary przyznać się do sytuacji i powiedzieć innym o swoich problemach. Zatem dorosły, który potrafi słuchać z życzliwością, bez oceniania ale okazując wsparcie jest niezwykle istotny. Często możemy radzić sobie ze sprawcą efektywnie, kiedy dzieci i młodzież wiedzą, że będzie się im wierzyć i otrzymają wsparcie.
- Bądź pewny siebie, staraj się zapewnić ofiarę, że nie jest sam/a.
- Dalsze kroki - jeśli dziecko lub nastolatek zgłasza, że jest ofiarą bullyingu i żadne działania nie zostały podjęte to znaczy, że dotyczy to czegoś więcej niż tylko relacji sprawca-ofiara.

Jasna polityka działania, którą mogą zrozumieć zarówno dorośli oraz dzieci i młodzież jest podstawą. Kroki podjęte w ramach polityki działania należy wytłumaczyć ofiarom, aby następnie przejść do działania.

Równie ważne jest, aby w trakcie szukania rozwiązania wyjaśnić osobie poszkodowanej, że została wprowadzona procedura, która ma jej zapewnić bezpieczeństwo. W szkole powinien zostać przeprowadzony trening, który pozwoli dorosłym w pełni zrozumieć politykę placówki odnośnie podejmowania działań koniecznych do walki z bullyingiem.

Polityka powinna obejmować podstawy tego jak rozmawiać ze sprawcami nękania żeby dowiedzieć się, dlaczego w ten sposób postępują a następnie podjąć odpowiednie kroki zapobiegawcze.

Ponownie - ważne jest przeszkolenie, tak by dorośli potrafili zrozumieć czym jest bullying i dlaczego ma miejsce.

Słuchanie jest również ważne. Uczniowie, którzy znęcają się nad innymi często mają swoje problemy, które mogą być powodem niepożądanych zachowań. Niektórzy mogą nie rozumieć, że ich zachowanie jest szkodliwe, mogą być

motywowani chęcią zwrócenia na siebie uwagi, przypodobania się rówieśnikom. Niekiedy przyczyny mogą wykraczać poza środowisko szkolne.

Szukanie źródła tych problemów jest ważne nie tylko w prostym radzeniu sobie z indywidualnymi przypadkami od incydentu do incydentu ale dla zmiany zachowań w perspektywie długoterminowej.

Każdy nauczyciel powinien pamiętać o tym, aby komunikować się odpowiedzialnie, konstruktywnie oraz z empatią:

- Postaraj się znaleźć przyczynę dlaczego dziecko lub nastolatek ma problem z zachowaniem.
- Przedstaw i omów szereg możliwości reagowania, które nie będą szkodliwe dla otoczenia. Może to przyjąć np. formę prośby do sprawcy by wczuł się w sytuację ofiary.
- Wykorzystaj uzgodnione procedury działania, aby wyjaśnić, że zastraszanie będzie miało konsekwencje dla sprawcy, często również dla ich rodziców lub opiekunów. Będą musieli zaangażować się w działania zapobiegawcze tak by tego rodzaju sytuacje nie miały miejsca w przyszłości.

#### 4.1.5. Zasady efektywnej komunikacji w klasie

Słuchanie dzieci i młodzieży a także reagowanie na to co mają do powiedzenia jest zagadnieniem kluczowym w efektywnym radzeniu sobie z bullyingiem a jeszcze szerzej - w umożliwieniu dzieciom wyrażania siebie, pełną partycypację oraz wpływu na to, co dzieje się w szkole.

Podstawowe zasady komunikacji:

- Otwarte mówienie o zaangażowaniu wobec swoich uczniów, uważne słuchanie i branie pod uwagę ich opinii.
- Traktowanie dzieci "poważnie". Dawanie do zrozumienia, że można ci ufać i wierzyć w to co mówią.
- Upewnienie się, że wszystkie dzieci są szanowane i otrzymują wsparcie konieczne do wyrażenia swojej opinii - nie należy pozwalać, aby komunikacja była zdominowana przez osoby, które regularnie wyrażają swoje zdanie i są najgłośniejsze.
- Zbyt autorytarna atmosfera nie będzie pozytywnie wpływać na klimat klasowy, a dzieci i młodzież nie będą chciały otwarcie mówić o swoich problemach.

- Wykazywanie postawy zbyt dominującej lub przesadnie asertywnej nie jest wskazane - krzyku należy unikać.
- Nie należy traktować wszystkich tak samo; dzieci komunikują się w różny sposób.
- Należy pamiętać o tym, że są różne sposoby, aby dowiedzieć się co myślą dzieci, nawet jeśli nie chcą otwarcie wyrażać swoich poglądów. Można wybrać alternatywne formy komunikacji jak pudełeczko z karteczkami, e-mail, inne media społecznościowe a nawet małe grupy fokusowe.

Regularna, otwarta komunikacja z dziećmi i młodzieżą pomoże im stać się aktywnymi uczestnikami w środowisku szkolnym, wspomogą proces nauczania oraz zapewni podstawy do zaangażowania się w takie problemy jak przemoc szkolna. Szkoła powinna oferować treningi dla nauczycieli, aby wyposażyć ich w aktualną wiedzę na temat efektywnych sposobów komunikacji z dziećmi i młodzieżą.

Pamiętaj, że oprócz sposobów komunikacji w klasie ważne jest aby posiadać wypracowany system i procedury na wypadek wystąpienia przypadków nękania. Dzieci i młodzież muszą wierzyć w to, że działania zostaną podjęte, że ktoś ich wysłucha i im uwierzy. Dzieci powinny być świadomione i pewne tego, że stawia się na dwustronną komunikację, dostrzega się wagę problemu i szuka się jego konstruktywnych rozwiązań.

Jak każda dobra forma komunikacji tak dyskusja na temat bullyingu musi być oparta na dobrym zrozumieniu tematu, jego przyczyn i efektów. Nauczyciele muszą być dobrze wytrenowani i poinformowani. Dużo cennych umiejętności i doświadczeń mogą zdobyć stawiając na otwartą i szczerą komunikację z młodzieżą.

Otwarte podejście pomoże szczerze mówić o swoich uczuciach i emocjach, łatwiejszym dla nich będzie dyskusja o przemocy włączając w to ich osobiste doświadczenia.

Należy pamiętać, że skuteczne podejście do radzenia sobie z bullyingiem to nie tylko zmaganie się z indywidualnym sprawcą lub incydentami, ale także zachęcanie do zachowań, które charakteryzują się inkluzywną, życzliwą i pełną szacunku postawą wobec innych. Nauczyciel powinien być dobrym przykładem dla dzieci i młodzieży, reprezentować swoją postawą odpowiednie zachowania oraz wartości.

## Rady i rekomendacje dla nauczycieli

### Praca z dziećmi zaangażowanymi w incydenty przemocy: sprawcy, ofiary, osoby postronne.

#### Jak zapobiegać przemocy w szkole?

- Bądź dobrze poinformowany. Miej wiedzę na temat tego, czym jest przemoc i agresja w szkole, jakie metody prewencyjne możesz zastosować, dobrze zapoznaj się z polityką szkoły.
- Otwarcie mów o przemocy w klasie. Poszerzaj wiedzę uczniów poprzez organizowanie warsztatów, gier, spotkań z pedagogiem, psychologiem itp.
- Zachęcaj dzieci do odgrywania roli „przykładów do naśladowania” poprzez angażowanie ich w gry i inne aktywności grupowe.
- Zachęcaj do konsultacji z psychologiem/pedagogiem szkolnym.
- Otwarcie mów o emocjach/uczuciach, pomagaj uczniom w rozwijaniu kompetencji emocjonalnych i społecznych (pewności siebie, samowiedzy, świadomości społecznej, umiejętności interpersonalnych, zdolności podejmowania decyzji).
- Postaw się w roli słuchacza zamiast sędziego. Adresuj sytuacje indywidualnie, nie na forum klasowym.
- W kontakcie ze sprawcami ważne jest, aby nauczyć się słuchać i angażować się w konwersację, która pozwoli na prawdziwą zmianę zachowania. Należy postawić się w ich sytuacji, starać się zrozumieć ich uczucia i odkryć przyczyny takiego zachowania.
- Pracuj, aby rozwinąć strategie radzenia sobie z zachowaniem sprawcy w klasie.
- Rozwijają empatię i zaangażowanie moralne.
- Pracuj nad identyfikowaniem sygnałów wskazujących na to, że przemoc i agresja mogą mieć miejsce.

Stwórz pozytywną relację uczeń-nauczyciel i pracuj nad efektywną komunikacją, korzystając z poniższych rad:

- Nadaj ton dyskusji poprzez ustalanie jasnych wymagań i konsekwencji.
- Skup się na udzielaniu pozytywnej informacji zwrotnej: pozytywne nastawienie sprzyja formowaniu pozytywnej relacji.
- Wykaż zainteresowanie tym, co się dzieje w życiu uczniów poza klasą. Postaraj się poznać ich zainteresowania, dowiedzieć o ich sytuacji życiowej poprzez gry, aktywności, rozmowy.
- Twórz pozytywną atmosferę w klasie poprzez stosowanie aktywności budujących pracę zespołową.

- Promuj wzajemny szacunek jako podstawę interakcji.
- Traktuj swoich uczniów poważnie z dojrzałością i szacunkiem tak aby widzieli w tobie wzór do naśladowania.
- Myśl o kreatywnych sposobach, dzięki którym możesz wzmocnić komunikację w klasie.

Podsumowując, ważne jest, aby pamiętać, że nauczyciele odgrywają istotną rolę w identyfikowaniu i zwalczaniu potencjalnych incydentów przemocy. W dodatku to ich sposób postępowania może doprowadzić do stworzenia dobrej atmosfery w klasie, sprzyjać poczuciu przynależności i bezpieczeństwa.

#### Literatura cytowana

Committee for Children contributors. (2016). *Why Don't Kids Report Bullying?* Retrieved from: <https://www.cfchildren.org/blog/2016/09/why-dont-kids-report-bullying/>

Gordon, S. (2020). *Why Victims of Bullying Often Suffer in Silence*. Retrieved from: <https://www.verywellfamily.com/reasons-why-victims-of-bullying-do-not-tell-460784>

Gordon, S. (2020). *6 Ways Bullying Impacts Bystanders Kids Who Witness Bullying May Be as Affected as Victims*. Retrieved from: <https://www.verywellfamily.com/how-witnessing-bullying-impacts-bystanders-460622>

Rimm-Kaufman, S. & Sandilos, L. (n.d.). *Improving Students' Relationships with Teachers to Provide Essential Supports for Learning*. Retrieved from: <https://www.apa.org/education/k12/relationships>

#### Rozdział 5: Sztuki kreatywne: plastyka, literatura, teatr i muzyka w działaniach antybullyingowych

Raport opracowany przez Światową Organizację Zdrowia WHO pokazuje, że bullying w rumuńskich szkołach to szeroko rozpowszechnione zjawisko. Około 400 000 uczniów jest zagrożonych przemocą fizyczną, a 220 000 - jest regularnie bitych przez kolegów (zgodnie z badaniem przeprowadzonym w 2016 przez organizację Save the Children). Rumunia znajduje się na trzecim miejscu w Europie jeśli chodzi o zjawisko przemocy szkolnej.



Być może należy zadać sobie pytanie, dlaczego bullying ma miejsce w szkole i dlaczego uczniowie (niektórzy z nich) są zaangażowani w ten fenomen. Jednym z możliwych wyjaśnień może być nacisk ze strony społeczeństwa lub środowiska rodzinnego na rezultaty w szkole jak i również rywalizacja czy negatywny klimat szkolny. Nie wszyscy uczniowie reagują pozytywnie na takie wyzwania. W zależności od rodzaju osobowości jak i również osobistego, kulturowego i społecznego środowiska jakość życia uczniów różni się tak jak i sposób w jaki są w stanie odpowiedzieć na wyzwania szkolne.

Dla uczniów bardzo istotne jest by rozwinąć umiejętności, które pomogłyby sprostać wymaganiom i wyzwaniom ponieważ są niezbędne do osiągnięcia sukcesu w dorosłym życiu. Aby wyćwiczyć te umiejętności uczeń potrzebuje pomocy rodziców, nauczycieli i innych osób ze swojego otoczenia. Szkoła sama w sobie musi posiadać odpowiednie warunki do osiągnięcia sukcesu. Charakteryzować się klimatem pełnym otwartości, jasno zdefiniowanych zasad oraz akceptacji w środowisku szkolnym.

Uczniowie, którzy doświadczają stresu związanego z nękaniami mogą również wykazywać regres w osiągnięciach szkolnych a nawet popaść w depresję, cierpieć z powodu niskiej samooceny czy przejawiać myśli samobójcze (Olweus, 1993). Istnieje wiele możliwych konsekwencji doświadczania bullyingu od tak drastycznych jak odebranie sobie życia po długotrwałe odczuwanie lęku lub wejście w rolę sprawcy zamiast ofiary.

Czasami reakcją na takie sytuacje może być opuszczenie szkoły lub rodziny. Arteterapia może pomóc uczniom zrozumieć czym jest bullying przez zaprezentowanie w kreatywny sposób nierównowagi sił tego zjawiska. Badania pokazują, że bullying może być jednym z przejawów zachowań antyspołecznych lub agresywnych.

Agresorzy, których ofiary denerwują, częściej popadają w konflikt z innym. Może ich dotknąć jakaś fizyczna krzywda w wyniku konfrontacji, kradzieży lub wandalizmu, mogą spożywać alkohol lub rzucić szkołę (Olweus, 1993). Bullying jest oparty na klimacie strachu i ma negatywny wpływ na wyniki w nauce.

Ojcem założycielem nauki o przemocy w szkole jest Dan Olweus, który opracował serię efektywnych badań i programów treningowych, gdzie przedstawione zostały różne poglądy na temat znęcania się w środowisku szkolnym. Żaden uczeń nie powinien bać się szkoły z powodu bycia nękanym lub upokarzonym i żaden rodzic nie powinien się obawiać, że coś takiego



przytrafi się jego dziecku. Bezpieczna szkoła to fundamentalne prawo każdego człowieka.

Skupianie się na komplementarnych terapiach w „Creative Approaches to Minimizing the Traumatic Impact of Bullying Behavior” Safra i Safran (2008) pokazuje, że ofiary bullyingu mogą korzystać z szansy na wyrażenie siebie w bezpieczny kreatywny sposób. Ekspresja artystyczna prowadzi do nowych sposobów komunikowania się, eksploracji głębszych uczuć wobec przemocy rówieśniczej, emocji, które niekiedy trudno jest adresować w programach antybullyingowych organizowanych przez szkołę czy poza nią. W wyniku wyrażania siebie poprzez np. rysowanie, kolaże, poezję wszystkie negatywne uczucia zinternalizowane w dziecku takie jak: strach, niepokój, zdezorientowanie, złość na agresora, mogą ujrzeć światło dzienne.

Jak nazwa wskazuje arteterapia przynosi efekty łącząc dwie dyscypliny: sztukę i psychologię. Jako alternatywna interwencja arteterapia może być adresowana dla grup lub osób indywidualnych w zależności od potrzeb. Jej celem nie jest czas wolny lub nauka na temat sztuki. Warunkiem uczestnictwa nie jest doświadczenie lub ekspertyza w dziedzinie sztuk plastycznych. Arteterapia skupia się na wspieraniu ekspresji i wyrażaniu emocji w wyniku podejmowania działań twórczych, takich jak malowanie, rzeźbienie, rysowanie. Buduje ramy dla odgrywania ról, czyli dramy, co może pomóc w przygotowaniu uczniów do interakcji z agresorem.

Użycie różnorodnych form ekspresji artystycznej do zwalczania zjawiska bullyingu w rezultacie przyczynia się do polepszenia klimatu klasowego jak i również wspiera, ułatwia komunikację nauczyciel-uczeń. To o czym uczniowie nie chcą lub nie mogą mówić jest łatwiej uzewnętrznić poprzez formę wyrazu artystycznego. To ekspresja artystyczna może dać nauczycielowi lub psychologowi obraz problemu odnośnie tego co przeżywa dziecko i może dać mu czas na interwencję zanim stanie się coś złego. Innym efektem sztuki jest lepsza komunikacja pomiędzy uczniami, którzy poprzez sztukę zaczynają akceptować siebie nawzajem, wspólnie rozmawiać i doceniać swoje towarzystwo. W ten sposób można zwiększyć zaangażowanie oraz motywację uczniów.

Arteterapia oferuje możliwość wyrażania siebie i jest szczególnie dobrą metodą dla osób, które mają problem z wyjawieniem źródeł lęku lub mówieniem o swoich traumatycznych doświadczeniach. Zgodnie z podejściem psychodynamicznym, nieświadomość kolekcjonuje ukryte oraz zniekształcone

doświadczenia, które po uzewnętrznieniu i wyrażeniu poprzez sztukę mogą być zintegrowane z nową perspektywą, a nawet znaleźć nowe rozwiązanie. Arteterapia jest kreatywnym procesem, który pozwala uczniom wyrazić swoje myśli, uczucia za pomocą przekazu niewerbalnego.

Amerykańskie Stowarzyszenie Arteterapii utrzymuje, że poprzez terapię sztuką, kreatywność może wspomóc rozwinąć zdrowe procesy myślowe. Najbardziej typową formą arteterapii jest: rysowanie, malowanie, rzeźbienie, fotografia.

Sztuka może być niewerbalnym komunikatem, „mową symboliczną”. Dzięki sztuce można wyrażać uczucia i doświadczenia w sposób mniej traumatyczny. Arteterapia może pobudzić wyobraźnię i pomóc jednostce w zlokalizowaniu problemu oraz jego rozwiązaniu.

Z zasady dzieci są bardzo kreatywne i mogą w łatwy sposób wykorzystać swoją kreatywność w celu wyrażenia uczuć i emocji poprzez sztuki kreatywne. Dla dzieci wyrażenie trudnych emocji takich jak złość czy lęk poprzez słowa może być trudne, dlatego warto wykorzystać sztukę jako metodę niewerbalnego wyrażania siebie oraz przekazywania komunikatu na temat swoich problemów. Arteterapia jest szczególnie przydatna w przypadku jednostek, które doświadczyły traumatycznych przeżyć takich jak utrata bliskiej osoby, molestowanie seksualne czy uzależnienie w rodzinie. Jest niezwykle skuteczna w przypadku komunikowania doświadczeń, które ciężko nazwać, opisać za pomocą słów (Rubin, 2005). Sztuka jest formą symbolicznego realizmu, może pomóc dziecku w wyrażaniu siebie. Arteterapia jest również pomocna w odbudowywaniu samooceny zniszczonej przez ekspozycję na nękanie rówieśnicze. Poprzez terapię młodzi ludzie uczą się zarządzać emocjami, rozwijać pewność siebie, zdobywają umiejętność rozwiązania problemów w trudnej sytuacji.

Zjawisko nękania ma miejsce wtedy, kiedy uczeń postrzegany jest jako słabszy, strachliwy, bezbronny. Poprzez rysowanie/malowanie uczniowi oferuje się sposób ekspresji siebie bez słów, co umożliwia mu wyrażenie trudnych emocji. Sztuka może służyć za doskonałe narzędzie do rozwoju umiejętności eksploracji, zrozumienia i ekspresji emocji. Można tworzyć maski karnawałowe, odgrywać teatr kukielkowy, wystawiać przedstawienia teatralne; każda forma ekspresji, która uczy ograniczać przestrzeń od agresorów może zostać wykorzystana w celu poprawy atmosfery w szkole.

## 5.1. Sztuki wizualne

### 5.1.1. Sztuki plastyczne przeciwko przemocy

Sztuki plastyczne są znakiem rozpoznawczym rasy ludzkiej od najdawniejszych lat. Sztuka jako rysunek, malunek lub rzeźba odgrywały rolę nie tylko estetyczną na przestrzeni wieków, ale także były częścią pewnego kanonu, nurtu artystycznego specyficznego dla danej epoki. Dlatego to naturalne, że ludzie spośród wielu cech sztuki odkryli również zastosowanie dla tej formy przekazu w terapii.

Obserwując ludzi, można zauważyć, że sztuka gra dla nich ważną rolę, ważniejszą niż mogłoby się wydawać. W chwilach znużenia ludzie rysują tak zwane „doodle” na kartce papieru. Kiedy kupują nowy przedmiot taki jak samochód, laptop, ubrania często zwracają uwagę również na ich wygląd.

Wreszcie segment działalności związany z produkcją i sprzedażą biżuterii jest niezwykle popularny, zwłaszcza biorąc pod uwagę wydarzenia specjalne, ze względu na znaczną wartość przypisywaną metalom, kamieniom szlachetnym i różnym przedmiotom jubilerskim.

Wracając do terapeutycznych implikacji sztuki plastycznej i jej wspomnianych wcześniej form, wśród stosowanych technik można wyróżnić grafikę, kolaż, murale, projektowanie odzieży, projektowanie mebli. Wiemy o tym, że przyjemne, dobrze zaprojektowane formy plastyczne pozytywnie wpływają na samopoczucie jednostki - nastrój i ogólny komfort psychiczny. Jak sugeruje wiele badań, ekspresja artystyczna może przynieść ulgę ofiarom przemocy, a także pomóc w diagnozowaniu takich ofiar. Wielu psychologów stosuje podczas terapii analizę rysunku wykonanego przez pacjenta, którego interpretacja jest ważnym elementem procesu terapeutycznego.

\*\*\*

Poniżej przedstawimy krótką listę praktycznych zastosowań wykorzystania sztuk plastycznych w zwalczaniu zastraszania. Na początek przedstawimy badanie opublikowane w 2010 roku, zatytułowane „Doświadczenia prześladowanych dzieci wyrażone poprzez sztukę” (Andreou i Bonoti, 2010).



Innym godnym uwagi przykładem może być zestaw działań skoncentrowanych na przeciwdziałaniu znęcaniu się w ramach inicjatywy HEAR z **University of Iowa - Helping Educators use Art to Reduce Bullying** (pl. Wspomaganie nauczycieli w stosowaniu sztuki jako metody do zwalczania bullyingu). Wśród proponowanych przez twórców działań plastycznych znajdują się takie tytuły jak plakat kampanijny, ogłoszenia, ćwiczenia, takie jak: „Co jest fajne: Ekspresyjne ćwiczenie na temat zachowania postronnych obserwatorów” czy „Refleksje na swój temat (Działania, fãrã an).”

Więcej przykładów rysunków tworzonych przez dzieci w ramach pracy nad zapobieganiem przemocy szkolnej można znaleźć w pracy doktorskiej z 2016 roku napisanej przez Eugene'a Neglie, zatytułowanej „**Zapobieganie bullyingowi i interwencja w edukacji poprzez sztuki wizualne: instrumentalne studium przypadku**”. W artykule autorka przedstawia znaczną liczbę rysunków, niektóre z nich są zaprezentowane poniżej (Neglia, 2016).



Bully Beans Rysunek

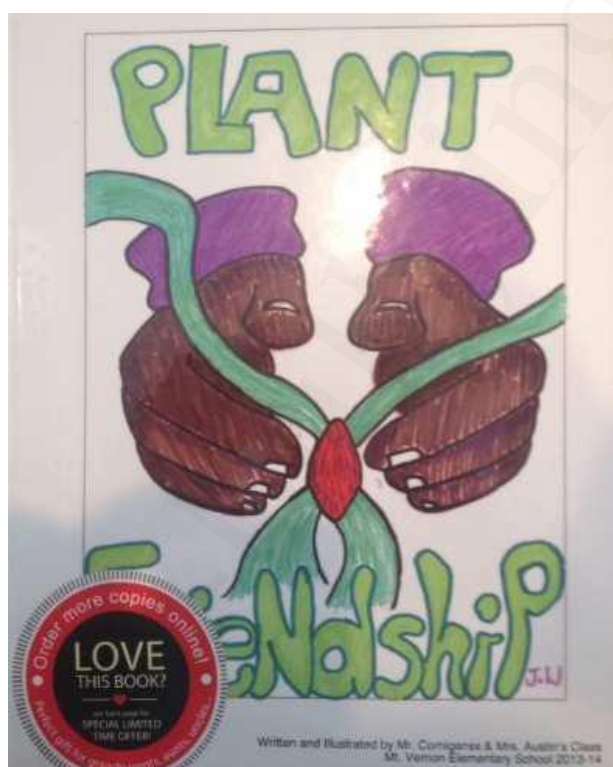


Bądź kolegą, nie dokuczaj





Nie sprawiaj przykrości, bądź przyjacielem



Pielegnuj przyjaźń - okładka książki





Uczniowie klasy czwartej malujący "Drzewo pozytywności"



"Brak miejsca na nienawiść" Ilustracja antybullyingowa



Bransoletka antybullyingowa



“Nie jestem pasywny, interweniuję” obserwatorzy, którzy aktywnie reagują, gdy zobaczą przemoc przedstawiani jako bohaterzy



Grupa uczniów w maskach

\*\*\*

W części końcowej pragniemy zaproponować, serię kroków, które można podjąć w celu przeprowadzenia udanych warsztatów antybullyingowych przy użyciu sztuki. Kroki te są inspirowane technikami zaczerpniętymi z arteterapii i mogą być ulepszone/adaptowane, w zależności od potrzeb i okoliczności danej sytuacji.

Krok 1 - *przed rozpoczęciem procesu twórczego* - nauczyciel powinien zapoznać się z uczniami, z którymi prowadzi zajęcia, szczególnie jeśli wcześniej wspólnie nie

pracowali, należy także przedstawić uczniom, dlaczego to właśnie sztuki plastyczne zostają wykorzystane jako narzędzie do przeciwdziałania przemocy.

Krok 2 - *proces twórczy* - polega na skupieniu się na trzech elementach: wybranej formie przekazu artystycznego (np. rysunku, malarstwa, rzeźby...), wybranym temacie pracy (np. złość, samotność, poczucie winy...) i samym procesie tworzenia (w zależności od umiejętności/zdolności fizycznych zaangażowanych uczniów, proces twórczy może być wspomagany przez obecnych opiekunów / nauczycieli).

Wśród zestawu ćwiczeń, jakie pragniemy zaproponować, są:

- *Pocztówki* (rysowanie na pustej pocztówce negatywnego doświadczenia),
- *Słowa, którymi należy się w życiu kierować - kolaż* (tworzenie kolażu z wyciętych fragmentów czasopism i gazet , w celu wyrażenia swoich podstawowych wartości),
- *Kolaż bez bodźca wizualnego* (używając dotyku, zamiast wzroku tworzenie kolażu z kawałków materiałów i tkanin).
- *Moje bezpieczne miejsce* (zachęcanie uczniów do refleksji nad idealną bezpieczną przestrzenią i jej cechami - jak ciepła jest, czy jest nasłoneczniona itp., a następnie odtworzenie jej z dostępnych materiałów)
- *Co jest w Twoim sercu?* (puste arkusze z serduszkami, które należy wypełnić rzeczami, które sprawiają, że uczniowie czują się kochani, doceniani itp.)

Krok 3 - *interpretacja/omówienie stworzonych dzieł*. Nauczyciel prowadzący zajęcia może poprosić uczniów, aby zastanowili się nad tym o czym myśleli tworząc dane dzieło. Zadaniem nauczyciela lidera jest poprowadzić proces analizy ich przemyśleń, odczuć (pozytywnych, negatywnych), oceny metod, z których korzystali podczas procesu twórczego.

### 5.1.2. Papiernictwo - Warsztaty kreatywne

Jedną z metod wykorzystania sztuki w celu prowadzenia działań antybullyingowych jest organizacja warsztatów kreatywnych z własnoręcznego tworzenia papieru. Celem jest wspieranie i podkreślanie wagi kreatywnych aktywności jako sposobu na zwalczanie nękania w szkole.

Kreatywne warsztaty papiernicze, prowadzone w oparciu o podstawową zasadę pedagogiki projektu: „NAUKA PRZEZ DZIAŁANIE”, pomagają dzieciom w rozwoju i transformacji ich osobowości. W ten sposób stymuluje się i promuje



kreatywność we wszystkich obszarach działalności. Warsztaty kreatywne można z powodzeniem wykorzystać jako działanie przeciwdziałające zastraszaniu.

Warsztaty kreatywne tworzenia papieru to praktyczne działania, których misją jest rozwijanie u uczestniczących w nich dzieci praktycznych umiejętności, dzięki którym odkrywają one swoją kreatywną energię. Ćwiczenia praktyczne mają na celu opanowanie technik stosowanych w warsztatach kreatywnych.

W ciągu ostatnich lat praca z dziećmi pozwoliła mi zdać sobie sprawę ile wyobraźni i chęci jest w każdym z dzieci, w ich doświadczeniu i uczuciach transformowanych na to co robią na warsztatach. Rolą tych warsztatów jest wspieranie ich w drodze do wiedzy i samowiedzy poprzez stymulowanie kreatywności. Warsztaty mają na celu kształtowanie dzieci, biorąc pod uwagę ich rzeczywisty wpływ na estetykę, moralność, emocje i intelekt. Podczas warsztatów dzieci uczą się własnoręcznie produkować papier i przystosować go do innych naturalnych materiałów lub innych rodzajów materiałów, które wybiorą.

Poprzez bezpośrednie zaangażowanie dzieci w akt twórczy, możemy uzyskać przegląd problemów, z którymi się borykają. Dzięki analizowaniu poszczególnych praktycznych prac możemy zobaczyć to czego nie mogą wyrazić słowami, a tym samym możemy im pomóc wykorzystując różne techniki twórcze.

Warsztaty kreatywne pozwalają dzieciom wyrażać swoje uczucia i wczuwać się w innych, jednocześnie przekonując się o tym, że uczucia własne i innych mają znaczenie. W ten sposób dostrzegamy korzyści płynące z praktycznego działania twórczego i ich znaczenie w promowaniu zdrowia psychicznego wśród dzieci.

Dzieci uczą się dzielić materiałami, mówić „dziękuję”, doceniać siebie i pracę innych, bycia emocjonalnym, łagodnym i nieagresywnym, mówić w taki sposób by nie ranić innych i nie używać słów, które sprawiają ból, uczą się wyrażać uczucia, wymieniać się doświadczeniami. Poprzez warsztaty i komunikację możemy łatwiej zapobiegać niepożądanym zachowaniom lub je eliminować.

### Cele

- Pozwól wybrać próbki papieru i materiał, z którym dzieci chcą pracować;
- Pozwól kreować, daj wolną drogę uczestnikom do kreatywnego wyrażania siebie;
- Zaproponuj pracę grupową;
- Stawiaj na asertywną komunikację;
- Daj im czas na docenienie swojej pracy i pracy innych.

## Cele warsztatu kreatywnego

- Uzyskanie wiedzy na temat tego, jak ważne są warsztaty praktycznych umiejętności w rozwoju kreatywności;
- Komunikacja i kolaboracja w celu osiągnięcia upragnionego produktu;
- Zdobywanie wiedzy na temat materiałów i praktyki techniki pracy;
- Poznanie nowych metod pracy;
- Rozwój umiejętności praktycznych - indywidualnych i drużynowych.
- Zastosowanie nowoczesnych metod nauczania.

## Działania przeprowadzane w ramach warsztatu kreatywnego:

- Przygotowanie potrzebnych materiałów;
- Szkolenie dzieci w zakresie praktycznych działań, metody pracy, procedur, pomocy dydaktycznych, form organizacji;
- Wskaźniki odnośnie korzystania z materiałów, które są badanymi przedmiotami warsztatu.

## Etapy pracy. Opis aktywności kreatywnego warsztatu.

- Dzielenie uczestników na grupy;
- Wybieranie próbek papieru w zależności od kolorów, których dzieci chcą użyć; darcie kolorowego papieru;
- Przygotowywanie pulpy papieru przy pomocy blendera elektrycznego (dwa razy więcej wody niż papieru);
- Wylewanie masy papierniczej do naczynia z wodą i homogenizowanie kompozycji w celu uzyskania jednolitego koloru;
- **Wariant 1:** Wprowadzenie sita do wody w celu równomiernego ułożenia kompozycji na powierzchni sita otoczonej drewnianą ramą;
- **Wariant 2:** Wlewanie masy papierniczej bezpośrednio do drobnych sit w celu użycia bardziej chromatycznych odcieni, aby kontrolować ułożenia masy papierniczej na całej powierzchni, a następnie włożenie sit do miski z wodą w celu ujednolicenia masy papierniczej, zgodnie z chromatografią. Wybory dokonywane są przez grupy dzieci;
- Eliminowanie nadmiaru wody poprzez wciskanie pasty przez folię Melinex, która jest przezroczysta i nie przylepia się do powierzchni;
- Stosowanie chłonnych ściereczek;
- Oderwanie pulpy papierowej przez obrócenie sita w dół, tymczasowo utrzymując folię Melinex, aby uniknąć rozdrobnienia papieru;
- Kontrolowane suszenie papieru;

- Prasowanie za pomocą zimnych pras;
- Uzyskanie gotowego produktu.

Po miksowaniu i suszeniu nadchodzi czas na dekorowanie. Na powierzchni papieru dzieci mogą przyklejać wyschnięte rośliny, nasiona, tekstylia itp. Dzięki temu dzieci uzyskają własny papier z ich kreatywnym nadrukiem.

### **Ewaluacja warsztatu kreatywnego**

Warsztaty kreatywne są okazją do interwencji w zapobieganie i zwalczanie nękania. Dają dzieciom możliwość pracy w zespole, skutecznego komunikowania się i dokonywania ocen. Jednocześnie taka forma wspólnej pracy tworzy pozytywną atmosferę.

Biorąc pod uwagę wpływ kolorów na psychikę człowieka, dzieci otrzymują materiały, których kolory sprzyjają otwartości, kreatywności i wywołują pozytywne nastawienie, harmonię i równowagę, pozytywnie wpływając na nastrój. Wybraliśmy kreatywne materiały warsztatowe, w których przeważają kolory: pomarańczowy, żółty, zielony i niebieski (por. zestaw zdjęć 01, zestaw zdjęć 02). Prace są okazją do radości, oceny produktów wytwarzanych przez dzieci. Wykorzystywanie pracy dzieci poprzez ekspozycję jest źródłem samoświadomości, pewności siebie, poprawy relacji międzyludzkich oraz zachęcania do możliwości rozwoju osobistego poprzez kreatywne działania.

Podsumowując, poprzez kreatywne warsztaty zapewniamy dzieciom środowisko twórczego zaangażowania, w takich warunkach każde z dzieci może czuć się bezpiecznie i swobodnie wyrażać swoje emocje poprzez działalność kreatywną. Ponadto to dobra okazja na rozmowę z dziećmi o przyczynach i skutkach różnych form przemocy rówieśniczej.



### Zestaw zdjęć 01 - Warsztat kreatywny tworzenia papieru



### Zestaw zdjęć 02 - Warsztat kreatywny tworzenia papieru

### 5.1.3. Fotografia

Zdjęcia można wykorzystać w walce z przemocą szkolną na dwa sposoby:

- poprzez wykorzystanie fotografii, w celu zachęcenia uczniów do dyskusji na temat rozpoznawania szkodliwych zachowań w szkole,
- poprzez zachęcenie uczniów do wykreowania sztucznych sytuacji i uwieczniania ich na zdjęciach. Można poprosić dzieci o uchwycenie emocji, uczuć, nastrojów, które mogą im towarzyszyć w sytuacji przemocy.

Pierwszy sposób pozwala na wykorzystanie zdjęć już istniejących w mediach. Można na przykład stworzyć - galerię/album i zachęcić dzieci do zastanowienia się nad znajdującymi się w nich obrazami.

Dzieci i młodzież mogą podzielić się swoimi przemyśleniami poprzez wykorzystanie poniższych pytań pomocniczych:

- Co przedstawia obraz?
- Czy ta sytuacja jest wam znajoma?
- Czy byliście jej świadkami w klasie/szkole/środowisku?
- Jak czuję się ofiara? Co czuję sprawca?
- Gdybyś był świadkiem tej sytuacji, czy zareagowałbyś? Dlaczego tak/nie.
- Dlaczego Twoim zdaniem ta sytuacja ma miejsce?
- Czy da się tej sytuacji zapobiec w przyszłości? W jaki sposób?

Taką debatę można połączyć z odgrywaniem ról w celu głębszej internalizacji przedstawionych sytuacji. Nauczyciel powinien zwrócić uwagę na reakcje dzieci, zarówno podczas oglądania obrazków, jak i podczas zadawania pytań i udzielania odpowiedzi. Każda reakcja, która zdradza strach, niepewność, powinna być sygnałem alarmowym dla nauczyciela.

Z tak uchwyconych zdjęć można tworzyć albumy tematyczne, które następnie zostaną zaprezentowane i poddane dyskusji uczniów.

Przed lekcją nauczyciel musi przygotować kilka scenariuszy do dyskusji, które pomogą uczniom lepiej zgłębić omawiany temat.

Proponujemy także zorganizować konkurs fotograficzny. W pierwszej kolejności nauczyciel powinien zaaranżować wspólne oglądanie filmu lub przedstawienia teatralnego. Tematyka powinna poruszać temat przemocy szkolnej.

Podczas gdy uczniowie równolegle oglądają spektakl/film, uczniowie powinni fotografować sceny związane z bullyingiem. Mogą spróbować wyodrębnić lub odizolować sceny prześladowania, dialogi, wydarzenia i je uchwycić w fotografii. Na koniec odbywa się konkurs na podstawie zebranych wcześniej zdjęć.

Wystawa zdjęć to kolejny krok.

Zarówno konkurs, jak i wystawa mogą być zorganizowane z myślą o społeczności szkolnej i/lub rodzicach.

Wydarzenie może zostać zaprezentowane podczas wystawy dla społeczności lokalnej.

## Instrukcje krok po kroku

1. Uczniowie wraz z nauczycielem oglądają film lub przedstawienie teatralne. Odtwarzany materiał powinien poruszać problem przemocy szkolnej.
2. Uczniowie, korzystając z telefonów komórkowych, robią zdjęcia aktorom.
3. Uczniowie wiedzą, że ich zdjęcia mają uwidaczniać sceny związane z przemocą szkolną.
4. Na koniec uczniowie przygotowują prezentację, która zawiera wybrane przez nich zdjęcia.
5. Następuje głosowanie, podczas którego wybierane są najlepsze dzieła.
6. Uczniowie wraz z nauczycielami mogą zorganizować wystawę fotograficzną.

#### 5.1.4. Animacja poklatkowa

### Przygotowanie nauczyciela

1. Nauczyciel powinien zapoznać się z techniką poklatkową. Aby im pomóc, proponujemy kilka przydatnych szkoleniowych filmów wideo

[How to Make Stop Motion Videos](#) (Jak stworzyć animację poklatkową)

[Stop Motion Tutorial](#) (Animacja poklatkowa: Tutorial)

[Making a Stop motion Puppet!](#) (Tworzenie kukiełki przy pomocy animacji poklatkowej)

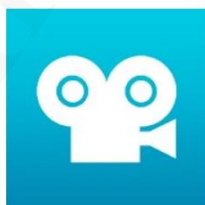
2. Przygotowujemy krótką listę filmów wideo na temat animacji poklatkowej:

[The Robot and the Butterfly](#) (Robot i motyl)

[Stand Up All](#) (Wszyscy wstańmy)

3. Pobieramy program na komórkę – Zarówno nauczyciele, jak i uczniowie mogą pobrać bezpłatną wersję oprogramowania Stop Motion i SuperLapse ze sklepu Google Play. Te dwa programy są używane w połączeniu i pomagają użytkownikom tworzyć kompletne filmy.

### Animacja poklatkowa Play Store (darmowa aplikacja)



#### Stop Motion Studio

Cateater Φωτογραφία

Κατάλληλο για όλους

Προσφέρει αγορές εντός εφαρμογής

Αυτή η εφαρμογή είναι διαθέσιμη για όλες

### Superlapse – Time lapse video maker (darmowa aplikacja)



#### Superlapse - Time Lapse Camera

Kantanna Studio  
Επεξεργασία και αναπαραγωγή βίντεο

★★★★ 1.047

Κατάλληλο για όλους

Περιέχει διαφημίσεις

Αυτή η εφαρμογή είναι διαθέσιμη για όλες τις συσκευές σας.

Προσθήκη στη λίστα επιθυμιών

Εγκατάσταση

#### 4. Lista materiałów

Będziemy potrzebować materiałów takich jak markery, kredki, nożyczki, klej, tablica plakatowa, papier budowlany i modelina.

5. Opis ćwiczenia – Głównym celem tego zadania jest przedstawienie nauczycielom metody wykorzystania sztuk wizualnych do walki ze zjawiskiem bullingingu. Co obejmuje ta metoda? Poniżej wymieniono szereg konkretnych kroków, które nauczyciele muszą wykonać, aby uczniowie byli świadomi tego, jak powinni reagować w przypadku, gdy padną ofiarą werbalnego ataku. Powszechnie przyjmuje się, że w konfliktach związanych z nękaniami wszystkie zaangażowane osoby potrzebują jakiejś pomocy, ale przede wszystkim słabsza osoba, czyli ofiara, jest osobą, dla której ten materiał jest przeznaczony.

W pierwszej kolejności nauczyciel musi przygotować scenariusz. Nauczyciel chce stworzyć film poklatkowy opisujący serię różnych przypadków werbalnych ataków i zaprezentować je w klasie. Nauczyciel przygotowuje dwie (2) różne formy reagowania w przypadku bullingingu:

##### 1. Zachowaj spokój!

Sytuacja, która jest przedstawiona w dalszej części tego materiału, prezentuje sprawcę naśmiewającego się ze stylu ubierania ofiary. Ofiara swoją postawą prezentuje spokój i udziela tej samej odpowiedzi, chcąc dezorientować dręczyciela i zniechęcić go do kolejnych ataków.

##### 2. Bądź neutralny!

W tym przypadku sprawca przemocy również atakuje ofiarę słownie tak jak poprzednio, ale ofiara pozostaje neutralna i odpowiada w sposób wyważony doprowadzając do sytuacji, w której sprawca nie wie co powiedzieć.

#### Opis metody

Nauczyciele muszą narysować samodzielnie lub korzystając z aplikacji graficznej dwie oddzielne figury; sprawcę i ofiarę.

Ponadto należy narysować kilka pustych okien dialogowych.

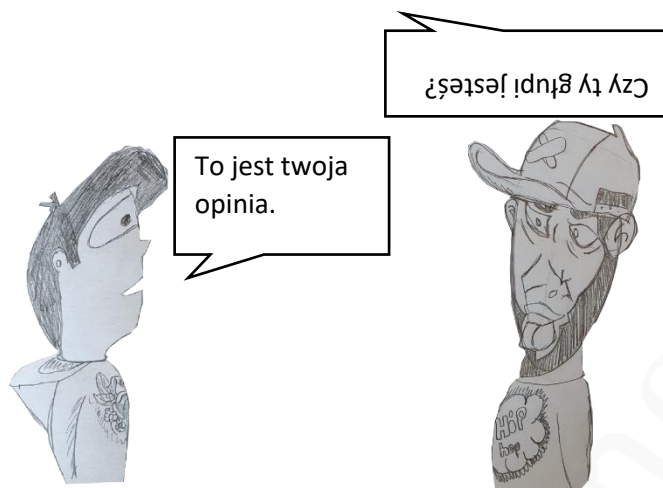
Skopiuj osiem (8) razy każdy z powyżej wymienionych elementów i pogrupuj je w cztery (4) przedstawiające poprzednie dwa scenariusze.



## CASE 1 – Zachowaj spokój!







### Case B – Pozostań neutralnym





Przyjrawszy się uważniej dwóm różnym studiom przypadków, zdajemy sobie sprawę, że w obu sytuacjach ofierze udaje się przezwyciężyć słowny atak nękańcego. Sprawca nie spodziewa się takiej reakcji i zniechęca się do ciągłego dręczenia ofiary.

Następnym krokiem jest przygotowanie przez nauczyciela filmu poklatkowego z wykorzystaniem wszystkich poprzednich rysunków.

### **Wykorzystanie materiału video.**

Nauczyciel inicjuje krótką dyskusję z uczniami na temat werbalnego bullingu. Uczniowie są zachęceni do wyrażenia na forum klasy swojej opinii na temat tego, czym według nich jest „werbalne znęcanie się” oraz podzielenia się swoimi doświadczeniami związanymi z bullyingiem. Ten krok powinien być traktowany jako rozgrzewka wprowadzająca do głównego tematu ćwiczenia.

Następnie nauczyciel prosi uczniów, aby postawili się w roli ofiary. Są zachęceni do wymyślenia możliwych sposobów reakcji w przypadku znalezienia się na miejscu ofiary.

Na koniec nauczyciel przedstawia im film poklatkowy, który przygotował wcześniej, po czym następuje dyskusja zamykająca.

### **5.1.5. Komiksy**

Komiksy mogą pomóc w radzeniu sobie z bólem psychicznym, strachem, żalobą. Rozpoznanie terapeutycznego potencjału komiksów doprowadziło do uznania ich w kręgach akademickich za metodę pomocną w badaniu terażniejszości i przeszłości. Zachęca się uczestnika ćwiczeń do projektowania siebie w pewnym określonym momencie czasu i powtarzania zachowania, które mogłoby zmienić rzeczywistość zachęcając do pisania nowych scenariuszy dla znanych sytuacji. Podczas terapii osoby w różnym wieku mogą wyjawić za pomocą wymyślonych przez siebie postaci, co się dzieje lub co powinno się stać, by wszystko szło w dobrym kierunku.

W komiksie daną sytuację można rozwiązać tak jak osoba uzna za stosowne. Poprzez doświadczanie konfliktu i rozwiązań proponowanych przez wykreowane postaci, uczestnicy zajęć często doświadczają sukcesu lub porażki w namacalnej formie. Federico Garcia to chłopiec z Kolumbii z Zespołem Aspergera, całościowym zaburzeniem rozwoju mieszczącym się w spektrum autyzmu, charakteryzujący się brakiem umiejętności społecznych przy doskonałej inteligencji. W wieku ośmiu lat stał się ofiarą nękania: „Nazywali mnie głupim lub dziwadłem. Ta sytuacja trwała około 20 mikrosekund, ale czułem, że smutek eksploduje i rozprzestrzenia się we mnie” powiedział do dziennikarza piszącego dla semana.com. Nie mówił rodzicom o swoich problemach. Zamiast tego Federico zaprojektował komiks o tym, jak się poczuł, gdy spojrział w lustro i zobaczył dokładnie (dziwną) osobę, którą jego koledzy z klasy opisali w szkole i której się bali.

„Crylo crylozaur” to dzisiaj nazwa historii napisanej przez Federico. To opowieść o dinozaurze (jego ulubionym zwierzęciu), który wpada w portal i podróżuje w czasie. Dinozaur Allí Crylo budzi się otoczony fokami, które brzydko na niego patrzą.

Postać podróżuje przez wiele dni smutna i samotna, dopóki nie znajduje kolonii pingwinów, które go akceptują i stają się jego rodziną. „Nigdy nie przestanę być crylozaurem, ale wreszcie jestem zaakceptowany jako osoba, którą jestem naprawdę” napisał Federico.

Frederico i jego mama utworzyli fundację o nazwie Fundación Federico García Villegas. Dzisiaj chłopiec ma 12 lat i z pomocą swoich braci rozwinął umiejętności społeczne. Dubbinguje główną postać w serii animowanej „Pablo”, z Nat Geo Kids w Kolumbii, marzy o zostaniu naukowcem, jak Nikola Tesla lub Stephen Hawking. Jego największym marzeniem jest żyć w świecie, w którym wszyscy ludzie się szanują i rozumieją swoją odmiennność.

## 5.2. Kreatywne pisanie

Efektywność pedagogiczna, rozwój procesu edukacyjnego, a także jego wyniki zależą od metod wybranych przez nauczyciela. Pionierzy w dziedzinie pedagogiki tacy jak Jean Piaget, J. S. Brunner, David P. Ausbel i Ioana Cerghita wskazują, że stosowanie różnych metod nauczania prowadzi do różnych wyników. Wiedząc, że system metod szkoleniowych jest bardzo bogaty i zróżnicowany chcemy zwrócić uwagę czytelnika na wybrane metody pozwalające rozwijać kreatywność.

### 5.2.1. Proza i poezja przeciwko przemocy

#### A. Generowanie pomysłów

Napisz tekst zatytułowany "Wstrząsające doświadczenie". Opisz oryginalny pomysł, aby zbudować historię, której jesteś bohaterem:

1. Postaci:	2. Rzeczy, które możesz ze sobą zabrać:	3. Styl ubioru:
4. Podróż:	5. Możliwe przeszkody:	6. Cel:

#### B. Konstrukcja narracyjna

1. Jakimi zabawkami bawisz się w swoim wieku?

2. Jakie zabawki mógłbyś oddać?

3. Przeczytaj pierwszy fragment opowieści:

Pewnego razu był sobie pluszowy miś. Był bardzo miły! Jego brązowe, puchate futerko sprawiało, że wszystkie dzieci chciały do niego podejść, przytulić go i pogłaskać. Miał dwa czarne oczka, żywe i pełne życzliwości, za każdym razem gdy dziecko zatrzymało się przy półce, na której siedział, miś patrzył na nie z uśmiechem, jakby prosił: "Chodź pobaw się ze mną, proszę." Niemożliwym byłoby mu odmówić.

4. Zapisz pomysły, które mogłyby pomóc ci kontynuować opowieść. Jesteś w niej osobą, której dokuczają koledzy.

**Wtedy...**

**Finał...**

### C. Książka "Chrysanthemum", autor: Kevin Henkes

- **Przywoływanie:** uczniowie są proszeni o wpisanie słów, które przychodzą na myśl w odniesieniu do słowa „chryzantema”. Pomysły zostaną przedstawione, zarówno ustnie, jak pisemnie.
- **Zrozumienie znaczenia:** opracowanie listy pomysłów dotyczących rozwoju wydarzeń. Historia zostaje przeczytana do fragmentu, w którym moderator/nauczyciel decyduje o tym, że uczniowie w tym momencie dokonają predykcji dalszego przebiegu akcji oraz sprawdzą przewidywania. Następnie uczniowie wymieniają się wskazówkami, które znaleźli i na których opierała się prognoza. Opracowane pomysły zostały zapisane w tabeli:

Jakie będą następujące wydarzenia?	Dlaczego tak uważasz? Podaj powody.	Co się tak naprawdę wydarzyło?
		Zobacz paragraf 1
		Zobacz paragraf 2
		Zobacz ostatni paragraf

- **Przemyślenia:** to moment, w którym uczniowie uczestniczą w debacie i przedstawiają swoje argumenty.

D. Finlay McIntosh to chłopiec, który zawsze potrafi znaleźć słowa, ale nie ma odwagi wypowiedzieć ich na głos. Jąkanie wyróżnia go na tle innych dzieci i zamienia w obiekt drwin i docinków. W szkole jest bity. W domu nie wie jak się zachowywać wobec swojego ojca, który jest zawsze zmęczony i zdenerwowany. Szybko zakochałem się w postaci Finlaya i ze smutkiem czytam notatki z jego pamiętnika. Za każdym razem kiedy widzę "Droga mamo," zdaję sobie sprawę,



że ten pamiętnik był jedynym powiernikiem w życiu chłopca. Kusi mnie by jeszcze raz przeczytać jego poradnik pełen rad i trików do gry w Scrabble, gdzie tworzy nowe słowa i zagadki. W czasie gry Finlay staje się coraz pewniejszy siebie i podejmuje rozmowę na temat obaw, które powstrzymują go przed byciem szczęśliwym. Gra staje się mostem do świata zewnętrznego i jest najbardziej odpowiednią formą komunikacji.

Napisz hasła, które kojarzą Ci się z bullyingiem:

- Jedno słowo
- Dwa przymiotniki
- Trzy czasowniki
- Cztery słowa opisujące bullying
- Jedna konkluzja

E. Specyfika i zawartość gry dydaktycznej polega nie tylko na jej wkładzie w wielostronny rozwój dzieci, ale także jest elementem składowym, w specyficznych cechach, dzięki którym zachowuje ona istotę zabawy. Jednocześnie konkretne działania dydaktyczne wyrażone są przez:

- zawartość gry;
- cel nauczania;
- elementy gry (akcja);
- zasady gry.

Edukator powinien posiadać wiedzę na temat tego, jak dozować elementy zabawy i edukacji, tak by zabawa nie przeważała. Niezbędne jest wzajemne przenikanie się i interakcja tych elementów, a także utrzymanie zrównoważonego podejścia w celu osiągnięcia celu dydaktycznego. Większa waga jednego z tych składników przynosi szkodę innemu, może prowadzić do zakłócenia gry lub zmiany jej profilu.

Gdyby ćwiczenie miało tylko charakter instruktażowy niemożliwy do osiągnięcia byłby operacyjny cel ćwiczenia. Gry dydaktyczne mogą dotyczyć przeróżnych tematów: człowieka, życia społecznego, natury, środowiska społecznego (zasad, norm) itp. Gry dydaktyczne są realnym narzędziem, które powinno być używane do pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym.

By w pełni wykorzystać potencjał gier edukacyjnych edukator powinien rozwinąć w sobie empatyczną umiejętność wczuwania się w dziecięcą wyobraźnię.

## 5.2.2. Techniki prowadzenia dyskusji

**A. Burza mózgów** – jest to interaktywna metoda stworzona przez Alexa Osborne'a, której celem jest odnalezienie jak największej liczby rozwiązań dla konkretnego problemu. Jest to jedna z najbardziej znanych metod pracy grupowej i najbardziej wydajna technika generowania pomysłów oraz stymulowania kreatywnego myślenia.

Ta metoda ma dwa odrębne momenty: tworzenie pomysłów i ich ocenę/uznanie, które można przeprowadzić w kilku etapach:

a) Przygotowanie:

- wybór członków grupy - tworzenie treningu
- przygotowanie spotkania

b) Kreowanie nowych pomysłów

- ustalanie tematu debaty,
- tworzenie rozwiązań dla wybranego problemu ,
- czas na zebranie dodatkowych pomysłów

c) Wybieranie rozwiązań,

- analiza wcześniej podanych pomysłów ,
- krytyczna ewaluacja wybranego, ostatecznego rozwiązania.

Trener powinien zapoznać uczestników z listą następujących zasad:

- ← puść wodze fantazji;
- ← nie krytykuj pomysłów innych;
- ← wyprodukuj tyle pomysłów ile to możliwe;
- ← korzystaj z pomysłów innych i udoskonalaj.

Zalety metody:

- szybkie i spontaniczne zgłaszanie pomysłów;
- wszyscy uczestnicy aktywnie biorą udział;
- rozwija kreatywność grupy i umiejętności zespołowe: duch kooperacji i rywalizacji;

-motywuje każdego z uczestników.

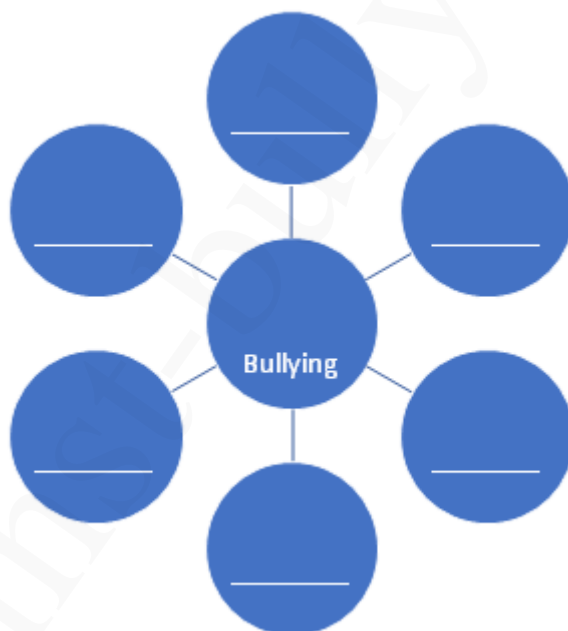
Wady:

- zapewnia rozwiązania, które nie zawsze są słuszne;
- tendencja do powierzchownych rozwiązań wśród grupy;
- zbyt męcząca, wymagająca dla uczestników i moderatorów.

Rolą tej metody jest rozwinięcie uczniowskiej wyobraźni i kreatywności, postrzegana jest jako forma rozwijania takich cech jak altruizm czy spontaniczność. (Neacșu, 2008, p. 103).

Kilka przykładowych tematów z obszaru zjawiska bullyingu do wykorzystania w ramach burzy mózgów:

1. Co dla ciebie oznacza bullying? Wypisz słowa które przychodzą ci na myśl.



2. Dla wymienionych sytuacji znajdź przyczynę i efekty. Porozmawiaj o tym z przyjaciółmi.

3. Znajdź kilka przyczyn dla różnych form agresji.

.....

.....

.....  
.....  
4. W ciągu życia klasy wśród uczniów zdarzają się nieporozumienia, konflikty i sprzeczki. Przypomnij sobie taki moment i zapisz poniżej co się wydarzyło. Zwróć uwagę na fakty.

**B. Metoda sześciu kapeluszy** jest techniką stymulującą kreatywność uczestników ; polega na zakładaniu jednego z sześciu kapeluszy. Każdy kapelusz jest związany z pewnym typem myślenia aplikowanym w książce Milton's Secret napisanej przez Eckharta Tolle i Roberta Friedmana.

- Biały kapelusz zawiera informację o tym, że osoba, która nosi ten kapelusz myśli obiektywnie i swoje reakcje opiera na faktach.
- Czerwony kapelusz pozwala puścić wodze wyobraźni. Myśliciel noszący ten kapelusz opiera się na intuicji, pozwala rządzić się emocjami.
- Czarny kapelusz oznacza negatywne myślenie - zwraca uwagę na słabości i ryzyko pomysłów, identyfikuje błędy i nieprawidłowe informacje. Tłumaczy co nie pasuje i dlaczego coś jest złe: jakie jest ryzyko, jakie są niebezpieczeństwa i zagrożenia.
- Żółty kapelusz jest symbolem pozytywnego myślenia, opartego na podkreślaniu dobrych stron, szans i możliwości.
- Zielony kapelusz reprezentuje kreatywne myślenie. Ten kto go nosi musi zidentyfikować nowe perspektywy i możliwości. Wymaga szukania alternatyw i kreatywnego wysiłku.
- Niebieski kapelusz reprezentuje liderów. Osoby noszące ten kapelusz zapewniają ogólny obraz sytuacji, podsumowanie tego co się dzieje, monitorują sprawny przebieg pracy.

Kapelusze mogą być noszone jeden po drugim przez uczestników lub kilku uczniów może nosić ten sam kapelusz jednocześnie dzięki temu jest możliwość do kooperacji i zapewnienia najlepszej interpretacji, wczucie się w charakter postaci i myślenia z punktu widzenia kapelusza, który noszą.

Kroki:

← prezentacja problemu:

← uczestnicy ćwiczą jedną perspektywę rozwiązania, zakładając jednocześnie jeden kapelusz;

← jeśli znajdzie potrzeba zmiany perspektywy, zmieni się także kapelusz.

Zalety metody:

- organizacja myślenia;
- wspiera podejmowanie decyzji;
- pozwala wszystkim uczestnikom wyrazić swoją opinię;
- skupia uwagę i wysiłki umysłowe jednostki na konkretnym problemie;
- każda czynność wykonywana jest krok po kroku .

Przedstawione metody podkreślają kreatywny potencjał uczniów, pomagają eliminować ich obawę przed oceną, zapewniają rozwój kreatywnego myślenia i uczenia się oraz budują wiarę we własne możliwości.

### 5.3. Sztuki performatywne

#### 5.3.1. Wykorzystanie dramy w celu rozwiązywania konfliktu

Drama może być wykorzystywana bardzo efektywnie w grupach, w których mają miejsce konflikt i przemoc. Może mieć wpływ na poprawę dialogu między uczniami. Dzięki dramie dzieci mogą nauczyć się empatii, utrzymania przyjaznej i spokojnej atmosfery, zarządzania emocjami i złością oraz rozwiązywania problemów. Dzięki dramie możliwa jest nauka przez zabawę. Jako technika dla rozwoju zdrowia oraz klimatu edukacyjnego drama może być również narzędziem do radzenia sobie z bullyingiem.

Niektóre problemy w szkole mogą być rozwiązane poprzez dramę. Konflikty można przekształcać w odgrywanie ról, które pozwolą uczniom poznać i uwewnętrznić różne role oraz przyjąć różne postawy. Uczymy dzięki temu rozwiązywać konflikty w zdrowy sposób.

Poprzez odgrywanie ról uczestnicy mają szansę na rozwijanie zarówno siebie jak i innych w sposób, który chroni ich przed konsekwencjami, które normalnie wiążą się z napiętą sytuacją. Drama edukacyjna jest efektywna w poprawianiu relacji interpersonalnych między uczniami, budowaniu współpracy i kooperacji, poprawianiu klimatu klasowego, redukowaniu agresywnych zachowań i rozwijaniu pewności siebie. Jest przydatną metodą do analizowania pewnych zachowań, prowadzenia na ich temat otwartej dyskusji, jak i również demaskowania fałszywych przekonań i poglądów odnośnie omawianego

tematu (Merrell, 2004). Poprzez taki proces ofiary mogą odnaleźć sposób na to by poradzić sobie z problemem i właściwie reagować na to co się dzieje. Sprawcy mogą zrozumieć co czują ofiary, ile bólu sprawia im bycie nękanym. W ten sposób uczestnicy zdają sobie sprawę z tego, że złe jest zachowanie a nie dziecko. Wszystko to sprawia, że uczenie się eksperymentalne jest dobrą metodą dla zrozumienia i internalizowania zachowań.

Nauczyciele, pedagodzy, psychologowie szkolni mają możliwość inicjować przedstawienia skupiające się na konfliktach, które są najbardziej powszechne wśród uczniów ich szkoły oraz brać pod uwagę czynniki i zmienne takie jak wiek, płeć, religia itd. Przedstawienia szkolne mogą skupiać się na jednym typie konfliktu a uczniowie uczestniczący, najlepiej, aby byli w grupach mieszanych. Artyści powinni uznać podstawowy wątek jako wskazówkę. Organizatorzy powinni pozwolić dzieciom na odnalezienie własnych odpowiedzi albo proponowanie alternatywnych scenariuszy. W ten sposób dzieci zdobywają umiejętność współpracy, a przy konstruowaniu przedstawienia mają okazję wyrazić swój punkt widzenia, krytykować lub nie zgadzać się z otrzymaną rolą. Ważne jest, aby wprowadzać takie interakcje wśród uczniów dzięki, którym nauczą się dyskutować i komunikować bez oceniania siebie nawzajem. Poprzez dramatyzację, stereotypy, problemy z różnorodnością można dyskutować i w ten sposób przedstawiać uczniom nowe perspektywy.

Drama, czyli odgrywanie ról powinna mieć miejsce w klimacie pełnego bezpieczeństwa. Kiedy dzieje się coś niepokojącego należy przerwać aktywność. Osoba odpowiedzialna za przeprowadzenie zajęć powinna mieć na uwadze to, jak silny wpływ ćwiczenie może mieć na uczestników i uważnie obserwować co się dzieje. Odgrywanie ról jest atrakcyjną metodą pracy z dziećmi i może okazać się bardziej motywująca od innych form nauki.

Aby opracować lekcje w oparciu o dramę zaczynamy od proponowania celów, co zazwyczaj odnosi się do:

- badania problemu bullyingu z różnych perspektyw i podnoszenia świadomości oraz odpowiedzialności za role, których podejmują się osoby biorące udział w wydarzeniach;
- prezentowania i analizowania problemów z różnych perspektyw jako rezultatu internalizowania (poprzez odgrywanie ról) pewnego charakteru (osoba, która zazwyczaj jest sprawcą wczuwa się w rolę ofiary, a ofiara w rolę sprawcy);



- zrozumienie punktu widzenia innych osób zaangażowanych w edukację (rodziców, opiekunów, nauczycieli);

- osoby zaangażowane w przedstawienie będą mogły wykazać się solidarnością i pomóc poprzez sugestie i porady tym, którzy są ofiarami. W tym samym czasie ci, którzy są zastraszeni współuczestniczą lub są przypadkowymi obserwatorami danej sytuacji zastraszania.

Uczniowie mogą chcieć opracować własne scenariusze odnośnie sytuacji, której doświadczają. W swoich scenariuszach mają możliwość przedstawienia własnej wizji rozstrzygnięcia danej sytuacji. W ten sposób nauczyciele mogą kreować aktywność klasową i przygotowywać przedstawienia.

Aby wystawić "przedstawienie" udekoruj klasę, w której drama będzie się rozgrywała serią posterów, które:

- podkreślają różne typy bullyingu;
- podkreślają różnice między przyjacielskimi żartami a niegrzecznym zaczepianiem;

- oferują dobre rozwiązania i alternatywy rozwiązań w przypadku gdy dziecko stało się ofiarą bullyingu;

- prezentują pewne alternatywy, które uczestnicy mogą zaproponować, aby zatrzymać bullying.

Pod koniec ćwiczeń powinna odbyć się dyskusja podsumowująca, podczas której uczniowie przedyskutują, co działo się podczas przedstawienia, jakie role odgrywali, co czuli podczas wcielania się w daną postać. Dzięki dokonaniu głębszej analizy możliwe będzie wyciągnięcie cennych wniosków odnośnie zachowania nie tylko na scenie, ale także w codziennym życiu szkolnym.

Nauczyciel może prowadzić dyskusję pytając: kto jest pozytywną postacią, kogo dzieci lubią, kto mógłby im pomóc. Pytani o negatywny charakter powinni zastanowić się nad tym, dlaczego zachowuje się w ten sposób oraz poszukać odpowiedniej formy zachowania, którą ofiara mogłaby zaadaptować w danej sytuacji. Na końcu uczniowie proszeni są o podzielenie się z innymi ich własną opinią na temat tego jak sami zachowują się w podobnych sytuacjach i czego odgrywanie ról ich nauczyło.

Poprzez dramę dzieci próbują postawić siebie lub innych w hipotetycznej sytuacji. W celu zinterpretowania roli granej przez nas postaci musimy odpowiednio zrozumieć jej punkt widzenia. Poprzez wcielanie się w kogoś innego uczeń zachowuje swoją własną tożsamość, ale jego działania i sposób komunikacji powinny być zgodne z rolą jaka została mu przydzielona. W ten

sposób dziecko buduje empatię, może być wsparciem dla ofiary, lepiej rozumie zachowanie agresora. Z powodu uczestnictwa w dramie uczeń odkrywa wiele interpretacji, co sprawia że zaczyna widzieć rzeczy z innej perspektywy. Pomaga mu to zniwelować stereotypy i uprzedzenia, które zastępuje empatią i zrozumieniem.

Poprzez dramę uczniowie mogą rozwinać umiejętności komunikacji werbalnej i niewerbalnej. W trakcie odgrywania ról uczniowie praktykują i rozwijają niewerbalne zdolności komunikacji, używając języka ciała, mimiki i gestów.

### **Bullying - rozpowszechniające się zjawisko.**

Bullying to zjawisko, w które angażuje się duża grupa dzieci i młodzieży. Charakteryzuje się agresywnymi zachowaniami i intencją wyrządzenia ofierze krzywdy fizycznej lub psychicznej. Jak wspominaliśmy w poprzednich rozdziałach o bullyingu może być mowa, gdy zaistnieją trzy elementy: intencjonalność (agresor zdaje sobie sprawę z agresywnego zachowania, które krzywdzi ofiarę i decyduje się kontynuować swoje działanie); trwałość w czasie (to zachowanie nie jest przypadkowe lub sporadyczne ale powtarza się regularnie przez długi okres czasu), siła społeczna- musi zaistnieć nierównowaga sił, asymetria między agresorem (silniejszym fizycznie lub werbalnie) a ofiarą (słabszym).

Ponieważ problem przemocy rówieśniczej generuje wiele cierpienia koniecznym jest by być świadomym zarówno przyczyn jak i móc zidentyfikować strategie przydatne do zwalczania tego zjawiska. Analiza czynników ryzyka dla rozwoju agresywnego zachowania może przebiegać na trzech poziomach: indywidualnym, społecznym i rodzinnym. Poziom indywidualny włącza takie cechy charakterystyczne jak: temperament, inklinacja w stronę niegrzecznych lub brutalnych gier/zabaw. Poziom społeczny obejmuje kontekst publiczny, w którym żyje dziecko, grupa przyjaciół i oczywiście środowisko szkolne. Poziom rodziny pozostaje wymiarem, który najbardziej wpływa na zachowanie dziecka. Przede wszystkim style wychowawcze rodziców wpływają na kształtowanie się osobowości, rozwój inteligencji emocjonalnej, samoocenę dziecka. Styl edukacyjny, metody stosowane przez rodziców w procesie wychowywania dzieci, są istotnym czynnikiem w powstawaniu i rozwoju agresywnych zachowań. Style edukacyjne również mogą sprzyjać postawom agresywnym. Rodzicielskie style wychowawcze mogą sprzyjać rozwojowi takiego wzoru w dzieciństwie. Wymiar emocjonalny, który rodzic tworzy z dzieckiem w pierwszych latach życia, jest bardzo ważny: brak

ciepła i zaangażowania emocjonalnego może wpłynąć na przyszłe zachowania społeczne dziecka. Nawet zbyt pobłażliwy styl edukacyjny, który nie pozwala dziecku rozpoznać zasad i ograniczeń, może wywołać pogląd, że wszystko jest dozwolone i zachęcać do rozwoju agresywnych zachowań.

Edukacja rodzinna i wczesne interwencje edukacyjne w środowisku szkolnym są bardzo ważne dla zdrowego rozwoju i zapobiegania przemocy szkolnej. Zaleca się promowanie programów przeciwdziałania nękaniam we wszystkich cyklach edukacji: w przedszkolu, szkole podstawowej, szkole średniej, chociaż nie wszystkie wskaźniki muszą być konieczne do potwierdzenia obecności nękania (celowość, upór w czasie, siła społeczna). Wybór treści i metod edukacji dokonuje się w zależności od wieku dzieci. Promowanie kursów w zakresie rozpoznawania emocji, uczenia się radzenia sobie z gniewem, rozwijania empatii można realizować w formie szkolnych warsztatów teatralnych.

### 5.3.2. Warsztaty teatralne w szkole - edukacyjny kontekst dla rozpowszechnienia świadomości na temat bullyingu i możliwych działań prewencyjnych

Warsztaty to przestrzeń edukacyjna, w której każdy uczestnik może działać otwarcie i twórczo. To środowisko, w którym możliwa jest swobodna ekspresja emocji, rozwinięcie wiedzy i bycie obecnym w danym momencie (Cuomo, 2007). W Praxeological Dictionary of Pedagogy warsztaty edukacyjne są zdefiniowane jako „zorganizowane inicjatywy wykorzystujące wpływy formalnych, pozaformalnych i nieformalnych kontekstów edukacyjnych, mające na celu stworzenie możliwości uczenia się przez całe życie, które ułatwiają harmonijny rozwój osobowości i oparte na wartościach umiejętności życiowe.” (Bocoş, 2016, p. 104).

Warsztaty dydaktyczne to forma zajęć będąca częścią edukacji włączającej, w której docenia się różnorodność i szanuje indywidualność każdego uczestnika. (Schmude, Wedekind, 2016).

„Warsztaty edukacyjne są stymulującą przestrzenią, w której można rozwijać własne pomysły, zadawać pytania, przechodzić przez proces uczenia się, prowadzić badania i zastanawiać się nad nimi” (Wedekind 2006, s. 10).

W działaniach warsztatów edukacyjnych następuje przejście od procesu nauczania do procesu uczenia się, zapewniając uczniom możliwość pracy indywidualnej w małych grupach.

Szkolne warsztaty teatralne mają na celu budowanie samoświadomości, samoakceptacji, pewności siebie. Umożliwiają doskonalenie współpracy, kreują poczucie odpowiedzialności jednostki za odgrywanie swojej roli, rozwijają kreatywność i zachęcają do eksperymentowania.

W celu zbudowania psychopedagogicznych strategii interwencyjnych do zapobiegania negatywnym zachowaniom, ważnym jest aby podnieść świadomość i zaangażowanie nauczycieli, którzy są świadkami konfliktów.

Nauczyciele poprzez nauczanie i aktywności treningowe kontynuują obserwowanie wielu aspektów procesów komunikacji, socjalizacji, uczenia się wszystkich uczniów, a w związku z tym obserwują osoby, które są agresywne wobec kolegów.

Opracowanie warsztatów teatralnych jako interwencji w podnoszeniu świadomości, prewencji i redukcji bullyingu wiąże się z potrzebą odpowiedniego treningu dla nauczycieli, który nauczy ich jak:

- kontrolować emocje oraz uczucia wobec problematycznych uczniów,
- rozwijać i stosować spersonalizowane strategie komunikacji z dziećmi i młodzieżą,
- zarządzać dynamiką i hierarchią relacji grupowych;
- rozwijać oraz aplikować metody i narzędzia nauczania aby oddziaływać edukacyjnie zarówno na agresorów jak i ich ofiary.

Uczestnictwo w warsztatach teatralnych umożliwia doświadczenie kontekstu edukacyjnego, który:

- faworyzuje aktywną komunikację i doświadczenie związków;
- wspomaga proces socjalizacji;
- umożliwia rozwój empatii;
- wspiera introspekcję, czyli wnikliwe obserwowanie i badanie własnych emocji, doświadczeń i przeżyć psychicznych;
- rozwija samowiedzę (tworzenie pozytywnego obrazu siebie);
- umożliwia zamianę ról, przejście z roli pasywnego protagonisty do aktywnego pomocnika lub z roli sprawcy przemocy do roli osoby potrafiącej efektywnie zarządzać swoimi emocjami.

Jeśli to możliwe, podczas warsztatów należy podkreślić dynamikę relacji klasowych i podejście uczniów do zjawiska bullyingu. Zapropionowana zabawa zapewnia bezpieczne środowisko dla eksplorowania emocji nawet tych

negatywnych w celu zrozumienia i zarządzania nimi w produktywny zdrowy sposób. Warsztaty teatralne pomogą dzieciom zwalczyć uprzedzenia i stereotypy, ale przede wszystkim pozwolą im się otworzyć, zostać uczestnikami i protagonistami sytuacji w prawdziwym życiu. Stwarzają możliwości samorozwoju wszystkim uczestnikom warsztatów, ale szczególnie tym najbardziej niepewnym siebie, niezdolnym do autoekspresji, utożsamienia się z kimś, empatyzowania lub puszczania wodzy fantazji.

Język teatralny jest bardzo efektywnym narzędziem do interweniowania i poszerzania świadomości na temat zjawiska bullyingu jak i jego prewencji oraz redukcji. Oferuje uczniom możliwość skupienia się na odgrywaniu ról ofiar i agresorów, aby eksplorować emocje, które manifestują się w dynamiczny, czasem wybuchowy sposób, czasem w stałej lateralnej formie.

#### 1. Prezentacja szkolnego warsztatu teatralnego.

##### **Szkolny warsztat teatralny „Nie umrzesz na scenie!”**

Warsztat jest poprzedzony aktywnością prowadzoną w formie debaty, w której trener prezentuje uczestnikom ważne pomysły dotyczące momentu, w którym znajdują się na scenie.

##### a. Aktywność przygotowująca

Celem ćwiczenia jest uświadomienie uczestników, że nie należy bać się sceny. Mogą czuć się swobodnie i robić co chcą, ponadto powinni się przy tym dobrze bawić. Im częściej uczestnicy będą wychodzić na scenę tym łatwiej będzie im przeanalizować swoje reakcje i odczucia. Nie chodzi o sam lęk czy niepokój psychiczny, ale także reakcje dochodzące z wnętrza ciała. Im większa wprawa tym większa świadomość, że nic im na scenie nie grozi i z upływem czasu zaczynają czuć się coraz swobodniej. Gdyby sławny aktor Johnny Depp zostałby zaproszony z uczniami na scenę i poproszony o policzenie od jednego do dziesięciu zrobiłby to bardzo dobrze nie dlatego, że jest lepszy od uczestników w liczeniu do dziesięciu, po prostu odczuwa mniej strachu przed sytuacją, z którą jako aktor ma często do czynienia.

Prosimy dzieci, aby pamiętały, że sztuka to wolność. Czasem strach sprawia, że ludzie nie czują się wolni w wyborze swojej artystycznej ekspresji i nie tylko. Kiedy uczniowie stają na scenie teatru muszą wiedzieć, że to bezpieczne miejsce i że mogą czuć i zachowywać się zupełnie swobodnie. „Zapewniam cię nie umrzesz, przeciwnie, stworzysz życie. Ponieważ aktor jest jak małe bóstwo; tworzy ciało, głos, serce przez wcielenie się w nową postać, inną ale równą sobie”



b. Rozwój gry teatralnej

Każdy aktor wychodzi na scenę i opowiada o swoich dwóch lub trzech lękach. Największą niespodzianką jest to, że te lęki są mniej lub bardziej podobne do lęków innych uczniów. Zdobycie umiejętności radzenia sobie z lękiem, mówienia o nim jest bardzo ważne dla każdego ucznia, każdego małego aktora.

**Szkolny warsztat teatralny: Przedstawmy się!**

Warsztaty teatralne są formą organizacji, w której uczniowie empatyzują ze swoimi kolegami. Teatr wykorzystując metody improwizacji pozwala otworzyć obszerną przestrzeń dla pogłębiania empatii przez stawianie się w sytuacji, która była źródłem problemu lub trudności.

- a. Warsztaty są poprzedzone aktywnością w formie debaty, w której trenerzy dyskutują z uczestnikami na tematach ważnych kwestii związanych z empatią.

Empatia jest drogą do zrozumienia uczuć oraz myśli ludzi wokół nas. Empatia oznacza patrzenie na świat z perspektywy innej osoby, docenianie jej bez osądzania, zapewnianie jej o swoim wsparciu i zrozumieniu. Jest to trudne ale i satysfakcjonujące i jest podstawą udanej relacji.

Empatii można się nauczyć, można ją w sobie rozwinąć. Stosując odpowiednie ćwiczenia, medytację można zmienić życie w strachu i paranoi w ciepły świat pełen życzliwych ludzi, z którymi można zbudować trwałe, dobre relacje na całe życie.

b. Rozwój gry teatralnej

Podczas szkolnego warsztatu teatralnego uczniowie zaproszeni są do zaprezentowania się jeden po drugim. Po wyjściu na scenę każdy przedstawia swoje imię, wiek, zainteresowania, co lubi i czego nie lubi robić. Po tej krótkiej prezentacji pozostałych uczestników prosi się o zadawanie pytań dotyczących tego jak dana osoba czuje się stojąc na scenie, czy jest coś co by w danej chwili chciała zmienić. Sytuacja ta jest dobrą okazją do przedstawienia teoretycznej wiedzy na temat empatii jest to też dobry czas na zadawanie pytań i empatyzowanie z osobą na scenie.

Wnioski

Zapobieganie przemocy szkolnej jest procesem, w którym biorą udział rodzice, nauczyciele, pedagog, psycholog oraz pozostały personel szkoły. Wykorzystując metody prewencyjne wobec bullingu specjaliści pragną zapewnić podstawy do



kreowania spokojnego środowiska wspierającego społeczny i edukacyjny rozwój dziecka.

### **5.3.3. Taniec jako narzędzie do wykorzystania przeciwko przemocy szkolnej**

Taniec to niezwykle wpływowa i poruszająca forma ekspresji artystycznej. Jest to instrument materializowania myśli i emocji bez słów, a w związku z tym bez potrzeby posiadania biegłości językowej. Jedynym wymaganiem jest wolna przestrzeń, którą tancerz może wykorzystać w celu wyrażenia siebie.

W większości przypadków, gdy mowa o tańcu, ludzie wyobrażają sobie połączenie muzyki i ruchu. Jednak istnieje wiele form tańca, które nie zawierają w sobie muzyki albo zawierają słowo mówione w tle, które może mieć uderzający wpływ na odbiorców.

Z naszego osobistego doświadczenia wynika, że tancerz występujący bez akompaniamentu muzycznego wciąż może opowiedzieć historię dzieciom niewidomym, które są w stanie opowiedzieć o wzbudzonych w nich uczuciach na podstawie tego, co słyszą w krokach i oddechu artysty. Jest to dowód na to, że taniec jest uniwersalnym narzędziem obrazowania emocji.

Na przestrzeni lat rzeczywiście niekwestionowanym fenomenem stały się wybrane formy tańca takie jak balet czy taniec nowoczesny. W tańcu nowoczesnym, z którego korzysta większość grup i inicjatyw zajmujących się zwalczaniem przemocy szkolnej, uczestnicy wykonują pojedyncze utwory, połączone w synchroniczne tańce grupowe. Taniec przedstawia prywatne i osobiste przeżycia osoby nękaney, demonstruje połączony wpływ prześladowców i ludzi, którzy nie robią nic, aby pomóc, przeciwdziałać przemocy oraz ilustruje rozwiązanie, w którym prześladowany protagonista wychodzi z sytuacji samodzielnie lub z pomocą innych.

Taniec można łatwo łączyć z innymi formami sztuki. Inicjatywa „Dancing Against Bullying” Eastern Suffolk (patrz poniżej) wykorzystuje jako jedną z inspiracji musical „Sticks and Stones” Lyle’a Cogena na temat bullyingu (<https://vimeo.com/28479624>). Jest to przykład wskazujący na to, że taniec i teatr mogą iść w parze. Możliwości do wykorzystania motywu przemocy szkolnej w sztuce są liczne i praktycznie zależą od wyobraźni nauczycieli, samych tancerzy i artystów oraz dostępności pasjonatów zajmujących się konkretnym obszarem sztuki.

Wracając do istniejących dobrych przykładów, projekt DAB-Dance Against Bullying (<https://dab.infoproject.eu>) jest jedną z inicjatyw wspieranych przez Komisję Europejską w ramach programu Erasmus +, Key Action 2- Strategiczne partnerstwo na rzecz młodzieży, która ma na celu przeciwdziałanie zjawisku bullyingu wśród młodych ludzi, przy wykorzystaniu tańca współczesnego. Celem zespołu DAB jest wywrzeć pozytywny wpływ na młodych ludzi za pomocą tańca. Inicjatorzy projektu chcą przekonać interesantów do spojrzenia na taniec jako narzędzie do wzmocnienia współpracy grupowej i zwiększenia odporności na przemoc i nadużycia.

W ramach projektu stworzono możliwości współpracy choreografów/trenerów/ekspertów zajmujących się uczeniem tańca współczesnego. W skład planowanych warsztatów wchodzi:

- sesje edukacji pozaformalnej, ukierunkowanej na analizę zjawiska bullyingu (w ramach punkt widzenia ofiar i prześladowców; sytuacje, w których pojawiają się zachowania polegające na znęcaniu się; zabawy z odgrywaniem ról dotyczących ofiar i oprawców).
- sesje choreograficzne, które były filmowane i analizowane przez osoby pracujące z młodzieżą, wyjaśniające metody, postępy i wyniki projektu: stworzone w ten sposób filmy zostaną przesłane na platformę internetową i udostępnione wszystkim zainteresowanym stronom, które chcą realizować podobne projekty.
- Projekt ma potrwać do czerwca 2021 roku, jednak na warunkach COVID-19 jego termin prawdopodobnie został wydłużony. Z pewnością jest to inicjatywa warta śledzenia. Ta strona na Facebooku zawiera bardziej szczegółowe informacje na temat projektu: <https://www.facebook.com/Dance-Against-Bullying-100899884877356>
- Filmy taneczne odgrywają ważną rolę w kampaniach antyprzemocowych, ponieważ potrafią wysłać silny sygnał do obserwatorów i wpłynąć na ich stan emocjonalny. To inspirujące obserwować, jak szkoły tańca, instytucje krajowe i organizacje pozarządowe wykorzystują ten rodzaj sztuki do zwalczania przemocy.
- Wspaniałym przykładem jest sztuka, w której cały film animowany wyjaśnia zjawisko znęcania się za pomocą tańca: „Bully Dance” to 11-minutowe nagranie, które zostało stworzone przez Office National du Film du Canada (National Film Board of Canada), w 1997 roku.



Link do filmu: <https://www.youtube.com/watch?v=4K02OxmV3-0>

Następnie możemy podziwiać historię opowiedzianą w filmie „What About Us”, konceptualizowaną przez Gene'a Tapię, ofiarę bullingu, który dorastał w Brownsville w Teksasie. „Jakałem się jako dziecko” - mówi. „Ścigano mnie po szkole i byłem bity”. Inspiracją do stworzenia filmu Tapii nakręconego przez fotografa i kamerzystę z Los Angeles, Chrisa Koehla, było zwrócenie uwagi na delikatny temat znęcania się. W teledysku wzięły udział trzy znane tancerki - Mia Mugavero, Sheaden Gabriel i Stacey Ohiane. Wszyscy trenowali z Tapią od 2014 roku w International Dance Academy Hollywood. Chociaż to młode nastoletnie dziewczęta i już odnoszą sukcesy jako zawodowe tancerki, one również padły ofiarą cyberprzemocy. Kiedy Tapia poprosił rodziców o pozwolenie na umieszczenie ich w tym filmie, udzielono go bez wahania. „Trolle internetowe regularnie dokuczają i krytykują małe dzieci” - mówi Tapia. „Za tym, co dzieje się w filmie, kryje się wiele prawdy. Jako reżyser i choreograf nie musiałem prosić o wiele, jeśli chodzi o aktorstwo, ponieważ jest to tak realne dla tych dzieciaków”.



Link do filmu: <https://youtu.be/kOEHjMUJu30>

Całą historię możesz przeczytać tutaj: <https://dance-teacher.com/watch-these-kids-use-dance-to-fight-bullying/>

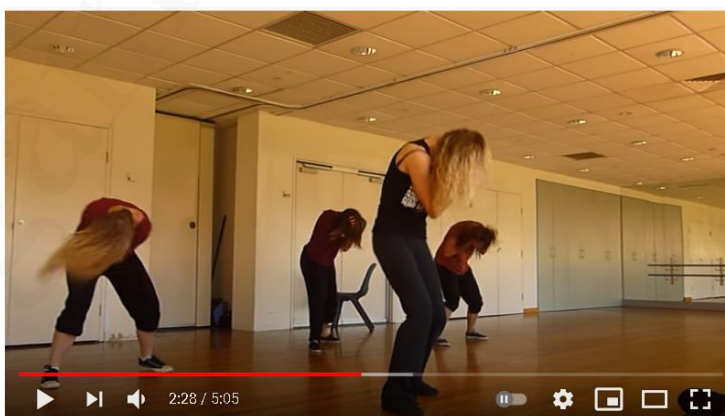
Następnie firma taneczna MusEffect z siedzibą w Los Angeles (<https://www.museffect.org>) nakręciła niesamowity film taneczny przeciwko cyberprzemocy, wyreżyserowany przez Nika Gravelle'a i Jessicę Starr. Film ma zainspirować i dodać odwagi młodzieży otrzymującej złośliwe cyberkomentarze. Według autorów filmu, ofiary cyberprzemocy są celem i są w prawdziwym niebezpieczeństwie. Media społecznościowe to miejsce, w którym małe rzeczy się sumują: „Jeśli zostawisz złośliwy komentarz, pamiętaj, że nie jest to tylko jeden. To może być jeden z wielu innych”.



Link do filmu: <https://youtu.be/z5hwTeAsOhI>

Link do wideo: <https://youtu.be/z5hwTeAsOhI>

Poniższy film przedstawia pracę grupy uczniów z Hillsong College w Australii, która wykonała układ choreograficzny w formie tańca, poruszający temat przeciwdziałania znęcaniu się. Projekt był realizowany w trakcie drugiego semestru. Za utworem kryje się prawdziwa historia, opracowana przez młode kobiety, które wystąpiły przeciwko zastraszaniu w szkołach. Data pokazu przedstawionego w filmie to 4 października 2012 roku.



Link do wideo: <https://youtu.be/8JETyHBETgQ>

Na Florydzie w USA istnieje organizacja non-profit zaangażowana w podnoszenie świadomości i zapobieganie znęcaniu się, zwana Dance Out



Bullying (DOB). Firma ta opiera swoją działalność na przygotowywaniu przedstawień tanecznych według różnych scenariuszy, które reprezentują sytuacje związane z zastraszaniem. Udaje im się zaangażować dzieci w wieku szkolnym; od przedszkola do szkoły średniej w dobór muzyki, opowieści i ruchów. DOB interpretuje emocjonalne historie ofiary, rodziny ofiary, przyjaciół i prześladowcy oraz demonstrowuje je artystycznie w formie tańca. Przed i po każdym scenariuszu prowadzący z firmy aktywnie angażuje publiczność w fakty i pytania wiodące, które promują rozwiązywanie problemów, zwiększanie świadomości i autorefleksję. Intencją DOB jest edukacja dzieci poprzez interakcję, demonstrację i dyskusję, przy jednoczesnym zrozumieniu różnorodności w społeczności.

<https://www.danceoutbullying.com>

W ramach inicjatywy Eastern Suffolk Board of Cooperative Educational Services (stan Nowy Jork, USA) powstał projekt Creative Classroom Collaboratives (C3) SQUARED ([creativec3.org](http://creativec3.org)) w celu wspierania umiejętności XXI wieku wśród nauczycieli i uczniów poprzez integrację sztuki we wszystkich dziedzinach nauczania i uczenia się.

Jednym z przykładów szkolnej inicjatywy w ramach (C3) SQUARED jest projekt „Dancing Against Bullying”, zainicjowany przez nauczycieli z klasy 4 w South Huntington, badający zastraszanie, bajki i taniec. Element taneczny został dodany dzięki zaangażowaniu się w proces uczenia artystki Danielle Marie Fusco. Połączyła ona taniec z bajką o Kopciuszku, aby wzmocnić klasowe lekcje dotyczące kwestii przeciwdziałania znęcaniu się.

Pani Fusco odbyła pięć sesji lekcyjnych podczas, których pomogła studentom wykorzystać nową wiedzę o tańcu i baśniach do dokonania interpretacji postaci Kopciuszka. Nauczycielka zaczęła od wprowadzenia kilku elementów tanecznych. Pani Fusco odtworzyła również klipy wideo na temat zastraszania i omówiła je z uczniami. Dostarczyła uczniom zeszyty ćwiczeń, aby mogli nagrywać, organizować i zastanawiać się nad tym, co było prezentowane, czego się uczyli. Wszystko omawiano podczas prowadzonych spotkań.

Podczas sesji do naśladowania prowadzący przedstawił różne elementy taneczne i udostępnił klipy wideo, które demonstrowały te elementy.

Uczniowie mieli za zadanie współpracować w celu stworzenia fraz ruchowych z różnymi elementami tańca, które zostały im pokazane.

Po rozwinięciu tych początkowych umiejętności, grupy zaczęły zastanawiać się nad choreografią przedstawiającą przypadek znęcania się i sposobem

opowiedzenia tej historii za pomocą tańca. Nauczycielka omówiła strukturę i narrację w tańcu, takie jak tworzenie początku i końca. Ona i uczniowie rozmawiali o Kopciuszku. „Czy Kopciuszek był ofiarą nękania?” - zapytała pani Fusco. Rzuciła dzieciom wyzwanie, by używały ruchów, aby pokazać, jak czuje się Kopciuszek. Grupy studenckie rozpoczęły pracę nad współczesną wersją bajki pod przewodnictwem Pani Fusco poddając się procesowi twórczemu. Podczas ostatniej sesji Pani Fusco i uczniowie omówili temat bullyingu oraz „Co możemy zrobić, aby zbliżyć ludzi i celebrować ich różnice i podobieństwa?”, Po czym uczniowie wykonali swoje współczesne narracje taneczne Kopciuszka i przeprowadzili refleksję.



- Oto link do wideo podsumowania projektu:  
<https://youtu.be/8EmX5DfKEN8>
- Doświadczenie Dancing Against Bullying (C3) SQUARE jest doskonałym przykładem tego, jak można podejść do tematu bullyingu w instytucji edukacyjnej - pod względem treści i procesu.
- Aby podjąć działania taneczne i wykorzystać je jako instrument przeciwdziałający nękaniam w klasie, jeśli masz grupę uczniów, którzy cenią taniec lub szczególnie się na nim skupiają można wprowadzić specjalną lekcję muzyki i tańca w ramach, której można przygotować prezentację dla całej szkoły.
- Stwórz listę przykładów zastraszania.
- Omów te kwestie z dziećmi i spraw, by zebrały się wokół idei, jak niebezpieczne może być prześladowanie w perspektywie krótko- i długoterminowej dla wszystkich zaangażowanych w to zjawisko.
- Zaproponuj listę różnych filmów, które zostały stworzone jako krzyk sprzeciwu na przemoc oraz wsparcie dla ofiar.
- Omów różne, istniejące typy oraz style tańca i razem z grupą, w zależności od poziomu grupy, wybierz rodzaj tańca, który zamierzasz przygotować.



- Pracujcie razem nad choreografią i historią, która za nią stoi; zacznijcie ćwiczyć.
- Zakończ każdą sesję ćwiczeniową krótkim sprawdzeniem, jak czują się uczestniczący w niej uczniowie, czy coś się zmieniło w ich relacjach z innymi, czy zdarzyły się jakieś poważne dyskusje lub doświadczenia związane z zastraszaniem, cokolwiek czym mogliby się podzielić.
- Ustal datę występu przed szkołą lub nakręcenia filmu. Jeśli zdecydujesz się na film będzie go można wykorzystać w przyszłości, prezentując kolejnym rocznikom. Jeśli twoje działania będą udostępniane na portalach internetowych i rozpowszechniane w obszarze społeczności szkolnej można będzie połączyć kampanię anti-bullyingową poprzez publikacje w ramach gazetki szkolnej, radia lub postów oraz ulotek umieszczanych na tablicach ogłoszeniowych. Nauczyciele mogą przed przedstawieniem otrzymać zadanie przedyskutowania z uczniami zjawiska bullyingu w celu rozbudzenia w nich uważności i wrażliwości na poruszany temat.

#### 5.4. Wykorzystanie muzyki

##### 5.4.1. Wpływ muzyki na społeczeństwo - To (nie są) stare dzieje

Przed przedstawieniem holistycznego podejścia do tworzenia muzyki jako metody zapobiegania przemocy rówieśniczej wydaje się kluczowym rozwinięcie tematu roli sztuki w dzisiejszych systemach edukacji. Debaty dotyczące kwestii lekcji muzyki w szkołach uwypuklają bezprecedensowy paradoks XXI wieku: mimo że promuje się wycofanie dyscyplin estetycznych z edukacji, różne badania dowodzą bezsprzeczny wpływu muzyki na rozwój dziecka. Podstawowe ludzkie doświadczenie w zakresie znaczenia muzyki w naszym życiu zostało wyrażone ustnie przez grupę trzynastoletnich uczniów z Rumunii: „Muzyka jest czymś zwyczajnym, jak oddychanie”, „Muzyka jest najpiękniejszym doświadczeniem na świecie”, „Poprzez muzykę wchodzę do własnego świata”.

M. Spitzer, niemiecki neurobiolog, twierdził, że muzyka, sport, sztuki wizualne mogą znacząco wpływać na aktywność mózgu (Varkø, 2017). Pytanie „dlaczego muzyka jest ważna?” oraz po co miałyby się znaleźć w szkole, pewnie byłoby fundamentalnie dziwne dla Platona czy Arystotelesa, którzy nie kwestionowali, a podkreślali wagę muzyki dla rozwoju odpowiedzialnego, moralnego obywatela w społeczeństwie (Leonhard, T., *Bewegung in der Musik*, Bielefeld,

2014). Holistyczne podejście wychowawcze opierające się na integracji praw człowieka z wartościami systemu edukacji zostało przedstawione w podręczniku przygotowanym przez organizację UNESCO. Materiał jest przeznaczony dla nauczycieli, posiada tytuł „Powstrzymywanie przemocy w szkołach” (2009), autorzy podkreślają znaczenie pożądaných wartości w środowisku szkolnym takich jak integracja, szacunek dla różnorodności, godność człowieka wolność. Czy muzyka może być kluczem w edukacji opartej na prawach człowieka i zapobieganiu zastraszaniu? Muzyka, tak jak i wszystkie inne formy sztuki należą do człowieka, wzmacniają rozumienie, pozwalają na wyrażenie emocji i są metodą komunikacji ze światem zewnętrznym. Licealne programy nauczania w Europie pokazują siłę kultywacji tej wiedzy wśród pokoleń, na przykład rumuński program nauczania dla mniejszości niemieckich (klasy 5–8, 2017) wymienia „wyrażanie myśli, emocji i postaw poprzez muzykę” jako główny cel edukacji.

W austriackim programie nauczania dla ósmej klasy (2011, s. 11) możemy znaleźć bardzo interesujący fragment, w którym muzyka jest wymieniana w kontekście osobistych kompetencji jako instrument zapobiegania przemocy: lekcje muzyki powinny umożliwiać radzenie sobie z konfliktami i znaleźć rozwiązania tworzące strategię rozwiązywania problemów; akceptować i szanować inne kultury, a na koniec wykorzystywać moc muzyki do łączenia ludzi i zapobiegania przemocy. Wspomniana tradycja ludzkiego doświadczenia w tworzeniu muzyki i jej wpływ na jednostkę oraz relacje z rówieśnikami jest głęboko związany z aspektami sensomotorycznymi i emocjonalnymi. Tworzenie muzyki buduje poczucie wspólnoty, ułatwia wchodzenie w interakcje z ludźmi jak i również wspiera poczucie solidarności wewnątrzgrupowej. To sprawia, że muzyka jest doskonałym narzędziem do zapobiegania przemocy. Muzyka wspiera budowanie dobrej atmosfery w klasie, ponieważ jej ćwiczenie wymaga od uczestników wysokiego stopnia synchronizacji (Endedijk et al. 2015; Cirelli et al. 2014) wiadomo również, że muzyka ma wpływ na emocje i zdolność do ich regulacji. (Wölfl 2014; Park 2018; Villodre 2017; Barrett & Bond 2015). Ogromna liczba udanych projektów na całym świecie potwierdza te fakty.

Muzyka jako zjawisko w naszym świecie ma różne perspektywy: fizyczną i psychiczną, estetyczną i społeczną, praktyczną i teoretyczną, artystyczną i naukową (Waldenfels). Jeśli „muzyka oznacza życie”, podążając za komentarzem rumuńskiego ucznia, musi ona obejmować nie tylko „łatwe

rzeczy” - przyjemność, szczęście, relaks - ale każdą z emocji. Prowadzi przez nasze najgłębsze wnętrza i jest pełne napięcia. Refleksje filozoficzne na temat swojej funkcji jako medium i „poligonu” społecznego uczenia się muszą uwzględniać to zjawisko: muzyka jako działanie (Leonhard, 2014) rozproszyła dyskurs „zasad społecznych” ma w sobie: melodię i harmonię jako relacja w przestrzeni, rytm jako relacja w czasie, interwały jako inter-przestrzeń, sonans i dysonans jako znajomy i obcy, modulację jako przewodnik, puls jako strukturę i tak dalej.

Muzykę nie tylko słyszymy, ale także czujemy ją naszym ciałem. Evelyn Glennie, która dźwięki rozpoznawała poprzez samo wyczuwanie wibracji stała się pierwszą w XX wieku profesjonalną solową perkusistką i otrzymała wiele nagród za odkrycie unikalnej metody identyfikowania melodii. Więcej o jej fascynującej postaci możemy się dowiedzieć z filmu dokumentalnego o tytule „Dotyk dźwięku”. Cieleśne doświadczanie muzyki wzbudza w nas poczucie bycia obecnym, istnienia w harmonii z dźwiękiem.

W edukacji artystycznej i kulturalnej nie ma interpretacji nieomyślnej, nie ma jednej prawidłowej odpowiedzi. Z tego powodu muzyka staje się miejscem, gdzie pomysł różnorodności i tolerancji „rodzi się”. Wszyscy słuchamy tej samej muzyki i wszyscy słyszymy ją inaczej. Wspólne działanie jest podstawą tworzenia wspólnie muzyki i innych artystycznych rezultatów.

„To muzyka, jeśli wszyscy gracze działają w tym samym czasie”, określa uczeń dziesiątej klasy. Uważa interakcję społeczną za fundamentalną dla tego zjawiska, podobną do słów socjologa A. Schütza (1964, „Making Music Together”, w: Frith, S., Popular Music, London / New York, 2004, ss. 197- 212) o tworzeniu muzyki jako „(...) przeżywaniu wspólnie i żywo teraźniejszości (...)” Wspólne tworzenie muzyki kreuje szerokie pole interakcji między kompozytorem, artefaktem, muzykami i audytorium. Jest to żywy dialog oparty na cieleśnej obecności, w którym wzorce działań, dźwięku, ruchu i emocji są połączone, a wszyscy gracze spotykają się podczas odgrywania swojej roli. (Leonhard, 2014).

#### **5.4.2. Eurhythmics –Uczenie się społeczne poprzez dźwięk, tworzenie i ruch**

Efekty nauki muzyki można dostrzec w rozwoju społecznym, motorycznym i emocjonalnym dziecka (Gembris 2004; Tunks 1992; Spychiger 1993). Sztuka przekracza granice i walczy o ponowne współdziałanie sztuki i życia.

Pedagodzy, tacy jak J. Piaget, twierdzili, że to istotna aktywność w procesach uczenia się. Walczono o wdrożenie jej w koncepcje „edukacji progresywnej”.

Poprzez tworzenie sztuk performatywnych człowiek staje się zintegrowany z działaniem. M. Jaques-Dalcroze (1865–1950) ustanowił aktywne podejście do edukacji muzycznej oparte na ruchu ciała. Uważał, że muzykę należy odczuwać i można ją lepiej zrozumieć poprzez ruch. Jak pisze w „Notes Bariolée” (1948) słuchanie jest czymś więcej niż usłyszeniem czegoś: to oznacza, że coś rezonuje w naszym ciele, umyśle i sercu, prowadzi nas do filozofii Merleau-Ponty'ego i idei dymensji ludzkich (cielesnych, emocjonalnych, mentalnych) i ich manifestacji w żywym ciele (Leib, Corps propre). Nic dziwnego, że C. Orff doszukuje się początku muzyki i instruktazu muzycznego w samym człowieku.

Dalcroze (a także C.Orff) wykorzystali ruch i zabawę, improwizację i eksperyment, tworzenie i ekspresję, sensację i estetykę, współpracę i niewerbalną odpowiedź jako główne zasady dydaktyczne i artystyczne, które otworzyły drogę od „edukacji o muzyce” do „edukacji przez muzykę”. M. Scheiblaue i E. Feudel, studenci z Dalcroze, podkreślili ideę muzyki i ruchu jako środka społecznego uczenia się: wzajemne oddziaływanie „Ja i Ty” jako konkretnego doświadczenia poprzez spotkanie, wyobrażnię i ekspresję. „Przewodnik dla nauczycieli” UNESCO (2009) zaleca skupienie się na zdolności uczniów do budowania pozytywnych relacji z innymi. Doświadczając charakterystycznych sytuacji w muzyce i ruchu, dzieci mogą łatwo dostosować się do innych sytuacji społecznych. J. Willour („Zaczynając od zachwyty, prowadząc do mądrości: Dalcroze”, w: Music Educators Journal 56/1, 1969) wyjaśnia możliwości radzenia sobie z agresją i destrukcyjnymi emocjami poprzez wyrażanie się w „społecznie akceptowalny sposób” oraz szansę na ulgę od napięcia i presji. Wiele zasad, które zainspirowały również inne artystyczne podejścia pedagogiczne w sztukach performatywnych, wyłania się z *eurytmii*, czyli sztuki poruszania się przy muzyce i odpowiednio dobranych tekstach. Można na przykład:

- **słuchać całym ciałem:** „słuchaj muzyki i poruszaj się tak długo jak ją słyszysz”, „Połóż się i wsłuchaj się w rytm”, „Poruszaj się zgodnie z rytmem”, „Poruszaj się rytmicznie w czasie gdy nauczyciel gra na pianinie”
- **reagować:** „Jeśli słyszysz muzykę, idź. Zatrzymaj się gdy muzyka cichnie”
- **prowadzić lub być prowadzonym:** „Wspólnie nieście tamburyna, niech jedna osoba prowadzi resztę”

- **wprowadzać zmiany:** “Zaśpiewajcie piosenkę. Każde powtórzenie niech wiąże się z konkretnym ruchem”
- **reagować spontanicznie:** “Odpowiedz na ruch partnera ruchem przeciwnym”
- **zaadaptować się, zintegrować i nabyć pewność siebie:** “Wszyscy uczniowie zaczynają się ruszać, jeśli jeden się zatrzymuje wszyscy się zatrzymują”, “Jeden po drugim wstają - nikt nic nie mówi”
- **kreatywnie reagować:** “Znajdź swoje własne rozwiązanie jak przekształcić te uczucia, ten dźwięk, ten rytm, ten obrazek, tą frazę w ruch”
- **postępować oryginalnie i autonomicznie:** “Przedstaw pomysł na to jak się poruszać trzymając w dłoniach piłkę”

UNESCO definiuje “szacunek dla różnic” jako krytyczny element zapobiegania przemocy. Podejście edukacyjne do sztuk performatywnych przemawia za poglądem, że różnorodność jest czymś pozytywnym. Badanie empiryczne z udziałem ponad 70 artystów od 16 do 70 r.ż z niepełnosprawnością lub bez podczas projektu „Vielfalt und Differenz” (Leonhard et al., Switzerland 2019) ilustruje główne źródło osobistej transformacji: Uczeń musiał wyłamać się z tego co do tej pory było dla niego normalnością i skonfrontować się z innością podczas pracy nad musicaliem. Nowe doświadczenie pomogło skonstruować nowe definicje i zmieniło się w osobistą korzyść.

Jeżeli zaczniemy używać sztuki tak jak należy, to znaczy, aby dotknąć, sprowokować, rozwinąć, dać uczniom szansę na unikalne doświadczenie siebie w sposób fizyczny i emocjonalny. Jeżeli zaoferujemy wspólne przestrzenie spotkań ludzi, którzy się od siebie różnią, w kreatywny sposób umożliwimy wspieranie pozytywnych relacji rówieśniczych i zbudujemy szacunek dla różnic w zdecydowany sposób zmniejszymy możliwość zaistnienia bullyingu.

### 5.4.3. Wykorzystanie muzyki jako narzędzia do zwalczania bullyingu

W tej części omówiona zostanie muzyka jako forma przekazu artystycznego, którą można wykorzystać by zwalczać problem przemocy szkolnej, uczyć dzieci jak radzić sobie z agresją, budować pozytywną samoocenę oraz przekazywać komunikaty o prawidłowym i nieprawidłowym postępowaniu.



Muzyka może być wykorzystywana do zwiększania świadomości młodych ludzi na temat tego czym jest przemoc i jakie są jej skutki. Istnieje też wiele utworów, które posiadają pozytywny przekaz, wzmacniający pewność siebie, poczucie indywidualności i odwagę do nie poddawania się presji rówieśniczej.

Opowiadanie historii poprzez pisanie piosenek i tworzenie melodii może być wykorzystywane jako narzędzie terapeutyczne, które angażuje reakcje emocjonalne i poznawcze, zachęcające do autorefleksji, pozwalające uwolnić się od napięcia i umożliwiające rozwinięcie dojrzałości emocjonalnej.

Kiedy osoba usłyszy tekst, który wpada mu w ucho naturalną reakcją jest angażowanie się w poszukiwanie znaczeń dla danych słów i zgłębianie przekazu utworu. Dlatego też muzyka jest pozytywnym narzędziem w zwalczaniu przemocy szkolnej, zwłaszcza, gdy jej elementy są wdrażane we wczesnych latach edukacji. Wiedza o tym jak wykorzystywać muzykę by radzić sobie z emocjami i przekazywać swoje emocje często pojawia się w wyniku stopniowej na nią ekspozycji. Poruszanie tego tematu we wczesnych latach życia szkolnego umożliwia młodym ludziom uświadomienie sobie, co muzyka może im dać, jak mogą ją wykorzystywać, aby lepiej radzić sobie w trudnych okresach życiowych. Muzyka może pomóc zachować zdrowie psychiczne oraz radzić sobie z presją rówieśniczą.

Odkrywanie społeczności, które stosują interwencje przeciwdziałające nękanii

Mewsicmoves to program społecznościowy, który wykorzystuje muzykę „jako strategię zapobiegania” przemocy. Tytuł strony głównej witryny to: *„Jak interwencje muzykoterapeutyczne mogą odpowiednio zmierzyć się z problemem przemocy rówieśniczej”* dotyczy tego, w jaki sposób „terapia muzyczna może być stosowana jako skuteczna interwencja zarówno w przypadku dręczycieli, jak i ofiar” (Alayna 2019).

<https://www.mewsicmoves.com/blogs/how-music-therapy-interventions-can-address-the-culture-of-bullying>



Powyżej zdjęcie ze strony internetowej Mewsicmoves - rys.1

Na stronie głównej Mewsicmoves Leila Alayna wyjaśnia, że metody stosowane w muzykoterapii mogą pomóc w „zwalczaniu bólu i łagodzeniu lęku”. Zmniejszając skutki urazów i wspierając powrót do zdrowia, muzykoterapia jest postrzegana jako „skuteczna alternatywna metoda leczenia wielu schorzeń” (2019). Oprócz „strategii interwencji, muzykoterapia służy wielu celom, w tym kultywowaniu umiejętności społecznych, regulowaniu emocji i zwalczaniu toksycznych zachowań” (Alayna 2019).

Alayna wyjaśnia, że muzyka „pomaga dzieciom rozwijać sposób wyrażania siebie i wspomaga proces socjalizacji”; podkreślając „dlaczego skutecznie kieruje zachowaniami społecznymi i je kształtuje... w celu ograniczenia nękania, muzykoterapia ma na celu wyeliminowanie zachowań agresywnych” (Alayna 2019).

Okres dorastania młodych ludzi może wydawać się izolującym doświadczeniem z wieloma wyzwaniem i zmianami. Osoby młode muszą dostosować się do środowiska szkolnego, szukać akceptacji wśród rówieśników, jednocześnie mogą napotykać na swojej drodze trudne doświadczenia takie jak choćby cyberprzemoc, która jest powszechna w dzisiejszym świecie.

Nie trudno znaleźć popularne piosenki, które poruszają problem bycia negatywnie ocenianym przez innych. Należy do nich między innymi utwór Taylor Swift - Shake It Off, zawierają mocne słowa, do których możemy się odnieść. [https://youtu.be/nfWlot6h\\_JM](https://youtu.be/nfWlot6h_JM)



Powyższa grafika: Zdjęcie z teledysku Taylor Swift do utworu *Shake It Off* ryc. 2

Michelle Escultura (2017) autorka artykułu o piosenkach z przekazem antyprzemocowym zaproponowała aż 15 utworów do przesłuchania. Jak wyjaśnia swoim czytelnikom: „ilekroć czujesz, że hejterzy i łobuzi zasłali ci za skórę, posłuchaj tych piosenek, aby poprawić swój nastrój. Jestem pewna, że pod koniec tej playlisty zdasz sobie sprawę, że wszyscy ci ludzie tak naprawdę nie mają znaczenia! ”.

Escultura podsumowuje treść przekazu, który możemy odczytać z piosenki Swift - *Shake It Off* „zamiast zmieniać to, kim jesteś, aby zadowolić hejterów, po prostu zignoruj ich komentarze i rób swoje”.

Fragment tekstu piosenki *Shake It Off*:

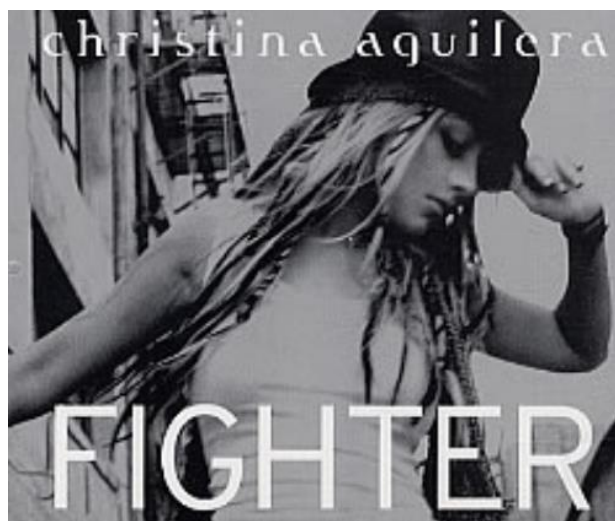
*Bo gracze będą grać, grać, grać, grać, grać,*

*A hejterzy będą nienawidzić, nienawidzić, nienawidzić,*

*Kochanie, a ja po prostu, oleje, oleje, oleje, oleje, oleje to.*

Escultura prezentuje również piosenkę Christiny Aguilery *Fighter*, aby wyjaśnić, jak trudne doświadczenia mogą budować, jak można stać się silniejszym dzięki nim. <https://youtu.be/PstrAfoMKlc>

Escultura wyjaśnia: „Czy wiesz, jaka jest najgorsza rzecz, jaką możesz zrobić swojemu oprawcy? To nie zemsta. To wdzięczność za uczynienie z Ciebie znacznie silniejszej, lepszej osoby. To jest dokładnie to, o co chodzi w piosence *Fighter* - dziękuję osobie, która stosowała wobec mnie przemoc za doświadczenie, które zrobiło ze mnie wojownika”.



Powyższe zdjęcie: okładka albumu Christiny Aguilery - Fighter - rys.3.

Fragment tekstu piosenki Fighter:

“To sprawia, że pracuję trochę ciężiej  
To czyni mnie o wiele mądrzejszym  
Więc dzięki za zrobienie ze mnie wojownika  
Musiałam uczyć się szybko  
Moja skóra musiała stać się nieco grubsza  
Czyni mnie to o wiele mądrzejszym  
Więc dziękuję za zrobienie ze mnie wojownika”.

Psychologowie z Uniwersytetu w Pretorii skonstruowali program, w ramach którego badano studentów uczestniczących w muzykoterapii i mierzono nim zmiany zachowań agresywnych wśród studentów. „Badanie wykazało, że interwencja przy zastosowaniu muzyki, zwłaszcza pobudzającej, takie jak bębnienie i pisanie piosenek, skutecznie zmniejsza wrogie zachowania” (Alayna 2019).

John Mews, właściciel i założyciel Mewsic Moves jest również wyszkolonym neurologiem-muzykoterapeutą, który zajmuje się tworzeniem programu wykorzystującego muzykę do przeciwdziałania przemocy szkolnej. W programie rozwoju umiejętności społecznych i emocjonalnych Beat The Odds<sup>®</sup> „, wykorzystuje naukę gry na perkusji i rytm, aby pomóc dzieciom, a także nastolatkom. jako dorosły, aby łączyć ich ze sobą, poprawiać uwagę, zmniejszać niepokój i poprawiać umiejętności społeczne” (Alayna 2019). <https://uclartsandhealing.org/services/professional-development/beat-the-odds-drumming-program/>



Naukowcy z UCLA zaznaczyli, że rozwój programu Beat the Odds® `` znacząco wpłynie na spektrum problemów behawioralnych u dzieci, takich jak nieuwaga, wycofanie/depresja, stres pourazowy, lęk, deficyt uwagi/nadpobudliwość, bunt opozycyjny i spowolnione tempo poznawcze " (Ho, Tsao, Bloch i Zeltzer, 2011: Alayna 2019).

Jeśli spojrzymy na muzykę zarówno z perspektywy historycznej, kulturowej jak i współczesnej jest to bez wątpienia uniwersalna forma wyrażania emocji i przekazywania znaczeń. Wiemy, że może być ona wykorzystywana jako narzędzie do opowiadania historii, ale także do ostrzegania przed zagrożeniem, ogłaszania zwycięstwa i medytacji. W swojej pracy "Przemoc i terapia muzyką", autorzy Katrina Skewes McFerran i Andreas Wöfl (2015) badają korelację reakcji poznawczych i zachowań wykorzystywanych w muzyce.

Wyjaśniają, że chociaż „wiele starożytnych kultur wykorzystywało muzykę do leczenia, muzyka została również przyjęta jako taktyczna technika do zapewnienia zwycięstwa podczas działań wojennych. Bębny były regularnie używane przez plemiona i armię do zastraszania i demoralizowania wroga", twierdzą (Norris, 2012: McFerran i Wöfl, 2015), odnosząc się do pieśni Haka używanej w Nowej Zelandii, która `` rzuca wyzwanie wrogowi, zawierając gwałtowne uderzanie w ciało, wystawianie języka i tupanie stopami podczas śpiewu na polu bitwy ". Rodzimy śpiew i taniec Haka jest nadal używany na początku meczów rugby na arenie sportowej.  
<http://www.youtube.com/watch?v=Zi0igR4AJ0U>



Powyższe zdjęcie: Pieśń Haka na arenie sportowej - rys.4.

Zupełne przeciwieństwo możemy odnaleźć w spokojnej piosence Johna Lennona o tytule Imagine, w której każde zdanie jest przepelnione nadzieją na to, że kiedyś nastąpi pokój i ludzie przestaną walczyć pomiędzy sobą.



Link do tekstu z tłumaczeniem:  
[https://www.tekstowo.pl/piosenka,john\\_lennon,imagine.html](https://www.tekstowo.pl/piosenka,john_lennon,imagine.html)

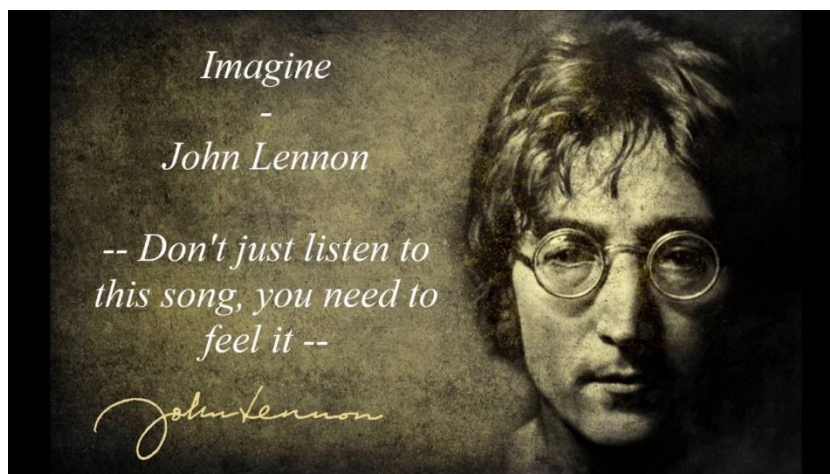
McFerran i Wöfl wyjaśniają: „Psychologowie specjalizujący się w pracy z muzyką, wiedzą, że muzyka może aktywować, sieć skojarzeń wywołującą określony nastrój” (Crozier i Ray, 1997, s. 79: McFerran i in.).

Autorzy *The Psychology of Music*, Sylka Uhlig, Erik Jansen i Erik Scherder (2017) analizują studium przypadku, w którym bada się program szkolny nazwany: „Rapuj & śpiewaj podczas terapii muzyką” w celu wspierania zdolności samoregulacyjnych dla dobrego samopoczucia. “Bycie sprawcą przemocy nie jest fajne...”: Rap & Sing Music Therapy dla zwiększonej samoregulacji emocjonalnej w szkole dla nastolatków - randomizowana kontrolowana próba.  
<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0305735617719154>

Konstrukcja studium przypadku brzmiała: „190 nastolatków w 8. klasie publicznej szkoły w Holandii... losowo przydzielonych do grupy eksperymentalnej obejmującej terapię muzyką Rap & Sing lub do grupy kontrolnej. Obie interwencje były stosowane w sześciu klasach raz w tygodniu przez cztery miesiące... po czterech miesiącach dostarczyły danych końcowych dotyczących dobrostanu psychicznego nastolatków, samooceny i regulacji emocji”.

Badanie wyjaśnia, w jaki sposób muzyka wykorzystywana „jako skuteczne narzędzie samoregulacji emocji i adaptacji behawioralnej u nastolatków może wzmacniać umiejętności związane z emocjami, gdy jest stosowana jako interwencja terapeutyczna” (Uhlig i in. 2017). Ostatecznie muzyka oferuje i stymuluje subtelny proces autorefleksji na własnych warunkach, zwłaszcza z dala od konfrontacji rówieśników, rodziców lub nauczycieli młodej osoby. Niezbędne jest, aby młodzi ludzie mogli sami zdecydować się na używanie tych narzędzi bez tej konfrontacji, eliminując lęk przed oceną, a zamiast tego umożliwiając korzystanie z narzędzi dla własnego wzmocnienia i pewności siebie.

W szczególności `` używanie muzyki do wyładowania emocji jest również powiązane ze złym stanem zdrowia psychicznego (Thomson, Reece i Benedetto, 2014), a " raport kliniczny opisuje różne cechy słuchania agresywnej muzyki: jako stymulację agresywnych zachowań, a także forma powstrzymywania i wyładowywania agresywnych emocji bez stania się agresywnymi "(Uhlig et al 2017). Stosowanie muzykoterapii jako wczesnego wynalazku w szkole okazuje się pozytywnym wynalazkiem w łagodzeniu zachowań związanych z nękaniami.



rys.5

Muzyka oferuje paletę „niezagrożających informacji sensorycznych” (Moore, 2013), poprzez swoją satysfakcjonującą i emocjonalnie sugestywną naturę (Patel, 2011). Muzyka indukuje złożony proces poznawczo-emocjonalny, oddziałuje z obszarami mózgu, które modułują nastrój i stres (Janata i Grafton, 2003; Koelsch, 2011; Molinari, Leggio i Thaut, 2007; Stegemann, 2013) oraz wzmacnia kontakt, koordynację i współpracę " (Koelsch i in., 2013; Uhlig i in. 2017). To w naturalny sposób wprowadza młodego człowieka w moment bycia obecnym i umieszcza go w aktywności uważności, uwalniając umysł z cyklu stresów emocjonalnych i myślowych. Na pierwszy plan wysuwają się pierwotne reakcje prymitywnego działania.

Jak wyjaśniono: ``Zmienianie tych pierwotnych emocji - które są spontanicznie wypowiedane - w emocje wtórne, po świadomym lub nieświadomym osądzie na temat pierwszego (Shaver, Schwartz, Kirson i O'Connor, 1987), może skutkować `` rozwojem uważnego procesu dojrzewania "(Uhlig et al 2017).

Uhlig i in. (2017) wyjaśniają uzasadnienie leżące u podstaw Rap and Sing Music Therapy jako ``zbudowane na tych wokalizach - czy to rytmiczna mowa w rapie, czy linie melodyczne w śpiewie - i oparte na przewidywalnym wzorcu rytmicznym, aby ustabilizować lub modulować pozytywne i negatywne emocje " "Ostatecznie, tworząc`` bezpieczny pomost między mówieniem a śpiewem " „rytm może kształtować zdolność do synchronizacji z zewnętrznym rytmem - ludzką zdolnością (Koelsch, 2015) - i może stymulować mózg poprzez`` integrowanie i organizowanie wrażeń " (Uhlig et al 2017 ). Śpiewanie „może wiązać się z większym składnikiem emocjonalnym w mózgu niż mówienie... co może mieć zasadnicze znaczenie dla rozwoju wrażliwości i procesów uczenia się" (Uhlig et al 2017).

Podsumowując, wszystkie te pierwotne i wtórne reakcje, takie jak wokalne ``zaangażowanie, wspierane rytmicznym klaskaniem, tupaniem, tańcem lub

poruszaniem ciałem", ``zapraszają" uczestników do rozwijania emocjonalnej, społecznej i fizycznej współpracy, również prowadzą do ``wzmocnienia spójności grupy" (Hallam, 2010; Koelsch i in., 2013; Uhlig i in. 2017) - ostatecznie tworząc pozytywne, spójne i integrujące środowisko.

#### Lista ilustracji [Images Accessed 05/04/2021]

Grafika 1: <https://www.mewsicmoves.com/blogs/how-music-therapy-interventions-can-address-the-culture-of-bullying>

Grafika 2: <https://www.pluggedin.com/wp-content/uploads/2020/01/shake-it-off-taylor-swift-review-image-1024x587.jpg>

Grafika 3: [https://images.991.com/large\\_image/Christina+Aguilera+Fighter-247124.jpg](https://images.991.com/large_image/Christina+Aguilera+Fighter-247124.jpg)

Grafika 4: <http://www.canterbury.com/blog/wp-content/uploads/2013/11/The-Haka.jpg>

Grafika 5:  
<https://i.pinimg.com/736x/b9/83/12/b9831270133eeaf1b36aac54272a4bb0.jpg>

Grafika 6: [https://i.ytimg.com/vi/cuaDSiC\\_zg4/maxresdefault.jpg](https://i.ytimg.com/vi/cuaDSiC_zg4/maxresdefault.jpg)

#### 5.4.5. "Powiedz „nie” przemocy. Powiedz „tak” muzyce”

1. Nauczyciel przygotowuje scenariusz spektaklu teatralnego.

Podstawową ideą proponowanego spektaklu teatralnego jest współpraca między uczniami przy użyciu Bum Bum Rurek zamiast klasycznych instrumentów muzycznych. Głównymi bohaterami są: sprawca przemocy, ofiara i ich wspólny kolega z klasy.

Przedstawiana historia opowiada o uczniu, który uświadamia sobie po rozmowie z kolegą z klasy, że przemoc i atakowanie młodszych uczniów jest czymś, co zdarza się na porządku dziennym. Sprawca przemocy bowiem uważa za normalne wyśmiewania innych. Twierdzi, że bez tego życie byłoby nudne.

Uczeń wie, że sprawca przemocy gra na instrumencie muzycznym i dopytuje co to za instrument. On odpowiada, że gra na perkusji, ponieważ to pozwala mu wyładować energię. W odpowiedzi uczeń pokazuje mu Bum Bum Rurki a on reaguje na nie śmiechem „Takie rurki nadają się tylko do bicia innych” i uważa, że są głupie.

Wtedy nowa postać pojawia się na scenie. To osoba, której wcześniej dokuczano. Okazuje się, że jest w zespole muzycznym wraz z kolegą, z którym właśnie rozmawiał sprawca. Wspólny kolega sprawcy i ofiary zaczyna rozmawiać z ofiarą o ich zespole, w którym korzystają z Bum Bum Rurek i ich nowym występie.

Wspólny kolega i ofiara zapraszają sprawcę do dołączenia do zespołu i prezentują jak korzystać z Bum Bum Rurek. Sprawca zaczyna grać z nimi i wyraźnie dobrze się bawi. Postanawia dołączyć do zespołu. Sprawca i ofiara mają teraz aktywność, którą wykonują wspólnie.

Sprawca przemocy zdaje sobie sprawę, że uderzanie może tworzyć rytm i produkować muzykę, która daje radość innym. Natomiast uderzanie czyjegoś ciała prowadzi tylko do cierpienia. W końcowej części występu sprawca i ofiara stają się przyjaciółmi i wspólnie cieszą się z muzyki. Na koniec uczniowie wykrzykują motto przedstawienia: "Powiedz „nie” przemocy. Powiedz „tak” muzyce”.

## 2. Materiały

Bum Bum Rurki dla wszystkich uczniów.

## 3. Przydzielone role:

Sprawca

Ofiara

Wspólny przyjaciel

Zespół

## 5.5. Sztuka kulinarna

### 5.5.1. Czym jest sztuka kulinarna

Nie można zaprzeczyć temu, że kuchnia i gastronomia są częścią kultury, która zawiera w sobie wiele symbolizmu i tożsamości (López et al., 2013). Jednakże w związku z przemijającą właściwością posiłków istnieje debata na temat tego, czy gastronomia rzeczywiście jest formą sztuki, czy też nie.

Jednakże jak pisze Lopez i wsp. (2013) w swoim artykule „*Kulinaria i sztuka: podwójne znaczenie gastronomii*” gastronomia może być uważana za sztukę, ponieważ pozwala każdemu ze zmysłów doświadczyć, wyrazić wizję artystyczną a odbiorca może ocenić i zinterpretować dzieło. Gastronomia, choć to sztuka przemijająca i konsumowana może być powtarzana, a zatem doceniana i wielokrotnie odtwarzana.

Zgodnie z EHL Insights sztuka kulinarna jest *“sztuką przygotowania, gotowania, prezentowania i serwowania posiłków. Może się pojawić w formie posiłków w restauracji, ale sztuka kulinarna może również odnosić się do wszystkich profesji, włączając w to przygotowanie, gotowanie i prezentowanie posiłków”* (EHL Insights, n.d.).

W dodatku wartość artystyczna sztuki kulinarnej ostatnio wzrosła w związku z jej terapeutyczną funkcjonalnością. Okazuje się bowiem, że sztuka kulinarna ma wielki potencjał jako innowacyjne narzędzie wykorzystane do interwencji terapeutycznych (Boquete, 2019).

### **5.5.2. Sztuka kulinarna jako forma terapii**

Sztuka kulinarna jest uznawana za jedno z narzędzi terapeutycznych, ponieważ może mieć pozytywny wpływ na psychikę człowieka, kiedy używa się jej jako narzędzia do dbania o samego siebie i bycia obecnym (mindfulness) w danym momencie (Cook, 2019).

Ostatnio rozwinęła się tak zwana “Terapia poprzez sztukę kulinarną”, która łączy gotowanie z tradycyjną terapią. Coraz częściej eksperci tacy jak Julie Ohana lub Patricia Boquete przedstawiają sztukę kulinarną jako innowacyjną formę terapii.



Czym dokładnie jest: Terapia poprzez sztukę kulinarną? To gotowanie i przygotowywanie domowego jedzenia z motywem terapeutycznym. Pozwala na relaks i pobudza nas poznawczo, wrażliwie poprzez realizowanie pozytywnej aktywności i promowanie dialogu wewnętrznego i relacyjnego (Boquete, 2019).

Terapia poprzez sztukę kulinarną powstała jako odpowiedź identyfikująca potrzeby osób potrzebujących terapii alternatywnymi metodami i może przynieść pozytywne efekty, jeśli chodzi o (Cook, 2019):

- Łagodzenie symptomów depresyjnych i lękowych; pozwala na oderwanie się od negatywnych myśli i uczuć, gdy cała uwaga skupia się na tym, co dana osoba chce przyrządzić (Cook, 2019).
- Pozwala powrócić do przyjemnych wspomnień; na przykład, przypominanie sobie i dzielenie się opowieściami z dzieciństwa (Cook, 2019)
- Zwiększa samoświadomość i umiejętność radzenia sobie; w związku z istotną liczbą umiejętności, które są wymagane w sytuacji gotowania (Cook, 2019).
- Wpływa pozytywnie na nastrój i uczucia; nowa dieta może mieć pozytywny wpływ na funkcjonowanie psychospołeczne, jak mówi stare angielskie porzekadło „one apple a day keeps doctor away” (tłum. jedno jabłko dziennie trzyma doktora z daleka) (Cook, 2019).
- Poprawianie socjalizacji; gotowanie może wzmacniać więzi międzyludzkie i wzbudzać duch wspólnotowości i poczucia przynależności do grupy (Cook, 2019).

Zważywszy na wszystkie korzyści, jakie niesie ze sobą terapia przez sztukę kulinarną na poziomie psychologicznym, właściwym jest wykorzystanie tej

praktyki w walce przeciwko bullyingowi. Ta forma terapii sztuką pielęgnuje poczucie pewności siebie a zarazem wzbudza poczucie przynależności w klasie.

Poprzez działania w obszarze terapii sztuką kulinarną, nauczyciele mogą przekazywać swoim uczniom komunikaty dotyczące bycia uważnym, skutecznego komunikowania się, zachęcać do socjalizacji oraz budować samoświadomość i pewność siebie swoich uczniów. Należy pamiętać, że kluczową cechą terapii przez gotowanie jest skupienie się na obecnym momencie, tak jak w przypadku każdego innego zadania z ćwiczeń mindfulness.

### 5.3.3. Aktywności

Istnieje szeroki zakres działań wywodzących się z terapii sztuką kulinarną, które możesz wdrożyć w swojej klasie. To tylko kwestia ustalenia, które będzie bardziej odpowiednie dla twoich uczniów i celów nauczania, które chcesz uwzględnić:

- Gotowanie według prostych przepisów, takich jak:
  - Tosty francuskie (Eres mamá, 2020)

Składniki	Przygotowanie
2 jajka 120 ml mleka 15 g masła 4 kromki chleba	W misce ubij jajka, dodaj mleko i mieszaj aż składniki dobrze się połączą. Następnie zamocz kromki chleba pojedynczo w masie mleczno-jajecznej. Na koniec umieść je na gorącej patelni z odrobiną roztopionego masła i gotowe! Dodaj dodatki wedle uznania i preferencji.



Zdjęcie jedzenia stworzone przez Timolina - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

- Ciasteczka maślane (Eres mamá, 2020)

Składniki	Przygotowanie
<p>250 g mąki pszennej</p> <p>150 g zimnego masła</p> <p>100 g cukru</p> <p>1/2 łyżka ekstraktu waniliowego</p> <p>3 żółtka</p>	<p>Wymieszaj wszystkie składniki, aż dobrze się połączą. Odstawiamy ciasto do lodówki na 30 minut. Następnie, rozwałkuj ciasto do grubości 1 cm. Na koniec pokrój je foremką, połóż na nieprzywierającym papierze i piecz w piekarniku w temperaturze 180 stopni przez 10 minut.</p>



Zdjęcie jedzenia stworzone przez asier\_relampagoestudio - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

- Fajitas z kurczakiem: w Internecie jest mnóstwo przepisów na przyrządzenie fajitas z kurczakiem, jedynym składnikiem do przyrządzenia tego dania jest tak zwany placek „tortilla” przygotowywany z mąki kukurydzianej.

Food photo created by Racool\_studio - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

- Pizza; lub po prostu dodawanie dodatków do gotowego spodu pizzy. Istnieją miliony kombinacji!



Wektor żywności stworzony przez macrovector - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)



Dalsze inspiracje można znaleźć w tym filmie:

<https://www.youtube.com/watch?v=K2RB1KcNtAMY>

o Pieczenie ciast: ciasta są zawsze dobrą opcją do podczas gotowania z dziećmi; można znaleźć wiele przepisów, od pieczenia ciast po ich dekorowanie ciast.



Source: Food photo created by Prostooleh - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

Dalsze inspiracje można znaleźć w tym filmie: <https://www.youtube.com/watch?v=2oUxr7149DY>

Źródło: zdjęcie Food stworzone przez Prostooleh - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

- Przygotowanie soku pomarańczowego lub dowolnego innego soku owocowego:



Źródło: Zdjęcie Food stworzone przez Wirestock - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)



o Przygotowując naleśniki lub je dekorując, możesz być tak kreatywny, jak tylko chcesz!



Zdjęcie jedzenia stworzone przez wasiliybudarin - [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

## Recipe

# Pancakes

**Ingredients**

- 100g plain flour
- 250ml of milk
- 1 egg
- Pinch of salt
- Butter
- Sugar, lemon, currants, syrup etc to add flavour.

**Method**

1. Sieve the flour and salt into a mixing bowl.
2. Make a small hollow in the centre of the mixture and add the egg.
3. Mix the ingredients together while slowly adding the milk.
4. Pour the batter into a jug for easier pouring into the frying pan.
5. Heat the frying pan, and add a small amount of butter.
6. Lightly pour in enough batter to cover the bottom of the frying pan.
7. Cook until slightly browned on the bottom and then flip the pancake. Cook the other side.
8. Serve with sugar, lemon, currants, syrup etc.

Źródło: <https://www.pinterest.es/pin/472385448410884726/>

- Wycieczki kulinarne: aby dowiedzieć się więcej o procesie produkcji określonego posiłku lub żywności typowej dla Twojego regionu/kraju. Na przykład możesz odwiedzić farmę produkującą ser, eko-farmę, gospodarstwo agroturystyczne.

*Wskazówki dotyczące jak najlepszego wykorzystania zajęć kulinarnych w pracy z uczniami*

Przed podjęciem jakichkolwiek działań w zakresie terapii sztuką kulinarną należy wziąć pod uwagę następujące wskazówki i sugestie (Juegos de Cocina para Niños, 2020):

- Wybierz proste przepisy, które są odpowiednie dla wieku Twoich uczniów.
- Pozwól swoim uczniom wybrać przepis na potrawę, którą chcą przygotować, spośród dostępnych opcji.
- Jeśli to możliwe, zaangażuj uczniów w proces wybierania i kupowania wszystkich składników. W przypadkach, gdy nie jest to możliwe, przydziel każdemu z uczniów jeden składnik, który musi przynieść na zajęcia.
- Uważaj na ostre przedmioty, takie jak nóż lub nożyczki, musisz uważnie monitorować cały proces gotowania.
- Przypomnij swoim uczniom, jak ważne jest utrzymanie właściwej higieny podczas całego procesu gotowania, w tym o konieczności wcześniejszego mycia produktów.
- Stwórz plan; uporządkuj sposób, w jaki wyjaśnisz przepis swoim uczniom oraz wyznacz kolejne kroki postępowania w procesie waszego wspólnego gotowania.

- Pozwól uczniom wypróbować składniki, aby od samego początku byli zaangażowani w proces twórczy.
- Porozmawiaj o pochodzeniu produktów, aby uczniowie mogli lepiej docenić to, co znajduje się na ich talerzach.
- Wspieraj współpracę między uczniami podczas prowadzonych aktywności.
- Pamiętaj, że Wasze wspólne działanie powinno być głównie nastawione na podkreślenie i wzmocnienie mocnych stron każdego z uczniów oraz całego Waszego zespołu.
- Wspólne zajęcia w obrębie sztuk kulinarnych są wspaniałą okazją do budowania pozytywnych relacji, rozmów o trudnych sprawach, o naszych uczuciach czy targających nami emocjach, ten czas można wykorzystać na zadawanie trudnych nurtujących uczniów pytań i szukania na nie odpowiedzi. I tylko od tego jak tym procesem pokieruje nauczyciel, zależą relacje między uczniami. Może to być czas, w którym zostaną zbudowane podwaliny pod trwałe, długoletnie przyjaźnie.

### 5.6. Rady i rekomendacje dla nauczycieli

Wykorzystując techniki arteterapeutyczne nauczyciel musi zawsze pamiętać, że należy dostosować swoje działania do indywidualnego przypadku. Należy brać pod uwagę ograniczenia czasowe sesji oraz stan emocjonalny dziecka, dla którego samo uczestnictwo może być doświadczeniem generującym stres.

Należy pamiętać o prowadzeniu szczegółowej dokumentacji w przypadku, gdy dziecko jest ofiarą przemocy. Ważnym jest by przygotować się na rozmowę z dzieckiem przed sesją.

Jeżeli spotykasz się z dzieckiem regularnie, przed każdą sesją należy przypomnieć sobie informacje uzyskane podczas poprzedniego spotkania. To pomoże ci odszukać użyteczne materiały psychoedukacyjne do użycia podczas kolejnych sesji.

Jeśli zauważymy, że techniki relaksacyjne dobrze wpływają na ucznia w stresujących sytuacjach, należy poświęcić uwagę na wytłumaczenie jak działają. Przed rozpoczęciem sesji należy omówić swoją rolę i podejście do sytuacji. Dziecko świadome kolejnych działań będzie czuło się bardziej komfortowo i bezpiecznie.

Jeśli dziecko uczestniczy w sesjach już od jakiegoś czasu, poproś go o opisanie aktualnej sytuacji by sprawdzić, czy jego sytuacja się pogorszyła, czy poprawiła. Zidentyfikuj istniejące problemy i omów kolejne kroki działania.

Wybór rodzaju aktywności może mieć charakter zarówno diagnostyczny, jak i terapeutyczny. Podczas gdy dziecko tworzy można z nim rozmawiać, nie powinno się natomiast udzielać sugestii co do tego, jaki kształt powinna przybrać twórczość.

Podczas stosowania technik arteterapeutycznych warto pamiętać, że dziecko może mieć swoje preferencje i wykazywać chęć lub opór wobec korzystania z dostępnych materiałów. Dziecku należy wytłumaczyć, że nie należy się skupiać na tworzeniu „idealnego” dzieła, nacisk powinno się stawiać na czerpanie radości, satysfakcji z samego procesu twórczego oraz na rozładowaniu emocji. Należy także upewnić się, że dziecko rozumie podawane instrukcje.

Można zadać pytanie dziecku dotyczące tego, jakie myśli przychodzą mu do głowy w trakcie pracy, jakie emocje odczuwa. Można również spróbować ustalić czy dzieło jest wspomnieniem czy fikcyjną opowieścią. Należy stosować pytania otwarte i unikać narzucania swoich interpretacji.

Większość ludzi ma tendencje do samokrytycyzmu, dlatego może się tak zdarzyć, że autor nie będzie zadowolony z końcowego efektu swojej pracy. To pomoże lepiej zidentyfikować poziom samooceny u dziecka.

Pod koniec sesji terapeutycznych należy dokonać syntezy wszystkich kluczowych przekonań, do których udało wam się dotrzeć. Jakie pomysły/konkluzje powstały? W jaki sposób, w przypadku dziecka, wpływają one na obraz samego siebie?

Należy poprosić dziecko o informację zwrotną na temat tego, co czuło podczas sesji? Jak podobały się stosowane narzędzia? Czy odczuwało opór przed wykonywaniem ćwiczeń? Jak się teraz czuje?

## SZTUKA WIZUALNA

Jeśli zdecydujesz się na zaangażowanie uczniów w malowanie, rzeźbiarstwo, grafikę komputerową, fotografię lub inne sztuki wizualne jako nauczyciel musisz pamiętać, że taka sesja, jeśli ma mieć charakter terapeutyczny, musi różnić się od zwykłych zajęć w szkole.

W tym celu należy skupić się na emocjach młodzieży i tym jak postrzegana jest przez nich rzeczywistość. Nie staramy się doskonalić techniki lub stworzyć konkretnego rezultatu/produktu. Chcemy skupić się na wyrażaniu świata wewnętrznego, a nie zewnętrznego. W tym celu musi być spełnionych kilka wymagań:

- Należy skupić uwagę na omówieniu problemu przemocy. Dla dziecka może być łatwiej przekazać swoje uczucia i myśli na ten temat, jeśli będzie miało okazję do zaprezentowania ich w formie wizualnej.
- Należy pozwolić na swobodną pracę. Nauczyciel nie powinien przerywać dziecku w trakcie pracy, ale skupić się na obserwacji jego zachowania.
- Jeśli dziecko chce zrezygnować z wykonywania działania, nauczyciel powinien postarać się zmotywować go do dalszej pracy. Jeśli nie uda się przekonać dziecka, można poprosić je by spróbowało wrócić za kilka minut, kiedy emocje opadną.
- Kiedy dziecko ukończy swoje dzieło, nauczyciel powinien zapytać, czy zechce pokazać innym rezultat swojej pracy.

Sesje arteterapeutyczne mogą być organizowane w różny sposób. Z racji tego, że jest to praca indywidualna uczeń może skupić się na tym, co osobiście chce przekazać wykonując swoją pracę. Niekiedy może się okazać, że jakaś forma przekazu artystycznego nie odpowiada dziecku i nie doprowadza do postępu, a nawet jest przyczyną regresu w komunikacji. Dlatego dla nauczyciela istotnym powinien być sposób w jaki dziecko wyraża siebie.

Nauczyciel podczas ćwiczeń powinien zadbać o to, aby jego uwagi były neutralne. Unikać jakiegokolwiek formy oceny twórczości dziecka, zarówno pochwał, jak i krytyki. Należy skupić się na rozmowie na temat kształtu, rozmiaru, wykorzystania przestrzeni. Identyfikacji obiektu znajdującego się w centrum rysunku, na krawędziach, na intensywności używanych kolorów.

- Podkreśl wagę procesów emocjonalnych vs wagę finalnego produktu.



- Pytaj, używając trzeciej osoby “kim jest/co robi ta osoba/zwierzę/postać” zamiast pytać wprost: „co robisz/kogo rysujesz”.
- Przez identyfikację używanych metafor postaraj się sięgnąć po głębszą interpretację dzieła.
- Zadaj pytania na temat rysunku/obrazu. Na przykład: “Jeśli mógłbyś wejść do tego obrazka, gdzie byś poszedł?” „Co byś zrobił?” unikaj zadawania pytań „Co się dzieje na tym obrazku”. To jak sformułujesz pytanie jest istotne. Postaraj się powiązać wypowiedź z emocjonalną reakcją dziecka.
- Opowiedz, co jest dla ciebie zaskakujące na obrazku, poproś dziecko by pokazało ci, co udało mu się stworzyć i czy jest zadowolone z rezultatów.
- Szanuj pracę swojego ucznia i poproś go, aby sam zdecydował co zamierza zrobić ze swoim dziełem. To oznacza, że jeśli uczeń chce je zatrzymać, pozwól mu i pokaż to lub wystaw za jego zgodą.
- Pamiętaj, czasem mniej oznacza więcej. Należy ustalić zasady na początku sesji i się ich trzymać. Przewidywalność osłabi ilość negatywnych emocji, wyeliminuje niepokój.
- Bądź przygotowany do pomagania uczniom w procesie kreatywnym. W pierwszej kolejności dobrze jest przedstawić listę materiałów, potrzebnych podczas sesji, ile czasu przeznaczycie na wykonanie pracy. Jeśli uczniowie nie są w stanie przyjść z własnymi materiałami, musimy im je zapewnić.
- Jest ważne by przekazać dziecku iż nie musi czekać z rozpoczęciem dyskusji do czasu zakończenia swojej pracy. To może być początek procesu twórczego, który można dokończyć w późniejszym terminie jeśli jest szansa na powrót do kreowania dzieła.

## SZTUKA LITERACKA

Bajkoterapia to metoda w której dziecko komponuje, modyfikuje, przekształca swoje własne opowieści lub opowieść innej osoby zaangażowanej w terapię. Dzięki temu powstaje nowe, głębsze rozumienie osobistych doświadczeń.

Opowieść może fikcyjna ale równocześnie powinna odnosić się do prawdziwej sytuacji. W takim układzie możemy zacząć zastanawiać się nad tym jakie może być zakończenie tej historii, jak wiele rozwiązań można przyjąć. W trakcie tego zadania jeszcze raz odwołujemy się do naszych przeżyć i doświadczeń co pozwala zagoić nasze rany (Miller, 2011). Opowieść może przybrać różną formę ekspresji, może być opowiedziana, opisana, może być pantonimą.

## SZTUKI PERFORMATYWNE

Teatroterapia to okazja do przeniesienia doświadczeń ze świata rzeczywistego w świat umowny. Aby upewnić się, że ćwiczenia przebiegają w sposób prawidłowy, należy skorzystać z kilku poniższych rad:

- Monitoruj działania uczestników podczas trwania sesji. Na bieżąco identyfikuj problemy i staraj się je rozwiązać.
- Pamiętaj, że odgrywanie ról jest dobrą okazją, aby dotrzeć do sedna problemu.
- Opracuj plan uzyskiwania informacji zwrotnych od uczestników treningu. Przygotuj zestaw pytań, który chcesz zadać aktorom, aby zorientować się, czy zrozumieli swoją rolę podczas ćwiczenia. Po odegraniu przedstawienia możesz ustalić określoną ilość czasu na „refleksję”, następnie poproś uczestników o wypełnienie wcześniej przygotowanych form ewaluacyjnych.
- Formularze ewaluacyjne pozwolą na systematyczne zgłaszanie problemów (zbyt trudne pytania, elementy wymagające wyjaśnienia itd.).

## JAK EFEKTYWNIE PROWADZIĆ ARTETERAPIĘ W KLASIE ONLINE?

- Podobnie jak podczas lekcji w formie klasycznej, konieczne jest, aby proces przekazywania informacji przebiegał w sposób spójny i przejrzysty.
- Podczas organizacji zajęć online, niezależnie od używanej platformy, powinieneś być w stanie odpowiednio uporządkować materiały, cytaty, dołączyć dodatkowe informacje (w razie potrzeby).
- Przydzielając zadania korzystaj z instrukcji jasno określających sposób wykonania zadania (format) i miejsce jego wysłania (e-mail; Dropbox, dysk itp.).

## JAK PROWADZIĆ ZAJĘCIA PRZY WYKORZYSTANIU SZTUKI W FORMIE ONLINE

Sztuka może okazać się doskonałym narzędziem do zwalczania przemocy w szkole. Podczas terapii sztuką, szczególnie w czasie pandemii, ważne jest, aby nie tracić z oczu troski o dobrostan psychiczny dzieci. Poniżej zamieszczamy kilka porad względem tego jak budować dobrą relację z uczniami podczas zajęć online:

- Poproś grupę o wyłączenie mikrofonów w momencie, gdy ich kolega/koleżanka zaczynają mówić. W ten sposób uda się uniknąć niepotrzebnego szumu w tle.
- Rozpocznij ćwiczenia od krótkiej prezentacji wprowadzającej. Dzięki temu uczestnicy będą mieć chwilę na oswojenie się z sytuacją.
- Jeśli platforma internetowa zawiera funkcję czatu, używaj jej do monitorowania przebiegu rozmowy, odpowiadania na pytania lub komentarze uczestników treningu.
- Kiedy przyjdzie czas na dyskusję, zachęcaj uczniów do zadawania pytań. Możesz ich poprosić, aby najpierw zapisali pytania na kartkach, dzięki temu będą mieli czas na głębsze zastanowienie się.

Niezależnie od tego, z jakiej platformy korzystasz, poświęć czas na zapoznanie się z jej funkcjonowaniem oraz zidentyfikowaniem jej wad i zalet. Pamiętaj, że niektóre witryny internetowe mogą mieć ograniczenia czasowe. Zawsze przed zajęciami przetestuj narzędzie, z którego masz zamiar korzystać. Unikniesz w ten sposób potencjalnych problemów technicznych podczas ćwiczeń.

### Literatura cytowana

Alayna, Leila. (2019) How Music therapy interventions can address the culture of bullying:: Mewsicmoves. [Online], Available: <https://www.mewsicmoves.com/blogs/how-music-therapy-interventions-can-address-the-culture-of-bullying> [Accessed; 05/04/2021]

Bocoș, M.-D. (coord.) (2016). Dicționar praxiologic de pedagogie. Pitești: Paralela 45.

Boquete, P. (2019). Terapia Culinaria - TERAPIA A través de la Cocina. Retrieved March 12, 2021, from <https://www.terapiaculinaria.com/proyecto>

Borzea, P., A., (2017). Integrare curriculară și dezvoltarea capacităților cognitive, Iași: Editura Polirom

Bullying in schools: Romania, on the 3rd place at European level according to a WHO report retrieved at <http://sparknews.ro/2019/04/16/bullying-ul-in-scoli-romania-pe-locul-3-la-nivel-european-potrivit-unui-raport-oms/> accessed on 10 march 2020

Cerghit, I., (1976). Metode de învățământ, București, Editura Didactica si Pedagogica

Cook, M. (2019, July 14). Psychosocial benefits of cooking as a form therapeutic intervention. Retrieved March 12, 2021, from <https://medium.com/live-your-life-on-purpose/psychosocial-benefits-of-cooking-as-a-form-therapeutic-intervention-63e4c38a9153>

Cuomo, N. (2007). Verso una scuola dell'Emozione di Conoscere. Il futuro insegnante, insegnante del futuro. Pisa: ETS.

EHL Insights (n.d.). What is culinary arts? Retrieved March 12, 2021, from <https://hospitalityinsights.ehl.edu/culinary-arts>

Eres mamá. Juegos de Cocina PARA NIÑOS. (2020, May 11). Retrieved March 12, 2021, from <https://eresmama.com/juegos-de-cocina-para-ninos/>

Escultura, Michelle. (2017) 15 Songs to Help You Fight Back Against Bullies and Haters. [Online], Available: <https://www.everydayknow.com/songs-about-haters-bullies-and-other-mean-people> [Accessed; 05/04/2021]

Gherguț, A. (2001). Psihopedagogia persoanelor cu cerințe speciale: strategii de educație integrată. Iași: Polirom.

Leonte, R., Stanciu, M. (2004). Strategii activ-participative de predare-învățare în ciclul primar Bacău: Casa Corpului Didactic.

López, L. S. M., López, R. H., & Castillo, S. E. M. (2013). La doble significación de la gastronomía. *Nueva Época*, 6, 17.

National Health Report of children and young people in Romania 2018, retrieved at <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2014/12/RSC-2018.pdf>, accessed on 10 march 2020

Nazarena, P. Biasi, V. (2017). *Bullismo e cyberbullismo a scuola. Fenomenologia, evidenze empiriche, interventi educativi*. Roma: RomaTrE-Press.

Neacsu, I., (2015). Metode si tehnici de invatare eficienta, Iasi: Polirom.

<https://aleg-romania.eu/2014/06/06/log-in-despre-violenta-de-gen-si-noile-medii-de-comunicare/>

<https://stiripentru copii.com/2020/04/30/campania-stiri-pozitive-un-copil-cu-asperger-vrea-sa-scape-lumea-de-bullying/>

Ohana, J. (2021). What is culinary art therapy? Retrieved March 12, 2021, from <https://www.culinaryarttherapy.com/what-is-culinary-art-therapy>

Olweus, D. (1993). *Understanding children's worlds. Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.



Păun, E., Potolea, D., (coord.), (2002), *Pedagogie. Fundamentări teoretice și demersuri aplicative*, Editura Polirom, Iași.

Roșan, A. (2009). *Comportamentul violent screening și strategii de intervenție*. Cluj-Napoca: Alma Mater.

Safran, D., & Safran, E. (2008). Creative approaches to minimize the traumatic impact of bullying behavior. In C. Malchiodi (Ed.), *Creative interventions with traumatized children* (pp. 132-166). New York: Guilford Press.

Schmude, C., Wedekind, H. (2016). *Lernwerkstätten an Hochschulen, Orte einer inklusive Pädagogik*. Heilbrunn: Julius Klinkhardt Verlag.

Uhlig, Sylka, Jansen, Erik & Scherder, Erik. (2017) Being a bully isn't very cool...": Rap & Sing Music Therapy for enhanced emotional self-regulation in an adolescent school setting – a randomized controlled trial. [Online], Available: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0305735617719154> [Accessed; 05/04/2021]

Vanini, P. (2003), *Potenziare la mente? Una scommessa possibile: L'apprendimento mediato secondo il metodo Feuerstein*, Gussago (Brescia), Ed. Vannini Editrice.

<https://www.educare.it/j/temi/scuola/esperienze-e-progetti/3812-contrastare-il-bullismo-a-scuola-attraverso-il-linguaggio-teatrale>.

<https://www.giuntiscuola.it/lavitascolastica/magazine/a-tu-per-tu-con-l-esperto/recitando-si-impara-il-teatro-l-empatia-e-il-bullismo/>

<http://uis.unesco.org/en/news/new-sdg-4-data-bullying>

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246970>

<https://www.statista.com/statistics/1092217/bullying-in-europe/>



## Rozdział 6: Dobre praktyki

### Hiszpania

#### I.

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	CUENTOS... contra el bullying
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	<p>Inicjatywa ma miejsce w miastach Bilbao, Santander oraz Málaga.</p> <p>Bilbao jest stolicą w prowincji Biscay ulokowanej we Wspólnocie Autonomicznej Basków, która posiada 435,000 mieszkańców.</p> <p>Santander znajduje się na północy Hiszpanii i jest stolicą regionu Kantabrii. Ma około 172 000 mieszkańców.</p> <p>Málaga znajduje się na południu i jest stolicą prowincji Málaga, autonomicznej wspólnoty Andaluzji. Ma około 571,000 mieszkańców.</p>
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa realizowana jest przez Fundación Fair Saturday, niezależną organizację non-profit zaangażowaną w promocję sztuki, kultury i empatii społecznej.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	To zależy od miasta. Inicjatywę powtarza się z roku na rok od 2017.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Fair Saturday Rada Miasta Bilbao, Rada Miasta Santander i Rada Miasta Málaga
7.	<b>Opis aktywności:</b>	CUENTOS .. contra el Bullying to inicjatywa w formie konkursu opowiadań. W konkursie mogą brać udział młodzi ludzie w wieku od 8 do 23 lat i polega na stworzeniu krótkiej opowieści o skutkach przemocy w szkole.

		Po konkursie publikowana jest książka, która gromadzi zwycięskie opowiadania w celu wywołania społecznej refleksji.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem jest podnoszenie świadomości na temat przemocy w szkole, a także wzmacnianie pozycji młodych ludzi przy jednoczesnym promowaniu kultury.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona internetowa: <a href="https://cuentoscontraelbullying.org/">https://cuentoscontraelbullying.org/</a> Email: <a href="mailto:cuentos@fairsaturday.org">cuentos@fairsaturday.org</a> Nagranie z rozdania nagród: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-3jtX6LfQUg">https://www.youtube.com/watch?v=-3jtX6LfQUg</a>

## II.

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Konkurs audiowizualny Beldur Barik
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Konkurs jest otwarty dla młodych ludzi z Autonomicznej Wspólnoty Basków, z siedzibą w Hiszpanii. Wspólnota liczy około 2.189.000 mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Konkurs jest organizowany przez Emakunde, a promowany przez rady prowincji Álava, Bizkaia, Gipuzkoa, Berdinsarea i EUDEL; przy współpracy Departamentu Edukacji, Dyrekcji ds. Młodzieży Rządu Kraju Basków, Uniwersytetu Kraju Basków i EITB (publiczna usługa transmisji baskijskiej wspólnoty autonomicznej).
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Odbywa się co roku od 2010 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Emakunde, Eudel oraz rządy prowincji Álava, Bizkaia i Gipuzkoa.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Corocznie organizowany konkurs „Beldur Barik” jest skierowany do osób w wieku od 12 do 26 lat.

		Uczestnicy wykonują wszelkiego rodzaju prace artystyczne (w formacie cyfrowym), które wyrażają sprzeciw wobec przemocy seksualnej.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem konkursu jest rozpoznanie, docenienie i promocja wszelkiego rodzaju form artystycznych, aby pokazać, jak dziewczęta i chłopcy stawiają czoła obecnej sytuacji dotyczącej nierówności kobiet i mężczyzn z postawami i zachowaniami opartymi na szacunku, równości, wolności, autonomii i współodpowiedzialności. To znaczy zapobieganie przemocy seksualnej wśród młodych.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona internetowa: <a href="https://www.beldurbarik.eus/">https://www.beldurbarik.eus/</a> Zasady konkursu: <a href="https://www.beldurbarik.eus/wp-content/uploads/2019/10/con2019bases.pdf">https://www.beldurbarik.eus/wp-content/uploads/2019/10/con2019bases.pdf</a> Facebook: <a href="https://www.facebook.com/beldurbarik">https://www.facebook.com/beldurbarik</a>

### III.

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Erik contra el acoso escolar (przedstawienie teatralne)
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Przedstawienie zostało wystawione na Tnerifie (Hiszpania) w mieście Arona gdzie zorganizowano działania przeciwko przemocy w szkole.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była zorganizowana przez AEPAE (Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar), a sztuka została opracowana przez teatr La Esemble.

5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Przedstawienie zostało zaprezentowane 2 maja 2018 roku.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	AEPAE oraz rada miasta Arona.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Sztuka teatralna opiera się na czterech opowieściach napisanych przez pracowników AEPAE, którzy pracowali z około 4 000 ofiarami znęcania się.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Podniesienie poziomu świadomości odnośnie efektów przemocy szkolnej w społeczeństwie i tego jak jej zapobiegać.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona internetowa teatru: <a href="http://www.juanjodelafuente.com/laensemble/aepae/">http://www.juanjodelafuente.com/laensemble/aepae/</a> Strona internetowa AEPAE: <a href="https://aepae.es/aepae-te-lleva-al-teatro-erik-contra-el-acoso-escolar">https://aepae.es/aepae-te-lleva-al-teatro-erik-contra-el-acoso-escolar</a>

#### IV.

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Arte como herramienta para combatir el bullying
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Inicjatywa miała miejsce w szkołach na terenie Madrytu.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	ONG Scholas Ocurrentes
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	-
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	ONG Scholas Ocurrentes'
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Spotkanie miało miejsce w Madrycie. Jego uczestnikami byli młodzi ludzie z ponad 20 szkół, którzy dzielili się swoimi doświadczeniami i działaniami, które miały na celu zwalczanie zastraszania wykorzystując sztukę. Wspólnie malowali murale.



8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Zwalczanie przemocy poprzez sztukę
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona internetowa ONG Scholas Ocurrentes: <a href="https://www.scholasocurrentes.org/">https://www.scholasocurrentes.org/</a> Newsy na temat spotkań: <a href="https://www.perfil.com/noticias/sociedad/utilizan-el-arte-como-herramienta-para-combatir-el-bullying.phtml">https://www.perfil.com/noticias/sociedad/utilizan-el-arte-como-herramienta-para-combatir-el-bullying.phtml</a>

V.

1	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	En sus zapatos
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Program skupia się na całym terytorium Hiszpanii.
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	En Sus Zapatos we współpracy z centrami szkolnymi.
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Inicjatywa zaczęła się w roku 2017 i w dalszym ciągu jest realizowana.
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Różne instytucje i fundacje promujące działalność En sus Zapatos. Niektóre z nich: Rząd Hiszpański (Ministerstwo Kultury), wspólnota Madrycka, Aprendiendo a ser, Madrid Este,

		Madrid Sur, Fundación Compromiso y Transparencia, Fundación Tomillo Tiétar, Junta de Extremadura and CPR Plasencia.
7	<b>Opis aktywności:</b>	<p>W celu przeszkolenia całej społeczności naukowej w zakresie umiejętności emocjonalnych opracowali własną metodologię o nazwie „Teatro de Conciencia” (Teatr Świadomości).</p> <p>Teatr Świadomości to metodologia teatralna, która stara się pokazać podstawowe pojęcia takie jak, np. inteligencja emocjonalna. Dzięki pedagogice teatru ludzie mogą doświadczyć własnych procesów wewnętrznych.</p> <p>Zgodnie z tą metodologią do tej pory napisano 8 sztuk, a także opracowano materiały edukacyjne z nimi związane, aby pracować z młodzieżą i dorosłymi.</p>
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Dzięki tej inicjatywie można zapobiegać przemocy i zastraszaniu oraz zachęcać do współpracy organizując szkolenia dla uczniów w wieku od 10 do 14 lat, nauczycieli, rodzin.
9	<b>Strona internetowa/ E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<p>Strona poświęcona inicjatywie: <a href="https://programaensuszapatos.org/que-es/">https://programaensuszapatos.org/que-es/</a></p> <p>Strona na temat Teatru Świadomości: <a href="http://teatrodeconciencia.org/teatro-conciencia/presentacion/">http://teatrodeconciencia.org/teatro-conciencia/presentacion/</a></p> <p>Email: <a href="mailto:info@teatrodeconciencia.org">info@teatrodeconciencia.org</a></p> <p>Konto na facebook’u: <a href="https://www.facebook.com/ensuszapatos.Teatrodeconciencia/">https://www.facebook.com/ensuszapatos.Teatrodeconciencia/</a></p> <p>Konto na youtube: <a href="https://www.youtube.com/channel/UCIpLE0c_Y7f0ORG146KJCJA">https://www.youtube.com/channel/UCIpLE0c_Y7f0ORG146KJCJA</a></p> <p>Telefon: +34 676195347</p>

## VI.

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Programa Teatral BELCEBÚ (Program Teatralny Belcebú)
3.	<b>Lokalizacja - (miasto ma więcej niż</b>	Zacząło się jako inicjatywa w Kastylii i León, autonomicznej wspólnocie w północno-zachodniej Hiszpanii, liczącej około 2 447 000 mieszkańców.

	500 tys. mieszkańców w, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Następnie został rozszerzony na inne społeczności Hiszpanii.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Program teatralny Belcebú jest opracowywany przez Varela Producciones (Blanca Marsillach Theatre Company) i promowany przez Generalną Dyрекcję Innowacji Edukacyjnych i Równości Kastylii i León. Został dodany do „El Plan de Lectura de la Consejería de Educación of Castile and León”.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wdrożony w różnych miejscach od początku 2018 roku.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	The Junta of Castile and León
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Program dzieli się na dwie części:  1. Sztuka teatralna „Belcebú” to gra edukacyjna, będąca mieszanką dramatu i komedii. Wprowadza widzów w rzeczywistość nękania , cyberprzemocy i motywuje do zastanowienia się nad motywami, które prowadzą ich do zachowania tych postaw wobec innych. 2. Warsztaty z udziałem trenera: Odbywają się pod koniec przedstawienia teatralnego i skupiają się na badaniu, jak uczniowie czują się, gdy zastanawiają się nad przemocą szkolną.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Główne cele programu są następujące: 1) Zaprezentowanie zestawu pojęć i narzędzi związanych z komunikacją bez przemocy oraz zarządzaniem emocjami i konfliktami. 2) Przeniesienie sytuacji na deski teatru, gdzie ludzie uczą się korzystać z tego typu narzędzi. 3) Wizja: Wszyscy jesteśmy różni i dlatego wszyscy możemy być potencjalnymi ofiarami, a nawet potencjalnymi sprawcami. 4) Poszerzenie wiedzy na temat tego dlaczego zachowania przemocowe mają miejsce.

9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.educa.jcyl.es/fomentolectura/es/informacion-especifica/actividades-premios-concursos/actividades/programa-teatral-belcebu">https://www.educa.jcyl.es/fomentolectura/es/informacion-especifica/actividades-premios-concursos/actividades/programa-teatral-belcebu</a>
----	---	---

**VII.**

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	El equipo Repsol busca cole
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Hiszpania (szkoły z innych społeczności również uczestniczyły)
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Repsol
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Konkurs odbył się we wrześniu, październiku i listopadzie w 2018 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Repsol
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Konkurs, w którym szkoły prezentowały wideo z oryginalnym utworem muzycznym, podkreślającym znaczenie zwalczania przemocy. Uczestniczyło w nim ponad 30 osób.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Podniesienie świadomości na temat problemu przemocy.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.boxrepsol.com/es/equipo-repsol-busca-cole-2018/galeria/">https://www.boxrepsol.com/es/equipo-repsol-busca-cole-2018/galeria/</a>

**VIII.**

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Stop Bullying: El arte como prevención de la violencia entre iguales (eksponcja)

3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Ekspozycja odbyła się w Badajoz, w siedzibie delegacji rządowej w Estremadurze. Badajoz jest stolicą prowincji Badajoz w Autonomicznej Wspólnocie Estremadury. Ma około 150 500 mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Projekt Erasmus+ Armonía
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Jeden miesiąc (Marzec 2019)
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt Unii Europejskiej: Erasmus+
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Wystawa pokazała zdjęcia i plakaty wykonane przez uczniów szkoły „Manuel Pacheco” i Instytutu „Reino Aftasi” w ramach projektu Erasmus + Armonía. Prace uczniów próbowały podnieść świadomość na temat zastraszania i wynikających z niego cierpień, zachęcając dzieci do zwalczania negatywnych zachowań.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Podniesienie świadomości na temat problemu znęcania się i potrzeby podjęcia działań w tej sprawie.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona projektu: <a href="https://erasmusarmonia.wordpress.com/">https://erasmusarmonia.wordpress.com/</a>

**IX.**

1.	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	-
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Działania miały miejsce w Valladolid, mieście w północnej Hiszpanii, z udziałem około 520 000 mieszkańców. Mówiąc konkretniej, odbyły się one w świątecznym parku o nazwie Navival.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Asociación Basta al Acoso ABAA
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	26 grudzień 2019 – 4 styczeń 2020
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	-



7.	<b>Opis aktywności:</b>	Wewnątrz Navival Park, który jest świątecznym parkiem dla dzieci w Valladolid, stowarzyszenie ABAA miało szczególną przestrzeń, w której opracowano konkretne działania przeciwko nękaniu obejmujące zarówno przemoc fizyczną, jak i psychiczną oraz cyberprzemoc. Zaproponowano warsztaty muzyczne i wystawy sztuki.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Podnoszenie świadomości dotyczące szacunku i koegzystencji.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona internetowa parku świątecznego: <a href="https://feriavalladolid.com/navival/">https://feriavalladolid.com/navival/</a>

X.

1	<b>Kraj:</b>	Hiszpania
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Una imagen contra el bullying (konkurs fotograficzny)
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Berriozar, Miasto ulokowane na prowincji Navarre w Autonomicznej Wspólnocie Naverre. Ma około 10 000 mieszkańców.
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa)	Rada miasta Berriozar

	<b>nieformalna itp):</b>	
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Inicjatywa miała miejsce w 2017
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Rada miasta Berriozar
7	<b>Opis aktywności:</b>	Konkurs fotografii, tematyką była przemoc w szkole: zachowania, które dotyczą zjawiska, jak z nim walczyć.
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Podnieść świadomość na temat problemu przemocy w szkole.
9	<b>Strona internetowa /E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	Strona z zasadami konkursu: <a href="http://www.berriozar.es/wp-content/uploads/sites/45/2017/04/2017073_zuz170419_2017_bulling.pdf">http://www.berriozar.es/wp-content/uploads/sites/45/2017/04/2017073_zuz170419_2017_bulling.pdf</a> Strona rady miasta Berriozar: <a href="http://www.berriozar.es/?idioma=es">http://www.berriozar.es/?idioma=es</a>

## Rumunia

I

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	SMILE - Scaling up the Model for Inclusive Learning in Europe
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	<p>Szkoły w Rumunii i instytucje treningowe często konfrontowane są ze studentami spotykającymi się z trudnościami w integracji społecznej; większość z nich ma niski poziom edukacji oraz słabe zaplecze kulturowe. W kontekście wysokiego bezrobocia powstają problemy związane z uprzedzeniami i brakiem dobrych perspektyw.</p> <p>Te problemy napędzają edukację ekskluzywną, ideologie ekstremistyczne, których korzenie mają charakter polityczny, społeczny lub religijny. Osoby, które są najlepszym wyborem w radzeniu sobie z fenomenem inkluzywnej edukacji są w bezpośrednim kontakcie z jednostkami, które powinny być jej odbiorcami. W związku z tym nauczyciele i trenerzy potrzebują nowych umiejętności i kompetencji, aby lepiej przygotować</p>



		się do radzenia sobie z napięciem i wykryciem wskaźników charakteryzujących inkluzywną edukację.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Fundatia EuroEd jako partnerzy trzy szkoły ulokowane w Iasi w Rumunii reprezentowane przez 30 nauczycieli, którzy zostali wytrenowani w modelu SMILE
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	31.01.2019 – 30.01.2022
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt Erasmus+
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Celem projektu SMILE jest przeniesienie i rozszerzenie zastosowania dobrej praktyki opracowanej, pilotowanej i z powodzeniem zastosowanej przez wiodącego partnera w Bułgarii.</p> <p>Model systemowego podejścia do tworzenia integracyjnego środowiska szkolnego i jego główne instrumenty (wytyczne dotyczące stosowania modelu, narzędzi do samooceny i kursu e-learningowego na temat budowania integracyjnego środowiska szkolnego poprzez zastosowanie zasad i podejścia modelu).</p> <p>Innowacyjne podejście całej szkoły do przekształcania środowiska w czterech obszarach rozwoju szkoły, kluczowych dla integracji wyznacza:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Wspólne i wizjonerskie przywództwo</li> <li>● Pedagogika włączająca</li> <li>● Ochrona dziecka</li> <li>● Partnerstwo z rodzicami</li> </ul> <p>Trzy główne fazy wdrażania przedstawiają następujący logiczny przebieg procesu: Faza 1 - Adaptacja modelu poprzez badanie kluczowych parametrów polityki i praktyk, które przyczyniają się do tworzenia inkluzywnego środowiska szkolnego z krajami partnerskimi i identyfikacji trzonu zasad i podejść modelu, które stara się dostosować do różnych krajów zaangażowanych w projekt.</p>

		<p>Faza 2 - Zwiększenie zastosowania modelu poprzez budowanie zdolności lokalnych partnerów multiplikacji efektów.</p> <p>Faza 3 - Zwiększenie dostępu do modelu przez dotarcie do potencjalnie zainteresowanych osób i szkół na poziomie lokalnym w trzech państwach partnerskich (aplikacja modelu oraz narzędzi w lokalnych szkołach) oraz w większej skali szerszej edukacji europejskiej w kontekście kursu e-learningowego.</p>
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<p>Model oferuje podejście systemowe, gdzie zasady rozwoju organizacji i pomoc w stworzeniu planu działania dla szkoły będzie oparte na wewnętrznych procesach mających miejsce w placówce.</p> <p>Model ustanawia jasne ramy sześciu kolejnych etapów pracy nad zastosowaniem filozofii edukacji włączającej w praktyce, jednocześnie umożliwiając uwzględnienie unikalnych cech każdej szkoły.</p>
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.smileproject.eu/">https://www.smileproject.eu/</a>

## II

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	OFF-Book project
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	<p>Część działań projektu została przeprowadzona w liceum artystycznym „Octav Băncilă” w Ia Ii, mieście liczącym prawie 800 000 mieszkańców.</p>

4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była koordynowana i prowadzona przez konsorcjum składające się z Pixel, Włochy, Klaipeda Puppet Theatre (Litwa), Uniwersytet Klaipeda (Litwa), Simonas Dachas progymnasium (Litwa), Colegiul National de Arta Octav Bancila (Rumunia), Fundacja EuroEd (Rumunia), Teatro Stabile di Grosseto (Włochy) i Uniwersytet w Sienie (Włochy).
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Projekt trwał dwa lata, od 2017 r. do 1 listopada 2019 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Przeprowadzone działania miały na celu stworzenie kompilacji wytycznych dla nauczycieli i samouczki wideo
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Poprawa kompetencji międzykulturowych nauczycieli szkół średnich w zakresie nowych metod edukacyjnych (edukacja pozaformalna), aby uczynić edukację mniej „osądzającą” i bardziej integracyjną, promując w ten sposób niedyskryminację i ograniczając wczesne kończenie nauki.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://off-book.pixel-online.org">https://off-book.pixel-online.org</a>

### III

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Stay@School - Projekt Szkoły Inklusywnej
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	Część działań projektu została przeprowadzona w Fundacji EuroEd w Iași, mieście liczącym prawie 800 000 mieszkańców.



4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była koordynowana i prowadzona przez konsorcjum składające się z Inforef (Belgia), Istituto Professionale F. Datini, Pixel, CIPAT, Connectis, IAL Toscana i USR Veneto (Włochy), Fundacja EuroEd (Rumunia) i Florida (Hiszpania)
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Projekt trwał dwa lata, między 2011 a 2013 rokiem
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Przeprowadzone działania miały na celu stworzenie sieci 140 nauczycieli zaangażowanych w zapobieganie przedwczesnemu kończeniu nauki, wprowadzenie nowych danych do bazy publikacji na ten temat, dalsze gromadzenie bezpośrednich doświadczeń nauczycieli w zapobieganie i przeciwdziałanie przedwczesnemu kończeniu nauki, przygotowanie zbioru recenzji kursów szkoleniowych dla nauczycieli na ten temat.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem projektu Stay @ School jest pomoc nauczycielom w rozwijaniu umiejętności potrzebnych do walki z przedwczesnym porzuceniem szkoły, aby zidentyfikować uczniów zagrożonych i zdobyć szereg przydatnych umiejętności w celu złagodzenia lub wyeliminowania tego zjawiska.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://stayatschool.pixel-online.org/info/index.php">http://stayatschool.pixel-online.org/info/index.php</a>

#### IV

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Xeno-Tolerance
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców,</li> </ul>	Część działań projektu została przeprowadzona w Fundacji EuroEd w Iași, mieście liczącym prawie 800 000 mieszkańców.

	<p><b>mniejsze miasto, wieś)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>opis lokalizacji</b></li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była koordynowana i prowadzona przez konsorcjum składające się z Greta du Velay (Fracja), Die Kärntner Volkshochschulen (Austria), Fondazione Casa di Carità Arti e Mestieri Onlus (Włochy), Escuelas Profesionales Padre Piquer (Hiszpania), Ljudska Univerza Ptuj (Słowenia), Universidade do Porto (Portugalia), Aequitas Human Rights (Cypr), Fundația EuroEd (Rumunia) and CVO HIK (Belgia)
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Projekt trwał dwa lata, między 2015 a 2017 rokiem
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Przeprowadzone działania miały przede wszystkim na celu przygotowanie zestawu wytycznych dotyczących tolerancji oraz zestawu narzędzi pomocnych dla nauczycieli.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Radzenie sobie z napięciami między uczniami i między grupami uczniów. Wykrycie wskaźników radykalizacji wśród uczniów. Zidentyfikowanie, kto jest zagrożony. Działanie na etapie zapobiegawczym. Pomaganie tym, którzy potrzebują wsparcia. Budowanie umiejętności i motywacji do działania przeciwko niesprawiedliwości. Tworzenie lepszego klimatu do nauki i lepsze wyniki uczenia się. Zwalczanie rasizmu i ksenofobii.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.allo-tolerance.eu">www.allo-tolerance.eu</a>

V

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Nie boję się



3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	<p>Część działań projektu została przeprowadzona w Fundacji EuroEd w Iași, mieście liczącym prawie 800 000 mieszkańców.</p>
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	<p>Inicjatywa była koordynowana i prowadzona przez konsorcjum składające się z Inforef (Belgia), Zinev Art Technologies Ltd. (Bułgaria), Center for Educational Research, University of Koblenz-Landau (ZEPF) (Niemcy), School Of Pedagogical &amp; Technological Education (A.S.PE.T.E.) (Grecja), Wilsthorpe Business &amp; Enterprise College (Regno Unito), Fundația EuroEd (Rumunia), University of Seville (Hiszpania), Connectis Srl (Włochy) and Istituto di Istruzione Superiore Don Lorenzo Milani (Włochy)</p>
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	<p>Projekt trwał trzy lata, od 2010 r. do 1 listopada 2013 r.</p>
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	<p>Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +</p>
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Przeprowadzone działania miały na celu skompilowanie baz danych publikacji, baz dobrych praktyk, studiów przypadków, raportów krajowych, wirtualnych spotkań, strategii krajowych i europejskich oraz referencji.</p>
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<p>Zjawisko bullyingu jest głównym wyzwaniem, z którym muszą zmierzyć się wszystkie europejskie systemy edukacyjne. Projekt „Nie boję się”, finansowany przez Komisję Europejską w ramach programu „Uczenie się przez całe życie” (współpraca i innowacje w polityce KA1), ma na celu wskazanie najlepszych europejskich strategii zapobiegania temu zjawisku.</p>

9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://iamnotscared.pixel-online.org">http://iamnotscared.pixel-online.org</a>
----	--	---

## VI

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Jak radzić sobie z przemocą w szkołach?
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	Wydarzenie odbyło się w Timișoara, mieście liczącym ponad 300 000 mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była prowadzona przez Stowarzyszenie „Inicjatywa w edukacji” w ramach „Naucz z inEDU. Informacje, innowacje i inspiracje dla nauczycieli”.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wydarzenie miało miejsce w 2018 roku
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Opcjonalne darowizny od uczestników na projekt.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Przeprowadzone działania miały na celu przede wszystkim zrozumienie zjawiska przemocy w szkole, instruktaż na temat działań wymaganych przez rodzica / nauczyciela przy zaobserwowaniu niepokojącego zachowania oraz rozwiązań w zakresie edukacji wolnej od przemocy.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Wydarzenie dąży do rozwoju umiejętności zarządzających dla nauczycieli i rodziców, w szczególności tych skierowanych na radzenie sobie z przemocą w szkole.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.tion.ro/stirile-judetului-timis/eventiment-pentru-profesori-la-timisoara-cum-gestionam-situatiile-de-bullying-la-scoala-44081/">https://www.tion.ro/stirile-judetului-timis/eventiment-pentru-profesori-la-timisoara-cum-gestionam-situatiile-de-bullying-la-scoala-44081/</a>

## VII

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Szkoły bez przemocy
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>(miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>opis lokalizacji</li> </ul>	Wydarzenie miało miejsce w Bukareszcie, stolicy Rumunii, mieście mającym ponad 1.8 miliona mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa była prowadzona przez Stowarzyszenie Mądrych Rodziców (Clever Parents' association)
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wydarzenie miało miejsce w 2018 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Wydarzenie zostało ufundowane przez urząd miasta.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Wydarzenie obejmowało konferencję i warsztaty, których celem było zrozumienie i zwalczanie przemocy w szkole.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Wydarzenie miało na celu rozwinięcie umiejętności zarządzania u nauczycieli i rodziców, szczególnie tych mających na celu zwalczanie przemocy szkolnej.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://evz.ro/sute-de-profesori-s-au-specializat-in-prevenirea-bullying-ului.html">https://evz.ro/sute-de-profesori-s-au-specializat-in-prevenirea-bullying-ului.html</a>

## VIII

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Wydarzenie rozpowszechniające „The Bullying Watch” - pakiet zasobów dla nauczycieli i społeczności szkolnej
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>(miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców,</li> </ul>	Wydarzenie odbyło się w Bukareszcie, stolicy Rumunii, mieście liczącym ponad 1,8 miliona stałych mieszkańców.

	<p>mniejsze miasto, wieś)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opis lokalizacji</li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa została zorganizowana przez Ikaros Foundation for Active Youth.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wydarzenie odbyło się 10 lipca 2019 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Wydarzenie miało na celu zaprezentowanie produktów intelektualnych projektu, a także ułatwienie osobom obecnym uczestnictwa w nieformalnych warsztatach mediacyjnych.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Wydarzenie skierowane było do specjalistów w dziedzinie edukacji, osób pracujących z młodzieżą, społeczności, rodziców i uczniów oraz wszystkich tych, którzy chcą przyczynić się do tworzenia bezpieczniejszego środowiska dla dzieci.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://fundatiaikaros.ro/safeschool-diseminare/evenimentul-de-multiplicare-observatorul-anti-bullying-pachet-de-resurse-pentru-profesori-si-comunitatea-scolara/?lang=en">https://fundatiaikaros.ro/safeschool-diseminare/evenimentul-de-multiplicare-observatorul-anti-bullying-pachet-de-resurse-pentru-profesori-si-comunitatea-scolara/?lang=en</a>

## IX

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Zarządzanie konfliktami, inteligencja emocjonalna i bullying
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>(miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców,</li> </ul>	Kurs był prowadzony w Iași, mieście liczącym prawie 800 000 stałych mieszkańców.



	<p>mniejsze miasto, wieś)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opis lokalizacji</li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Kurs został zorganizowany i poprowadzony przez Akademię Nauczycieli Europass.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Kurs odbył się w dniach 12-16 sierpnia 2019 r.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt został opracowany w ramach partnerstwa strategicznego Erasmus +
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Kurs obejmował różne działania, od prezentacji szkół, lokalizacji i działań mających na celu zapobieganie przemocy szkolnej. Udział wzięli uczniowie z Węgier, Słowenii, Polski i Rumunii. Celem było zaprezentowanie różnych metod za pomocą, których możemy wspierać rozwój inteligencji emocjonalnej uczniów, dzięki której możemy przezwyciężyć konflikt i zapobiec zjawisku przemocy.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Kurs obejmował szkolenie teoretyczne, a także część praktyczną w ramach, której nauczyciele ćwiczyli różne metody samowiedzy, relaksu oraz zwiększania spójności grupy. Twórcy kursu brali pod uwagę specyficzne ramy kulturowe.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.bzi.ro/professori-ai-colegiului-national-iasi-participanti-la-cursul-de-formare-conflict-management-emotional-intelligence-and-bullying-705540">https://www.bzi.ro/professori-ai-colegiului-national-iasi-participanti-la-cursul-de-formare-conflict-management-emotional-intelligence-and-bullying-705540</a>

X

1.	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Debata
3.	<p><b>Lokalizacja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(miasto ma więcej niż 500 tys.</li> </ul>	Debata odbyła się w Reghin, małym mieście w Rumunii, liczącym nieco ponad 30 000 stałych mieszkańców.

	<p>mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa została przeprowadzona przez lokalny inspektorat szkolny przy pomocy organizacji „Save the Children” i Komendy Policji w Reghin.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wydarzenie miało miejsce w roku 2019.
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Wydarzenie zostało sfinansowane przez urząd miasta.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Podczas debaty omówione zostały zalecenia i propozycje mające na celu opracowanie metodologii i procedur dotyczących prawidłowego reagowania na przemoc szkolną. Rozdano także podręczniki dla nauczycieli i pozostałego personelu szkolnego.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Umiejętności, które zamierzano rozwinąć poprzez debatę to: rozpoznawanie i radzenie sobie z przemocą w szkole jak i również rozpoznanie środków zapobiegawczych jakie mogą podjąć rodzice i szkoła.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.zi-de-zi.ro/2019/04/05/premiera-in-judet-dezbatere-pe-tema-bullying-ului-la-reghin-combaterea-bullying-ului-este-imperativa-pentru-bunastarea">https://www.zi-de-zi.ro/2019/04/05/premiera-in-judet-dezbatere-pe-tema-bullying-ului-la-reghin-combaterea-bullying-ului-este-imperativa-pentru-bunastarea</a>

XI

1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Młodzi ludzie przeciwko przemocy
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Ploiesti - miasto mieszczące się na północy Bukaresztu, liczące 200,000 mieszkańców.

4	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Carmen Sylva College of Art – nauczyciele, rodzice, uczniowie w wieku między 15 a 20 rokiem życia
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Marzec-kwiecień 2016
6	<b>Źródło finansowania:</b>	TRANSITION`S GATE, USA
7	<b>Opis aktywności:</b>	Organizacja warsztatów dla studentów podczas godzin poradnictwa, dzięki którym mają oni możliwość zapoznania się ze szczególnymi aspektami zjawiska przemocy domowej, a także sposobów na pomoc osobie znajdującej się w niewłaściwej sytuacji.
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem było przekonanie uczniów, że należy zwalczać przemoc w każdej formie
9	<b>Strona internetowa/E-mail</b> <b>/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.ise.ro/tinerii-impotriva-violentei/">https://www.ise.ro/tinerii-impotriva-violentei/</a>

## XII

1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Najmłodszy przeciw przemocy
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Od Bukaresztu po cały kraj, poprzez Inspektorat Szkół
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Rumuńskie Ministerstwo Edukacji.
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Marzec 2010 – Październik 2011
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Unia Europejska
7	<b>Opis aktywności:</b>	-Stworzenie i implementacja systemu monitorowania przemocy w szkole; -Wsparcie dla inwestycji instytucjonalnych; -Trening i kontrola jak zapobiegać przemocy; -Trening uczniów i wolontariuszy; -Komunikacja.

8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	- Stworzenie systemu monitorowania przemocy w szkole; - Szkolenie w zakresie zapobiegania i zwalczania przemocy w szkole; - Szkolenie zaangażowanych w konflikt studentów w program zarządzania nieagresywną komunikacją.
9	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.tineriimpotriviolentei.edumanager.ro/">http://www.tineriimpotriviolentei.edumanager.ro/</a>

XIII

1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Zapobiegamy przemocy poprzez sztukę
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Republika Mołdawii: Kiszyniów i Balti, stolica i kolejne miasto z Mołdawii
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Stowarzyszenie Promo-LEX i policja Republiki Mołdawii we współpracy ze Stowarzyszeniem Profesjonalnych Artystów i Amatorów Sztuki Cyrkowej z Republiki Mołdawii
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2015-2016
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Fundusze państwowe
7	<b>Opis aktywności:</b>	Projekt składał się z konkursu, w którym utalentowani młodzi malarze zostali zaproszeni do wzięcia udziału w kampanii i przedstawienia własnego przesłania przeciwko przemocy domowej.
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Projekt „Zapobieganie przemocy przez sztukę” ma na celu zwrócenie uwagi opinii publicznej na potrzebę wyeliminowania zjawiska przemocy w rodzinie poprzez przekazywanie komunikatów przeciw przemocy i promowanie stylu życia bez nadużyć, ale także bardziej aktywne zaangażowanie młodych ludzi w

		zapobieganie i zwalczanie tego negatywnego zjawiska.
9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="http://www.btv.md/ro/md-campania-prevenim-violenta-prin-arta-la-balti/">http://www.btv.md/ro/md-campania-prevenim-violenta-prin-arta-la-balti/</a>

XIV

1	Kraj:	Rumunia
2	Nazwa inicjatywy	“SAVE THE KIDS RUMUNIA”
3	Lokalizacja - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Aktywna organizacja angażująca ponad 12 hrabstw na terenie Rumunii: Arges, Brasov, Bucuresti, Caras-Severin, Cluj, Constanta, Dambovita, Dolj, Hunedoara, Iasi, Mures, Neamt, Suceava, Timis si Vaslui
4	Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Pozarządowa organizacja ze specjalistami w zakresie socjologii, zdrowia, zarządzania i innych dziedzin.
5	Czas trwania inicjatywy:	2015-2016
6	Źródło finansowania:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dotacje</li> <li>- Projekty europejskie</li> <li>- Sponsorzy</li> <li>- Fundraising</li> </ul>
7	Opis aktywności:	Stowarzyszenie Caritabil zainicjowało kilka kampanii na rzecz promowania praw dziecka. Ich programy mają na celu ułatwienie dostępu do dobrej edukacji wszystkim dzieciom. Szczególnie mają na uwadze ochronę dzieci, które zostały pozostawione same sobie w wyniku migracji zarobkowej rodziców. Ich celem jest także ochrona dzieci przed przemocą, znęcaniem się lub zaniedbywaniem. Metody ich pracy to przede wszystkim: mobilizowanie.
8	Umiejętności i/lub cele:	Rozwijanie różnych projektów w dziedzinie edukacji, zdrowia, praw dziecka, rzecznictwa, zgodnie z potrzebami społeczności.
9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="https://www.salvaticopiii.ro/">https://www.salvaticopiii.ro/</a>

XV



1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	ANTIDOT FOR VIOLENCE
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	TARGOVISTE- jest miastem w Rumunii i siedzibą powiatu hrabstwa Dâmbovița
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	"Spiru Haret" Szkoła średnia, nauczyciele, uczniowie, rodzice, społeczność lokalna
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Luty - Czerwiec 2013
6	<b>Źródło finansowania:</b>	fundraising
7	<b>Opis aktywności:</b>	Projekt ma na celu zapobieganie i zwalczanie przemocy i szkodliwych zachowań w środowisku szkolnym, poprzez podnoszenie świadomości na temat agresji oraz przygotowanie formalnych ram do dyskusji na ten temat na poziomie szkolnym.
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	1. Przedstawiono prezentacje, czytano esej, prowadzono dyskusję. 2. Tworzono rysunki w celu przeciwdziałania przemocy. Nagrodzone zostały najlepsze rysunki. Najpiękniejsze hasło zostało nagrodzone i wyświetlone w każdej klasie.
9	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://profesoriliceuspiruharet.weebly.com/uploads/1/5/9/0/15908226/proiect_educational_antidot_pentru_violenta.pdf">http://profesoriliceuspiruharet.weebly.com/uploads/1/5/9/0/15908226/proiect_educational_antidot_pentru_violenta.pdf</a>

## XVI

1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	BE SMART, DON'T BE VIOLENT!
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys.)	Secondary School Cicârlâu, jud. Maramureș - to wiejska szkoła w północnej części kraju Rumunii



	<b>mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji</b>	
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Administracja szkoły, nauczyciele, uczniowie, rodzice
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wrzesień 2009 - Czerwiec 2010
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Zebrane fundusze w ramach fundraisingu
7	<b>Opis aktywności:</b>	Komunikacja asertywna - Przysłowia, powiedzenia, maksymy Ćwiczenia komunikacyjne - Prezentacja Power Point - przemoc w szkole Ćwiczenia empatii - konkurs kompozycji - Komunikacja niewerbalna, związek między agresywnym zachowaniem a przestępczością nieletnich
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zrozumienie i umiejętność wytłumaczenia koncepcji agresji i przemocy.</li> <li>• Zidentyfikowanie form agresji i przemocy.</li> <li>• Odkrycie i przeanalizowanie przyczyn agresji i przemocy.</li> <li>• Zinterpretowanie ról jakie przyjmują ludzie w sytuacjach konfliktowych i w jaki sposób można bez przemocy je rozwiązać.</li> <li>• Uczestniczenie świadome i aktywne w proponowanych aktywnościach.</li> <li>• Zrozumienie, że poprzez zachowania agresywne dziecko prosi o pomoc.</li> </ul>
9	<b>Strona internetowa/E- mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.didactic.ro/materiale-didactice/proiect-educationalcombaterea-violentei-in-scoala">https://www.didactic.ro/materiale-didactice/proiect-educationalcombaterea-violentei-in-scoala</a>

XVII

1	<b>Kraj:</b>	RUMUNIA
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Behavior at 10 Power
3	<b>Lokalizacja</b>	" Napsugar " Przedszkole mieści się w Sfantul Gheorghe, mieście będącym stolicą okręgu Covasna



	<p>- (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</p> <p>- opis lokalizacji</p>	<p>w Rumunii. Znajduje się w centralnej części kraju oraz w historycznym regionie Transylwanii.</p>
4	<p><b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</p>	<p>Administracja szkoły, uczniowie, nauczyciele, rodzice</p>
5	<p><b>Czas trwania inicjatywy:</b></p>	<p>Wrzesień 2009 - Czerwiec 2010</p>
6	<p><b>Źródło finansowania:</b></p>	<p>Pozyskiwanie funduszy</p>
7	<p><b>Opis aktywności:</b></p>	<p>Zapobieganie oraz zmniejszanie przemocy w przedszkolach poprzez aktywności przeznaczone dla dzieci w młodym wieku, które zwiększają świadomość co do relacji międzyludzkich opartych na wzajemnej akceptacji.</p>
8	<p><b>Umiejętności i/lub cele:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identyfikowanie i dzielenie się emocjami podczas pracy.</li> <li>• Dopasowywanie zachowania i emocji do danej sytuacji.</li> <li>• Utrwalanie umiejętności zachowania się w sposób cywilizowany będąc w grupie i poza grupą.</li> <li>• Zdobywanie wiedzy z zakresu moralności i zachowań eliminujących przemoc.</li> <li>• Prawidłowa identyfikacja emocji i ich związków z różnymi kontekstami.</li> <li>• Kulturowanie modelu zachowania wśród dzieci przez promowanie dobrych praktyk i zapobiegania przemocy.</li> <li>• Rozpoznanie emocji w oparciu o niewerbalny component: ekspresję mimiczną oraz posturę.</li> </ul>
9	<p><b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b></p>	<p><a href="https://purtarealaputerea10.wordpress.com/proiecte-educative/">https://purtarealaputerea10.wordpress.com/proiecte-educative/</a></p>

XVIII

1	<p><b>Kraj:</b></p>	<p>Rumunia</p>
---	---------------------	----------------

2	Nazwa inicjatywy	WE SAY TOGETHER "STOP VIOLENCE"
3	Lokalizacja - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Gimnazjum nr 1 w Dănești, gminie liczącej 3875 mieszkańców.
4	Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Administracja szkoły, nauczyciele, uczniowie, rodzice
5	Czas trwania inicjatywy:	Wrzesień 2017 - Czerwiec 2018
6	Źródło finansowania:	Pozyskiwanie funduszy
7	Opis aktywności:	-Zapobieganie przemocy w szkołach; -Zachowania asertywne w sytuacjach, które mogą eskalować agresję; -Podnoszenie świadomości na temat konsekwencji jakie przynoszą akty agresji; -Poprawianie stopnia zaangażowania uczniów w aktywność mającą na celu zapobieganie przemocy.
8	Umiejętności i/lub cele:	Projekt zakończył się konkursem rysowanych masek i komunikatów reklamowych dotyczących przemocy, w których uczniowie zostali nagrodzeni.
9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="http://www.cjraegorj.ro/files/Proiect_educational_violenta_2018.pdf">http://www.cjraegorj.ro/files/Proiect_educational_violenta_2018.pdf</a>

XIX

1	Kraj:	Rumunia
2	Nazwa inicjatywy	CHILDREN SAY NO TO VIOLENCE!
3	Lokalizacja - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Szkoła średnia Ostrov w hrabstwie Constanta, Dobrogea liczącym 6.000 mieszkańców.

4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Administracja szkoły, nauczyciele, uczniowie, rodzice
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wrzesień 2011 - Lipiec 2012
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Fundusze lokalne
7	<b>Opis aktywności:</b>	Projekt ma na celu edukować dzieci w sposób pozbawiony agresji, model ten ma na celu wskazać, że przemoc nie jest czymś naturalnym i relacje powinny być jej pozbawione. Chodzi tutaj o rozwinięcie i zaadaptowania zbalansowanego zachowania w relacjach z innymi.
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prowadzenie działań mających na celu podniesienie świadomości na temat problemu przemocy wśród nauczycieli i uczniów;</li> <li>- Aktywne zaangażowanie uczniów w działania mające na celu zapobieganie i zwalczanie przemocy w szkole, organizowane w kontekście szkolnym i pozaszkolnym;</li> <li>- Współpraca z rodzicami uczniów w celu rozwiązania sytuacji konfliktowych bez użycia przemocy;</li> <li>- Ograniczenie ilości osób, które odpowiadają za przemoc w szkole.</li> </ul>
9	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://grupscolarostrov.webs.com/documents/proiect%20violenta.doc">http://grupscolarostrov.webs.com/documents/proiect%20violenta.doc</a>

XX

1	<b>Kraj:</b>	Rumunia
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	"CHOOSE NONVIOLENCE"
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Maramures County School Inspectorate – z 5674 nauczycielami i ponad 154 szkołami średnimi, podstawowymi i przedszkolami.

4	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Administracja szkoły, nauczyciele, studenci, rodzice
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Wrzesień 2016 - Lipiec 2017
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Fundusze lokalne
7	<b>Opis aktywności:</b>	Zapobieganie i zwalczanie przemocy postrzegane jako sposób wyrażania wrażliwości i cierpienia w szkole ucznia oraz optymalizacja tych mechanizmów poprzez radzenie sobie ze strategiami adaptacyjnymi w sytuacjach konfliktowych
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	W trakcie realizacji projektu opracowano wskaźniki zachowań prospołecznych i harmonijnego rozwoju społecznego. Dokonano zmian w postawach, zniesiono bariery komunikacyjne. Podjęte działania odzwierciedlają stopień rozwoju i optymalizację zdolności do samokontroli emocji, zdolności do empatii, umiejętności rozwiązywania problemów.
9	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://oaktivatedesuccesmm.wordpress.com/2017/06/16/alege-nonviolenta/">https://oaktivatedesuccesmm.wordpress.com/2017/06/16/alege-nonviolenta/</a>

## Polska

I

1	<b>Kraj:</b>	Polska
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	„Bulwar sztuki” i profilaktyka w szkołach „Przeciw przemocy”
3	<b>Lokalizacja:</b>	Śrem
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Ośrodek Pomocy Społecznej w Śremie
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Maj-grudzień 2018 r
6	<b>Źródła finansowania:</b>	Projekt współfinansowany przez Ministerstwo Rodziny Pracy i Polityki Społecznej oraz Gminę Śrem



7	<b>Opis aktywności:</b>	„Bulwar sztuki” to seria spektakli profilaktycznych, które miały na celu ukazać właściwe, wartościowe wzorce wolne od przemocy zarówno fizycznej jak i psychicznej. Działanie skierowane było do dzieci ze szkół podstawowych dla dwóch grup wiekowych od 7 do 10 lat oraz od 11 do 15 lat. Obszary tematyczne warsztatów: komunikacja, przemoc rówieśnicza, asertywność, rozwiązywanie konfliktów, przemoc domowa
8	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem było dostarczenie wiedzy i kompetencji społecznych dzieciom oraz informacji, gdzie można szukać wsparcia.
9	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://przemoc.edu.pl/74115-2/">http://przemoc.edu.pl/74115-2/</a> Ośrodek Pomocy Społecznej w Śremie, tel. 612 839 997, e-mail: marzena.urbaniak@ops.srem.pl

II

1	<b>Kraj:</b>	Polska
2	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Projekt Comenius: Tradycyjna sztuka, rękodzieło i sport przeciwko przemocy w szkole
3	<b>Lokalizacja:</b>	Poznań
4	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Katolicka Szkoła Podstawowa w Poznaniu
5	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	luty-wrzesień 2013/2014
6	<b>Źródło finansowania:</b>	Lifelong learning programme, European Union
7	<b>Opis aktywności:</b>	Uczniowie przedstawili prezentacje swoich szkół, regionów i krajów. Wymienili się pomysłami na film „Szanujmy siebie nawzajem”, po czym wybrali scenariusz napisany przez uczniów z Estonii. Według tego scenariusza uczniowie nakręcili i zmontowali dwa filmy.





8	Umiejętności i/lub cele	<p><b>Cele projektu to między innymi:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapobieganie przemocy w szkole.</li> <li>2. Rozwijanie umiejętności unikania konfliktów.</li> <li>3. Rozwijanie umiejętności rozwiązywania konfliktów za pomocą dialogu.</li> <li>4. Rozwijanie umiejętności społecznych u uczniów.</li> </ol>
9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<p><a href="http://tahsavslpcomenius.blogspot.com/">http://tahsavslpcomenius.blogspot.com/</a>  <a href="http://dobrasp.pl/uczniowie/projekty-edukacyjne/projekt-comenius-sztuka-przeciw-przemocy/">http://dobrasp.pl/uczniowie/projekty-edukacyjne/projekt-comenius-sztuka-przeciw-przemocy/</a></p>

### III

1	Kraj:	Polska
2	Nazwa inicjatywy	„Break The Silence” – muzyka przeciwko przemocy
3	Lokalizacja:	Bielsko Biała
4	Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Fundacja Pozytywnych Zmian, partner islandzka organizacja Stelpur Rokk
5	Czas trwania inicjatywy:	Lipiec 2016
6	Źródło finansowania:	Fundacja Pozytywnych Zmian, partner islandzka organizacja Stelpur Rokk
7	Opis aktywności:	„Break The Silence” łączył zajęcia muzyczne z profilaktyką przemocy, edukacją antydyskryminacyjną. Dziewczęta w trzech zespołach przygotowywały autorskie utwory dotyczące tematyki trudnej sytuacji osób doświadczających przemocy. W utworach pojawia się także wiele pozytywów – mówiących o tym, jak ważne jest wsparcie innych, przyjaźń, szacunek.
8	Umiejętności i/lub cele	<p>Jak jasno i asertywnie komunikować swoje potrzeby;          Jak ufać sobie, kiedy czuje się zagrożenie.</p>

9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="http://www.karioka-girlsrockcamp.beskidy.pl/break-the-silence-muzyka-przeciwko-przemocy/">http://www.karioka-girlsrockcamp.beskidy.pl/break-the-silence-muzyka-przeciwko-przemocy/</a>
---	---	---

## IV

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	Dzień bez Przemocy – Fair Play
<b>Lokalizacja:</b>	Kraków
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Szkoła Podstawowa nr 126 im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Marzec 2014 r.
<b>Źródło finansowania:</b>	Program społeczny Szkoła bez Przemocy
<b>Opis aktywności:</b>	<p>Uczniowie oglądali przedstawienia profilaktyczne przygotowane przez Teatr Inspiracja.</p> <p>Klasy I-III obejrzały przedstawienie „Kolczasta przyjaźń” traktujące o niewłaściwych relacjach między dziećmi, przykrym zjawisku dyskryminowania i wykluczania z grupy rówieśniczej oraz sposobach radzenia sobie w takich trudnych sytuacjach.</p> <p>Drugą część stanowiły prezentacje artystyczne :występy wokalne, taneczne, koncert muzyczny.</p>
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	Rozwijanie zdolności artystycznych, wrażliwości i empatii.
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.sp126.edu.pl/o-szkole/bezpieczenstwo/dzien-przeciw-przemocy/">http://www.sp126.edu.pl/o-szkole/bezpieczenstwo/dzien-przeciw-przemocy/</a>

## V

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	Tydzień bez przemocy. Szkoła Podstawowa w Cmolasiu
<b>Lokalizacja:</b>	Cmolas

<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Szkoła Podstawowa w Cmolasio
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Marzec 2017
<b>Źródło finansowania:</b>	Szkoła Podstawowa w Cmolasio
<b>Opis aktywności:</b>	Zorganizowanie wystawy prac plastycznych o cyberprzemocy wykonanej przez uczniów klas 1-6. Zorganizowanie akademii, na której zostało wystawione przedstawienie „Bezpieczny Internet”..
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	Celem było uświadomienie uczniom potrzeby bezpieczeństwa i szkodliwości zachowań agresywnych, rozwijanie postaw dezaprobaty wobec sprawców przemocy, upowszechnianie zasad prawidłowej komunikacji interpersonalnej.
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://zscmolias.pl/">http://zscmolias.pl/</a> <a href="https://cybernauci.edu.pl/tydzien-bez-przemocy-szkola-podstawowa-w-cmolasio/">https://cybernauci.edu.pl/tydzien-bez-przemocy-szkola-podstawowa-w-cmolasio/</a> <a href="https://spcmolias.pl/2017/03/22/tydzien-bez-przemocy/">https://spcmolias.pl/2017/03/22/tydzien-bez-przemocy/</a>

## VI

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	„OCALENI OD PRZEMOCY” – kampania społeczna aktywizująca. Konkurs „Przemoc widziana oczami dziecka”
<b>Lokalizacja:</b>	Warszawskie szkoły podstawowe
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Fundacja ART
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Październik 2013
<b>Źródło finansowania:</b>	Fundacja ART
<b>Opis aktywności:</b>	Zorganizowano konkurs plastyczny pod hasłem „Przemoc widziana oczami dziecka”. Uczniowie w odpowiedzi na postawiony temat, wykonali prace plastyczne (rysunkowe). W pracach przedstawili, w jaki sposób postrzegają problem przemocy i jak

	<p>się do niej odnoszą oraz to, co kojarzy im się z przemocą. Prace plastyczne dzieci okazały się bardzo dobrym materiałem informacyjnym o wiedzy dzieci na temat przemocy i postrzeganiu jej w swoim środowisku, życiu. Na podstawie przeprowadzonej analizy prac i wyciągniętych z niej wniosków, uczniów szkół podstawowych dobrze jest objąć działaniami wspierającymi proces edukacyjny w szkołach w zakresie rozumienia i świadomości przemocy, zapobiegania przemocy, wiedzy o możliwościach wsparcia w przypadku doświadczania sytuacji przemocowych, kompetencji behawioralnych niezbędnych w sytuacjach przemocy.</p>
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Rozbudowanie wiedzy na temat przemocy w szkole</li> <li>-Rozwijanie zdolności artystycznych dzieci</li> <li>-Uczenie dzieci, że poprzez sztukę można wyrażać trudne emocje</li> </ul>
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<p><a href="http://www.fundacjaart.pl/ocaleni-od-przemocy-kampania-spoeczna-aktywizujaca-na-lata-2013-2016/">http://www.fundacjaart.pl/ocaleni-od-przemocy-kampania-spoeczna-aktywizujaca-na-lata-2013-2016/</a></p>

## VII

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	Profilaktyczno-Edukacyjny Teatr dla Dzieci i Młodzieży „Moralitet”
<b>Lokalizacja:</b>	Łazy
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Szkoła Podstawowa Nr 1 w Łazach we współpracy z Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Luty 2017
<b>Źródło finansowania:</b>	Szkoła Podstawowa Nr 1 w Łazach we współpracy z Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
<b>Opis aktywności:</b>	Dzieci miały możliwość obejrzenia spektakli profilaktycznych. Widowisko miało ukazać dlaczego młody człowiek staje się agresorem: brak zainteresowań, brak asertywnej postawy

	życiowej, błędne przekonanie, że w dzisiejszych czasach takie właśnie zachowanie jest właściwe. Wśród przyczyn takiego stanu rzeczy m.in. pojawia się nuda.
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	Edukacja na temat przyczyn występowania przemocy w szkole
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.sp1lazy.pl/2017/02/23/spektakle-edukacyjno-profilaktyczne-w-naszej-szkole/">http://www.sp1lazy.pl/2017/02/23/spektakle-edukacyjno-profilaktyczne-w-naszej-szkole/</a>

## VIII

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	„ Czego Jaś się nie nauczył, tego Jan nie będzie umiał ” z kategorii „ Kultura i sztuka ”
<b>Lokalizacja:</b>	Niesułków
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza w Niesułkowie
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2009
<b>Źródło finansowania:</b>	Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza w Niesułkowie , program grantowy „Szkoła bez przemocy”,
<b>Opis aktywności:</b>	Głównym celem projektu było przeciwdziałanie przemocy i agresji (głównie słownej) poprzez wspólne warsztaty artystyczne i wycieczki, podczas których dzieci uczyły się współdziałania w zróżnicowanej wiekowo grupie obserwując zachowania oraz sposób komunikowania się dorosłych Działania były podejmowane w następujących dziedzinach: plastyka, fotografia, teatr, taniec i dziennikarstwo.
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	Wzmacnianie poczucia własnej wartości, kształtowanie poczucia współodpowiedzialności za pracę grupy i doskonalenie umiejętności zgodnego współdziałania oraz tolerancji w stosunku do współpracowników w danej grupie.
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://spnieszulcow.superszkolna.pl/cms/23006/projekty_i_programy">http://spnieszulcow.superszkolna.pl/cms/23006/projekty_i_programy</a>

## IX

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	Cykl Profilaktyczno-Społeczny „Filmowe Drogowskazy”
<b>Lokalizacja:</b>	ul. Batorego 1/6, 43-100 Tychy
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	„KinoSzkoła” Fundacja Rozwoju Kompetencji Medialnych i Społecznych
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	październik-kwiecień 2019/2020
<b>Źródło finansowania:</b>	<a href="http://www.kinoszkola.pl/">http://www.kinoszkola.pl/</a>
<b>Opis aktywności:</b>	<p>Przedstawienie filmu o wpływie jednostki na grupę rówieśniczą: Mam dość!, reż. Tessa Schram, Holandia 2016</p> <p>w ramach ogólnopolskiego programu złożonego z różnorodnych form edukacyjnych, których zasadniczym celem jest wzrost świadomości oraz kompetencji medialnych i społecznych różnych grup, między innymi uczniów przedszkoli, szkół podstawowych, liceów.</p>
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kształtowanie kompetencji medialnych i społecznych poprzez kontakt ze starannie wyselekcjonowanymi dziełami polskiej i światowej sztuki filmowej;</li> <li>– Wsparcie w kształtowaniu: postaw empatycznych dzieci i młodzieży, pozytywnych relacji międzyludzkich oraz zrozumieniu problemów współczesnego świata</li> </ul>
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.kinoszkola.pl/">http://www.kinoszkola.pl/</a>

X

<b>Kraj:</b>	Polska
<b>Nazwa inicjatywy</b>	Projekt o nazwie „Pracownia osobliwości”,
<b>Lokalizacja:</b>	Nakiel Śląski
<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Zespół Szkół w Nakle Śląskim Centrum Kształcenia Rolniczego
<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2019/2020



<b>Źródło finansowania:</b>	Darowizny, grant przyznany w ramach akcji „Szkoła bez przemocy
<b>Opis aktywności:</b>	W ramach „Pracowni” prowadzono warsztaty obejmujące filcowanie i papieroplastykę (quilling). Planowane jest rozszerzenie działań o inne techniki jak: wyplatanie, decoupage, tworzenie świec i dekoracji okazjonalnych.
<b>Umiejętności i/lub cele</b>	-Tworzenie atmosfery współpracy poprzez wspólne tworzenie dzieł artystycznych
<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://ckrnaklo.pl/projekty-unijne/szkoła-bez-przemocy/">http://ckrnaklo.pl/projekty-unijne/szkoła-bez-przemocy/</a>

## Grecja

### I

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Uniwersytet Kreteński
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Uniwersytet Kreteński to multidyscyplinarna, zorientowana na badania instytucja położona w miastach Rethymnon i Heraklion, jedna z najbardziej uznanych i renomowanych w kraju
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	27-3-2015
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Sponsoring prywatnej firmy Stoiximania.gr
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Był to program badawczy przeciwko przemocy w szkole.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.mifovasai.gr">www.mifovasai.gr</a> .

### II

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Xamogelo toy paidiou / Uśmiech Dziecka w Atenach.

3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Uśmiech Dziecka (The Smile of the Child) jest to pozarządowa organizacja z lokalizacją w Atenach, Grecji.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	11/2011 – 05/2012
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Komisja Europejska European AntiBullying Campaign (E-ABC)
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Interaktywne narzędzie dla zwalczania przemocy w szkołach. -dzieci potrafią zidentyfikować formy znęcania się -dzieci potrafią zidentyfikować i rozpoznać swój emocjonalny świat
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	www.e-abc.eu.

### III

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	University Research Institute of Mental Health
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Athens, Research Institute (Presidential Decree 268/89).
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Kokkevi A., Stavrou M., Fotiou A., Kanavou E.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	1998
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Health Behaviour in School-Aged Children» (HBSC)

7.	<b>Opis aktywności:</b>	Badania HBSC / WHO dotyczące postawy dzieci, która jest silnie związana ze zdrowiem psychicznym nastolatków.
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	www.epipsi.gr

#### IV

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Szkoła muzyczna: Mówimy TAK dla muzyki i NIE dla przemocy
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Szkoła muzyczna w Lamii, Grecja. Lamia jest małym miastem, które liczy 80 000 mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Stavroula Boti
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	13/4/2016
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Ministerstwo Edukacji, gmina Lamia
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Podstawową koncepcją tej sceny muzycznej jest uświadomienie uczniom, że ból, jaki wywołują boomwhackers podczas bicia ciała podczas produkcji muzyki, nie powinien być wykorzystywany do zastraszania - tylko do sztuki.
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://cultradio.gr/?p=4029">https://cultradio.gr/?p=4029</a>

#### V

1.	<b>Kraj:</b>	Różne kraje na terenie Europy
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Rada Europy, Program DAPHNE III
3.	<b>Lokalizacja</b>	-Program został zaplanowany dla pozarządowych organizacji i instytucji na terenie całej Europy.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>- opis lokalizacji</li> </ul>	-Kraje Europejskie
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Uniwersytety, NGOs, Instytucje
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2003 Daphne I, 2008 Daphne II, 2008
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Parlament Europejski
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Pomoc i wsparcie dla organizacji pozarządowych i innych instytucji.</li> <li>-Identyfikowanie i zwiększanie skuteczności zachowań przyczyniających się do poprawy sytuacji osób dotkniętych przemocą.</li> <li>-Rozszerzanie wiedzy w oparciu o wymianę i rozpowszechnianie dobrych praktyk.</li> <li>-Opracowywanie materiałów edukacyjnych jak i również udoskonalanie tych, które już istnieją.</li> <li>-Badania nad przemocą i jej konsekwencjami.</li> <li>-Rozwijanie i implementacja programów skierowanych do ofiar i sprawców przemocy.</li> </ul>
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.e-abc.eu/gr/to-ergo/programma-daphne-iii">http://www.e-abc.eu/gr/to-ergo/programma-daphne-iii</a>

## VI

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Ministerstwo Edukacji / "Stop przemocy"
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>- opis lokalizacji</li> </ul>	Ateny, stolica Grecji z populacją liczącą 4 miliony mieszkańców.

4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Ministerstwo Edukacji
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2003-2007
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Unia Europejska, rząd Grecji
7.	<b>Opis aktywności:</b>	-Rejestrowanie przypadków przemocy -Zwiększanie świadomości na temat przemocy poprzez sieć studentów, nauczycieli, rodziców -Przygotowana seria kursów e-learningowych na temat przemocy w szkole
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://stop-bullying.sch.gr/">http://stop-bullying.sch.gr/</a>

## VII

1.	<b>Kraj:</b>	Cypr
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Ministerstwo Edukacji - Biuro Antyprzemocowe
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Limassol jest drugim co do wielkości miastem na Cyprze liczącym 237 000 mieszkańców. Mieści się w południowej części wyspy.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Ministerstwo Edukacji, Instytut Pedagogiczny
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2018
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Rząd Cypru i projekty europejskie
7.	<b>Opis aktywności:</b>	-Zapobieganie i zarządzanie konfliktami w szkole -Wykreowanie sieci wsparcia w oparciu o zarządzanie zachowaniami problemowymi w oparciu o teorię i praktykę systemową
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.moec.gov.cy/paratiritirio_via/">http://www.moec.gov.cy/paratiritirio_via/</a> .

## VIII



1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	KEAN / "Bullying Free: Promoting a democratic school without school violence"
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Ateny, stolica Grecji z populacją liczącą ponad 4 miliony mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Fundacja Bodosaki, KEAN, 2102692880
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2015
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Grant EEA
7.	<b>Opis aktywności:</b>	-Realizacja warsztatów eksperymentalnych. -Opracowanie materiałów edukacyjnych z wykorzystaniem innowacyjnych komiksów, animacji. -Rozwój struktur KEAN poprzez współpracę z innymi agencjami działającymi w dziedzinie edukacji demokratycznej i zwalczaniem przemocy w szkole.
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.kean.gr/web/bullying-free/home">http://www.kean.gr/web/bullying-free/home</a>

## IX

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Edycja "METAIXMIO"/ "Mówimy "nie" przemocy, mówimy "nie" rasizmowi"
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Ateny, stolica Grecji z 4 milionami mieszkańców.



4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Grupa pisarzy Greckich
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2018
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Sektor prywatny
7.	<b>Opis aktywności:</b>	-Pisarze tworzą serię książek z komiksami dla młodych uczniów, w których porusza się temat przemocy i rasizmu w szkole. -Organizują seminaria i lektury otwarte dla rodziców, uczniów i nauczycieli.
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.metaixmio.gr/">https://www.metaixmio.gr/</a>

X

1.	<b>Kraj:</b>	Grecja, Australia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Uniwersytet Thessaly, Szkoła Edukacyjna Uniwersytetu Flinders "Ja radzę sobie z przemocą"
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - opis lokalizacji	Grecja, miasto Volos liczące 100 000 mieszkańców. Jest to cel turystyczny, ponieważ znajduje się na wschodnim wybrzeżu Grecji.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Andreou Eleni
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2011
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Komitet Badawczy Uniwersytetu w Thessaly
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Program został zaprojektowany, aby: -Szkolić uczniów w zakresie skutecznych strategii przeciwdziałania przemocy w szkole. Pilotażowym elementem interwencji jest prezentacja filmu, który zawiera wiele scenariuszy reprezentujących różne formy zastraszania, np. agresja werbalna, fizyczna, cyberprzemoc. Scenariusze zostały napisane przez studentów. Podczas zajęć uczniowie

		<p>oglądali po odcinku trwającym około 10 minut. Następnie pracując w małych grupach odpowiadali na pytania jak radzić sobie z formami przemocy przedstawionymi w filmie.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Program składa się z ośmiu sesji podczas, których uczniowie pracują na materiale wideo w niewielkich grupach.</li> <li>- Charakterystyczną cechą programu jest to, że wykorzystywał współpracę studentów i dynamikę, która tworzy się w małych grupach. Procesy szczególnie skuteczne w nauce. Ułatwiło to pożądane zmiany i zachowanie dzieci w odniesieniu do strategii radzenia sobie, co nie byłoby możliwe przy pomocy samych informacji.</li> </ul>
8.	<b>Strona internetowa / E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.pre.uth.gr/new/el/project/537-programma-paremvasis-gia-tin-prolipsi-kaitin">http://www.pre.uth.gr/new/el/project/537-programma-paremvasis-gia-tin-prolipsi-kaitin</a>

## Bułgaria

I

1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	„Jeden za wszystkich - wszyscy za jednego – metodologia pozytywnych wzorców do naśladowania przeciw dyskryminacji w szkole “
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Metodologia została zatwierdzona w małym miasteczku - nieopodal stolicy Sofii (22 km) - Slivnitsa. Gospodarka miasta związana jest głównie z gospodarką stolicy, w której pracuje większość jego mieszkańców (mniej niż 10 tys. osób).
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa została opracowana przez Centrum dla Edukacji Inkluzywnej
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Od 2009 do 2014
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Program dla wsparcia NGO w Bułgarii pod mechanizmami finansowymi EEA 2009-2014

<p>7. <b>Opis aktywności:</b></p>	<p>Grupa docelowa: uczniowie liceum oraz nauczyciele.</p> <p>Metodologia zapewnia nauczycielowi instrument do walki z dyskryminacją w szkole, zwalczaniem stereotypów i negatywnych zachowań między uczniami czyli wszystkiego co może wywołać przemoc.</p> <p>Jest oparta na użyciu pozytywnych wzorów do naśladowania w postaci prawdziwych osób, których życie i praca polegają na obronie praw człowieka i zwalczaniu dyskryminacji.</p> <p>Podręcznik, który został opracowany przez Centrum Edukacji Inkluzywnej jest podzielony na sześć modułów. Każdy z modułów jest dedykowany dla konkretnej osoby, która jest powiązana z konkretnym typem dyskryminacji. Każdy z sześciu modułów dzieli się na dwie części opracowane w taki sposób, aby umożliwić wykorzystanie ich w trakcie dwóch oddzielnych 40-minutowych zajęć.</p> <p><b>Wzory do naśladowania:</b></p> <p>Wybrano słynne osoby, które sprzeciwiły się dyskryminacji. Osoby te nie mają bezpośredniego związku z Bułgarią i bułgarskim kontekstem kulturowo- historycznym. Dokonano tego, aby uniknąć pewnej podmiotowości związanej z bohaterami narodowymi, którzy są znani wśród dzieci w wieku szkolnym. Przedstawienie im osoby, która nie jest znana większości lub wszystkim, daje możliwość wypracowania pozytywnego wizerunku bez uprzedzeń. Różny kontekst kulturowy, społeczny, historyczny i geograficzny, z którym związane jest życie wybranej osoby, pomaga uczniom rozważyć pewne zjawisko (szczególny rodzaj dyskryminacji) w wartościach bezwzględnych, tj. bez uprzedzeń wynikających z istniejącej wiedzy. To podejście pozwala uzyskać konkluzje</p>
-----------------------------------	---

	<p>na temat wzorów do naśladowania i przenieść je na kontekst środowiska uczniowskiego co w konsekwencji może spowodować zmiany w zachowaniu.</p> <p><b>Uczenie się poprzez doświadczenie:</b> Każdy moduł zaczyna się od małej gry/zadania, które umiejscawia ucznia w sytuacji ilustrując pewne typy dyskryminacji. Uczniowie sami zaczynają się stawiać w roli osoby dyskryminowanej albo takiej, która dyskryminuje. Dzięki temu uczniowie mogą identyfikować sposoby radzenia sobie z problemem.</p> <p><b>Dyskusja:</b> Dyskusja jest kluczowym elementem programu, dzięki niej uczniowie mogą swobodnie przedstawiać swoje zdanie na dany temat. Na podstawie wyrażonych opinii nauczyciel może lepiej zrozumieć obecność oraz częstotliwość występowania aktów dyskryminacji wśród uczniów. W idealnej sytuacji rola nauczyciela sprowadza się do zadawania pytań, prowadzących do omówienia pewnych tematów. Kiedy to konieczne nauczyciel może zapewnić podstawowe informacje na temat omawianej osoby, jego/jej życia, pracy, kontekstu historycznego itp. Dobrą praktyką jest prosić uczniów o szukanie informacji przy pomocy internetu w trakcie trwania zajęć.</p> <p><b>Indywidualne poszukiwania:</b> Nauczyciel może zadać uczniom pracę domową, aby poszukać dodatkowej informacji na temat omawianej osoby (bibliografia, cytaty itp)</p> <p><b>Praca grupowa:</b> Uczniowie mogą tworzyć niewielkie grupy (po 5 do 7 osób). Rolą nauczyciela w tej aktywności jest głównie kierowanie działaniami. Jest ważne, aby</p>
--	---

		wyjaśnić uczniom, że nie ma limitu jeśli chodzi o ich sposób ekspresji - malowanie, kolaż, wycinanki, inne, wszystko jest dozwolone.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uczenie empatii wobec osób zmagających się z dyskryminacją;</li> <li>• Rozwijanie kooperacji i umiejętności komunikacyjnych w celu osiągnięcia wspólnego celu, jak również zwiększenie szacunku wobec praw innych ludzi;</li> <li>• Rozwijanie umiejętności do wyrażenia swojej opinii oraz poglądów na pewne tematy;</li> <li>• Umiejętność pracy w grupie.</li> </ul>
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.ela-bg.eu/en">https://www.ela-bg.eu/en</a>

## II

1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Intersecting point
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Miasto Carnobat - małe miasteczko niedaleko wybrzeża morza Czarnego, liczące 25 tys. mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Stowarzyszenie „Alternatives” – Aytos
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2015-2017
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Projekt «We are the network» ufundowany przez Fundację Tulip i OAK
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Grupa docelowa to: Dzieci i młodzież z miasta Carnobat. Część z nich jest zagrożona wyrzuceniem ze szkoły lub wykluczeniem z kręgu przyjaciół z powodu negatywnych zachowań i niezdolności

		<p>środowiska rodzinnego do radzenia sobie z problemami.</p> <p>Wśród dzieci i młodzieży istnieje długoterminowa tendencja do zachowań agresywnych i destrukcyjnych, które zagrażają ich rozwojowi. Około 15% dzieci poddawanych ewaluacji jest diagnozowane jakiego rodzaju dzieci w grupie ryzyka. Ponadto pracownicy socjalni muszą radzić sobie z przypadkami, w których ryzyko przekształciło się w kryzys - dziecko porzuciło szkołę, nie ma odpowiedniego wsparcia lub powinno zostać zabrane z rodziny, ponieważ dłuższy pobyt w rodzinie stanowiłby zagrożenie jego dobrostanu.</p> <p>Inicjatywa rozwinęła program poprzez użycie Teatru Zaangażowanego Społecznie (ang. Social theatre).</p> <p>Osobiste historie dzieci i młodych ludzi, którzy byli zaangażowani w trudne sytuacje zostały zebrane i przetransformowane w opowieść przedstawioną na deskach teatru.</p> <p>Wykreowane podejście do dzielenia się swoimi osobistymi doświadczeniami stało się metodą samopomocy.</p> <p>Stworzono pięć sztuk teatralnych, które miały być odegrane przed publicznością. Praca z dziećmi w grupie ryzyka dodała dzieciom odwagi i pomogła im rozwinąć umiejętności z zakresu komunikacji interpersonalnej, podejmowania decyzji oraz radzenia sobie w sytuacji konfliktowej.</p> <p>Po występach publiczność była zaangażowana w dyskusję na temat problemów, które dzielą historię uczestników projektu. Wykorzystanie kreatywności i sztuki jako rozwiązania bez przemocy.</p>
8.	<p><b>Umiejętności i/lub cele:</b></p>	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zmobilizowanie zasobów do opracowania podejścia do osobistego rozwoju zagrożonych dzieci i młodzieży z regionu Carnobat,</li> </ul>



		<p>wykorzystując ich mocne strony, poprzez udział w programie teatru społecznego;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stworzenie bezpiecznego środowiska, otwartego na uczestnictwie, w którym dzieci mogą adoptować i rozwijać różne umiejętności wykorzystując w tym celu sztukę teatralną;</li> <li>• Program pracy na rzecz tworzenia pozytywnych postaw dotyczących prawa każdego dziecka do zwracania uwagi oraz możliwości wniesienia i przedyskutowania ważnych dla niego spraw.</li> </ul>
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://alternativi-aitos.org">http://alternativi-aitos.org</a>

### III

1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Mediacje między rówieśnikami - bezkonfliktowe rozwiązywanie problemów w szkole
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Sofia - stolica - licząca ponad 1,5 mieszkańców - centrum kulturowe i ekonomiczne kraju.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Fundacja "Partners - Bulgaria"
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	3 lata – 2015-2017
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Erasmus+
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Fundacja rozpowszechnia umiejętność prowadzenia działań mediacyjnych w celu zwalczania przemocy międzyrówieśniczej. Trenowani uczniowie w trakcie warsztatów pomagają innym rozwiązać ich problemy.

		<p>Konflikt jest naturalną częścią życia w szkole. Celem zajęć jest nauczenie dzieci jak rozwiązywać problemy w sposób pozbawiony agresji. Trening trwa przez 5 dni, w tym czasie uczniowie nabywają podstawowe umiejętności mediacyjne. Kurs porusza tematy z zakresu: umiejętności rozwiązywania konfliktów, efektywnej komunikacji, faz mediacji. Kończy się otrzymaniem certyfikatu. Wideo edukacyjne na temat mediacji rówieśniczych: <a href="https://youtu.be/3WJwIIHseLo">https://youtu.be/3WJwIIHseLo</a></p>
8.	<p><b>Umiejętności i/lub cele:</b></p>	<p>Szkolenie mediatorów szkolnych obejmuje rozwijanie umiejętności komunikacyjnych poprzez ćwiczenia. Omawia się, jak zadawać pytania, kiedy prowadzić osobno spotkania ze stronami, jak prowadzić i rejestrować sytuacje, jak przekazywać i uzyskiwać informacje zwrotne. Ważną częścią edukacji jest zrozumienie jak radzić sobie z problematycznym zachowaniem każdej ze stron. Aby zostać mediatorem, uczniowie muszą posiadać doskonałą umiejętność słuchania. Muszą być w stanie przeanalizować i zrozumieć sytuację oraz problem, mieć pozytywny stosunek do swoich kolegów, rozumieć ich bez względu na wady.</p> <p>Ważną cechą mediatorów jest to, że nie boją się silnych emocji i napiętych relacji. Tylko w ten sposób mogą pomóc osobom w konflikcie. Mediatorzy są zorientowani na rozwiązania i mogą prowadzić rozmowę w kierunku rezolucji. Są neutralnymi pośrednikami i nie są uprzedzeni do żadnej ze stron.</p>
9.	<p><b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b></p>	<p><a href="http://www.partnersbg.org">www.partnersbg.org</a></p>

IV

1.	<p><b>Kraj:</b></p>	<p>Bułgaria</p>
----	---------------------	-----------------

2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Metodologia "Prevention of virtual and real aggression"
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Na terenie całego kraju - w małych, średnich i dużych miastach włączając w to stolicę - Sofię, miasto mające ponad 1.5 miliona mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	"Parents" Stowarzyszenie i Fundacja "Applied research and communication", zjednoczone w Narodowe Centrum Bezpiecznego Internet.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2012-2018
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Program Bezpieczny Internet i Fundacja OAK
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Grupą docelową są nauczyciele, a ostatecznie - uczniowie. Metodologia dla „Zapobiegania wirtualnej i rzeczywistej agresji” została opracowana w formie dwóch podręczników o tytułach - „Wirtualna i rzeczywista przemoc” oraz „Zapobieganie wirtualnej i rzeczywistej przemocy”. Pierwszy przewodnik koncentruje się na różnych formach przemocy zarówno w Internecie, jak i poza nim. Drugi koncentruje się na pozytywnych umiejętnościach i mocnych stronach młodych ludzi do radzenia sobie z wyzwaniem codziennego życia.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem inicjatywy jest lepsze zrozumienie przemocy jako fenomenu w świecie prawdziwym i wirtualnym oraz rozwijanie umiejętności miękkich w obszarze potrzeb, emocji, samowiedzy, komunikacji, pracy zespołowej, empatii, tolerancji, podejmowania decyzji poprzez wyselekcjonowane aktywności.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://roditeli.org">https://roditeli.org</a>

V

1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Program "No to bullying at school"
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Program został przetestowany łącznie na 10 szkołach w 5 miastach - 4 z nich miały poniżej 60 tysięcy mieszkańców, piątym miastem była Sofia - stolica Bułgarii licząca 1,5 mln mieszkańców.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	„Gender education, research and technologies”
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2008-2011
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Program jest przeznaczony dla nauczycieli, uczniów i ich rodziców. Jego testowanie miało miejsce pomiędzy 2000 uczniami i 120 nauczycielami z aktywnym wsparciem rodziców. Program skupia się na dzieciach od 1 do 7 klasy, ich nauczycielach oraz pozostałych pracownikach szkoły. Jego celem jest zapobieganie przemocy w szkole. Wśród najbardziej popularnych programów znajduje się plan Dana Olweusa, norweskiego psychologa i jego współpracowników.</p> <p>„Nie dla przemocy w szkole” (ang. No to bullying at school). Program angażuje wszystkich w szkole włączając ich w aktywności przeciwdziałające występowaniu przemocy.</p> <p>Na poziomie szkolnym obowiązkowy trening nauczycieli i personelu wspierającego, koordynacja komisji w tym grupy dyskusyjnej dla nauczycieli, których zadaniem jest wymieniać się doświadczeniami oraz pomysłami odnośnie tego jak radzić sobie z przypadkami przemocy.</p>

		<p>Ankieta pomiędzy uczniami oraz ewaluacja rozpowszechnienia przemocy w konkretnej szkole.</p> <p>Wprowadza się system obserwacji i interwencji. Wprowadza się również zasady antyprzemocowe, które są obowiązkowe dla wszystkich uczniów i dorosłych.</p> <p>Na poziomie klasowym należy skupić się na wartościach i ustaleniu zasad zachowania oraz konsekwencjach w razie złamania tych zasad. Regularnie organizowane są spotkania klasowe. W ich trakcie poprzez użycie różnych metod, między innymi ekspresji artystycznej (rysowania na koszulkach, tworzenia komiksów), uczniowie internalizują wiele tematów związanych z rozpoznawaniem oraz utrzymywaniem środowiska bezpiecznego i pozbawionego agresji. Podczas spotkania klasowego podejmowane są próby polepszania relacji między dziećmi. Na tym poziomie jest potrzebna kooperacja z rodzicami, ich aktywne zaangażowanie w różne aktywności klasowe.</p> <p>Na poziomie ucznia, należy zachęcać do indywidualnej pracy z dzieckiem, które było prześladowane jak i również ze sprawcami. Nauczyciele powinni zastosować konkretne techniki interwencji w sprawie przemocy. Podczas treningu na temat tego jak program powinien być stosowany wszyscy nauczyciele są zaznajomieni ze sposobami podejmowania działań w przypadku gdy stają się świadkami przemocy lub jest im to sygnalizowane. Na poziomie społeczności, szkoła jako instytucja powinna szukać wsparcia i szukać partnerów w postaci reprezentantów społeczności, aby otrzymać wsparcie na zastosowanie programu.</p>
8.	<p><b>Umiejętności i/lub cele:</b></p>	<p>Cele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zmniejszenie liczby ofiar przemocy wśród uczniów</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zapobieganie nowym przypadkom znęcania się</li> <li>• Rozwijanie relacji pomiędzy dziećmi w szkole</li> <li>• Wspieranie rozwoju pozytywnego środowiska szkolnego - bezpieczeństwo, wsparcie, szacunek.</li> </ul>
9.	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="https://www.gert.ngo-bg.org/bg">https://www.gert.ngo-bg.org/bg</a>

## VI

1.	Kraj:	Bułgaria
2.	Nazwa inicjatywy	“Usłysz mnie!” – opracowane pod projektem “Wprowadzenie do metody identyfikowania i przeciwdziałania przemocy w szkole poprzez uczestnictwo młodzieży z 7 krajów europejskich”
3.	Lokalizacja - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Projekt miał charakter międzynarodowy, jednym z zaangażowanych siedmiu państw europejskich była organizacja z Bułgarii, która swoją działalność prowadziła w Sofii-stolicy państwa. Łącznie ze wszystkich krajów partnerskich w wydarzeniu wzięło udział 514 uczniów z 16 szkół.
4.	Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):	Fundacja „Association Animus”
5.	Czas trwania inicjatywy:	2016
6.	Źródło finansowania:	JUST/2013/DAP/AG/5372, Program “Daphne” Komisji Europejskiej.
7.	Opis aktywności:	<p>Szkoła odgrywa istotną rolę w życiu dzieci i oczekuje się, że nauczy je przezwycięzać negatywne uczucia oraz doświadczenia jak i również radzić sobie z agresją.</p> <p>Szkoła jest kluczem do rozwoju poznawczego i psychicznego oraz zdrowia emocjonalnego uczniów.</p> <p>Osoby zaangażowane w projekt były szczególnie zainteresowane punktem widzenia dzieci w</p>



		<p>sprawie znęcania się, bezpieczeństwa i dobrostanu w szkole.</p> <p>Głównym celem jest włączenie dzieci w zwalczanie zjawiska znęcania się w szkole i stworzenie bezpiecznego środowiska.</p> <p>Wspólnie z dyrektorami i nauczycielami z różnych szkół, w których realizowano projekt, dzieci z 7 krajów miały okazję podzielić się swoimi opiniami na temat zastraszania w szkole i tego, co według nich byłoby konieczne, aby czuć się bezpiecznie. Poprzez rysunki i różne techniki wizualne dzieci wyraziły swoje myśli, zmartwienia, emocje i oczekiwania, aby pomóc dorosłym zrozumieć ich potrzebę bezpieczeństwa i ochrony. Wszystko, co zrobiły, zostało przedstawione w książce „Posłuchaj mnie!”.</p> <p>Jedną z rzeczy, której się nauczyli jest to, że tworzenie sprzyjających warunków dla komunikacji z dzieckiem jest jedynym sposobem, aby do nich dotrzeć. Zrozumieli, że dorośli powinni uważać dzieci za „ekspertów” w sprawach, które ich dotyczą i nie należy narzucać dzieciom swoich opinii, ale być otwartym na ich poglądy nawet jeśli są sprzeczne z osobistym punktem widzenia.</p>
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	<p>Celem było utworzenie środowiska szkolnego, w którym wspiera się zdrową komunikację, nieagresywne zachowania prowadzące do rozwiązania konfliktu oraz akceptuje się różnice aby zapobiegać znęcaniu się, przemocy, upokorzenia.</p>
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<p><a href="http://listen.animusassociation.org/?lang=bg">http://listen.animusassociation.org/?lang=bg</a></p>

VII

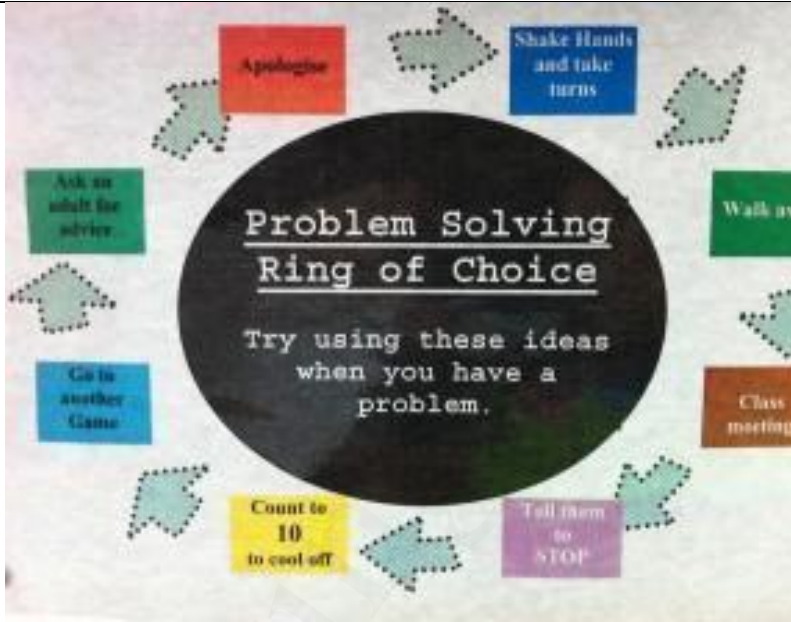
1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Efektywna komunikacja - Sukces w przyszłości

3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Bułgaria (Varna) – duże miasto na wybrzeżu morza Czarnego.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Projekt jest koordynowany przez szkołę podstawową "Hristo Botev" – Varna – włączone zostało kilka innych szkół. Aktywność w ramach projektu dotyczyła tworzenia rysunków i wykorzystywania dramy w pracy z dziećmi.
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2015-2018
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Program Erasmus+
7.	<b>Opis aktywności:</b>	W ramach projektu przygotowano podręcznik efektywnej komunikacji, który może być narzędziem samorozwoju dla odbiorcy.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Głównym celem projektu "Efektywna komunikacja - Sukces w przyszłości" jest poprawa jakości komunikacji pomiędzy nauczycielami, uczniami i rodzicami.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://effectivecommunicationbg.com">http://effectivecommunicationbg.com</a> <a href="http://www.daskalo.com/effectivecommunication/files/2018/05/арресията-ilovepdf-compressed.pdf">http://www.daskalo.com/effectivecommunication/files/2018/05/арресията-ilovepdf-compressed.pdf</a>

### VIII

1.	<b>Kraj:</b>	Bułgaria
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	„Krag wyboru”
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców,	Szkoła Zawodowa "Korolyov" w mieście Dupnitsa. Praktyka została opracowana w brytyjskiej szkole, w Norwich.

	<b>mniejsze miasto, wieś)</b> - <b>opis lokalizacji</b>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Szkoła zawodowa "Korolyov"
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Działająca inicjatywa
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Fundusze nie są potrzebne
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>„Krağ wyboru” to aktywność mająca na celu poradzić sobie z agresją w szkole. Została opracowana przez szkołę w Norwich, w Wielkiej Brytanii i zapewnia sposoby reagowania w sytuacji problemowej:</p> <p>Tutaj jest lista niektórych aktywności:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Policz do 10 i uspokój się</li> <li>2. Zaczynij inną zabawę</li> <li>3. Poproś dorosłego o radę</li> <li>4. Powiedz: przepraszam</li> <li>5. Podajcie sobie dłonie</li> <li>6. Odejdź</li> <li>7. Powiedz jej/jemu aby przestał/a</li> <li>8. Zainicjuj zebranie klasowe</li> </ol> <p>Ta dobra praktyka jest połączona z aktywnością zaimplementowaną w połączeniu z indeksem inkluzji (ang.inclusion index) tworzącego kulturę włączającą.</p>

		
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem jest zminimalizowanie problemu przemocy w szkole.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://pgkoroljov.weebly.com/10441086107310881080-10871088107210821090108010821080.html">http://pgkoroljov.weebly.com/10441086107310881080-10871088107210821090108010821080.html</a>

IX

1.	<b>Kraj:</b>	Irlandia
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Dobra praktyka zaproponowana przez profesora Paula Downesa z Dublińskiego Instytutu Edukacji (DCU), tłumaczy w jaki sposób szkoły mogą inspirować zmianę w sferze zwalczania przemocy.
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś) - opis lokalizacji	Różne miasta, różne rodzaje szkół wykorzystują to podejście.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Inicjatywa może być podjęta przez każdą zainteresowaną szkołę - po skontaktowaniu się z twórcą i otrzymaniu praktyk

5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Porady są dostępne dla szkół w celu wykorzystania ich zgodnie z zapotrzebowaniem
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Program uniwersytecki - brak finansowania ze strony osób trzecich
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Szkoły mogą zapobiegać przemocy poprzez promowanie środowiska, które opiera się na budowaniu relacji pozbawionych przemocy. Zaczyna się od nauczyciela w klasie: np. poprzez odpowiednie podejście uczeń jest edukowany na temat umiejętności interpersonalnych takich jak definiowanie emocji, pisanie poezji na temat zastraszania itp. Ważne jest też aby sytuację rozpatrywać z punktu widzenia zarówno ofiary jak i sprawcy przemocy.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Zapobieganie przemocy.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.schooleducationgateway.eu/bg/pub/view/points/experts/tackling-school-bullying.htm">https://www.schooleducationgateway.eu/bg/pub/view/points/experts/tackling-school-bullying.htm</a>

## Wielka Brytania

I

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Pozytywne nastawienie, asertywność
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	London – Haringey Borough. Populacja wynosi 275 000. 67% populacji z Haringey to osoby czarnoskóre i z innych mniejszości etnicznych (BME-Black and Minority Ethnic). Grupy te posługują się 180 różnymi językami. Jest to czwarta pod względem najbardziej potrzebujących londyńskich dzielnic.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Every Child
5.	<b>2015-2016</b>	2015-2016

6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Połączenie funduszy: nasz własny fundusz rozwoju; Projekty ERASMUS + „Migrants not Excluded” oraz „Join Us”
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Projekt miał na celu zastosowanie sprawdzonych zasad korzystania z edukacji nieformalnej, aby pomóc młodszym uczestnikom, którzy byli zaangażowani w agresywne zachowania w szkole. Badania, które dzielą młodych ludzi w zajęciach pozaformalnych   które zostały przedstawione i dostarczone zgodnie z kodeksem postępowania grupowego (OSHL) - poprawiły ogólne zachowanie i postawy.</p> <p>Działania projektowe są połączeniem dobrej zabawy i przyjemności. Sesje obejmują:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zaspokajanie potrzeb młodych ludzi, którzy są sprawcami przemocy.</li> <li>- Podnoszenie świadomości na temat nękania (przy użyciu różnych metod, technik i zasobów multimedialnych).</li> <li>- Pokazanie, że „bycie innym” nie musi być odbierane negatywnie - wykorzystano filmy dokumentalne i filmy krótkometrażowe, aby to udowodnić.</li> <li>- Celebrowanie różnorodności było ważnym elementem projektu</li> <li>-Co tydzień prowadzono dialog dotyczący radzenia sobie w trudnych sytuacjach w sposób spokojny, pozytywny i skoncentrowany na rozwiązaniu.</li> </ul> <p>W przypadku gdy dochodzi do prawdziwych nieporozumień pomiędzy uczestnikami, tutorzy i personel szkoły pomaga młodym ludziom zachować podejście nieagresywne.</p> <p>Ostatnie 12 tygodni koncentrowało się na bardziej szczegółowym zestawie działań (np. wydajności), aby umożliwić młodym ludziom zrozumienie, że każdy uczeń ma prawo do korzystania z edukacji szkolnej bez bycia ofiarą przemocy i wiedzieć kiedy należy przestać żartować czyimś kosztem.</p> <p>Wynik był bardzo pozytywny i obecnie trwa wniosek o dofinansowanie do brytyjskiego organu</p>



		grantowego, aby projekt mógł zostać wdrożony w większej ilości szkół. Praca nad tym pilotażem umożliwiła nam opracowanie materiałów szkoleniowych dla dwóch projektów Erasmus +.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Celem było przetestowanie czy ustrukturyzowane programy uczenia się nieformalnego mogą zmniejszyć liczbę przypadków agresji i zastraszania w szkołach.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.everychildanachiever.eu">www.everychildanachiever.eu</a>

## II

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	I Can Deal with Bullies!
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>• opis lokalizacji</li> </ul>	London – Haringey Borough. Populacja 25 000
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Every Child
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2016
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Krótki kurs szkoleniowy - z darowizn.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Prześladowanie ma miejsce w każdej szkole. Wielu młodych ludzi, którzy doświadczają prześladowania oraz ich rodzice mają przeświadczenie, że szkoła nie robi wystarczająco dużo, aby zapobiegać takim sytuacjom. Kilku rodziców skontaktowało się z lokalną organizacją pozarządową, społecznością i grupą

		<p>wsparcia dla uchodźców, aby wyrazić swoje obawy związane z prześladowaniem ich dzieci, a szkoły nie reagowały ani nie chciały pomóc. Pomysł na ten projekt przyszedł po tym wydarzeniu. Każde dziecko przeprowadziło dyskusję z wieloma krajowymi organizacjami charytatywnymi, które pomogły w rozwoju tej inicjatywy.</p> <p>Po pierwsze, postąpiliśmy zgodnie z istniejącym modelem dostarczania tego szkolenia - w neutralnym miejscu i z zapewnieniem poufności dla rodziców i dzieci.</p> <p>Szkolenie było wydarzeniem równoległym - jedno dla dzieci, a drugie dla rodziców.</p> <p>Dla uczniów szkolenie składało się z lodołamaczy, rozmów i odgrywania ról, aby pomóc im radzić sobie w trudnych sytuacjach i znalezieniu sposobu uniknięcia konfliktu z prześladowcami.</p> <p>Dla rodziców było to podnoszenie świadomości, a także umożliwianie im spokojnego i kreatywnego podejścia do szkoły w celu uzyskania rozwiązania. Odgrywanie ról okazało się być skuteczne.</p> <p>Sesja uwzględniła wymagania rządu Wielkiej Brytanii, to znaczy każda szkoła musi posiadać politykę i procedury radzenia sobie ze zgłoszoną przemocą.</p> <p>Ta inicjatywa w dalszym ciągu trwa i jest wprowadzana na życzenie szkoły.</p>
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Rozwinąć efektywną metodę pomocy i stworzyć porady, które pomogą młodym ludziom, którzy są ofiarami przemocy w szkole.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.everychildanachiever.eu">www.everychildanachiever.eu</a>

### III

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy</b>	Seminarium na temat integracji modeli dobrych praktyk uczenia się nieformalnego z projektami poprawy zachowania dla dzieci, które są sprawcami przemocy.
3.	<b>Lokalizacja</b>	Londyn



	<ul style="list-style-type: none"> <li>(miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>opis lokalizacji</li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp):</b>	Every Child
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	2016
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Dotacje od lokalnych firm.
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Umożliwiło to praktykom zajmującym się przeciwdziałaniem nękanii uświadomienie sprawdzonych efektów zasad uczenia się nieformalnego oraz wprowadzenie do integracji kreatywności i sztuki (oraz technik zabawy i przyjemności) w programach mających na celu pomoc dzieciom, które są sprawcami. Co więcej, uwypukliło to również potrzebę projektów, które trwają znacznie dłużej niż krótkie szkolenia (5-6 tygodni w Wielkiej Brytanii), aby zagwarantować młodym ludziom utrzymanie tego, czego mają się nauczyć.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Nowe podejście do tworzenia treningu dla dzieci, które prześladują innych włączający kreatywność i sztukę jako metody pracy.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail/Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="http://www.everychildanachiever.eu">www.everychildanachiever.eu</a>

## IV

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Kidscape - Organizacja pozarządowa specjalizująca się w interwencjach przeciwko zastraszaniu i szkoleniach dla szkół

3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - -opis lokalizacji	Działa na terenie całego kraju
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)	Kidscape
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	1 dzień lub pół dnia
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Darowizny od prywatnych darczyńców, DfE oraz pobieranie opłat od szkół za szkolenia
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Szkolenie w zakresie przeciwdziałania przemocy w szkole (INSET). Rady dla rodziców Telefoniczna linia porad Lobbing (za pośrednictwem All Party Select Committee on Bullying) dla rządu. Zasoby, które mają pomóc władzom lokalnym i szkołom w opracowaniu skutecznych interwencji przeciw zastraszaniu.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Znajomość strategii, szkoleń i porad dotyczących przeciwdziałaniu przemocy szkolnej. Szkolą również (za opłatą) lokalne organizacje społeczne i organizacje pozarządowe, aby oferować porady i szkolenia lokalnym rodzicom i dzieciom, które doświadczają przemocy.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.kidscape.org.uk">https://www.kidscape.org.uk</a>

V

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Ustawa o edukacji z 2006 r. Oraz ustawa o równości z 2010 r., Określają obowiązki szkół w zakresie zapobiegania i zwalczania przemocy.
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)	Na terenie całego kraju

	- opis lokalizacji	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	<p>Rząd Wielkiej Brytanii wymaga, aby szkoły przyjęły politykę zwalczania zastraszania oraz procedury rozliczania się przed organem zarządzającym i całą społecznością szkolną.</p> <p>Każda szkoła jest zobowiązana do posiadania polityk i procedur informowania rodziców o polityce, jaką szkoła musi mieć w celu zwalczania zastraszania; oraz procedury rozpatrywania skarg uczniów lub ich rodziców.</p> <p>Ofsted (inspektorat szkolny) analizuje dane dotyczące incydentów związanych z nękaniami, ich wyników i czy istnieją interwencje w celu zwalczania prześladowania.</p> <p>Szkoły są zobowiązane przez swoje organy zarządzające do zgłaszania w „sprawach poufnych”, ile incydentów związanych z nękaniami zostało zgłoszonych do szkoły i jakie są ich wyniki.</p>
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	Stałe, chyba że zmieni się prawo
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	DfE dla szkół
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Należą do nich: kupowanie szkoleń dotyczących przeciwdziałania przemocy dla personelu szkolnego (INSET) od wiodących organizacji pozarządowych, takich jak Kidscape, oraz szukanie porad i pomocy u specjalistów.</p> <p>Szkoły nie mają funduszy na oferowanie programów pomocy tym, którzy są ofiarami znęcania się, jednak podejmują pewne interwencje z tą grupą uczniów i ich rodzicami w ramach swoich możliwości.</p>

8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Literatura informacyjna i poradnicza na stronie internetowej promująca szkoły bez przemocy.
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	

## VI

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Tydzień bez przemocy
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - -opis lokalizacji	Ogólnokrajowa inicjatywa.
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Anti-Bullying Alliance
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	1 tydzień w listopadzie każdego roku
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Opłaty za członkostwo, dotacje i zbieranie funduszy
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Główny nacisk położony jest na podnoszenie świadomości na temat skutków nękania poprzez zachęcanie i umożliwienie szkołom w Anglii organizowania cotygodniowych zajęć w listopadzie każdego roku. Zapewnia szkołom różnorodne materiały promocyjne w celu ustanowienia solidnego i trwałego programu działań na rzecz stworzenia środowiska, w którym każde dziecko uczęszczające do szkoły czuje się bezpiecznie. ABA są oficjalnymi organizatorami corocznego Tygodnia Przeciwko Przemocy w szkołach w Anglii.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Zwalczanie przemocy szkolnej
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.anti-bullyingalliance.org.uk">https://www.anti-bullyingalliance.org.uk</a>



VII

1.	<b>Kraj:</b>	Litwa
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Telefon zaufania dla dzieci (Child line)
3.	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)  - -opis lokalizacji	Wilno
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)</b>	Vaikų linija
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Child Line powstała w 1997 roku i zapewnia bezpłatną i anonimową pomoc dzieciom i młodzieży przez telefon i Internet. Linia telefoniczna jest bezpłatna. Doradcy z Child Line słuchają dzieci i starają się wspólnie znaleźć sposób na rozwiązanie ich problemów. W razie potrzeby dzieci kierowane są do innych instytucji. Ponad 350 doradców-wolontariuszy zapewnia emocjonalne wsparcie dzieciom i młodzieży.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Wsparcie emocjonalne, projekty i kampanie
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.vaikulinija.lt/en/#sidebar">https://www.vaikulinija.lt/en/#sidebar</a>

VIII

1.	<b>Kraj:</b>	Włochy
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Szkolenie kadry nauczycielskiej i pozaszkolnej w zakresie tworzenia środowiska szkolnego przeciwdziałającego zastraszaniu
3.	<b>Lokalizacja</b>	Rzym

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>- -opis lokalizacji</li> </ul>	
4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)	Telefon Azzurro oraz Ministerstwo Edukacji
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	Ufficio Scholastico Regionale per il Lazio
7.	<b>Opis aktywności:</b>	Skierowany do personelu szkolnego (pracowników innych niż nauczyciele) w celu umożliwienia im rozpoznawania i reagowania na przypadki przemocy. Szkolenie prowadzone jest przez psychologów, pedagogów i pracowników szkoły. Uczestnikom udostępniane są arkusze informacyjne i inne materiały zawierające wytyczne. Główną zaletą tej inicjatywy jest to, że personel niezwiązany z nauczaniem ma zdolność radzenia sobie z przemocą, pomagając tym samym nauczycielom w skutecznym wypełnianiu ich obowiązków dydaktycznych.
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Umożliwienie personelowi szkoły zrozumienia zjawiska przemocy w szkole i skutecznego reagowania na incydenty związane z nękaniami
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	

## XIX

1.	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2.	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Anti-Bullying
3.	<b>Lokalizacja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)</li> <li>- -opis lokalizacji</li> </ul>	Na terenie całego kraju

4.	<b>Kto prowadzi inicjatywę?</b> (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)	Action Work
5.	<b>Czas trwania inicjatywy:</b>	
6.	<b>Źródło finansowania:</b>	
7.	<b>Opis aktywności:</b>	<p>Anti-Bullying Roadshow - coroczne zwiedzanie szkół w Wielkiej Brytanii podczas Tygodnia Przeciwko Przemocy;</p> <p>Filmy i wideo przeciwdziałające przemocy;</p> <p>Warsztaty przeciw zastraszaniu.</p> <p>Action Work wykorzystuje sztukę (w szerszym sensie) do aktywnego angażowania młodych ludzi, umożliwiając tym samym tworzenie wysokiej jakości filmów.</p>
8.	<b>Umiejętności i/lub cele:</b>	Stosowanie sztuki i kreatywności do przeciwdziałania zastraszaniu, warsztatów i objazdowych szkół z pozytywnym przesłaniem przeciw zastraszaniu
9.	<b>Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:</b>	<a href="https://www.actionwork.com/bullying.html">https://www.actionwork.com/bullying.html</a>

X

1	<b>Kraj:</b>	Wielka Brytania
2	<b>Nazwa inicjatywy:</b>	Bezpłatna linia pomocy Bully Busters
3	<b>Lokalizacja</b> - (miasto ma więcej niż 500 tys. mieszkańców, mniejsze miasto, wieś)	Merseyside, Anglia

	- opis lokalizacji	
4	Kto prowadzi inicjatywę? (osoba, organizacja, grupa nieformalna itp)	Rozwiązania lokalne
5	Czas trwania inicjatywy:	Czynna linia telefoniczna
6	Źródło finansowania:	Liverpool, Sefton and Knowsley Local Authorities
7	Opis aktywności:	Zespół specjalnie przeszkolonych pracowników obsługuje poufną infolinię i odbiera telefony od ofiar, rodziców lub osób posiadających informacje na temat zastraszania dzieci. Oprócz pełnienia funkcji słuchacza, zespół zapewnia praktyczne porady i może pełnić rolę mediatora pomiędzy organizacją, w której ma miejsce prześladowanie, a rodzicem / opiekunem dziecka.
8	Umiejętności i/lub cele:	Słuchanie młodych ludzi i rodziców oraz udzielanie poufnych porad i pomocy przez telefon.
9	Strona internetowa/E-mail /Inne dane kontaktowe:	<a href="https://www.bullybusters.org.uk/about_us/what_do_bullybusters_do/">https://www.bullybusters.org.uk/about_us/what_do_bullybusters_do/</a>

## Załącznik 1: Statystyki na temat bullingu w szkole – stan globalny i sytuacja w wybranych krajach

### Sytuacja globalna

Szacuje się, że na całym świecie 246 milionów dzieci i młodzieży doświadcza bullingu. Dane opublikowane przez Instytut Statystyk UNESCO (UIS) po raz pierwszy pokazują, że prawie jedna trzecia młodych nastolatków na całym świecie doświadczyła ostatnio nękania.

Te nowe dane są częścią corocznej publikacji danych UIS na temat postępów w realizacji celu „Zrównoważonego Rozwoju”, obejmującego 32 wskaźniki globalne i tematyczne, a kończy się na 2017 r.



Dane na temat bullyingu zostały zebrane z ankiet wewnątrzszkolnych, które śledzą fizyczne i emocjonalne zdrowie młodzieży. Global School Health Survey (GSHS) koncentruje się na młodzieży w wieku od 13 do 17 lat, w regionach o niskich dochodach. Podobnie zachowanie zdrowotne dzieci w wieku szkolnym (HBSC) dotyczy młodych ludzi w wieku od 11 do 15 lat w 42 krajach, głównie w Europie i Ameryce Północnej.

Szacunkowy odsetek dzieci i młodzieży dotkniętych przemocą rówieśniczą w szkołach jest różny w poszczególnych krajach i badaniach, od mniej niż 10% w niektórych krajach europejskich do ponad 65%. Prześladowanie dotyka dzieci wszędzie, ale z różną intensywnością - od zaledwie 7% wszystkich nastolatków w Tadżykistanie do 74% na Samoa i występuje we wszystkich regionach i krajach. Na przykład 44% nastolatków w Afganistanie doświadcza bullyingu, podobnie jak 35% nastolatków w Kanadzie, 26% w Tanzanii i 24% w Argentynie. Przegląd danych przeprowadzony przez UNESCO wykazał, że odsetek uczniów LGBT doświadczających przemocy w szkole wahał się od 16% do 85%, a rozpowszechnienie przemocy było od trzech do pięciu razy wyższe wśród uczniów LGBT niż wśród ich rówieśników.

Biorąc pod uwagę, że większość dostępnych danych pochodzi z krajów uprzemysłowionych, nie dziwi fakt, że cyberprzemoc wydaje się narastającym problemem, a przemoc fizyczna jest mniej powszechna. Jednak przemoc w szkole jest poważnym problemem w innych regionach.

Na całym świecie chłopcy są bardziej narażeni na nękanie w szkołach niż dziewczęta. Dane, które nie obejmują przemocy seksualnej ani innych form przemocy uwarunkowanej płcią - pokazują, że ponad 32% chłopców doświadcza bullyingu w szkole, w porównaniu do 28% dziewcząt.

Jednakże w 10 krajach o najwyższych wskaźnikach incydentów nękania w szkole wyniki mają się nieco inaczej. Aż 65% dziewcząt i 62% chłopców zgłasza zastraszanie, co ujawnia, że w miejscach, gdzie zastraszanie jest najbardziej rozpowszechnione, wpływ na dziewczęta jest większy niż na chłopców.

Sytuacja w Europie jest nieco mniej niepokojąca niż w innych częściach świata, poczynając od Rosji z najwyższymi wskaźnikami bullyingu - 37% w 2018 r. - aż po 12% w Holandii wśród 15-latków. W tym przedziale krajami obecnego konsorcjum, które mają najwyższe wskaźniki bullyingu, są Bułgaria i Rumunia, aż 34% dzieci zgłasza zastraszanie w szkole. Zarówno Grecja, jak i Wielka Brytania zgłosiły 27%, a zaraz za nimi Polska 26%, Hiszpania ma dobre wyniki na tle innych państw, tylko 17% uczniów zgłosiło przypadki nękania.

Jeśli chodzi o statystyki poszczególnych krajów dla naszego partnerstwa z dostarczonych danych wynika, że w Polsce, zgodnie z raportem OECD opublikowanym w kwietniu 2017 r., 21,1% gimnazjalistów wskazało, że byli nękańcy w ostatnim miesiącu - psychicznie lub fizycznie (średnia dla OECD to 18,7%), a 11,7% stwierdziło, że ich koledzy ze szkoły wyśmiewali się z nich werbalnie (ponownie powyżej średniej OECD, wynoszącej 10,9%).

4,1% młodych Polaków było ofiarami przemocy fizycznej. Tutaj kraj znajdował się poniżej średniej OECD wynoszącej 4,3%.

Według innego badania przeprowadzonego w 2018 r. przez Smyka i Lewicką na grupie 369 uczniów polskich szkół podstawowych i gimnazjów we Włocławku problem nękania dotyczył 32,8% uczniów. Na pytanie „Czy byłeś kiedyś świadkiem przemocy w szkole?” odpowiedzi twierdzącej udzieliło 69,9% respondentów. Najczęstszą formą przemocy były wyzwiska 24,5%, przemoc werbalna (19,9%) i docinki (21,4%). Zagrożenia przemocą fizyczną doświadczyło 9,4% uczniów.

W Bułgarii poziom agresji w szkołach rośnie w ciągu ostatnich kilku lat. Raport WHO z 2015 r. umieścił Bułgarię w pierwszej dziesiątce wśród 43 badanych krajów pod względem przypadków bullyingu w szkołach. Dla przykładu w pierwszych miesiącach roku szkolnego 2014/2015 przypadki agresji fizycznej między uczniami wyniosły 1662, czyli o 174% więcej niż wszystkie zliczone przypadki w całym poprzednim roku szkolnym - 2013/2014 - 606. Do tych 1662 przypadków agresji fizycznej musimy dodać agresję werbalną, autoagresję, zastraszanie psychiczne, cyberprzemoc i zachowania antyspołeczne (wandalizm), a łączna liczba przypadków agresji dochodzi do 4117 na kwartał. Dane za 2016 r. są jeszcze gorsze - 2270 przypadków przemocy fizycznej i 2700 przypadków przemocy werbalnej w szkołach. Do tych należy dodać 1493 przypadków cyberbullyingu. Liczba przypadków agresji fizycznej osiągnęła rekordową liczbę 3616 w 2017 r., kiedy dziewczyna zmarła po kopnięciu w brzuch w szkole, do której uczęszczała. Liczba przypadków przemocy fizycznej nieznacznie spadła w roku szkolnym 2017/2018 - 2751, jednak liczba nękanymi nauczycieli prawie się podwoiła z 220 zgłoszonych kilka lat temu do 391 przypadków w 2018 r.

Nowa ustawa o edukacji szkolnej, obowiązująca od początku roku szkolnego 2016/2017, nie zawiera żadnych narzędzi, których można by użyć do poprawy sytuacji. A nawet stwarza warunki do dalszych problemów, takich jak anulowanie możliwości przeniesienia dzieci z klas od 1. do 4. do innej klasy lub



szkoły, jeśli zostaną zidentyfikowane jako sprawcy nękania, odmawiający zmiany swojego zachowania.

Grupa nauczycieli w Bułgarii stwierdziła, że istnieje pilna potrzeba dalszego szkolenia doradców pedagogicznych, a także zwiększenia liczby psychologów i pedagogów szkolnych - w ubiegłym roku pierwsza grupa została podwojona, osiągając około 800 zatrudnionych specjalistów, co również miało miejsce dla drugiej grupy, która posiada teraz 1400 praktyków. Warto jednak dodać, że kraj liczy ponad 2500 szkół.

Jeśli chodzi o sytuację w Hiszpanii, należy zauważyć, że ze względu na istniejące trudności w zgłaszaniu przypadków bullingu większość danych dotyczy roku 2017.

Należy również zauważyć, i dotyczy to również innych krajów, że przypadki nękania nie są zawsze zgłaszane ani w szkole ani w środowisku domowym. W celu wspierania ofiar zastraszania rząd hiszpański uruchomił linię telefoniczną, która zajmuje się zgłoszeniami w tej sprawie. Jest częścią Ministerstwa Edukacji i Kształcenia Zawodowego i jest to bezpłatna, poufna i anonimowa usługa. Ponadto działa przez całą dobę, pracują w niej psychologowie wspierani przez pracowników socjalnych i prawników.

Jak poinformowało hiszpańskie Ministerstwo Edukacji (2019), w drugim roku działalności (od listopada 2017 r. do października 2018 r.) do telefonu wpłynęło 12 799 połączeń, z których 5 557 zidentyfikowano jako możliwe przypadki nękania. Z możliwych przypadków prześladowania 73% ofiar zapewniało, że cierpiało z powodu bullingu przez miesiące lub lata zanim zdecydowały się o tym powiedzieć. Co więcej, jeśli chodzi o częstotliwość tego nadużycia, zdarza się to codziennie w 54% przypadków. Należy zauważyć, że spośród otrzymanych połączeń 79% rozmówców było rodzinami ofiar. Tylko w 3,78% przypadków, osoby, które zostały zaatakowane, samodzielnie wykonały połączenie.

Należy również zauważyć, że każda wspólnota autonomiczna ma własny telefon, co oznacza, że otrzymuje mniej powiadomień.

Poprzednie dane: rok 2017

Według danych zebranych przez Narodowe Siły Policyjne, Guardia Civil i lokalne siły policyjne w Hiszpanii zgłoszono w sumie 1054 przypadków bullingu w Hiszpanii, co stanowi 11,65% różnicy w porównaniu z rokiem poprzednim. Grupą wiekową, w której nękanie wydaje się być najczęstsze, to młodzież w wieku 12-14 latków, a następnie grupa 15-17 latków, dane na ten

temat zostały zaczerpnięte z 384 zgłoszeń zanotowanych w 2017 r. Wśród grupy wiekowej 9–10 lat 176 przypadków, a wśród grupy wiekowej 6-8 lat 33 przypadki.

Biorąc pod uwagę płeć możliwych ofiar, różnica między chłopcami i dziewczętami prawie nie istnieje, stanowiąc zaledwie 1%. Jednakże, odnosząc się do płci możliwego prześladowcy, 39% otrzymanych zgłoszeń dotyczyło chłopców, ponad 25% dziewczyn.

Jeżeli chodzi o nękanie, zidentyfikowano trzy rodzaje: psychiczne, fizyczne oraz cybernękanie (dokonywane w internecie).

Jeśli chodzi o przemoc psychiczną, 39% to obelgi, następnie złe mówienie na czyjś temat 24%. W ramach zgłoszeń nękania fizycznego 64% dotyczyło bicia i popychania. Wreszcie, spośród wezwań dotyczących nękania w sieci, większość stanowiła groźby i obelgi (78%).

W Grecji Ministerstwo Edukacji opublikowało wyniki badania ankietowego na temat występowania zjawiska bullyingu w szkole w 2015 r., nie wygląda to dobrze. W badaniu wzięło udział 3682 uczniów szkół podstawowych i 31 602 uczniów szkół średnich, z których 65% było świadkami zastraszania przez kolegów z klasy.

29% uczniów stosowało przemoc wobec swoich kolegów z klasy w umiarkowanej ilości.

10% uczniów padło ofiarą przemocy w szkole ze strony kolegów z klasy lub starszych dzieci.

1/3 uczniów szkół średnich była zastraszana przez swoich kolegów z klasy, a odsetek uczniów, którzy byli świadkami prześladowania uczniów przez kolegów z klasy plasuje się na czwartym miejscu wśród 41 krajów na świecie pod względem przemocy w szkole.

Najnowszy oficjalny raport opublikowany w Rumunii, który mówi o zdrowiu dzieci i młodzieży, a także o zjawisku bullyingu, ukazał się w 2018 r., Opublikowany przez Ministerstwo Zdrowia, Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego i Narodowe Centrum Ocena i Promocja Zdrowia.

Na poziomie krajowym opracowano opisowe badanie krajowe w podejściu przekrojowym, koordynowane przez Regionalne Centrum Zdrowia Publicznego w Cluj i wdrażane przez specjalistów z terytorialnego DSPS, którego ogólnym celem jest ocena nasilenia przemocy wśród studentów, a także cele szczegółowe, między innymi:

- identyfikacja predyktorów znalezienia się w grupie wysokiego ryzyka (słabe wyniki w nauce, niska religijność, praca na czarno);
- identyfikacja czynników ryzyka związanych z przemocą, zgodnie z modelem ekologicznym - czynniki relacyjne (przemoc domowa, rozwód), czynniki społeczno-kulturowe (bezrobocie członków rodziny, niski średni dochód na członka rodziny, częstotliwość uczestnictwa w nabożeństwach, wyniki i oczekiwania, minimalne wykształcenie) i czynniki środowiskowe (przekonania członków rodziny, zatrudnienie uczniów w pracy niezgłoszonej od 20 do 30 godzin tygodniowo).

W badaniu zbadano 3946 uczniów metodą kwestionariuszową. Ewaluacja częstości występowania bullyingu w szkołach została przeprowadzona w 2017-2018 dla uczniów szkół w Rumunii. W badaniu wzięło udział 3946 uczniów z czego 48,9% stanowili chłopcy a 50,1% stanowiły dziewczęta z 54 szkół z rumuńskich obszarów administracyjnych. Student Behavioral Self-Assessment Questionnaire został użyty przez Stevens, Bourdeaudhuij and Van Oost (2000)(xiii), został zaadaptowany do kontekstu krajowego (xiv). Kwestionariusz miał na celu ocenę częstości form bullyingu w (izolacji społecznej, bezpośrednim i niebezpośrednim, fizycznym i werbalnym znęcaniu się; groźbach) wśród uczniów w ciągu trzech miesięcy przed udostępnieniem im kwestionariusza do wypełnienia.

Uzyskane wyniki wskazują, że w Rumunii 8,7% uczniów jest ofiarami znęcania przez innych uczniów, 1,4% często, 7,3% rzadko 91,3% nigdy. Zgodnie z wynikami badania ankietowego 17% przebadanych uczniów zgłosiło bycie nękanym przez swoich kolegów. Z tego 3,9% często, 13,1% czasami. Pomiedzy uczniami w Rumunii, którzy zgłosili nękanie 19,9% chłopców istotnie różnił się od dziewcząt 14,1%. Różnice między chłopcami i dziewczętami jak zareagować na incydent dotyczący dyskryminacji był istotny. W dodatku można stwierdzić trend zniżkowy w rozpowszechnieniu bullyingu u uczniów zgłaszających się jako sprawcy i ofiary. Pod względem różnic płci odsetek chłopców, którzy zgłaszali nękanie innych uczniów, spada z 15,8% w 2014 r. do 12,5% w 2016 r. i 11,6% w 2018 r., A odsetek dziewcząt, które zgłaszały nękanie innych uczniów, nieznacznie wzrasta z 6,2% w 2014 r. do 6,5% w 2016 r., a następnie 2018 r. (6%). Na podstawie analizy uzyskanych wyników zaobserwowano, że przewaga uczniów, którzy zgłosili molestowanie przez kolegów była prawie dwukrotnie większa niż uczniów, którzy zgłosili napad na innych studentów. Tendencję tę utrzymano również w odniesieniu do płci. Wyjaśnieniem powyższej sytuacji

może być fakt, że nie wszyscy uczniowie przyznali się do napaści na innych uczniów lub inny sposób postrzegania określonych zachowań.

Poprzez analizę uzyskanych rezultatów można zaobserwować przewagę uczniów, którzy zgłosili się jako ofiary nękania, była to liczba dwukrotnie większa od tych uczniów, którzy przyznali, że nękają innych uczniów. Ta tendencja została również utrzymana w relacji do płci. Wyjaśnienie dla owej sytuacji jest wspomniane powyżej i mogło być związane z tym, że nie wszyscy uczniowie przyznali się do znęcania się nad innymi uczniami oraz różne postrzeganie pewnych zachowań. W kategorii dystrybucji na przekroju płci uzyskane rezultaty wskazują na to, że chłopcy częściej są nękani i częściej nękają kolegów.

Ta sytuacja sugeruje, że istnieje związek między nękaniem innych a byciem nękanym. Testowanie tej hipotezy oparto na danych uzyskanych w latach 2017-2018 w celu opracowania krajowej syntezy „Wykorzystanie modelu ekologicznego do interwencji w celu zapobiegania przemocy wobec uczniów” - sekcja I.3. - podkreślenie następujących aspektów: chłopcy znęcają się częściej a wraz z wiekiem zmniejsza się prawdopodobieństwo zostania ofiarą nękania; chłopcy z wyższych klas są nękani rzadziej niż ci z niższych klas.

Zmniejszenie się rozpowszechnienia zachowań związanych z bullyingiem wśród uczniów w latach 2014–2018 można wyjaśnić przykładaniem coraz większej uwagi na tego typu zachowania, promowaniem świadomości tego zjawiska w szkołach oraz wdrażaniem strategii zapobiegania i zwalczania tego zjawiska. Bardzo ważnym krokiem w walce z bullyingiem było ustanowienie w szkołach prawa przeciwdziałającego nękaniu. Wszystko to zostało ustalone w 2018 r. Ale w 2019 r. Niespodzianka!” Na poziomie europejskim Rumunia zajmuje 3. miejsce w rankingu 42 krajów, w których badano zjawisko bullyingu. Zgodnie z raportem Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), 17% 11-latków przyznało się do nękania innych uczniów. Oświadczyli również, że takie zachowanie miało miejsce wiele razy w ciągu poprzedniego miesiąca odsetek odpowiednio 13 i 15 lat, wynosił 23%, „według tego samego raportu Światowej Organizacji Zdrowia.” Z około 1 300 000 dzieci w gimnazjum i liceum 400 000 jest wykluczonych z grupy rówieśniczej, 325 000 jest publicznie upokarzanych, 390 000 otrzymuje groźby przemocy fizycznej lub jej doświadcza, a 220 000 jest wielokrotnie bita przez swoich rówieśników.

Tak wyglądają bezpośrednie statystyki przypadków bullyingu, złożonego zjawiska, którego konsekwencje dotyczą zarówno ofiarę, agresora, jak i

postronnego obserwatora. Wskazano na to w badaniu socjologicznym przeprowadzonym na poziomie krajowym przez organizację Save the Children. Ta sama organizacja wykazała, że "w szkołach w Rumunii rozwiązywanie indywidualnych przypadków bullingu poprzez skorzystanie ze struktur już dostępnych (komisje, komitety itp.) nie działa i nie może stać się funkcjonalne ponieważ te działania nie są odpowiednio zorganizowane, a osoby za nie odpowiadające nie mają odpowiednich kompetencji by zapewnić dostosowane do sytuacji interwencje, zindywidualizować je i zaadaptować do specyfiki dziecka i grupy rówieśniczej jednocześnie przy tym wspierając aktywne zaangażowanie uczniów, rodziców i członków społeczności szkolnej".

W Wielkiej Brytanii nie ma oficjalnych statystyk dotyczących zastraszania w szkole. Dane tutaj dostarczone pochodzą z szeregu ostatnich badań.

Pierwsza ankieta dotycząca bullingu w szkołach w 2018 r. przeprowadzona została przez Survation dla brytyjskiej organizacji charytatywnej Diana Award, wykazała, że w brytyjskich szkołach:

- 57% młodych ludzi doświadczyło bullingu na pewnym etapie swojego życia szkolnego.
- 74% było świadkami bullingu w swoich szkołach.
- 40% młodych ludzi boi się powrotu do szkoły
- 23% młodych ludzi nie uważa, że ich szkoła dobrze sobie radzi w prewencji nękania w szkole.
- 35% opuściło szkołę, a 20% zmieniło szkołę z powodu bullingu.
- 56% młodych ludzi, którzy doświadczyli bullingu, powiedziało, że nie mogą spać w nocy, a 17% stwierdziło, że ma myśli samobójcze.

Globalne badanie przeprowadzone w ubiegłym roku (2019) wśród nauczycieli z 48 krajów przez Organizację Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) wykazało, że:

- W szkołach średnich Anglia jest jednym z najgorszych krajów pod względem zastraszania.
- Wyniki szkół w Anglii na temat obecności nękania w szkołach są jednymi z najgorszych z krajów mierzonych w sondażu. Brany był pod uwagę okres późnych klas szkoły podstawowej i liceum (dawniej gimnazjum).
- Podczas gdy częstotliwość nękania spadła w wielu krajach od 2013 r., nękanie podwoiło się w Anglii (260 000 ankietowanych nauczycieli).



- 29% uczniowie szkoły podstawowej i liceum (dawniej gimnazjum) mają czwarty najwyższy wskaźnik (wśród badanych krajów) nękania w swoich szkołach.

- 14% uczniowie szkoły podstawowej i liceum (dawniej gimnazjum) zgłosili skargi na uczniów lub rodziców/opiekunów na bullying online; 27% szkół otrzymało zgłoszenia na temat niechcianych wiadomości wśród uczniów ze wszystkich badanych krajów.

Według ankiety przeprowadzonej w 2019 r. Przez YouGov wśród 1000 brytyjskich nauczycieli (szkół podstawowych i średnich) stwierdzono, że 13% dzieci jest nękanych z powodu swojej seksualności, 11% z powodu rasy, 7% z powodu płci i 2% z powodu ich religii.

Bullying na tle rasistowskim - badanie BBC wykazało, że w roku akademickim 2017-2018 w szkołach podstawowych było prawie 500 zawiesznień za rasizm - wzrost o 40% w ciągu 10 lat.

Bullying na tle seksizmu/mizoginii - Raport Komisji Kobiet i Równości 2018:

- 29% dziewcząt w wieku 16–18 lat stwierdziło, że padały ofiarą niechcianych kontaktów seksualnych, a 59% stwierdziło, że doświadczyły molestowania seksualnego.

- 71% dziewcząt w wieku 16–18 lat również zgłosiło, że słyszało obelgi związane z płcią, które miały miejsce regularnie.

Bullying na tle homofobicznym - 71% nauczycieli było świadkami bullyingu na tle homofobicznym w szkołach a 35% zgłosiło, że obserwuje tego typu zachowanie przynajmniej raz w miesiącu.

Podsumowując - niezależnie od organizacji i prezentowanych statystyk zarówno w Europie jak i na świecie - szkoły wciąż są miejscem gdzie dzieci i młodzież stają się ofiarami bullyingu. Pomimo wszystkich strategii, prób podejmowanych przez społeczność i rządy państw na świecie, fenomen agresji w szkołach zdaje się być niemożliwy do wyplenienia. Już sobie udowodniliśmy, że nie da się zwalczać zła złem i należy skupić wysiłki na uczeniu tego czym są emocje, jak można je wyrażać w konstruktywny sposób i jak radzić sobie z negatywnymi emocjami wykorzystując różne dziedziny sztuki. Pozytywne reakcje na negatywne zachowania w kontrolowanym środowisku mogą być rozwiązaniem, który zablokuje koło przemocy w środowisku - dyrektor, rodzice, uczniowie, personel szkolny - jak i również specjaliści z zewnątrz wspierający taki proces działania, który nie pozostawia żadnej przestrzeni do przemocy. Kiedy wszyscy zdajemy sobie sprawę z sytuacji, wiemy o tym, że każde dziecko może stać się



ofiara lub sprawcą bullyingui jesteśmy gotowi by wspólnie pracować nad tym by przyczynić się do zmniejszania skali tego problemu, wtedy jesteśmy na drodze postępu.

### Literatura cytowana

<http://uis.unesco.org/en/news/new-sdg-4-data-bullying>

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246970>

<https://www.statista.com/statistics/1092217/bullying-in-europe/>

National Health Report of children and young people in Romania 2018, retrieved at <https://insp.gov.ro/sites/cnepss/wp-content/uploads/2014/12/RSC-2018.pdf>, accessed on 10 march 2020

Bullying in schools: Romania, on the 3rd place at European level according to a WHO report retrieved at <http://sparknews.ro/2019/04/16/bullying-ul-in-scoli-romania-pe-locul-3-la-nivel-european-potrivit-unui-raport-oms/> accessed on 10 march 2020