

Predlog za graditev celostne podobe šole, kot šole za katero je pozitiven odnos do sočloveka na prvem mestu, šole za katero je značilna aktivna udeležba pri udejanjanju te vrednote (Priredba norveškega programa Zero)

1. Uvod	2
2. Teoretične podlage	2
2.1. Kaj je trpinčenje (bullying)?	3
2.1.1. Kaj vpliva na vztrajnost trpinčenja?	4
2.1.2. Kaj predstavlja zavoro pri trpinčenju?	4
2.1.3. Dogajanje pri žrtvi	4
2.1.4. Opazovalci	4
2.1.5. Razlike med fanti in dekleti	5
2.1.6. Žrtev in napadalec v eni osebi	5
2.1.7. Razred	5
2.1.8. Šola	5
2.2. Principi delovanja za zmanjšanje pojavljanja trpinčenja na šoli	5
2.2.1. Nična toleranca	5
2.2.1.1. Avtoritativno vodenje	6
2.2.1.2. Konsistentnost	6
2.2.1.3. Kontinuiteta	7
3. Konkretna navodila za delo	7
3.1. Ravnatelj	7
3.2. Zbornica	7
3.3. Razrednik in učitelji	7
3.3.1. Strukturiran začetek šolskega leta	7
3.3.2. Avtoritativno vodenje razreda	8
3.3.3. Jasno vodenje pri poučevanju posameznih predmetov	8
3.4. Obravnava teme trpinčenja v razredu	8
3.5. Povzemanje poteka tedna	9
3.6. Ustavljanje že obstoječega trpinčenja	9
3.6.1. Individualni pogovor z žrtvijo	9
3.6.2. Pogovor z napadalci	10
3.6.3. Kaj sledi pogovorom?	12
3.6.4. Kaj če se trpinčenje nadaljuje?	12
3.6.5. Delo z opazovalci	12
3.6.6. Kaj če gre za prikrito trpinčenje?	13
3.6.7. Kompleksnejši vzorci trpinčenja	13
3.7. Reševanje problemov v razredu oz. preventivno delovanje	13
3.7.1. Faze dela z razredom	13
4. Zaključek	14
5. Powerpoint predstavitev zgornjega sestavka	14
6. Gradivo za delo z dijaki v razredu	14

Usmerili bi se lahko na dve usmeritvi delovanja:

- navzven, npr. sodelovanje s pediatrično kliniko, kar je že potekalo, stvar bi morali bolje organizirati, da ne bi bili s tem delom obremenjeni samo nekateri, sodelovanje bi lahko postalo del kurikula vseh dijakov pri rednih predmetih, kar bi tudi motivacijsko pozitivno delovalo, saj bi dijaki imeli smiseln cilj pred sabo. Hkrati pa bi pridobivali občutek, da sodelujejo v nečem plemenitem, kar bi pozitivno delovalo na njihovo samopodobo.
- Navznoter. Temu posvečam spodnje besedilo. Na šoli bi se lahko sistematično, strokovno podkrepjeno in za vedno začeli posvečati skrbi za varnost in dobro počutje vseh dijakov, s tem da bi krepili pripravljenost dijakov, da se odrečejo nasilnemu vedenju do vrstnikov in se raje odločajo za podporno vedenje do njih.

1. Uvod

Spodnje besedilo je predlog, ki obsega:

- Teoretične podlage za ravnanje, ki bi nas pripeljale do želene celostne podobe šole.
- Konkretna navodila za vedenje in delo zaposlenih
- Gradivo za uporabo v razredu z dijaki.

Morda vas bo presenetilo, ker gradivo obsega vsebine, ki se nanašajo na pojav trpinčenja - torej na preprečevanje in soočanje z dokaj hudo obliko neprimerne vedenja do soljudi. Če boste o gradivu razmislili, boste ugotovili, da so v gradivu predstavljene oblike odnosov tako med zaposlenimi, kot odnosi učiteljev in dijakov, ki vzpostavljajo klimo, ki pomaga preprečevati, da bi do izrazitih oblik neprimerne vedenja prišlo, ali pa kadar vendarle do le tega pride, olajšuje reševanje situacije in ponovno vzpostavitev spoštljivih odnosov.

Gradivo vsebuje tudi praktična navodila za vedenje učitelja, ki se sooča z napadalci, žrtvijo in opazovalci. Gre za položaj v katerem se, če budno opazuje dijake prej ali slej znajde vsakdo izmed nas. Ker je marsikateri učitelj v takih situacijah izrazil stisko, da pravzaprav ne ve, kako ravnati, se mi zdi prav, da to stisko konkretno odpravimo.

Graditev celostne podobe šole, kot šole, kjer je prijazen odnos do sočloveka na prvem mestu vrednostne lestvice se ujema tudi z našo vizijo šole, ki sprejema in dela z mladimi športniki.

2. Teoretične podlage

Pravilnik o šolskem redu v srednjih šolah v 2. členu govori o pravici dijakov do varnosti in zaščite pred vsemi oblikami nasilja v šoli

Odrasli v šoli moramo dijakom to pravico zagotavljati.

Da bi bili za to sposobni, so potrebna znanja in spretnosti pri

- Prepoznavanju trpinčenja
- Zaustavljanju obstoječega trpinčenja
- Preprečevanju trpinčenja v prihodnosti
- Integraciji preventive v običajen šolski vsakdan.

- Sodelovanju zaposlenih med seboj

V šolah, kjer so to storili, dosegajo boljše rezultate, kot tam, kjer se s preventivo trpinčenja ukvarjajo v obliki projektov.

2.1. Kaj je trpinčenje (bullying)?

Trpinčenje je psihična in/ali fizična zloraba žrtve, ki jo izvajajo posamezniki ali skupine. Trpinčenje predpostavlja razliko v moči v odnosu nasilnež - žrtev in to, da se trpinčenje ponavlja.

Najpogostejše oblike trpinčenja so:

- fizična zloraba (odrivanje, frcanje, slačenje, boksanje, ...),
- draženje (vzdevki, posmehovanje, posnemanje, ...)
- izločitev iz skupine

V današnjem času se je pojavilo tudi trpinčenje po telefonu in preko interneta: Objavljanje žaljivih sporočil, fotografiranje brez pristanka in objavljanje slik na spletu, ...

Besedno trpinčenje je najpogostejše pri fantih in dekletih.

2.1.1. Kaj vpliva na vztrajnost trpinčenja?

Običajno žrtve naredijo, kar znajo, da bi se izognile nasilnežem, vendar nekatere kažejo vedenje, ki je doživeto kot izzivanje in provociranje. To nas ne sme zmeti, trpinčenje je nedopustno.

Agresivnost:

Reaktivna agresivnost je nagnjenje k jezi ob frustraciji ali provokacijah. Trpinčenje, ki ga motivira tovrstna jeza je v manjši korelaciji s trpinčenjem v nižjih razredih osnovne šole, s starostjo pa korelacija upada. Reaktivne agresivnosti tako ne moremo imeti za gonilo trpinčenja.

Bolj pomembno je spoznati pravo gonilo.

Proaktivna agresivnost je vedenjska naravnost k agresivnemu vedenju navzven z motivom **pridobiti si socialno korist**, z drugimi besedami, gre za agresivnost kot orodje. Motivacija izhaja iz **občutka moči** v odnosu do žrtve in **občutka pripadnosti skupini**, ki izvaja trpinčenje.

Občasno tudi posameznik izvaja trpinčenje, mnogo pogosteje pa trpinčenje izvaja skupina.

Občutek moči in povezanost sta zelo pomembna elementa pri trpinčenju.

Če si predstavljamo, da bi imeli rentgen, ki bi nam omogočil videti občutke napadalcev med trpinčenjem, bi videli, da se **občutek povezanosti** med samim dejanjem poveča in okrepi. Dva ali trije napadalci doživijo občutek povezanosti drug z drugim. Ta se še okrepi z obstojem »outsiderja«, ki ne sodi mednje, to je žrtve. Kontrast med biti znotraj ali zunaj skupine daje napadalcem razlog za trpinčenje in žrtvi breme, ki ga mora nositi.

Pri naši rentgenski sliki bi tudi videli **občutke moči** napadalcev nad žrtvijo, ki se okrepijo med samim napadom.

Napadalci torej s trpinčenjem vzdržujejo svojo potrebo po občutku pripadnosti in občutku moči.

Žrtev pa te občutke še krepí s svojo lastno nemočjo in osamljenostjo.

Največji motiv tako pri fantih kot dekletih je občutek pripadnosti. Občutek moči pa je v nekoliko večji meri motiv za fante kot pa za dekleta.

Proaktivna agresivnost je torej osrednji vzrok za obstoj trpinčenja zlasti pri najstnikih.

2.1.2. Kaj predstavlja zavoro pri trpinčenju?

Kljub njihovemu vedenju, napadalci večinoma mislijo, da je trpinčenje nekaj slabega. Večinoma na neki ravni **doživljajo občutke krivde**. Obstajajo **trije** pravzaprav **avtomatični mehanizmi**, s pomočjo katerih se napadalci **rešujejo občutkov krivde in zmanjšujejo svoje notranje zapore**, ki bi sicer preprečevale, da bi nadaljevali s trpinčenjem:

1. Zopet je pomemben dejavnik **skupina**. V skupini se tudi **odgovornost porazdeli**. Osebna odgovornost se zmanjša, ker to tudi drugi počnejo.
2. Napadalci sčasoma razvijejo **psihološko distanco do žrtve**, katere del je definiranje realnosti na tak način, da so negativna dejanja proti žrtvi postavljena v tak kontekst, ki jih dela bolj sprejemljiva. Npr. napadalci pogosto izpostavljajo lastnosti ali vedenje žrtve, ki se od njihovega razlikuje. To vodi do ekstrema, ko se žrtvi ne priznava več človeških lastnosti in postane tako drugačna od njih, da postaja njihovo početje legitimno. Negativna dejanja niso več tako napačna, ker so usmerjena proti nekemu, ki si boljšega ne zasluži. Ko se dejanja ponavljajo, se napadalec **navadi svojega vedenja** in tudi to zmanjšuje vpliv zavor.
3. Ves čas, ko se trpinčenje ponavlja, bo napadalec iskal nove vzroke za upravičenost trpinčenja. Ali žrtev izziva, ali zasluži trpinčenje na kak drug način. **Vse kar žrtev naredi se obrne proti njej.**

2.1.3. Dogajanje pri žrtvi:

Zapore pri napadalcu se zmanjšujejo, žrtev pa pogosto **spremeni samopodobo** in začenja sebe videti skozi oči napadalca, to vodi v občutke sramu in krivde. **V tej fazi je trpinčenje doseglo stopnjo, ko reakcije obeh strani krepijo nadaljevanje trpinčenja.** Napadalčeva slika žrtve postane logična, ker jo žrtev podpira s svojimi reakcijami. Trpinčenje postane upravičeno, **žrtev pa postane krivec.**

Poznavanje te dinamike je ključno za učitelja, ki se pogovarja z napadalcem. V pogovoru mora učitelj razumeti funkcijo argumentov, ki jih navaja napadalec in se ne sme zaplesti v diskusijo o tem koliko so ti argumenti resnični in koliko niso. Namreč ali so ali niso, v nobenem primeru ne opravičujejo trpinčenja.

2.1.4. Opazovalci

Večinoma so **prisotni**. Zavedajo se, zakaj gre **niso pa aktivni**. Lahko so bolj ali manj blizu dogajanja. Večinoma pa jih je več, kot tistih, ki so aktivni pri trpinčenju. Imenujemo jih lahko **tiha večina**. Če bi uspeli to večino pripraviti do tega, da bi govorili ali kaj storili, bi preprečili marsikatero trpinčenje. Ker jih je v tihi večini veliko, **predstavljajo element moči**.

Večina je pogosto proti trpinčenju, hkrati pa je zelo pogosto, da posamezniki **napačno presojajo reakcije drug drugega** na to, kar se dogaja. Posamezni opazovalec **verjame, da so drugi bolj za**

trpinčenje kot v resnici so. To jim preprečuje, da bi kaj storili. Ker mislijo, da samo oni ne odobravajo dogajanja, o tem ne upajo spregovoriti na glas. To lahko celo pripelje do tega, da potegnejo z napadalci namesto z žrtvijo.

Tudi napadalci napačno interpretirajo situacijo. Pogosto verjamejo, da jih opazovalci podpirajo. Ko se tišina pretrga in nekdo podpre žrtev, lahko napadalci zgubijo enega od najpomembnejših motivov za svoje početje.

Med napadalci, žrtvijo in opazovalci se ustvari neke vrste skupinska iluzija, ki jo lahko pretrgajo opazovalci.

2.1.5. Razlike med fanti in dekleti

Fantje se družijo večinoma zaradi aktivnosti. Npr. družijo se, ker imajo radi nogomet. Bližina odnosa ni vedno potrebna. Fantje zato večkrat **izberejo žrtev, ki jim ni blizu.**

Pri dekletih pa je ravno obratno. Večinoma se družijo zato, ker so spletle intimnejši odnos, aktivnost je sekundarnega pomena. Pri njih ima trpinčenje večji učinek, če **izberejo dekle, ki jim je že bilo blizu, ali si jim želi biti blizu.**

2.1.6. Žrtev in napadalec hkrati

Nekateri so v obeh vlogah. V enem odnosu so eno, v drugem drugo. Tem je še **težje pomagati**, če se jim pusti, da so sami napadalci, ker je pri njih še lažje opravičiti napadalno ravnanje z argumentom, da so si to zaslužili.

2.1.7. Razred

Velikost razreda ne igra vloge.

Velika vloga se pripisuje **vodenju razreda.** Šibko vodenje razrednika lahko vodi do negativne klime v razredu. Potencialno agresivni posamezniki so zelo občutljivi na vodenje in dobijo več prostora za manevriranje, kadar je vodstvo razrednika nejasno.

2.1.8. Šola

Dobro **sodelovanje med sodelavci učitelji in drugim osebjem in kvalitetno vodstvo** šole prispeva k zmanjševanju pojavnosti trpinčenja na šoli. Izboljšano sodelovanje daje posameznemu učitelju potrebno podporo pri poučenju v razredu in pri soočanju s trpinčenjem.

Seveda pojavnost trpinčenja ni odvisna zgolj od kvalitete dela in kvalitete sodelovanja med šolskimi delavci, saj dijaki nekatere negativne vzorce vedenja prinesejo od drugod, je pa res, da je na pojavnost trpinčenja možno vplivati s krepitvijo vodenja na ravni oddelka in šole ter z izboljševanjem sodelovanja med zaposlenimi.

2.2. Principi delovanja za zmanjšanje pojavljanja trpinčenja na šoli

2.2.1. Nična toleranca

Za nično toleranco je pogosto zmotno prepričanje, da pomeni uvedbo represije in izključevanja, vendar temu ni tako.

Za nično toleranco so značilne **jasne meje** v razlikovanju med zdravim humorjem, šalo in trpinčenjem.

Značilno je **jasno in glasno stališče vseh zaposlenih**, da ne bodo dopuščali nikakršne neprijaznosti, neprimerne vedenja do katerega koli dijaka. V kolikor to stališče jasno in dosledno vsi učitelji zagovarjajo in ob dogodkih uresničujejo, se dijaki začno zavedati odločenosti odraslih, kar predstavlja močno prepreko za pojav hujših incidentov in dolgotrajnega trpinčenja.

2.2.1.1. Avtoritativno vodenje

Zelo pomembna je naslednja značilnost: nično toleranco učitelji uvedejo in vzdržujejo na **avtoritativni** in ne na avtoritarni način. Avtoritativni odrasli oz. odrasli z avtoriteto je človek, ki izraža **kombinacijo podpore in nadzora** do dijaka.

Podpora: Jasno mora znati pokazati, da ga skrbi vsak posameznik, tako da je do njega pozoren, spoštljiv in pripravljen pomagati tako v socialnem kot učnem pogledu. Takšna drža učitelja prispeva k dobrim odnosom med njim in dijaki in tudi k dobrim odnosom med samimi dijaki.

Nadzor: Če dijaki opazijo, da odrasli nimajo ustreznega nadzora, večina postane negotovih. To pa zato, ker v taki situaciji velikokrat izkoristijo svojo moč z agresivnostjo dijaki, ki se na tak način uveljavljajo. Odrasli v šoli morajo dijakom znati pokazati, da bodo **v vsaki situaciji** neprimerne vedenja do drugih, **posegli vmes, sprejeli odločitve in jih tudi izpeljali**.

Zaradi hkratnega obstoja podpore in nadzora se pri dijakih vzpostavi občutek, da je nadzor human in legitimen. Dojamejo, da se nadzor ne uveljavlja zaradi odraslih samih, ampak je **znak skrbi za dijake kot posameznike in za celotno skupnost**. Obstoj podpore povzroči, da je tudi nadzor cenjen in povzroči krepitev razvoja odgovornosti drug do drugega. Tovrstno vedenje odraslih je odlična preventiva za pojav trpinčenja.

2.2.1.2. Konsistentnost

- **ravnanj odraslih v šoli kot posameznikov** in njihova **medsebojna konsistentnost**. Ko dijaki vidijo, da je odrasli v svojih stališčih in ravnanju v zvezi s trpinčenjem dosleden, ko vidijo doslednost, medsebojno sodelovanje, prijateljstvo tudi med drugimi zaposlenimi, to okrepi avtoriteto, spoštovanje in podporo tudi posameznim odraslim.
- **usmerjenosti k preprečevanju trpinčenja, kot sestavnemu delu delovanja šole kot celote**. Namreč mnogo dobronamernih iniciativ se ne obnese, ker so recimo v obliki projekta, ki ima začetek in konec in omejeno število sodelujočih. Mnogo boljše rezultate gre pričakovati, če je delo za preventivo trpinčenja sestavni del običajnega šolskega dne, katerega sestavni del so vsi dijaki in vsi zaposleni.
- **v povezovanju z drugimi temami**. Recimo ko pride ravnatelj v razred govori o trpinčenju in hkrati o dosežkih dijakov, gre za na trpinčenje osredotočeno iniciativo in še nekaj več, ravnatelj posredno dijakom sporoča, da trpinčenje ne sodi v okvir skupnih prizadevanj za dobro delo šole. **Na ta način je problem trpinčenja postavljen v širši okvir**. Hkrati pa takšno delovanje ravnatelja dijakom

sporoča, da so odrasli med seboj povezani, da si sporočajo tako pozitivne kot negativne informacije v razredu, in da si skupaj prizadevajo h krepitvi pozitivnega delovanja in zaustavljanju negativnega.

- **Splošna konsistentnost:** Ob obstoju vseh prejšnjih konsistentnosti ukvarjanja odraslih s trpinčenjem, **bodo dijaki sčasoma bolj ali manj nezavedno sami naredili povezave v glavi**, zaradi katerih bo manj verjetno da bodo sploh začeli s trpinčenjem, kar pa je bistvo preventive.

2.2.1.3. Kontinuiteta

Ne gre za posamezne delavnice, **gre za sestavni del življenja v šoli, ki nima začetka in konca pač pa traja ves čas in je del vsake dejavnosti na šoli.**

3. Konkretna navodila za delo

3.1. Ravnatelj

Ravnatelj je odgovoren, da postane prizadevanje za ničelno toleranco vsakdanja tema za vse zaposlene, dijake in starše. To doseže tako, da vplete govorjenje o tej temi v vsa sodelovanja, ki jih ima z vsemi.

Na začetku šolskega leta obiše vse razrede po možnosti, ko je z dijaki razrednik. Ob splošnem pogovoru o počutju na šoli vpraša tudi o trpinčenju. Vedeti naj da, da to ni njegov zadnji obisk in da bo posebej pozoren za trpinčenje še naprej.

3.2. Zbornica

Učitelji si prizadevajo za dobre medsebojne odnose, med seboj sodelujejo in si pomagajo pri delu. Ob srečanjih se vedno posvetijo tudi hitremu pregledu počutja dijakov v razredu in njihovim medosebnim odnosom.

3.3. Razrednik in učitelji

3.3.1. Strukturiran začetek šolskega leta.

Šola naj bi sistematično trenirala dijake za prevzemanje odgovornosti za same sebe in do drugih, kar naj bi se začelo z aktivnostmi, ki jih vodi učitelj v razredu, ki pa postopoma delegira odgovornost dijakom, ko le ti pridobivajo potrebne spretnosti. Prve ure šolskega leta so zelo pomembne, to je čas, ko se učitelji pokažejo v vlogi vodje razreda. Prve tedne zato ni priporočljivo delo v skupinah, samostojno delo, projektno delo, ker je pomembno, da se oblikuje jasna struktura razreda z enim vodjo, ki ga predstavlja razrednik za razred in posamezni učitelji vsak za svoj predmet. Vsaka ura naj ima uvod in zaključek na katerem se povzame opravljeno delo in razjasni morebitne nejasnosti. Zelo priporočljivo je, da na koncu zadnje ure, učitelj, ki to uro vodi naredi povzetek dneva in s tem pokaže, da ima informacije, kako je potekal dan v razredu. Omeni se tisto, kar bi bilo dobro popraviti, v pomoč pa je, če je povzetek pozitivno naravnani in išče pozitivne strani razreda. Po nekaj tednih lahko začnejo učitelji uvajati delo v skupinah, projektno delo, ipd. Pomembno pa je, da osnovna rutina začetka in konca ure ostane. Enako velja tudi za zaključek zadnje ure.

3.3.2. Avtoritativno razredno vodenje

Kot že zapisano podpora in nadzor sta ključnega pomena. Razrednik mora biti tako formalni kot resnični vodja, ki ima pravico, do svojih odločitev glede dogajanja v razredu.

Avtoritativno vodenje pomaga učitelju pridobiti zaupanje dijakov. Tega načina vodenja se ne sme mešati z avtoritarnim načinom, kjer vodenje poteka s pomočjo prisile in strahu. Pri vzpostavljanju ustreznega vodenja je ključnega pomena podpora dijakom. Ta pomeni, da spremljaš vsakega dijaka ne glede na njegove spretnosti, motivacijo in vedenje. Dijak mora občutiti toplino, pozitiven interes in občutiti, da je zaželen. Učitelj naj se zanima za dijaka kot za osebo tako ob razočaranjih kot ob uspehih. Pozornost naj bo naravna, avtoritativni učitelj bo kazal dijaku spoštovanje tudi ob napakah. Spreten učitelj se zaveda pomembnosti komunikacije z dijakom tako v skupini kot na samem. Spreten učitelj tudi ve, da je najboljša komunikacija spontana in se zato nauči videti priložnosti za tovrstno komunikacijo. Sam si pripravi priložnosti za iniciativo: npr. spremlja rojstne dneve dijakov in jim ob dnevu čestita. Za vzpostavljanje in krepitev navedenega odnosa so nadvse dobrodošli dobro organizirani izleti in strokovne ekskurzije, kar bo potrdil vsak učitelj, ki že ima kaj takega za sabo.

Pohvala daje energijo. Razred naj vidi, da se ceni dijake, ki več dosežejo. Avtoritativni učitelj govori o dijakih s spoštovanjem, vedno, ko je dijak prisoten in takrat ko ni. To velja za vse pogovore ali s kolegi učitelji, ali s starši, ali s sošolci. Dijaki se zavedajo, da učitelj ve, kako se obnašajo, in da je sposoben posredovati, če je to potrebno. Avtoritativni učitelj pogosto govori s posameznimi dijaki z jasnim sporočilom, če v vedenju kaj odstopa od sprejemljivega. Zaradi tega učitelju marsikdaj zadošča stik z očmi, ali kaj podobnega, da se dijak zave svojega neprimernege vodenja.

3.3.3. Jasno vodenje pri poučevanju posameznih predmetov.

Znana morajo biti dela, ki so potrebna za uspeh pri predmetu, tako da lahko dijaki predvidijo uspeh glede na vloženo delo.

Dober odnos do dijakov prispeva k dobrem odnosu dijakov med seboj. Ko pride do trpinčenja je to negativna sila. Če se žrtev upira je to sila proti negativni sili, vendar je večinoma prešibka. Tretja sila je v ostalih dijakih, če je razredna klima negativna, se ta sila velikokrat obrne proti žrtvi. Pri oddelku s pozitivno klimo pa je pozitivna tretja sila nenadomestljiva, ko pride do problema. V dobri klimi se ranljive dijake sprejema, nevtralni dijaki postavijo meje napadalcem. Avtoritativno vodenje in dobra klima daje vodji več možnosti, da aktivno vpliva na zavedanje pri nevtralnih dijakih, sploh pri neformalnih vodjih, da prevzamejo načelno odgovornost na splošno in konkretno, če pride do trpinčenja.

3.4. Obravnava teme trpinčenja v razredu

Pri ničelni toleranci je trpinčenje redna tema. Temu se ne posveča veliko časa, ampak dobro je, da dijaki vedo, da se vsak učitelj temu posveti vsaj enkrat tedensko. To je lahko v posebni vaji, ali pa kot del vsakdanjega dela. Seveda ni namen, da se dijake preobremeni s to tematiko, bistvo je, da se dijaki zavedajo, da je trpinčenje in seveda tudi pozitivno vedenje ves čas prisotno v učiteljevi zavesti. Učitelj izkorišča priložnosti, da zavzame svoje stališče, in da poudari, kaj je spremenljivo in kaj ne.

3.5. Povzemanje poteka tedna

Organizacijska psihologija poudarja pozitivni učinek na skupino s povzemanjem. Pomembna rutina postane, če razrednik zadnje svojo uro v tednu z oddelkom zaokroži teden skupaj z dijaki. Pomembno je, da dijaki vedo, da se to dogaja vsak teden, in da se o trpinčenju ves čas pogovarjajo. Pomembno je tudi, da se s temo trpinčenja ne pretirava, ampak se temo vključi v širši okvir. Včasih je dovolj minuta, drugič pa je treba iti bolj v globino. Npr. »Ta teden ni bilo nič slišati o kakem draženju.« Ali pa »V četrtek je bil en neprijeten dogodek in vi (poimensko navede dijake) veste, kakšen je moj odnos in odnos šole do tega« Vedno se potem vpraša, če bi kdo kaj želel povedati. Dober uvod je, če se povzame delo pri posameznih predmetih, se dijake pohvali za kakšno stvar in potem izkoristi priliko tudi za temo trpinčenja.

3.6. Ustavljanje že obstoječega trpinčenja

Trpinčenje **ni konflikt** ampak je sistematična zloraba šibkejših oseb. Zato se tudi ne rešuje z mediacijo. Vitalnega pomena je, da je oseba, ki se vključi v reševanje situacije spoštljiva do obeh strani. Razgovore organizira razrednik, lahko pa tudi učitelj, ki je bil priča trpinčenju in jih vodi v sodelovanju s svetovalno službo. Pri razgovorih je priporočljiva tudi prisotnost ravnatelja.

Pogovori z dijaki naj potekajo v naslednjem vrstnem redu:

1. Pogovor z žrtvijo
2. Pogovor z vsakim napadalcem posebej
3. Pogovor z vsemi napadalci skupaj.

Temu sledi spremljevalni pogovor na obeh straneh, na koncu se strani lahko srečajo.

Obstajajo različne oblike trpinčenja. Ob vsakem primeru posebej se odločimo, kakšno zaporedje pogovorov bomo uporabili in kako bomo srečali obe strani.

Glavni princip je vedno enak: podpreti žrtev in zahtevati spremembo vedenja od napadalcev, ne da bi se pogajali z njimi.

Organizacija vseh pogovorov na ustrezen način je zahtevna in kompleksna in bo pogosto zahtevala aktivno vključitev tudi drugih učiteljev, ki učijo v oddelku. Usmeritev in naravnost učiteljev, da dajo v situaciji trpinčenja prednost rešitvi tega problema pred običajnim delom, vsebuje tudi pomembno sporočilo dijakom, namreč dijaki bodo začutili odločnost vseh zaposlenih, da se postavijo po robu nasilju, kar bo tudi preventivno delovalo.

3.6.1. Individualni pogovor z žrtvijo

Organizira naj se diskretno brez pompa, žrtvi se pove tik pred sestankom. Učitelj naj po možnosti ve čim več o dogajanju, da ni treba zasliševati žrtve. Elementi razgovora so:

- osvetlitev situacije,
- izraziti podporo žrtvi,
- obljubiti, da se bo žrtev o vsem sproti obveščalo,
- dogovor za naslednji sestanek.

O napadalcih se ne govori kot o negativnih ljudeh.

Naslednji sestanki z žrtvijo:

Stalni stik je potreben, ker daje žrtvi občutek, da ima podporo odraslega. Pa tudi za obzirno pridobitev potrebnih informacij: Kje, kdaj se dogaja trpinčenje, vloga ostalih v razredu. Dobro je tudi dobiti informacije o vedenju žrtve. O tem se je treba pogovarjati tako, da se žrtev ne počuti krive za dogajanje.

3.6.2. Pogovor z napadalci

Pomembno je poznati informacije o dogajanju pred pogovorom. Dobro je vključiti neposredno v pogovor odrasle, ki so videli trpinčenje, če je to mogoče. Z napadalci se najprej pogovarja individualno, z enim za drugim, tako da se vmes ne morejo pogovoriti med seboj. Če bi se pogovarjali z vsemi skupaj, je velika verjetnost, da bi se skupina še okrepila. Pogovore se organizira tako, da sodelujejo še drugi učitelji, ki pomagajo vzpostaviti razmere, ki to omogočajo.

Primer poteka primernih pogovorov:

»Rad bi se pogovoril s tabo o Benu, ki ga zelo zafrkavajo. Vem, da imaš tudi ti vlogo pri tem.«

Ne smemo dovoliti, da pride do diskusije o tem, koliko je to res ali ni. Učitelj je povedal dejstvo, ki je osnova za pogovor. Kljub temu pa je dijaku treba dovoliti, da se izrazi. Pomaga, če učitelj uporablja **odločen, vendar ne neprijazen ton**. Učitelj je sprejemajoč v odnosu do dijaka, zavrača pa trpinčenje, to mora dati jasno vedeti. Dijak bo lažje vstopil v konstruktivni dialog, če bo opazil, da ima učitelj v njega zaupanje. To zaupanje pa ne pomeni, da se zabriše dejstvo, da je do trpinčenja s strani dijaka prišlo.

Stres dijaka bo zelo visok pred pogovorom. Želel bo opravičiti svoja dejanja, morda bo rekel, da se ne spominja teh dejanj, ali bo rekel, da je bila samo šala, najbrž bo poudarjal in izpostavljal vlogo drugih. Mnogi bodo želeli prenesti odgovornost za trpinčenje na žrtev. Žrtev lahko predstavijo kot izzivalno, agresivno ali neumno. Pomembno na tej točki je, da učitelj ne podpre mnenja napadalca, tudi če se v neki točki z njim strinja. Morda bi celo okrepil kontakt z dijakom na ta način, vendar to bi bilo kratkega roka, ni vredno, ker lahko dijak kritični pogled učitelja na žrtev, izkoristi. Zelo se odsvetuje tudi, da bi učitelj vstopil v diskusijo o tem, kakšna je bila vloga drugih. Dijak o tem zagotovo mnogo ve in diskusija bi skrenila iz prave smeri. Učitelj naj v tej točki zavzame nevtralno stališče o tem, kaj dijak pove o sebi, žrtvi in drugih udeležencih. Pozorno ga posluša v diskusijo ne takšno ne drugačno pa ne vstopa. Pogledi napadalca morajo na tem mestu ostati sami, brez reakcije. To bo povzročilo, da bo napadalec postal negotov v lastno prepričljivost in v to, koliko učitelj ve. Ta negotovost je koristna za ugoden razplet.

Sledi del pogovora, ki je namenjen iskanju rešitev za napadalca, vloga učitelja je, da dijaka usmeri in podpre pri iskanju konstruktivnega reševanja situacije.

Primer: »Vem, da si vključen v trpinčenje Bena in tega ne morem sprejeti. Do sedaj sva se lahko o vsem razumno pogovorila in verjamem, da bi tudi ti želel, da bi se stvari uredile.«

Učitelj skuša doseči kooperativnost dijaka. Cilj je, da dijak obljubi, da ne bo več trpinčil žrtev in bo storil tudi kaj proti temu, da bi ga dražili drugi.

Bistvo pogovora torej je:

- Seznanitev napadalca z resnostjo situacije
- Nepristanek na diskusijo z napadalcem
- Pomagati dijaku, da loči sebe kot osebo in svoje vedenje, in da se distancira od trpinčenja
- In če je možno priti do strinjanja, da bo žrtvi celo pomagal.

Ko se pogovor zaključi se gre po drugega napadalca in tako naprej. Razgovori so organizirani tako, da se napadalci vmes ne morejo pogovarjati. Pri zaporedju pogovorov je treba upoštevati, kdo bo po vsej verjetnosti najbolj pripravljen sodelovati in kdo ima v skupini največji vpliv. S temi se začne pogovor najprej. Informacije iz prvega pogovora so nam v pomoč pri naslednjih.

Po končanem pogovoru z zadnjim napadalcem, ta počaka v sobi in se pokliče še preostale. Učitelj usmerja skupino v odločitev o prenehanju trpinčenja in v razvoju pozitivnega odnosa. Noben od dijakov v tej situaciji ne more vedeti, koliko so povedali drugi in koliko so drugi bili pripravljeni sodelovati. Večina verjame, da so sami bili najbolj sodelovalni. Učitelj pove, kaj so sklenili v individualni situaciji. Če je bil kateri od dijakov v individualni situaciji nesodelovalen, naj učitelj to ne poudarja, dobro pa je da reče recimo: »Andrej ti si malo negotov glede tega ali lahko podpreš Bena?«

Načrt je, da v skupini nastane **soglasje o prenehanju** trpinčenja in **odločitev za podporo** žrtvi. Ob takem soglasju je velika verjetnost, da se bo strinjal tudi Andrej.

Nekje na tej točki učitelj pove, da je Ben seznanjen s temi pogovori. Dobro je tudi, da poudari, da je šola pobudnik tega sestanka in ne žrtev. Dijakom se pove, da bodo obveščeni tudi njihovi starši. Da se jim možnost, da staršem povedo sami.

Učitelj ponovi, kaj so sklenili. S trpinčenjem se bo takoj prenehalo, namesto tega se bo vzpostavila podpora Benu. Učitelji bodo pozorno spremljali dijake in njihovo vedenje.

Čisto na koncu jih učitelj pripravi na prihodnje dogodke:

1. »Kaj, če bo nekdo drug dražil Bena, ali ne bo najlaže za vas, da se tudi vi spet pridružite?«

Ponavadi zanikajo. Učitelj naj vsakega pozove, da se izreče o tem, ker postane zaveza, ko je izrečena v skupini in pred učiteljem bolj otipljiva.

2. »Kaj se bo zgodilo, ko se boste vrnili k sošolcem v razred. Sošolci vas bodo gotovo spraševali, kaj je bilo?«

Vsak naj pove, kaj bo rekel.

3. Učitelj se pogovori tudi o prvem srečanju z žrtvijo. Kaj bodo storili? Če je potrebno, jim pri tem učitelj svetuje.

Na koncu se z dijaki dogovori za ponovno srečanje v roku 2-4 dni, da mu bodo povedali, kako je.

Povzetek priporočene vsebine pogovorov z napadalci:

- Damo splošno informacijo o individualnih pogovorih
- Zaveza
- Bolj podrobna informacija
- Razgovor o obnašanju v situacijah, ki bodo sledile
- Dogovor za naslednji sestanek.

Včasih se že na tej točki lahko priključi žrtev, seveda če se le ta strinja, in če so napadalci res sodelovalni. Prednost tega je, da prvo srečanje med napadalci in žrtvijo steče pod nadzorom. Če pride do tega razgovora, da učitelj besedo napadalcem, spremlja in pazi, da je njihov govor konstruktiven.

Po tem gredo lahko vsi skupaj v razred in učitelj celotnemu razredu pove, kaj se je dogajalo in kaj so se dogovorili.

Posamezni razgovori naj ne bi trajali več kot 10 min, tudi s skupino nekaj takega, če dodamo še pogovor z žrtvijo in s celim razredom, bi dve šolski uri morali zadoščati.

3.6.3. Kaj sledi opravljenim pogovorom

Obveščeni morajo biti vsi oddelčni učitelji, ki vsi spremljajo vedenje dijakov. Bolj vpleteni (npr. kot priče) in učitelj, ki je sodeloval pri pogovorih in dogovorih, pa ima redne pogovore z dijaki o tej temi. S tem učitelji kažejo, da so zavezani k dokončni rešitvi tega problema. Tudi žrtev se redno povpraša po počutju.

3.6.4. Kaj če se trpinčenje nadaljuje?

Sledijo spet individualni pogovori, vsakemu se predloži osebna odgovornost in obvesti se tudi starše. Dijakom mora biti sporočeno, da če učitelji s pogovorom ne bodo uspeli doseči, da bi dijaki prenehali s trpinčenjem, da bodo morali poseči po drugih ukrepih.

Šola mora imeti pripravljen seznam teh ukrepov vnaprej. Za vsak posamezen primer izbere ukrep, ni nujno, da je isti za vsakega posameznika.

Primeri ukrepov:

- Srečanje napadalca s starši žrtve
- Dijaku se prepreči stik z žrtvijo, tako, da se mu prepove obiskovanje pouka
- Premestitev v drug razred.
- ...
- ...

Napadalci morajo biti že od začetka obveščeni, da šolsko osebje ne bo mirovalo, dokler se trpinčenje ne preneha. Z zaupanjem v dijake bo osebje najprej poseglo po pogovoru in pričakovalo samostojno odločitev dijakov, da opustijo neprimerno vedenje, v kolikor osebje pri tem ne bo uspešno, pa bo poseglo po vseh ukrepih, ki jih ima na razpolago, da ustavi trpinčenje.

3.6.5. Opazovalci

Tudi z opazovalci je potrebno spregovoriti. Treba jih je opozoriti na njihovo lastno odgovornost v takih situacijah. Če šola preventivno že prej deluje na tem področju, za to ni potrebno veliko časa, samo spomni se jih. Če je med opazovalci oseba z visokim statusom v skupini, lahko veliko pomaga, tudi drugi lahko s pozitivnim vedenjem do žrtve pomagajo.

3.6.6. Kaj če gre za prikrito trpinčenje?

To je bolj pogosto pri dekletih. Pogovor je otežen, ker ni pravih dokazov. Tudi v tem primeru se izpelje pogovore. Pove se za informacije o trpinčenju in potencialnim napadalcem izrazi zahtevo, da se kakršno koli šikaniranje takoj ustavi. Učitelj posluša morebitne ugovore napadalcev. Na ugovore ne reagira ampak odločno ponovi, da se mora kakršnokoli šikaniranje takoj ustaviti. Dobro za učitelja je, da ima čim več podatkov o dogajanju, tam kjer jih ni, pa je zelo uporabna psihološka tehnika usmerjenosti v prihodnost. Pove se, da je bilo, kar je bilo, za prihodnost pa se izrazi pričakovanje do dijakov, da ne bodo uporabljali neprimerne vedenja do sošolcev.

3.6.7. Kompleksnejši vzorci trpinčenja

Včasih skupina trpinči več posameznikov. Posameznika lahko trpinči več ločenih posameznikov, ali več skupin. Zaradi kompleksnosti trpinčenja je nujno potrebno sodelovanje med zaposlenimi v šoli. Teh problemov ne more reševati en sam strokovni delavec. V vse primere se mora vključiti ravnatelj, ki s svojo prisotnostjo poudari resnost in zavezanost šole pri reševanju teh zadev, poleg tega pa morajo sodelovati učitelji s svojim videnjem dijakov in prispevati svoj delež k pripravi dijakov, da se sami odločijo za opustitev trpinčenja, kot ene od oblik svojega vedenja.

3.7. Reševanje problemov v razredu oz. preventivno delovanje

Kako se tega lotimo je odvisno od tega za kakšen razred gre. V razredu, kjer so sprejete ustrezne norme za vedenje je lažje imeti konstruktivno srečanje, kot v razredu, kjer imajo posamezniki ali skupine, ki se neprimerno vedejo, močne pozicije. Kjer je tako, se je potrebno najprej pogovarjati s tako skupino ločeno, kot je bilo navedeno zgoraj.

V pozitivno naravnanih razredih pa lahko delamo s celo skupino.

3.7.1. Faze dela z razredom

- Razjasnevanje

Kaj je trpinčenje (Bulling)?

Cilj je doseči soglasje skupine o tem, kaj to je. Dobro je tudi, da so na glas izrečena mnenja posameznikov, ki zavračajo tovrstno vedenje in s tem sporočajo, da tako vedenje nima podpore v razredu

Zakaj je trpinčenje škodljivo

Priti do mnenj dijakov.

- Načrtovanje

Kako bi dijaki ravnali, če bi pri njih prišlo do trpinčenja

- Zaveza

Na koncu se dijaki zavežejo k pozitivno naravnane vedenju. Do tega morajo priti sami, saj ima taka zaveza dolgoročno vrednost.

Zaveza, ki jo vsak zase a v javnosti zapiše in predstavi ostalim ima močnejši učinek, kot tihi pristanek na to, kar so sklenili drugi.

- Spremljanje

Tema se ne sme opustiti, čeprav je vse teklo v pozitivni smeri. Učitelj mora redno preverjati, če se dijaki držijo svojih zavez.

4. Zaključek

Za žrtev in napadalca ima trpinčenje izredno negativni vpliv za prihodnost. Pri žrtvi je ogrožena samopodoba in optimizem pri napadalcu pa lahko pride do upada spoštovanja pravic drugih, s čimer se poveča možnost razvoja negativnih navad, ki lahko privedejo do socialnih problemov kasneje v življenju.

Za šolo je zelo pomembno, da ima učinkovito strukturo delovanja za zaustavitev trpinčenja. To ima močan pozitiven učinek na celotno šolsko okolje in na zaupanje v šolo.

Spremljanje in nadzor dijakov, ki so bili vpleteni v trpinčenje sicer pomeni nadzorovanje, vendar pomeni za napadalce tudi skrb, če je delovanje vodeno na spoštljiv način. Na ta način preprečujemo, da bi se tisti, ki trpinči indentificiral s svojim vedenjem. S tem da izražamo napadalcu svoje spoštovanje njemu kot človeku in ga vključujemo v konstruktivne naloge, ga navajamo na standarde vedenja, ki jih pričakujemo v bodoče tudi od njega.

Če bi se naša šola organizirala za tovrstno delovanje in bi po teh principih delovalo celotno osebje šole, bi kot stranski učinek dosegli približevanje k celostni podobi šole, kot šole za katero je pozitiven odnos do sočloveka na prvem mestu, šole za katero je značilna aktivna udeležba pri udejanjanju te vrednote.

VIR:

Professor Erling Roland, Assistant Professor Grete Sørensen Vaaland: Teachers' Guide to the Zero Anti-Bullying Programme, Centre for Behavioural Research, University of Stavanger, 2007, Elektronska oblika:

http://saf.uis.no/getfile.php/SAF/Til%20nedlast/Zero/ZERO_TEACHERS_GUIDEpdf.pdf

5. Powerpoint izvedba zgornjega sestavka

Za večjo zapomnitev in tudi večji interes sem vam zgornje gradivo pripravila tudi v Powerpoint različici. Ojej, na žalost mi je za to zmanjkalo časa. Vendar, če bo na šoli interes za sistematično delo na razvoju tega področja, obljubim da bom takrat pripravila tudi vizualno različico tega gradiva.

6. Gradivo za delo z dijaki v razredu

Za delo z dijaki sem pripravila več gradiv, ki zajemajo kratke filme in Powerpoint predstavitve. Kar bo olajšalo naše delo tako pri pridobivanju interesa s strani dijakov, kot pri sami izpeljavi v razredu.

Zaenkrat sem pripravila gradivo za dve temi:

- Gradivo, ki naj dijakom pomaga pri senzibilizaciji za prepoznavanje trpinčenja in pri osveščanju svoje lastne vloge pri situacijah, ko do trpinčenja pride. Zaenkrat filmčki nimajo podnapisov, vendar bom to naknadno dopolnila.

