

## ZBIRKA SMERNIC ZA POGOVOR Z OTROKOM O NASILNEM VEDENJU

### KAJ JE MEDVRSTNIŠKO NASILJE?

Medvrstniško nasilje (bullying) je praviloma namerna, ponavljajoča se uporaba fizičnega, psihičnega, spolnega, materialnega ali spletnega nasilja nad drugim vrstnikom. Kadar gre za enkratni dogodek nasilnega vedenja in je prisotna izrazita razlika v fizični ali psihični moči med povzročiteljem in žrtvijo, prav tako govorimo o medvrstniškem nasilju.

Strokovnjaki opredeljujejo, da gre pri medvrstniškem nasilju za:

- zavestno in ponavljajoče se vedenje,
- agresivno vedenje,
- manipulativno vedenje,
- izključevalno vedenje,
- nasilje ene ali več oseb proti eni ali več osebam, ki so šibkejše (fizično, psihično ali socialno) od povzročitelja.

### VLOGE V NASILJU

**Žrtev medvrstniškega nasilja** je otrok, ki je dlje časa izpostavljen agresivnemu vedenju in zlorabi moči s strani vrstnika ali skupine vrstnikov. Nasilje, ki ga doživlja, povzroči pri otroku številne posledice, saj postopoma prične destruktivno vplivati na njegov učni uspeh, socialno vključenost in zdravje. Z uporabo termina žrtev ne mislimo, da je otrok, ki preživlja vrstniško nasilje, povsem nemočen, brez moči in energije, saj žrtev nasilja praviloma potrebuje veliko moči, da preživi in se vsakodnevno sooča z nasiljem. Bolj ustrezen termin bi bil zato otrok z izkušnjo medvrstniškega nasilja, a uporabljamo termin žrtev zato, ker je enostavnejši, poznan in razširjen.

**Povzročitelj medvrstniškega nasilja** je otrok, ki dlje časa izvaja nasilje nad vrstnikom in zlorablja svojo fizično, psihično, spolno ali materialno premoč. Pri tem je v procesu ustrahovanja in nadzora nad vrstnikom vse močnejši, kar vodi v vse večje neravnovesje v moči.

**Opazovalci** so vrstniki, ki zaznajo nasilje med vrstniki, ga neposredno opazujejo ali celo spodbujajo k nadaljevanju nasilja, a vanj aktivno ne posegajo, ne izvajajo nasilja, a žrtve ne zaščitijo. Vzroki za takšno vedenje so različni: strah pred povzročiteljem, ne želijo se izpostaviti, ne zaupajo, da bodo odrasli ustavili nasilje, slabe izkušnje iz preteklosti, menijo, da to ni njihov problem, tiha identifikacija s povzročiteljem in drugo.

**Otroci, ki so v obeh vlogah**, enkrat kot žrtve, drugič kot povzročitelji nasilja, niso redki. Viktimiziranost v šoli povečuje verjetnost, da se bo otrok žrtev sčasoma tudi sam pričel vesti nasilno. Žrtve se namreč različno odzovejo na nasilje in nekateri otroci se

odločijo za nasilno povračilo. Poznani so kronični ciklusi nasilja, kjer se izmenjujeta doživljanje nasilja in nasilna povračilnost, v vse bolj destruktivni spirali.

### **OTROCI Z IZKUŠNJO NASILJA SE POČUTIJO:**

**Nemočno:** Ker ne morejo preprečiti nasilja.

**Zmedeno:** Ker nasilje nima smisla.

**Jezno:** Ker ni prav, da se nasilje dogaja.

**Krivo:** Ker menijo, da so naredili nekaj narobe.

**Žalostno:** Ker gre za izgubo (varnosti).

**Prestrašeno:** Ker so lahko prizadeti, ker lahko izgubijo nekoga, ki ga imajo radi, ker okolica lahko gotovi, kaj se dogaja.

**Sami:** Ker menijo, da se to dogaja le njim.

### **Kaj morajo otroci slišati o nasilju s strani staršev:**

*Nasilje ni OK.*

*Nisi ti kriv/a.*

*Zagotovo si močno prestrašen/a.*

*Poslušal/a te bom.*

*Lahko mi poveš, kako se počutiš; pomembno je.*

*Žal mi je, da si moral/a to videti/slišati.*

*Ne zaslužiš si, da se to dogaja v tvoji okolici.*

*Pomagal/a ti bom, da boš varen/na.*

*Ničesar nisi mogel/a narediti, da bi to preprečil/a ali spremenil/a.*

*Sam/a se lahko odločiš, da se ne boš pretepal/a ali prizadel/a ljudi.*

### **Kako se pogovarjati o nasilnežu (če je ta znan):**

Izogibajte se žaljivkam. Kritizirajte vedenje, ne osebe. Morda ima vaš otrok nasilneža (če je to recimo nekdo v šolskem ali družinskem okolju) še vedno rad, zaradi česar je zbežan, celo zmeden. Tudi za vas je to lahko težko! Vendar je za vašega otroka zelo pomembno, da lahko izrazi tovrstne občutke.

## **Predlogi, kako pomagati otrokom, ki so bili priča nasilju:**

Ko bodo pripravljene, se pogovorite z njimi o dogodku. Poslušajte jih. Pogovarjajte se o njihovih občutkih. Pokažite razumevanje. Povejte jim, da niso oni krivi. Pustite jim, naj govorijo, če želijo. Povejte jim, da se boste potrudili, da bodo varni in da boste ukrepali na varen način. Povejte jim, da nasilje ni OK. Prepoznavajte njihovo stisko/strah. Sprejmite, da se morda ne bodo želeli takoj pogovarjati. Vaše vedenje do otrok naj bo vedno neogrožajoče in nenasilno. Peljite jih na svetovanje, če ga potrebujejo. Pustite jim, da so otroci in delite svoje skrbi z odraslo osebo. Kadar se vaš otrok vede nasilno ali žaljivo, postavite meje na spoštljiv način. Pomagajte otrokom razumeti načelo, da nasilje rodi nasilje.

## **Znaki, da je otrok žrtev medvrstniškega nasilja**

V nadaljevanju so podrobneje naštetih znaki, ki jih domače in tuje organizacije prepoznavajo pri žrtvah medvrstniškega nasilja oziroma same žrtve poročajo o njih. Če katerega od teh znakov opazite pri svojem otroku, ni vedno nujno, da je otrok tudi v resnici žrtev nasilja. Včasih se kateri od teh znakov pojavi tudi zaradi kakšnega drugega vzroka oziroma v kakšni drugi situaciji:

- modrice, odrgnine, ureznine in druge poškodbe, ki jih otrok ne zna pojasniti ali za katere imate občutek, da noče povedati, kako jih je v resnici dobil (pogosteje se mu dogajajo nepojasnjene ali sumljive nesreče),
- nepojasnjena izguba igrač, knjig in elektronskih naprav, ali pa so te poškodovane (pogosteje kot sicer kaj izgublja),
- otrok ali mladostnik noče v šolo, izogiba se hobijem,
- noče v šolo z avtobusom, spremeni svojo običajno pot, zato zamuja ali pa prihaja v šolo zelo zgodaj,
- nenadoma postane bolj odvisen od vas, noče biti sam, noče iti sam nekam, izgublja prejšnjo samostojnost,
- postaja bolj zaprt vase, lahko tudi pove, da se počuti osamljeno,
- opazne so spremembe v njegovi osebnosti, karakterju, načinu vedenja ..., lahko je do novih stvari ali ljudi bolj nezaupljiv, zelo pogosta je negotovost,
- postane bolj žalosten, nerazpoložen, anksiozen ali jezen, brez očitnejših razlogov in to razpoloženje traja dlje časa,
- pogosti so glavoboli, bolečine v trebuhu, bruhanje pred odhodom v šolo, na vsak način poskuša ostati doma zaradi slabega počutja,
- ima težave s spanjem, nočne more, joka preden zaspi, lahko se pojavi močenje postelje,
- spremenijo se prehranjevalne navade (izguba apetita ali pa pride iz šole vsakič znova zelo lačen, ker mu vzamejo malico ali denar zanjo),
- tudi sam lahko postane nasilen do mlajših bratov in sester,
- lahko počaka do doma, da gre na stranišče (nikoli ne gre v šoli),

- naenkrat ima manj prijateljev, ne družijo se več z običajno skupino, lahko je nesprejet pri vrstnikih (ni več vabljen na rojstne dneve),
- poslabšajo se mu ocene in šolski uspeh, manjka pri pouku,
- pogosti so občutki sramu in samoobtoževanja za veliko stvari, občutek, da ni dovolj dober,
- govori o občutkih nemoči, njegova samopodoba je poslabšana,
- pojavlja se lahko tudi samopoškodovanje,
- začne jecljati, pojavijo se tiki in različne druge motnje.

### **Kako zanikanje nasilja v osnovi vpliva na otroke**

Otroci se naučijo, da je nasilje nekaj običajnega. Otrok se boji govoriti o nasilju. Otrok je zmeden, ne razume. Krivi sebe. Nauči se, kako svoje občutke zanikati in o njih molčati. Zdi se jim, da se jim meša. Počutijo se osamljene, ločene od prijateljev. Naučijo se, da se o nasilju ni dobro pogovarjati ali o njem spraševati. Otroci dobijo napačna prepričanja o vzrokih za nasilje. Otrokom je veliko huje, če se z njimi o nasilju nikoli nihče ne pogovori.

### **Osnovno načelo ravnanja ob nasilju**

Najpomembnejši nasvet je ta, da otroke učimo, naj ob pojavu nasilja ne bodo tihi. Naj o tem povedo sovrstnikom, svojim prijateljem, učiteljem ... Ne le, če so žrtve, tudi kot opazovalci.

### **UPORABLJENI VIRI**

- <https://www.drustvo-dnk.si/images/dokumenti/kakosezotrokipogovarjationasiljuinzlorabivdruzini.pdf>
- <https://www.policija.si/svetujemo-ozavescamo/policija-za-otroke-najstnike/nasilje-med-vrstniki/kaksni-so-znaki-nasilja-nad-vrstniki>
- <https://www.zrss.si/digitalnknjiznica/navodila-medvrstnisko-nasilje-viz-2016/files/assets/common/downloads/publication.pdf>