

Moduł 2. Charakterystyka rozwojowa nastolatków i identyfikacja zachowań przemocowych

Ten moduł bada złożone powiązania między rozwojem nastolatków a zachowaniami przemocowymi w środowisku szkoły średniej. Zaprojektowany z myślą o nauczycielach, dostarcza wglądu w rozwój psychologiczny, emocjonalny i społeczny młodzieży oraz w to, jak te czynniki wpływają na dynamikę przemocy. Dokument wyposaża pedagogów w praktyczne umiejętności rozpoznawania zarówno oczywistych, jak i subtelnych oznak nękania, zrozumienia profili psychologicznych ofiar i sprawców oraz wdrażania skutecznych strategii interwencji.



**Co-funded by
the European Union**

Rozwojowe cechy nastolatków i ich związek z przemocą

Okres dojrzewania stanowi kluczowy etap rozwojowy charakteryzujący się istotnymi zmianami w rozwoju mózgu, funkcjonowaniu poznawczym i dynamice społecznej.

Te przemiany głęboko wpływają na to, jak nastolatki postrzegają siebie i innych, jednocześnie kształtując ich tendencje behawioralne, w tym podatność na prześladowanie i skłonność do agresji wobec rówieśników.

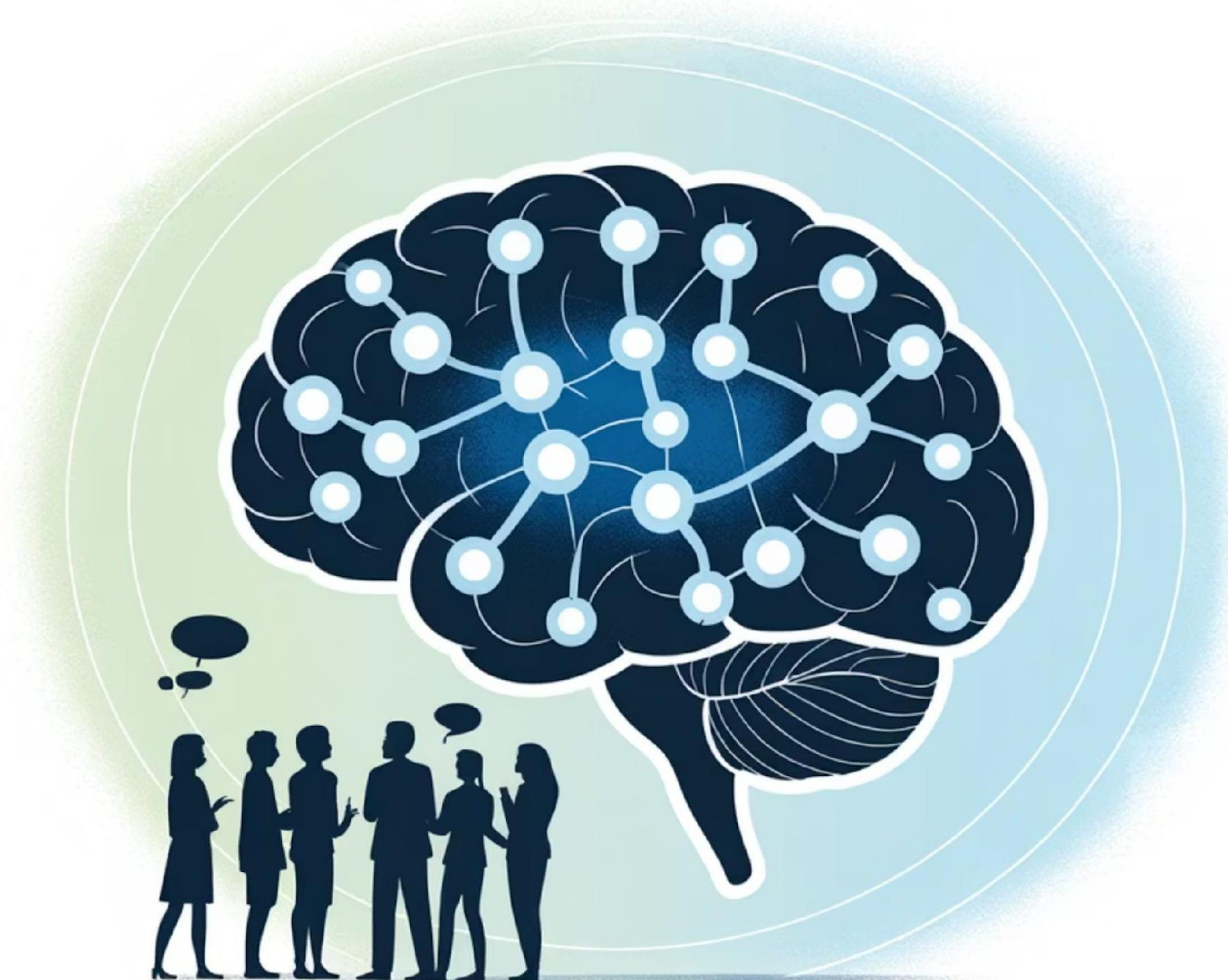
Zrozumienie tych czynników rozwojowych dostarcza nauczycielom cennych informacji o przyczynach i oznakach nękania, umożliwiając skuteczniejsze interwencje.

Rozwój poznawczy

Nastolatki przejawiają rozwinięte zdolności poznawcze, w tym lepsze myślenie krytyczne, regulację emocji i umiejętności rozwiązywania problemów. Trwający rozwój kory przedczołowej, odpowiedzialnej za podejmowanie decyzji i kontrolę impulsów, przyczynia się do tych postępów. Jednak zdolności te pozostają nie w pełni rozwinięte, co sprawia, że nastolatki są bardziej podatni na impulsywne zachowania, zwłaszcza w grupie rówieśniczej (Crone & Dahl, 2012).

W miarę jak nastolatki starają się ustanowić swoją tożsamość, wpływ rówieśników staje się kluczowy w kształtowaniu postrzegania siebie.

Porównania społeczne i potrzeba akceptacji ze strony rówieśników mogą wywołać agresywne zachowania lub uczucia niedoskonałości, które mogą poprzedzać zachowania bullyingowe. Zgodnie z teorią Eriksona,



Rozwojowe cechy nastolatków a ich związek z bullyingiem (ciąg dalszy)

Rozwój emocjonalny i regulacja

Mózg nastolatka charakteryzuje się zwiększoną reaktywnością emocjonalną w wyniku zmian w układzie limbicznym. Badania wskazują, że słaba regulacja emocji wiąże się z większym prawdopodobieństwem stania się zarówno sprawcą, jak i ofiarą prześladowań (Garner, 2017). Nastolatkowie mający trudności z kontrolą emocji są bardziej podatni na zachowania impulsywne, w tym agresję i nękanie (Murray- Close i in., 2007).

Ten okres życia cechuje się zwiększoną wrażliwością na bodźce pozytywne i negatywne, co skutkuje zmiennością emocjonalną. W miarę jak młodzi ludzie poruszają się w tym złożonym krajobrazie emocjonalnym, stają się bardziej podatni na uczucia odrzucenia i wykluczenia społecznego, co może nasilać konflikty rówieśnicze (Steinberg, 2014). Czynniki te pomagają wyjaśnić, dlaczego prześladowani nastolatkowie częściej doświadczają lęku, depresji i wycofania społecznego.

Rozwój społeczny

W okresie dorastania przynależność społeczna staje się priorytetem, a grupy rówieśnicze wywierają silny wpływ na zachowanie. Popularność i status społeczny stają się źródłem władzy, co może prowadzić do zachowań przemocowych, gdy niektórzy nastolatkowie próbują utrzymać dominację lub pozycję w hierarchii społecznej (Bukowski & Sippola, 2001; Crone & Steinbeis, 2017).

Nastolatkowie często tworzą kliki, a osoby marginalizowane lub postrzegane jako odmienne mogą stać się ofiarami prześladowań (Espelage & Swearer, 2003). Popularni uczniowie czasem stosują przemoc, aby utrzymać społeczną dominację, podczas gdy osoby z grup marginalizowanych są bardziej narażone na stawanie się ofiarami. Dynamika społeczna, taka jak wykluczanie, rozpowszechnianie plotek i publiczne upokorzenia, to powszechne taktyki w przemocy relacyjnej, która często pozostaje niewidoczna dla dorosłych, ponieważ funkcjonuje w ramach niejawnych kodów społecznych.i.

Różnice między normalnymi konfliktami nastolatków a przemocą rówieśniczą

Podczas gdy konflikty stanowią naturalny element interakcji społecznych młodzieży, nauczyciele muszą odróżniać zwykłe nieporozumienia od zachowań przemocowych, by odpowiednio reagować.

Normalne konflikty

- Równa pozycja obu stron z relatywnie zrównoważonym statusem społecznym lub emocjonalnym
- Spontaniczne incydenty, a nie utrwalone wzorce zachowań
- Brak intencji wyrządzenia krzywdy; konflikty wynikają z nieporozumień lub różnic zdań
- Możliwość rozwiązania poprzez komunikację, negocjacje i kompromis

Przykład: Lisa i Maria są bliskimi przyjaciółkami, które nie mogą się zdecydować, na jakie zajęcia pozalekcyjne uczęszczać. Spierają się, która aktywność jest lepsza, i chwilowo są na siebie złe. Po ochłonięciu każda idzie za własnym zainteresowaniem, zachowując przyjaźń. Ten konflikt obejmuje równy układ sił oraz jednorazowe nieporozumienie i może zostać rozwiązany rozmową bez trwałej szkody.

Zachowania przemocowe

- Wyraźna nierównowaga sił (społecznych, emocjonalnych lub fizycznych)
- Celowy zamiar wyrządzenia szkody emocjonalnej, fizycznej lub społecznej
- Powtarzający się wzorzec zachowania, a nie pojedynczy incydent
- Ofiara czuje się bezsilna wobec sytuacji; agresor nie jest zainteresowany jej rozwiązaniem

Przykład: Alex wielokrotnie rozpuszcza fałszywe plotki o Benie, twierdząc, że oszukuje na egzaminach. To powoduje, że Ben jest społecznie izolowany – koledzy odmawiają pracy z nim lub siedzenia obok niego na lunchu. Pomimo prób Bena oczyszczenia swojego imienia, Alex wciąż rozsiewa plotki, powodując ciągły stres i wykluczenie. To przykład nękania z powodu celowego, powtarzającego się działania z zamiarem wyrządzenia krzywdy, wyraźnej nierównowagi sił i uporczywego zachowania wywołującego szkody emocjonalne.

Reakcje nauczyciela na różne sytuacje



W przypadku normalnych konfliktów

- Zachęcaj do otwartej komunikacji i aktywnego słuchania między uczniami
- Ucz umiejętności rozwiązywania konfliktów, w tym negocjacji i kompromisu
- Mediuje rozmowy, aby obie strony czuły się wysłuchane
- Promuj empatię, pomagając uczniom zrozumieć różne perspektywy

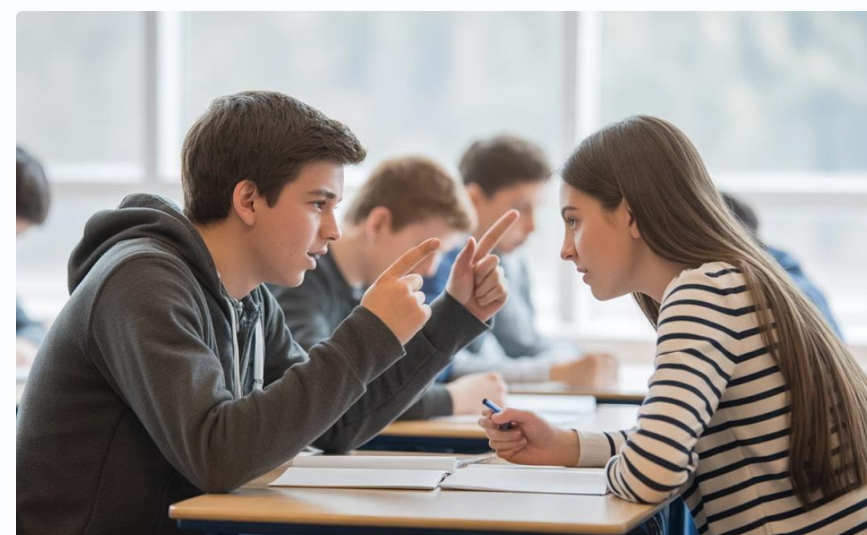


W przypadku sytuacji przemocowych

- Interweniuj natychmiast, aby przerwać nękanie i rozdzielić zaangażowanych uczniów
- Zajmij się nierównowagą sił, wspierając ofiary i egzekwując konsekwencje wobec sprawców
- Monitoruj sytuację w czasie, aby zapobiec nawrotom
- W razie potrzeby włącz rodziców, pedagogów i administrację szkoły

Aktywność w klasie: rozpoznawanie scenariuszy nękania

Poniższe scenariusze dostarczają praktycznych przykładów pomagających nauczycielom odróżnić normalne konflikty od sytuacji nękania. Dla każdego scenariusza rozważ kluczowe cechy definiujące interakcję oraz odpowiednie reakcje nauczyciela.



Scenariusz 1: Normalny konflikt

Emma i Jake oboje chcą pełnić rolę lidera w projekcie grupowym. Mają różne pomysły na strukturę projektu i żywo się sprzecniają, podnosząc głos. Spór dotyczy samego zadania. Gdy nauczyciel interweniuje, pomaga uczniom znaleźć kompromis: Emma zajmuje się badaniami, a Jake koordynuje prezentację. Po rozwiązaniu oboje wracają do wspólnej pracy bez utrzymującego się napięcia.

Kluczowe wskaźniki: Równowaga sił, spór dotyczący zadania, jednorazowy incydent, rozwiązanie osiągnięte poprzez kompromis.

Działanie nauczyciela: Mediuje dyskusję, pomóż uczniom znaleźć kompromis wykorzystując ich mocne strony i monitoruj, aby upewnić się, że rozwiązanie się utrzymuje.

Scenariusz 2: Sytuacja nękania

Podczas przerwy Sam wielokrotnie nazywa Jamesa obraźliwymi przezwiskami, takimi jak „przegryw” i „słabeusz”, w obecności innych uczniów. Sam codziennie drwi z wyglądu Jamesa i jego zdolności sportowych. James początkowo próbuje ignorować uwagi, ale staje się coraz bardziej wycofany i w końcu przestaje uczestniczyć w zabawach. Unika przerw, pozostając w klasie lub udając chorobę. Sam kontynuuje nękanie bez wyrzutów sumienia, pozostawiając Jamesa z poczuciem upokorzenia i bezsilności.

Kluczowe wskaźniki:

Nierównowaga sił, zamiar wyrządzenia krzywdy, powtarzające się zachowanie, narastający niepokój ofiary, brak rozwiązania.

Działanie nauczyciela: Interweniuje natychmiast, rozdziela uczniów, udziela wsparcia Jamesowi, zastosuj konsekwencje wobec Sama, uważnie monitoruj sytuację i zaangażuj pedagogów oraz rodziców..

Scenariusz 3: Normalny konflikt

Na lekcji matematyki Sarah i Lucas nie zgadzają się co do rozwiązania problemu. Oboje są pewni swoich metod i upierają się, że mają rację. Spór przeradza się w krótką wymianę krzyków, zakłócając lekcję. Po zajęciach uczniowie uświadamiają sobie, że przesadzili, przepraszają się nawzajem i rozstrzygają sprawę bez urazy.

Kluczowe wskaźniki: Równowaga sił, akademicki spór, jednorazowy incydent, wzajemne uznanie przesadzonej reakcji, rozwiązanie poprzez przeprosiny.

Działanie nauczyciela: Zajmij się zakłóceniem lekcji, poprowadź refleksję po zajęciach, podkreśl dojrzałość uczniów w rozwiązaniu konfliktu i wykorzystaj zdarzenie jako lekcję na temat konstruktywnej wymiany zdań.

Rola płci i stereotypów w zachowaniach przemocowych

Zachowania przemocowe często odzwierciedlają i wzmacniają społeczne normy i oczekiwania dotyczące płci. Chłopcy i dziewczęta często angażują się w różne formy nękania na podstawie kulturowych stereotypów dotyczących męskości i kobiecości, co wpływa zarówno na sposób wyrażania przemocy, jak i na to, jak te zachowania są postrzegane i oceniane przez dorosłych.

Chłopcy a przemoc fizyczna

Chłopcy częściej angażują się w przemoc fizyczną, taką jak bicie, popychanie lub inne formy jawnej agresji. Zachowania te wpisują się w tradycyjne postrzeganie męskości, które często podkreśla siłę fizyczną i dominację. Chłopcy mogą używać nękania, aby umacniać swoją pozycję, udawadniać siłę lub zdobywać status wśród rówieśników (Olweus, 1993). (Olweus, 1993).

Przykład: Grupa chłopców wybiera na cel mniejszego chłopca podczas przerwy, wielokrotnie popychając go na szafki i drwiąc z jego wyglądu. Agresja ma pokazać dominację w oczach rówieśników.

Chłopcy często są socjalizowani do bycia twardymi i rywalizującymi, co prowadzi do jawnych form agresji. Ci, którzy nie wpisują się w normy męskości, na przykład postrzegani jako słabsi lub bardziej emocjonalni, mogą być bardziej narażeni na prześladowania (Espelage & Swearer, 2003). (Espelage & Swearer, 2003).

Wpływ na ofiary: Chłopcy doświadczający nękania mogą mieć trudność z szukaniem pomocy z obawy przed byciem postrzeganymi jako słabi lub niemęscy. Taka niechęć prowadzi do internalizacji stresu emocjonalnego i zwiększonego ryzyka depresji.

Gender stereotypes shape how boys and girls express aggression and respond to bullying. These stereotypes also influence how bullying is perceived by others, including teachers and parents. Physical bullying by boys may be viewed as more serious or concerning, while relational bullying by girls might be dismissed as typical "drama," despite its significant harmful effects.

Dziewczęta a przemoc relacyjna

Dziewczęta częściej angażują się w przemoc relacyjną, która polega na manipulowaniu relacjami społecznymi, aby zaszkodzić innym. Ten rodzaj nękania obejmuje rozsiewanie plotek, wykluczanie innych z grup czy niszczenie reputacji. Przemoc relacyjna odpowiada społecznym oczekiwaniom, że dziewczęta są bardziej nastawione na relacje i emocje (Crothers & Levinson, 2004).

Przykład: Grupa dziewcząt rozpuszcza fałszywe plotki o innej dziewczynie, co prowadzi do jej wykluczenia z grona rówieśników. Celem jest izolowanie ofiary bez bezpośredniej agresji fizycznej.

Dziewczęta często stosują bardziej ukryte formy nękania, takie jak plotkowanie czy wykluczanie, co współgra z oczekiwaniami, że są mniej agresywne fizycznie. Zachowania te mogą być równie szkodliwe jak przemoc fizyczna, jednak zwykle są trudniejsze do wykrycia (Crick & Grotpeter, 1995).

Impact on victims: Victims of relational bullying frequently experience long-term emotional distress, including anxiety and depression. Because relational bullying is less visible, victims often feel isolated and unsupported.

Przełamywanie stereotypów płciowych w przemocy rówieśniczej – strategię dla nauczycieli



Zachęcaj do empatii i ekspresji emocjonalnej

Uczenie zarówno chłopców, jak i dziewcząt wyrażania emocji w zdrowy sposób może ograniczyć agresywne zachowania spowodowane frustracją lub niezaspokojonymi potrzebami emocjonalnymi.

Normalizując wyrażanie emocji niezależnie od płci, nauczyciele mogą pomóc przełamywać stereotypy przyczyniające się do przemocy rówieśniczej.

Ćwiczenie w klasie: Kalambury emocji

Uczniowie w małych grupach bez słów odgrywają różne emocje (złość, smutek, ekscytację, frustrację). Po odgadnięciu emocji uczniowie omawiają, jak się te emocje odczuwa i jak można je konstruktywnie wyrażać. Ćwiczenie podkreśla, jak empatia pomaga zapobiegać konfliktom i przemocy rówieśniczej poprzez zrozumienie emocji innych osób.



Rozpoznawaj wszystkie formy przemocy rówieśniczej

Ucz uczniów, że przemoc rówieśnicza ma wiele form – w tym przemoc fizyczną, werbalną, agresję relacyjną i cyberprzemoc – i podkreślaj, że wszystkie te formy są szkodliwe, niezależnie od tego, która płeć najczęściej się ich dopuszcza.

Ćwiczenie w klasie: Refleksja nad przemocą rówieśniczą

Uczniowie anonimowo opisują przypadki przemocy rówieśniczej, których byli świadkami lub których doświadczyli, koncentrując się na uczuciach i rodzaju przemocy. Nauczyciel odczytuje wybrane przykłady, kategoryzując je jako przemoc fizyczną, werbalną, relacyjną i cyberprzemoc. Uczniowie zastanawiają się, jak różne formy mogą być równie krzywdzące, i dyskutują strategię radzenia sobie ze wszystkimi typami przemocy rówieśniczej.



Kwestionuj stereotypy płciowe

Zajmuj się stereotypami, które promują agresywne zachowania u chłopców lub zachęcają dziewczęta do zachowań pasywno- agresywnych. Pomóż uczniom zrozumieć, jak te stereotypy ograniczają ich ekspresję i mogą prowadzić do szkodliwych zachowań.

Ćwiczenie w klasie: Odwrócone role

Uczniowie wypisują powszechne stereotypy dotyczące płci, po czym dzielą się na grupy, aby omówić negatywne skutki stereotypów dla chłopców (np. „Chłopcy nie płaczą”) i dziewcząt (np. „Dziewczynki powinny być ciche”). Uczniowie odgrywają scenki przełamujące te stereotypy, na przykład chłopcy wyrażający swoją wrażliwość lub dziewczynki stanowczo stojące w swojej obronie. Następnie dyskutują, w jaki sposób stereotypy wpływają na przemoc rówieśniczą i jak można im się przeciwstawiać.



Promuj wsparcie rówieśnicze

Zachęcaj uczniów do działania jako proaktywni świadkowie, aby wstawiali się za kolegami i koleżankami, którzy są prześladowani, niezależnie od płci. Twórz systemy, w których uczniowie czują się upoważnieni do wzajemnego wspierania się.

Ćwiczenie w klasie: Wstań, zaprotestuj

Stwórz program wsparcia rówieśniczego, w ramach którego uczniowie uczą się rozpoznawać zachowania przemocowe i bezpiecznie interweniować. Uczniowie odgrywają scenariusze nękania i ćwiczą różne metody interwencji (konfrontowanie sprawców, zgłaszanie incydentów, wspieranie ofiar). Następnie omawiają skuteczne podejścia i budowanie wspierającej społeczności szkolnej. Zachęcaj uczniów do dzielenia się doświadczeniami związanymi z wstawianiem się za innymi.

Aspekty społeczno - kulturowe a przemoc rówieśnicza

Czynniki kulturowe – w tym różnorodność etniczna, wartości społeczne i kontekst historyczny – w znacznym stopniu wpływają na zachowania związane z przemocą rówieśniczą.

Różnorodność etniczna a przemoc

Różnorodność etniczna w szkołach w złożony sposób wpływa na zachowania przemocowe. W etnicznie zróżnicowanych klasach przemoc rówieśnicza może nasilać się z powodu konfliktów międzygrupowych lub zmniejszać się w miarę, jak uczniowie uczą się współżyć z osobami o odmiennych pochodzeniach. Basilici i in. (2022) stwierdzili, że w Ameryce Północnej różnorodność etniczna często pełniła funkcję czynnika ochronnego przed przemocą rówieśniczą poprzez zmniejszenie nierównowagi sił, która napędza takie zachowania.

Jednak w Europie, gdzie status imigranta ściślej koreluje z pochodzeniem etnicznym, różnorodność etniczna częściej okazywała się czynnikiem ryzyka przemocy rówieśniczej, zwłaszcza wśród młodszych uczniów. Przemoc na tle etnicznym w sposób szczególny wymierzona jest w osoby ze względu na ich etniczne lub kulturowe pochodzenie i może obejmować rasistowskie obelgi, wykluczanie lub inne dyskryminujące zachowania. Tego rodzaju przemoc głęboko wpływa na zdrowie psychiczne ofiar i ich poczucie tożsamości.

Systemy edukacyjne a przemoc rówieśnicza

Różnice między systemami edukacyjnymi w znacznym stopniu przyczyniają się do rozpowszechnienia przemocy rówieśniczej. Kraje o bardziej hierarchicznej strukturze szkół lub mniejszym nadzorze podczas przerw często odnotowują wyższe wskaźniki przemocy. Akiba i in. (2002) odkryli, że systemy edukacyjne tworzące znaczące różnice osiągnięć między uczniami częściej doświadczają nasilonej przemocy rówieśniczej.

Wnioski te podkreślają, że struktury instytucjonalne mogą albo łagodzić, albo potęgować zachowania przemocowe. Podejścia edukacyjne, które kładą nacisk na współpracę zamiast rywalizacji, zapewniają odpowiedni nadzór oraz aktywnie promują środowiska inkluzywne, zwykle osiągają niższe wskaźniki przemocy.



Strategie postępowania z aspektami społeczno- kulturowymi związanymi z przemocą rówieśniczą

Tworzenie włączających środowisk klasowych

Nauczyciele mogą zapobiegać przemocy na tle etnicznym, tworząc w klasie kulturę, która celebruje różnorodność. Obejmuje to zachęcanie uczniów do poznawania kulturowych korzeni innych osób i aktywne promowanie szacunku dla różnic. Działania ułatwiające wymianę kulturową oraz otwarte dyskusje o różnorodności pomagają redukować uprzedzenia i budują empatię wśród uczniów.

Przykładowa aktywność: Zorganizuj „Dzień Kultury”, podczas którego uczniowie prezentują elementy swojego dziedzictwa kulturowego, w tym jedzenie, muzykę, tradycje i zwyczaje. To interaktywne doświadczenie pomaga docenić różnorodność i zmniejsza prawdopodobieństwo nękania z powodu różnic kulturowych. Wydarzenie może obejmować wystawy, występy oraz okazje do dzielenia się osobistymi opowieściami o swojej tożsamości kulturowej.

Normalizując różnice kulturowe i podkreślając wartość odmiennych perspektyw, nauczyciele tworzą środowiska, w których przemoc na tle etnicznym staje się społecznie nieakceptowalna. Takie podejście dotyka sedna problemu, kwestionuje stereotypy i buduje porozumienie międzykulturowe.

Szkolenie uczniów w rozpoznawaniu i zgłaszaniu nękania na tle etnicznym

Skuteczne programy antyprzemocowe muszą konkretnie odnosić się do przemocy na tle etnicznym poprzez naukę rozpoznawania zachowań dyskryminacyjnych i ustanawianie jasnych mechanizmów zgłaszania. Gdy uczniowie wiedzą, na czym polega takie nękanie i jak je zgłosić, stają się aktywnymi uczestnikami tworzenia bezpieczniejszych szkół.

Przykładowa aktywność: Zjednoczeni przeciw nienawiści

Cel: Pomóc uczniom zrozumieć przemoc na tle etnicznym i upoważnić ich do jej rozpoznawania oraz bezpiecznego zgłaszania.

Proces: Wyjaśnij, że przemoc na tle etnicznym jest wymierzona w kogoś ze względu na pochodzenie etniczne, narodowość lub tło kulturowe.

Aktywność: Grupy analizują karty scenariuszy przedstawiające zarówno przemoc na tle etnicznym, jak i ogólne formy nękania, identyfikując rodzaje przemocy oraz odpowiednie reakcje.

Dyskusja: Grupy dzielą się swoimi analizami, zastanawiając się, dlaczego przeciwdziałanie przemocy na tle etnicznym jest ważne i jak tworzyć środowiska sprzyjające włączaniu.

Ta aktywność pomaga uczniom rozróżniać różne formy przemocy, podkreślając szczególną krzywdę wyrządzaną przez nękanie na tle etnicznym. Poprzez ćwiczenie identyfikacji i strategii reagowania uczniowie rozwijają umiejętności potrzebne do skutecznej interwencji, gdy są świadkami takiej przemocy.

Połącz rodziny z systemami wsparcia społeczno - ekonomicznego

Czynniki społeczno- ekonomiczne często krzyżują się z tłem etnicznym i kulturowym, tworząc dodatkowe podatności na przemoc rówieśniczą. Nauczyciele mogą odegrać kluczową rolę, identyfikując sytuacje, w których rodziny mogą skorzystać z lokalnych lub krajowych programów wsparcia, i kierując je do odpowiednich zasobów. Takie holistyczne podejście uznaje, że przeciwdziałanie przemocy czasem wymaga zajęcia się podstawowymi problemami społeczno- ekonomicznymi

Zidentyfikuj potrzeby

Obserwuj uczniów pod kątem oznak mogących wskazywać na trudności finansowe, takich jak stały głód, niewystarczająca odzież lub niemożność uczestniczenia w zajęciach szkolnych z powodu ograniczeń finansowych.

Podejdź z wrażliwością

W kontaktach z rodzinami komunikuj się z empatią i szacunkiem, skupiając się na dostępnych możliwościach pomocy zamiast na postrzeganych brakach. Zachowuj poufność przez cały proces.

Zbadaj dostępne zasoby

Utrzymuj aktualną bazę lokalnych zasobów, obejmującą programy pomocy żywnościowej, usługi zdrowotne, wsparcie mieszkaniowe i subsydia edukacyjne, do których rodziny mogą mieć prawo.

Ułatwiaj nawiązywanie kontaktów

Pomagaj rodzinom w wypełnianiu wniosków, zapewniaj niezbędne dokumenty ze szkoły, gdy jest to właściwe, i monitoruj, aby upewnić się, że uzyskano potrzebne usługi.

Rozpoznawanie oznak przemocy rówieśniczej: widoczne i subtelne wskaźniki

Emocjonalne oznaki u ofiar

- Nagłe zmiany nastroju lub niestabilność emocjonalna
- Zwiększona lękliwość, szczególnie przed szkołą lub wydarzeniami towarzyskimi
- Wyrażanie smutku, beznadziejności lub poczucia bezwartościowości
- Utrata zainteresowania wcześniejszymi lubianymi aktywnościami
- Niewyjaśniona złość lub drażliwość

Behawioralne oznaki u agresorów

- Zwiększona agresja lub dominacja wobec rówieśników
- Potrzeba kontroli w sytuacjach społecznych
- Brak empatii dla uczuć innych
- Obwinianie ofiar za prowokowanie ich
- Historia problemów dyscyplinarnych



Społeczne oznaki u ofiar

- Nagła utrata przyjaciół lub unikanie sytuacji towarzyskich
- Niechęć do udziału w zajęciach grupowych
- Izolacja podczas lunchu lub wolnych przerw
- Poszukiwanie towarzystwa dorosłych zamiast kontaktu z rówieśnikami
- Bycie wykluczonym lub odrzucanym przez rówieśników

Akademiczne oznaki u ofiar

- Spadek ocen lub wyników w nauce
- Mniejsze uczestnictwo w dyskusjach w klasie
- Trudności z koncentracją podczas lekcji
- Zwiększona absencja lub spóźnienia
- Unikanie konkretnych zajęć lub aktywności

Oznaki fizyczne i materialne

Fizyczne oznaki

- Niewyjaśnione urazy, siniaki lub zadrapania
- Podarte, zniszczone lub brakujące rzeczy
- Częste skargi na bóle głowy, brzucha lub inne dolegliwości fizyczne
- Zmiany nawyków żywieniowych (pomijanie posiłków lub objadanie się)
- Zaburzenia snu, w tym koszmary lub bezsenność

Subtelne oznaki materialne

- Zaginione lub uszkodzone rzeczy osobiste czy przybory szkolne
- „Zaginione” pieniądze na lunch lub inne przedmioty
- Nagłe prośby o dodatkowe pieniądze bez rozsądnego wytłumaczenia
- Rzeczy wielokrotnie „zgubione” albo „zapomniane”
- Niechęć do przynoszenia cennych rzeczy do szkoły

Dynamika klasy, która może wskazywać na przemoc

Poza indywidualnymi oznakami pewne dynamiki w klasie mogą sygnalizować, że dochodzi do nękania:

Nierównowaga sił: Stała dominacja niektórych uczniów nad innymi w interakcjach społecznych

Śmianie się w nieodpowiednich momentach: Uczniowie śmieją się, gdy inny uczeń zabiera głos lub bierze udział

Zachowania wykluczające: Uczniowie konsekwentnie pomijani w zajęciach grupowych lub sadzani osobno

Napięcie między konkretnymi uczniami: Widoczny dyskomfort, gdy pewni uczniowie wchodzi w interakcje

Nagłe zmiany w grupach społecznych: Dotychczas zaprzyjaźnieni uczniowie nagle zaczynają się unikać

Nauczyciele powinni zwracać szczególną uwagę na te oznaki u uczniów, którzy mogą być bardziej narażeni na nękanie – w tym u tych, którzy są postrzegani jako inni ze względu na wygląd, możliwości, status społeczno-ekonomiczny czy pochodzenie kulturowe. Wczesne rozpoznanie tych wskaźników pozwala na szybką interwencję, zanim nękanie eskaluje i spowoduje poważniejsze szkody.



Wdrażanie skutecznych strategii zapobiegania i interwencji w przemocy rówieśniczej



Strategie zapobiegania oparte na dowodach

Opracuj przejrzyste polityki antyprzemocowe Twórz inkluzywne środowiska

Ustal kompleksowe zasady, które jasno definiują wszystkie formy nękania, opisują procedury zgłaszania i określają konsekwencje.

Polityki te powinny być opracowane przy udziale uczniów, personelu i rodziców, aby zapewnić szeroką akceptację, i regularnie komunikowane całej społeczności szkolnej.

Aktywnie promuj szacunek dla różnorodności, celebrując różnice, kwestionując stereotypy i dbając o to, by każdy uczeń czuł się doceniony.

Inkluzywne klasy zmniejszają nierównowagi władzy, które często napędzają nękanie, i pomagają uczniom doceniać różnorodne perspektywy i doświadczenia.

Rozwijaj umiejętności społeczno-emocjonalne Wzmacniaj świadków

Włącz naukę społeczno- emocjonalną do programu nauczania, by pomagać uczniom rozwijać empatię, regulację emocji, rozwiązywanie konfliktów i zdrowe relacje.

Te podstawowe kompetencje zmniejszają skalę przemocy poprzez oddziaływanie na podłoże społeczne i emocjonalne, które sprzyja agresywnym zachowaniom.

Ucz uczniów rozpoznawać nękanie i bezpiecznie interweniować, gdy są świadkami.

Badania pokazują, że interwencje rówieśników są bardzo skuteczne w zatrzymywaniu epizodów nękania, więc wyposażenie uczniów w konkretne strategie wspierania ofiar może znacząco zmniejszyć liczbę incydentów.

Skuteczne podejścia interwencyjne

3-5	57%	2x
Minut	Redukcji	Skuteczniejsze
Krytyczne okno czasowe na skuteczną interwencję, gdy zaobserwowane zostaje nękanie. Natychmiastowa reakcja zapobiega eskalacji i wysyła jasny sygnał, że przemoc jest nie do zaakceptowania.	Średni spadek liczby przypadków nękania, gdy szkoły wdrażają kompleksowe programy zapobiegawcze obejmujące wiele poziomów środowiska szkolnego.	Interwencje, które obejmują zarówno ofiary, jak i sprawców, są dwukrotnie bardziej efektywne niż te koncentrujące się wyłącznie na karaniu agresorów lub chronieniu ofiar.