

Mobbing w szkole

W ostatnich latach bardzo głośno mówi się na temat mobbingu w pracy. Niestety mobbing to nie tylko zjawisko, które dotyczy dorosłych, Tego okrucieństwa doświadczają także dzieci - w szkole, na uczelni czy podczas zabawy na podwórku. Ponieważ w ostatnich latach w polskich szkołach mobbing stał się bardzo poważnym problemem pragniemy przybliżyć Państwu trochę danych .

Co to jest mobbing?

Mobbing (od ang. Mob – tłum, zbiorowisko);po raz pierwszy użył tego określenia szwedzki lekarz i psycholog Heinz Leymann w latach osiemdziesiątych XX wieku. Mobbing – „oznacza wytworzenie się wokół ofiary atmosfery zagrożenia, która ma na celu wyłączenie jej z grupy koleżeńskiej lub z życia społecznego” (Olweus D., 1998, s. 16-17). Taktyka może być różna: od szykanowania, izolowania i obmawiania czy szantażu do przemocy fizycznej (popchnięcia, bicie, gwałt). Niekiedy przybiera postać jedynie wrogich gestów bądź grymasów.

Do najczęstszych form mobbingu zalicza się:

- szykanowanie,
- izolowanie,
- wyśmiewanie, wyszydzanie,
- obmawianie, plotki, ubliżanie,
- szantaż,
- przemoc fizyczna – popchnięcia, bicie, gwałt,
- wrogie gesty lub grymasy.

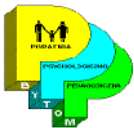
Cechy mobbingu

Aby można było mówić o przejawach mobbingu muszą wystąpić następujące cechy:

- prześladowanie ofiary przez sprawcę mobbingu musi trwać ciągle przez dłuższy czas (co najmniej pół roku) ,
- sprawca mobbingu ma nad ofiarą przewagę psychiczną lub fizyczną
- dotyczy sytuacji, kiedy można się spodziewać, że ofiara i dręczyciel będą się często widywać, jest ukrywany przed otoczeniem (dokuczanie występuje, kiedy ofiara jest w towarzystwie tych, którzy jej dokuczają),
- zwykle rozpusza się pogłoski, że ofiara jest psychicznie nie w porządku i "są z nią problemy",
- mobbing ma charakter celowy , czyli sprawcy chodzi o wyłączenie ofiary z grupy koleżeńskiej bądź zepsucie jej opinii.

Kto jest ofiarą mobbingu?

Ofiarą mobbingu może stać się każde dziecko, lecz na największe ryzyko narażone są osoby, o następujących cechach: małe poczucie bezpieczeństwa, lękowe, o niskim wskaźniku więzi rówieśniczych, niskim poczuciu kompetencji, czasem outsider. Dzieci, które są „inne” od swoich rówieśników. Ta inność może dotyczyć np. wzrostu, koloru skóry, włosów, stylu ubierania się, zachowania. Ofiarami stają się prymusi szkolni, niezdary klasowe, dzieci mniej sprawne fizycznie, jękające się, otyłe przykłady można podawać w nieskończoność. Narażone są też dzieci spokojne, ciche, otaczane w domu nadopiekuńczością, słabe psychicznie, które nie potrafią same obronić się, przeciwstawić sprawcy mobbingu.



Wyśmiewanie i wyszydzanie, długotrwałe nękanie, izolowanie i psychiczne wykańczanie dziecka przez rówieśników przebiega zwykle przy braku reakcji nauczyciela. Łatwiej zauważyć, że ktoś jest pobity, dużo trudniej, że ktoś jest szykanowany przez klasę, atakowany złośliwymi docinkami czy plotkami. Niekiedy klasowemu mobbingowi sprzyja sam nauczyciel: okazując niechęć uczniowi mającemu kłopoty w szkole, wyśmiewając jego wypowiedzi, używając krzywdzących określeń, a nawet przezwisk.

Kto jest sprawcą mobbingu?

Najczęściej sprawcami mobbingu (mobberami) są osoby impulsywne, dominujące, bez empatii, postrzegające pozytywnie przemoc, łaknący społecznego prestiżu z wysoką samooceną. Agresywne w stosunku do kolegów i do dorosłych, mające potrzebę dominowania i tyranizowania innych. Są silniejsi zarówno psychicznie jak i fizycznie w porównaniu do swoich ofiar. Bardzo często grożą, wyszydzają, wyśmiewają się i są prowodyrami wszelkiego rodzaju zaczepek. Są to dzieci o niskiej empatii. Oprawcami mobbingu są częściej chłopcy niż dziewczynki.

Rówieśniczy terror zaczyna się na ogół bardzo niewinnie. W każdej klasie można znaleźć „kozła ofiarnego”. Początkowo są to drobne, pojedyncze zaczepki ze strony sprawcy mobbingu tzw. „badanie terenu”. Agresor sprawdza jak reaguje na atak ofiara i czy jest jakiegokolwiek zainteresowanie ze strony kolegów z klasy. Dalej jeżeli ofiara jest bierna na ataki nie umie się sama obronić i nie ma obrońców, do zaczepek dołączają się inne formy mobbingu (plotki, publiczne poniżanie, często przemoc fizyczna).

Z czasem ofiara, ma świadomość, że stała się źródłem śmiechu i szykan kolegów. Dziecko utwierdza się w przekonaniu, że jest gorsze, odrzucone i najczęściej zaczyna izolować się od grupy. Nie zabiera głosu na lekcjach, samo siada w ławce, samo się bawi. Za wszelką cenę chce być jak najdalej od sprawcy mobbingu i dlatego, przed wyjściem do szkoły często symuluje rozmaite choroby.

Rodzice w zasadzie mogą być przekonani, że dziecko rzeczywiście jest chore, bo mogą u niego wystąpić objawy takie jak (złe samopoczucie, stan podgorączkowy, wymioty, bóle głowy, żołądka), wszystko to jest związane z reakcją obronną organizmu na stres.

Starsze dzieci w nieskończoność nie mogą udawać objawów chorobowych zatem wybierają inną formę ucieczki przed mobbingiem – wagary.

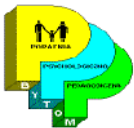
Do następstw mobbingu zalicza się:

- następstwa psychosomatyczne: jadłowstręt, schorzenia żołądka, i układu pokarmowego, zakłócenia pracy serca, oddechu, zakłócenia snu, migreny, nadmierne napięcie mięśni, osłabienie odporności na infekcje,
- następstwa psychiczne: depresja, nerwice, natręctwa, fobie szkolne, zakłócenia koncentracji, a nawet w najgorszych sytuacjach ofiara może targnąć się na własne życie.

Dlaczego nauczyciele, rodzice mają kłopoty z rozpoznaniem mobbingu?

Nauczycielom, rodzicom bardzo trudno jest rozpoznać, że dziecko padło ofiarą szkolnego mobbingu z wielu czynników między innymi:

- mobbing to przemoc, która nie pozostawia śladów zewnętrznych na ciele lecz są to rany psychiczne,
- ofiara żyje w ciągłym strachu przed sprawcą mobbingu i dlatego nie ma odwagi przełamać swojego lęku i poinformować nauczyciela o problemie,
- ofiara żyje w przekonaniu, że jest „gorsza” i w zasadzie wstydzi się po za szkołą poinformować innych o kłopotach,



- często sami nauczyciele są prowodyrami do zaistnienia mobbingu, wyśmiewając czy poniżając dziecko na forum klasy,
- świadkowie mobbingu są objęci „zową milczenia”, jest to podyktowane faktem, iż boją się zaczepek ze strony sprawcy. Są świadomi, że donosząc nauczycielowi sami mogą stać się ofiarą mobbera.,
- brak zainteresowania ze strony rodziców, bagatelizowanie problemu kiedy dziecko zaczyna rozmawiać o swoich problemach.

Oznaki pozwalające rozpoznać nauczycielom ofiary mobbingu:

- Są samotne w czasie przerw i niedopuszczanie do grupy.
- Jako ostatnie wybierane są do składu drużyny w grach zespołowych.
- W czasie przerw starają się trzymać w pobliżu nauczyciela lub innych dorosłych.
- Mają problemy z głośniejszymi wypowiedziami na lekcjach, a odpowiadając sprawiają wrażenie niepewnych, nerwowych.
- Wyglądają na sfrustrowane, nieszczęśliwe, smutne i łatwo płaczą.

Oznaki mobbingu pozwalające rodzicom rozpoznać to zjawisko u dzieci:

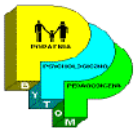
- Przychodzą do domu w podartych ubraniach, mają zniszczone podręczniki.
- Nie są odwiedzani przez kolegów, rzadko są do nich zapraszani.
- Nie lubią lub boją się chodzić do szkoły, z oporami wychodzą z domu.
- Skarżą się na brak apetytu, bóle głowy i żołądka, zwłaszcza rano.
- Do szkoły często bez uzasadnienia chodzą dłuższą drogą.
- Mają kłopoty ze snem, koszmarne sny, płaczą w nocy.
- Maleje ich zainteresowanie szkołą.
- Sprawiają wrażenie nieszczęśliwych, samotnych w depresji, zdarzają się im nagłe zmiany nastroju.
- Proszą rodziców o pieniądze lub je kradną.

Jak możemy ustrzec swoje dzieci przed mobbingiem?

Najważniejszą i priorytetową sprawą jest otwartość na problemy naszych dzieci. Jeżeli Wasze dziecko informuje Was o zaczepkach mających miejsce w przedszkolu, szkole, czy na podwórku, trwające określony okres czasu, nie bagatelizujcie problemu. Przeprowadźcie szczerą rozmowę z dzieckiem, nie krzyczcie, nie potępiajcie, że dopiero teraz dziecko informuje was o swoich problemach.

Następnie porozmawiaj z wychowawcą klasy, z pedagogiem szkolnym czy z rówieśnikami dziecka. Jeżeli Wasze dziecko stało się ofiarą mobbingu, wspierajcie je, podtrzymujcie na duchu, to Wy musicie sprawić by dziecko odzyskało wiarę w siebie. Udajcie się z dzieckiem do psychologa, zaprosicie do domu rówieśników dziecka niech wspólnie podejmą zabawę. Jeżeli mobbing trwał długo, a dla dziecka sam widok sprawcy jest traumatyczny porozmawiajcie z wychowawcą, dyrektorem szkoły może wspólnie zdecydujecie o przeniesieniu dziecka do innej klasy czy szkoły.

Bądźcie na bieżąco, zorientujcie się czy szkoła do której uczęszcza Wasza pociecha jest wolna od mobbingu, czy prowadzi jakieś pogadanki, akcje antymobbingowe. Jeżeli szkoła nie zajęła się walką z mobbingiem, udajcie się do organu sprawującego nadzór pedagogiczny nad szkołą (Kuratorium Oświaty) z wnioskiem o zbadanie sprawy twojego dziecka i dokonanie oceny działalności szkoły w rozwiązaniu problemu. Wyślijcie petycje do Rzecznika Praw Dziecka (w szczególnie trudnych sytuacjach)-



Biuro Rzecznika znajduje się w Warszawie przy ul. Śniadeckich 10, tel. (22) 696 55 50. Czynne codziennie od 10.00 do 14.00 i u niego szukajcie rady.

Ramowy program zapobiegania agresji w szkole D. Olweusa

Celem proponowanego programu jest ograniczenie lub całkowite wyeliminowanie mobbingu w szkole i poza nią, a także zapobieganie powstawaniu tego rodzaju problemów. Proponuje się, aby w pierwszej kolejności skoncentrować się na mobbingu bezpośrednim, czyli widocznych, otwarcie agresywnych lub negatywnych zachowaniach skierowanych przeciw innym uczniom, nie zapominając o takich formach jak np. próby wyizolowania ucznia z klasy i niedopuszczania do zabaw. Zwalczaniu negatywnych zachowań uczniów agresywnych powinno towarzyszyć podkreślenie i wykorzystanie ich stron pozytywnych. Ważne jest, aby opiekunowie zdawali sobie sprawę z rzeczywistej skali problemu i chcieli zmienić panującą sytuację. Zarys programu zaradczego przeciw mobbingowi w szkole D. Olweus proponuje z podziałem na poziom szkoły, klasy i jednostki.

Środki zaradcze na poziomie szkoły to:

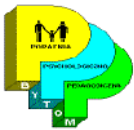
- Przeprowadzenie ankiety wśród uczniów. Analiza sytuacji.
- Dzień poświęcony problemowi mobbingu w szkole (zamiast zwykłych lekcji).
- Większa kontrola podczas przerw (dyżury), częstsze interwencje.
- Więcej ciekawych zajęć pozalekcyjnych.
- Uruchomienie telefonu kontaktowego czynnego przez kilka godzin w tygodniu, aby anonimowo porozmawiać o zaistniałych problemach.
- Ogólnoszkolne zebranie rodziców.
- Doskonalenie i samodoskonalenie nauczycieli (grupy rozwojowe).
- Współpraca dom - szkoła.

Środki zaradcze na poziomie klasy:

- Regulamin klasowy zawierający normy postępowania zapobiegające mobbingowi, wyjaśnienie problemu, nagradzanie i sankcje.
- Godzina wychowawcza poświęcona tematycznie tym problemom.
- Nauka poprzez współpracę, dająca możliwości bliższego poznania się.
- Wspólne zajęcia wzmacniające więzi między uczniami.
- Zebranie rodziców i ewentualne indywidualne rozmowy z rodzicami.

Środki zaradcze na poziomie jednostki:

- Rozmowy ze sprawcami i ofiarami mobbingu.
- Rozmowy z rodzicami uczniów, których problem dotyczy, ewentualnie także w obecności dzieci.
- Wykorzystanie pomocy ze strony "neutralnych" uczniów.
- Pomoc i wsparcie dla rodziców ze strony szkoły.
- Fachowa pomoc psychologa (psychoterapeuty) dla rodziców i uczniów szykanowanych (także szykanujących).
- Zmiana klasy lub szkoły.



Aby odpowiedzieć na pytanie, czy tak proponowany program zaradczy naprawdę działa, Olweus przytacza wyniki badań, z których wynika, że w ciągu dwóch lat realizacji programu w 42 szkołach w Beren, liczba przypadków mobbingu zmalała w badanych szkołach o co najmniej 50 procent. Zaobserwowano poprawę klimatu panującego w szkole, wzrost porządku i dyscypliny, lepszy stosunek uczniów do kolegów i szkoły.

Program zaradczy nie tylko spowodował zmniejszenie skali istniejącego już problemu, ale miał także działanie prewencyjne. Liczba nowych przypadków mobbingu wyraźnie spadła o ponad 50 procent. Odnotowano poprawę samopoczucia uczniów w szkole.

D. Olweus zwraca uwagę, że od nas i naszego zaangażowania zależy, jak dużo będzie w szkołach przemocy, jak częste będą przypadki szykanowania. Mając świadomość skuteczności możemy mieć wpływ na to ile będzie dzieci, nie z własnej woli samotnych, zastraszonych, odtrąconych i upokorzonych.

Bibliografia:

- Dambach Karl E. „*Mobbing w szkole, jak zapobiegać przemocy grupowej?*”
- K. Kmieciak Baran, K. Cieślak „*Bez zgody na przemoc w szkole i pracy*”
- Moszczyńska U., Pałyska M., Raduj J., *Mobbing jako czynnik potęgujący przemoc w szkole, Problemy Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego*, Warszawa CMPPP, nr 1-2, s. 52.
- Olweus D., *Mobbing- fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?*, Warszawa Wyd. Jacek Santorski & Co, s. 16-49.
- Surzykiewicz J. (2000), *Agresja i przemoc w szkole. Uwarunkowania socjoekologiczne*, Warszawa CMPPP, s. 27-30.
- Orłowski S. (2005), *Szkoła wobec agresji i przemocy* (w:) Kamińska-Buśko B., Szymańska J. (Red.) *Profilaktyka w szkole. Poradnik dla nauczycieli*, Warszawa CMPPP (powyższe opracowanie jest częścią rozdziału).