

Przemoc relacyjna w klasie

Często słyszymy o różnych rodzajach przemocy w szkole. Odmieniamy przez przypadki: przemoc słowna, przemoc fizyczna, cyberprzemoc. Świadomie bądź nieświadomie pomijamy przemoc relacyjną, a przecież jest ona bardzo często źródłem każdego procesu przemocowego.

Przemoc relacyjna jest zagrożeniem, które wymaga zdecydowanego przeciwdziałania, jednocześnie na poziomie jednostkowym, jak i systemowym. Jest ona najtrudniejszym do rozpoznania rodzajem przemocy, a jednocześnie określanym jako najbardziej dotkliwym dla młodych osób. Są to działania takie jak: wykluczanie z grupy, ignorowanie, „niezauważanie”, nastawianie innych przeciwko osobie, rujnowanie reputacji, zmuszanie do wykonywania określonych czynności. To ona bardzo często jest początkiem przemocy werbalnej i fizycznej. **Skutki przemocy relacyjnej w szkole są:**

- ✓ psychologiczne: niska samoocena, depresja, lęki, myśli samobójcze;
- ✓ społeczne: trudności w nawiązywaniu relacji, brak przynależności;
- ✓ edukacyjne: skutki w nauce, niechęć do chodzenia do szkół, absencje.

Z tego względu każdy nauczyciel i wychowawca powinien być szczególnie uwrażliwiony na wszystkie sygnały, które świadczą o tym, że ktoś w klasie jest wykluczany. W każdym zespole klasowym może znaleźć się dziecko, które zostanie zepchnięte do roli kozła ofiarnego. Nie ma absolutnie żadnej pewności, że w „mojej klasie” to się nie wydarzy. Nie powinniśmy w tym momencie zadawać sobie pytania, co bym zrobiła/zrobił, gdyby w mojej klasie był uczeń wykluczony. Pytanie powinno być inne: **co mogę zrobić, aby w mojej klasie nie było dziecka wykluczonego z grupy**. Istotne są działania przed. To one są najważniejsze. Nieprzeceniona jest tu rola wychowawcy, ale również całego zespołu nauczycielskiego. Jednak to wychowawca musi być niezwykle czujny i spostrzegawczy. Musi znać procesy formowania grupy. Dobry wychowawca to taki, który od początku moderuje procesy grupowe. Możemy ograniczyć prawdopodobieństwo pojawienia się przemocy relacyjnej, jeżeli zadbamy, aby nasi uczniowie nawiązali między sobą relacje. Odpowiednie interakcje w grupie rówieśniczej wpływają znacząco na atmosferę.

Fundamentem wszystkich zdrowych relacji w klasie jest zaufanie. Istnieje kilka metod budowania zaufania klasowego. Skuteczne są zadania (działania) integracyjne. Ale nie od czasu do czasu, tylko systematyczne, cykliczne, a przede wszystkim właściwie zaplanowane i dopasowane do profilu klasy. Takie działania wychowawcze dają sporą szansę na ograniczenie, a może na zupełne zablokowanie możliwości pojawienia się w grupie przemocy. Oczywiście, dobra atmosfera w klasie nie jest stanem stałym. Doskonale wiemy, że odejście jednej osoby z klasy albo przybycie do zespołu kogoś nowego może diametralnie zburzyć nasz spokój. Zmiana „składu osobowego” w klasie powinna wyostrzyć naszą czujność i zmobilizować do działania, jeżeli zauważymy jakiegokolwiek niewłaściwe zachowanie. Powinniśmy wrócić do tworzenia relacji od nowa. Niestety, nasze wcześniejsze pomysły mogą okazać się nieskuteczne – grupa jest zupełnie inna.

Warto poznać kilka „programów”. Niektóre z nich możemy realizować jako działania profilaktyczne. Do nich należy **Porozumienie bez Przemocy** – metoda komunikacji opracowana przez amerykańskiego psychologa Marshalla Rosenberga. Zakłada ona, że w komunikacji wyrażamy się w sposób szczerzy, a komunikaty drugiej osoby odbieramy empatycznie. Warto również realizować **Trening Umiejętności Społecznych**, ze szczególnym uwzględnieniem działań związanych z rozwojem umiejętności związanych z trenowaniem umiejętności społecznych oraz komunikacyjnych, niwelowaniem zachowań niepożądanych, pracą nad przestrzeganiem norm i zasad, modyfikowaniem przejawianych zachowań na bardziej pożądane, a także aprobowane społecznie. A gdy potrzebujemy pomysłu na działania „po”, to warto sięgnąć po **Metodę Wspólnej Sprawy** – metodę reagowania na szkolne nękanie, będące przyczyną grupowych konfliktów między uczniami albo **Trening Zastępowania Agresji** – program zajęć, podczas których dzieci i młodzież uczą się zamieniać zachowania agresywne na prospołeczne, pewne siebie i bezpieczne.

Aby zaplanowane działania przyniosły efekty, potrzebujemy współpracy z innymi nauczycielami i rodzicami. Sami, bez zrozumienia i bez pomocy, niewiele możemy zdziałać, ale nawet taka mało korzystna sytuacja, nie powinna nas zatrzymać.

Bibliografia

1. Grondas Marek, Kliszko Maria, Leśniewska Katarzyna, Garstka Tomasz, Źmijski Janusz, *Jak być dobrym wychowawcą. Autoewaluacja pracy wychowawczej, asertywność nauczyciela, skuteczne kierowanie klasą*, Forum Media Polska, Poznań 2016.
2. Rosenberg Marshall B., *Porozumienie bez przemocy*, Czarna Owca, Warszawa 2022.
3. Rylke Hanna, *Wychowanie bez przemocy. Aktywna edukacja*, Fundacja Bene Vobis, Warszawa 1998.
4. Vopel Klaus W., *Poradnik dla prowadzących grupy. Teoria i praktyka zabaw interakcyjnych*, Wydawnictwo „Jedność”, Kielce 1999.