

## BULLYING – PRZEMOC RÓWIEŚNICZA

### *BULLYING – PEER VIOLENCE*

---

**Streszczenie:** Obserwując zachowania młodzieży szkolnej, chciałoby się zadać pytanie, dlaczego zjawisko przemocy jest tak powszechne i z jakiego powodu tak trudno jest je wyeliminować? Niektórzy badacze problemu twierdzą, że taka strategia jest korzystna ewolucyjnie. Osobniki nie giną w walce, nie toczą bojów, tylko są „pokojowo” eliminowane ze stada, natomiast osobnik alfa ustala zasady. Hierarchia jest jasna, wszyscy wiedzą, kogo słuchać, nie budzą się niepotrzebne emocje, oszczędzana jest energia stada.

W szkole mamy do czynienia z agresywnymi zachowaniami nakierowanymi na osoby słabsze fizycznie i emocjonalnie. Z jakiego powodu tak się dzieje? Otóż w strukturach zhierarchizowanych, a taką jest szkoła, na stosunkowo niewielkiej przestrzeni przebywa dużo uczniów. Można zauważyć wyłanianie się typów silniejszych, bardziej agresywnych, dominujących. Mówimy o nich jako o typie alfa (prześladowca). Te same struktury wyznaczają również osobnika omega (ofiara). Taki podział z góry naznacza, kto jest prześladowcą, a kto prześladowanym.

Z sytuacjami takimi mamy do czynienia zarówno w szkole, w pracy, w więzieniu i w wojsku. Obserwujemy podobne sytuacje w naszym środowisku. W nowej klasie dość szybko zarysowuje się podział na grupy: tych lepiej/gorzej ubranych, sytuowanych i całą resztę. Gdzieś na samym dole tej hierarchii odnajdziemy pojedyncze osoby, z którymi jakoś nikt nie spieszy się do rozmowy, które często siedzą w ławce same, są pomijane w wyborach szkolnych, do różnych grup zadaniowych. Bywa i tak, że osoba taka jest poszturchiwana, przezywana, wyśmiewana podczas odpowiedzi, niezależnie od tego, co powie. Oczywiście nie od razu jest to zauważalne, gdyż sprawa narasta stopniowo. Ofiary często nie skarżą się, tylko próbują sobie same poradzić. Niekiedy kończy

się to dla nich tragicznie. Panaceum na takie sytuacje szkolne powinna być odpowiednia profilaktyka zakładająca przeciwdziałanie przemocy w szkole oraz pomoc ofiarom i prześladowcom.

**Słowa kluczowe:** bullying, przemoc rówieśnicza, ofiara, prześladowca, działania profilaktyczne.

---

**Summary:** Observing the behavior of schoolchildren, one would like to ask the question: why is the phenomenon of violence so common and why is it so difficult to eliminate it? Some problem researchers say that this strategy is evolutionarily beneficial. Individuals do not die in battle, do not fight, but are “peacefully” eliminated from the herd, while the alpha individual sets the rules. The hierarchy is clear, everyone knows who to listen to, unnecessary emotions do not arise, herd energy is saved.

At school, we deal with aggressive calculations aimed at physically and emotionally weaker people. Why is this happening? Well, in hierarchical structures, and so is the school, there are a lot of students in relatively small space. The emergence of stronger, more aggressive and dominant types can be seen. We refer to them as the alpha type (stalker). The same structures also designate the omega individual (victim). This division in advance marks who is the persecutor and who is persecuted.

We deal with such situations at school, at work, in prison or in the army. We observe similar situations in our environment. In a new class, the division into groups is emerging quite quickly: those better / worse dressed, better-off and the rest. Somewhere at the very bottom of this hierarchy we will find individual people nobody hurries to talk with, who often sit alone on the bench, they are skipped in school choices, and neglected in various task groups. It also happens that such a person is prodded, nicknamed, ridiculed while being asked by a teacher, regardless of what they say. Of course, this is not immediately noticeable, because the case is growing gradually. Victims often do not complain, just try to cope on their own. Sometimes it ends tragically for them. Panacea for such school situations should be appropriate prevention assuming prevention of violence at school and assistance to victims and persecutors.

**Keywords:** bullying, peer violence, victim, stalker, preventive actions.

## Agresja a przemoc rówieśnicza

W szkole termin agresja używany jest w odniesieniu do wielu różnych zachowań. Błędne rozumienie pojęć agresji i przemocy oznacza poważne następstwa skuteczności działań szkoły, utrudnia właściwą ocenę poszczególnych sytuacji i utrudnia lub wręcz uniemożliwia rozwiązanie problemów.

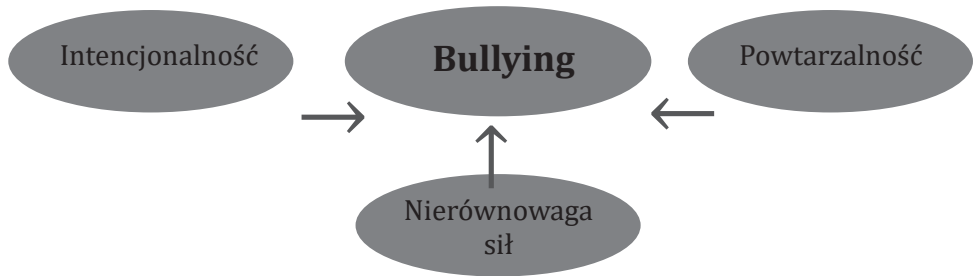
**Agresja** jest zachowaniem, natomiast przemoc to proces, który często trudno zdiagnozować, rozwija się powoli. Agresja najczęściej definiowana jest jako zamierzone i w pełni świadome działanie, którego celem jest wyrządzenie krzywdy drugiemu człowiekowi. Zjawisko agresji dotyczy relacji pomiędzy osobnikami o zbliżonych możliwościach fizycznych i psychicznych. Agresorem może być jedna i druga strona, często zmieniają się rolami. Jeżeli zachowania agresywne, do tej pory incydentalne, zmieniają się w trwałą wzór relacji interpersonalnych, wówczas szybko przerodzą się w proces przemocy między pojedynczymi osobami lub grupami [Czemierowska-Koruba 2015, s. 5].

Z kolei **przemoc** jest procesem długofalowym, cyklicznym (okresy nasilenia zachowań przemoczonych i z względnego spokoju), w którym występuje nierównowaga sił pomiędzy sprawcą a ofiarą oraz utrwalone są role sprawcy i ofiary.

Działania agresywne w grupie rówieśniczej stanowią w pewnych granicach normę rozwojową we wszystkich grupach wiekowych. Niewielkie natężenie tych zachowań zazwyczaj nie wymaga interwencji dorosłych. Charakter przejawów agresywnych uzależniony jest od okresu rozwojowego dziecka. Agresja fizyczna maleje wraz z wiekiem na rzecz agresji werbalnej [Farnicka 2018, s. 8–9, Pyżalski 2015, s. 178].

**Dręczenie (ang. bullying)** to „negatywne fizyczne lub werbalne działania, które charakteryzują się wrogą intencją, powodują negatywne emocje u ofiar, są powtarzalne w czasie oraz charakteryzują się różnicą sił pomiędzy sprawcą a ofiarą” [Craig, Pepler 2003].

Koncepcja bullyingu została zdefiniowana i zapoczątkowana w latach siedemdziesiątych XX wieku przez Dana Olweusa [Olweus 2003, s. 12–17]. Ta forma agresji rówieśniczej przyjmuje postać przemocy i charakteryzują ją trzy podstawowe wymiary: powtarzalność, nierównowaga sił i intencjonalność rozumiana jako zaplanowane i celowe zadawanie krzywdy ofierze (rys. 1).



**Rysunek 1.** Trzy podstawowe wymiary bullyingu

Źródło: opracowanie własne.

Porównanie agresji, przemocy i bullyingu przedstawia tabela 1.

**Tabela 1.** Agresja-przemoc-dręczenie (bullying)

Charakterystyka	Agresja	Przemoc	Dręczenie (bullying)
Działania intencjonalne	Tak	Tak	Tak
Celem jest sprawienie bólu	Tak	Tak	Tak
Przewaga siły sprawcy	Agresja może zachodzić między osobami o podobnej sile psychicznej i/lub fizycznej	Tak	Tak
Powtarzalność działań	Akt agresji może być jednorazowy	Akt agresji może być jednorazowy	Tak
Brak usprawiedliwienia (bezprawność)	Pewne akty agresji są usprawiedliwione (np. obrona konieczna)	Tak	Tak

Źródło: T. Garstka (2015), *Zapobieganie agresji w szkole. Metody organizacji codziennej pracy wychowawczej*, ORE, Warszawa, s. 8.

Badacze zjawiska bullyingu wyróżniają następujące formy wrogich działań (rys. 2):

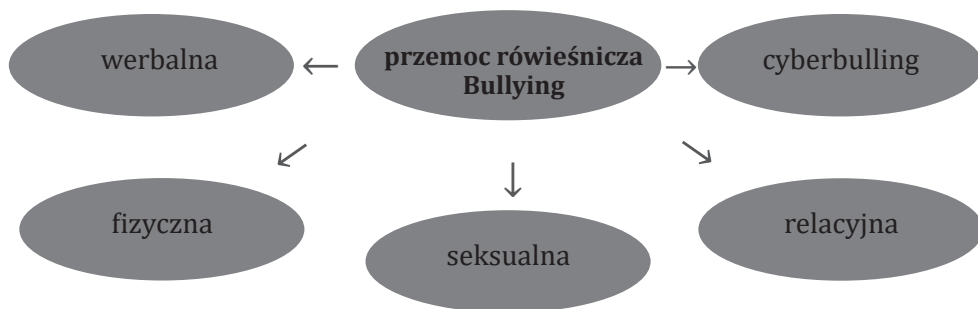
– **bullying fizyczny** – polegający na stosowaniu przemocy wobec innej osoby: popychanie, szturchanie, bicie, kopanie, plucie, szarpanie, wymuszanie pieniędzy, podstawianie nogi, niszczenie własności, zabieranie przedmiotów. Agresja i przemoc w tej formie stosowana może być bezpośrednio – gdy uczniowie są sam na sam ze sprawcami – lub pośrednio, przez nakłanianie do tych czynności innych osób [Stassen-Berger 2007, s. 90–126];

– **bullying seksualny** – polegający na podglądaniu, dotykaniu bez zgody [Garstka 2015, s. 9];

– **bullying werbalny** – przejawia się obraźliwym odnoszeniem się do drugiej osoby: dokuczanie, przezywanie, wyśmiewanie, wyszydzanie, obrażanie, ośmieszanie, grożenie, pokazywanie nieprzyzwoitych gestów. Ten rodzaj przemocy występuje również w formie pośredniej poprzez namawianie rówieśników do zrobienia komuś krzywdy, wyśmiewania [Czemierowska-Koruba 2015, s. 7];

– **bullying relacyjny** – polega na wykluczeniu z grupy, ignorowaniu, nastawieniu innych przeciwko osobie. Działania takie powodują obniżenie czyjegoś statusu w grupie, izolowanie, pomijanie i nieodzywanie się [Pyżalski 2015, s. 12], występuje również w formie bezpośredniej i pośredniej;

– **cyberbullying (cyfrowa, elektroniczna, cyberprzemoc, stalking)** prowadzony za pośrednictwem Internetu i telefonów komórkowych. Przejawia się następującymi czynami: obraźliwe SMS-y, e-maile, wpisy na portalach społecznościowych, umieszczanie w Internecie zdjęć i filmików ośmieszających ofiarę, agresywne ataki na czatach lub w ramach grup dyskusyjnych, przesyłanie nieprzyjemnych wiadomości do ofiary, kradzież tożsamości, upublicznianie tajemnic, prywatnych materiałów ofiary, śledzenie, nękanie za pomocą zdjęć lub filmów, upublicznianie poniżających informacji i materiałów na temat ofiary [Pyżalski 2012, s. 119–125].



**Rysunek 2.** Oblicza przemocy rówieśniczej

Źródło: opracowanie własne.

Badania prowadzone w naszym kraju wykazały, że uczniowie w polskich szkołach najbardziej narażeni są na agresję werbalną, a w drugiej kolejności relacyjną, nieco mniej fizyczną. Niestety coraz częściej młodzież i dzieci dotyka cyberprzemoc ze strony rówieśników [Pyżalski, Roland 2011].

Konsekwencje doświadczania bullyingu w okresie adolescencji i preadolescencji odbijają się nawet w dorosłym życiu ofiary [Pyżalski 2015, s. 179, Farnicka 2018, s. 9–10]. Do najważniejszych skutków bullyingu można zaliczyć: depresję, lęk społeczny, obniżone poczucie własnej wartości, tendencje samobójcze [Due P. i in. 2005, s. 128–132].

Skutki powodowane u dzieci i młodzieży skłaniają do poszukiwania skutecznych rozwiązań i programów przeciwdziałających temu zjawisku. Na potrzeby niniejszego opracowania zostały przeprowadzone badania jakościowe za pomocą techniki wywiadu swobodnego. Wywiady przeprowadzono z uczniami klasy siódmej i ósmej szkół podstawowych oraz pierwszej i drugiej klasy szkoły średniej, które doświadczyły przemocy rówieśniczej oraz z dyrektorami – na temat programów zapobiegania bullyingowi.

Celem badań było poznanie obecnych i przeszłych doświadczeń uczniów szkoły podstawowej i średniej, a mianowicie: cech i zachowań ofiar, rodzajów, typu bullyingu, którego doświadczyli uczniowie oraz działań podejmowanych przez szkołę.

W tekście zacytowano wybrane wypowiedzi uczniów i dyrekcji szkół.

## Perspektywa sprawcy

Na to, aby uczeń stał się sprawcą przemocy, wpływ mają warunki jego rozwoju i sposoby wychowania, ponieważ dziecko z natury nie rodzi się oprawcą. Przyczyny jego agresji i przemocy tkwią w domu rodzinnym, w szkole, w grupie rówieśniczej i w mediach.

Najważniejsze czynniki wpływające na agresywne zachowania dzieci i młodzieży przedstawia tabela 2.

**Tabela 2.** Czynniki wpływające na stosowanie agresji i przemocy przez dzieci i młodzież

Rodzina	Szkoła	Grupa Rówieśnicza	Media
<ul style="list-style-type: none"> <li>- stosowanie agresji i przemocy przez rodziców;</li> <li>- brak jasnych granic dotyczących zachowania się dziecka;</li> <li>- brak ciepła i zainteresowania sprawami dziecka;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chłód emocjonalny w stosunku nauczyciel-uczeń;</li> <li>- niewłaściwy sposób komunikowania się nauczycieli z uczniami;</li> <li>- zbyt duże wymagania nieuwzględniające możliwości dzieci;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- naśladowanie lidera grupy;</li> <li>- zdobycie popularności w grupie;</li> <li>- brak odpowiedzialności za popełnione czyny;</li> <li>- malejące poczucie winy;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- oglądanie przemocy wpływa na uczenie się przez dzieci agresywnych zachowań;</li> <li>- sprawca przemocy w grach internetowych często otrzymuje nagrodę lub nie jest ukarany;</li> </ul>

Rodzina	Szkoła	Grupa Rówieśnicza	Media
<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyzwolenie na stosowanie agresji wobec innych;</li> <li>- podwójne wzorce rodziców</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- niesprawiedliwe traktowanie i ocenianie uczniów;</li> <li>- brak jasnych reguł życia szkolnego;</li> <li>- brak konsekwencji nauczyciela w egzekwowaniu przyjętych norm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>brak empatii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dziecko utożsamia się z atrakcyjnym sprawcą przemocy;</li> <li>- ukazana przemoc jest aprobowana społecznie;</li> <li>- akty przemocy nie pokazują cierpienia i krzywdy ofiar;</li> <li>- nie są ukazywane negatywne skutki przemocy</li> </ul>

Źródło: opracowanie własne na podstawie: B. Urban (2005), *Zachowania dewiacyjne młodzieży w interakcjach rówieśniczych*, Wydawnictwo UJ, Kraków, s 33–35; E. Miedzińska, *Lekcja wychowawcza Przemoc i agresja w szkolnych grupach rówieśniczych. Sposoby zapobiegania i zwalczania przemocy*, <https://profesor.pl/Przemoc-i-agresja-w-szkolnych-grupach-rowiesniczych-Sposoby-zapobiegania-i-zwalczania-przemocy>, dostępny w Intranecie (dostęp: 18.05.2020).

Rodzice coraz częściej zajęci swoimi sprawami coraz mniej czasu poświęcają swoim pociechom, nie interesują się ich problemami, rekompensując im brak swojego zaangażowania spełnianiem zachcianek i kieszonkowym. Proces wychowania cedują na szkołę. Zbyt mało miłości i opieki, a za dużo swobody powodować może u dziecka zachowania agresywne i wrogie wobec innych.

Często stosowanie przemocy traktowane jest jako rodzaj dobrej zabawy, doznawania przyjemności, chęci zaimponowania rówieśnikom, zdobycia uznania, pokazania swojej ważności pozycji w grupie. Nierzadko akty przemocy i agresja wynikają z nienawiści, u źródeł której leży poniżanie, poczucie krzywdy, niesprawiedliwości i zazdrości. Jest też sposobem rozwiązywania konfliktów oraz wyzbycia się stanów napięcia i frustracji [Miedzińska, s. 2].

## Perspektywa ofiary

Zwykle przemoc rówieśnicza – dręczenie związane jest z odmiennością ofiary. Cechy fizyczne, czy też właściwości osobiste, osobowość, wygląd, temperament powodują, że dana osoba staje się ofiarą napastowaną przez oprawcę. Inność może być związana ze statusem materialnym rodziny, pochodzeniem lub przynależnością religijną. Wiktyimizacja ofiary może być spowodowana również specjalnymi potrzebami edukacyjnymi [Pyżalski 2015, s. 181].

### *Specjalne potrzeby edukacyjne*

*Jestem osobą, która cierpi na dysortografię, robię straszne błędy ortograficzne. Zostałam zdiagnozowana w Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej. Odpowiedni dokument otrzymała również szkoła. Wywoływanie do tablicy i polecenie nauczyciela, abym coś napisała było dla mnie trudnym przeżyciem. Koledzy bardziej niż koleżanki wyśmiewali się ze mnie. Padały bolesne określenia: tuman, matoł itp. (Kasia, 2 klasa szkoła średnia).*

*Moja przyjaciółka w szkole podstawowej nie wymawiała litery „r” – rarowała, w tej chwili mówi pięknie. Wada wymowy spowodowana była złym zgryzem. Przeszła operację szczęki i w tej chwili ma piękną wymowę. Ale w szkole podstawowej zarówno koleżanki i koledzy wyśmiewali się z niej i jej dokuczali (Dominika, 1 klasa szkoły średniej).*

Analizując powyższe wypowiedzi, należy podkreślić, że osoba o specjalnych potrzebach edukacyjnych jest z zasady słabsza od pełnosprawnych rówieśników i bardziej przez to narażona na akty bullingu ze strony koleżanek i kolegów z klasy.

### *Cechy osobiste – wygląd zewnętrzny*

Zdarzają się przypadki, że wygląd zewnętrzny determinuje zachowania agresywne ze strony rówieśników. Świadczą o tym poniższe wypowiedzi:

*Jestem osobą puszystą, zawsze byłam, stosowałam kilka razy diety, ale nie przynosiło to skutku. Czuję się przez to gorsza od innych koleżanek, które są szczupłe. Spotkania ze znajomymi bardzo mnie stresują, ponieważ zwłaszcza koledzy stosują niewybredne komentarze np. w sytuacji, gdy spożywamy posiłek padają następujące komentarze: ty masz chyba już dosyć, uważaj bo pęknieś. Strasznie mnie to boli, nie chce mi się żyć... (Karolina, 1 klasa szkoła średnia).*

*W podstawówce miałam koleżankę Zosię, która cierpiała na otyłość. Bardzo było jej z tym źle, zwłaszcza, że zarówno koleżanki, jak i koledzy wyśmiewali się z niej. Pewnego dnia powiedziała mi, że nie chce już żyć. Przestraszyłam się i powiedziałam o tym mojej mamie, która zadzwoniła do mamy Zosi i do wychowawcy. Na szczęście sytuacja się już uspokoiła. Ale napędziła mi stracha (Ania, 1 klasa, szkoła średnia).*

Wiktymizacja ofiary z powodu cech osobistych jest częstym zjawiskiem w szkole. Powoduje znaczące obniżenie poczucia wartości, ofiary czują się gorsze od innych, wyobcowane, towarzyszy im ideacja suicydalna<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> *Ang. suicidal ideation* – myśli lub tendencje samobójcze



### *Sytuacja rodzinna i materialna*

Często bullying związany jest ze statusem społeczno-ekonomicznym ofiary. Osoby, które wystają poza przyjęty kanon materialny w szkole często są prześladowane i kierowana jest na nich przemoc słowna, relacyjna i fizyczna. Poniższe wypowiedzi przedstawiają sytuacje w szkole.

*W naszej klasie jest kolega, który jest biedny. Świadczy o tym jego ubiór, plecak i generalnie wygląd nieco zaniedbany. Koledzy z klasy naśmiewają się z niego, że śmierdzi (faktycznie czuć od niego zapach stęchlizny lub pleśni). Jest mi go szkoda (Ala, 8 klasa szkoła podstawowa).*

*Nasza klasa podzielona jest na tych, którzy pochodzą z „miasta” i tych ze „wsi” (Asia, klasa 1, szkoła średnia).*

*W pierwszej klasie podzieleni byliśmy na tych lepszych z miasta i tych gorszych ze wsi. Teraz sytuacja się zmieniła, zasymilowaliśmy się i jest super (Adam, 2 klasa szkoła średnia).*

*Do naszej klasy uczęszcza koleżanka, której rodzice bardzo dobrze zarabiają. Ubiera się w same najmodniejsze ciuchy. Pewnego razu dziewczyny złapały ją w szatni, wyrzuciły wszystkie rzeczy z plecaka i sprawdzały, jakie mają metki. Koleżanka płakała. To było głupie i niepotrzebne (Kasia, 7 klasa szkoła podstawowa).*

### *Pochodzenie, religia*

Bullying często bywa powiązany z innością ofiary, spowodowaną jej pochodzeniem lub wyznawaną religią. Uczeń może być dyskryminowany za np. pochodzenie, o czym świadczy poniższa wypowiedź.

*Mieszkam na wsi. Codziennie rodzice wożą mnie do szkoły, a wracam sama autobusem. Mamy duże gospodarstwo, na którym pracują rodzice. Koledzy z klasy na każdym kroku pokazują mi, że jestem od nich gorsza. Potrafią zaczepić mnie mówiąc: co tam na wsi wieśniaro?, wydoiłaś już krowy? Jest mi strasznie przykro, nie wiem, czym sobie na to zasłużyłam. Nauczyciele zwracają kolegom uwagę, ale to nic nie daje (Justyna, klasa 7 szkoła podstawowa).*

### *Cechy osobowości, temperament*

Czasami cechy osobowości i temperament powodują, że uczeń staje się ofiarą. W takich sytuacjach reakcja ofiary (płacz, chowanie się, ucieczka) „nakręca” oprawcę. Sprawia mu satysfakcję z wyrządzonej krzywdy i pobudza do dalszych działań.

*Ola jest osobą płacziwą. Kiedy coś jej nie wyjdzie, dostanie np. gorszą ocenę płacze i to powoduje wyśmiewanie jej w klasie (Tomasz, 7 klasa szkoła podstawowa).*

Zdarza się również tak, że sprawcy postępują agresywnie wobec kolegów czy koleżanek, którzy niczym szczególnym się nie wyróżniają. Może to oznaczać, że niemal każde dziecko może paść ofiarą wrogich działań rówieśników.

### *Charakter wiktyimizacji ofiary*

Przemoc rówieśnicza – nękanie ma różne oblicza. Przejawia się zróżnicowanymi atakami jakościowymi. Przykładem może być wypowiedź uczennicy:

*Pamiętam, jak blokowali mi wejście do toalety, klasy, zamykali w ubikacji, chowali moje rzeczy osobiste, rozpuszczali plotki, że jestem lesbijką, albo kpili, że zakochałam się w jakimś chłopaku, a najgorsze były komentarze na Facebooku i obraźliwe SMSy (Ania, 2 klasa szkoła średnia).*

*Nikt nie chciał pracować ze mną w parze, siedziałam sama w ławce, na lekcjach wychowania fizycznego ćwiczyłam sama (Kasia, 1 klasa szkoła średnia).*

*Popychali mnie, szturchali, śmiali się ze mnie, chowali moje rzeczy albo po nich pisali (Karol, 1 klasa szkoła średnia).*

*Przezywali mnie: wieśniara, wieśniak, gnojarz, zakrywali nos przechodząc obok (Justyna, klasa 7 szkoła podstawowa).*

*Koledzy podrzucali puste opakowania po kosmetykach, sugerując brak higieny, a klasa im wtórowała (Ala, 8 klasa szkoła podstawowa).*

*Zniszczyli mi telefon i plecak, muszę oddawać im pieniądze, boje się ich, wszyscy w szkole się ich boją (Alex, 7 klasa szkoła podstawowa).*

*Wyzywali ją od grubasów, rzucali w nią różnymi przedmiotami, niszczyli jej rzeczy i wszystko to nagrywali i wrzucali do sieci (Ania, 1 klasa, szkoła średnia).*

Z przytoczonych wypowiedzi wynika, że dzieci w szkole padają ofiarami różnych form bullingingu. Przeważnie bulling relacyjny dotyczy dziewcząt względem dziewcząt, natomiast werbalny i fizyczny jest domeną chłopców. Chłopcy bywają częściej agresywni wobec przedstawicieli obu płci.

Bullying relacyjny przez wielu uczniów nie jest traktowany jako akt agresji, przecież nic ofierze nie robią. Jednocześnie nauczyciele często nie zauważają tego typu przemocy i nie widzą problemu. A jak już dostrzegą, to najczęściej bagatelizują sprawę. Najczęściej bulling relacyjny zaczyna się od obmawiania, wyśmiewania, ma najpierw charakter pośredni. Następnie przechodzi w bezpośredni i polega na pomijaniu, odsuwaniu od grupy, alienowaniu ofiary.

Bullying fizyczny w przytoczonych przykładach dotyczy samej ofiary i jej własności. Zaostrza się on w momencie, gdy oprawca widzi, że ofiara emocjonalnie przeżywa ataki (np. płacze, panikuje) i to go „kręci”.

Najbardziej bolesna w przytoczonych wypowiedziach jest bierna postawa otoczenia, czyli świadków: nauczycieli i innych uczniów.

## Perspektywa świadka

Zjawisko bullingu oprócz oprawcy i ofiary dotyczy świadków przemocy. Świadców są kluczowymi osobami w powstrzymaniu tego patologicznego zjawiska, ponieważ od nich zależy zmiana destruktywnej sytuacji. Są oni tak samo uwikłani w tą chorobliwą sytuację, jak ofiara i prześladowca, nie potrafią obiektywnie spojrzeć na to zjawisko. Zazwyczaj pełnią oni różne funkcje, np. stoją na tzw. czatach i pilnują, aby nie nadszedł nauczyciel. Inni z kolei bronią ofiary dręczenia, sprzeciwiając się jej prześladowaniu i są jeszcze niby bezstronni obserwatorzy, którzy nie biorą udziału w dręczeniu, stoją jednak po jednej lub po drugiej stronie.

Świadców bullingu przeżywają sprzeczne emocje. Są tacy, którzy współczują ofierze, ale boją się jej pomóc, gdyż obawiają się, że agresja będzie skierowana na nich. Czują lęk i bezsilność, a ponadto lęk przed sprawcą. Czasami mówią rodzicom, co się dzieje w szkole, ale zabraniają im komukolwiek o tym mówić, albo nie reagują wychodząc z założenia, że ich to nie obchodzi [Łoskot 2016, s. 7].

Uczniowie oczekują reakcji od dorosłych, ale gdy widzą, że nauczyciele nie reagują, sami obojętnieją.

*Nauczyciel nie zrobił nic w sprawie mojej koleżanki. Podczas lekcji wychowawczej powiedział tylko, że doszły go słuchy, że Zosia jest przezywana i stwierdził tylko, że nie życzy sobie takich zachowań. Moim zdaniem zbagatelizował sprawę, nie chciał się angażować (Ania, 1 klasa, szkoła średnia).*

*Nauczyciele albo nie zauważali aktów agresji względem kolegi albo nie chcieli zauważyć. Czasami zdarzały się upomnienia i na tym sprawa była zakończona (Kasia, 1 klasa szkoła średnia).*

*Kiedy akty agresji względem Piotra nasiliły się (chłopcy pocięli mu buty), Wychowawca przeprowadził rozmowę osobno z dziewczynami i z chłopakami, chcąc rozpoznać sytuację oraz wezwał do szkoły rodziców oprawców. Została przeprowadzona z nimi rozmowa dyscyplinująca w obecności dyrektora i sytuacja na szczęście uspokoiła się (Martyna, klasa 1 szkoła średnia).*

Z przytoczonych wypowiedzi wyłania się obraz nauczyciela, który słabo interesuje się swoimi uczniami, zwłaszcza słabymi. Natomiast uczniowie oczekują wsparcia właśnie od dorosłych w rozwiązaniu swoich problemów. Zdarzają się również nauczyciele empatyczni, którzy potrafią dostrzec problemy swoich podopiecznych i im pomóc. Ważna jest diagnoza sytuacji szkolnej. Pomocne w tej diagnozie mogą być informacje zawarte w tabeli 3, która zawiera konstatacje dotyczące oznak bullingu zarówno u oprawcy, jak i ofiary.

**Tabela 3.** Oznaki i cechy charakterystyczne stron bullyingu

Oznaki bullyingu pozwalające rodzicom rozpoznać zjawisko u swoich dzieci	Cechy ogólne ofiar bullyingu	Charakterystyka ofiar prowokujących	Charakterystyka sprawców
<ul style="list-style-type: none"> <li>- przychodzą do domu w podartych ubraniach;</li> <li>- mają zniszczone podręczniki;</li> <li>- nie są odwiedzani przez kolegów;</li> <li>- rzadko są do nich zapraszani;</li> <li>-nie lubią lub boją się chodzić do szkoły, z oporami wychodzą z domu;</li> <li>- skarżą się na brak apetytu, bóle głowy i żołądka zwłaszcza rano;</li> <li>-do szkoły często bez uzasadnienia chodzą dłuższą drogą;</li> <li>- mają kłopoty ze snem, koszmarne sny, płaczą w nocy;</li> <li>- maleje ich zainteresowanie szkołą;</li> <li>- sprawiają wrażenie nieszczęśliwych, samotnych w depresji;</li> <li>- zdarzają się im nagłe zmiany nastroju;</li> <li>- proszą rodziców o pieniądze lub je kradną.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potencjalnie ofiary mogą być fizycznie słabsze od swoich rówieśników;</li> <li>- boją się urazów fizycznych i dlatego unikają niebezpiecznych zabaw, niektórych dyscyplin sportowych, bójek;</li> <li>- mają słabą koordynację ruchową;</li> <li>- są ostrożne, wrażliwe, ciche, wycofane z życia, mało aktywne, nieśmiałe, często płaczą;</li> <li>- są niepewne, załężnione, nieszczęśliwe, mają niską samoocenę, podświadomie i pośrednio pokazują innym, że są nieszczęśliwe i mało wartościowe, okazują swoją bezradność – widać, że są łatwym celem;</li> <li>- mają trudności z pokazywaniem się w grupie towarzyskiej;</li> <li>- łatwiej przychodzi im nawiązanie kontaktu z dorosłymi niż z rówieśnikami.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mają one porywczy temperament, bronią się, gdy ktoś je zaatakuje, chcą się bić i próbują oddać, najczęściej z żalonym skutkiem;</li> <li>- mogą być nadaktywne, ciągle w ruchu, nie potrafią się skupić – ogólnie są to uciążliwe dzieci, wprowadzające zamieszanie i niepokój;</li> <li>-często są niedojrzałe i niezdarne, miewają drażniące otoczenie przyzwyczajenia;</li> <li>- są nie lubiane przez dorosłych z nauczycielami włącznie;</li> <li>- mogą same usiłować dokuczać innym uczniom.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- łatwo się irtują, szydzą z innych, celowo mówią rzeczy, które mogą kogoś zranić, grożą, wyśmiewają się, popychają innych, szturchają, biją, znęcają się, niszczą cudze rzeczy;</li> <li>- mają potrzebę dominowania i tyranizowania innych, chętnie uciekają się do przemocy i groźby, dążą do realizacji swojej woli za wszelką cenę;</li> <li>- chełpią się swoją faktyczną lub wyimaginowaną władzą nad pozostałymi uczniami;</li> <li>- są porywczy, impulsywni, cechuje ich niski próg frustracji, mają trudności z przystosowaniem się do panujących norm i zasad; - aby osiągnąć korzyści, chętnie oszukują;</li> <li>- ogólnie są zbuntowani, nieposłuszni i agresywni.</li> </ul>

Źródło: opracowanie na podstawie: A. Naruszewicz (2019), *Mobbing rówieśniczy*, „Remedium”, nr 12(316), s. 8–10; S. Orłowski, *Mobbing i bullying w szkole: charakterystyka zjawiska i program zapobiegania*, ORE, Warszawa,

[http://s1.ore.iq.pl/oreglowna/phocadownload/pracownie/wychowania\\_i\\_profilaktyki/mobbing%20i%20bullying%20w%20szkole\\_11.pdf](http://s1.ore.iq.pl/oreglowna/phocadownload/pracownie/wychowania_i_profilaktyki/mobbing%20i%20bullying%20w%20szkole_11.pdf), dostępny w Internecie (dostęp: 18.05.2020).

## Działania interwencyjne

Dan Olweus zaproponował program zapobiegania bullyingowi w szkole. Celem tego autorskiego programu jest ograniczenie lub całkowite wyeliminowanie tego zjawiska w szkole i poza nią. Program skupia się w pierwszej kolejności na bullyingu bezpośrednim, czyli widocznych, agresywnych zachowaniach. Zwalczaniu negatywnych zachowań uczniów powinno towarzyszyć podkreślenie i wykorzystanie stron pozytywnych. Dan Olweus skupił się na trzech płaszczyznach i zaproponował środki zaradcze (tabela 4).

**Tabela 4.** Działania przeciwko przemocy w szkole na trzech płaszczyznach wg D. Olweusa

Środki zaradcze na poziomie szkoły	Środki zaradcze na poziomie klasy	Środki zaradcze na poziomie jednostki
<ul style="list-style-type: none"> <li>- przeprowadzenie ankiety wśród uczniów;</li> <li>- analiza sytuacji;</li> <li>- dzień poświęcony problemowi bullyingu w szkole (zamiast zwykłych lekcji);</li> <li>- większa kontrola podczas przerw (dyżury), częstsze interwencje;</li> <li>- więcej ciekawych zajęć pozalekcyjnych;</li> <li>- uruchomienie telefonu kontaktowego czynnego przez kilka godzin w tygodniu, aby anonimowo porozmawiać o zaistniałych problemach;</li> <li>- ogólnoszkolne zebranie rodziców;</li> <li>- doskonalenie i samodoskonalenie nauczycieli (grupy rozwojowe);</li> <li>- współpraca dom – szkoła</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- regulamin klasowy zawierający normy postępowania zapobiegające bullyingowi, wyjaśnienie problemu, nagradzanie i sankcje;</li> <li>- godzina wychowawcza poświęcona tematycznie tym problemom;</li> <li>- nauka poprzez współpracę, dająca możliwość bliższego poznania się;</li> <li>- wspólne zajęcia wzmacniające więzi między uczniami;</li> <li>- zebranie rodziców i ewentualne indywidualne rozmowy z rodzicami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozmowy ze sprawcami i ofiarami mobbingu;</li> <li>- rozmowy z rodzicami uczniów, których problem dotyczy, ewentualnie także w obecności dzieci;</li> <li>- wykorzystanie pomocy ze strony „neutralnych” uczniów;</li> <li>- pomoc i wsparcie dla rodziców ze strony szkoły;</li> <li>- fachowa pomoc psychologa (psychoterapeuty) dla rodziców i uczniów szykanowanych (także szykanujących);</li> <li>- zmiana klasy lub szkoły</li> </ul>

Źródło: D. Olweus (2007), *Mobbing – fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?*, Warszawa, s. 79–80.

W nowej podstawie programowej, realizacja treści nauczania dotyczących przeciwdziałania przemocy w grupie rówieśniczej została mocniej podkreślona. Począwszy od wychowania przedszkolnego poprzez kolejne etapy edukacyjne aż do zakończenia procesu kształcenia, budowana i umacniana jest postawa szacunku i bezpieczeństwa własnego i innych oraz odpowiedzialności.

Problematyka zapobiegania przemocy rówieśniczej zawarta jest w edukacji społecznej na I i II etapie edukacyjnym w szkole podstawowej (np. uczeń wie, co wynika z przynależności do rodziny, jakie są relacje między najbliższymi, wywiązuje się z powinności wobec nich; zna zagrożenia ze strony ludzi; wie, do kogo i w jaki sposób należy się zwrócić o pomoc) oraz w treściach nauczania etyki (np. identyfikuje się ze swoją rodziną i jej tradycjami).

W kanonie przedmiotów nauczanych w szkole problematykę dotyczącą agresji i przemocy uwzględnia:

- wiedza o społeczeństwie, dzięki której: uczeń rozpoznaje problemy najbliższego otoczenia i szuka ich rozwiązań, wyjaśnia na przykładach, jak można zachować dystans wobec nieaprobowanych przez siebie zachowań grupy lub jak im się przeciwstawić, wyjaśnia na przykładach znaczenie podstawowych norm współżycia między ludźmi, w tym wzajemności, odpowiedzialności i zaufania, uczeń rozpoznaje prawne aspekty codziennych problemów życiowych i szuka ich rozwiązania. Przedmiot wiedza o społeczeństwie pozwala na naukę formułowania własnych poglądów i wyrażania ich na różnych forach (w klasie, szkole, w innych gremiach, w tym także w Internecie) oraz wysłuchiwanie, rozumienia i uwzględniania opinii odmiennych niż własne. Rozwija szacunek do innych ludzi, grup społecznych, kultur i narodów, uczy niezależnego myślenia o wydarzeniach i procesach zachodzących w lokalnej społeczności, w kraju i na świecie;
- wychowanie do życia w rodzinie porusza zagadnienia, takie jak np.: okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie; wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny; relacje międzyosobowe i ich znaczenie, przyjaźń, zakochanie, miłość platoniczna, miłość młodzieńcza, miłość dojrzała, zachowania asertywne, planowanie rodziny, pogłębianie wiedzy związanej z funkcjami rodziny, uzyskanie przez uczniów lepszego rozumienia siebie i najbliższego otoczenia;
- etyka, która porusza zagadnienia takie jak np.: podjęcie odpowiedzialności za siebie i innych oraz za dokonywane wybory moralne, stosowanie zasad harmonijnego współistnienia i współdziałania ze środowiskiem społecznym, człowiek jako osoba; natura i godność człowieka, podjęcie samokontroli i pracy nad sobą; przyjmowanie odpowiedzialności za słowa i czyny;
- przedmiot uzupełniający: historia i społeczeństwo, dzięki któremu: uczeń analizuje na wybranych przykładach obrazy miłości, omawianie zagadnień

dotyczących roli kobiety i mężczyzny oraz modelu rodziny, analizy zmiany modelu rodziny w XX wieku;

- edukacja dla bezpieczeństwa, która obejmuje: zapoznanie ucznia z zasadami postępowania w przypadku wystąpienia zagrożenia życia, udzielania pierwszej pomocy poszkodowanym w różnych sytuacjach zagrażających życiu i zdrowiu (awaria, katastrofa komunikacyjna, budowlana, pobyt w domu, szkole, miejscu rekreacji i na trasie komunikacyjnej);
- informatyka, która obejmuje m.in. bezpieczne posługiwanie się komputerem i jego oprogramowaniem oraz świadomość zagrożeń i ograniczeń związanych z korzystaniem z komputera i Internetu [<https://www.gov.pl/web/edukacja/przeciwdzialanie-agresji-i-przemoc>].

Nowa podstawa programowa szczególnie naciska kładzie na rozwijanie u uczniów postaw odpowiedzialności, prospołecznych i prozdrowotnych. Kształtowanie u dzieci poszanowania innego człowieka, odmiennej kultury, religii oraz wszelkiej dyskryminacji wpisuje się w działania przeciwko agresji i przemocy w szkole.

Rozwijanie kompetencji społecznych powinno być wsparte następującymi działaniami ze strony dorosłych:

- partnerstwa pomiędzy uczniami, rodzicami i nauczycielami, stwarzającego szanse właściwego przepływu informacji o aktach przemocy;
- opracowania czytelnych wzorów nieakceptowanych i nagannych zachowań uczniów oraz wskazania ich konsekwencji;
- zapewnienie nadzoru pedagogicznego na przerwach, przed i po lekcjach oraz w miejscach, gdzie najczęściej dochodzi do aktów przemocy;
- uzupełnienie programu szkolnego o treści mające na celu podniesienie u uczniów kompetencji emocjonalnych, społecznych i moralnych;
- zgodnego i jednoznacznego traktowania przez personel szkoły wszelkich aktów przemocy;
- podjęcie współpracy z samorządem szkolnym w celu poznania zasięgu, form i miejsc, w których dochodzi do znęcania się oraz opracowanie środków zaradczych;
- zaangażowanie personelu administracyjnego w działania prewencyjne;
- zaangażowanie rodziców (zarówno ofiar, jak i agresorów) w opracowanie rozwiązań zaistniałej sytuacji.

Dyrektorzy szkół zapytani, jakie działania podejmują, aby przeciwdziałać przemocy rówieśniczej, odpowiedzieli następująco:

*Postępujemy zgodnie z procedurami szkolnymi, prowadzone są na bieżąco z uczniami zajęcia n/t przemocy rówieśniczej i cyberprzemocy z uwzględnieniem odpowiedzialności prawnej nieletnich przez funkcjonariuszy policji;*

*Pedagodzy i psycholog przeprowadzili zajęcia warsztatowe dotyczące kultury osobistej, przemocy rówieśniczej i cyberprzemocy w ramach ogólnopolskiego programu profilaktyki przemocy wobec dzieci autorstwa Fundacji „Dajemy Dzieciom Siłę”;*

*Szkoła posiada ogólnopolski certyfikat „Chronimy dzieci”; uczniowie biorą udział w warsztatach prowadzonych przez psychologa i pedagoga;*

*Korzystamy w naszej szkole z elementów programu „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”.*

Zapobieganiu przemocy służą zarówno działania profilaktyczne, jak i represyjne wobec sprawców. Do działań profilaktycznych zaliczamy:

- utrwalenie przekonania, że można polegać na nauczycielach;
- zdobycie wiedzy o mechanizmach uruchamiających zachowania agresywne uczniów w szkołach i placówkach;
- zbudowanie jasnego obrazu wartości i zasad, w imię których należy działać;
- wyjaśnienie potrzeby i konieczności zgłaszania wszelkich aktów przemocy;
- stworzenie warunków do prowadzenia dyskretnych rozmów z wychowanymi [Wilski, Banasiak 2015, s. 15];
- kształtowanie więzi koleżeńskich i form samopomocy; rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze strachem, stresem, niepokojem; włączanie uczniów do działających sekcji i kół zainteresowań; wspólne urządzenie imprez sportowych, rozrywkowych, towarzyskich, ośmielanie do aktywnego w nich uczestnictwa; częste przeprowadzanie pogadarek na temat poszanowania godności ludzkiej, koleżeństwa;
- omawianie wszelkich nieprawidłowości we wzajemnych stosunkach, publiczne piętnowanie stwierdzonych przypadków agresji; przenoszenie części odpowiedzialności za niebezpieczeństwo i dobre samopoczucie „młodszych i słabszych” na uczniów najstarszych klas;
- wnikliwe słuchanie i analiza uwag uczniów przeciwnych agresji; uczenie uczniów polubownego załatwiania konfliktów [Łoskot 2016, s. 6–7];
- doskonalenie technik hamowania i rozładowywania agresji; kształtowanie u młodszych uczniów kultury wystawiania się, szacunku dla starszych kolegów, umiejętności bycia pomocnym; obowiązkowe zgłaszanie udowodnionych faktów zaistnienia przemocy dyrekcji szkoły, wychowawcy;
- reagowanie na sygnały dochodzące od pracowników obsługi;
- zbieranie od nauczycieli spostrzeżeń i uwag dotyczących zachowania się uczniów na lekcjach (apatia, lęk lub agresja u konkretnych uczniów); uczciwe przedstawienie rodzicom skali problemu, uwrażliwienie na możliwość doznania aktów przemocy przez ich dziecko [Lipińska 2000];



- zwrócenie się do rodziców o pomoc w rozwiązywaniu problemu przemocy, wnikliwe słuchanie propozycji;
- zapoznanie dzieci z prawnymi i moralnymi skutkami przemocy; organizowanie spotkań z policjantami, zaproszenie do współpracy duchownych;
- rozwijanie zdolności, talentów i predyspozycji u każdego ucznia [Miedzińska, s. 3–4].

Łagodzenie prawa wcale nie pomaga przeciwdziałaniu przemocy szkolnej. Nic tak bowiem nie deprawuje młodego nieukształtowanego emocjonalnie i społecznie młodego człowieka jak poczucie bezkarności. Szkoła dysponuje niewielkimi środkami przeciwdziałania bullyingowi. Są to m.in. straszenie obniżeniem oceny z zachowania, wezwanie rodziców na pogadankę dyscyplinującą. Często większość spraw kończy się upomnieniem, tak jak w poniższym przypadku: *Kiedy nie mogłam znieść już tych upokarzających sytuacji, powiedziałam rodzicom. Były spotkania z pedagogiem, dyrektorem szkoły, psychologiem. Skończyło się na tym, że nie było dowodów, że oni tak postąpili. A moi koledzy (oprawcy) pozostali bezkarni. W rezultacie rodzice przenieśli mnie do innej szkoły i sytuacja się uspokoiła* (Marysia, klasa 2 szkoła średnia).

*Nauczyciele w ogóle nie zwracali uwagi na to jak inni uczniowie traktują Daniela. Mam wrażenie, że sami go nie lubili, ponieważ był zaczepny* (Ala, 8 klasa szkoła podstawowa).

Opisane postępowanie ze strony dorosłych rozzuchwala oprawców, a odbiera nadzieje ofiarom. Brak odpowiedniego przygotowania pedagogów w przeciwdziałaniu przemocy szkolnej jest dodatkowym utrudnieniem. Policja i prokuratura raczej bez przekonania interweniują w sprawach szkolnej przemocy, choć niekiedy dzięki zaangażowaniu rodziców, wychowawców i funkcjonariuszy udaje się przesłuchać sprawców.

W przypadku zjawiska bullyingu znacznie lepiej jest pozbyć się ze szkoły lub srodze ukarać lidera przemocy niż pozwolić na jej rozwinięcie się, przeniesienie brutalności i bezwzględności na inne ofiary. Wskazane też jest, aby problemami przemocy szkolnej zajmował się zainteresowany tą działalnością doświadczony, wyznaczony przez dyrekcję nauczyciel. Taki koordynator powinien prowadzić dokumentację gromadzącą wszystkie akty przemocy, dysponować danymi zarówno „sprawców”, jak i „ofiary”, być w stałym kontakcie z rodzicami, psychologiem, policją [Miedzińska, s. 5].

W programie interwencyjnym w szkole, który przeciwdziała zjawisku bullyingu powinni uczestniczyć wszyscy pracownicy, a wprowadzanie ww. zasad, norm i konsekwencji za ich przekraczanie powinny być wypracowane z udziałem uczniów.

Sam program może opierać się na propozycjach Dana Olewusa (tabela 5).

**Tabela 5.** Siedem etapów przeciwdziałania bullyingowi w szkole wg Dana Olweusa

Etapy	Cel i działanie
1. Dostrzegać agresję	Kto bierze udział w konflikcie? skontaktować się ze stronami konfliktu, kontrolować swoje emocje
2. Przerwać agresję	Zachowanie spokoju, godności i granice, zapobiec eskalacji, powstrzymać się od karania, zostawić pole działania
3. Dać czas do namysłu przed następnym krokiem	Ustalenie czasu i miejsca negocjacji oraz określenie różnych możliwości rozwiązania konfliktu
4. Rozszerzyć bazę informacyjną	Co się wydarzyło? Kto brał udział? jakie są punkty widzenia obserwatorów?
5. Określić cele	Co chcemy osiągnąć? Jaka jest rzeczywistość? Co może pomóc w rozwiązaniu konfliktu?
6. Planować i realizować przedsięwzięcia	Ustalenie zadań wspólnie przyjętych do realizacji
7. Kontrolować przebieg i skuteczność interwencji	Trwałość zmian, osłabienie ryzyka konfliktu w grupie, stosunek innych osób do zmian, poziom zadowolenia z osiągniętego celu

Źródło: opracowanie własne na podstawie: K. Wilski, D. Banasiak (2015), *Bezpieczna i przyjazna szkoła* [w:] *Profilaktyka agresji i przemocy*, ORE, Warszawa, s. 25.

Bagatelizowanie zjawiska bullyingu jako niewinnej zabawy prowadzi do intensyfikacji i brutalizacji zachowań, a u ofiar prowadzi do ideacji suicydalnej. Czynności wychowawcze mające przeciwdziałać i zwalczać agresję i przemoc powinny obejmować wiele płaszczyzn życia szkolnego. Istotna jest umiejętność rozwiązywania tych problemów przez nauczycieli-wychowawców.

## Zakończenie

Przedstawione rozważania prezentują aspekty związane z przemocą: charakterystykę ofiary, charakter działań sprawców oraz działania interwencyjne w przypadku bullyingu. Opisane historie uczniów wskazują, że należy zawsze podejść indywidualnie do każdego przypadku, zdiagnozować go i zaplanować odpowiednie działania.

Zjawisko bullyingu należy traktować wielowymiarowo, z uwagi na jego niejednorodny charakter. Istotne jest odróżnienie go od innych przypadków agresji rówieśniczej. Dzięki temu można planować skuteczne rozwiązania interwencyjne i jednoczesne działania profilaktyczne.

Agresja u młodzieży często jest sposobem odreagowania nagromadzonych napięć. Rolą dorosłych jest ograniczanie do niezbędnego minimum ilości sytu-

acji trudnych, wywołujących u uczniów stres. Należy traktować ich podmiotowo, indywidualnie, oceniając sprawiedliwie. Nie można całkowicie wyeliminować z życia uczniów stresu szkolnego, ale można zapobiegać jego kumulowaniu się. Konieczne są działania umożliwiające wyładowywanie stresu dzieci i młodzieży w sposób bezpieczny i aprobowany społecznie. Najlepszą formą ku temu są zajęcia sportowe i działalność artystyczna [Dworakowki 2000].

Nawet niewielkie kłopoty u naszych uczniów zaniedbane dydaktycznie czy wychowawczo mogą urosnąć do rozmiarów, z którymi dziecko nie będzie umiało sobie poradzić. Skuteczna i konstruktywna pomoc w rozwiązywaniu problemów zapobiegnie konfliktom i stosowaniu metod siłowych.

Zaprezentowane wyniki ujawniają niewątpliwie konieczność posiadania przez nauczycieli specjalistycznej wiedzy i kompetencji dotyczących przemocy rówieśniczej. W opisywanych przypadkach nauczyciele często wykazywali postawę bierną, nie podejmowali żadnych działań, aby przerwać proces, który dopiero się zaczynał. Niekiedy nauczyciele zamiast pomóc uczniowi, stygmatyzują wiktyimizowanego w grupie i zaogniają sytuację.

Warto zwrócić uwagę nauczycieli na szczególny rodzaj bullingu – przemoc relacyjną, która w codziennych działaniach wychowawczych jest zaniedbywana, ponieważ przez nauczycieli nie jest traktowana jako przemoc, a prowadzi do wyalienowania uczniów z grupy rówieśników i trudno ją zdiagnozować. Ofiary odbierają bulling relacyjny bardziej dotkliwie niż agresję fizyczną skierowaną przeciwko nim [Slonje, Smith 2008].

Profilaktyka bullingu przynosi długoterminowe korzyści. Badania wskazują, że wśród dzieci i młodzieży stosujących przemoc istnieje zwiększone ryzyko popełniania w przyszłości przestępstw oraz wszelkiego rodzaju uzależnień. Istotne jest wprowadzenie doraźnych działań zwiększających bezpieczeństwo: uważne śledzenie zapisu monitoringu szkolnego, gdy zachodzi podejrzenie wystąpienia aktu przemocy, liczniejsze dyżury nauczycieli na korytarzach szkolnych w trakcie przerw oraz kontrolowanie trudniej dostępnych zakamarków: toalet, schowków i szatni.

## Literatura

- Craig W.M., Pepler D.J., 2003, *Identifying and targeting risk for involvement in bullying and victimization*, „Canadian Journal of Psychiatry”, vol. 48, nr 9.
- Czemierowska-Koruba E., 2015, *Agresja i przemoc w szkole, czyli co powinniśmy wiedzieć, by skutecznie działać*, ORE, Warszawa.
- Due P. i in., 2005, *Bullying and symptoms among school-aged children: international comparative cross sectional study in 28 countries*, „European journal of Public Health”, 15(2).

- Dworakowski M., 2000, *Jak przeciwdziałać przemocy*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 3.
- Farnicka M., 2018, *Psychospołeczne uwarunkowania zachowań agresywnych we wczesnej adolescencji*, „Psychologia wychowawcza”, Warszawa, tom 56, nr 14/2018.
- Garstka T., 2015, *Zapobieganie agresji w szkole. Metody organizacji codziennej pracy wychowawczej*, ORE, Warszawa.
- [http://s1.ore.iq.pl/oreglowna/phocadownload/pracownie/wychowania\\_i\\_profilaktyki/mobbing%20i%20bullying%20w%20szkole\\_11.pdf](http://s1.ore.iq.pl/oreglowna/phocadownload/pracownie/wychowania_i_profilaktyki/mobbing%20i%20bullying%20w%20szkole_11.pdf), dostępny w Internecie (dostęp: 18.05.2020).
- <https://www.gov.pl/web/edukacja/przeciwdzialanie-agresji-i-przemocy>.
- Komendant-Brodowska A., 2014, *Agresja i przemoc szkolna. Raport o stanie badań*, Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa.
- Lipińska J., 2000, *Przemoc i agresja w społeczności uczniów w okresie dorastania*, „Nowa Szkoła”, nr 1.
- Łoskot M., 2016, *Nieme wołanie ofiary przemocy rówieśniczej*, „Życie szkoły”, 5/2016 (17) 778.
- Miedzińska E., *Lekcja wychowawcza Przemoc i agresja w szkolnych grupach rówieśniczych. Sposoby zapobiegania i zwalczania przemocy*, <https://profesor.pl/Przemoc-i-agresja-w-szkolnych-grupach-rowiesniczych-Sposoby-zapobiegania-i-zwalczania-przemocy>, dostępny w Internecie [dostęp : 18.05.2020].
- Naruszewicz A., 2019, *Mobbing rówieśniczy*, „Remedium”, nr 12(316).
- Olweus D., 2003, *A profile of bullying at school*, Educational Leadership.
- Olweus D., 1998, *Mobbing. Fala przemocy w szkole. Jak ją powstrzymać?*, Wydawnictwo Jacek Santorski & CO, Warszawa.
- Orłowski S., *Mobbing i bullying w szkole: charakterystyka zjawiska i program zapobiegania*, ORE, Warszawa,
- Pyżalski J., 2015, *Bullying-tradycyjny mobbing [w:] Profilaktyka agresji i przemocy*, ORE, Warszawa.
- Pyżalski J., 2012, *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.
- Pyżalski J., Roland E. (red.), 2011, *Bullying a specjalne potrzeby edukacyjne. Podręcznik metodyczny*, Uniwersytet w Stavanger, Wyższa Szkoła Pedagogiczna w Łodzi, Łódź-Stavanger.
- Rigby K., 2010, *Przemoc w szkole. Poradnik dla rodziców i pedagogów*, Wydawnictwo UJ, Kraków.
- Slonje R., Smith P.K., 2008, *Cyberbullying: Another main type of bullying?*, „Scandinavian Journal of Psychology”, nr 49.

- Tucholska S., 2000, *Przemoc w grupach rówieśniczych*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 5.
- Stassen-Berger K.S., 2007, *Update on bullying at school: Science forgotten*, „Developmental Review”, nr. 27.
- Urban B., 2005, *Zachowania dewiacyjne młodzieży w interakcjach rówieśniczych*, Wydawnictwo UJ, Kraków.
- Wilski K., Banasiak D., 2015, *Bezpieczna i przyjazna szkoła [w:] Profilaktyka agresji i przemocy*, ORE, Warszawa.