

IMA NEKOLIKO UČENIKA KOJI MI SE  
 RUGAJU IZ ČISTA MIRA A JA IM  
 ODMAH UZVRATIM ALI SE NE  
 OSJEĆAM BOLJE, JA NJIMA BAREM  
 MISLIM NISAM NIŠTA NAPRAVIO  
 ZBOG ČEGA BI ME TREBALI MRZIT  
 A SADA SU I OD MENE NAPRAVILI  
 NASILNIKA NE VIDIM IZLAZA IZ TOGA  
 PONEKAD MISLIM ZAŠTO SAM DOŠAO  
 NA SVIJET ZBOG TOGA DA MI SE  
 SUI RUGAJU AKO NETKO IMA NEŠTO  
 PROTIV MENE JA ĆU TO POPRAVIT

# Knjižica za roditelje

Program prevencije vršnjačkog zlostavljanja  
 ZA SIGURNO I POTICAJNO OKRUŽENJE U ŠKOLAMA





Ured UNICEF-a za Hrvatsku zahvaljuje svim građanima i tvrtkama koji su svojim donacijama podržali akciju [Stop nasilju među djecom](#).



Tisak ove knjižice financiran je zahvaljujući sredstvima Fonda za ostvarivanje Milenijskih ciljeva razvoja (MDG-F fonda) kojeg je osnovala Vlada Kraljevine Španjolske.

**Izdavač:** Ured UNICEF-a za Hrvatsku

**Autorica:** Jasenka Pregrad

**Recenzentica:** Lidija Arambašić

**Urednica:** Martina Tomić Latinac

**Lektura:** Editor plus d.o.o.

**Grafičko oblikovanje:** Zinka Kvakić

Sva prava pridržava izdavač.

Prilikom korištenja citata i materijala iz ove knjižice, molimo navedite izvor.

Za sve obavijesti se možete obratiti izdavaču.

Ova publikacija ne izražava nužno službene stavove UNICEF-a.

Tiskano u Hrvatskoj.

Naklada: 12.000 primjeraka

Zagreb, 2010.

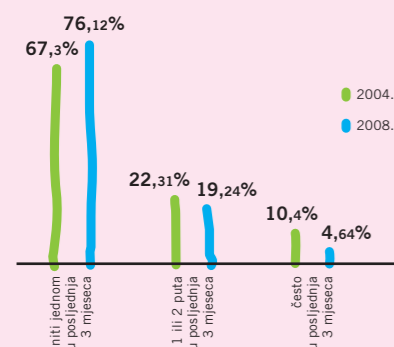
CIP zapis dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 742506.

ISBN 978-953-7702-09-0

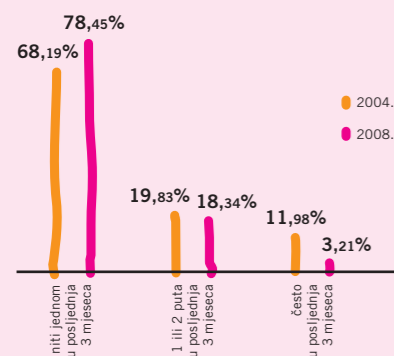
## Sadržaj:

- 02 O programu i njegovim rezultatima
- 03 Razlozi za pokretanje Programa i zahvale
- 04 Važna uvodna riječ roditeljima o roditeljevanju
- 07 Vršnjačko nasilje u brojkama
- 08 Što je vršnjačko nasilje, a što zlostavljanje
- 10 Djeca koja promatraju zlostavljanje
- 11 Roditelji ohrabruju djecu da pomognu djetetu koje trpi i djetetu koje je nasilno
- 12 Dijete koje trpi
  - 14 Znakovi koji mogu ukazati na to da je dijete zlostavljano
- 16 Kako roditelji mogu pomoći djetetu koje trpi zlostavljanje
  - 16 Što ne pomaže
  - 17 Što pomaže u trenutačnoj situaciji
  - 19 Što pomaže zdravom razvoju samopouzdanja i samopoštovanja
- 21 Dijete koje zlostavlja drugu djecu
  - 22 Što djetetu koje zlostavlja čini takvo ponašanje - kratkoročno
  - 22 Što djetetu koje zlostavlja čini takvo ponašanje - dugoročno
  - 24 Znakovi koji mogu ukazati na to da je dijete sklono nasilnom ponašanju
- 25 Kako roditelji mogu pomoći djetetu koje zlostavlja
  - 26 Što pomaže u trenutačnoj situaciji
  - 27 Što pomaže u razvoju nenasilnog ponašanja
- 28 Roditelji djeluju zajedno s učiteljima
- 30 Za one koji žele znati više

## O programu i njegovim rezultatima

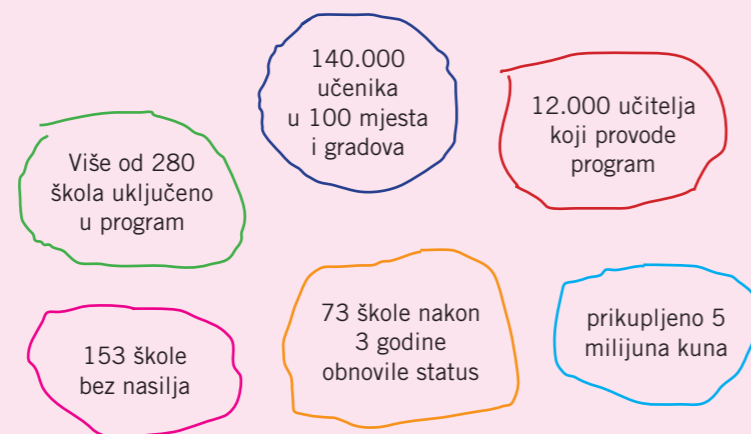


Slika 2.  
DJECA TRPE MANJE NASILJA



Slika 3.  
DJECA ČINE MANJE NASILJA

Program je osmislio tim domaćih stručnjaka posebno okupljenih na ovom zadatku 2003. godine, i otada ga doraduje i poboljšava. Provođenje Programa započelo je u školama 2003./2004. školske godine i dosad ga je 286 škola primjenjivalo, a 153 škole su uspješno provele svih 7 predviđenih koraka te su dobile naziv **Škola bez nasilja**. Osnovana je i **Mreža škola bez nasilja**, koja je potaknula nastavak rada na suzbijanju vršnjačkog nasilja i nakon što su dobile naziv (jer se nasilje među djecu brzo vraća ako stalno ne radimo na njegovom suzbijanju). Mreža traži od svojih članica obnovu statusa nakon tri godine. Tako su već 73 škole obnovile status **Škole bez nasilja**. Mreža je potaknula i razvoj dodatka osnovnom programu, pod nazivom **Prekini lanac!**, koji se posebno bavi zlostavljanjem putem elektroničkih medija, a primjenjuje se nakon što se ostvari ovaj osnovni program. Evaluacija pokazuje da se nakon 4 godine od početka provedbe Programa broj djece koja zlostavljaju smanjuje za 2/3, a broj djece koja trpe zlostavljanje za 1/2. To znači da se i ukupan broj nasilnih postupaka značajno smanjuje. Većina roditelja (njih 70% - 80%) procjenjuje da aktivnosti u smanjivanju nasilja koje je škola poduzela daju rezultate.



Slika 1.  
PROGRAM U BROJKAMA

## Razlozi za pokretanje Programa i zahvale

UNICEF je pokrenuo rad na ovom programu jer je ispitivanje javnog mnijenja u Hrvatskoj 2003. godine pokazalo kako javnost nasilje među djecom i mladima vidi kao ozbiljan problem, a to je bilo i u skladu sa strateškim odrednicama UNICEF-a i Europskog vijeća u tom razdoblju.

Otada se na različite načine mnogo ljudi uključilo u razvoj, podršku i primjenu Programa u školama. Na prvome su mjestu to građani, a zatim i tvrtke, vlada i lokalne zajednice, koji su svojim donacijama u novcu i uslugama u cijelosti financirali ovaj program. Tu su se našli i uvaženi građani koji su organiziranjem i nastupanjem na različitim događajima također pridonijeli novčano, ali i javnim osvještavanjem i podrškom, u prvom redu Zlatan Stipišić - Gibonni kao UNICEF-ov ambasador dobre volje. Bilježimo više od 36.000 pojedinačnih uplata pa možemo slobodno reći da je to 36.000 glasova protiv vršnjačkog nasilja. Ukoliko pribrojimo i sve učitelje, djecu i roditelje koji su nam se pridružili u provedbi Programa - okupili smo više od 200.000 pojedinaca koji na različite načine daju glas za ovaj program! To nam je velika podrška i obaveza.

Program žive svakodnevno 12.000 učitelja te 145.496 učenika i njihovih roditelja u školama diljem zemlje; bez njih ga ne bismo mogli poboljšavati i učiniti ovakvim kakav danas jest. Njihovo **dobrovoljno** prihvaćanje Programa govori kako on ima razloga i smisla. Tijekom prve godine provedbe Programa svaku školu prati mentor. UNICEF je ukupno educirao 90 mentora koji su se, svatko u ponekoj od škola, brinuli da učitelji postanu kompetentniji za suočavanje s ovim problemom i da se Program kvalitetno provede.

Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa podržalo je Program i dalo suglasnost da se on provodi u školama, a Agencija za odgoj i obrazovanje bila nam je vrijedan savjetnik u pojedinim dionicama razvoja Programa.

Program nije bio obavezan nikome - ni školama, ni stručnjacima, ni građanima. On je čin dobre volje. Ovakav je uspjeh, smatramo, posljedica činjenice da nam je **svima** bilo **stalo** da smanjimo nasilje te da odgajamo djecu u ozračju međusobnog uvažavanja, poštovanja i ravnopravnosti. Tome se možemo iskreno veseliti i zahvaliti jedni drugima.



## Važna uvodna riječ roditeljima o roditeljevanju

Prije negoli išta kažemo o vršnjačkome nasilju, želimo podijeliti s roditeljima iskustva zašto je teško i ne sasvim uvjerljivo pisati “naputke” roditeljima u ovo suvremeno doba te kako bismo željeli da razumiju napisano. To nam je osobito važno jer nam je suradnja s roditeljima važnija od toga da nas “slušaju”. Kad govorimo o roditeljima naravno mislimo i na sve one koji nisu roditelji ali se brinu o djeci i podižu ih kao što su skrbnici, udomitelji i drugi koji su na sebe uzeli ulogu roditelja u odustvu prirodnih roditelja.

Kad god krenemo nešto čitati i učiti, to zapravo znači da želimo provjeriti mislimo li dobro - želimo biti još bolji; dakle, nismo sigurni jesmo li dovoljno dobri ili čak mislimo da nismo dovoljno dobri. To je osobito osjetljivo kad je riječ o roditeljstvu, jer svojoj djeci želimo zaista najbolje pa nam je teško pri pomisli da možda nismo najbolji u roditeljevanju. Pogotovo je to istina kada nismo zadovoljni djetetovim ponašanjem. Tada pričamo i tužimo se i dijelimo roditeljske “muke” s drugima (na poslu, među rodbinom, prijateljima). A ako nešto krene po zlu ili nas pozovu u školu pitamo se: “Što sam to ja (mi) krivo radila (radili) pa je ispalo ovako?” Krivica je, nažalost, osjećaj koji često prati roditeljstvo.

Međutim, krivica na ovom mjestu nikako nije dobar osjećaj. Ne potiče nas da budemo bolji roditelji, nego nas pritišće, stvara tjeskobu i tjera na samookrivljavanje ili obranu. Kad već kažemo “ispalo je”, to znači da nismo tako htjeli, željeli, očekivali. Svi roditelji rade u najboljoj namjeri i u nadi da će ispasti dobro. Čak i onda kada znamo da ne radimo dobro (vičemo, iskalimo se, popustljivi smo, nedosljedni sebi), činimo to jer u tom trenutku ne možemo ili ne znamo bolje. Čak i onda kada radimo dobro (ili kako su nam rekli da treba) ne ispadne uvijek dobro. Podizanje djece ponekad se čini kao igra s nepoznatim suigračem (koji nas svako malo iznenadi) i neizvjesnim ishodom.

Ima malo univerzalnih savjeta - točnih i ispravnih za sve roditelje i svu djecu. I roditelji i djeca su vrlo različite osobe; što paše jednima ne pristaje nužno drugima. Sjećam se jedne temperamentne, žive i impulzivne mame koja je po savjetu stručnjaka krenula vrlo mirno, tiho i suzdržano razgovarati sa svojim djetetom o jednoj važnoj i osjetljivoj

*Podizanje djece ponekad se čini kao igra s nepoznatim suigračem (koji nas svako malo iznenadi) i neizvjesnim ishodom.*

*Ima malo postupaka  
prema djeci  
(kao uostalom u  
cjelokupnom životu)  
koji su univerzalno samo  
dobri ili samo loši.*



temi, pa ju je dijete pitalo: “Mama, što ti je? Jesi li bolesna?” Muka je nas stručnjaka kako napisati kratko i jednostavno o nekoj pojavi, a da svima bude od koristi.

A iznad svega, nije nam namjera da se roditelji dok ovo čitaju osjećaju krivima i nedovoljno dobrim roditeljima. Krivica ima loš učinak jer nas često dovodi do toga da negiramo, umanjujemo, branimo dijete, a time zapravo branimo i sebe. U pravilu tada okrivljujemo druge - školu, društvo u cijelosti, loše društvo u koje je dijete zapalo, roditelje druge djece sudionika situacije, medije ili tko nam se već u određenoj prilici nađe pri ruci jer pokušavamo tu tešku krivicu podijeliti s još nekim. Ponekad okrivljujemo i dijete jer se ponaša onako kako ga nismo učili ili kako ne bi trebalo (bez obzira na to je li u toj situaciji bilo nasilno, trpjelo nasilje ili ga promatralo). Neki od nas, jer se osjećaju krivima, budu popustljivi te se ne drže pravila i dogovora koje su uspostavili s djetetom. A svi se roditelji osjećaju pomalo poljuljani, nagriženi krivnjom i zato nesigurni. A taj osjećaj zasigurno ne čini od nas bolje roditelje.

Stručnjaci za osobni rast i razvoj puno više vole **govoriti o odgovornosti, a ne o krivnji**. Pitat ćete u čemu je razlika. Razlika je velika jer kad govorimo o odgovornosti, onda smo odgovorni za sve svoje postupke, ponašanja, odluke - jer smo za sve njih mi odlučili da ćemo baš tako učiniti. To uključuje sve, i one dobre i one loše odluke. Bolje je reći da smo odgovorni za sve što je ispalo loše, ali i dobro. Još je pak bolje reći da smo odgovorni za sve dobre i loše strane naših odluka - jer nema odluke koja je samo dobra ili samo loša. Kada govorimo o odgovornosti, to podrazumijeva da razmatramo kako smo postupali, kako su djeca na to reagirala, što je bio naš dogovor i do kakvog je rezultata to dovelo. Tada vodimo otprilike ovakav razgovor sa sobom, drugim roditeljem i bližnjima: “Kad sam rekla i napravila ono i ono, rezultat je bio takav i takav, dijete se osjećalo i ponašalo tako i tako; ako se sad budem ponašala ovako i ovako - što će se dogoditi, kakav će to rezultat dati? Sad kad ovo znam o sebi i djetetu sljedeći put ću tako i tako, pa ću vidjeti kako će ispasti.”

Jer ima malo postupaka prema djeci (kao uostalom u cjelokupnom životu) koji su univerzalno samo dobri ili samo loši. U svakom izboru, kao što rekosmo, ima i nečega dobrog i nečega lošeg - pa mi biramo ono što nam je važnije, na štetu onog što nam je manje važno. Tako nam odgovornost omogućuje da naučimo nešto iz prethodnog iskustva te da budemo odgovorni za izbore koje ćemo raditi odsad pa na dalje.

Svako dijete je posebno.

Podizanje i odgajanje djece u neku je ruku kao prognoziranje vremena. Gledajući ovo što je sada, trebamo dokučiti što će se dogoditi u budućnosti - i, naravno, pogriješimo i mi i sinoptičari. Nevolja je naša i njihova u tome što se unatrag puno bolje i točnije vidi negoli unaprijed. Još su sinoptičari završili fakultet koji ih uči kako prognozirati. I još su pojave koje prognoziraju puno jednostavnije nego što je razvoj ljudskoga bića. I često i oni i mi kažemo: "Eh, da sam znao, bio bih drugačije..." Da, da sam **znao** kako će ispasti zasigurno bih drugačije, ali nevolja je to što **nisam** znao. I još jedno "ali" - ali sada znam i iz toga mogu nešto naučiti za ubuduće. Kad već nismo završili fakultet za roditeljevanje, nema nam druge nego da budemo samouki. Možemo učiti iz iskustva.

Odgovornost nama roditeljima daje mogućnost da rastemo i razvijamo se, a krivica nas stisne i pokunji u najmanju ruku; kao što smo prije opisali, često nas pogurne i u to da onda okrivljujemo i druge, čime zapravo sebe činimo bespomoćnima jer rješenje poteškoće smještamo u njihove ruke: "Samo kad bi oni... sve bi bilo riješeno", a ne u svoje. Dakle, nemojte biti poslušni ni učiteljima niti nama (našim savjetima), nego budite odgovorni sebi i djeci.

Ovaj program predviđa da se u školi usredotočujemo na ponašanje i odgovornost svakog djeteta za vlastito postupanje, a ne na to tko je kriv i tko je prvi počeo. Na taj način omogućujemo djeci da rastu i razvijaju se, umjesto da se osjećaju krivima. To je posebno važno kada je riječ o djeci sklonoj nasilju i djeci sklonoj da postanu mete nasilja. O tome ćemo nešto više reći kasnije.

Učitelji i svi djelatnici u školi odlučili su educirati se i promijeniti svoje postupanje u odnosu na pojavu vršnjačkog nasilja i zlostavljanja, te poticati djecu i razvijati njihove sposobnosti boljeg reagiranja i ponašanja. To očekujemo i od vas roditelja - u mjeri u kojoj možete - jer će nam rezultat biti puno bolji djelujemo li zajedno.

*Nemojte biti poslušni ni učiteljima niti nama (našim savjetima), nego budite odgovorni sebi i djeci.*

## Vršnjačko nasilje u brojkama



U pogledu pojave nasilja i zlostavljanja, Hrvatska je u prosjeku europskih zemalja. U nas 66% djece u školi nije iskusilo nikakvo nasilje, a 22% je iskusilo sporadične slučajeve nasilja jednom ili dva puta u nekoliko mjeseci. Međutim, 12% djece trpi nasilje dva do tri puta mjesečno i češće - i takvo nasilje onda nazivamo zlostavljanjem.

Djece koja nisu sudjelovala u nasilju je 69%, rijetko ih je nasilno 18%, dok ih je 12% po vlastitom iskazu često nasilno. Za takvu djecu kažemo da su sklona zlostavljati drugu djecu.

Najčešće se djeca rugaju i zadirkuju, zatim šire lažne glasine o nekome i nagovaraju druge da se ne druže s njim, rugaju se nekome zbog podrijetla, isključuju nekoga iz igre i izoliraju ga, a s dobi raste i ruganje i zadirkivanje vezano uz seksualna obilježja. Tjelesno nasilje nalazi se u nas tek na šestom mjestu. Dječaci su nasilni i prema dječacima i prema djevojčicama, a djevojčice su u pravilu nasilne prema djevojčicama. Dječake više ismijavaju i rugaju im se, a djevojčice češće isključuju iz društva i šire lažne glasine o njima. Od djece koja zlostavljaju 3/4 su dječaci, a 1/4 djevojčice.

62% djece koja trpe nasilje nekome se povjeri, što je značajno više nego u svjetskim istraživanjima i dobar znak za roditelje i druge odrasle u nas; međutim, svejedno 28% djece ne govori nikome o tome što im se događa. O ovoj teškoj i tužnoj pojavi pisat ćemo više u odjeljku o djeci koja trpe.

Ponekad se djeca znaju nositi i obraniti pa time zaustave nasilje tako da ono ne preraste u zlostavljanje, ali nekad u tome ne uspiju pa se nasilje pretvori u zlostavljanje koje zna trajati mjesecima pa i godinama. I to jako ugrozi i uznemiri djecu - i to ne samo onu koja su mete, nego i većinu druge djece jer se boje da bi i ona mogla postati metama. Neka djeca onda postanu navijači i sami se priklone djeci koja zlostavljaju kako bi se zaštitili, iako 63% djece kaže da im je žao tog učenika i da bi mu rado pomogli.

*Evaluacija pokazuje da se nakon 4 godine od početka provedbe Programa broj djece koja zlostavljaju smanjuje za 2/3, a broj djece koja trpe zlostavljanje za 1/2.*

## Što je vršnjačko nasilje, a što zlostavljanje

*Kad govorimo o zlostavljanju, tu nije riječ o djeci otprilike iste snage i jačine koja se svađaju ili tuku oko nečega na tvrd način.*

U svim ustanovama gdje su djeca postoji i nasilje i zlostavljanje - oduvijek. Zbog toga često čujemo stav da je to normalan dio odrastanja ili dječja (nespretna) igra. Istina, to je uobičajeno, djeca ne znaju bolje jer tek uče socijalne vještine i prve korake u međuljudskim odnosima - stoga ih treba poučavati i odgajati. Ako to ne činimo, riskiramo ružne dugoročne posljedice za njih te za njihovu sadašnju i buduću okolinu. Danas to znamo iz istraživanja u kojima je dugi niz godina praćen razvoj djece uključene u zlostavljanje. U takvom poučavanju i odgajanju trebamo sudjelovati svi - društvena zajednica njegovanjem vrijednosti uvažavanja, poštovanja i ravnopravnosti, i mi koji ih izravno podržavamo u rastu i razvoju. Tu, naravno, roditelji imaju presudnu ulogu i to ne samo one djece koja se ponašaju nasilno ili trpe, nego sve djece - jer važno je osigurati vrijednosni sustav koji naglašava uvažavanje i poštovanje drugih i sigurno okruženje za sve. Osim toga, svatko u nekom trenutku može postati metom nasilja i zlostavljanja.

Važno je znati što točno jest, a što nije vršnjačko zlostavljanje. Djeca su nasilna prema drugima iz mnogo različitih razloga. Ponekad se sukobljavaju i, kako još ne znaju zrelije i umješnije riješiti sukob, posvađaju se, izvrijeđaju ili potuku. Nakon određenog vremena izgleda sukob, pomire se i budu više ili manje bliski. Nekad se djeca, posebno dječaci, odmjeravaju u snazi i tjelesnoj spretnosti i moći, a kad se jednom uspostavi neformalna hijerarhija, nju poštuju u odnosima. Također ima djece koja su agresivna i koja čim imaju osjećaj i najmanje ugroženosti reagiraju agresivno (viču, tuku ili nanose neku drugu štetu drugima). Uzroci agresivnog ponašanja su mnogobrojni i nećemo na ovome mjestu detaljnije ulaziti u njih. Nijedno od ovih ponašanja nije poželjno i svako traži posebnu vrstu podrške djeci kako bi razvila zrelije oblike ponašanja.

Međutim, kad govorimo o zlostavljanju, tu nije riječ o djeci otprilike iste snage i jačine koja se svađaju ili tuku oko nečega na tvrd način.

**Vršnjačko zlostavljanje događa se kada netko tko je slabiji i povučeniji biva namjerno (i u pravilu opetovano) povređivan, a da za to nema nikakvoga međusobnog povoda ili razloga.**

Djeca koja zlostavljaju uživaju u tome što rade, a djeca koja trpe ne mogu izbjeći nasilje.

*Zlostavljanje je namjerno i na neki način smišljeno, a ne slučajno ponašanje. Djeca koja zlostavljaju u pravilu su mirna i nadmoćna, a agresivna djeca su preplavljena ljutnjom i strahom.*

TREBA MU BRIGA.

Iako je vršnjačko zlostavljanje na prvi pogled slično drugim oblicima agresivnog ponašanja, postoje i neke ključne razlike:

- Zlostavljanje je namjerno i na neki način smišljeno, a ne slučajno ponašanje. Djeca koja zlostavljaju u pravilu su mirna i nadmoćna, a agresivna djeca su preplavljena ljutnjom i strahom.
- Cilj je ostvariti nadmoć i kontrolu nad drugim djetetom putem tjelesne ili verbalne agresije. Jedan učenik ili grupa u nekom razdoblju napadaju stalno istog učenika.
- Djeca koja zlostavljaju čine to bez ikakvoga stvarnog razloga, osim zato što vide da je drugo dijete laka meta.
- Djeca koja zlostavljaju u pravilu su nešto omiljenija među vršnjacima od druge, naprosto agresivne djece.

### Kako djeca mogu biti zlostavljana od strane vršnjaka u školi:

- Dijete može biti tjelesno zlostavljano na način da ga stalno guraju, tuku, nanose mu tjelesnu bol.
- Opetovane prijetnje o tome što će se dogoditi ako...
- Stvari često mogu biti uzete ili uništene (mobitel, novac za užinu, sendvič).
- Verbalno zlostavljanje - nazivanje pogrđnim imenima i izrugivanje.
- Indirektno - tako da dijete isključuju iz nekih aktivnosti bez pravog razloga ili šireći glasine o njemu.

Zlostavljanje se događa na jedan ili na sve od spomenutih načina.

U pravilu počinje tako da dijete koje je sklono zlostavljanju "nacilja" neko drugo dijete koje se ne zna ili ne može obraniti, a nema nikoga tko bi mu pomogao.

Nastavit će se ako djeca koja zlostavljaju imaju vrlo malo suosjećanja ili ga uopće nemaju za dijete koje povređuju (a to nije rijetko) i posebno ako u tome uživaju, a nitko ih ne zaustavi.

**Nije lak zadatak ustanoviti koje dijete zlostavlja.** Zlostavljanje se u pravilu događa bez prisutnosti odraslih, a druga djeca, kao što smo već kazali, oklijevaju reći što se događa.

**Zlostavljanje treba iznijeti na svjetlo dana.** Roditelji trebaju poticati djecu da kažu učiteljici, razrednici (ili nekoj drugoj odrasloj osobi u školi, kojoj vjeruju) što se događa.

Iako je naš program usmjeren na prevenciju zlostavljanja jer ono ima dugoročno loše posljedice za razvoj ličnosti kako onih koji zlostavljaju, tako i onih koji trpe, osmišljen je tako da se reagira na svaku pojavu nasilja, bez obzira na to koje je vrste i zašto se pojavljuje. To je jedini način kako možemo smanjiti zlostavljanje te osigurati sigurno i poticajno okruženje u školama.

**I još jedna važna napomena:** najuspješniji programi u svijetu uspjeli su smanjiti broj djece koja trpe nasilje za oko 50%. Naš program postiže jednake rezultate (broj djece koja trpe smanjuje za 1/2, a broj djece koja su nasilna za 2/3). To znači da će u školi i dalje biti slučajeva nasilja (jer je učenje nenasilnog ponašanja, kontroliranja vlastitih impulsa i odgovornosti za međuljudske odnose proces koji traje, a sva djeca nisu jednako darovita pri usvajanju ovih složenih i zahtjevnih vještina), no sigurno je to da ćemo mi u školi na svaki slučaj nasilja reagirati i posvetiti mu primjerenu pažnju, a to očekujemo i od roditelja.

*Škola reagira na svaku pojavu nasilja, bez obzira na to koje je vrste i zašto se pojavljuje. To je jedini način kako možemo smanjiti zlostavljanje te osigurati sigurno i poticajno okruženje u školama.*

## Djeca koja promatraju zlostavljanje

Zlostavljanje se u pravilu događa u prisutnosti druge djece. Što ti promatrači čine?

- Najčešće samo stoje i gledaju, što može prouzročiti to da dijete koje zlostavlja pomisli kako nitko nema ništa protiv toga što ono radi.
- Nekad ohrabruju dijete ili djecu koja zlostavljaju navijajući, a ponekad i pridružujući se - ismijavajući dijete koje trpi.
- Rijetko se netko oglasi govoreći da to nije fer i da treba prestati.
- Vrlo rijetko netko ode učitelju reći mu što se događa.

**Kada bi se promatrači ponašali tako da obeshrabre nasilje kad se ono događa, mnogo zlostavljanja bi se zaustavilo.** Naravno, u nekim okolnostima može biti rizično intervenirati dok se nasilje događa. Međutim, učitelji i roditelji mogu djecu naučiti kada je i na koje načine sigurno intervenirati.

## Roditelji ohrabruju djecu da pomognu djetetu koje trpi i djetetu koje je nasilno

Na satovima razrednog odjela raspravljamo i poučavamo djecu kako reagirati u slučajevima nasilja i što ćemo mi odrasli tada učiniti, kao i to da dojavljivanje o nasilju nije "tužakanje", nego je važno kako bismo sačuvali vrijednosti i pravila ponašanja o kojima smo se dogovorili u školi. Važno nam je i da roditelji tome daju podršku.

Ponekad može biti opasno priskočiti u pomoć i zadržavati nekoga tko je nasilan prema drugima; međutim, dijete može poduzeti neke druge konstruktivne korake u vezi s nasiljem i njegovim učinkom na djecu, kao što su npr.:

- Izraziti neslaganje - tako da kaže: "Nismo se tako dogovorili i to nije u skladu s našim vrijednostima!" ili da se odbije zabavljati gledanjem nasilja. Čak je i otići s mjesta događaja bolje nego stajati i promatrati ga.
- Obavijestiti odrasle kad se takav slučaj dogodi. To nije tužakanje. Djeca koja su nasilna i koja trpe trebaju pomoć odraslih da to zaustave.
- Pomoći u rješavanju sukoba kada se on pojavi. Sukobi nekad mogu prerasti u zlostavljanje. Neke škole poučavaju djecu nenasilnom rješavanju sukoba. U tom slučaju ohrabrite djecu da primijene ono što su naučili.
- Ponuditi utjehu i podršku djetetu koje je trpjelo zlostavljanje, primjerice tako da mu priđu i kažu da to nije zaslužio i da im je žao, tako da sjednu pored njega ili ga pozovu u igru ili da se zajedno vraćaju kući.
- Mirno razgovarati s djetetom koje je sklono zlostavljanju dan-dva nakon što se situacija smiri i ukazivati na to da takvo postupanje nije u redu, da na taj način možda pridobiva divljenje drugih, ali gubi prisnost i iskrenost, razgovor o tome što ga tjera da bude nasilno - naprosto prijateljski razgovor.

Škola će organizirati cijeli niz aktivnosti u kojima će sva djeca, pa tako i ova pasivna većina, moći jasno izraziti svoje stavove i mišljenja o nasilju te tako postati aktivna većina koja čini nešto u prilog uspostavljanju nenasilja u školi.

*Ponuditi utjehu i podršku djetetu koje je trpjelo zlostavljanje, primjerice tako da mu priđu i kažu da to nije zaslužio i da im je žao.*



## Dijete koje trpi

*Tako, paradoksalno, iako u suštini iz brige i ljubavi te s porukom kako su im djeca važna i vrijedna, poručuju svojoj djeci da se ne oslanjaju na sebe jer nisu sposobna i kompetentna za život u zajednici.*

**Bilo koje dijete** može postati žrtva. Nažalost, ona djeca koja trpe često misle da je to zato što s njima nešto nije u redu ili je neka njihova osobina neprihvatljiva. To nije istina i važno je da svi - i roditelji i druga djeca i učitelji - to jasno kažu djetetu.

Točno je da postoji veća vjerojatnost da će djeca određenih osobina postati mete zlostavljanja. To su samo osobine koje ih čine lakim metama za djecu kojoj treba to da budu nad nekim nadmoćna, a ne osobine koje ih čine neprihvatljivijima ili lošijima od druge djece.

To su najčešće djeca koja su u usporedbi s drugom djecom tiša, opreznija i osjetljivija, lakše postanu tjeskobna, povuku se u sebe i reagiraju plačem, nisu agresivna i tjelesno su slabija (osobito dječaci). Ona nisu spremna i spretna u obrani samih sebe, a često nemaju ni baš dobro razvijene socijalne vještine (vještine druženja s drugima). Zbog svega toga njima je teško obraniti same sebe. Neke od ovih osobina su urođene i same po sebi nisu ni dobre ni loše (npr. osjetljivost, povučенost, tjelesni izgled), a neke su stečene - razvijene u sredini u kojoj su djeca rasla (odsustvo zastupanja sebe, oslanjanje na vlastite snage). To je prostor u kojem možemo djelovati - prvenstveno roditelji, a onda i učitelji i stručni suradnici.

Kako nam to "ispadne" da djeca ne nauče zastupati sebe i oslanjati se na vlastite snage? Roditelji, trudeći se biti jako dobri, brižni i odgovorni, reagiraju kada god je dijete u nevolji i nešto mu treba, često i prije nego što dijete sâm zatraži ili poželi pomoć. Na taj način oni pokazuju i utjelovljuju svoju dobrotu i skrb te time poručuju djeci da su im važna i vrijedna. Međutim, osim ove dobre i poticajne poruke, oni ne htijući šalju još dvije loše. Prvo posredno poručuju djeci da se ona ne znaju brinuti za sebe i da se ne mogu sama nositi sa svijetom koji nije baš neko prijateljsko mjesto (jer ih, eto, oni odrasli moraju svako toliko štititi od svijeta i frustracija koje život donosi). I drugo, ne dopuštaju im priliku naučiti kako to činiti jer uvijek brzo uskoče, čim je dijete nezadovoljno ili frustrirano nečim (tako im još poručuju da nije dobro biti nezadovoljan i frustriran pa će kasnije djeca izbjegavati situacije u kojima se tako osjećaju i povlačiti se iz njih - što će ih u svakom slučaju učiniti još nesigurnijima i osjetljivijima, ali to je već neka druga priča). Tako, paradoksalno, iako u suštini iz brige i ljubavi te s porukom kako su im djeca važna i vrijedna, poručuju svojoj djeci da se ne oslanjaju na sebe jer nisu sposobna i kompetentna za život u zajednici. I tako ta djeca rastu s osjećajem manjeg samopouzdanja, u socijalnim situacijama se

povlače i čekaju da odrasli reagiraju (roditelji, a kasnije i drugi odrasli, odgajatelji, učitelji), ne stječu vještine potrebne za stvaranje prijateljstva pa se rado druže s odraslima, ali ne i s vršnjacima i, nakraju, suočeni s vlastitom bespomoćnom osjetljivošću i nemogućnošću druženja gube samopoštovanje. S ovakvom djecom treba raditi na razvoju vještina druženja, zastupanja samih sebe i na samopouzdanju. To svakako uključuje i to da njihovi roditelji razumiju kako je "ispalo" da su im djeca ovakva te što mogu promijeniti da ih ojačaju pa da ispadne drugačije.

Dakle, prvo je važno zaustaviti zlostavljanje i reći djetetu da nije krivo zato što mu se to događa te da je ono vrijedno i poštovano. Tek nakon toga možemo i trebamo raditi s njime na onome u čemu je slabije od druge djece. Naime, obrana od nasilja jest kratkoročna pomoć u tom trenutku, ali nije dugoročno rješenje. U interesu djece koja trpe nije temeljito rješenje da se drugi, odrasli i vršnjaci, skrbe o njima, da ih štite i zastupaju jer su i postali metama zlostavljanja upravo zato što su to uvijek činili drugi za njih. Između ostaloga, i to je razlog zašto se djeca koja trpe ne žele potužiti jer, čak i kad to pokrene druge, njihova zaštita postaje jednokratna i ne rješava samu bit problema. Njima je lakše jer više nisu sama u svojoj patnji, ali i dalje znaju da se ne mogu sama nositi s drugima. Bilo je slučajeva kada su roditelji preselili dijete u drugu školu zato jer je bilo zlostavljano, ali - nažalost - zlostavljanje se nastavilo i u novoj školi. Jer u svakoj socijalnoj sredini ima ljudi (pa i djece) koja su sklona zlostavljati i traže dobre mete. Stvarno rješenje jest rad s tom djecom na razvoju njihove kompetentnosti, osobito u socijalnim vještinama, te u razvoju samopoštovanja i vjere u sebe. To je dugotrajan proces, ali vrijedan truda jer djeci osigurava mnogo sretniji, opušteniji, uspješniji i zadovoljniji život kada porastu. Ovo posebno napominjemo jer je česta reakcija odraslih i javnosti na situaciju vršnjačkog zlostavljanja da "stanu na

stranu" žrtve te kore i kažnjavaju zlostavljača. To je čest slučaj i s roditeljima, osobito onima jako brižnima i zaštićujućima, koji užasnuti zbog toga što se događa odjure u školu i traže stroge postupke i kazne za počinitelje - i to odmah i bez odlaganja, i sve drugo im se čini kao zaštita počinitelja. A svaki pokušaj da se njihovom djetetu suštinski pomogne pružajući mu podršku da stekne potrebne vještine, dožive kao kaznu i često kažu: "Pa ne treba raditi s mojim djetetom, s njim je sve u redu. Fino je i pristojno. Treba raditi s onom drugom, nasilnom djecom." **Djeci koja trpe nije presudno važna pomoć drugih. Njima je važno reći i poručiti kako je nedopustivo to što se događa, a to ćemo najbolje činiti zaustavljajući zlostavljanje. Ono što njima nakon toga treba jest podrška, kako bi razvili osobine koje nemaju.**

Manji broj djece ima mnoge od nabrojanih osobina, ali i još jednu osobinu - da su nametljivi i da privlače pažnju. Takva djeca, osim što su mete zlostavljanja, često i sama budu nasilna - vraćaju onome tko je grub prema njima ili se pak iskaljuju na drugoj slabijoj djeci. S njima je teže raditi, budući da oni baštine posljedice kako djece koja trpe zlostavljanje, tako i djece koja zlostavljaju te im je posebno teško odrasti u zrele i stabilne ljude.

Ponekad djeca koja trpe pripadaju grupi prema kojoj postoji jaka predrasuda, na primjer druge nacionalnosti ili kraja iz kojeg su podrijetlom. Ponekad su drugačija od druge djece po svojim interesima ili izgledu (ne vole nogomet, barbike, vole učiti i čitati, nose naočale). Međutim, to samo po sebi nije razlog za zlostavljanje, nego samo određena pojedinost zbog koje im se oni koji zlostavljaju započnu rugati. Ono što je razlog zašto je dijete postalo metom jest procjena djeteta koje želi zlostavljati da se dijete meta ne zna obraniti, odnosno zauzeti za sebe, da će ga nasilje povrijediti i poniziti te da nema puno drugih prijatelja i/ili odraslih koji će ga obraniti.

Ako je zlostavljanje ozbiljno i dugotrajno, a dijete meta se ne zna obraniti i ne dobije pomoć, može se dogoditi:

- da izgubi povjerenje u sebe i samopoštovanje
- da izgubi prijatelje i osami se
- da postane ozbiljno potišteno, bolesno i da pokazuje različite tjelesne tegobe
- da odbija ići u školu
- da školski uspjeh oslabi
- da mašta i planira osvetu ne bi li poravnalo odnose (i u ekstremnim slučajevima upotrijebi i oružje)
- da u godinama koje su pred njim izgubi povjerenje u druge i da ima poteškoća sa stvaranjem prijateljstava te mu treba vremena i dobrih iskustava da ponovno uspostavi samopoštovanje.

#### Znakovi koji mogu ukazati na to da je dijete zlostavljano

- razdražljivo je, nemirno ili se povlači iz obiteljskih aktivnosti
- postaje bezvoljno
- izgubi apetit ili teško navečer zaspi i budi se noću
- čeka da dođe kući da bi otišlo na zahod
- dolazi kući s poderanom odjećom i ogrebotinama, ali "petlja" i ne može dati logično objašnjenje kako se to dogodilo
- "nestaju" mu stvari (pernica, pribor, ukras, jakna...) ili su potrgane
- traži dodatan novac za nešto u školi ili dodatni džeparac (a može početi i krasti od roditelja ili drugih članova obitelji)
- gubi interes za školu i školske aktivnosti, a nekad i školski uspjeh oslabi
- bira neki "nelogičan" put do škole i kad se vraća kući
- odbija ići u školu ili ga pred odlazak boli trbuh, glava, povraća
- želi ponijeti u školu nešto čime se može obraniti (nož ili sl.)
- čini se usamljen, ima jako malo prijatelja ili ih uopće nema, ne pozivaju ga na rođendane i druženja. Nekad takva djeca, kada primijetite da su osamljena, govore da su svi "glupi" i da im nije stalo do njih, kako bi se utješili i prikrili odbačenost.

Djeca koja trpe zlostavljanje nerado i nevoljko govore o tome što im se događa, iako u svjetlu mnogih kampanja protiv zlostavljanja i rasprava u javnosti, u zadnjih pet godina uočavamo da se sve više obraćaju odraslima - i roditeljima i učiteljima. Osim što je postotak djece koja govore odraslima porastao u svim razredima, najizrazitije se povećao u 8. razredu. Podaci pokazuju da se manja djeca (iz razredne nastave) i osmaši najviše povjeravaju odraslima.

*Trpljenje zlostavljanja je samo po sebi ponižavajuće i posramljujuće pa im je o nečemu čega se srame teško govoriti.*



Čini se da manja djeca prirodno očekuju od odraslih pomoć i ne misle da bi se sama već trebala znati obraniti - pa im je lakše i prirodnije reći odraslima. No ohrabrujuće je to što djeca kada dođu u pubertet (najviše od sve druge osnovnoškolske djece) govore odraslima što se događa, vjerojatno zato jer se sve više koriste svojim novostečenim socijalnim i komunikacijskim vještinama (i) u zastupanju svojih prava na život bez nasilja, bez osjećaja da je to što su mete nečijeg nasilja njihova pogreška. Ako je to tako, onda je to velik uspjeh u smislu uspostavljanja javnoga vrijednosnog okvira protiv nasilja.

Međutim, još uvijek se 28% djece nikome ne povjerava i ne traži pomoć. To je u pravilu zato što je trpljenje zlostavljanja samo po sebi ponižavajuće i posramljujuće pa im je o nečemu čega se srame teško govoriti. Osim toga, djeca koja trpe zlostavljanje često misle da su to na neki način i zaslužila ili da su kriva i loša jer se ne mogu obraniti, pogotovo ako ih druga djeca isključe, a niti ne vjeruju da ih odrasli mogu zaštititi jer se većina nasilja događa izvan vidokruga odraslih (u školskim prostorima gdje nema odraslih i putem od kuće do škole). Ponekad se i boje da će ih odrasli kудiti i kritizirati zbog toga ili da neće uspjeti zaustaviti nasilje pa će im onda biti još teže, jer će se nasilnici osvećivati zato jer su prijavljeni. Nasilnici u pravilu ionako prijete žrtvama da će im biti još gore ako nekome nešto kažu.

Zbog svega toga, dijete koje trpi zlostavljanje treba pomoć odraslih, i to dvojaku:

- da odrasli nadziru kako do nasilja ne bi došlo, ali i
- da im daju podršku u izgradnji samopoštovanja i usvajanja vještina zastupanja sebe.

Dijete osobito treba podršku roditelja u izgradnji osjećaja da vrijedi, da se može osloniti na sebe i da se zna zastupati i nositi sa svijetom u kojem živi.

*Stvarno rješenje jest rad s tom djecom na razvoju njihove kompetentnosti, osobito u socijalnim vještinama, te u razvoju samopoštovanja i vjere u sebe. To je dugotrajan proces, ali vrijedan truda.*

## Kako roditelji mogu pomoći djetetu koje trpi zlostavljanje

*Bilo koje dijete može postati žrtva. Nažalost, ona djeca koja trpe često misle da je to zato što s njima nešto nije u redu ili je neka njihova osobina neprihvatljiva. To nije istina.*

Roditelji mogu motriti promjene u raspoloženju i ponašanju djeteta u skladu sa znakovima koje smo ranije naveli. Ako primijetite neke od tih znakova, a dijete se izmotava dajući objašnjenja, nemojte odmah "u glavu", nego pitajte kako mu je u školi, gdje i kako provodi vrijeme tijekom odmora, kuda i s kim ide u školu i iz škole (s kime sjedi u školskom autobusu), ima li u školi slučajeva nasilja i zlostavljanja, tko su sudionici, kako reagiraju druga djeca, zna li za to učiteljica/razrednica. Kad pokažete kako vam je pitanje nasilja u školi važna tema i kako o njoj možete mirno i razložno razgovarati, povećavate vjerojatnost da vam dijete bez umanjivanja i uvećavanja ispriča što mu se događa.

Pritom može pomoći jednostavno suosjećajno slušanje. Takva podrška može smanjiti bol i ojađenost. Dajte djetetu dovoljno vremena da vam ispriča sve - njemu to nije lako i ako uskačete s komentarima, ljutnjom i svojim emocijama omest ćete ga u tome.

### Što ne pomaže

- Nikako ne pomaže reći djetetu da je to problem onog djeteta koje zlostavlja, da s njime nešto nije u redu. A ne pomaže niti reći da je svijet takav, da će takvih ljudi uvijek biti i da se mora naučiti nositi s tim (to je točno, ali u ovom trenutku ne pomaže) ili, kako često kažemo, da "ne uzima to k srcu", da "mora očvrnuti". To djeca više čuju kao "šuti i trpi" (i svijet je gadno mjesto), nego kao podršku u pronalaženju načina da se s time nose. Osim toga, ovakav savjet nije učinkovit, posebno kada je riječ o grupi djece koja zlostavljaju.
- Često djeci kažemo neka ne obraćaju pažnju na nasilnika i ne pokažu da su povrijeđena. To je katkada korisno, ali u slučaju zlostavljanja neće pomoći. Osim toga, lako je reći ne obraćaj pažnju, ali teško je to učiniti, pogotovo ako je riječ o tjelesnom nasilju, a djeca zlostavljači su u pravilu jača. Da je dijete moglo ignoriranjem nešto postići, ne bi bilo u nevolji i tražilo pomoć.
- Nije dobro reći niti da vrati "milo za drago" - to ga može dovesti u još veću nevolju, ne samo zato što su djeca koja zlostavljaju jača, nego i zato što time i ono krši vrijednosti i pravila koja smo u školi dogovorili i koja negujemo - pa će i ono snositi predviđene posljedice. Tako ga guramo da i ono postane nasilno, a protiv toga se borimo i zalažemo.
- Također, ne pomaže niti previše zaštitničko postupanje, kao što je na primjer reakcija: "Ne brini, ja ću te čuvati. Ne moraš ići u školu." Ili: "Ja ću otići tamo napraviti reda."

*I ovdje vrijedi princip - bolje je da dijete sâmo nešto učini za sebe i da se okruži djecom nego odraslima - ako je to moguće.*

### Što pomaže u trenutačnoj situaciji

Evo nekih savjeta o tome kako razgovarati s djetetom i kako razumjeti što se događa s djetetove točke gledišta:

- Pitajte i ustanovite što se točno zbiva te kako se dijete nosi i osjeća s time.
- Savjetujte mu što sve može poduzeti u takvoj situaciji. Ponekad jasno i uvjerljivo zastupanje sebe, koje nije pretjerano emotivno, može zaustaviti nasilje. Provjerite osjeća li se dijete spremnim za takvu promjenu u ponašanju i vježbajte s njim ako treba. Uvijek je bolje ako djeca uz podršku mogu učiniti nešto sama za sebe. Međutim, ako se dijete ne osjeća spremno, ovakvu poduku i vježbu treba ostaviti za kasnije, kada se nasilje zaustavi. Ako je riječ o ne prevelikom zlostavljanju, možete ga poučiti da hladno pogleda dijete koje mu se ruga, ponosno okrene glavu i ode. Oni koji zlostavljaju vole vidjeti u očima mete strah i povrijeđenost pa, kad toga nema, možda će odustati. Još je bolje ako mogu uvjerljivo reći: "Makni se!" ili: "Dosadan si!" ili: "Prestani!" i okrenuti se i otići.
- Istražite s djetetom što dovodi do nasilja. Rijetko, ali ipak se događa da djeca mete provociraju druge dosađivanjem ili iritiranjem pa mogu naučiti da to više ne rade.
- Ponekad je mudro raspraviti s djetetom o tome koja mjesta treba izbjegavati i eventualno pored kojih odraslih može biti u kritičnim situacijama i trenucima. Na primjer, savjetujte dijete neka se uvijek drži druge djece ili odraslih. Neka bude u blizini dežurnog učitelja tijekom odmora umjesto da sjedi u učionici. Podržite ga ili, ako treba, vi pripomognite u dogovorima oko toga s kim ide i s kim se vraća iz škole. Razmotrite gdje se može skloniti putem do škole ako bude napadnuto (u neku prodavaonicu, u susjeda i sl.). Djeca koja vole zlostavljati u pravilu traže osamljenu djecu. I ovdje vrijedi princip - bolje je da dijete sâmo nešto učini za sebe i da se okruži djecom nego odraslima - ako je to moguće. Ako ne, onda je važnije da ima podršku odraslih, nego da se nasilje nastavi. U načelu, u takvim situacijama druga djeca mogu biti bolji učitelji i treneri primjerene reakcije, nego odrasli, jer ona znaju način komuniciranja među vršnjacima te su prirodni i manje vidljiva pomoć.
- Ohrabrite ga da dežurnom učitelju i razredniku (ili barem prijateljima) kaže/prijavi što se događa prije nego što postane još teže i ozbiljnije. Objasnite mu razliku između tužakanja i prijavljivanja (cilj je tužakanja dovesti nekoga u nevolju, a prijavljivanja spriječiti nevolju - o toj razlici govorimo i u školi).

- Napravite realističnu procjenu ozbiljnosti zlostavljanja i planirajte sljedeće korake u skladu s time.
- Ukoliko dijete odbija razgovarati s razrednicom, a vi procjenjujete kako je situacija ozbiljna i kako ne daje prostora da dijete vježba zastupati sebe (kad se dijete boji ići u školu, stalno je potišteno, ne može se koncentrirati, ima poteškoća sa spavanjem, žali se da ga nešto boli ili je često bolesno i, naravno, kad vam ispriča o događaju koji je zaista opasan), predložite djetetu da pođete zajedno u školu. Ako i to odbije, dogovorite se za sastanak s razrednicom u školi i obavijestite je o činjenicama koje ste saznali.
- Uvjerite dijete da ćete s razrednicom razgovarati povjerljivo i da ona neće otkriti kako je ono izvor informacija. Ako se dijete jako boji osвете, umanjivat će događaj pa je važno da mu kažete kako je u takvim situacijama intervencija odraslih nužna ne bi li se riješio problem, kako je to previše ozbiljno da se razriješi samo od sebe ili samo uz pomoć druge djece. Kažite mu što točno kanite učiniti, s kime ćete razgovarati i uvažite do razumne mjere njegove primjedbe, brige i ideje. U tom je trenutku jednako važno sačuvati djetetovo povjerenje, kao i zaustaviti nasilje.
- Budite mirni i staloženi dok razgovarate s djetetom, a kada kasnije odete u školu budite također mirni i staloženi, ali i odlučni.  
**Ako dijete vidi da ste se jako uznemirili, "izgubili glavu" i krenuli optuživati sve redom ili ako vidi da ste se jako uplašili i potištili, umanjivat će i skrivati cijelu istinu i osjećat će se još bespomoćnije i krivlje pa mu tako nećete pomoći.**
- **Budite više usmjereni na to da se nasilje zaustavi nego da se počinitelji strogo kazne** (i imajte na umu, kao što će vašem djetetu trebati vremena da nauči zastupati sebe i nositi se u druženju s vršnjacima, tako će i djetetu koje postupa zlostavljački trebati vremena da nauči na prihvatljiviji način zadovoljiti svoju potrebu za vrijednošću i moći).
- U razgovoru s razrednicom (ili nekom drugom stručnom osobom ako razgovor s razrednicom nije pridonio zaustavljanju nasilja) svakako recite jasno činjenice o tome što djetetu čine, čime ga plaše i povrjeđuju, tko to radi, što je dijete (i vi) dosad napravilo u pokušaju da riješi problem i zaustavi nasilje te što vi (i dijete) procjenjujete da bi pomoglo vašem djetetu. Škola možda neće uvažiti sve vaše prijedloge i imat će neke svoje procedure i postupke, ali je važno da im vi kažete svoje viđenje jer time im možete uvelike pomoći da bolje sagledaju što se sve može učiniti.

*Zadaća roditelja  
jest zadovoljavati  
sve dječje potrebe  
(za sigurnošću,  
zaštićenošću,  
pripadanjem, ljubavlju,  
poštovanjem), ali ne i  
želje (za sladoledom,  
lego-kockama,  
računalnim  
igricama i sl.).*

- Ako ovu knjižicu čitaju roditelji čija djeca ne idu u školu koja provodi program **Stop nasilju među djecom**, važno je da odu u školu te zatraže od razrednika i odgovornih da poduzmu korake kako bi se nasilje zaustavilo. Važno je školi dati vremena da nešto napravi i važno je u vlastitoj zabrinutosti i uzrujanosti ne izvrijeđati i optužiti školu, ali i ustrajati na tom zahtjevu (u Zakonu o osnovnoškolskom i srednjoškolskom obrazovanju u čl. 67. piše da je škola dužna sprečavati neprihvatljive oblike ponašanja i brinuti se za sigurnost učenika te pružati savjetodavni rad učenicima).

#### Što pomaže zdravom razvoju samopouzdanja i samopoštovanja

- Pričajte s djetetom o nasilju i zlostavljanju, pomognite mu da razumije problem i njegovu pojavu u društvu te da čin zlostavljanja ne uzme osobno - kao da je ono loše i krivo zbog toga (mnogo filmova, priča i situacija iz života mogu biti povod za to, kao npr. uobičajena priča Pepeljuga za manju djecu ili TV-serija "Zvono kao spas").
- U situacijama u kojima je dijete frustrirano i neuspješno u nečemu što radi, pa mu je teško, podržite ga da izdrži te neugodne osjećaje, da "stisne zube" i ustraje. Recite mu da će mu poslije biti slađe kad uspije i da će biti ponosno na sebe. To također podrazumijeva da se vi suzdržite od toga da ga "spašavate" čim mu je teško. To, za početak, mogu biti sasvim male i obične stvari, kao što su vezivanje vezica na cipelama ili udijevanje konca u iglicu, ili lijepljenje sitnih dijelova aviona, slaganje kompliciranih predložaka od kocaka ili rješavanje nekog zadatka iz matematike. Nakon toga, možete prijeći i na poteškoće u međuljudskim odnosima.
- Nemojte udovoljavati svim djetetovim željama čim se one pojave ili čak samo naslute. Zadaća roditelja jest zadovoljavati sve dječje potrebe (za sigurnošću, zaštićenošću, pripadanjem, ljubavlju, poštovanjem), ali ne i želje (za sladoledom, lego-kockama, računalnim igricama i sl.). Ono što se duže i ustrajnije želi prije nego što se dobije, predstavlja veće veselje i zadovoljstvo. Dok vas budu molili i uvjerali koliko nešto žele, vježbat će zastupati sebe.
- Potičite ih i dopustite im neka rade sami sve što mogu ili što nije opasno. Hrabrite ih ako ne uspiju ili ako pogriješe i recite im kako je normalno to da im je u početku teško i da griješe, ali je to upravo put da se izvješte. Također im dopustite neka zajedno s vama rade nešto što je korisno kućanstvu, obitelji i drugima.

- Ohrabrite dijete da se druži s mirnom i prijateljski nastrojenom djecom u školi. Uključite ga u neke izvanškolske aktivnosti koje ga vesele i u kojima je uspješno. Ponekad je takvu djecu dobro uključiti tamo gdje su djeca vršnjaci ili čak i mlađa, kako bi stekla dobra iskustva u druženju.
- Predložite djetetu bavljenje nekim sportom. Djeca koja mogu postati metama zlostavljanja u pravilu nisu sklona grupnim sportovima gdje se traže grubost i agresivnost. Međutim, ima mnogo individualnih sportova ili pak sportova gdje nema izravnog tjelesnoga kontakta, na koje će lakše pristati. Ako se ne žele uključiti u kakav tečaj ili klub, razmotrite mogućnost da zajedno idete trčati ili se baviti nekim sportom. Ovo je posebno važno za dječake jer su oni, u pravilu, tjelesno slabija ili sitnija djeca od prosjeka svojih vršnjaka. Osjećaj tjelesne snage može bitno podići samopouzdanje i pomoći u nošenju s vršnjačkim nasiljem.

Za sve akcije koje poduzimate pitajte svoje dijete i dogovorite se s njim. Ako to ne učinite, riskirate pokvariti odnos povjerenja sa svojim djetetom i ono će vam prestati govoriti što se događa - pa će biti u još većoj nevolji i još više sâmo.

Mudro je odoljeti porivu da "sredite račune" izravno s djetetom koje zlostavlja ili s njegovim roditeljima. To u pravilu učini stvari još težima i ozbiljnijima za vaše dijete i školi oteža odgojni rad. Ako već škola nije reagirala i počela poduzimati korake za sprječavanje nasilja ili oni nisu učinkoviti, radije obavijestite policiju nego da uzmete "stvar u svoje ruke". Ne želimo vas plašiti, ali pamtimo mnogo nemilih događaja u kojima je na kraju opet intervenirala policija, a pamtimo i neke fatalne ishode.

*Ne pomaže niti previše zaštitničko postupanje, kao što je na primjer reakcija:  
"Ja ću otići tamo napraviti reda."*

## Dijete koje zlostavlja drugu djecu

Pisali smo o tome da postoje različiti razlozi koji utječu na to da se djeca nasilno ponašaju. Razmatramo li razloge zbog kojih djeca zlostavljaju drugu djecu u užem smislu te riječi, razlozi nisu baš jednostruki i jednaki. Zajedničko je svim oblicima zlostavljačkog postupanja to da se ta djeca u pravilu ne brinu o onima koje povređuju, ne pitaju se previše kako im je i ne suosjećaju s njima. To su i inače djeca koja nemaju dobro razvijenu sposobnost suosjećanja s drugima (što je jedan od četiriju elemenata emotivne inteligencije). U suštini ona uživaju u tome što rade i zadovoljna su i vesele se kada vide strah i poniženost u očima djeteta koje zlostavljaju i kad tako uspostave osjećaj nadmoći i kontrole nad njim. Ponekad će, opravdavajući se pred sobom i drugima, reći da su ta djeca to i zaslužila.

Kada djeca zlostavljaju, u pravilu misle da se **dobro zabavljaju, posebno ako se udruže s drugima** u grupu. Čini se da nisu u potpunosti svjesna povrede koju izazivaju i osobne odgovornosti za to jer se povode za grupom ili za odobravanjem drugih. Neka djeca koja zlostavljaju drugu djecu i **sama su povrijeđena** (nekad zbog lošeg odnosa s drugima, u pravilu odraslima, u sportskom klubu, kod kuće ili drugdje) pa svoju muku pokušavaju utješiti bivajući isti takvi prema drugima. Nekad se toj djeci neko takvo iskustvo poniženja i ugroženosti koje im se dogodilo u djetinjstvu ureže u sjećanje i čim narastu toliko da mogu prema drugima biti nasilni i uspostaviti kontrolu, to i čine. U ovu skupinu razloga spada i doživljena trauma ili više njih. Neka djeca zlostavljaju jer zadobiju **divljenje** drugih zato jer "šefuju", a pritom se osjećaju dobro i sigurni su da njih nitko neće zlostavljati.

Ponekad su (ali ne uvijek) takva djeca **impulzivna** te ne mogu dobro kontrolirati svoju ljutnju. I njima nedostaju socijalne vještine za dobre međuljudske odnose, iako su pametna i manipulativna. U pravilu su socijalno vještija od svojih vršnjaka, ali im nedostaje vještina stvaranja bliskosti i povjerenja u druge.

Katkada djeca zlostavljaju jer žele **"poravnati odnose"** s nekim. To može biti dijete s kojim su bili prijatelj pa su se posvađali ili povrijedili jedno drugo, ili mu nešto zamjeraju pa se tako iskaljuju.



I na kraju treba reći da u našoj kulturi još uvijek nailazimo i na one roditelje koji **potiču ovakvo ponašanje** u svoje djece jer vjeruju da će tako bolje proći u životu. Neće puno pomoći kažemo li roditeljima takvog uvjerenja kako to baš i nije istina, odnosno kako uspostavljanje takve nadmoći skupo košta na drugim područjima života, a i rizično je jer u takvoj igri na kraju samo najjači imaju kontrolu, a svi ostali stradavaju putem. Možda je bolje samo "hladne glave" iznijeti podatke svjetskih istraživanja u kojima je praćen daljnji razvoj djece koja su zlostavljala u djetinjstvu.

#### Što djetetu koje zlostavlja čini takvo ponašanje - kratkoročno

Iako su djeca koja zlostavljaju prosječno ili malo ispodprosječno omiljena među vršnjacima (jer ih se vršnjaci boje i radije su u dobrim odnosima s njima, a donekle im se i dive radi neustrašivosti), ona ipak rijetko uspijevaju održati duža, iskrena, lojalna i prisna prijateljstva. U pravilu nisu dobri učenici i učitelji ih baš ne vole jer su najčešće i prema njima neugodni i provociraju ih.

#### Što djetetu koje zlostavlja čini takvo ponašanje - dugoročno

Zlostavljачka ponašanja vode ozbiljnijim prekršajima i kriminalnim aktivnostima u mladosti. Do 27. godine života 60% ove djece osuđeno je zbog nekog prekršajnog ili krivičnog djela, a 40% i više nego jednom. Takva su djeca također sklonija uzimanju droga i alkohola u odnosu na prosjek svoje generacije.

Djeca koja zlostavljaju nisu naučila suosjećati s drugima, biti kooperativna ni odgovorna kao pojedinci. Među njima ima vrlo nesretne djece, stoga je važno naučiti ih i podržati da razviju one osobine i vještine koje im nedostaju. Svaki pomak u tom smjeru smanjuje kriminalitet u budućnosti pa tako ne pomaže samo djeci koja zlostavljaju, nego cjelokupnoj zajednici.

Naravno, za svako je dijete važno dokučiti zbog čega točno zlostavlja, jer to omogućuje i roditeljima i učiteljima da ga lakše i preciznije podrže u razvoju onih sposobnosti i vještina koje mu nedostaju.

*Međutim, razlozi zbog kojih je dijete nasilno nikad ne opravdavaju samo postupanje.*

Djeca koja su nasilna najčešće imaju neke ili sve od ovih osobina: impulzivna su, nagla, ne nose se dobro s frustracijama i odgađanjem svojih zahtjeva, agresivna su (često i prema nastavnicima i roditeljima); već smo rekli da nemaju dobro razvijenu sposobnost suosjećanja, imaju osjećaj da svijet oko njih nije spokojno i sigurno mjesto, zato imaju želju za vladanjem i moći, često i naglašenu potrebu za nekom vrstom koristi (kao dokaz da su moćni i uvaženi). U pravilu imaju pozitivno mišljenje o sebi, a dječaci su tjelesno nešto jači od prosjeka. Dakle, i ovdje imamo kombinaciju određenih urođenih osobina i životnih okolnosti.

Neka od ove djece rasla su u teškim i traumatizirajućim okolnostima. Međutim, u ovoj se skupini nalaze i djeca čiji su se roditelji vrlo dobro skrbili o njima u pogledu hranjenja, zdravlja, materijalnih dobara i različitih slobodnih aktivnosti, međutim oni su više bili usmjereni na to da sve bude dobro i "kako treba", a manje na to da kako je djetetu, kako se osjeća i što su njegove unutarne potrebe, dakle manje su suosjećali sa svojom djecom. I ovi roditelji su se nadali da će takvom brigom i skrbi njihovo dijete "ispasti" sretno i zadovoljno pa je "ispalo" drugačije. Kada kažemo da roditelji nisu pokazivali dovoljno suosjećanja, važno nam je naglasiti da to nipošto ne znači nedostatak ljubavi. Cijela naša kultura nije baš jako naklonjena osjećajima, a pogotovo onim neugodnim.

U pravilu djeci govorimo: "Ajde, nećeš sad valjda plakati, nisi beba" ili: "Nemaš se čega bojati" ili: "Prestani se već jednom duriti" Čak ni ugodni osjećaji nisu pretjerano dobrodošli, pa kad se netko jako veseli i skače od zadovoljstva često kažemo: "Ajde dobro, što si se sad toliko raspametila!?" S ljutnjom i prigovaranjem nekako, nažalost, najbolje stojimo. I zato često i strah i tugu i brigu upakiramo u ljutnju te ih tako iskažemo drugima.

Po iskazima roditelja djece koja zlostavljaju znamo da oni u obitelji ne njeguju tople odnose i da teško međusobno dijele osjećaje, osobito tople i meke, te da ne njeguju prisnost.

Što se pak postupaka prema djeci tiče, nalazimo dva obrasca: jedni su roditelji prilično popustljivi i nedosljedni u discipliniranju i nadgledanju svoje djece pa kad im djeca "prevrše mjeru" jer ne znaju jasno gdje su granice, reagiraju impulzivno, nekad i agresivno/nasilno, a drugi su vrlo strogi i principijelni u discipliniranju, skloni kažnjavanju djece, često i tjelesno.

### Znakovi koji mogu ukazati na to da je dijete sklono nasilnom ponašanju

- dijete ima jaku potrebu dominiranja i podčinjavanja drugih (prijatelja, braće i sestara u igri), često je uporno i prijeti dok ne "istjera stvari po svome"
- uznemirava braću i sestre ili djecu iz susjedstva
- hvali se i priča o svojoj stvarnoj ili zamišljenoj nadmoći nad drugom djecom
- temperamentno je, impulzivno i lako se razljuti; teško se nosi s frustracijama, teško mu je poštivati pravila, ne podnosi nepredviđene situacije i kažnjenja
- vara, ne govori uvijek istinu, dovija se i manipulira
- u odnosu s odraslima (roditeljima i učiteljima, sportskim trenerima i sl.) sklono je neslaganju, prosvjedovanju, bunjenju (uvijek ima nešto dodati, osporiti, dokazivati), ponaša se obranaški i ponekad agresivno.

*Ako djeca prekrše granice (što naravno čine jer su djeca i tek uče), onda im dajemo mogućnost da nekom svojom aktivnošću obnove te narušene vrijednosti, čime naglašavamo njihovu odgovornost za vlastito ponašanje i nudimo im priliku da sebi i drugima pokažu kako mogu bolje.*

### Kako roditelji mogu pomoći djetetu koje zlostavlja

Iako je većina djece koja zlostavljaju impulzivna, svadljiva, nagla i sklona nadmetanju kod kuće, u školi i drugdje, postoji manji broj djece koja su kod kuće mirna i zatvorena, ali su u školi nasilna i obratno (u školi su mirna i zatvorena, a kod kuće su nasilna i agresivna). Zato vijest da dijete zlostavlja u školi može iznenaditi roditelje.

Roditelji djece koja su nasilna trebaju pažljivo razmotriti zašto se dijete tako ponaša. Mogući razlozi opisani na prethodnoj stranici mogu pomoći u uvidima.

Važno je da roditelji **ne zaključe kako njih treba optužiti, jer su krivi/odgovorni za postupanje svoje djece**, osobito one malo starije, te kako se oni trebaju iskupljivati i ispričavati zbog djetetova ponašanja. No, u isti mah, vrijedno je da se sami upitaju jesu li se ikad oni prema nekome ponašali nasilno i oponaša li dijete elemente njihova ponašanja ili ponašanja nekoga drugog odrasloga koji im je uzor. Razmotrite osjeća li se dijete poniženo i obespravljeno od nekoga kod kuće, u sportskom klubu ili drugdje, pa zbog toga želi povrijediti druge.

**Bez obzira na razlog i povod, čak i ako djeca misle kako je to samo dobra zabava, roditelji moraju jasno izraziti svoje neodobranje i zahtijevati da se prestanu tako ponašati.**

Učitelji često pozivaju roditelje ove djece da pomognu poboljšati situaciju. Veliko je iskušenje ne pasti u negiranje, obranu i opravdavanje djeteta. Mnogo je bolje **usredotočiti se na ponašanje koje treba promijeniti** prvenstveno poradi dobrobiti vlastitog djeteta, ali i sve druge djece u školi.

Umjesto kuđenja, vikanja i kritiziranja djeteta zbog takvog ponašanja, mnogo je bolje mirno i toplo izraziti brigu za ono dijete koje je trpjelo njegovo ili njezino nasilje i čvrsto i dosljedno tražiti od vlastitog djeteta da takvo postupanje ne ponovi.

*Pažite da posljedice ne budu ponižavajuće.*





### Što pomaže u trenutačnoj situaciji

- Shvatite problem ozbiljno. Ne dopustite sebi da padnete u negiranje problema ili umanjivanje ozbiljnosti situacije tako što ćete se tješiti riječima da će “dečki uvijek biti dečki” (ili muškići), da su rujanje, tuča i takva tvrda vrsta ophođenja samo neslana šala ili prirodni dio odrastanja.
- Saslušajte pažljivo dijete i usredotočite se na to da saznate činjenice, a ne njegove interpretacije. Ako kaže: “Ma samo sam ga malo htio prestrašiti i to je sve”, pitajte što je točno rekao i učinio drugom djetetu, gdje, koliko puta, koliko to dugo traje itd. Djeca sklona zlostavljanju dobra su u manipuliranju odraslima i mogu vrlo vješto uobličiti priču tako da ispadnu nevinu svaljujući krivicu na nekoga drugog ili prikrivajući da su to radila namjerno, prikazujući situaciju kao stjecaj slučajnih okolnosti.
- Ova djeca u pravilu negiraju da se išta dogodilo, sve dok to mogu. Međutim, u školi su pojačana dežurstva i nadgledanja učitelja, ali i drugi učenici su potaknuti da govore o slučajevima nasilja, tako da su vjerojatno mnoga nasilnička ponašanja djeteta evidentirana u školi. Recite djetetu da mu ne čini dobro to što prikriva i negira svoje ponašanje, nego ga to stavlja u još težu poziciju.
- Detaljno razmotrite bilješke koje postoje u školi jer vam to može pomoći ustanoviti postoji li neko pravilo u nasilničkom ponašanju djeteta, što vam pak može pomoći i da lakše spriječite ponavljanje takvih postupaka, kao i da bolje razumijete zbog čega se to događa.
- Ukoliko niste sigurni kako se u ovoj situaciji ponašati, potražite stručni savjet u školi ili u nekoj drugoj stručnoj službi ili ustanovi.
- Izuzetno je važno da u svim razgovorima s djetetom (i drugima) držite dijete odgovornim za vlastito ponašanje. Nemojte na sebe preuzimati njegovu krivicu i odgovornost te nemojte pred djetetom tražiti izlike i isprike za takvo postupanje.
- Jasno dajte do znanja djetetu da nasilno ponašanje smatrate vrlo ozbiljnim problemom i da ga ubuduće nećete tolerirati. Jasno zatražite neka odmah prestane sa svim nasilnim aktivnostima.
- Recite mu da ćete pomno motriti njegovo ponašanje i često biti u kontaktu s učiteljicom/razrednicom, a onda to i činite.

*Pritom nemojte prijetiti i nemojte kažnjavati u afektu, jer to samo učvršćuje dijete u uvjerenju da se snagom i nadmoći može kontrolirati druge.*

### Što pomaže u razvoju nenasilnog ponašanja

Mnoga djeca neće uspjeti odmah i u potpunosti promijeniti svoje ponašanje. Za razvoj boljih i konstruktivnijih načina da se dijete osjeća jako i moćno treba nešto vremena, a za razvoj vrijednosti uvažavanja i poštovanja drugih, osobito za razvoj suosjećanja, osjećaja da je svijet mirno i spokojno mjesto, treba još više vremena i dobrih iskustava u međuljudskim odnosima.

Naime, nevolja u podršci djeci koja zlostavljaju jest u tome da njihovo nasilno ponašanje, osim osjećaja zabrinutosti, u drugima - pa i u roditeljima - izaziva ljutnju. U drugima koji mu nisu roditelji izaziva i potrebu da se brane od takvog ponašanja, i to tako da im pokažu da nisu toliko moćni i jaki, a to onda u pravilu budu ponižavajuće prodičke i kazne. Tako djetetovo nasilje zapravo izazove nasilje drugih. Često smo svjedocima povika da nasilnike treba strože kazniti. To je takozvani začarani krug agresije. Nažalost, to nije uspješna metoda, osobito s ovom djecom. Iskazivanjem nadmoći odraslih i kažnjavanjem, samo još više produbljujemo uvjerenje te djece da je nadmoć bitna i da se njome mogu kontrolirati drugi. Ova su djeca, dugoročno gledano, zapravo u većoj nevolji od one koja trpe - pa im treba pomoć i podrška za drugačiji smjer razvoja (ovime nikako NE umanjujemo patnju zlostavljane djece, nego želimo upozoriti na velike dugoročne negativne posljedice ne pružanja podrške djeci koja zlostavljaju - posljedice za njih same, za njihove bližnje i društvo.) S njima treba raditi na kontroli vlastite impulzivnosti, razvoju suosjećanja, a to se ne može bez suosjećanja s njima; treba im postaviti jasne i pravedne granice te ih učiti da je svijet, ako poštujemo te granice, sigurno i prijateljsko mjesto. Kako će povjerovati da je svijet takvo mjesto ako im ne omogućimo takvo iskustvo? Naravno, za ovako dalekosežne promjene u djetetu potrebno je potražiti pomoć stručnjaka, kako za djecu tako i za njihove roditelje.

Upravo zato školski program [Stop nasilju među djecom](#) kreće od uspostave razrednih i školskih vrijednosti, pravila i posljedica, kako djeca koja zlostavljaju ne bi imala osjećaj da su kažnjena, nego da (kao sva druga djeca) snose posljedice koje su unaprijed dogovorene (kao pravila igre) - čime im omogućujemo iskustvo da svijet koji ih okružuje poštuje uspostavljene i pravedne granice. Ako djeca prekrše granice (što naravno čine jer su djeca i tek uče), onda im dajemo mogućnost da nekom svojom aktivnošću obnove te narušene vrijednosti, čime naglašavamo njihovu odgovornost za vlastito ponašanje i nudimo im priliku da sebi i drugima pokažu kako mogu bolje. Zato:

- Uspostavite vrijednosti, pravila i posljedice za njihovo kršenje i kod kuće te ih se svi pridržavajte. Pazite da posljedice ne budu ponižavajuće. Mogu uključivati, npr. oduzimanje nekih pogodnosti (gledanja televizije, igranja računalnih igrica, smanjivanje džeparca i sl.) ili izvršavanje nekih zaduženja korisnih za sve ukućane (takvih poslova kod kuće uvijek ima napretek).
- Ako i vi i škola ustrajete u primjeni posljedica za kršenje pravila i mogućnosti obnove prekršenih vrijednosti, vjerojatnost da će dijete uspjeti promijeniti svoje ponašanje uvelike će se povećati. Važno je da u tome budete dosljedni i da ustrajete.
- Razgovarajte više sa svojim djetetom o tome gdje, s kim i kako provodi svoje slobodno vrijeme. Upoznajte se s onima s kojima se druži i ako vam se čini da je zapao u “loše društvo” ograničite mu vrijeme koje provodi s njima.
- Provodite više vremena s djetetom radeći ono što i vas i dijete veseli ili što je korisno za obitelj i to tako da ga dozovete u pomoć (a ne po kazni).
- Pohvalite dijete kada se ponaša u skladu s pravilima, kad je miroljubivo i brižno prema drugima.
- Učite ga pregovarati o vlastitim potrebama i željama na pošten način, nemojte pristati na pritiske i ucjene, ali se i vi suzdržite od njih. Pregovarajte tako da dijete može sâm odlučiti što hoće i što može dati ili učiniti kako bi dobilo nešto što želi.



## Roditelji djeluju zajedno s učiteljima

Važno je da roditelji i učitelji rade zajednički na smanjenju nasilja u školi, svatko iz svojeg ugla i svoje uloge. I to svi roditelji, a ne samo oni čija djeca zlostavljaju i trpe nasilje. Kada svi postanemo osjetljivi na ovaj problem i odlučno reagiramo s ciljem da poučimo i odgojimo djecu da bolje poštuju i uvažavaju jedni druge i da se svi osjećaju vrijednima, važnima i moćnima, onda je cilj mnogo lakše dosegnuti.

Često se govori, a i istraživanja su pokazala kako i mediji donekle utječu na pojavu zlostavljanja time što nasilje prikazano i opisano u medijima (i ne samo u filmovima) potiče i modelira agresivno ponašanje te, što je još važnije, smanjuje suosjećajnost i osjetljivost na tu pojavu. Međutim, istraživanja su također pokazala kako, ukoliko su roditelji i škola jasni u svojim stavovima i vrijednostima u odnosu na nasilje, mediji imaju vrlo mali utjecaj. Stoga je važno da svi, zajedno s lokalnom zajednicom, uspostavljamo jasne društvene vrijednosti u odnosu na nasilje. Dvjesto javnim kampanjama UNICEF je djelovao na javnost tako što je jasno imenovao što je sve nasilje i zlostavljanje ("Gruba riječ boli više od šamara", "Ožiljci od ogovaranja sporo zarastaju", "Zadnji u vrsti, prvi u modricama") te je pozvao javnost i škole na akciju. Školama i roditeljima ostaje dalje aktivirati sve izvore i mogućnosti u svojoj lokalnoj zajednici, za očuvanje vrijednosti nenasilja i podršku onoj djeci i roditeljima kojima je to potrebno.

*Program nije bio obavezan nikome - ni školama, ni stručnjacima, ni građanima. On je čin dobre volje. Ovakav je uspjeh, smatramo, posljedica činjenice da nam je svima bilo stalo da smanjimo nasilje te da odgajamo djecu u ozračju međusobnog uvažavanja, poštovanja i ravnopravnosti.*

*Važno je da roditelji i učitelji rade zajednički na smanjenju nasilja u školi, svatko iz svojeg ugla i svoje uloge. I to svi roditelji, a ne samo oni čija djeca zlostavljaju i trpe nasilje.*

Mogućnosti su brojne. Evo nekih od njih:

1. Ima roditelja koji mogu pridonijeti svojom strukom (psiholozi, pedagozi, liječnici - u radu s djecom i osobljem škole, električari u osvjetljavanju mračnih zakutaka školskog dvorišta i okruženja, likovnjaci, grafičari, tiskari u izradi školskih plakata i drugog materijala, dramski pedagozi u stvaranju predstave na temu zlostavljanja i sl. - ovisno o specifičnim uvjetima u kojima škola djeluje).
2. Roditelji mogu zahvaljujući svojim ulogama u lokalnoj zajednici povezati školu s lokalnom zajednicom, npr. sa župnikom i aktivnostima u crkvi, mjesnim sportskim klubovima i drugim organizacijama koje okupljaju djecu i mlade, s mjesnom radijskom postajom, TV-mrežom, novinama, centrom za socijalnu skrb, centrom za mentalno zdravlje, obiteljskim centrom itd. i u tim ustanovama podržati ili/i izvoditi aktivnosti na sprečavanju nasilja.
3. Ima roditelja koji se žele uključiti u timove za nadgledanje, zaštitu i praćenje djece na putu od kuće do škole te biti zaštitnici prijatelji s djecom koja zlostavljaju i djecom koju zlostavljaju.
4. Ima roditelja koji mogu biti most između škole i roditelja čija djeca zlostavljaju ili su zlostavljana, a slabije surađuju sa školom.
5. Neki roditelji mogu prikupiti ili osigurati sredstva u naturi, uslugama ili novcu, kojim će se podržati izvođenje različitih aktivnosti u prevenciji zlostavljanja u školi.

Važno je naglasiti da će ti roditelji biti dio roditeljskih aktivističkih grupa koje će djelovati u suradnji s vijećem roditelja i koordinacijskim odborom ovog programa u školi, dakle neće biti ostavljeni da se sami nose s pojedinom dionicom za koju volontiraju.

## Za one koji žele znati više

### Za roditelje

1. Juul, J. (2006). *Vaše kompetentno dijete*. Pelago, Zagreb.
2. Juul, J. (2006). *To sam ja. Tko si ti?* Pelago, Zagreb.
3. Juul, J. (1995). *Razgovori s obiteljima*. Alinea, Zagreb.
4. Juul, J. (2007). *Znati reći NE mirne savjesti*. Pelago, Zagreb.

Serijski knjiga za roditelje koju je napisao jedan od najpoznatijih suvremenih obiteljskih psihologa i terapeuta. Posebno je značajno to što ove knjige nisu tipične knjige samopomoći, nego knjige koje roditeljima omogućuju da razumiju dinamiku odnosa između djece i roditelja, pa tako i zašto nešto što učinimo i kažemo ima ovakav ili onakav utjecaj na dijete. Autor nam otkriva te "zakulisne" dijelove odnosa zbog kojih se dogodi da nam "ispadne" onako kako nismo htjeli. Prva knjiga je vrlo temeljita i detaljna, a ostale tri su razrada bitnih dijelova prve knjige. Preporučujemo ih svima koji žele razumjeti suvremeno roditeljstvo i nov način odgoja odnosom, a ne autoritetom.

5. Seligman, M. (2005). *Optimistično dijete*. IEP, Zagreb.

Jedna od ključnih knjiga za razumijevanje izgradnje zdravoga i na iskustvu utemeljenog samopouzdanja i samopoštovanja djece. Knjiga je namijenjena roditeljima i drugim stručnjacima koji rade s djecom, a u drugom dijelu ima i konkretne vježbe i aktivnosti za rad s djecom. Napisao ju je psiholog koji se četrdesetak godina bavio znanstvenim istraživanjima o razvoju tzv. naučene bespomoćnosti, malodušnosti i depresije i koji je ta čvrsto provjerena saznanja uz pomoć odgajatelja uobličio u principe po kojima možemo izbjeći razvoj malodušnosti (koji je sve više prisutan u djece) te podići optimistično i samopouzdanje djeteta.

6. Field, E. M. (2004). *Živjeti bez nasilja*, Naklada Kosinj, Zagreb. Priručnik kojemu je cilj pomoći djeci da prevladaju štetne posljedice zadirivanja i nasilnog ponašanja te da steknu znanja i vještine za cijeli život; teme obuhvaćene u knjizi jesu: kako se suočiti sa svojim osjećajima, kako shvatiti zašto nas zadirkuju i zlostavljaju, kako izgraditi samopoštovanje i postati samopouzdan komunikator, kako pripremiti paket mjera protiv nasilja i razviti mrežu podrške.

7. Middelton Moz, J., Zawadski, M. L. (2003). *Nasilnici*. Timea, Zagreb.

Priručnik za prepoznavanje i razumijevanje nasilništva na radnom mjestu, u školi, na igralištu, u vezama i na cesti te za snalaženje pri suprotstavljanju nasilnicima i zaustavljanju nasilja.

### Za škole i roditelje

8. Olweus, D. (1998). *Nasilje među djecom u školi*. Školska knjiga, Zagreb.

Opis prvog i najpoznatijeg programa prevencije vršnjačkog nasilja te rezultata istraživanja ove pojave i učinaka programa u Norveškoj.

9. Rigby, K. (2006.). *Zlostavljanje u školama i što možemo učiniti?* Mosta, Zagreb.

Sveobuhvatan prikaz pristupa koji se primjenjuje u Australiji, jednog od najcjeljenijih stručnjaka na ovom području. Prvenstveno namijenjen školama, ali koristan i za razumijevanje nastanka nasilja i zlostavljanja te postupaka za njegovo suzbijanje.

10. Vijeće Europe (2004). *Nasilje u školama - izazov lokalnoj zajednici*. Ibis, Zagreb.

Prikaz konferencije Vijeća Europe "Lokalno partnerstvo za prevenciju i borbu protiv nasilja u školama", koja je odbacila represivne metode, a promiče prevenciju, medijaciju i međukulturalni dijalog, poštivanje ljudskih prava, inicijativu škola za aktivnosti koje nisu njihova glavna aktivnost te povezivanje škola s lokalnim zajednicama.

11. Buljan Flander, G., Kocijan Hercigonja, D. (2003). *Zlostavljanje i zanemarivanje djece*. Marko M Usluge, Zagreb.

Priručnik o prepoznavanju i postupanju kod emocionalnog, tjelesnog i spolnog zlostavljanja, zanemarivanja djece i izloženosti zlostavljanju putem interneta.

12. Bilić, V., Zloković, J. (2004). *Fenomen maltretiranja djece*. Naklada Ljevak, Zagreb.

Priručnik za prepoznavanje i pomoć djeci, obitelji i školi; sadrži poglavlja o različitim tipovima maltretiranja djece od strane odraslih, maltretiranja među djecom, podizanju razine brige o djeci i mladima, pružanju pomoći djeci u obitelji i školi, prevenciji nasilja u odnosima između nastavnika i učenika, sigurnosti obitelji i škole te o činjenicama i zabludama o nasilju u obitelji i nasilju nad djecom.

### Za podršku djeci

1. Slavens, E. (2006). Nasilništvo - učini nešto prije nego zagusti. Mosta, Zagreb.
2. Slavens, E. (2006). Neotesanost - učini nešto molim lijepo. Mosta, Zagreb.
3. Slavens, E. (2006). Ogovaranje - učini nešto prije nego glasina krene. Mosta, Zagreb.
4. Slavens, E. (2006). Pritisak vršnjaka - učini nešto da ostaneš svoj. Mosta, Zagreb.
5. Slavens, E. (2006). Svađanje - učini nešto riječ po riječ. Mosta, Zagreb.
6. Slavens, E. (2006). Tučnjava - učini nešto prije prvog udarca. Mosta, Zagreb.  
Serija knjižica - priča, koje na djeci prikladan način opisuju različite vrste zlostavljanja i upućuju djecu na to što mogu učiniti i kako se nositi s takvim situacijama.
7. Rundek, M (2005.). Mirko i sedam prigovora; knjiga zagonetka s ljekovitim biljem. Golden marketing, Zagreb.  
Knjiga za djecu osnovnoškolskog uzrasta o Mirku kojem su prigovarali i zlostavljali ga te o koracima koji su mu pomogli da se oporavi. Dijelovima ove knjige koristimo se i u školskim radionicama.

*Zlostavljanje treba iznijeti na svjetlo dana. Roditelji trebaju poticati djecu da kažu učiteljici, razrednici (ili nekoj drugoj odrasloj osobi u školi, kojoj vjeruju) što se događa.*

---

Fond Ujedinjenih naroda za djecu  
Ured za Hrvatsku  
Radnička cesta 41/7  
10000 Zagreb, Croatia

Telefon 385 1 2442 660  
Fax 385 1 2442 662  
[www.unicef.hr](http://www.unicef.hr)  
<http://skolebeznasilja.unicef.hr>