



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Konspekt warsztatów dla nauczycieli

Projekt Erasmus+ „I am OK, you are OK”

Cel projektu: podnoszenie świadomości procesów prewencji zjawiska bullyingu i cyberbullyingu wśród pracowników szkół podstawowych i edukatorów poza szkołą

Strona projektu: <https://weareok.pl/>

Materiały zostały wypracowane przez:

Fundacja Edumocni, Polska <https://edumocni.pl/>

Justyna Kołodziej – Kozub

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100059272547940>

Bluebook srl, Włochy <https://www.bluebook.it/>

Monica Pomerio, Letizia Zucchelli

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowa Licencja Publiczna



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Spis treści

Konspekt warsztatów dla nauczycieli Informacje ogólne.....	4
Przebieg warsztatów	7
Kim jest NAUCZYCIEL?	8
Wprowadzenie do metody Pozytywnej Dyscypliny	8
Pozytywna Dyscyplina - mini wykład	8
Pozytywna Dyscyplina - burza mózgów.....	10
Pozytywna Dyscyplina - ćwiczenie.....	10
Pozytywna Dyscyplina - burza mózgów.....	11
Pozytywna Dyscyplina - ćwiczenie w mini grupach.....	11
Pozytywna Dyscyplina - odgrywanie scenek	11
Pozytywna Dyscyplina – mini wykład	12
Dlaczego dzieci zachowują się w sposób niepożądany przez dorosłych?	12
Niepożądane zachowania dzieci - burza mózgów	13
Konsekwencje logiczne i naturalne - dyskusja moderowana	14
Konsekwencje logiczne.....	14
Konsekwencje logiczne i naturalne - mini wykład.....	14
Konsekwencje logiczne i naturalne - ćwiczenie.....	16
Zachęta zamiast pochwały.....	17
Zachęta – mini wykład.....	17
Czym jest temperament i za co odpowiada?	18
Temperament - mini wykład.....	19
Umiejętności miękkie, które minimalizują zachowania przemocowe (w tym BULLYING) u dzieci	20
Umiejętności miękkie - mini-wykład	20
Komunikacja bez przemocy (NVC).....	20
NVC – mini wykład.....	20
NVC - ćwiczenie grupowe	22
Model 4 kroków NVC:.....	22
NVC - ćwiczenia w parach.....	23
Empatia.....	23
Empatia - Mini wykład.....	23
Empatia - dyskusja moderowana	24
Asertywność	24



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Asertywność - burza mózgów.....	24
Asertywność - dyskusja moderowana	25
Asertywność - analiza przypadku (praca w grupie)	25
BULLYING – przemoc rówieśnicza	28
Bullying - mini wykład.....	28
Bullying – burza mózgów.....	30
Skutki bullyingu (krótko i długofalowe).....	32
Skutki bullyingu - praca w grupach.....	32
Skutki bullyingu - mini wykład	32
Skutki bullyingu - praca w 2 grupach.....	33
Świadkowie bullyingu - mini wykład.....	34
Interwencja.....	35
Interwencja - burza mózgów	35
Schemat postępowania w interwencji	37
Metoda wspólnej sprawy	37
Metoda wspólnej sprawy – mini wykład	37
Schemat rozmowy ze sprawcą bullyingu w metodzie.....	39
Schemat rozmowy z ofiarą bullyingu, która jest pasywna	40
Interwencja - ćwiczenie w mini grupach	42

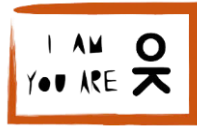


Konspekt warsztatów dla nauczycieli

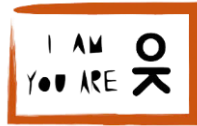
Informacje ogólne

czas trwania: 10 godzin

Główny CEL warsztatu	<ul style="list-style-type: none">• Podniesienie świadomości nauczycieli o symptomach, krótko i długofalowych konsekwencjach bullyingu wśród uczniów, sposobach prewencji i interwencji zjawiska.• Wyposażenie nauczycieli w narzędzia budowania pozytywnego, opartego na wzajemnym szacunku i zaufaniu klimatu w klasie zgodnie z metodą Pozytywnej Dyscypliny.• Poszerzenie świadomości nauczycieli w kontekście sposobów wzmacniania umiejętności społecznych uczniów tj. asertywności i empatii, komunikacji bez przemocy, których wysoki poziom minimalizuje występowanie bullyingu wśród młodzieży.
Cele szczegółowe (treść warsztatu)	Nabywanie umiejętności: <ul style="list-style-type: none">• rozpoznawania temperamentu poszczególnych uczniów i zachowań, które są nim determinowane• konstruktywnej komunikacji z elementami asertywności, reakcji empatycznych w relacjach z uczniami



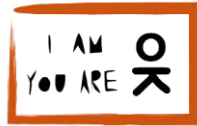
	<ul style="list-style-type: none">• formułowanie komunikatów zgodnych z Porozumieniem bez Przemocy (NVC)• budowania relacji z uczniami opartych na szacunku, życzliwości i jednoczesnej stanowczości zgodnie z metodą Pozytywnej Dyscypliny,• poszerzania świadomości w obszarze destrukcyjnego zjawiska bullyingu i cyberbullyingu, przy uwzględnieniu jego długofalowych konsekwencji, co pozwoli nauczycielom poznać przyczyny, identyfikować objawy i skutki takiej przemocy wobec, którą uczniowie stosują wobec siebie• poznanie adekwatnych sposobów reagowania na zachowania przemocowe wśród uczniów, które pozwolą minimalizować zjawisko.
Metody	Aktywizujące uczestników scenki, odgrywanie ról, burza mózgów, analiza przypadku, mini – wykład, dyskusje moderowane, praca w mini grupach, praca indywidualna, pytania coachingowe, psychoedukacja, projekcja filmów z sieci
Materiały	Papier, flamastry, flipchart, długopisy, prezentacja Powerpoint, laptop
Rezultaty	<ul style="list-style-type: none">• Wzmocnienie kompetencji w zakresie budowania sprzyjającego klimatu



	<p>w klasie (jako jednego z istotnych czynników minimalizujących występowanie bullyingu wśród uczniów) ,</p> <ul style="list-style-type: none">• Umiejętność stosowania narzędzi Pozytywnej Dyscypliny do budowania pełnej szacunku, akceptacji i zaufania relacji na linii nauczyciel - uczeń• Nabycie kompetencji w zakresie komunikacji bez przemocy (NVC)• Umiejętność identyfikowania zjawiska bullyingu wśród uczniów, adekwatnego reagowania i prewencji.
--	--



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Przebieg warsztatów

1. Przedstawienie się osoby prowadzącej warsztaty.

2. Nad czym będziemy pracować podczas warsztatów?

Osoba prowadząca opowiada krótko o założeniach i celu programu warsztatów grupy, wyśmiewanie. Umiejętność rozpoznawania i reagowania na zachowania przemocowe jest niezbędną umiejętnością u nauczycieli, chroniącą zdrowie psychiczne (a tym samym samoocenę, osiągnięcia edukacyjne) uczniów teraz i w przyszłości. Jeśli poznamy rodzaje takiej przemocy i adekwatne sposoby reagowania, będziemy mogli skutecznie interweniować i jednocześnie zapobiegać zjawisku.

Osoba prowadząca prosi nauczycieli o wypełnienie anonimowej ankiety wstępnej badającej ich poziom wiedzy w obszarze przemocy rówieśniczej (zwanej bullyingiem) i sposobów budowania relacji z uczniami opartej na wzajemnym szacunku, współpracy i zaufaniu.

3. Zasady panujące w grupie

Osoba prowadząca rozdaje naklejki i prosi, by uczestnicy wpisali na nich swoje imiona i przykleili w widocznym miejscu na ubraniu.

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom po 2 samoprzylepne karteczki i prosi uczestników o wypisanie na jednej z nich tego, na co mamy zgodę, a na to nie mamy zgody podczas trwania warsztatów aby zapewnić sobie nawzajem otwartą, bezpieczną i życzliwą atmosferę. Przykładowe zasady, które mogą pojawić się w kontrakcie:

-nie przerywamy sobie,

- kiedy jedna osoba mówi, pozostałe słuchają,



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



- mówimy w swoim imieniu,
- nie oceniamy i nie krytykujemy innych osób/mówimy o zachowaniu, nie o osobie,
- wyciszamy telefony komórkowe,
- jesteśmy aktywni i zaangażowani.

Osoba prowadząca zbiera karteczki, czyta je na głos, pyta czy wszyscy zgadzają się na przedstawione zasady. Przykleja je w widocznym miejscu lub prosi o to jednego z uczestników.

Kim jest NAUCZYCIEL?

Dyskusja moderowana/burza mózgów

Osoba prowadząca pyta nauczycieli jakie zawody mieści w sobie zawód nauczyciela? Kim jest nauczyciel?

- *Uzupełnia wypowiedzi* - Edukatorem, czasem terapeutą, mediatorem, pielęgniarką, policjantem, animatorem gier i zabaw, organizatorem i przewodnikiem wycieczek, dietetykiem, księgową i sekretarką.
- Potem pyta: Co jest największym wyzwaniem w waszej pracy, a co was motywuje do tej pracy?

Wprowadzenie do metody Pozytywnej Dyscypliny

Pozytywna Dyscyplina - mini wykład

Analiza danych ze skutecznych programów antybullyingowych na świecie wskazuje, że istotne jest wdrożenie rozwiązań, mających na celu wytworzenie sprzyjającego, przyjaznego uczniom klimatu w klasie, który wpłynie m.in. na rozwój pozytywnych cech współzycia społecznego, zapobieganie kreowaniu się grup wykluczonych oraz zapewni poczucie bezpieczeństwa młodym ludziom w klasie. Narzędziem wspierającym



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



nauczycieli i rodziców w budowaniu takiego klimatu iw klasie i w domu jest międzynarodowa metoda Pozytywnej Dyscypliny (*zgodnie z wynikami raportu UNESCO z 2019 r.*), która służy wzmocnieniu wzajemnej więzi dorosłych z młodzieżą, buduje relację opartą na zaufaniu i wzajemnym szacunku, co jest kluczowe w prewencji zjawiska bullyingu - zmniejszającej występowanie negatywnych zjawisk, w tym bullyingu i zachęcającej młodzież do współpracy z dorosłymi.

Pozytywna dyscyplina to klasyczna metoda wychowawcza rozwijana od 40 lat na świecie, oparta jest na relacji i wzajemnym szacunku. Jej korzenie sięgają psychologii indywidualnej austriackiego psychoterapeuty Alfreda Adlera, który uważał, że wszyscy ludzie mają jedno podstawowe pragnienie: chcą czuć, że przynależą i że są ważni. Zakłada życzliwość i stanowczość jednocześnie w komunikacji z dziećmi, przyjmuje przy tym, że w miejsce braku wyboru (co jest typowe dla tradycyjnie pojmowanej dyscypliny), dziecko posiada ograniczony wybór uwzględniający granice innych ludzi. Pozytywna dyscyplina podkreśla i buduje istotne życiowo kompetencje dzieci (samodzielność, współpracę, odpowiedzialność, asertywność, rozwiązywanie problemów). Stoi w opozycji do podejścia, wedle którego, by dzieci zaczęły zachowywać się lepiej, najpierw muszą poczuć się gorzej (poprzez kary, zakazy, szantaż). Zachęca do tworzenia zasad postępowania, umów wspólnie z dorosłymi, co może przynieść pożądany skutek – dzieci bowiem chętniej tych zasad przestrzegają jeżeli uczestniczą w procesie ich tworzenia i jednocześnie dowiadują się, dlaczego ich przestrzeganie jest tak ważne.

Metoda Pozytywnej Dyscypliny stanowi tzw. złoty środek pomiędzy tradycyjnym autorytarnym (surowym) wychowaniem, a wychowaniem permissywnym (pobłażliwym).



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Pozytywna Dyscyplina - burza mózgów

Osoba prowadząca pyta nauczycieli z czym Wam się kojarzy surowe wychowanie

i zapisuje odpowiedzi na flipcharcie, następnie pyta jakich dorosłych wychowujemy stosując tę metodę wychowawczą? Następnie wyświetla na prezentacji Powerpoint slajd dotyczący konsekwencji tej metody wychowawczej. W ten sam sposób omówione zostają konsekwencje pobłażliwego wychowania.

Pozytywna Dyscyplina - ćwiczenie

Osoba prowadząca prosi nauczycieli żeby ustawili się w półokręgu przed nią i wyobrazili sobie, że są dziećmi w wieku ich uczniów, a ona wciela się w rolę nauczyciela i mówi do nich kilkanaście różnych komunikatów z omawianych wcześniej metod wychowawczych i prosi by zrobili krok do przodu jeżeli dany komunikat jest zachęcający do współpracy z takim nauczycielem, krok w tył jeżeli komunikat jest zniechęcający lub stali w miejscu jeżeli komunikat jest w ich odbiorze neutralny.

Następnie pyta co wspólnego miały ze sobą te komunikaty, które sprawiały, że robiliście krok do przodu?

Ważne żeby się pojawiły m.in. takie odpowiedzi: ton głosu, komunikat pełen szacunku, wybór, pytanie zamiast polecenia?.

W ten sposób uczestnicy warsztatu zaczną wymieniać pierwsze narzędzia Pozytywnej Dyscypliny (ton głosu, ograniczony wybór, komunikat stanowczy i życzliwy jednocześnie, umowy, pytania zamiast poleceń...itd.), które osoba prowadząca przedstawi na slajdzie prezentacji.

Następnie przedstawi na slajdzie jakich dorosłych wychowujemy stosując metodę Pozytywnej Dyscypliny.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Pozytywna Dyscyplina - burza mózgów

Potem zapyta nauczycieli co ich najbardziej irytuje w zachowaniu uczniów? Odpowiedzi zapisze na flipcharcie pod hasłem WYZWANIA.

Potem powie, żeby wyobrazili sobie swoich uczniów za 30 lat, których mijają na ulicy i zamieniają z nimi kilka zdań i po tej rozmowie mają refleksje pt: „Ale świetny dorosły człowiek wyrósł z tego mojego ucznia” – jakie zatem ma cechy i kompetencje życiowe, że taka refleksja ich naszała?

Odpowiedzi zapisuje na flipcharcie pod hasłem KOMPETENCJE.

Osoba prowadząca podsumowuje, że metoda PD pozwala właśnie te kompetencje budować u dzieci i radzić sobie z wyzwaniami przy użyciu narzędzi Pozytywnej Dyscypliny, które będziemy poznawać na warsztacie.

Pozytywna Dyscyplina - ćwiczenie w mini grupach

Flagowe narzędzie Pozytywnej Dyscypliny to komunikat stanowczy i życzliwy jednocześnie. Osoba prowadząca dzieli uczestników na 3 osobowe grupy i rozdaje po kilkanaście karteczek z przeróżnymi komunikatami dorosłych do dzieci, zadaniem poszczególnych grup jest wybrać tylko komunikaty życzliwe i stanowcze jednocześnie. Potem na forum grupy omawiane są poszczególne wybory i ewentualnie korygowane przez prowadzącą.

Pozytywna Dyscyplina - odgrywanie scenek

Za pomocą poniższej scenki osoba prowadząca przedstawia/pozwala doświadczyć drugiego istotnego narzędzia PD – Pytania zamiast poleceń

Osoba prowadząca prosi 6 ochotników do odegrania roli nauczycieli i 1 ochotnika do odegrania roli ucznia. Następnie rozdaje 6 nauczycielom po 2 komunikaty jeden zawiera POLECENIE, drugi PROŚBĘ W FORMIE PYTANIA. Prosi aby po kolei odczytali swoje polecenia uczniowi (w rolę którego wciela się jeden



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



z nauczycieli), który po tej rundzie dostaje od prowadzącej pytania:
Co czułeś, co myślałeś, co zdecydowałeś po usłyszeniu tego komunikatu?

W drugiej rundzie prosi nauczycieli aby odczytali swój komunikat w formie pytania uczniowi po czym znowu osoba prowadząca zadaje uczniowi pytania:
Co czułeś, co myślałeś, co zdecydowałeś po usłyszeniu tego komunikatu ?

Istotne by pojawiły się odpowiedzi, że czuł się traktowany z szacunkiem, myślał, że nauczyciel się z nim liczy, bierze pod uwagę jego zdanie, decyduje się na współpracę z nim.

Podsumowanie ćwiczenia z pytaniem nauczycieli czy widzą różnicę między komunikatami w formie poleceń, a pytań. Na czym polega ta różnica.

Pozytywna Dyscyplina – mini wykład

Osoba prowadząca omawia kolejne narzędzia PD, po które nauczyciele mogą sięgać chcąc tworzyć pozytywny klimat w ich klasie i dbać o relację z uczniami, tj. ograniczony wybór, zawieranie umów, tworzenie planów, specjalny czas (jakościowy czas).

Dlaczego dzieci zachowują się w sposób niepożądany przez dorosłych?

Osoba prowadząca rysuje na flipcharcie górę lodową i wyjaśnia, że zachowanie dziecka to zaledwie wierzchołek góry lodowej (czyli ta jej część, którą widzimy), reszta (czyli powody tego zachowania - znajduje się pod powierzchnią wody i jest to dla nas niewidoczne). Istotne jest by nie koncentrować się na zachowaniu, tylko na tym czego nie widać, czyli potrzebie emocjonalnej, która stoi za niepożądanym zachowaniem, tj. POTRZEBA PRZYNALEŻNOŚCI i ZNACZENIA, podstawowa potrzeba każdego człowieka. Jeżeli dzieci nie czują, że jest ona zaspokojona zaczynają przejawiać niepożądane zachowania wierząc, że w ten sposób ją zaspokoją. Potrzeba tu świadomych dorosłych, którzy nie będą reagować tylko na co to



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



widagć tj. niepożądane zachowanie (wtedy stosując kary dodatkowo pogarszają deficyt emocjonalny dziecka) tylko zajrzą pod powierzchnię wody i dostrzegą niezaspokojoną potrzebę przynależności i znaczenia – i na nią odpowiedzą, wtedy niewłaściwe zachowanie zostaje wyeliminowane.

Niepożądane zachowania dzieci - burza mózgów

Osoba prowadząca zadaje pytanie nauczycielom: Jak możecie zaspokoić potrzebę przynależności i znaczenia swoich uczniów? Odpowiedzi zapisuje na flipcharcie.

Ważne, żeby pojawiły się odpowiedzi typu: dając im ograniczony wybór, okazując zrozumienia dla ich uczuć i emocji, nie stosując kar, zadając pytania zamiast wydawania poleceń, spędzając z nimi specjalny czas raz w tygodniu.

Osoba prowadząca pokazuje slajd prezentacji Powerpoint, który prezentuje w jakie 4 błędne strategie (zachowania) wchodzi dzieci chcąc zaspokoić swoją potrzebę przynależności i znaczenia.

- 1) zwracanie na siebie nadmiernej **uwagi** – to przekonanie, że jest się ważnym wtedy, gdy jest się w centrum uwagi
- 2) zdobywanie **władzy** – to przekonanie, że tylko ten kto jest mocny, dowodzi zasługuje na uznanie
- 3) **zemsta**, kryterium przynależności do grupy to odpłacanie taką samą monetą za doznane krzywdy, jestem zraniony więc mogę ranić innych
- 4) **brak wiary w siebie** – to udowadnianie innym, że jest się niewiele wartym, dziecko nawet nie podejmuje próby twierdząc, że i tak nie potrafi i nigdy się nie nauczy tego



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Następnie osoba prowadząca pokazuje slajdy prezentacji, na których wyjaśnia jak objawia się poszczególne błędne strategie i jak na nią reagować w sposób optymalny.

Konsekwencje logiczne i naturalne - dyskusja moderowana

Konsekwencje logiczne – kolejne narzędzie Pozytywnej Dyscypliny

Kary, a konsekwencje logiczne

Osoba prowadząca pyta nauczycieli czego dzieci uczą się poprzez kary?

Odpowiedzi zapisuje na flipcharcie.

Konsekwencje logiczne i naturalne - mini wykład

Następnie przedstawia rzeczywiste skutki, które wywołuje kara zgodnie z metodą Pozytywnej Dyscypliny, czyli:

- uczy, że dorosłym nie można ufać,
- nauczyciele są przeciwko mnie
- następnym razem nie dam się złapać
- świat jest niesprawiedliwy
- nikt mnie nie rozumie
- coś jest ze mną nie w porządku

Stosowanie kar osłabia relację dorosły-dziecko i nie zachęca dziecka do współpracy. Wręcz przeciwnie zachęca bowiem do stawiania oporu, kombinowania lub nadmiernego posłuszeństwa ze strachu przed karą, a nie z wewnętrznej potrzeby zachowywania się w sposób akceptowalny społecznie.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Następnie osoba prowadząca wyświetla na prezentacji Powerpoint pierwszą alternatywę wobec kary zgodnie z metodą Pozytywnej Dyscypliny, czyli logiczne konsekwencje. Pokazuje jednocześnie różnice między karą, a konsekwencją.

Podkreślając istotne 4 kryteria, tzw. 4P logicznych konsekwencji:

- 1) Powiązane – oznacza, że musi istnieć bezpośredni związek między zachowaniem dziecka, a jego konsekwencjami (np. nauczyciel zabiera telefon, który dziecko używało podczas lekcji)
- 2) Pełne szacunku (nie upokarza, nie wpędza w poczucie winy i nie zawstydzają dziecka)
- 3) Proporcjonalne (zasadne z punktu widzenia dorosłego i dziecka)
- 4) Przedstawione zawczasu (dziecko jest uprzedzone jaka będzie konsekwencja gdy nie zmieni swojego zachowania)

Kolejna alternatywa dla kary to **konsekwencja naturalna**.

Konsekwencje naturalne występują automatycznie bez interwencji dorosłych. Jeśli wyjdiesz na deszcz bez parasola, zmokniesz. Jeśli nie przyniesiesz stroju na WF, nie będziesz mógł ćwiczyć. Ludzie najlepiej uczą się odpowiedzialności ponosząc naturalne konsekwencje swoich działań, więc pozwólmy dzieciom je ponosić. Istotne jest wówczas powstrzymanie się od komentarzy „a nie mówiłem” – to pozbawione szacunku wobec dziecka. Konsekwencja naturalna jest bardzo pomocnym narzędziem i pouczającym doświadczeniem. Pamiętać należy jednak, że nie jest możliwe dopasowanie konsekwencji naturalnej do każdej sytuacji (kiedy dziecko wybiega na ulicę na czerwonym świetle).

Ostatnia alternatywa dla kary to narzędzie zwane *Koncentracją na rozwiązaniu poprzez pytania pełne ciekawości*.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Trzeba jednak pamiętać, że jeśli poszukujemy wspólnie rozwiązań to każdy musi najpierw nawiązać połączenie z racjonalną częścią swojego mózgu, a to ma miejsce wtedy gdy pierwsze emocje związane z niepożądanym zachowaniem opadną i robimy to w momencie, kiedy poziom emocji wszystkich zaangażowanych osób pozwala na racjonalne poszukiwanie rozwiązań. Szukanie rozwiązań nie polega na skupianiu się na problemie i roztrząsaniu dlaczego dziecko postąpiło tak, a nie inaczej. Pytania zaczynające się od DLACZEGO powoduje, że dziecko czuje się oskarżane, zaczyna się usprawiedliwiać, często konfabulować, by za wszelką cenę wytłumaczyć swoje zachowanie. Istotny jest fakt, że najważniejsze dla dorosłych jest znalezienie wspólnie rozwiązania trudnych sytuacji a nie dochodzenie dlaczego dzieci tak fatalnie się zachowały. Szukając rozwiązań warto zapoznać się z pytaniami pełnymi ciekawości.

Przykładowe pytania: Jak się z tym czujesz teraz? Jak to wygląda z twojej perspektywy? Jak sądzisz jak się teraz czuje kolega? (np. w sytuacji konfliktu) Czego Cię uczy ta sytuacja? Jakie są możliwe rozwiązania tej sytuacji? Co by teraz mogło pomóc Wam poczuć się lepiej? Czego potrzebujesz, by postąpić inaczej następnym razem?

W ten sposób dzieci uczą się samodzielnego poszukiwania rozwiązań w trudnych sytuacjach, rozwijają empatię stawiając siebie w sytuacji innej osoby, wyciągają wnioski, czyli uczą się na błędach i tym samym nie dzieje się to kosztem ich poczucia własnej wartości bo nie ma elementu zawstydzania, karania, upokarzania.

Konsekwencje logiczne i naturalne - ćwiczenie

Następnie osoba prowadząca wybiera z uczestników jednego nauczyciela, a 2 pozostałych prosi o wcielenie się w rolę uczniów, którzy mieli konflikt dotyczący tego kto będzie siedział koło okna w klasie ponieważ oboje chcieli



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



tego samego i jeden z uczniów wypchnął na siłę z ławki drugiego nazywając go debilem i podkreślając, że nikt go nie lubi w klasie.

Zadaniem nauczyciela będzie zastosowanie metody koncentracji na rozwiązaniu przy pomocy pytań pełnych ciekawości.

Po odegranej scenie osoba prowadząca pyta uczestników, którzy wcielali się w rolę uczniów co czuli w trakcie takiego dialogu z nauczycielem?, co myśleli? jakich istotnych umiejętności się uczyli? Czy zachęcało ich to do współpracy z takim dorosłym?

Zachęta zamiast pochwały

czyli kolejne narzędzie Pozytywnej Dyscypliny, która buduje trwałe poczucie własnej wartości i sprawczości u dzieci.

Zachęta – mini wykład

Rodzice w dobrej intencji, często zniechęcają dzieci i sprawiają, że czują się one bezradne. Nie zastanawiają się nad długofalowymi rezultatami ich komunikatów. Nie biorą pod uwagę tego co mogą decydować o sobie ich dzieci, słysząc je po stokroć. A mogą myśleć: „Jestem nieważny”, „Jestem do niczego”, „Nie poradzę sobie”, „Lepiej niech inni to zrobią”. Bardzo ważne jest pamiętanie, że możemy (jako dorośli) nie czuć się komfortowo z zachęcającymi zwrotami dopóki nie uświadomimy sobie ich długofalowych **rezultatów.**

Zamiast koncentrować się na tym 1. co jest nie tak, 2. dlaczego tak się stało, 3. co dziecko powinno czuć w związku z tym co zrobiło 4. i co powinno zrobić by to naprawić warto zachęcić je poprzez zadanie pytania: 1. co sprawiło, że tak zareagowałeś/zrobiłeś/się stało? 2. jaka zdaniem dziecka była przyczyna? 3. co dziecko czuje? 4. czego się nauczyło? 5. jakie ma propozycje rozwiązania problemu? i jak może w przyszłości wykorzystać to czego się nauczyło?



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Zachęta - ćwiczenie

Osoba prowadząca prosi o 2 ochotników do odegrania roli uczniów.

Zadaniem uczniów jest wysłuchanie komunikatów, które otrzymują od prowadzącej, która wciela się w rolę nauczyciela i podzielenie się swoją opinią, czy podobają im się te komunikaty i jeśli TAK/NIE to dlaczego.

(Jedne komunikaty to typowe pochwały, a pozostałe to zachęty)

POCHWAŁA Piątka! Brawo!, Pani jest dumna z Ciebie! Podoba mi się Twój rysunek, Super! Zrobiłeś dokładnie tak jak Ci powiedziałam, Jesteś bardzo mądry, Super!

ZACHĘCANIE(UDZIELANIE WSPARCIE) Ciężko pracowałeś, zasłużyłeś sobie na tą ocenę, Możesz być z siebie dumny, Jak Ci się podoba twój rysunek? Ufam, że podejmiesz właściwą decyzję, Widzę, że coraz lepiej Ci idą te obliczenia z matematyki

Następnie osoba prowadząca pokazuje na slajdzie różnice między pochwałą, a zachętą. Podkreślając, że pochwała wyrabia w dziecku potrzebę zyskiwania aprobaty innych za wszelką cenę, wzmacnia perfekcjonizm (który nie służy zdrowiu psychicznemu), rywalizację z innymi i uczy, że liczy się tylko wynik końcowy, nie zaangażowanie i wkład.

Czym jest temperament i za co odpowiada?

Temperament - ćwiczenie

Osoba prowadząca pyta nauczycieli: W jakie zwierzę z 4 do wyboru: Żółw, lew, kameleon, orzeł chcieliby się zamienić na 24h.

Potem osoby, które wybrały to samo zwierzę tworzą grupę i wypisują wszystkie pozytywne cechy charakteru, które kojarzą im się z tym



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



zwierzęciem i które sprawiły, że wybrali właśnie to zwierzę. Potem wypisują wady pozostałych 3 niewybranych zwierząt.

Następnie wszystkie grupy omawiają na forum wybrane przez siebie zwierzęta.

Osoba prowadząca pyta na końcu: **CZEGO DOWODZI TO ĆWICZENIE?**

Dobrze by pojawiły się wnioski, że wszyscy się różnimy, że to co dla kogoś jest zaletą dla innego jest wadą, że nie można stwierdzić kto jest najlepszy bo każdy ma plusy i minusy. Gdyby wszyscy byli tacy sami byłoby nudno. Każdy ma inne zasoby i to jest wartość.

Temperament - mini wykład

Jak dowiodło poprzednie ćwiczenie bardzo różnymi się między sobą. Niektórzy z nas są zdolni do długotrwałej pracy nad czymś, inni szybko się męczą, niecierpliwą, zniechęcają. Jedni są opanowani, inni łatwo wybuchają, chcą dominować, nie przepuszczają okazji do odwetu. Są ludzie wysoko energetyczni, są też niskoenergetyczni. Są tacy, którzy łatwo nawiązują kontakt z innymi, ale są i tacy, którzy preferują swoje towarzystwo. Są osoby, którym łatwo przychodzi bycie w centrum uwagi, a dla innych jest to ogromne wyjście ze strefy komfortu. Temperament to względnie stały element naszej osobowości, jest niepodatny na zmiany.

Już Hipokrates w V w p.n.e. zauważał, że ludzie cechują się różnymi rodzajami osobowości i jego opisy, do tej pory stanowią podstawę klasyfikacji różnych rodzajów temperamentów.

Wyróżniamy zatem: SANGWINIKA, CHOLERYKA, MELANCHOLIKA, FLEGMATYKA

Osoba prowadząca przedstawia na prezentacji Powerpoint opis poszczególnych temperamentów i pyta po każdym z nich nauczycieli, czy



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



mają w klasie ucznia o takim temperamencie i jakie jego/jej zachowanie wynika stricte z temperamentu.

Umiejętności miękkie, które minimalizują zachowania przemocowe (w tym BULLYING) u dzieci

Umiejętności miękkie - mini-wykład

Osoba prowadząca wymienia 4 umiejętności, które zmniejszają tendencje do stosowania przemocy wobec rówieśników tj. asertywność, empatia, komunikacja bez przemocy i umiejętność rozwiązywania konfliktów.

Podkreśla jednocześnie

Komunikacja bez przemocy (NVC)

NVC – mini wykład

Osoba prowadząca przybliży Porozumienie bez przemocy (NVC) (mini-wykład)

Głównym założeniem NVC jest używanie języka, który nie rani, a za to sprzyja lepszemu zrozumieniu siebie i drugiego człowieka. Twórca tego porozumienia M.Rosenberg nazywał go językiem żyrafy, podczas gdy oceniający, raniący sposób wypowiedzania się określał językiem szakala.

- NVC jest życiową postawą, umożliwiającą tworzenie sytuacji, w których każdy uczestnik coś zyskuje, jest sposobem komunikacji, który polega na szanowaniu uczuć i potrzeb zarówno własnych, jak i innych ludzi i dążeniu do ich uszanowania i zaspokojenia w nieagresywny sposób (bez przemocy fizycznej, ale również psychicznej, bez wywieranie nacisków, szantażu emocjonalnego, wymuszania pewnych zachowań przy pomocy gróźb i kar. NVC jest drogą empatii, drogą do życia opartego na dobrych relacjach z innymi ludźmi.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Język żyrafy określał Rosenberg jako język empatii i szacunku, używany z perspektywy „JA”. Szakal z kolei posługuje się językiem, który odcina nas od kontaktu – używa oceny, osądu i obwiniania, mówi z perspektywy „TY”. Dlaczego żyrafa? Żyrafa jest ssakiem, który w stosunku do swojej masy ciała ma największe serce. Dzięki swojej długiej szyi spogląda na świat z szerokiej perspektywy – ma bardzo szeroki ogląd sytuacji i może objąć całokształt tego, co się dzieje.

W świecie Porozumienia bez Przemocy żyrafa posługuje się „językiem serca” – uczuć i potrzeb. Mówi w liczbie pojedynczej, mówi o sobie, używa komunikatu JA. W czasie rozmowy chce usłyszeć drugiego człowieka i chce być sama usłyszana. Chce docierać do swoich i cudzych potrzeb, zarówno tych zaspokojonych, jak i niezaspokojonych. Chce być w kontakcie ze swoimi uczuciami i z uczuciami innych – także wtedy, kiedy jest trudno. Żyrafa jest przede wszystkim szczerą i mówi o tym, co dzieje się w jej sercu. Mówi „nie”, kiedy myśli „nie” (postawa asertywna) Odnosi się z szacunkiem i empatią do każdego człowieka. Gdy pojawia się konflikt szuka rozwiązania, które zadowoli wszystkie strony.

Szakal natomiast posługuje się językiem ocen, osądów, często obwinia, mówi z perspektywy „TY”. Szakal chętnie powie, co się z tobą dzieje, co jest nie tak, oceni twoją osobowość, twoje zdolności i zupełnie o to nieproszony – udzieli mnóstwa niechcianych rad, zawstydzi, upokorzy. Szakal po prostu wie najlepiej i zawsze ma rację! Łatwo go rozpoznać – w czasie rozmowy posługuje się etykietami – mówi, jaki jesteś (np. leniwy, nieodpowiedzialny...) i chętnie sięga po stereotypy (np. chłopcy są dziecinni, leniwi, a dziewczyny są zbyt histeryczne ...). Szakal chce dominować i mieć rację.

NVC - ćwiczenie grupowe

Osoba prowadząca wyświetla prezentację PowerPoint na których znajdują się różne komunikaty żyrafy i szakala i zadaniem chętnych nauczycieli jest rozpoznanie ich.

Na następnych slajdach widnieją przykłady komunikatów TY – język szakala i osoba prowadząca prosi by nauczyciele spróbowali je zmodyfikować tak by brzmiały jak język żyrafy (NVC)

Osoba prowadząca podsumowuje ćwiczenie

Ważna jest świadomość, iż w naszej komunikacji istnieje wybór języka tej komunikacji z innymi. Co więcej uczniowie słysząc ten język od nas dorosłych, będą z wysokim prawdopodobieństwem go modelować.

Następnie osoba prowadząca przedstawia na prezentacji model 4 kroków do sformułowania komunikatu zgodnego z NVC.

Model 4 kroków NVC:

1. Wyrażanie swoich uczuć i emocji.

Czuję się / jestem (uczucie).....

2. Opis faktów do których się odnosimy – spostrzeżenia bez ocen.

Kiedy widzę (opis faktów).....

3. Wyrażenie swoich potrzeb – jaka niezaspokojona potrzeba spowodowała, że tak się poczuliśmy. Ponieważ potrzebuję.....

4. Przekazanie swoich oczekiwań – czyli oczekiwanie/ prośba o konkretne zachowanie w przyszłości. Oczekuję na przyszłość.....



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



NVC - ćwiczenia w parach

Osoba prowadząca prosi by nauczyciele w parach (nauczyciel/uczeń) spróbowali potrenować między sobą komunikaty zgodnie z tymi 4 krokami.

Empatia

Osoba prowadząca zapisuje na tablicy termin EMPATIA i pyta co to właściwie znaczy i po co nam EMPATIA w szkole? (dyskusja moderowana)

Empatia - Mini wykład

Empatia - zdolność emocjonalnego wczuwania się w odczucia innych osób. Umiejętność dostrzegania potrzeb innych ludzi, zdolność podejmowania czyjejś perspektywy, czyjegoś punktu widzenia, sposobu myślenia czy odczuwania, pomaga nam na lepsze kontakty z innymi ludźmi .

Brak empatii w kontekście społecznym jest zjawiskiem negatywnym, ponieważ prowadzi do obojętności, trudności w rozwiązywaniu konfliktów oraz przemocy. • O empatii mówi się również w kontekście inteligencji emocjonalnej. Gdy myślimy o empatii, warto podkreślić, że empatia to wybór w podejściu do drugiej osoby. Empatia płynie z chęci budowania zdrowego kontaktu z drugą osobą. Przeciwnościem empatii jest egocentryzm. Egocentryk nie potrafi zrozumieć uczuć, perspektywy innych ludzi, patrzy na świat wyłącznie z własnego punktu widzenia, uważa, że wszyscy powinni postępować zgodnie z jego wolą. To utrudnia mu budowanie zdrowych relacji z innymi. Z łatwością przychodzi mu ranienie innych, stosowanie przemocy.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Empatia - dyskusja moderowana

Osoba prowadząca zadaje nauczycielom pytanie: *W jaki sposób uczniowie mogliby doświadczać empatii od nich na codzień?* Podkreślając, że empatię budujemy w innych, gdy jej od nas doświadczają. Odpowiedzi zapisuje na tablicy.

Asertywność

Asertywność - burza mózgów

Osoba prowadząca pyta nauczycieli : Jakie umiejętności się kryją pod pojęciem asertywność? Odpowiedzi zapisuje na tablicy.

- posiadanie własnego zdania – w tym umiejętności wyrażania sprzeciwu/niezgody wobec np. poglądów innych osób, ich zachowań wobec nas i innych
- umiejętności odmawiania bez intencjonalnego ranienia innych,
- umiejętności reagowania na krytykę i wyrażania konstruktywnej krytyki,
- umiejętności wyrażania swoich emocji i uczuć

Asertywność oznacza obronę swoich praw i granic z jednoczesnym szacunkiem do praw drugiej osoby. Postawa ta jest podstawą zdrowych relacji, w tym relacji uczeń-nauczyciel.

Osoba prowadząca zadaje kolejne pytanie: Po co uczniom ta umiejętność? Wymieńmy wszelkie możliwe korzyści asertywności u dzieci.

Zachowaniom asertywnym zwykle przeciwstawia się zachowania uległe i zachowania agresywne. Zarówno w przypadku zachowań uległych jak i agresywnych nie mamy do czynienia ze zdrową postawą.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Asertywność - dyskusja moderowana

Osoba prowadząca zadaje pytanie nauczycielom.

Jak odróżnić wypowiedzi uczniów, które są asertywne od tych agresywnych?

Jak dorośli/nauczyciele mogą pomóc trenować uczniom asertywność?

Asertywność - umiejętność rozwiązywania konfliktów

Osoba prowadząca wyjaśnia, że umiejętność rozwiązywania konfliktów jest jedną z istotnych umiejętności miękkich, której kształtowanie u młodych ludzi (głównie poprzez modelowanie jej przez dorosłych) minimalizuje tendencję do podejmowania zachowań przemocowych wobec rówieśników.

Asertywność - analiza przypadku (praca w grupie)

- Na przerwie po lekcji WF 11 letni Staszek popycha Tymka, który się przewraca na podłogę i płacze.

Kontekst

(Na WF gdy chłopaki wybierali skład drużyn do gry w piłkę nożną – Tymek powiedział do Staszka „Ciebie nie chce mieć w drużynie bo jesteś łajzą i zawsze przez ciebie przegrywamy!”)

Następnie osoba prowadząca zadaje pytanie grupie.

Jak optymalnie może zająć się tą sytuacją nauczyciel ?

Osoba prowadząca prowadzi dyskusję moderowaną bazując na uzyskiwanych odpowiedziach.

Następnie osoba prowadząca wyświetla na slajdzie główne błędy popełniane przez dorosłych podczas „towarzyszenia” uczniom podczas konfliktów

- Prowadzenie śledztwa, kto zaczął? szukanie winnego



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



- Zajmowanie stanowiska po stronie dziecka, które płacze
- Generalizowanie – Ty zawsze, TY nigdy
- Osądzanie
- Grożenie
- Litowanie się
- Podawanie rozwiązania np. „*przepróście się i unikajcie się*”

Następnie osoba prowadząca wyświetla optymalny sposób na towarzyszenie uczniom w ich konflikcie podkreślając, że rolą dorosłego jest pomoc im się wzajemnie usłyszeć...pomóc odnaleźć potrzeby, które stoją za zachowaniem dzieci

- *Staszek, Tymek – chcę porozmawiać, bo widzę, że coś się między wami dzieje, chciałbym wam pomóc znaleźć rozwiązanie tej sytuacji bo mam wrażenie, że jest ona dla was trudna..*
- *Staszek, byłeś zdenerwowany na Tymka bo powiedział coś niemiłego przy ustalaniu drużyn..? Tak? Chciałeś być uwzględniony przez chłopaków?*
- *Tymek, a Ty widzę, że też jesteś zdenerwowany bo chciałbyś rozmawiać, a nie popychać się od razu tak?”*

Następnie osoba prowadząca omawia i wyświetla na prezentacji

Co warto robić przy konflikcie dzieci? i podkreśla raz jeszcze jakie narzędzia Pozytywnej Dyscypliny są pomocne przy nauczaniu dzieci rozwiązywania konfliktów

- Pytanie: Co się stało, Co sprawiło że tak zareagowałeś? – by poznać 2 perspektywy, ustalić kto ucierpiał



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



- Pytania pełne ciekawości : *Jak się z tym teraz czujesz?, jak się czuje kolega jak sądzisz? Czego was uczy ta sytuacja?*
- Szukanie rozwiązania
Jakie macie pomysły na rozwiązanie tego konfliktu/naprawienie krzywdy?
- Lekcja na przyszłość
Co potrzebujecie zrobić następnym razem w podobnej sytuacji żeby nie doszło do tego znowu?

Warto pamiętać o:

- Bezstronności
- Słuchaniu aktywnym
- Parafrazie
- Zachęcaniu do szukania rozwiązań
- Byciu mediatorem, nie sędzią!



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



BULLYING – przemoc rówieśnicza

Bullying - mini wykład – wprowadzenie

Badania wyraźnie wskazują, że problem przemocy rówieśniczej jest destrukcyjnym emocjonalnie zjawiskiem powszechnym w szkołach. Na przestrzeni lat od 1993/1994 do 2005/2006 wynika, że w Polsce nie nastąpiła zmiana w zakresie redukcji tego zjawiska, a skala problemu w innych krajach np. we Włoszech zmniejszyła się o 15 punktów procentowych. Co zadziało w innych krajach, które obniżyły te statystyki? Jaka strategia okazała się skuteczna? Po czym poznać, że uczeń doświadcza bullyingu? Czym się on różni od zwyczajnych konfliktów dzieci? Jak zareagować by skutecznie to powstrzymać? Jak rozmawiać ze sprawcą bullyingu, a jak z jego ofiarą? Jak zapobiegać zjawisku? O tym będzie ta część warsztatu.

Powszechność zjawiska w szkołach nie oznacza, że możemy przejść nad nim do porządku dziennego. Zachowania przemocowe zachodzące między uczniami są zbyt często traktowane w sposób pobłażliwy, ujmowane jako naturalny element dorastania i manifestowania własnego „ja” przez młodych. Co jednak, jeśli działania sprawcy przemocy doprowadzają ofiarę do załamania nerwowego/depresji lub targnięcia się na własne życie? Czy wtedy nadal można traktować akty przemocy jako naturalny element procesu dorastania?

Z punktu widzenia nauczyciela konieczność reagowania na powtarzające się akty przemocy może sprzyjać wyczerpaniu emocjonalnemu i w efekcie prowadzić do wypalenia zawodowego. Z perspektywy ucznia doświadczenie przemocy rówieśniczej lub bycie jej świadkiem znacznie zwiększa ryzyko wystąpienia poważnych problemów w obszarze zdrowia psychicznego teraz i w przyszłości.

Z licznych badań wynika także, że wielu nauczycieli i pedagogów pozostaje bezradnych w obliczu tego zjawiska. Przyznają otwarcie, że nie znają rozwiązań skutecznie przeciwdziałających przemocy rówieśniczej, a czasami swoją reakcją nieświadomie wręcz pogarszają sytuację między uczniami.

Analiza danych ze skutecznych programów antybullyingowych wskazuje, że istotne jest wdrożenie rozwiązań, mających na celu wytworzenie sprzyjającego zaufaniu, przyjaznego uczniom klimatu w klasie, który wpłynie m.in. na rozwój pozytywnych cech współżycia społecznego, zapobieganie kreowaniu się grup wykluczonych oraz zapewni poczucie bezpieczeństwa i akceptacji młodym ludziom w klasie. Narzędziem wspierającym nauczycieli i rodziców w budowaniu takiego klimatu w klasie i w domu jest międzynarodowa metoda Pozytywnej Dyscypliny to już wiemy.

Ofiara przemocy lub jej świadek, zgłaszając problem, oczekuje każdej formy pomocy od dorosłego: od wysłuchania, poprzez zapewnienie o podjęciu interwencji, po rzeczywiste działania, których celem będzie uporanie się z problemem. Brak reakcji osób, które powinny pełnić funkcję ochronną wobec uczniów, to dla sprawcy i jego naśladowców jednoznaczny sygnał, że takie działania nie są w żaden sposób negowane, więc może je bezkarnie kontynuować, a dla ofiary, że nikt nie jest w stanie jej pomóc.

Zjawisko przemocy wśród uczniów wywiera wyjątkowo destrukcyjne piętno zarówno na jej ofierze, sprawcy, ale również świadkach zachowań przemocowych. Mając świadomość powyższego, należy zdać sobie sprawę, że przemoc rówieśnicza, doświadczana w różnej formie, dotyka około 35% uczniów polskich placówek oświatowych. Nastolatki, którzy padają ofiarami przemocy rówieśniczej, trzykrotnie częściej dokonują samookaleczeń oraz siedmiokrotnie częściej podejmują próby odebrania sobie życia - Włodarczyk J., Wójcik S., *Skala i uwarunkowania przemocy*



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



równieżniczej. Wyniki ogólnopolskiej diagnozy krzywdzenia dzieci w Polsce [w:] Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka, 2019. Badanie przeprowadzono na reprezentatywnej próbie 1 005 nastolatków w wieku 11–16 lat. Z badania wynika, że 59% nastolatków doświadczyło przemocy rówieśniczej, 41% badanych doświadczyło jej w formie przemocy fizycznej, 28% zaś w formie przemocy psychicznej.

Włodarczyk J., *Przemoc rówieśnicza. Wyniki Ogólnopolskiej diagnozy problemu przemocy wobec dzieci*, <https://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/view/55>

Bullying – burza mózgów

Definicja **Bullyingu**

- Osoba prowadząca pyta nauczycieli kiedy zwykłe, niewinne „droczenie się” z kolegą ma znamiona przemocy rówieśniczej bullyingu?

Odpowiedzi zapisuje na tablicy.

Następnie uzupełnia odpowiedzi nauczycieli slajdami prezentacji, gdzie opisane są 3 cechy definiujące bullying (intencjonalność, powtarzalność i nierównowaga sił)

Cechy bullyingu

Aby reakcja na krzywdzenie była skuteczna i zmniejszała prawdopodobieństwo wystąpienia podobnych zdarzeń w przyszłości, kluczowe jest rozróżnienie, czy agresywne zachowanie pojawiło się w kontekście konfliktu czy przemocy. O konflikcie mówimy wtedy, gdy dwie osoby lub grupy osób mają sprzeczne interesy i dążenia, np. dwoje uczniów kłóci się o jedno, konkretne miejsce w ławce. Obie strony zaangażowane w spór można uznać za równorzędnych partnerów, którzy mają podobne



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



szanse na „zwycięstwo”. W odróżnieniu od konfliktu, przemoc zawsze zakłada nierównowagę sił. Sprawca wykorzystuje swoją przewagę w celu skrzywdzenia ofiary. Przewaga ta może mieć rozmaity charakter:

- liczebny: gdy grupa uczniów dokucza jednemu lub wyklucza go
- fizyczny: gdy silniejszy/wyższy/starszy bije słabszego/niejszego/młodszego
- psychiczny: kiedy uczeń obdarzony większymi zdolnościami intelektualnymi manipuluje uczniem o mniejszym potencjale
- formalny: kiedy osoba stosująca przemoc posiada jakiś rodzaj formalnej władzy nad osobą poszkodowaną, np. jest jej rodzicem, nauczycielem czy szefem.

Reagowanie na konflikt tak, jakby był przemocą i vice versa to błędy często popełniane w praktyce wychowawczej, które w efekcie mogą przyczynić się do eskalacji agresji.

Rodzaje (typy) przemocy rówieśniczej

Praca w mini grupach

Osoba prowadząca dzieli nauczycieli na 4 grupy i prosi by opracowali (wymienili przykłady) poszczególne typy przemocy rówieśniczej. Jedna grupa opracowuje przemoc werbalną, druga fizyczną, trzecia - relacyjną i czwarta - cyberprzemoc.

Następnie na forum całej grupy mini-grupy przedstawiają swoje typy.

Osoba prowadząca uzupełnia powyższe wypowiedzi slajdem prezentacji z typami bullyingu.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Skutki bullyingu (krótko i długofalowe)

Osoba prowadząca wyświetla na prezentacji krótko i długofalowe skutki przemocy rówieśniczej. Na końcu zadaje pytanie nauczycielom?

Co jest dla was zaskoczeniem?

Co najbardziej niepokoi?

Skutki bullyingu - praca w grupach

Symptomy świadczące o tym, że uczeń doświadcza przemocy.

Osoba prowadząca dzieli nauczycieli na 3 grupy i prosi by wymienili wszystkie symptomy, które mogą świadczyć o tym, że uczeń doświadcza bullyingu w klasie.

Następnie prosi przedstawicieli poszczególnych grup o odczytanie swoich propozycji, a potem wyświetla slajd na którym wymienione są najczęstsze symptomy doświadczania przemocy i sprawdzają, która grupa była najbliższa.

Skutki bullyingu - mini wykład

Symptomy, które mogą świadczyć o występowaniu bullyingu w klasie

Uwagę nauczyciela powinny zwrócić następujące sygnały, wskazujące na możliwość występowania przemocy w klasie:

- Negatywne przywództwo: liderzy klasowi zachowują się arogancko wobec innych uczniów i nauczycieli, jednocześnie osoby pozostające poza „grupą trzymającą władzę” stają się mniej aktywne na forum klasy.
- Podwójne normy zachowania: uczniowie zachowują się inaczej przy nauczycielu, a inaczej gdy są sami.

- Zjawisko kozła ofiarnego: jedna, konkretna osoba, niezależnie od swoich działań, jest nagminnie krytykowana, wyśmiewana, a jej zdania nie bierze się pod uwagę. Uczniowie, a często też nauczyciele odnoszą wrażenie, że ten konkretny uczeń stanowi jedyny „problem” grupy i jest winny wszystkich niepowodzeń.
- Stopniowa izolacja dorosłych: uczniowie unikają rozmów z wychowawcą i rodzicami o tym, co dzieje się w klasie, zaczynają używać zwrotów niezrozumiałych dla dorosłych (z pozoru neutralne słowa, na które wszyscy żywo reagują). Grupa reaguje apatią na propozycje nauczyciela.

Skutki bullyingu - praca w 2 grupach

Portret psychologiczny ofiary i sprawcy bullyingu. Osoba prowadząca dzieli nauczycieli na 2 grupy i rozdaje każdej z grup arkusz papieru i flamastry i prosi o wypisanie cech charakteryzujących 1 grupa - ofiarę i 2 grupa - sprawcę przemocy rówieśniczej.

Następnie poszczególne grupy na forum przedstawiają swój temat i osoba prowadząca uzupełnia wypowiedzi nauczycieli o cechach charakteryzujących ofiarę przemocy (potencjalnie ofiary mogą być fizycznie słabsze od swoich rówieśników, boją się urazów fizycznych i dlatego unikają niebezpiecznych zabaw, niektórych dyscyplin sportowych, bójek, mają słabą koordynację ruchową, są ostrożne, wrażliwe, ciche, wycofane z życia, mało aktywne, nieśmiałe, często płaczą, są niepewne, załęknione, nieszczęśliwe, mają niską samoocenę, podświadomie pośrednio pokazują innym, że są mało wartościowe, okazują swoją bezradność – widać, że są łatwym celem) i jej sprawcę (łatwo się irytują, szydzą z innych, celowo mówią rzeczy, które mogą kogoś zranić, grożą, wyśmiewają się, popychają innych, szturchają, biją, znęcają się, niszczą cudze rzeczy, mają potrzebę



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



dominowania i tyranizowania innych, chętnie uciekają się do przemocy i groźby, dążą do realizacji swojej woli za wszelką cenę, chełpią się swoją faktyczną lub wyobrażoną władzą nad pozostałymi uczniami, są porywczy, impulsywni, cechuje ich niski próg frustracji, mają trudności z przystosowaniem się do panujących norm i zasad, ogólnie są zbuntowani, nieposłuszni i agresywni.

Świadkowie bullyingu - mini wykład

ŚWIADKOWIE

- Należy jednak pamiętać, że zjawisko bullyingu to nie tylko interakcja między sprawcą (sprawcami) a ofiarą. Nie mniej ważne są osoby postronne, które są świadkami sytuacji i odgrywają istotną rolę w naturze i dynamice zjawiska. Wyróżnić można cztery role, które przyjmują świadkowie bullyingu: 1) asystenci sprawcy, którzy dołączają się do agresora; 2) wzmacniacze sprawcy, którzy swoim zachowaniem (doping) nagradzają sprawcę 3) outsiderzy, którzy nie reagują oraz 4) obrońcy ofiary, którzy stają po stronie dręczonego ucznia. Bullying jest więc zjawiskiem grupowym. To od świadków zależy w ogromnej mierze, czy zjawisko bullyingu będzie się rozwijać, czy nie. Można jednocześnie obserwować powolny proces „znieczulania” na przemoc wśród dzieci neutralnych (świadków). Początkowo odczuwają oni współczucie wobec dziecka doświadczającego bullyingu, żal, czasem mają poczucie winy z powodu braku swojej reakcji, nie widząc jednak skutecznej reakcji dorosłych, powoli obojętnieją na krzywdę drugiej osoby i zaczynają nawet uważać, że dzieci doświadczające przemocy, bullyingu „są gorsze i widocznie zasługują” na takie traktowanie. Zobojętnienie świadków na przemoc, bullying jest dodatkowym przyzwoleniem dla osób je stosujących. Dlatego bardzo istotne jest uwrażliwianie świadków (klasy) na krzywdę drugiego dziecka w klasie poprzez: podkreślanie,



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



że to, że się różnimy wyglądem, temperamentem, mocnymi stronami jest wartością, nie powodem do dyskryminacji, przedstawienie dzieciom zjawiska bullyingu i jego destrukcyjnych skutków i wreszcie uświadomienie jak kluczowa jest ich rola jako świadków zjawiska w jego redukcji poprzez stanowcze NIE!

- Osoba prowadząca sugeruje aby w klasie oprócz przewodniczącego i skarbnika powołać w drodze głosowania 2 dzieci chłopca i dziewczynę, którzy będą pełnili funkcję **ambasadorów empatii**. Ich zadaniem będzie czuwanie nad przestrzeganiem kontraktu klasowego dot. nieakceptowalnych zachowań wobec kolegów i koleżanek – przez klasę i prowadzenie wstępnych rozmów ze sprawcami bullyingu w klasie, a także zgłoszenie tych incydentów wychowawcy. Do ambasadorów będzie mogło się zgłosić każde dziecko w klasie, które doświadcza przemocy ze strony kolegów/koleżanek. Te działania uczynią dzieci współodpowiedzialnymi za redukcję zjawiska i sprawią, że poczują się częścią rozwiązania.

Interwencja

Co robić gdy zauważymy bullying?

- Główną metodą postępowania w sytuacji bullyingu powinna być INTERWENCJA, polegająca przede wszystkim na powstrzymaniu osoby stosującej przemoc przed jej używaniem, ochronie osoby poszkodowanej i pomoc dzieciom w wyjściu ze swoich ról.

Interwencja - burza mózgów

Osoba prowadząca zadaje pytanie nauczycielom:

Jakie korzyści niesie interwencja, dlaczego ma tak duże znaczenie.?

Odpowiedzi zapisuje na tablicy.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Następnie osoba prowadząca uzupełnia wypowiedzi nauczycieli o znaczeniu interwencji.

Reakcja natychmiastowa (interwencja) na zachowania przemocowe to reakcja najbardziej widoczna w szkole w razie wydarzeń, których świadkiem jest nauczyciel. Ponieważ interwencje te widzi wiele osób – na korytarzu, w szatni, na boisku – są one ważnym elementem szkolnego systemu reagowania. Stanowią jego wizytówkę i stają się zarazem modelem dla nauczycieli oraz dla pozostałych uczniów. Dlatego tak ważne jest, aby interwencja była przemyślana i miała podobny przebieg w wykonaniu różnych osób oraz oparta była na kilku podstawowych zasadach:

- **Działaj bez agresji!** Nieużywanie agresji w odpowiedzi na zachowania agresywne jest podstawową zasadą interwencji. Nie jest to łatwe, uczniowie bowiem często prowokują nauczycieli, zachowując się wobec nich lekceważąco. Dlaczego nie warto reagować agresywnie? Ponieważ agresja rodzi agresję! Uczniowie, obserwując agresję nauczycieli wobec nich, uczą się, że władza i siła upoważniają do zachowań agresywnych.

- **Bądź stanowczy i zdecydowany!** Działaj stanowczo i zdecydowanie, czym zaznaczysz sprzeciw wobec agresji i przekażesz uczniowi informację, że nie wyrażasz zgody na takie zachowanie. W sytuacji agresji nauczyciel reaguje pewnie, podchodzi do uczniów, patrzy na nich, zachowując powagę, wydaje stanowcze i krótkie komunikaty: „Dosyć tego!”, „Stop!”, „Łamiecie zasady!”

- **Mów krótko i zrozumiale!** Interweniując w sytuacjach przemocy, warto unikać moralizowania, tłumaczenia i wyjaśniania – choćby z tego powodu, że do ucznia, który przeżywa złość, wściekłość i napięcie (mózg gadzi), niewiele wtedy tego dociera. Na dłuższą rozmowę będzie czas później, gdy emocje opadną.



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Następnie osoba prowadząca przedstawia nauczycielom:

Schemat postępowania w interwencji

1. Przerwij zachowanie agresywne – powiedz: „Stop!” , a w razie potrzeby – rozdziel uczniów.
2. Oceń sytuację –odnoś się do faktów, nie oceniaj: „Bijesz go!”, „To go/ją boli!”, „Ona tego nie chce!”,
3. Odwołaj się do ustalonych za: „Umawialiśmy się, że...”, „Łamiesz nasz klasowy kontrakt!”.
4. Wyraż stanowczo zdanie: „Nie pozwalam na to w naszej klasie/szkole!”, „Nie ma zgody na to”.
5. Zapowiedz konsekwencje i zrealizuj je: „Powiadomię o tym wychowawcę!”.
6. Pozostań w kontakcie, aż sytuacja ulegnie deeskalacji – powiedz, czego oczekujesz lub co uczniowie mają teraz zrobić: „Proszę, żebyś został tutaj do końca przerwy”.
7. W razie potrzeby zadбай o uniemożliwienie dalszego kontaktu między uczniami.

Metoda wspólnej sprawy

Metoda wspólnej sprawy – mini wykład

Osoba prowadząca przedstawia nauczycielom skuteczną metodę interwencji (rozmowy z klasą, poszczególnymi uczniami po zidentyfikowaniu bullingu w klasie) Przedstawia metodę za pomocą prezentacji Powerpoint.

Metoda ta została opracowana przez Anatola Pikasa, szwedzkiego psychologa. Punktem wyjścia zastosowania metody „wspólnej sprawy” jest



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



stwierdzenie, że uczeń czuje się źle w szkole, ponieważ doświadcza tu przemocy.

Metoda „wspólnej sprawy” koncentruje się na znalezieniu rozwiązania problemu – nie wyjaśnia szczegółów sytuacji przemocy, nie zajmuje się dochodzeniem ani ustalaniem winnego.

3 etapy metody:

- Indywidualne „rozmowy” z każdym zaangażowanym uczniem (od 7 do 10 minut na jedno dziecko)
- Rozmowa z każdym uczniem klasy (około 2,3 minut na dziecko)
- Spotkanie klasowe (45 min)

Między poszczególnymi etapami jest tydzień przerwy, a rozmowy powinny być prowadzone przez tę samą osobę.

Kolejność prowadzenia rozmów

- Najpierw rozmawiamy ze sprawcą bullyingu, na końcu z ofiarą przemocy
- Taka kolejność nie jest przypadkowa – osoba stosująca bullying - najczęściej wraca do klasy spokojna ponieważ rozmowa nie jest konfrontacyjna. To może pozytywnie nastawić do rozmów pozostałe osoby biorące udział w stosowaniu przemocy, będą one wtedy bardziej skłonne do współpracy.
- Z kolei rozmowa z osobą doświadczającą przemocy, odbywająca się na samym końcu, pozwala uniknąć – lub przynajmniej ograniczyć – ryzyko posądzenia jej przez koleżanki i kolegów o donoszenie lub podawanie nieprawdziwych szczegółów.

Czas i podejście

- Pierwsze rozmowy powinny odbywać się w takiej kolejności i bez przerwy – najlepiej w czasie jednej lekcji.

Osoba osoba prowadząca rozmowę powinna zachować postawę neutralną: nie oceniać, nie krytykować i nie obwiniać – niezależnie od zachowania uczennicy lub ucznia.

Schemat rozmowy ze sprawcą bullyingu w metodzie

- Poproś zaproszoną osobę, aby usiadła. Spójrz na nią i zaczekaj, aż ona spojrzy na ciebie. Zaczynij rozmowę, na przykład:
 1. Słyszałam/słyszałem, że byłaś niemiła/byłeś niemiły dla X.
Opowiedz mi o tym.
- Jeśli zaprzeczy, powiedz: Tak, ale coś niemiłego przydarzyło się X.
Opowiedz mi o tym. Słuchaj tego, co mówi uczeń, daj mu czas na pomyślenie – wytrzymaj długie przerwy w ciszy.
- **Nie oskarżaj, nie obwiniaj.** Podtrzymuj rozmowę, staraj się jednak unikać wypytywania. Zaakceptuj, jeśli uczeń obwini innych lub uzna swoje zachowanie za słuszne i usprawiedliwione, przez cały czas rozmowy podkreślaj, że z **X dzieje się źle** (ktokolwiek jest temu winny).
- Wygląda więc na to, że X dzieje się w szkole krzywda – powiedz to zdecydowanie i stanowczo. Przejdź szybko dalej.
- W porządku. Zastanawiam się, co mógłbyś zrobić, żeby pomóc X w tej sytuacji.

- Zobacz, jakie rozwiązanie uczennica lub uczeń może wymyślić. Zachęcaj. Kiedy pojawi się coś praktycznego i odpowiedniego, powiedz:
- Doskonale. Wypróbuj to przez tydzień, później spotkamy się i zobaczymy, jak ci idzie. Do widzenia.

Schemat rozmowy z ofiarą bullyingu, która jest pasywna

- Rola nauczyciela jest tutaj przede wszystkim wspierająca.
1. Słyszałam/słyszałem, że przytrafiły ci się w szkole jakieś niemiłe rzeczy.
 2. Wygląda na to, że masz już tego dosyć.
 3. Czy uważasz, że jest coś, co mogłoby poprawić sytuację? –nauczyciel słucha, negocjuje rozwiązania, ustala działanie.
 4. Dobrze, spróbujmy tego przez następny tydzień, a później porozmawiamy i zobaczymy, jak się sprawy mają. Do zobaczenia

Schemat rozmowy z ofiarą bullyingu, która prowokuje

- Rola nauczyciela polega tutaj dodatkowo również na pomocy uczniowi w zdaniu sobie sprawy, że jego/jej zachowanie również powinno się zmienić, żeby nie prowokować zachowań przemocowych w stosunku do siebie.
1. Słyszałam/słyszałem, że przytrafiły ci się w szkole jakieś niemiłe rzeczy.
 2. Wygląda na to, że masz już tego dosyć.
 3. Opowiedz mi o tym więcej. Jak to się zaczęło? – w tym miejscu staramy się wskazać uczennicy lub uczniowi związek jego zachowań

z tym, co mu się przytrafia w szkole (na przykład: Aha, ilekroć podchodzisz do nich i żartujesz sobie z nich, wtedy oni zaczynają ci dokuczać).

4. Czy uważasz, że jest coś, co mogłoby poprawić sytuację? nauczyciel słucha, negocjuje rozwiązania, ustala działanie. 5. Dobrze, spróbujmy tego przez następny tydzień, a później porozmawiamy i zobaczymy, jak się sprawy mają.

Celem i rezultatem wszystkich rozmów prowadzonych w I etapie metody jest ustalenie, w jaki sposób każda uczennica i każdy uczeń może, choćby w niewielkim stopniu, zmienić swoje zachowanie.

- To może znacznie przebudować sytuację w grupie i sprawić, że powoli zaczynają się zmieniać dotychczasowe nieformalne normy i zasady zachowań młodzieży

Po tygodniu odbywają się ponowne indywidualne spotkania (w tej samej kolejności, co w I etapie), które mają pomóc ustalić, w jakiej mierze uczniowie osiągnęli cel postawiony podczas pierwszego spotkania. Jeśli zachowanie przemocowe będzie się powtarzać, nauczyciel kontynuuje z uczniami indywidualną pracę z etapu pierwszego, aby osiągnąć pożądane rozwiązanie.

Jeśli się nie powtórzy – gratuluje wszystkim uczniom ich wysiłku i prosi, żeby dalej tak postępowali. Informuje ich także, że następnym etapem będzie spotkanie grupowe, i wyznacza jego datę.

Spotkanie klasowe według metody wspólnej sprawy (można z wykorzystać treści konspektu dla uczniów przygotowane w ramach tego projektu)



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



Cel:

- Uwrażliwienie uczniów na krzywdę drugiego dziecka
- Podkreślanie, że to, że się różnimy wyglądem, temperamentem, mocnymi stronami jest wartością, nie powodem do dyskryminacji
- Przedstawienie dzieciom zjawiska bullyingu i jego destrukcyjnych skutków
- Uświadomienie jak kluczowa jest ich rola jako świadków zjawiska w jego redukcji

Interwencja - ćwiczenie w mini grupach

OBAWY Nauczycieli W PODEJMOWANIU INTERWENCJI

Osoba prowadząca dzieli uczestników szkolenia na trzyosobowe grupy. Następnie rozdaje karteczki samoprzylepne i flamastry. Zadaniem uczestników jest wypisanie na karteczkach wszystkich obaw, blokad jakie mogą towarzyszyć nauczycielom przy podejmowaniu interwencji w sytuacjach podejrzenia przemocy rówieśniczej (bullyingu). Ważne jest, aby te trudności związane były zarówno z czynnikami zewnętrznymi, jak i tkwiącymi w samej interwencji.

Osoba prowadząca zapisuje na białej tablicy 2 hasła: „czynniki wewnętrzne”, „czynniki zewnętrzne”.

Następnie prosi uczestników o przyklejenie karteczek z konkretnymi barierami, obawami do jednego z dwóch haseł.

Treści, które powinny zostać wypracowane: 1. Czynniki wewnętrzne (tkwiące w samej interwencji: nieznanymi procedur interwencji prawnej i pozaprawnej, (konsultacja z prawnikiem – bezpłatna pomoc prawna dostępna jest w całej Polsce, w PCPR itp., a także w Telefonie 800 100 100;



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



zapoznanie się z procedurami obowiązującymi w danej placówce konsultacja z przełożonym, obawy przed pomyłką, obawa przed ujawnieniem braku kompetencji, obawa przed zaszkodzeniem dziecku/rodzinie (świadomość prawnego obowiązku podjęcia działania w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa dziecka), przekonanie, że dzieci same najlepiej poradzą sobie z rozwiązywaniem konfliktów rówieśniczych, (dokładne zbadanie sytuacji pozwala na trafną ocenę sytuacji – czy coś jest już przemocą, czy zwykłym konfliktem), strach przed odwetem rodziców dziecka stosującego bullying (świadomość, że osoba inicjująca interwencję działa z ramienia instytucji, której celem jest ochrona dziecka; wsparcie grona pedagogicznego/współpracowników/przełożonych), strach przed konsekwencjami prawnymi ze strony rodziców, związanymi z podjęciem interwencji, np. oskarżenie o zbyt późną reakcję, o pomówienia, skargi do dyrektora, (bieżące informowanie przełożonego o podejmowanych działaniach; podejmowania działań w ramach obowiązujących procedur), obawy o bezpieczeństwo dziecka po ujawnieniu krzywdzenia, (monitorowanie sytuacji, opracowanie z dzieckiem „strategii bezpieczeństwa” – co może robić w sytuacji zagrożenia, jak unikać zagrożenia, zaangażowanie innych nauczycieli/uczniów (świadków) w ochronę dziecka) – brak wiary w skuteczność podejmowania interwencji (analiza/uaktualnienie procedur obowiązujących w instytucji oraz świadomość konsekwencji wynikających z braku podejmowania działań), brak poczucia odpowiedzialności za reagowanie na przemoc rówieśniczą; poczucie, że inne osoby w szkole odpowiedzialne są za podjęcie interwencji (uświadomienie, że KAŻDA osoba pracująca w placówce odpowiedzialna jest za reagowanie na przemoc)

2. Czynniki zewnętrzne (związane z placówką): brak procedur interwencji w placówce (stworzenie procedur wewnątrz instytucji – stworzenie grupy roboczej, która opracuje procedury, wyznaczenie osoby lub grupy osób



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



odpowiedzialnych za stworzenie i monitoring procedur), brak wsparcia przełożonych, (szukanie wsparcia u współpracowników – zwykle grupa ma większą siłę przebicia i łatwiej jej wprowadzić różne zmiany, np. gdy przełożony jest bierny, nie inicjuje zmian), brak zrozumienia u innych profesjonalistów („lepiej nie rozdmuchiwać sprawy”), obawa przed utratą dobrego imienia przez szkołę/placówkę, (świadomość tego, że szkoła jest instytucją, która ma prawny obowiązek reagować w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa dziecka oraz że niereagowanie na przemoc prowadzi do „utrąty dobrego imienia”), przekonanie, że to inna instytucja powinna się zająć interwencją. (j.w) Po wspólnym omówieniu trudności osoba prowadząca prosi uczestników o podejście do tablicy i zaznaczenie kropką obawy – każdy uczestnik powinien wybrać jedną trudność, barierę lub obawę, która go dotyczy/ mogłaby go dotyczyć w sytuacji rozpoznania przemocy rówieśniczej.

Na zakończenie tego ćwiczenia istotne jest, aby dać nauczycielom przestrzeń na autorefleksję, by mogli sobie nawzajem odpowiedzieć na pytanie „Co mogę zrobić ze swoimi OBAWAMI?”. Ważne jest, aby uczestnicy uzyskali świadomość własnych barier i zastanowili się jak je przezwyciężyć.

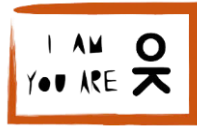
Na zakończenie warsztatu osoba prowadząca pyta nauczycieli „**Jak przeciwdziałać przemocy w klasie?**” i prosi by każdy z nich odpowiedział na to pytanie biorąc pod uwagę to, co najbardziej zapamiętał, co wywarło na nim największe wrażenie podczas warsztatów.

Osoba prowadząca prosi nauczycieli o wypełnienie anonimowej ankiety końcowej badającej ich poziom wiedzy w obszarze przemocy rówieśniczej (zwanej bullyingiem) i sposobów budowania relacji z uczniami opartej na wzajemnym szacunku, współpracy i zaufaniu po warsztatach.

Następnie dziękuję za ich zaangażowanie, czas i okazuje wiarę w zastosowanie nowego podejścia przez nauczycieli do tematu przemocy



Co-funded by
the European Union



Fundacja
edumocni



rówieśniczej, z uwagi na uświadomienie sobie swojej ogromnej roli w budowaniu wolnego od przemocy klimatu klasowego, który jest pełen szacunku i akceptacji dla różnorodności każdej osoby.