

SYSTEM REAGOWANIA I INTERWENCJI W SYTUACJACH AGRESJI I PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 204 IM. 19. PUŁKU UŁANÓW WOŁYŃSKICH W WARSZAWIE

Wprowadzenie

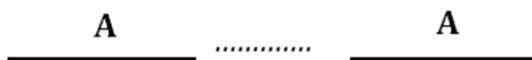
Problem agresji i przemocy rówieśniczej to jeden z trudniejszych problemów do rozwiązania dla każdego wychowawcy. Sytuacje wśród uczniów są często skomplikowane i niejednoznaczne, dlatego wymagają pogłębionej analizy oraz dobrania odpowiedniej metody rozwiązania. Niniejsze opracowanie ma być poradnikiem dla wychowawców i pedagogów.

REAGOWANIE W SYTUACJACH AGRESJI RÓWNORZĘDNEJ

I. Definicja agresji, formy agresji

Agresją jest każde zamierzone działanie, które ma na celu wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, straty, bólu. A zatem jest to każde zachowanie, które powoduje krzywdę drugiej osobie (lub własną). Uczniowie zachowują się agresywnie również wtedy, gdy niszczą swoje lub cudze rzeczy, sprzęt szkolny.

O agresji najczęściej mówimy wtedy, gdy **obie strony mają podobną siłę fizyczną i psychiczną**. Zaatakowany uczeń potrafi bronić swoich praw. Taką agresję nazywamy równorzędną.



Wyróżniamy kilka form agresji:

- **Fizyczna** – bicie, popchnięcia, podcinanie, wymuszanie pieniędzy, zamykanie, niszczenie własności, kopanie, plucie...
- **Słowna** – przezywanie, wyśmiewanie, grożenie, ośmieszanie, plotkowanie, namawianie się, szantaż, obrażanie...
- **Izolowanie** – wrogie gesty, miny, odrzucanie poszkodowanego z grupy, manipulowanie związkami...
- **Cyberprzemoc** – prześladowanie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie innych osób z wykorzystaniem Internetu i narzędzi typu elektronicznego takich jak: SMS, e-mail, witryny internetowe, fora dyskusyjne w Internecie, portale społecznościowe...

II. Zasady reagowania nauczycieli na agresję wśród uczniów

1. Dlaczego trzeba reagować?

Uczniowie, od początku swej obecności w szkole, muszą otrzymywać od nauczycieli jasny komunikat: "W tej szkole nie ma miejsca na przemoc i agresję". Jeśli pomimo wiedzy o normach zaczynają je łamać - muszą zostać uruchomione konkretne działania. **Pierwszym krokiem powinno być zwracanie uwagi uczniom łamiącym zasady szkolne.**

Zwrócenie uwagi ma na celu **wskazanie uczniowi niewłaściwego zachowania, wzbudzenie refleksji nad tym zachowaniem oraz wskazanie zachowania pożądanego.** Zwrócenie uwagi ma na celu **umożliwienie dziecku poprawy zachowania**, a nie karanie go.

2. Jak reagujemy?

Jeśli obserwujemy agresywne zachowania wśród uczniów, reagujemy:

- natychmiast
- spokojnie / autentycznie
- stanowczo (mówimy zdecydowanym, mocnym głosem, patrzymy na uczniów, mamy wyprostowaną sylwetkę, jesteśmy poważni)
- bez agresji
- konkretnie (krótko – jeden temat, problem)
- konsekwentnie
- używamy komunikatów „ja”

3. Przykłady konstruktywnych komunikatów

Formułując komunikaty do ucznia, który użył agresji:

- **Opisz, co widzisz (nazwij problem):** *Widzę, że kopiesz kolegę..., Dziewczyny, obgadujecie Julkę..., Słyszę, że się wyśmiewasz z Adama..., Widzę, że go drażnisz...*
- **Akcentuj swój sprzeciw:** *Nie zgadzam się..., Nie pozwalam..., Nie wolno...,*
- **Powołaj się na normy:** *Mamy w klasie zasadę, że... , W naszej szkole nie ma miejsca na znęcanie, Ustaliliśmy, że nikogo nie bijemy, W naszej klasie nie przezywamy się.*
- **Pokaż konsekwencje takiego zachowania dla poszkodowanego:** *Bartka to boli, Joli jest przykro, Jeśli go nie zaprosimy do zabawy, może poczuć się samotnie.*
- **Okaż zrozumienie dla dziecka:** *Rozumiem, że jesteś a niego zły... Rozumiem, że jesteś już zmęczony..*
- **Powiedz krótko, czego oczekujesz:** *Pracuj..., Rozwiąż zadania..., Oczekuję, że będziesz go szanował, Zależy mi, abyś przestrzegał tej zasady.*
- **Powiedz, co czujesz:** *Denerwuje mnie, Jest mi przykro, Jestem zła, że takie rzeczy mają miejsce w naszej klasie.*
- **Zachęć dziecko do pozytywnych zachowań (pochwal, docień):** *Dasz radę! Wytrzymasz!*

4. Czego unikać?

Zwracając uczniom uwagę warto unikać:

Agresji fizycznej:

- nie szarp ze złością, nie popychaj
- nie ściskaj za rękę sprawcy
- nie staraj się go sam fizycznie ukarać

Agresji słownej:

- nie obrażaj
- nie zawstydzaj
- nie oceniaj ucznia
- nie stosuj komunikatów „ty” (np.: *TY łobuzie, Bandyta z ciebie wyrośnie, Zawsze są z tobą kłopoty, Matka cię tak nauczyła, co?*)

Okazywania niepewności:

- nie opuszczaj wzroku
- nie udawaj, że nie widzisz
- nie rozśmieszaj sytuacji

Długich monologów i moralizowania:

- nie przemawiaj do dzieci, ich uwaga szybko się włączy
- nie trać czasu na moralizowanie (np.: *Czy tego uczą was w domu?, Chłopiec w twoim wieku powinien wiedzieć, jak należy się zachowywać, Powinniście się lubić i być dla siebie serdeczni*)

Wchodzenia w rolę sprawcy, by pokazać dziecku, co czuje osoba poszkodowana:

- nie stosuj tej samej broni, co sprawca (*A jak ja bym cię tak uderzyła, to jak byś się czuł?, Jak cię to tak bawi, co Magda mówi, to proszę na środek, teraz klasa się pośmieje z ciebie.*)

W relacjach z uczniami unikajmy szczególnie:

- Krzyku: - „Czasem trzeba nakrzyczeć na klasę, bo inaczej nie dociera”
- Obrażania, przezywania: - „Zachowujesz się, jak dzikus. Jesteś leniem”.
- Ośmieszania ucznia na forum klasy !!!!!
- Sarkazmu, wyśmiewania: - „Co, przy tablicy głos straciłeś?, To nie wypracowanie, to wypociny”.
- Braku dyskrecji: - „Mówiłaś, że jesteś niedysponowana, a na lekcji szalejesz”.
- Izolowania niektórych uczniów: - „Nie bawcie się z nim, skoro jest niegrzeczny”.
- Niedopuszczania ucznia do wypowiedzenia własnego zdania w istotnych sprawach, dotyczących jego osoby: - „W ogóle nie interesuje mnie, co masz do powiedzenia. Siadaj, nie będziemy dyskutować. Podjęłam już decyzję”.
- Niesprawiedliwości w ocenianiu i uprzedzeń do ucznia.
- Naznaczania ucznia/klasy: „ Ty nigdy nic porządnie nie zrobisz. A co ten filozof na to. Jesteście najgorszą klasą w szkole”.
- Chłodu emocjonalnego i zbytniego dystansowania się do spraw uczniów: „O nic mnie nie proście, ja tu tylko uczę polskiego”.
- Grożenia: „ Nie masz co się łudzić, że zdasz u mnie”.
- Rozkazów: „Natychmiast przeproś kolegę”.

Pamiętaj!!!

Gdy nauczyciel zachowuje się agresywnie lub używa przemocy:

- Uczniowie uczą się stosowania przemocy.
- Uczniowie uczą się, że władza i siła ma decydujące znaczenie.
- Uczniowie czują się upokorzeni i mogą stać się bardziej agresywni.
- Uczniowie mogą swoją agresję wyładowywać na „słabszych” kolegach.

III. Mediacja wśród uczniów

1. Wprowadzenie

W szkole dochodzi do wielu sytuacji konfliktowych, a te charakteryzują się dużą dynamiką. Często silne emocje skutkują niekontrolowanymi działaniami. Hałas, tłok, pośpiech, wymagania wobec dzieci prowadzą do emocji takich jak: strach, złość, bezsilność. To sytuacje generujące agresję i konflikty. Niekiedy uczestnicy konfliktu opatrzenie rozumieją intencje lub zachowania innych. Często do konfliktu dochodzi w sposób niezamierzony.

Jednym ze sposobów na załagodzenie sytuacji i rozwiązanie konfliktu są mediacje prowadzone przez bezstronnego mediatora. Mediacje są jednym ze skuteczniejszych sposobów obniżania poziomu agresji wśród dzieci.

Mediacje prowadzą min. do:

- spokojnego wyjaśnienia sytuacji,
- rozmowy dwóch stron konfliktu,
- rozwijania empatii poprzez możliwość wysłuchania się nawzajem,
- rozumienia wpływu swojego postępowania na odczucia drugiej osoby,
- brania odpowiedzialności za swoje zachowanie,
- naprawy szkody,
- dostrzegania, że każdy czyn wywołuje skutki,
- współdecydowania o sobie,
- czynnego uczestniczenia w procesie wymierzania sprawiedliwości,
- kształtowania sposobu zadośćuczynienia.

2. Rodzaje mediacji

Istnieją dwa rodzaje mediacji praktykowanych w szkołach:

- **mediacje rówieśnicze** – stosowane w prostych konfliktach między rówieśnikami i prowadzone przez dzieci-mediatorów, którzy są bliżej konfliktu, lepiej się rozumieją,
- **mediacje nauczycielskie** - prowadzone przez nauczycieli, pedagogów, osoby dorosłe.

3. Rola mediatora

Mediator powinien być (docelowo) osobą przeszkoloną w prowadzeniu mediacji. Jest to rola bardzo specyficzna i odbiegająca często od roli jaką zwykle przyjmują wobec dzieci wychowawca.

Mediator:

- przyjmuje postawę neutralną,
- nie ocenia,
- nie krytykuje,
- nie obwinia niezależnie od zachowania ucznia/uczniów,

- nie reaguje, jeśli uczniowie będą się nawzajem obwiniać lub uważać swoje zachowania za słuszne i usprawiedliwione,
- pozwala mówić, myśleć,
- nie komentuje, nawet jeśli nie akceptuje,
- stara się zrozumieć punkt widzenia uczniów (rozumieć nie oznacza akceptować),
- mówi zdecydowanie.

W trakcie mediacji:

- Należy zminimalizować ilość pytań, a jedynie podtrzymywać rozmowę, nie bać się ciszy.
- Karanie zastępujemy pojednaniem.
- Zemstę na sprawcach – pomocą dla ofiar.
- Alienację i nieczułość – wspólnotą i zjednoczeniem.
- Negatywizm i destrukcję – naprawą i przebaczeniem.
- Zajmujemy się przyszłością, naprawą relacji między uczniami.
- Słuchamy tego, co mówią uczniowie.

4. Sposób prowadzenia mediacji

Mediacje wymagają osobnego, spokojnego pomieszczenia.

W mediacjach uczestniczą tylko osoby zainteresowane (mediator i strony konfliktu).

Warunkiem mediacji jest **DOBROWOLNA ZGODA obu stron konfliktu na wspólną rozmowę**.

Mediacje mogą być poprzedzone indywidualnymi, przygotowawczymi rozmowami mediatora z każdą stroną konfliktu.

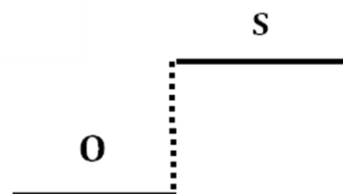
Mediacje powinny odbywać się według określonego **schematu mediacji (ZAŁĄCZNIK NR 1)**.

SYSTEM INTERWENCJI W SYTUACJACH PRZEMOCY /DRĘCZENIA

I. Definicja przemocy/dręczenia

Przemoc ma miejsce wówczas, gdy uczeń atakujący (lub grupa) jest silniejszy fizycznie lub psychicznie, używa przeważającej siły. Cechą charakterystyczną przemocy jest **nierównowaga sił** między uczniami i **powtarzalność** tego typu zachowań.

W przypadku przemocy tworzą się dwie role: **ofiary (O)** - osoby poszkodowanej, która nie potrafi sama się bronić i **sprawcy (S)** - osoby nadużywającej własnej siły w relacjach z innymi. Obie role mają negatywny wpływ na dalsze funkcjonowanie dzieci.



Przemoc powtarzana z premedytacją i okrucieństwem nazywa się **dręczeniem lub znęcaniem**.

Chłopcy częściej stosują przemoc jawną, bezpośrednią, dziewczynki natomiast słowną oraz izolowanie od grupy, namawianie innych przeciwko ofierze.

Formy przemocy są tożsame z formami agresji.

Długotrwałe doświadczanie przemocy ze strony rówieśników niesie dla poszkodowanego wiele negatywnych konsekwencji takich jak:

- depresja,
- niska samoocena,
- nieśmiałość,
- słabe wyniki w nauce,
- izolacja,
- myśli lub próby samobójcze.

Przemoc jest **nieusprawiedliwiona i krzywdząca**, narusza podstawowe prawo każdego dziecka do życia w poczuciu bezpieczeństwa na terenie szkoły.

II. Kolejność postępowania

1. Diagnoza sytuacji przemocy

Przemoc charakteryzuje się tym, że zarówno sprawcy jak i poszkodowani (a często również obserwatorzy) ukrywają fakt jej istnienia. Zdecydowana większość aktów przemocy rozgrywa się bez obecności nauczycieli.

Dlatego na początku należy przede wszystkim dokonać **rzetelnej diagnozy sytuacji**. Bez diagnozy nie powinno się podejmować interwencji.

Diagnoza polega na zebraniu informacji z kilku źródeł na temat:

- jak ta przemoc na co dzień wygląda (przykłady sytuacji, konkretne zdarzenia),
- jak długo trwa,
- jak często do niej dochodzi,
- kto jest głównym sprawcą, kto pomocnikiem, jakie inne osoby biorą w tym udział (np. jako „dopingujący” obserwatorzy),
- jak zachowuje się poszkodowany,
- jak reaguje na to klasa,
- itp.

Wychowawca może uzyskać wiedzę o problemie z następujących źródeł:

- indywidualny (dyskretny) wywiad z dzieckiem poszkodowanym,
- indywidualny wywiad z rodzicem dziecka poszkodowanego,
- indywidualne rozmowy z dziećmi będącymi „obserwatorami” wydarzeń,
- przeprowadzenie ankiety w klasie na temat agresji/przemocy w klasie,
- indywidualny wywiad z agresorem/sprawcą przemocy, lub jego rodzicem,
- obserwacja wychowawcy,
- specjalna obserwacja pedagoga szkolnego danej klasy (np. towarzyszenie klasie przez cały dzień pod pretekstem oceniania nauczycieli),
- analiza monitoringu szkolnego,
- zebranie informacji (obserwacji) od nauczycieli uczących daną klasę,

- monitoring portali społecznościowych, Internetu.

2. Program zaradczy wychowawcy

Po zebraniu i analizie materiału z diagnozy, wychowawca powinien zaplanować działania naprawcze. Wychowawca musi wybrać sposób interwencji, który pasuje do sytuacji oraz określić w jakich kierunkach będzie podejmował działania (wobec sprawców, wobec poszkodowanych, wobec klasy, wobec rodziców itd) . Program **zaradczy** to plan działań prowadzących do przerwania przemocy i poprawy sytuacji w klasie.

Ważne:

W trakcie diagnozy sytuacji oraz w trakcie realizacji programu zaradczego kierujemy się **zasadą troski o dobro poszkodowanego** – interwencja nie może pogorszyć jego sytuacji (czyli np. zapewniamy dyskrecję w niektórych sprawach, informujemy sprawców, że o przemocy wiemy od innych dorosłych, a nie od poszkodowanego itp.)

Prowadzimy **zapis całej interwencji** – co się wydarzyło, jakie metody zostały zastosowane, jaki jest rezultat.

3. Powołanie zespołu

W sytuacjach szczególnie trudnych warto powołać, na czas określony, **nauczycielski zespół interwencyjny**. Zespół powołuje dyrektor szkoły (np na wniosek wychowawcy lub pedagoga). W skład zespołu mogą wejść: pedagog, psycholog, wychowawca, niektórzy nauczyciele uczący, specjalista z poradni współpracującej ze szkołą, inne osoby, które mogą być ważne i przydatne w rozwiązaniu problemu. Zespół dokonuje diagnozy, określa strategię działania w stosunku do sprawcy i poszkodowanego, wspiera wychowawcę w realizacji programu zaradczego.

III. Interwencja humanistyczna: Metoda Wspólnej Sprawy A. Pikasa

Interwencje humanistyczne polegają na łagodniejszym i bardziej długofalowym działaniu. W interwencjach humanistycznych unika się karania dzieci, natomiast daje się im szansę poprawy zachowania. Interwencje humanistyczne bazują na wierze w dobro człowieka i możliwość zmiany jego zachowania. Interwencje humanistyczne pasują przede wszystkim do wczesnych (nieutralnych) faz przemocy.

Metoda Wspólnej Sprawy (The Method of Shared Concern) jako przykład interwencji humanistycznej, została opracowana przez Anatola Pikasa, szwedzkiego psychologa z Wydziału Edukacji Uniwersytetu w Uppsali. Jest szczególnie zalecana w sytuacjach **wczesnej przemocy grupowej wobec jednostki**. **Warunkiem zastosowania tej metody jest brak wcześniejszych kar dla sprawców za stosowanie tej przemocy.**

Punktem wyjścia do zastosowania Metody Wspólnej Sprawy jest stwierdzenie, że uczeń czuje się źle w szkole, ponieważ używana jest wobec niego przemoc.

Metoda Wspólnej Sprawy **koncentruje się na znalezieniu rozwiązania problemu; nie wyjaśnia szczegółów sytuacji przemocy, nie zajmuje się dochodzeniem prawdy, ani ustalaniem winnego, nie zakłada też utworzenia przyjacielskich stosunków pomiędzy uczniami. Jej celem jest praktyczne wprowadzenie podstawowych reguł, pozwalających uczniom na przebywanie w tej samej szkole – bez krzywdzenia innych.**

Metoda stanowi procedurę, składającą się z 3 etapów:

- Indywidualne „pogadanki” z każdym zaangażowanym uczniem (około 7-10 minut na jedno dziecko)

- Rozmowa z każdym uczniem (około 3 minuty na dziecko)
- Spotkanie grupowe (około pół godziny)

Pomiędzy poszczególnymi etapami jest od 1-2 tygodni przerwy, a rozmowy muszą być prowadzone przez jedną osobę. Rozmowy obejmują:

- sprawców – zarówno tzw. „głównych”, czyli prowodyrów, jak i tych, którzy ich popierają, zachęcają lub wykonują polecenia (praktycznie więc – całą grupę osób zaangażowanych w dokuczanie),
- ofiarę przemocy.

Metodę tą mogą prowadzić tylko osoby przeszkolone w jej zakresie. Opis metody wraz ze skryptami rozmów znajduje się w **ZAŁĄCZNIKU NR 2**.

IV. Interwencja legalistyczna – klasyczna

Klasyczne podejście do rozwiązania problemu przemocy opiera się na założeniu, że **przemoc jest niesprawiedliwa i krzywdząca i powinna być jak najszybciej przerwana**. W podejściu tym największy nacisk kładzie się na pracę ze sprawcami, którzy łamią szkolne zasady i stosują przemoc. Równolegle jednak wspiera się także dzieci pokrzywdzone i pracuje z tzw „obserwatorami” (czyli klasą).

1. Zasady postępowania wobec dzieci poszkodowanych i ich rodziców w trakcie interwencji.

Rozmowa z dzieckiem poszkodowanym.

Nie należy czekać aż dziecko samo przyjdzie i powie o fakcie bycia prześladowanym tylko zacząć rozmowę i pamiętać, że dzieci te często nie mają odwagi przyznać się, że są ofiarami przemocy (boją się, że zostaną jeszcze bardziej wykluczeni z powodu bycia donosicielem). Zachęć je mówiąc, że się martwisz i chcesz pomóc. Przypomnij o zakazie dokuczania innym. Przykład rozmowy:

- Opisz sytuację, znane Ci fakty: „*od kilku tygodni obserwuję...*”
- Opisz swój stosunek do zdarzeń „*chłopcy użyli przemocy, nie zgadzam się na to...*”
- Uwolnij dziecko od poczucia winy „*chłopcy naruszyli zasady... nie ma w tym twojej winy*”
- Powiedz o celu spotkania „*Zależy mi aby dokuczanie się skończyło... tobie chcę pomóc...*”
- Wysłuchaj relacji dziecka „*opowiedz mi co się wydarzyło...*”
- Zapytaj dziecko o jego pomysły na rozwiązanie sytuacji.
- Poinformuj co zamierzasz zrobić.
- Zachęć dziecko do współpracy.
- Możesz poćwiczyć z dzieckiem asertywne sposoby obrony.

Ważne:

Z dzieckiem poszkodowanym należy prowadzić rozmowy dyskretnie, zapewnić mu poczucie bezpieczeństwa i komfortu psychicznego. Nie powinno się także mówić sprawcom, że to poszkodowany powiedział o sytuacji przemocy. Można mówić, że informacje ma się od dorosłych albo świadków z innych klas.

Dziecko poszkodowane może także odmówić rozmowy o sytuacji przemocy. Ma do tego prawo. Nie można go za to oskarżać lub obwiniać. Jednakże interwencję i tak musimy dalej prowadzić.

Niezmierznie istotna jest współpraca z rodzicami dziecka poszkodowanego. W trakcie rozmowy z nimi warto:

- Wyjaśnić dokładnie rodzicom, co wiemy o sytuacji przemocy. Przedstawić jasno swoje stanowisko w tej sprawie – brak zgody na krzywdzenie w klasie. Rodzice powinni przekonać się, że zależy nam na przerwaniu przemocy i że jesteśmy zaangażowani w sprawę.
- Powiedzieć co zamierzamy zrobić i co dotychczas zostało zrobione.
- Wysłuchać propozycji rodziców rozwiązania i oczekiwań rodziców co do szkoły. Omówić możliwości ich realizowania.
- Prosić o cierpliwość i czas na działanie w trosce o dobro właśnie ich dziecka.
- Ustalić częstotliwość i sposób kontaktowania się, przepływu informacji podczas trwania interwencji !
- Można dać wskazówki dotyczące jak pomóc dziecku, polecić materiały do czytania, przekazać informacje o możliwościach uzyskania specjalistycznej pomocy (PPP, organizacje pozarządowe).
- Pokazać jakie nawyki czy zachowania dziecka (jeśli takie istnieją) mogą narażać go na przemoc i jak je zmienić.
- Jeśli postawa rodziców ma negatywny wpływ na sytuację należy o tym powiedzieć „*Ważne dla nas aby rodzice nie wymierzali sami sprawiedliwości w agresywny sposób, staramy się właśnie tego unikać, to dla wszystkich trudna sytuacja*”.
- Gdy istnieje niebezpieczeństwo spotkań poszkodowanego ze „sprawcami” pomiędzy domem a szkołą, należy zaplanować bezpieczny sposób przemieszczania się dziecka z i do szkoły.
- Uświadomić rodziców, że mają możliwość zgłoszenia zdarzenia na policję.

Pamiętać aby w rozmowie z rodzicami poszkodowanego nie skupiać się wyłącznie na zachowaniach dziecka wskazując je jako bezpośrednią przyczynę przemocy.

Jeśli rodzice poszkodowanego domagają się szybkiego rozwiązania sprawy zaproponuj spotkanie w szerszym gronie np. z pedagogiem, psychologiem aby przekonać o słuszności podejmowanych kroków.

Prowadząc interwencję – stale monitoruj sytuację tzn regularnie kontaktuj się z dzieckiem poszkodowanym/rodzicami w celu sprawdzenia czy sytuacja się poprawia.

2. Interwencja wobec dzieci-sprawców przemocy i ich rodziców.

Interwencja wobec dziecka-sprawcy zakłada dwa kierunki pracy, które powinny przebiegać równolegle. Kierunek I polega na aktywnej pomocy dziecku w „wyjściu z roli” czyli zmianie niekonstruktywnych zachowań i nawyków na bardziej pozytywne (pogłębianiu empatii, nauce kontroli emocji, pozytywnym przywództwie itp) . Kierunek II to działania dyscyplinujące, których zadaniem jest szybkie przerwanie przemocy względem poszkodowanego.

W ramach działań dyscyplinujących:

a. Z każdym sprawcą rozmawiamy oddzielnie, rozmowy grupowe rozmywiają odpowiedzialność.

b. Prowadzimy systematyczne cykle rozmów – aż do zniknięcia problemu. Najlepiej ustalić stałe terminy (np. w każdy piątek). Jeśli uczeń po pierwszych rozmowach wykazuje poprawę nie należy ich od razu przerywać, ale stopniowo rozrzedzać. Rozmowy mogą mieć różny charakter:

- Rozmowy wyjaśniająco-dyscyplinujące
- Rozmowy ostrzegawcze
- Rozmowy dyscyplinujące wraz z podpisaniem kontraktu
- Rozmowy rozliczająco-wspierające
- Rozmowy wspierające.

Przed spotkaniem z uczniem-sprawcą należy przygotować się do rozmowy, wiedzieć co konkretnie chcę powiedzieć (wybrać jeden problem np. tylko naśmiewanie, a nie dodatkowo jeszcze nieobecności czy nauka), zadbać o spokojne miejsce zapewniające intymność bez udziału jakichkolwiek świadków rozmowy.

PLAN PIERWSZEJ ROZMOWY

Krok 1 – powiedz o konkretnych faktach co do których mamy pewność, że się zdarzyły np. *„wczoraj naśmiewałeś się i kpiłeś z Jaśka kolejny raz już obgadywałeś go do innych chłopców”*. Unikać uogólniania, moralizowania, filozofowania.

Krok 2 – powiedz uczniowi jakie normy naruszył.

Krok 3 – wyjaśnij cel rozmowy, wyjaśnij uczniowi, że nie akceptujemy przemocy, nie chcemy go teraz karać, ale chcesz porozmawiać o całej sytuacji i sposobach jej rozwiązania.

Krok 4 – wysłuchaj tego co ma do powiedzenia uczeń, bez komentowania, daj odczuć, że słuchasz i rozumiesz jego punkt widzenia (rozumieć nie znaczy akceptować).

Krok 5 – spróbuj wzbudzić empatię u sprawcy wobec poszkodowanego

Krok 6 – poszukaj wspólnie z uczniem rozwiązania sytuacji. Ponownie odwołaj się do norm *„rozumiem, że nie lubisz Jasia, że cię denerwuje, ale zasadą jest, że nie wyśmiewamy i nie obgadujemy innych”*. Zapytaj ucznia jak widzi rozwiązanie sytuacji. Możesz zaproponować swój pomysł, wyboru dokonujecie wspólnie. Uczeń zobowiązuje się do przestrzegania rozwiązania. Jeśli uczniowi brakuje pomysłu, sam decydujesz.

Krok 7 – docień ucznia za współpracę i poinformuj ucznia, że będzie obserwowany, a w przypadku niedotrzymania ustaleń będą podjęte następne kroki (spisanie kontraktu, rozmowa z innym nauczycielem). Ustal termin kolejnego spotkania.

DRUGA ROZMOWA ZE SPRAWCĄ

Rozmawiasz o efektach starań ucznia. Jeśli uczeń zaprzestał stosowania przemocy, przekazujesz mu pozytywną informację zwrotną. Dalej jednak umawiasz się na kolejne spotkanie. Jeśli natomiast złamał zobowiązanie, spisujesz **KONTRAKT**.

W kontrakcie zawierasz:

- zakres zobowiązań ucznia,
- informację o konsekwencjach złamanych ustaleń,
- termin spotkania z ocenieniem stopnia wypełnienia umowy,

- podpis ucznia i wychowawcy.

c. Tworzymy hierarchię rozmów – stopniujemy napięcie i środki np.:

- Uczeń – wychowawca,
- Uczeń – wychowawca, pedagog,
- Uczeń – wychowawca, rodzice,
- Uczeń – wychowawca, pedagog, rodzice,
- Uczeń – wychowawca, pedagog, inni nauczyciele uczący dziecko.
- Uczeń – wychowawca, pedagog, inni nauczyciele, rodzice.
- Uczeń – wychowawca, pedagog, rodzice, dyrektor.

d. Monitorujemy zachowanie sprawcy – uczeń musi odczuć skupioną na sobie uwagę dorosłych

- Obserwacja ucznia przez nauczycieli uczących,
- Informacje zwrotne od ucznia poszkodowanego,
- Informacje zwrotne od dzieci neutralnych,
- Informacja zwrotna od ucznia sprawcy.

e. Stosujemy wzmocnienia pozytywne

Wzmocnienia pozytywne staramy stosować się na każdym etapie np. doceniamy jego współpracę podczas kolejnych spotkań, podjęty wysiłek i starania zmiany zachowania.

f. Stosujemy hierarchię konsekwencji wychowawczych

Konsekwencje powinny uwzględniać konkretną sytuację i samego ucznia, jego potrzeby i możliwości zmiany zachowania.

Pamiętaj! Jeśli kary są zbyt ostre i nie mają związku z zachowaniem, uczeń może je odebrać jako odwet z naszej strony. Dzieci chętniej podporządkowują się, tym których lubią i szanują. Przestrzegają umów, jeśli mają na nie wpływ i rozumieją ich potrzebę.

Zatem warto zacząć od rozmów, spotkań, poszukiwania zadośćuczynień, nadzorowania zachowania, a dopiero potem sięgamy po bardziej dyscyplinujące pomysły. Pomysły na różnorodne kary i konsekwencje znajdują się w **ZAŁĄCZNIKU NR 3**.

Jeśli rodzice sprawcy odmawiają współpracy, a przejawy demoralizacji ucznia nie ustępują, również w sytuacji gdy szkoła wykorzysta wszelkie możliwe formy oddziaływania wychowawczego lub gdy nie przynoszą one oczekiwanych rezultatów należy wziąć pod uwagę **zawiadomienie sądu rodzinnego/policji**.

3. Działania wobec klasy

Propozycje działań edukacyjno-wychowawcze w klasie, w której wystąpił problem przemocy:

- integracja zespołu klasowego (zajęcia integracyjne, wyjścia, imprezy klasowe),
- wprowadzenie norm i zasad zachowania obowiązujących w klasie,
- nauka poprzez współpracę, dajemy możliwość bliższego poznania się uczniom (realizacja zadań w małych grupach),

- profilaktyka pierwszego stopnia – cykl zajęć edukacyjnych dotyczących zjawiska przemocy (wyjaśnianie pojęć agresji i przemocy, nauka kontroli emocji, nauka empatii, nauka asertywnej obrony, nauka mediacji, nauka pomagania i reagowania na przemoc),
- profilaktyka drugiego stopnia – działania edukacyjne i wychowawcze dostosowane do problemów występujących w danej klasie, aktywne reagowanie na wszystkie sytuacje związane z przemocą.
- Zorganizowanie „Klubu wsparcia” - poszukaj w klasie sprzymierzeńców z których możemy utworzyć wokół poszkodowanego dziecka krąg wsparcia. Zrób to tak, aby poszkodowany nie wiedział nic o takiej akcji. Wybierz takie osoby, które nie biorą udziału w przemocy i mają do niej negatywny stosunek, choć jedna z tych osób powinna mieć silną pozycję w klasie. Gdy zbierzesz taką grupkę zrób z nimi spotkanie omów sytuację poszkodowanego, wzbudź empatię. Zaproponuj konkretne rozwiązania np. „Gdy Tomek nie będzie miał znowu pary, Jaś podejdzie i utworzy z nim parę”. Podrzuć pomysły jak mogliby rozmawiać z poszkodowanym. Po kilku dniach porozmawiaj i omów działania jakie podjęli.

SCHEMAT MEDIACJI

ETAP 1: WPROWADZENIE DO MEDIACJI

Mediator pyta strony o zgodę na udział w mediacji oraz określa reguły mediacji i swoją rolę:

- każda ze stron będzie mówiła na zmianę,
- nie można się obrażać, nie można przerywać, trzeba słuchać siebie na wzajem,
- mediator jest neutralny tzn. nie stoi po żadnej stronie, jego rolą jest pomoc w uzgodnieniu rozwiązania,
- jeśli będzie taka potrzeba, mediator może poprosić obie strony o rozmowy na osobności.

ETAP 2: PRZEDSTAWIENIE PUNKTU WIDZENIA KAŻDEJ ZE STRON

Mediator umożliwia każdej ze stron wypowiedzenie swojego punktu widzenia, swojej wersji wydarzeń. W trakcie wypowiedzi mediator:

- umożliwia wysłuchanie tego punktu widzenia przez drugą stronę- m.in. stosowanie technik aktywnego słuchania
- wspiera strony w dotarciu do źródeł konfliktu, wyjaśnieniu sytuacji, wydarzeń,
- definiuje problemy i ich gradację.

Uwagi:

Jeśli rozmowa przebiega burzliwie i trudno mediatorowi uspokoić atmosferę, zawsze może przerwać i umówić się w innym, określonym terminie.

ETAP 3: POSZUKIWANIE ROZWIĄZAŃ

Mediator pomaga stronom wypracować rozwiązania konfliktu poprzez:

- wysłuchanie jakie są potrzeby i oczekiwania każdej ze stron,
- budowanie zrozumienia (choć niekoniecznie akceptacji) dla punktu widzenia potrzeb i interesów każdej strony,
- zebranie proponowanych przez strony rozwiązań (mediator też może proponować własne), poszukiwanie punktów zbieżnych-wspólnych interesów.
- wybór wspólnego, realnego i akceptowanego przez obie strony rozwiązania.

ETAP 4: SPISANIE POROZUMIENIA

Po wyborze wspólnego rozwiązania, mediator spisuje umowę mediacyjną, która zawiera jasne sformułowanie zobowiązań każdej strony.

Mediator docenia każdą ze stron i dziękuje za współpracę.

ETAP 5: MONITOROWANIE PRZESTRZEGANIA UMOWY MEDIACYJNEJ

W kolejnych tygodniach, mediator czuwa nad przestrzeganiem umowy mediacyjnej. Może np. spotykać się raz na tydzień ze stronami i sprawdzać jak idzie realizacja zobowiązań. Jeśli wszystko jest dobrze to warto pochwalić obie strony i zakończyć spotkania. Jeśli jednak konflikt trwa to można wrócić do mediacji lub rozwiązać spór inną metodą.

Uwagi:

W przypadku, gdy strona korzystając z reguły dobrowolności zrezygnuje z udziału w mediacji, lub nie dojdzie do ugody to sprawa powinna być rozwiązana w inny sposób.

METODA WSPÓLNEJ SPRAWY

Metoda Wspólnej Sprawy (The Metod of Shared Concern) została opracowana przez Anatola Pikasa, szwedzkiego psychologa z Wydziału Edukacji Uniwersytetu w Uppsali. Jest szczególnie zalecana w sytuacjach, gdy grupa uczniów stosuje przemoc wobec jednego lub kilku kolegów przez jakiś czas. Punktem wyjścia do zastosowania Metody Wspólnej Sprawy jest stwierdzenie, że uczeń czuje się źle w szkole, ponieważ używana jest wobec niego przemoc.

Metoda Wspólnej Sprawy koncentruje się na znalezieniu rozwiązania problemu; nie wyjaśnia szczegółów sytuacji przemocy, nie zajmuje się dochodzeniem prawdy, ani ustalaniem winnego, nie zakłada też utworzenia przyjacielskich stosunków pomiędzy uczniami. Jej celem jest praktyczne wprowadzenie podstawowych reguł, pozwalających uczniom na przebywanie w tej samej szkole – bez krzywdzenia innych.

Metoda stanowi w istocie pewną procedurę, składającą się z 3 etapów:

1. Indywidualne „pogadanki” z każdym zaangażowanym uczniem (około 7-10 minut na jedno dziecko)
2. Rozmowa z każdym uczniem (około 3 minuty na dziecko)
3. Spotkanie grupowe (około pół godziny)

Pomiędzy poszczególnymi etapami jest od 1-2 tygodni przerwy, a rozmowy muszą być prowadzone przez jedną osobę.

Rozmowy obejmują:

- sprawców – zarówno tzw. „głównych”, czyli prowodyrów, jak i tych, którzy ich popierają, zachęcają lub wykonują polecenia (praktycznie więc – całą grupę osób zaangażowanych w dokuczanie),
- ofiarę przemocy.

Pierwsza rozmowa z uczniami musi być przygotowana szczególnie dokładnie. Należy zwrócić uwagę na:

Zebranie informacji

Przed rozpoczęciem rozmów należy porozmawiać z nauczycielem i/lub innymi dorosłymi, którzy widzieli te zachowania, aby zdobyć niezbędne informacje na temat tego, kto jest prawdopodobnym przywódcą, oraz czy ofiara przemocy zachowuje się prowokacyjnie (w takim przypadku rozmowa z nią przebiega w nieco inny sposób, niż z ofiarą pasywną).

Warunki wstępne

Ważne jest przygotowanie odpowiedniego miejsca do rozmów i zapewnienie możliwości spotkań ze wszystkimi uczniami w zbliżonym czasie (np. zorganizowanie kolejnego zwalniania ich z lekcji). Uczniowie nie powinni być wcześniej uprzedzeni o mających się odbyć rozmowach.

Kolejność

Nauczyciel spotyka się ze wszystkimi zaangażowanymi w sytuację uczniami, w określonej kolejności. Zaczyna od „przywódcy”, (faktycznego głównego sprawcy lub pełniącego rolę kierowniczą), następnie rozmawia z pozostałymi sprawcami – czasem są to „wykonawcy”, a czasem uczniowie, którzy pozornie są „tylko” świadkami – popierają jednak sprawcę lub sprawców, zachęcają ich, okazują zadowolenie itp. Z ofiarą rozmawia się na końcu.

Taka kolejność nie jest przypadkowa – główny sprawca (z którym rozmawia się na początku), najczęściej wraca do klasy spokojny i zrelaksowany, ponieważ rozmowa nie jest konfrontacyjna. To może pozytywnie nastawić do rozmów pozostałych uczniów, którzy będą wtedy bardziej skłonni do współpracy. Natomiast rozmowa z ofiarą na samym końcu pozwala uniknąć – lub przynajmniej ograniczyć – ryzyko posądzenia jej przez kolegów o donoszenie lub podawanie nieprawdziwych szczegółów.

Koordinacja w czasie

Pierwsze rozmowy powinny odbywać się w kolejności i bez przerwy – najlepiej w czasie jednej lekcji. Staraj się unikać rozmów z uczniami krótko przed przerwą. Uczniowie powinni mieć jak najmniej możliwości rozmawiania między sobą podczas tego etapu.

Miejsce

Konieczne jest miejsce zapewniające prywatność i spokój, rozmowa odbywa się na siedząco.

Podejście

Prowadzący rozmowę zachowuje postawę neutralną, nie ocenia, nie krytykuje i nie obwinia - niezależnie od zachowania ucznia.

ETAP I

Pierwszy etap Metody Wspólnej Sprawy zakłada używanie ściśle określonych zdań i sformułowań - tzw. skryptu. Inaczej przebiega rozmowa z uczniem stosującym przemoc, inaczej zaś – z jej ofiarą.

Rozmowa z uczniem stosującym przemoc.

Poproś ucznia, aby usiadł. Popatrz na niego i zaczekaj, aż on spojrzy na ciebie. Zaczynij rozmowę:

1. Słyszałem, że 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 czas na pomyślenie – wytrzymaj długie przerwy w ciszy. Nie oskarżaj, nie obwiniaj. Staraj się uniknąć wypytywania, lecz podtrzymuj rozmowę. Zaakceptuj, jeśli uczeń będzie obwiniał innych lub uważał swoje zachowanie za słuszne i usprawiedliwione, lecz podkreślaj, że X-owi dzieje się źle (ktokolwiek jest temu winny).

2. Więc wygląda na to, że X-owi dzieje się w szkole źle – powiedz to zdecydowanie, z siłą i naciskiem. Przejdź szybko dalej:

3. W porządku. Zastanawiam się, co mógłbyś zrobić, żeby pomóc X-owi w tej sytuacji.

Zobacz, jakie rozwiązanie uczeń może wymyślić. Zachęcaj. Kiedy pojawi się coś praktycznego i odpowiedniego, powiedz:

4. Doskonale. Wypróbuj to przez tydzień, potem spotkamy się i zobaczymy, jak ci idzie. Do widzenia.

Powtarzamy to z każdym uczniem po kolei.

Są różne warianty tej rozmowy, w zależności od tego, jakie pojawiają się w jej trakcie problemy – np. brak współpracy, milczenie, podawanie niepraktycznych rozwiązań i in.

Zalecane reakcje w przypadku pojawienia się problemów są następujące:

- Niechęć do współpracy – nie zachęcaj, czekaj w ciszy. Jeśli po kilku minutach uczeń nic nie powie, ty powiedz: „Wygląda na to, że nie chcesz dzisiaj rozmawiać. Lepiej wróć teraz do swojej klasy”
- Brak pomysłów na rozwiązanie – pozwól pomyśleć, nie bój się ciszy. Możesz dać własne sugestie, ale najpierw zapytaj ucznia, czy chciałby je usłyszeć.
- Niepraktyczne rozwiązanie (np. niemożliwe do wykonania lub absurdalne) – nie odrzucaj go kategorycznie, porozmawiaj, spytaj: „Czy wtedy nie będzie agresji?”, „Czy to jest możliwe?”
- Rozwiązanie, które zależy od kogoś innego – powiedz: „Myślałem raczej o czymś, co mógłbyś zrobić sam.”
- Uskarżanie się na prowokacyjne zachowanie ofiary – akceptuj uczucia złości i frustracji, ale dalej utrzymuj, że uczniowi, wobec którego stosowana jest przemoc, dzieje się w szkole źle; niezależnie od tego, jak sam się zachowuje.

Nie sposób oczywiście przewidzieć wszystkich możliwych trudności. Zawsze jednak, gdy nauczyciel czuje, że rozmowa nie przebiega dobrze, może ją przerwać i umówić się ponownie, podając określony termin: „Myślę, że na dzisiaj skończyliśmy. Zobaczymy się jeszcze w...”

Rozmowa z uczniem – ofiarą przemocy

Rozmowa ta przebiega nieco inaczej w przypadku ofiary pasywnej („klasycznej” wg Pikasa), nieco zaś inaczej w przypadku ofiary prowokującej. Zawsze nauczyciel przyjmuje w tej rozmowie rolę doradcy, który pozwala znaleźć sposoby aktywnej zmiany sytuacji (można do niej włączyć przećwiczenie sposobów reagowania na zaczepki i dokuczanie).

a) rozmowa z ofiarą „klasyczną”

Rola nauczyciela jest tutaj przede wszystkim wspierająca.

1. 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?** – słuchamy, negocjujemy rozwiązania, ustalamy działanie.
4. **Dobrze, spróbujmy tego przez następny tydzień, a potem pogadamy i zobaczymy, jak się sprawy mają. Do zobaczenia.**

b) rozmowa z ofiarą prowokującą

Rola nauczyciela polega tutaj dodatkowo również na pomocy uczniowi w zdaniu sobie sprawy, że jego własne zachowanie przyczynia się do tej sytuacji i że on także musi je zmienić.

1. **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 uczniowi związek jego własnych zachowań z tym, co mu się przytrafia w szkole np. „aha, więc ilekroć podchodzisz do nich i żartujesz sobie z nich, wtedy oni zaczynają ci dokuczać”
4. **Czy uważasz, że jest coś, co mogłoby poprawić sytuację?** – słuchamy, negocjujemy rozwiązania, ustalamy działanie.
5. **Dobrze, spróbujmy tego przez następny tydzień, a potem pogadamy i zobaczymy, jak się sprawy mają.**

Efektom wszystkich tych rozmów jest ustalenie, w jaki sposób każdy z uczniów może, choćby w niewielkim stopniu, zmienić swoje zachowanie. To jednak znacząco zmienia sytuację w grupie i sprawia, że zaczynają się powoli zmieniać dotychczasowe nieformalne normy i zasady zachowań uczniów.

ETAP II

Po 1-2 tygodniach odbywają się ponowne indywidualne spotkania (w tej samej kolejności) , które mają pomóc ustalić, na ile uczeń osiągnął cel, postawiony na pierwszym spotkaniu. Jeśli zachowanie agresywne będzie się powtarzać, nauczyciel kontynuuje z uczniami indywidualną pracę z etapu I, by osiągnąć rozwiązanie. Jeśli się nie powtórzy – gratuluje każdemu uczniowi jego wysiłku i prosi, żeby dalej postępował w ten sposób. Nauczyciel informuje też każdego ucznia, że następnym etapem będzie spotkanie grupowe i wyznacza jego datę.

ETAP III – spotkanie grupowe

Spotkanie grupowe prowadzi do wspólnej zgody na utrzymanie się zmiany w funkcjonowaniu grupy. Nauczyciel spotyka się najpierw na krótko ze sprawcami przemocy i poprosi, aby zastanowili się nad jakimś pozytywnym stwierdzeniem o dziecku pokrzywdzonym, które mogliby mu powtórzyć, gdy dołączy do grupy. Następnie nauczyciel idzie po to dziecko, po przyjeździe do sali dba o to, aby nie musiało przechodzić pomiędzy wszystkimi zebranymi; może usiąść obok niego . Nauczyciel podkreśla raz jeszcze, jak uczniowie dobrze sobie radzili w pracy nad poprawą sytuacji. Prosi ich, aby zaproponowali jakieś sposoby utrzymania takiego stanu. Może także zachęcić ich do określenia, jak by się zachowali, gdyby ktoś znowu zaczął być agresywny. W czasie tego spotkania nauczyciel podkreśla też ideę życia razem bez agresji i kłótni, nawet jeśli się nie jest przyjaciółmi. Może zaproponować im kolejne spotkanie np. za 6 tygodni, w celu sprawdzenia skuteczności

przeprowadzonej interwencji; powinien też mieć pod kontrolą całą sytuację, aby sprawdzić, czy zachowania agresywne się nie powtarzają.

Na zakończenie kilka uwag o warunkach skuteczności opisanej metody. Po pierwsze: autor Metody Wspólnej Sprawy gwarantuje jej niemal stuprocentową skuteczność – jednak pod warunkiem dokładnego stosowania się do opisanego tzw. „skryptu”, czyli szczegółowo podanego przebiegu rozmów; łącznie z zaleceniami, co powiedzieć i jakich użyć sformułowań. Bywa to dla wielu nauczycieli bardzo trudne; wymaga przecież zrezygnowania z konfrontacji, dowiadywania się szczegółów, wypytywania, ustalenia winnego, a wreszcie – jego ukarania. Po drugie: jest bardziej odpowiednia dla dzieci nieco starszych, mających powyżej 9 lat – co jednak nie oznacza, że nie można jej z powodzeniem stosować również w pracy z dziećmi młodszymi.

Ponadto praktyka wskazuje, że Metoda Wspólnej Sprawy jest bardziej efektywna w początkowej fazie przemocy; w przypadkach dłużej trwających i bardziej zaawansowanych problemów może okazać się niewystarczająca. Zakłada bowiem współpracę sprawców, jeśli zaś są nimi uczniowie, którzy już utrwalili podobny wzorzec zachowań i w dodatku byli przedtem wielokrotnie za nie karani – mogą nie być do takiej współpracy skłonni.

Niezbędnym warunkiem skuteczności opisanej procedury jest to, aby nie była używana w izolacji, lecz jako część stopniowalnego systemu, wyznaczonego przez szkolną politykę przeciwdziałania przemocy. Nauczyciele muszą wiedzieć, kiedy metody tej użyć, jak sprawdzić, czy przyniosła skutek i co zrobić, jeśli nie zadziała.

Oprac. na podst.: Sonia Sharp, Peter K.Smith, Tackling Bullying in Your School: A Practical Handbook for Teachers ; Routledge, 1994.

**PULA KAR I KONSEKWENCJI ZA ŁAMANIE NORM
(PULA MOŻLIWOŚCI)**

1. Ograniczenie przywilejów i przyjemności

- zakaz przynoszenia sprzętu multimedialnego do szkoły
- obowiązek meldowania się w ustalonym miejscu, u wyznaczonej osoby - na czas zawartego kontraktu
- odebranie przyjemności (dyskoteka, kino, basen)
- odebranie możliwości korzystania z atrakcyjnych miejsc szkolnych (np. sala gimnastyczna, pracownia komputerowa, sklepik, plac zabaw)
- zawieszenie w przywilejach ucznia (szczęśliwy numererek itp)

2. Time-out (odseparowanie)

- odseparowanie podczas przerwy, na korytarzu, w widocznym miejscu
- ograniczenie swobody poruszania się po szkole
- jedzenie obiadu z młodszymi dziećmi, przy stole nauczycielskim, osobno
- ograniczenie swobody spędzania wolnego czasu poprzez spędzanie przerwy z wyznaczoną osobą (np. z wychowawcą, pedagogiem szkolnym, wolontariuszem) lub w wyznaczonym miejscu

3. Naprawienie szkody

- odkupienie zniszczonych rzeczy (z pieniędzy własnych – konieczność porozumienia się z rodzicami)
- naprawienie szkody
- rekompensata w postaci oddania swojej nieużywanej rzeczy
- zwrócenie zabranych lub ukradzionych przedmiotów

4. Formy zadośćuczynienia

- oficjalne przeprosiny poszkodowanego w obecności rodziców, nauczyciela
- przeprosiny w formie listu
- zadeklarowanie formy zadośćuczynienia przez sprawcę przemocy na rzecz poszkodowanego (np. kupienie książki, zabawki, ciastka, zrobienie zakładki do książki itp)
- pomoc koleżeńska
- odpracowanie dyżuru za poszkodowanego

5. Pozytywne działania na rzecz społeczności szkolnej

- pomoc w bibliotece
- wolontariat w świetlicy
- wolontariat szkolny i pozaszkolny
- pomoc dyżurującym nauczycielom w czasie przerw międzylekcyjnych
- pomoc koleżeńska
- prace społeczne: czyszczenie sal, ławek, sprzątanie boisk, pomoc woźnym, odmalowanie

6. Pozytywne działania dotyczące problemu agresji/przemocy

- przygotowanie referatu na godzinę wychowawczą (na temat np. dlaczego przezywanie jest krzywdzące) lub wygłoszenie go w młodszej klasie
- przygotowanie wystawy, gazetki szkolnej na temat agresji/przemocy
- zrealizowanie wywiadu np. z nauczycielem na temat przemocy do gazetki szkolnej
- nakręcenie filmu komórką nt jakiejś normy szkolnej/klasowej

Ważne!

Warunki skuteczności stosowania kar:

- spójność stosowania kar przez ważne osoby z otoczenia dziecka
- natychmiastowość zastosowania
- dotkliwość kary – znajomość dziecka
- adekwatność do przewinienia