

# Mobbing i bullying w szkole

*Charakterystyka zjawiska  
i program zapobiegania*

# Mobbing i bullying-definicje

## *Mobbing:*

polega na szykanowaniu jednostki zazwyczaj przez grupę. Oznacza terror psychiczny: zaczepianie, izolowanie, obmawianie, nieprzyjazne wypowiedzi i zachowania grupy lub osoby w stosunku do drugiej osoby i grupy, mające na celu wyłączenie konkretnej osoby z grupy koleżeńskiej lub zawodowej. Prześladowania mogą przyjmować formępośrednią lub bezpośrednią, aż do przemocy fizycznej włącznie. Mogą ograniczać się do gorszego traktowania.



## *Bullying:*

jest rozumiany najczęściej jako tyranizowanie, z intencją skrzywdzenia drugiej osoby. Agresywny akt w dużej mierze nie jest wynikiem prowokacji i powtarza się na przestrzeni jakiegoś czasu. Określany jest często jako, celowe, powtarzalne i nie prowokowane zachowania agresywne jednego lub kilku sprawców wobec ofiary; z zamiarem sprawienia jej bólu fizycznego, przykrości, poniżenia lub przerażenia jej, najczęściej w obliczu grupy „wizów” z wyraźną nierównowagą sił- niemożnością obronienia się ofiary i poczuciem bezkarności sprawcy.



# Zjawisko bullyingu

## *Bullying bezpośredni:*

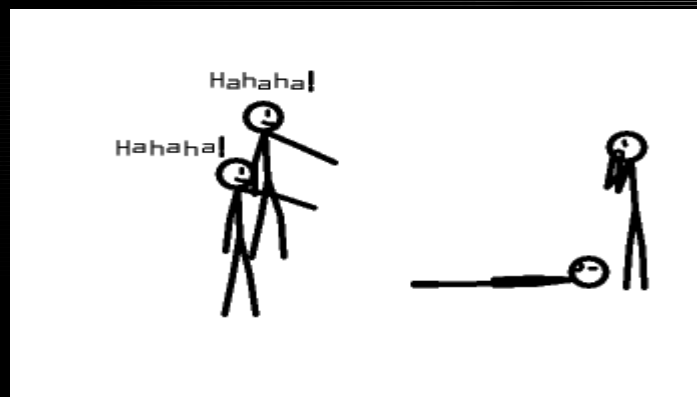
- a) fizyczny- popychanie, plucie, kopanie, uderzanie, zabieranie i chowanie rzeczy, zmuszanie do wykonywania poniżających, ośmieszających lub odrażających czynności
- b) słowny (emocjonalny)- grożenie, poniżanie przez przezywanie, wyśmiewanie, robienie min i prowokowanie

## *Bullying pośredni (ukryty):*

- a) relacyjny- obmawianie, rozpuszczanie plotek, namawianie innych do izolacji ofiary, odrzucania jej i ignorowania
- b) cyber bullying- umieszczanie w sieci oszczerczych informacji



# Rozpoznawanie mobbingu i bullyingu oraz działania zapobiegawcze szkoły



# Sygnaty świadczące, że zjawisko mobbingu jest w szkole:

- przezywanie, upokarzanie, wyśmiewanie, wyszydzanie, zastraszanie, zakrzykiwanie, grożenie
- zaczepianie, popychanie, szturchanie
- zabieranie książek, pieniędzy
- siniaki, zadrapania, podarte ubrania

# Oznaki pozwalające rozpoznać nauczycielom ofiary mobbingu:

- są samotne w czasie przerw i niedopuszczane do grupy
- jako ostatnie wybierane są do składu drużyny w grach zespołowych
- w czasie przerw starają się trzymać w pobliżu nauczyciela lub innych dorosłych
- mają problemy z głośniejszymi wypowiedziami na lekcjach, a odpowiadając sprawiają wrażenie niepewnych, nerwowych
- wyglądają na sfrustrowane, nieszczęśliwe, smutne, łatwo płaczą

# Cechy ogólne ofiar mobbingu:

- potencjalne 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, zaleźnione, nieszczęśliwe, mają niską samoocenę, podświadomie i pośrednio pokazują innym, że są nieszczęśliwe i mało wartościowe, okazują swoją bezradność- widać, że są łatwym celem
- mają trudności z pokazywaniem się w grupie towarzyskiej
- łatwiej przychodzi im nawiązanie kontaktu z dorosłymi niż z rówieśnikami

# Charakterystyka ofiar prowokujących:

- mają one porywczy temperament, bronią się, gdy ktoś je zaatakuje, chcą się bić i próbują oddać, najczęściej z żalonym skutkiem
- mogą być nadaktywne, ciągle w ruchu, nie potrafią się skupić- ogólnie są to uciążliwe dzieci, wprowadzające zamieszanie i niepokój. Często są niedojrzałe i niezdarne, miewają drażniące otoczenie przyzwyczajenia
- są nie lubiane przez dorosłych, z nauczycielami włącznie
- mogą same usiłować dokuczać innym osobom



# Po czym rozpoznać sprawców mobbingu:

- 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 dominowania i tyranizowania innych, chętnie uciekają się do przemocy i groźby, dążą do realizacji swojej woli za wszelką cenę. Chętnie się swoją faktyczną lub wymagowaną władzą nad pozostałymi uczniami
- są porywczy, impulsywni, cechuje ich niski próg frustracji, mają trudności z przystosowaniem się do panujących norm i zasad. Aby osiągnąć korzyści, chętnie oszukują
- ogólnie są zbuntowani, nieposłuszni, agresywni
- sprytnie wykręcają się z trudnych sytuacji
- mają opinie twarde, nie współczują dręczonym uczniom, mają dość wysokie mniemanie o sobie
- stosunkowo wcześnie zaczynają łamać normy prawne i społeczne
- wpadają w złe towarzystwo, stają się chuliganami

# Zarys programu zaradczego przeciw mobbingowi, bullyingowi w szkole

*według D. Olweus'a*

# Środki zaradcze na poziomie szkoły to :

- przeprowadzenie ankiety wśród uczniów. Analiza sytuacji
- dzień poświęcony mobbingowi w szkole /zamiast zwykłych lekcji/
- większa kontrola podczas przerw /dyżury/, częstsze interwencje
- więcej ciekawych zajęć pozalekcyjnych
- uruchomienie telefonu kontaktowego czynnego przez kilka godzin w tygodniu, aby anonimowo porozmawiać o zaistniałych problemach
- spotkania z rodzicami
- doskonalenie i samodoskonalenie nauczycieli
- współpraca dom-szkoła

# Środki zaradcze na poziomie klasy:

- regulamin klasowy zawierający normy postępowania zapobiegające mobbingowi, wyjaśnianie problemu, nagradzanie i sankcje
- godzina wychowawcza poświęcona tematycznie tym problemom
- nauka poprzez współpracę, dająca możliwość bliższego poznania się
- wspólne zajęcia wzmacniające więzi między uczniami
- spotkania z rodzicami, indywidualne rozmowy

# Środki zaradcze na poziomie jednostki:

- rozmowy ze sprawcami i ofiarami mobbingu
- rozmowy z rodzicami uczniów, których problem dotyczy, ewentualnie także w obecności dzieci
- wykorzystanie pomocy ze strony „neutralnych” uczniów
- pomoc i wsparcie dla rodziców ze strony szkoły
- fachowa pomoc psychologa /psychoterapeuty/ dla rodziców i uczniów szykanowanych /także szykanujących/

Violence In Schools Training Online Project



**opracowanie: Renata Ganowicz-Muszyńska**

*źródło: Ośrodek Rozwoju Edukacji*