

Priprema za radionicu

Naziv radionice: JA MOGU zaustaviti nasilje

Područje: socio-emocionalno; program prevencije nasilja

Ciljevi radionice:

-učenici će naučiti prepoznati različite oblike nasilja (fizičko, verbalno, emocionalno, cyberbullying) i razumjeti njihove posljedice na žrtve i širu zajednicu.

-učenici će kroz igranje uloga i diskusije razvijati sposobnost stavljanja u tuđu perspektivu (žrtve, nasilnika, promatrača) i razumijevanje emocionalnih i socijalnih implikacija nasilja.

-učenike će se potaknuti da prepoznaju vlastitu odgovornost kao promatrači i da razviju hrabrost za pozitivnu intervenciju u slučajevima nasilja.

- kroz pisanje anonimnih pisama i diskusije, učenici će razvijati vještine izražavanja svojih stavova i osjećaja prema temama nasilja i podrške.

-učenici će usvojiti strategije za mirno rješavanje sukoba te naučiti kako intervenirati na način koji smanjuje napetost i nasilje.

Očekivani ishodi kod učenika:

-učenici će moći razlikovati fizičko, verbalno, emocionalno i digitalno nasilje te ih svjesno identificirati u stvarnim situacijama (u školi, domu, online).

-učenici će iskazivati veće razumijevanje za emocionalne i socijalne posljedice koje nasilje ostavlja na žrtve.

-učenici će biti osnaženi da se ne povlače u ulogu pasivnih promatrača, već da stanu u obranu žrtve ili prijave nasilje odgovornim osobama.

-učenici će moći identificirati konstruktivne načine za rješavanje sukoba i znat će kada i kako intervenirati u situacijama nasilja.

-učenici će razviti bolje vještine izražavanja svojih osjećaja, stavova i prijedloga za rješavanje konflikata.

-učenici će pokazivati veću spremnost za doprinos sigurnoj i podržavajućoj atmosferi u učeničkom domu, prepoznajući važnost zajedničkog djelovanja u prevenciji nasilja.

Trajanje radionice: 45 min

Radionica je namijenjena: svim učenicima

Metode i oblici: frontalno predavanje, grupne diskusije, igranje uloga (grupni rad), refleksija kroz razgovor, pisanje anonimnih pisama (individualni rad)

Potreban materijal: ploča, magneti, papiri s navedenim vrstama nasilja i primjerima za svaku, A4 papiri, olovke, upute za glumljenje u scenarijima, papirnate čaše, gumice za kosu, gumice za domaćinstvo

Tijek radionice:

Ledolomac (5 minuta): učenike se podjeli u grupe po 4-5 i svaka grupa sjeda u krug oko svojeg stola. Pred svaku grupu se stavi 6 nasumično raspoređenih papirnatih čaša te jedna gumica za kosu na koju je čvorovima povezano 5 gumica za domaćinstvo. Učenicima se daje uputa da svatko od njih uhvati po jednu gumicu za domaćinstvo. Mehanizam funkcionira na način da kada svatko od učenika potegne svoju gumicu, širi se i gumica za kosu na koju je sve povezano. Isto tako, ukoliko svatko popusti svoju gumicu, gumica za kosu se steže. Učenicima se govori da je njihov zadatak posložiti čaše jedne na druge u obliku piramide (3-2-1). Grupa koja prva složi čaše je pobjednik.

Nakon završetka aktivnosti voditelji ističu važnost suradnje u svim aktivnostima te da svaki pojedini član svojim dobrim ili lošim reagiranjem može napraviti razliku. Najavljuje se tema radionice.

Vrste nasilja (10 minuta): učenicima se govori definicija nasilja te ih se upoznaje s vrstima nasilja, pri čemu se za svaku daje po jedan primjer. Sve vrste nasilja nabrojane su na ploči jedna ispod druge. Potom se svakoj grupi učenika (u koje su učenici i dalje grupirani s početka radionice) daje niz papirića na kojima su navedeni različiti primjeri neadekvatnih ponašanja. Njihov je zadatak razvrstati primjere sukladno tome o kojoj se vrsti nasilja radi. Zajednički komentiramo jedan po jedan odgovor, pri čemu predstavnici svake grupe izlaze pred ploču i lijepe ponašanja u pripadajuće kategorije (npr. "krađa džeparca-ekonomsko nasilje". Za svaki odgovor komentiramo jesu li ga doživjeli u Domu i u kojem obliku.

Igranje uloga (20 minuta): Učenicima se daje uputa da će igrati uloge, pri čemu jedan ili dva učenika (ovisno o veličini grupe) imaju ulogu nasilnika, jedan učenik ulogu žrtve, a svi ostali ulogu opažača. Učenici glume dva scenarija, pri čemu u prvom scenariju opažači pasivno promatraju kako se odvija nasilje, dok se u drugom scenariju suprotstavljaju nasilniku i staju u obranu žrtve. Između dvije scene bit će kratka pauza kako bi se učenike dodatno informiralo o njihovim ulogama. Nakon što odglume oba scenarija, s učenicima se započinje diskusija. Za početak se pita žrtvu, a potom i nasilnika i opažače kako su se osjećali u prvom, a kako u drugom scenariju. Nakon diskusije učenicima se ističe kako su na vlastitoj koži imali priliku osvijestiti koliko moć imaju kao opažači i da svatko od njih može zaustaviti nasilje. Ističe im se da je u prosjeku samo 20% sudionika ovakvih događaja nasilnik ili žrtva, dok preostalih 80% njih može značajno utjecati na njegov ishod.

Pismo podrške (7 minuta): Učenicima se daje zadatak da samostalno napišu pismo nasilniku ili žrtvi, pri čemu se vodi računa o tome da ih je podjednako. Pisma moraju biti u podržavajućem tonu te se grupi koja piše nasilniku dodatno skreće pažnja na činjenicu da nasilnici vjerojatno i sami imaju cijeli niz problema i da pismo njima ne smije biti osuđujuće ili prijeteće. Naglašava im se da je cilj njihovih pisama postići da se žrtva osjeća bolje, a nasilnik odustane od dosadašnjih obrazaca ponašanja i potraži neke adekvatnije. Učenike se potiče na empatiju i ozbiljnost te im se govori da će njihova pisma biti oblikovana u zajednički pano u Domu.

Zaključak i evaluacija (3 minute): Učenike se pita koja je najvažnija stvar ili jedna ideja koju su naučili na ovoj radionici te zajedno još jednom ističemo da opažači imaju ključnu ulogu u zaustavljanju nasilja, bilo direktno, bilo traženjem pomoći djelatnika doma/škole. Kratko im se objašnjava te ih se potiče da se uključe u Učenički tim za prevenciju nasilja (potpisom na potpisnu listu koja se nalazi na izlazu). Evaluacija se vrši putem mete.

Prilozi:

Prilog 1. Vrste nasilja

Fizičko nasilje

Udarci, šamari, guranje, štipanje, udaranje nogom

Bacanje predmeta na nekoga ili korištenje oružja

Skrivanje ili oštećivanje tuđih osobnih stvari

Verbalno nasilje

Vrijeđanje na osnovi izgleda, spola, vjere

Ruganje, ismijavanje i omalovažavanje

Prijetnje fizičkim nasiljem ili prijetnje uništavanjem imovine

Širenje glasina, ogovaranje ili manipulacija informacijama kako bi se nekoga ponizilo

Socijalno nasilje

Namjerno isključivanje osobe iz grupe ili društvenih aktivnosti

Širenje lažnih informacija ili glasina kako bi se narušio nečiji društveni status

Poticanje drugih da izbjegavaju ili ignoriraju osobu

Uvjeravanje drugih da se "okrenu protiv" nekoga ili manipuliranje prijateljstvima

Cyberbullying (nasilje putem interneta)

Slanje prijetećih ili uvredljivih poruka putem društvenih mreža, e-pošte ili SMS-a

Objavlivanje ili dijeljenje neugodnih fotografija ili videozapisa bez pristanka osobe

Lažno predstavljanje ili stvaranje lažnih profila kako bi se osoba ponižavala

Širenje lažnih informacija ili glasina online

Seksualno nasilje

Neželjeno dodirivanje, prisila na seksualne aktivnosti ili prisiljavanje osobe na neželjeni fizički kontakt

Seksualni komentari, uznemiravanje ili prijetnje povezane sa seksualnom prirodom

Distribucija privatnih ili intimnih slika bez pristanka

Seksualno iznuđivanje ili manipulacija putem prijetnji

Ekonomsko nasilje

Oštećivanje ili krađa imovine ili novca druge osobe

Ucjena vezana uz novac ili imovinu

Prilog 2: Scenarij za nasilnika

1. Priđi žrtvi s rugalačkim izrazom lica.

- Reci: *"Vidi tko je došao, najveća sramota ovog doma!"*

2. Pojačaj verbalni napad.

- Reci: *"Pogledaj se. Zar ti stvarno misliš da si važan? Nitko ovdje ne želi biti s tobom."*

3. Traži podršku od promatrača.

- Pogledaj ostale učenike i reci: *"Svi se slažete sa mnom, zar ne? Je li tako da je smiješan?"*

4. Nastavi napad, pritom se dodatno potruđi dobiti podršku promatrača.

- Reci: *"Uopće nije vrijedan vaše pažnje. Svi to znamo."*

5. Zadrži agresivan stav, nastavljajući napad.

- Reci žrtvi: *"Što ćeš sad? Nikad se nećeš usuditi reći ništa protiv mene."*
- možeš joj prići i blago ju pogurati

Prilog 3: Scenarij za žrtvu:

1. Kada nasilnik počne s napadom, žrtva osjeća nelagodu i strah.
 - Spusti pogled, lagano se povuci unazad, kao da želiš izbjeći sukob.

2. Na verbalni napad reagira nesigurnim odgovorom.
 - Reci tiho: *"Molim te, prestani. Nisam ti ništa napravio."*

3. Pokaži još veći strah dok nasilnik nastavlja.
 - Korakni unazad, gledaj u pod, kao da želiš pobjeći iz situacije.

4. Pogledaj promatrače s izrazom lica koji traži pomoć.
 - Prelazi pogledom po promatračima, ali bez riječi, nadajući se da će netko pomoći.

5. Na završni komentar nasilnika reagira povlačenjem.
 - Stani po strani, izbjegavajući daljnji kontakt očima s nasilnikom i promatračima.

Prilog 4: Prvi scenarij za opažače (pasivno promatranje)

Promatrač 1

1. Na početku napada gleda u stranu, kao da nije zainteresiran.
2. Kada nasilnik traži podršku, promatrač slegne ramenima, ne gledajući nikoga.
3. Nastavlja gledati u pod ili u telefon, izbjegavajući kontakt očima s bilo kim.
4. Povremeno pogleda situaciju, ali brzo skrene pogled.
5. Ne komentira situaciju, ostaje po strani dok sve traje.

Promatrač 2

1. Kada nasilnik započne s napadom, promatrač pokazuje nelagodu, nervozno gledajući u stranu.
2. Kad nasilnik pozove na podršku, promatrač kratko pogleda nasilnika, ali ostane tih.
3. Rukama nesigurno prebire po torbi ili odjeći, kao da ne zna što bi napravio/la.
4. Očigledno mu/joj je neugodno, ali izbjegava intervenirati ili kontakt s žrtvom.
5. Na završni napad nasilnika, promatrač samo spusti glavu, izbjegavajući situaciju.

Promatrač 3

1. Na početku se suptilno osmjehne kad nasilnik započne s uvredama.
2. Kad nasilnik zatraži podršku, blago kimne glavom, ali bez riječi.
3. S vremena na vrijeme promatra nasilnika s odobravajućim izrazom lica, bez izraženih reakcija.
4. Kad situacija eskalira, promatrač ostaje pasivan, ali ne pokušava pomoći žrtvi.
5. Gleda nasilnika s blagim osmijehom, kao da mu/joj je situacija pomalo zabavna.

Promatrač 4

1. Na početku promatrač izgleda zabrinuto i pogleda oko sebe kao da traži pomoć.
2. Kad nasilnik traži podršku, promatrač izbjegava odgovor, gledajući u pod.
3. Nervozno premješta težinu s noge na nogu, kao da želi nešto reći, ali se ne usudi.
4. Pokušava uhvatiti pogled drugih promatrača, kao da ih potihom poziva na akciju, ali ništa ne poduzima.
5. Do kraja ostaje pasivan, djelujući nesigurno i zabrinuto, ali bez riječi ili akcije.

Prilog 5: Drugi scenarij za opažače (aktivno uključivanje):

Promatrač 1

1. Kada nasilnik započne s vrijeđanjem, promatrač odlučno i glasno reagira.
 - Reci: *"Prekini s tim, nemaš pravo vrijeđati ga!"*
2. Staje bliže žrtvi, pokazujući da ga podržava.
3. Ako nasilnik nastavi, promatrač ponavlja svoje neslaganje, sada s još više odlučnosti.
 - Reci: *"Daj nemoj! Prestani odmah!"*
4. Okrene se prema žrtvi, pokazujući podršku.
 - Reci žrtvi: *"Ne brini, tu sam."*
5. Nastavi se držati uz žrtvu dok se situacija ne smiri, dajući joj osjećaj sigurnosti.

Promatrač 2

1. Kada nasilnik započne napad, promatrač pristupi situaciji mirno, s namjerom da smiri sukob.
2. Pokušava odvrćanjem odvući pažnju nasilnika.
 - Reci: *"Pusti njega/nju, nije to vrijedno tvoje pažnje."*
3. Ako nasilnik nastavi, promatrač dodatno pokušava spustiti napetost.
 - Reci: *"Nemoj tako. Ovo nije način."*
4. Nakon što nasilnik prestane, predlaže žrtvi da zajedno odu.
 - Reci: *"Dođi, idemo zajedno, ne moraš ovo slušati."*

Promatrač 3

1. Kada nasilnik započne vrijeđanje, promatrač pogleda druge promatrače i tiho ih potiče da zajedno reagiraju.
 - Reci: *"Hej, idemo mu/joj pomoći. Nećemo ovo tolerirati."*
2. Prilazi žrtvi i nasilniku, jasno pokazuje da se ne slaže s nasiljem.
 - Reci nasilniku: *"Ostavi ga/ju na miru, ovo nije u redu."*
3. Gleda druge promatrače i dodatno ih motivira.
 - Reci: *"Idemo svi stati uz njega/nju. Nitko ne zaslužuje da ga ovako tretiraju."*

4. Stane uz žrtvu i pokazuje podršku.
 - Reci: *"Uz tebe smo, ne boj se."*
5. Nakon što se situacija smiri, sugerira da prijave incident.
 - Reci žrtvi: *"Ako trebaš podršku, idemo zajedno prijaviti što se dogodilo."*

Promatrač 4

1. Okrene se prema nasilniku s mirnim, ali odlučnim izrazom lica.
 - Reci nasilniku: *"Nemoj ovako razgovarati s njim/njom. Prestani."*
2. Okrene se natrag prema žrtvi, dajući joj osjećaj sigurnosti.
 - Reci: *"Ne brini, nismo sami, svi smo uz tebe."*
3. Održava miran ton i nastavlja pokazivati podršku prema žrtvi.
 - Reci: *"Nema potrebe da ovo slušaš. Ako želiš, idemo odavde."*
4. Zadrži mirnu prisutnost uz žrtvu sve dok se situacija potpuno ne smiri.

Voditelj radionice: Ivan Tarle