Lekcija 6: Savjeti za roditelje i učitelje

- 6.1 Savjeti za učitelje
- 6.2 Savjeti za roditelje
- Primjer radionice prevencije nasilja

6.1 Savjeti za učitelje

Škola je jedno od najznačajnijih mjesta u svakodnevnom iskustvu djece, zbog broja sati koje tamo provode, važnost onoga što tamo uče te kvaliteti društvenih odnosa koje ondje grad.

S ove točke gledišta, bitno je da učitelji:

● imaju odgovarajuće informacije i obuku o fenomenu

● budu otvoreni za konfrontaciju i dijalog s djecom

● pažljivo promatraju ponašanja u razredu

● naglašavaju važnost suradnje škole i obitelji

● nameću poštivanje pravila bez toleriranja bilo kakvog oblika nasilja

● pripremaju aktivnosti koje su potrebne da se s ovim fenomenom upoznaju mladi

● provode intervencije potrebne za dobrobit meta kao i CYP-a uključenog u nasilničko ponašanje.

Jedan od glavnih ciljeva učitelja također će biti jačanje ne samo kognitivnih već i socijalnih vještina kod učenika, s posebnim osvrtom na emocionalnu pismenost i razvoj empatijske svijesti, koja je neophodna za uspostavljanje odnosa s drugima i uspješno kodiranje njihovih emocija. Također će morati osvijestiti učenike o fenomenu vršnjačkog i elektroničkog nasilja, pokušavajući promicati ciljane načine kojima će moći prenijeti važnost poznavanja verbalnih i neverbalnih poruka, koje su temelj svakodnevne komunikacije među ljudima. Unutar škole treba uspostaviti mrežu operatera, tim za podršku s odgovornom kontakt osobom koja će:

- podučiti učitelje
- organizirati sastanke s roditeljima i mladima, na kojima se raspravlja o vezama i kako riješiti sukobe
- definirati pravila koja će biti usvojena u institucijama, npr. uporaba mobitela u školi
- različitim upitnicima ispitati razinu znanja fenomena nasilja kod roditelja i djece
- pratiti ponašanje unutar škole

- kontaktirati pravne ustanove unutar područja ako je to potrebno.

Budući da učitelji imaju bitnu ulogu u sprečavanju nasilja u školi, morat će fokus usmjeriti ne samo na mete nasilja, već i na CYP-ovima koji su uključeni u nasilničko ponašanje s najvećim rizikom.

Blagi ili akutni sukobi između vršnjaka mogu lako postati činom zlostavljanja, koji se ponavljaju i izvode putem interneta, s ozbiljnim pojačanim učincima za mete. Iz tog je razloga važno provesti mjere koje također uključuju djecu koja nisu izravno pogođena, kako ne bi postala progresivno desenzibilizirana na patnju.

Cilj je osmisliti načine intervencije koji će uzeti u obzir:

● Grupa vršnjaka: oni igraju ključnu ulogu (od onih koji podupiru i pomažu CYP koji se bavi nasilničkim ponašanjem do onih koji brane mete ili ostaju ravnodušni) i njihovo ponašanje može radikalno promijeniti situaciju. Promatrajući dinamiku unutar grupe, moguće je točnije razumjeti konfliktne situacije koje mogu biti prisutne te u skladu s njima planirati aktivnosti i intervencije usmjerene na njihovo zaustavljanje, stvarajući na taj način više kooperativne i suradničke klime unutar razreda.

● Školska kultura: ovo se odnosi na skup pravila koja su na snazi u školi, u učionici i dio su školske klime, koja kažnjava sve oblike ruganja i nasilja te nastoji utjecati i uvjetovati ponašanje djece.

● Zajednica sa svojim vrijednostima: agresivno, arogantno, lukavo i prevrtljivo ponašanje može biti potaknuta i određenim kulturnim modelima, prisutnost u medijima i prakticiranjem u školskom okruženju.

● Obrazovni odnos između nastavnika i učenika: neophodno je poticati dijalog s učenicima i uspostaviti opuštenu atmosferu unutar učionice koja također može posljedično poboljšati učenje učenika.

● Odnos s obiteljima: uspostavljanje odnosa suradnje i međusobnog povjerenja s jedinim ciljem - dobrobiti djece.

Konkretno, škola bi trebala:

■ Osnaživati učitelje i učenike da interveniraju kada se dogode teške situacije.

■ Formulirati sustav pravila koji je jasno protiv svih oblika ruganja i nasilja.

■ Omogućiti sastanke učitelja i roditelja organiziranjem dana sastanaka i rasprava.

■ Organizirati i promicati stručne tečajeve za učitelje za razvoj dobre školske klime.

■ Provoditi tečajeve usmjerene na razvoj svijesti o verbalnim i neverbalnim porukama koje su u osnovi svakodnevne komunikacije s drugima.

■ Osigurati djeci opremljene i primjerene prostore za rekreaciju i razne školske aktivnosti.

■ Dijeliti probleme sa stručnjacima.

Konkretno, učitelj mora:

● Biti otvoren za dijalog: vrlo često djeca nemaju hrabrosti otvoriti se i reći što im se događa ili što ih uzrujava. Bitno je da učitelje doživljavaju kao pouzdane osobe kojima su uvijek dobrodošli obratiti se.

● Raditi na poznavanju i prepoznavanju emocija, pokušavajući istaknuti važnost empatije kao glavnog čimbenika interakcije.

● Poboljšati društvene vještine, jer nam one omogućuju komunikaciju i interakciju s drugim ljudima, ne samo izravno i verbalno, već gestama i govorom tijela.

● Obraćati pozornosti na dinamiku između učenika; nadzirući ih za vrijeme odmora i ručka.

● Poticati klimu u kojoj se djeca mogu otvoreno suočiti, bez straha od osude, u kojoj je moguće mirno rješavanje problema i u kojoj se potiče prihvaćanje drugih, suradnja i solidarnost.

● Koristiti upitnike unutar razredne skupine za provjeru znanja o fenomenu.

● Postavljati i provoditi pravila uz odgovarajuće pohvale i sankcije. Važno je ne podcjenjivati agresivno ponašanje koje se događa i ne dopustiti da ponižavanje i zlostavljanje, na štetu slabije djece, prođe kao 'normalan' stav.

● Promicati kooperativno i suradničko učenje.

● Izbjegavati pretjerane oblike kontrole koji zastrašuju učenike: umjesto toga pokušajte s njima uspostaviti konstruktivan dijalog primjenom, kada je potrebno, izravnog, čvrstog i odlučnog pristupa koji ima za cilj rješavanje problema.

● Izbjegavati upotrebe nasilnog i agresivnog jezika, podcjenjivanje ili trivijaliziranje posebno agresivnih situacija nelagode koje pokazuju učenici, održavanje šutnje ili tajnovitosti o onome što se dogodilo. Detaljne rasprave s CYP-om uključenim u nasilničko ponašanje, mete i roditelje učenika, aktivnosti koje imaju za cilj razviti asertivnost, potaknuti poboljšanje samopoštovanja, poboljšati pregovaračke vještine, poboljšati vještine suočavanja s predrasudama, naučiti kako kontrolirati ljutnju i impulse, predstaviti različite radnje usmjerene na pojedini predmet, koje imaju za cilj pokušati promijeniti ponašanje dotičnih učenika i time obuzdati manifestirani problem.

Savjeti majke spisateljice

Preporučujemo čitanje knjige „iPravila“, autorice Janell Burley Hofmann koja živi u Cape Codeu (Massachusetts, SAD) sa suprugom i petero djece. Radi na programima za poboljšanje obiteljskih odnosa i vodi svoj osobni blog čije postove objavljuje i Huffington Post. Za Božić je svom 13-godišnjem sinu Gregoryju odlučila pokloniti iPhone. Poklon je, međutim, bio popraćen stvarnim ugovorom od 18 točaka koji je sin morao potpisati kako bi dobio i mogao koristiti pametni telefon. Pismo, napisano na sličan način kao Appleovi licencni ugovori za stvarne korisnike, sadrži neke prilično stroge i obvezne točke (sati korištenja, noćna dostava roditeljima, zabrana pretraživanja pornografskog sadržaja), ali je inače poziv na korištenje novog telefona odgovorno i pametno, bez ovisnosti.

Knjiga „iPravila“ (izdavač Giunti) namijenjena je roditeljima, kako bi im pomogla razmrsiti tisuće nedoumica o tome koja je odgojna metoda u ovom slučaju najispravnija. Svaka obitelj mora imati vlastita iPravila o korištenju tehnologije. Kao predložak može poslužiti ugovor otisnut na početku knjige.

Ispod je 18 Janellinih pravila kojih bi se svaki roditelj trebao pridržavati prema:

Govoriti! I opet govori!

Da biste svojoj djeci mogli dati tehnološka pravila, prvo se morate savršeno slagati s partnerom. Razgovarajte jedno s drugim i pokušajte zajedno utvrditi koji vas aspekti tehnologije plaše. Mogu biti različiti: online predatori, ovisnost, gubitak mašte. Njihovo prepoznavanje pomaže vam odrediti uloge koje ćete nametnuti svojoj djeci. Kada odlučite priopćiti tehnološka pravila, budite spremni razgovarati o njima zajedno. Dijete će lakše prihvatiti pravila ako će razumjeti vaše razloge, a u slučaju dobro utemeljenog pobijanja, budite spremni prihvatiti neke izmjene.

Lozinke

Društveni mediji pretvorili su tehnologiju u nedostupnu dimenziju za odrasle. Ipak, dužnost roditelja, kao 'učitelja života', bila bi znati poteze svoje djece kako bi ih uputili u pravom smjeru i ispravili ih kada pogriješe. Iz tog razloga je dobro da vam dijete kaže sve lozinke raznih portala kojima ima pristup. Kada pronađete nešto što vas nije uvjerilo ili vas plaši, raspravite to zajedno, saslušajte djetetove razloge i objasnite svoje. Pazite, međutim, da ne prekršite djetetovo povjerenje. Nemojte ići dalje samo da biste zadovoljili svoju znatiželju. Ako naiđete na normalan razgovor sa vršnjakom njegovih godina, prestanite ga čitati.

Prvo spavaj

Djeca često koriste svoje mobitele do kasno u noć. Razgovori s drugima drže ih budnima dulje nego što bi trebali, a prema pedijatrima 'isprekidan san uzrokuje pad koncentracije i zdravstvene probleme kod djece'. Kako bi riješila problem, Janell je nametnula nekoliko pravila: mobitel se mora predati roditeljima u 19.30 radnim danom navečer i u 21 sat vikendom s nekoliko iznimaka u ljetnim mjesecima. Kada im priopćite ovu odluku, budite spremni uzvratiti na njihove izlike. Ako vam kažu da mobitel koriste kao budilicu...nabavite im budilicu!

Čini drugima ono što želiš da oni čine tebi

To znači uputiti ih da ne koriste iPhone za laganje, da objavljuju stvari koje inače ne bi rekli naglas ili da govore loše o drugima. U tom smislu najveća prijetnja je elektroničko nasilje, čija je meta ili počinitelj lako postati. U prvom slučaju, naučite ih da imaju hrabrosti prijaviti se i obratiti pažnju na znakove koji govore da nešto nije u redu: ako više ne uživaju u stvarima koje su ih prije zabavljale, ako sakriju zaslon računala kad uđete u sobu, ako manje jedu ili spavaju. Kako bi vam povjerovali i

osjećali se ugodno pričajući vam o iskustvu kojeg se možda srame, prvo im ispričajte o incidentu u kojem ste vi bili meta. To će im pomoći da se osjećaju bliže vama i razumiju da ih možete razumjeti, a da ih ne osuđujete.

Dobri maniri

Namjena mobilnog telefona je da olakša komunikaciju s vašom djecom; to sigurno i je jedan od razloga zašto ste mu ga odlučili kupiti. Stoga je dobro da nikada ne ignoriraju vaše pozive. Ako pročitaju ime 'mama' ili 'tata' na ekranu, moraju odgovoriti, a kada to učine, bilo vama ili bilo kome drugome, moraju biti pristojni, reći 'bok' i nikada ne pokazati ljutnju.

Označiti

Nerijetko se dogodi da mobitel uzmete gotovo a da toga niste ni svjesni. Postalo je automatski početi ga provjeravati čak i kada ste možda za stolom, u kinu ili razgovarate s nekim. Roditelji rade ovo i djeca rade ovo. Da biste preokrenuli naviku, prvo je potrebno dati dobar primjer, a zatim im pomoći da kontroliraju impuls. Kako to učiniti? Ukazujući im da tehnologija stvara loše manire, čineći ih nepristojnima.

Vrijednost novca

Napravite popis njihovih tehnoloških privilegija i doprinosa koji daju u domu za popravke. Činit će se kao poštena razmjena. Bit će u mogućnosti zadržati svoje mobitele, primjerice, ako svako jutro spreme krevet i svako malo iznose smeće. Pomozite djeci da shvate vrijednost novca tako što ćete ih pozvati da rade sitne poslove (košenje trave, čuvanje djece) i da skupe džeparac kako bi se sami mogli snaći u slučaju da se mobilni telefon pokvari.

Škola

Djeca bi trebala imati više pažnje u školi. Ne samo da im mobilni telefon smeta, već ih lakoća s kojom mogu kontaktirati roditelje i pri najmanjoj poteškoći onemogućuje da sami prebrode normalne sukobe. Stoga je jedno od Janellinih pravila da tijekom nastave mobilni telefon mora

ostati kod kuće. Opet, postoje iznimke, u slučaju školskih izleta, aktivnosti nakon nastave i drugih posebnih incidenata, o kojima će ona s vremena na vrijeme razgovarati sa svojim djetetom.

Inzistirajte na sigurnim porukama

Djeca često slučajno ili namjerno naiđu na pornografiju dok rade domaću zadaću, tražeći video igre ili filmove. Radoznalost o seksualnosti je normalna među djecom. Ono što je važno da djeca shvate je da se seksualnost ne smije poistovjetiti s pornografijom.

Vježbajte sigurne poruke

U današnje vrijeme gomilaju se snimke tinejdžera u provokativnim pozama. Tehnologija je sve invazivnija i učestalo se rađaju novi modni trendovi, poput selfija, s čime bi svaki roditelj trebao biti upoznat. Neka vaša djeca shvate da je selfie dobar kada uhvati njihovo lice i osmijeh. U protivnom govorimo o sextingu, pojavi širenja seksualno eksplicitnih slika putem mobilnih telefona. Razgovarajte bez neugodnosti s djecom o tome kako bi oni shvatili koliko je riskantno podijeliti sliku koja se može pokazati bilo kome i na taj način im može narušiti ugled.

Fotografije

Djeca često zlorabe svoje mobitele, jer većinu vremena fotografiraju, novonastale fotografije uređuju raznim efektima da bi ih zatim objavili na društvenim mrežama. Sve navedeno odvraća im pažnju od onoga što se oko njih u stvarnosti događa. Oni ne žive u trenutku, jer im je glava stalno prikovana za mobitel. Savjetujte svoju djecu da snimaju samo one fotografije koje su im potrebne, da razmisle o tome na trenutak prije nego što uzmu mobitel u ruke i snime nove slike. Nije potrebno sve dokumentirati, proživljavanjem iskustava ona će ostati utisnuta u njihovim umovima.

Strah da će biti odsječen

Naučite i podučavajte vrijednost 'stanke', trenutak koji iskoristite prije korištenja tehnologije da biste razmišljali i radili stvari na razumniji način. Možete odlučiti svojoj djeci kupiti pametni telefon ili video igricu bez dovoljno razmišljanja o tome, samo zato što to imaju njihovi prijatelji i bojite se

da bi zbog nedostatka iste vaše dijete moglo biti isključeno. Iskoristite stanku kako biste utvrdili kakav će učinak ona imati na vaše dijete, a ako odlučite pričekati prije kupnje, to će djetetu pomoći da više cijeni vrijednost mobitela i sigurno će se pažljivije brinuti o njemu.

Cijenite prednosti tehnologije

Roditelj bi trebao znati prepoznati vrijednost i dobrobit tehnologije. Trebao bi poticati svoju djecu da to maksimalno iskoriste. Jedan primjer je lakoća s kojom se danas može slušati bilo koja vrsta glazbe. Mogućnost pronalaženja zajedničke strasti sa svojom djecom (kao što je glazba) pomaže u jačanju odnosa i najbolji je način da uživate u blagodatima tehnologije, koristeći je za smanjenje generacijskog jaza.

Spustite daljinski upravljač

Odnos s video igrama i aplikacijama na mobitelima i tabletima mora biti uravnotežen i nikada ne smije ometati djetetovu dnevnu rutinu, odvraćajući ih od svega ostalog. Potrebno je odrediti dane i vrijeme kada je moguće igrati, po mogućnosti ograničeno na vikend. Obratite pozornost na sadržaj videoigara. Također se informirajte kod prodavača u trgovinama, koji su u stanju donijeti kompetentnu prosudbu. Konačno, uvjerite svoju djecu da se koriste zabavama koje ne zahtijevaju tehnologiju, kao što su slagalice, mozgalice i društvene igre.

Živi i voli

Ovo pravilo za vašu djecu, također, vrijedi i za vas: podignite pogled, promatrajte stvarnost oko sebe, pogledajte kroz prozor, prošećite. Neka se djeca dosađuju, nemojte koristiti tehnologiju kao punilo. Dosada potiče kreativnost. Ne morate eliminirati svu tehnologiju da biste mogli cijeniti ono što je oko nas, samo ne dopustite da vas preuzme.

Pravite nered! Činite greške! Biti čovjek je sasvim u redu!

Prije ili kasnije vaša će djeca pogriješiti, to je prirodno i ispravno. Uspostavite pravila i kazne u slučaju prijestupa, jer će djeca jedino tako naučiti žonglirati u životu. Pazite, međutim, da se mogu osjećati ugodno doći do vas da razgovaraju o bilo čemu u bilo koje vrijeme, da ih strah ne sprječava da budu iskreni i priznaju vam kada nešto nije u redu. Ne dopustite im da se sami suoče s tehnologijom.

6.2 Savjeti za roditelje

Kako bi mogli provoditi intervencije za prevenciju i/ili smanjenje nasilja, roditelji bi prije svega trebali:

● posjedovati odgovarajuće znanje i obuku o pojavi koja im može omogućiti da prepoznaju i najbolje savjetuju djecu kada se nađu u teškim situacijama

● redovito razgovarati i suočavati se s njima

● paziti na njihovo ponašanje

● poticati suradnju između škole i obitelji nastojeći izgraditi socijalnu mrežu oko djeteta, uključujući i dijalog s roditeljima učenika.

U svakodnevnom životu:

- Morat će nadzirati djecu i promatrati njihovo ponašanje ne samo u stvarnom životu, već i u virtualnom svijetu, prilikom surfanja internetom ili u aktivnostima na mobitelu, te im nastojati naglasiti važnost odgovornosti prema njihovim postupcima.

- Morat će pratiti i kontrolirati posjete djece, razumjeti što pretražuju na internetu, stranice koje posjećuju i njihove preferencije surfanja.

- Pažljivo će naglasiti važnost dijaloga kod kuće, u školi i s vršnjacima, pokušavajući promicati mirno rješavanje sukoba koji se mogu pojaviti.

- Sudjelovanje u rekreacijskim ili sportskim aktivnostima svakako je nešto što treba favorizirati i preporučiti.

- Također je od iznimne važnosti pokušati uhvatiti i razumjeti sva zvona za uzbunu koja se aktiviraju: općenito, mete zlostavljanja i elektroničkog nasilja imaju sklonost promijeniti svoje ponašanje u odnosu na uobičajeno svakodnevno ponašanje (tipičan primjer je odbijanje odlaska u školu ujutro ili za sudjelovanje u planiranim aktivnostima s kolegama iz razreda i prijateljima).

- Trebali bi uočiti je li raspoloženje djeteta tužnije i depresivnije nego inače, somatiziraju li svoju patnju čestim fizičkim bolovima (glavobolje, bolovi u trbuhu ili druge neopravdane tegobe), spavaju li noću nemirno i imaju li promijenjen ritam spavanja i buđenja, bilo da kući dolaze s vidljivim tragovima nasilja ili s poderanom i izgužvanom odjećom.

- Još jedan znak koji treba uzeti u obzir je primjetan pad u akademskom uspjehu ili gubitak interesa za sve one aktivnosti koje su im prije bile uzbudljive.

Roditeljski rad na prevenciji ili smanjenju zlostavljanja može se odvijati u nekoliko područja: socijalno okruženje, socijalne vještine i etičke vještine. Kontekst unutar kojeg dijete/mlada osoba živi većinu svojih svakodnevnih iskustava čini društveno okruženje, shvaćeno kao obiteljski kontekst. U ovom slučaju djelovati u skladu s tim znači, konkretno, predlagati opuštajuće aktivnosti za djecu u obitelji, osigurati im da posjećuju dobro uređena okruženja, gdje postoji nekoliko jasnih, jednostavnih i preciznih pravila te pružiti obrazovanje koje nastoji izbjeći upadanje u stereotipe.

Rad na socijalnim vještinama tj. sposobnostima koje osobi omogućuju izgradnju i upravljanje dobrim odnosima s drugima (vještine rješavanja problema, sposobnost upravljanja i suočavanja s različitim oblicima sukoba) znači naučiti upoznati i prepoznati svoje emocije i osjećaje, upravljati svojim bijesom na najbolji mogući način, pronaći najbolje i najučinkovitije strategije koje omogućuju da se na zdrav način bez povrede drugih „izbaci“ (dakle, ne potiskivanjem) bijes koji osjećaju. To također znači odgajati djecu da ne teže trenutnom i sebičnom zadovoljenju: moraju shvatiti da se ne može uvijek postići sve što se želi, a još manje se može postići upotrebom sile i nasilja. Naposljetku, rad na etičkom znanju, koje predstavlja skup normi ponašanja prisutnih u društvu (stvarni zakoni, ali i načini ponašanja, empatija i međusobno razumijevanje među subjektima) znači pomoći djeci da promišljaju referentne vrijednosti društvenog konteksta i stvarnosti u kojoj se nalaze, iskusiti značenje međuljudskih odnosa, podijeliti značenje onog najvažnijeg.

Praktični savjeti za implementaciju

Što RADITI i UČITI

1. Biti u stanju prepoznati i identificirati alarmantne signale koji mogu istaknuti teške situacije u kojima se djeca nalaze.

2. Djelovati kao uzor: ono što djeca promatraju kod kuće kasnije će ponoviti izvan obiteljskog konteksta.

3. Postaviti se u ulogu slušatelja, izbjegavati osude i pritisak, prakticirati uvažavanje, dati potrebno vrijeme, a zatim pokušati ne podcijeniti ili trivijalizirati njihovu nelagodu.

4. Naučiti djecu prepoznavati emocije i osjećaje koje percipiraju.

5. Nadzirati dječje online aktivnosti i istražite njihove poznanike u stvarnom životu.

6. Postaviti se kao sigurne i neosuđujuće referentne figure, koja provodi nenasilnu kontrolu: djeca bi trebala osjećati da u slučaju bilo kakvih poteškoća mogu računati na pomoć i podršku svojih roditelja.

7. Potaknuti djecu da razvijaju svoje vještine i pozitivne karakteristike najbolje što mogu: to će također poboljšati njihovo samopoštovanje.

8. Njegovati odnose s vršnjacima, naglašavajući važnost osjećaja da ste dio grupe: izbjegavajte pretjerano naglašavanje natjecateljskog i agresivnog ponašanja.

9. Promicati empatično, socijalno i prosocijalno ponašanje kod djece.

10. Naučiti ih kako da se brane.

UČITE SVOJU DJECU NAVIKAMA SIGURNOG SURFANJA:

1. Nemojte davati svoje podatke i osobne podatke (broj telefona, dob, kućnu ili školsku adresu) osobama koje nas ne poznaju u stvarnom životu.

2. Ne otkrivajte svoje lozinke nikome, čak ni prijateljima.

3. Ne sklapaj prijateljstva na društvenim mrežama osim s ljudima koje već poznajete u stvarnom životu.

4. Ne prihvaćajte osobne sastanke s nekim koga ste upoznali na internetu.

5. Ne odgovarajte na provokacije, bilo da se događaju u virtualnom svijetu ili u stvarnom životu.

6. Ne odgovarajte na poruke, e-mailove, SMS poruke koje su uvredljive i/ili vulgarne: to bi pokrenulo začarani krug ekstremne zabave za počinitelja. Umjesto toga, dobro je blokirati korisnika koji uznemirava.

7. Napravite kopiju primljenih uvredljivih poruka (sms, mms, e-mail), vodeći neku vrstu dnevnika u koji ćete zabilježiti dan i vrijeme primitka.

8. Nemojte spremati, dijeliti, preuzimati fotografije i/ili video zapise drugih ljudi bez njihovog dopuštenja: to povlači za sobom odgovornost.

9. Uvijek prijavite nedopušten, uvredljiv, nezakonit i neprikladan sadržaj.

10. Pazite što se objavljuje na mreži, s naglaskom da sve što se objavi na mreži ostaje zauvijek, čak i kada se izbriše.

11. Često mijenjajte lozinke odabirom kodova kojima je teško ući u trag (alfanumerički kodovi).

12. Upoznajte se s različitim opcijama za ograničavanje privatnosti dopuštajući samo osobama od povjerenja da vide ono što je objavljeno.

ŠTO UČINITI U SLUČAJU ZLOSTAVLJANJA:

Za roditelje CYP-a koji se ponašaju nasilnički

Ako postanete svjesni teške situacije koja je nastala u školi zbog zlostavljanja vašeg djeteta, odvojite vrijeme da stvarno shvatite činjenice i smireno razmislite o tome kako intervenirati na konkretan i učinkovit način. Zatim pokušajte objasniti djetetu da ono što radi nije u redu, da njegovo ponašanje ima posljedice i natjerajte ga da razmisli kako bi se ono osjećalo da je bilo na suprotnoj strani i trpjelo isti tretman od drugih. Naime, djeca često ne razviju svijest o svojim postupcima i ne shvaćaju da njihovo ponašanje zapravo predstavlja zlostavljanje. Suradnja sa školom je od iznimne važnosti. Osim u školskom okruženju, intervencije usmjerene na rješavanje problema moraju se provoditi i u obiteljskom okruženju.

CYP koji se ponašaju nasilnički, zapravo su vrlo često prvi koji se nađu u nevolji, jer ne znaju kontrolirati svoje emocije. Potrebno im je pomoći u upravljanju emocijama kako bi lakše savladali svakodnevne sukobe u životu. Važno je naučiti ih kako obustaviti bijes koristeći prave načine koji nikome ne štete.

Za roditelje mete

1. Neophodno je da razgovarate sa svojim djetetom, pokušavajući razumjeti što se točno dogodilo. Također je važno informirati školu o tome što se dogodilo, nastojeći s učiteljima uspostaviti suradnju koja dovodi do aktiviranja najprikladnijeg načina intervencije. Također je moguće predvidjeti prisutnost specijalizirane osobe (psihologa) koja može posredovati u rješavanju problema.

2. Potrebno je podići svijest ne samo među uključenom djecom, već općenito u cijeloj školi. Učiteljima često nije jasno kako se ti događaji pojavljuju: to je zato što se, većinu vremena, događaju tijekom odmora, na otvorenom ili na putu do i iz škole.

3. Savjetujte svom djetetu da ne reagira na CYP koji se bavi nasilničkim ponašanjem, jer on nalazi zabavu i zadovoljstvo gledajući druge u nevolji.

4. Pomozite mu da proširi svoje emocionalno znanje, potaknite ga na sklapanje novih prijateljstava i izvan školske sfere te sudjelujte u aktivnostima koje mu pomažu ojačati samopoštovanje i samosvijest (kazalište, gluma, borilačke vještine, timski sportovi) .

5. Upozoriti policiju ako se situacija nastavi i ako agresija eskalira do ozbiljnijih i alarmantnijih karakteristika (ucjena, iznuda).

Savjeti za roditelje mete elektroničkog nasilja:

1. Važno je da dijete ne reagira na provokacije kako se ne bi izjednačilo s elektroničkim nasilnikom. Ključno je ne odgovarati na napade i poticanja, e-mailove, SMS poruke, postove koji su uvredljivi ili vulgarni. Ako elektronički nasilnik ne dobije nikakvu reakciju, više neće uživati u tome što radi.

2. Neophodno je sve primljene uvredljive i uznemirujuće poruke sačuvati i izbrisati ih s mreže kada je to moguće: također je dobro napraviti kopiju na računalu i u dnevnik zabilježiti dane i vrijeme kada su primljene. Bit će vam od koristi ako se želite žaliti nadležnim tijelima.

3. Blokiranjem uznemirujućeg korisnika na mreži osigurat ćete da ju više ne može kontaktirati njega/nju

4. Potrebno je kontaktirati policiju ukoliko se doista radi o elektroničkom zlostavljanju uz dostavu dokumentacije koja dokazuje incident.

Primjer radionice prevencije nasilja

Faza 1 Prezentacija projekta

Predstavljanje Mladih ambasadora, upoznavanje s projektom i temama sastanka.

Faza 2 Angažman sa studentima

Dječja se pozornost potiče postavljanjem pitanja, pozivanjem i poticanjem na razmišljanje.

Primjer: *Što mislite o temi? Koliko je fenomen raširen?*

Koji su rizici? Iskustva?

Faza 3 Razmjena ideja

Polazeći od riječi "zlostavljanje", učenici naizmjence izgovaraju riječ koja im padne na pamet vezanu uz tu pojavu. Sve predložene asocijacije se piše na ploču (fizičku ili digitalnu). Zatim se provodi teorijska studija fenomena polazeći od onoga što je proizašlo iz razmjene ideja.

Faza 4 Video svjedočanstva

Gledanje filma i pozivanje učenika na komentare.

Primjer:

Video svjedočanstvo dječaka koji je bio maltretiran

Video čina zlostavljanja dječaka

Mladi ambasadori vode raspravu, postavljaju pitanja i dopuštaju učenicima da razmišljaju o temi. Vršnjaci mogu sjediti u polukrugu na radionicama, tako da se međusobno dobro vide.

Faza 5 Igranje uloga protagonista fenomena

Nakon objašnjenja uloga, mladi ambasadori potiču učenike da odigraju scenu zlostavljanja. Učenici su odabrani da glume: CYP koji se ponaša nasilnički, pomagač, meta, promatrač itd. Preostali učenici će igrati ulogu pasivnih gledatelja (koji promatraju scenu, ali ne interveniraju u obranu žrtve).

Mladi ambasadori moderiraju igranje uloga i pokreću razmišljanje o emocijama koje osjeća svaka uloga.

Faza 6. Korisni i praktični savjeti

Mladi ambasadori iniciraju promišljanje kome se obratiti u slučaju poteškoća, istražuju uzroke i posljedice online i offline nasilja te rizike povezane s nepravilnim korištenjem weba. Podsjećaju sve nazočne da su dostupni za prijavu slučaja zlostavljanja u školi.