



# Przemoc rówieśnicza

**Cel zajęć:** podczas zajęć przedstawione zostaną informacje na temat zjawiska przemocy rówieśniczej w świecie realnym i cyberprzestrzeni. Uczestnicy dowiedzą się, jak reagować na przemoc rówieśniczą oraz poznają możliwości pomocy, z której mogą skorzystać młode osoby doświadczające przemocy ze strony rówieśników lub będące jej świadkami.

**Czas trwania:** 90 minut

**Grupa:** zajęcia przeznaczone są dla młodzieży od 13. do 18. roku życia. Można je przeprowadzać w szkole – wtedy wielkość grupy uzależniona jest od liczby uczniów w klasie. Zajęcia mogą być prowadzone również poza szkołą dla osób, które się nie znają. Wtedy zalecane jest, by jednolite wiekowo grupy były nie większe niż 20–25 uczestników.

**Miejsce:** klasa szkolna, świetlica, sala szkoleniowa.

**Potrzebne materiały:** płyta DVD z filmem (opcjonalnie).

**Wymagany sprzęt:** laptop, projektor, ekran lub telewizor (w przypadku projekcji filmu).

**Prowadzący:** najlepszymi realizatorami proponowanych zajęć będą osoby pracujące na co dzień z dziećmi i młodzieżą, które posiadają umiejętność prowadzenia dyskusji sterowanej oraz podstawową wiedzę na temat zjawiska przemocy rówieśniczej. Zachęcamy do realizacji zajęć przez dwóch prowadzących. Ułatwi to omawianie poszczególnych ćwiczeń z uczestnikami i zapewni komfort pracy.

**Forma zajęć i metody pracy:** wykład, praca własna grupy, dyskusja, prezentacja.

Zajęcia łączą elementy wykładu dotyczącego dynamiki zjawiska przemocy rówieśniczej i dyskusji młodzieży na temat konsekwencji niereagowania na przemoc. Przekazywane treści i formy pracy mogą być dla uczestników trudne i poruszające. Przygotowaliśmy dwa sposoby prezentowania historii osoby, która doświadczyła przemocy ze strony rówieśników. Pierwszy z nich polega na czytaniu historii, drugi to wyświetlenie filmu edukacyjnego.

**Zgłoszenie realizacji zajęć/ewaluacja:** prosimy o wypełnienie formularza ewaluacyjnego dot. prowadzonych zajęć profilaktycznych. Państwa opinia będzie dla nas pomocna w tworzeniu kolejnych materiałów edukacyjnych. Po wypełnieniu formularza ewaluacyjnego będą mogli Państwo otrzymać zaświadczenie o przeprowadzeniu zajęć. Formularz znajduje się na stronie [www.akademia.fdn.pl](http://www.akademia.fdn.pl)

## I. Wstęp

**Czas trwania:** 5 minut

Prowadzący informuje uczestników, że zajęcia będą dotyczyły zjawiska przemocy rówieśniczej. Proponuje wspólne ustalenie i zapisanie kilku podstawowych zasad, do których wszyscy będą stosowali się w trakcie zajęć, np.:

1. Kiedy inna osoba mówi, słucham uważnie.
2. Nie oceniam innych osób.
3. W dyskusjach i ćwiczeniach odwołuję się do historii zaprezentowanej w trakcie zajęć.
4. Traktuję z szacunkiem i dyskrecją informacje i opinie ujawniane przez innych uczestników.
5. Maksymalnie angażuję się w zajęcia.

## II. Ćwiczenie: Przemoc rówieśnicza

**Potrzebne materiały:** tablica i kreda lub flipchart i markery

**Forma pracy:** burza mózgów **Czas trwania:** 10 minut

Prowadzący pyta uczestników, z czym kojarzy im się wyrażenie/zwrot „przemoc rówieśnicza”. Odpowiedzi zapisuje na tablicy lub flipcharcie. Następnie przechodzi do omówienia zjawiska przemocy rówieśniczej, odwołując się do przykładów podanych przez uczestników zajęć.

Przemoc rówieśnicza ma miejsce wtedy, gdy młoda osoba w wyniku działań swoich rówieśników doświadcza przykrości lub krzywdy. Sprawcy przemocy rówieśniczej mogą stosować bezpośrednią przemoc fizyczną: kopiąc, bijąc, popychając, szarpiąc, plując, zabierając lub niszcząc rzeczy ofiary itp., lub psychiczną: przezywając, nie odzywając się, wyśmiewając, plotkując, szantażując, obrażając, oszukując itp.

Rozwój nowych technologii, przy wszystkich korzyściach, jakie ze sobą niesie, stworzył niestety również kolejne możliwości stosowania przemocy. Cyberprzemoc jest to przemoc z użyciem nowych technologii informacyjnych i komunikacyjnych – najczęściej Internetu i telefonu komórkowego. Może przybierać różne formy, najczęstsze z nich to: nękanie, grożenie, szantażowanie, podszywanie się pod kogoś w sieci, publikowanie lub rozsyłanie ośmieszających, kompromitujących zdjęć, filmów.

## III. Prezentacja: Historia Magdy

**Potrzebne materiały:** płyta DVD, laptop, projektor, ekran lub telewizor (w przypadku projekcji filmu)

**Forma pracy:** prezentacja, burza mózgów **Czas trwania:** 15 minut

Prowadzący zachęca uczestników do zapoznania się z historią Magdy. Informuje, że zaprezentowana sytuacja posłuży im jako materiał do pracy podczas zajęć. Następnie czyta historię Magdy (opowiadaną przez Basię, koleżankę Magdy z klasy) lub włącza film.

*W mojej klasie była taka Magda, zawsze trzymała się na uboczu. Nie była taka jak my, dziwnie się ubierała. Ludzie komentowali jej styl, robili sobie z niej żarty. Pamiętam, że raz ktoś wrzucił jej do torby śmieci, innym razem ktoś wlał wodę do jej butów w szatni. Raczej nikt z nią nie rozmawiał, siedziała w ławce sama, zawsze był problem z kim będzie ćwiczyła na WF-ie. Rzadko jeździła na wycieczki klasowe, ale raz powiedziała, że jedzie...*

*Parę dni przed wycieczką ustaliliśmy na przerwie, kto z kim będzie mieszkał w pokoju. Nikt nie chciał być z Magdą. Ale wychowawczynie nie bardzo słuchała naszych propozycji, przydzielała nas według swojego pomysłu... Magda trafiła do pokoju z Żanetą i Luizą. Dziewczyny nie ukrywały, że są wściekłe... A wszystko to słyszała i widziała Magda. Następnego dnia powiedziała, że rozmyśliła się i nie pojedzie na wycieczkę. Wychowawczynie zaczęły ją przekonywać, a poza tym i tak było już za późno, bo wszystko było opłacone.*

*Na wycieczce było nawet w porządku... Tylko Luiza i Żaneta ciągle czepiały się Magdy, obgadywały ją, mówiły, że jest dziwna i że traktują ją w pokoju jak powietrze. Śmiały się z jej ubrań. Na początku to bardzo śmieszyło chłopaków z klasy, a potem już wszyscy się z Magdy nabijali. Pomyślałam wtedy, że nie chciałabym mieszkać w pokoju z tymi dziewczynami. One przesadzały. Powiedziałam Magdzie, co o tym myślę. A ona na to, żebym się od niej odczepiła i że ją to wszystko nie obchodzi.*

*Żaneta i Luiza... nie odpuszczały... Zrobiły Magdzie kilka zdjęć, jak spała. Na jednym miała otwartą buzię, na innym było widać jej piżamę – taką jak dla starej baby. Dziewczyny wszystkim rozesłały te zdjęcia, Magda słyszała już do końca wycieczki tylko „Ej, zamknij paszczę Magda”, „Skąd masz taką piżamkę?” i jeszcze gorsze rzeczy. Magda robiła się wtedy czerwona, ale dalej nic nie mówiła.*

*Jak wróciliśmy, to jeszcze tego samego wieczora ktoś założył bloga z tymi zdjęciami. Dużo osób na niego wchodziło, chamsko komentowało. Ktoś nawet ściągnął jedno ze zdjęć, przerobił na obrazki i wrzucił do Internetu. Nawet śmieszne, udostępniłam je kilka razy. Zdjęcia Magdy rozeszły się po całej szkole. Na przerwach wszyscy się z Magdy nabijali, wytykali ją palcami, a wcześniej przecież nikt w szkole nie zwracał na nią uwagi...*

*Trzeciego dnia po wycieczce widziałam Magdę ostatni raz w szkole. Przed lekcjami siedziała w łazience i strasznie płakała. Na lekcjach się nie pojawiła. Podobno rodzice przenieśli ją do innej szkoły. Parę dni potem zdjęcia przestały być hitem, bloga ktoś skasował, ludzie przestali gadać. Ale Magdy już u nas w szkole nie było.*

*Ostatnio dużo myślę o Magdzie. To musiało być dla niej straszne. Ja też źle się z tym wszystkim czuję... sama nie wiem... mogłam coś zrobić...*

Po zaprezentowaniu historii prowadzący zaprasza do burzy mózgów na temat przejawów przemocy rówieśniczej, jakie uczestnicy zauważyli w historii Magdy. Prowadzący zapisuje wszystkie odpowiedzi na tablicy lub flipcharcie.

W odpowiedziach powinny znaleźć się następujące sytuacje:

- kłócenie się przy Magdzie, mówienie wprost, że nikt nie chce być z nią w pokoju na wycieczce;
- wyśmiewanie się z Magdy (jej ubrań, zdjęć itp.);
- nie odzywanie się do Magdy (cała klasa, dziewczyny, które mieszkały z nią w pokoju itp.);
- wyśmiewanie Magdy, wytykanie jej palcami, nabijanie się (po wycieczce);
- trzymanie Magdy na uboczu, odsuwanie jej od życia klasy;
- obgadywanie Magdy (na wycieczce i po powrocie do szkoły);
- niszczenie rzeczy Magdy (wrzucenie jej do torby śmieci, wlanie wody do butów);
- rozsyłanie zdjęć Magdy bez jej wiedzy i zgody;
- publikowanie zdjęć Magdy w Internecie, założenie ośmieszającego bloga;
- poniżające/obraźliwe komentowanie zdjęć Magdy w Internecie (komentarze na blogu);
- stworzenie obrazków ośmieszających Magdę;
- udostępnianie na profilach portali społecznościowych linku do obrazków ośmieszających Magdę;
- zamieszczanie w Internecie wulgarnych, niemiłych, obrażających Magdę komentarzy.

Następnie prowadzący pyta uczestników, czy znają jeszcze inne przejawy przemocy rówieśniczej. Jeśli tak, dopisuje je na tablicy/flipcharcie.

W podsumowaniu warto zwrócić uwagę uczestników na fakt, że sprawcami przemocy bezpośredniej są na ogół osoby, które ofiara zna. Inaczej może być w przypadku przemocy w cyberprzestrzeni. Krzywdzące materiały umieszczone w sieci mogą dotrzeć nie tylko do znajomych osoby pokrzywdzonej, ale również do zupełnie nieznanym osobom. Przekonanie o anonimowości w Internecie, może sprzyjać przyłączaniu się do grona sprawców. Wielu użytkowników Internetu może nie mieć też świadomości, że przez „polubienie”, przesłanie czy udostępnienie materiałów, które są krzywdzące dla nieznanym im osoby, stają się sprawcami przemocy. Podobnie może działać się w przypadku przemocy bezpośredniej, zwłaszcza jeśli trwa ona długo. Coraz więcej osób może być w nią zaangażowanych, a świadkowie przemocy mogą stawać się jej sprawcami, nawet tego nie zauważając.

Warto pokazać uczestnikom, że jeśli przez długi czas stykamy się z przemocą, jesteśmy jej świadkami, to możemy zacząć uznawać ją za sytuację normalną i nie dostrzegać tego, że zachowania przemocowe stopniowo się nasilają, czy że się do nich przyczyniamy. Dlatego tak ważna jest wiedza na temat zjawiska przemocy rówieśniczej i umiejętność rozpoznawania takich sytuacji. W niektórych przypadkach już sama znajomość tego zjawiska, może pomóc jego ofiarom czy świadkom ujawnić przemoc i szukać wsparcia.

## IV. Ćwiczenie: Konsekwencje

**Potrzebne materiały:** kartki i długopisy dla każdej z grup  
**Forma pracy:** praca w grupach **Czas trwania:** 8 minut

Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy. Zadaniem każdej z nich jest przygotowanie odpowiedzi na jedno z poniższych pytań:

**Grupa 1:** Co w przedstawionej historii mogła przeżywać Magda? (przykłady: Magda mogła czuć się odrzucona, osamotniona, gorsza, nieakceptowana, niesprawiedliwie traktowana, osaczona; mogła się bać; mogła odczuwać bezradność, złość, żal itp.)

**Grupa 2:** Co w przedstawionej historii mogła przeżywać Basia? [przykłady: Basia mogła być zła na klasę; mogła być zła na Magdę, że nic z tym nie robi; mogła być rozdarta; mogła współczuć Magdzie; mogła się bać (o swoją pozycję w klasie, o Magdę); mogła mieć żal, że nikt nie reaguje; mogła mieć poczucie winy itp.]

**Grupa 3:** Co mogło powstrzymać Magdę od zareagowania w sytuacji, w której się znalazła? (przykłady: być może zwróciła się wcześniej do kogoś o pomoc, ale to nie przyniosło żadnych skutków; mogła liczyć na to, że klasie znudzi się wyśmiewanie jej; mogła nie wiedzieć, co można zrobić w takiej sytuacji; mogła wstydzić się przyznać do tego, co przeżywa; mogła bać się, że nikt jej nie pomoże; mogła obawiać się, że Basia wcale nie chce jej pomóc; mogła czuć się gorsza; mogła myśleć, że zasługuje na to, co ją spotyka, że to jej wina; mogła obawiać się, że jeśli coś zrobi, to będzie tylko gorzej itp.)

**Grupa 4:** Co mogło powstrzymać Basię od zareagowania na przemoc wobec Magdy? (przykłady: Basia mogła nie chcieć się narażać; mogła obawiać się, że i z niej klasa zacznie się śmiać; mogła pomyśleć, że narzuca się z pomocą; Basia mogła uznać, że Magda wcale nie chce czy nie potrzebuje jej pomocy; mogła liczyć, że ktoś inny też zauważy sytuację i zareaguje; Basia przyczyniła się do przemocy wobec Magdy – udostępniła ośmieszające Magdę obrazki i z tego powodu mogło być jej trudno zareagować itp.)

Każda grupa prezentuje efekty swojej pracy. Warto zwrócić uwagę uczestników zajęć na wszystkie wypisane powyżej przykłady, jeśli nie pojawią się one w prezentacjach grup.

Prowadzący odwołując się do ćwiczenia, podkreśla, że młoda osoba, która jest ofiarą przemocy ze strony rówieśników może doświadczać bardzo silnych, a zarazem trudnych emocji. Mogą towarzyszyć jej: strach, złość, rozpacz czy bezradność. Świadczenie przemocy – tak jak Basia – mogą również doświadczać przykrych emocji i myśli. To one sprawiły, że dziewczyna nie zareagowała. Dodatkowo, Magda odrzuciła pomoc Basi – mogłoby się więc wydawać, że wcale jej nie potrzebowała. Jednak kiedy zastanowimy się nad powodami, dla których to zrobiła (np. bała się, że Basia też chce ją skrzywdzić), jaśniejsze staje się to, dlaczego nie skorzystała z pomocy, mimo tego, że bardzo jej potrzebowała.

Prowadzący zwraca uwagę uczestników na fakt, że czasem świadkowie nie reagują na przemoc, ponieważ liczą, że zrobi to ktoś inny. Taką sytuację określamy terminem rozproszonej odpowiedzialności. Niestety, nigdy nie ma pewności, że inna osoba, która widzi przemoc, zareaguje. Załóżmy, że o przemocy względem Magdy wiedziało 20-tu rówieśników i każda z tych osób liczyła, że ktoś inny zareaguje. Poszczególne osoby mogły bać się konsekwencji, np. tego, że same staną się ofiarami przemocy rówieśniczej. Jeśli jednak świadkowie zareagują wspólnie/grupą, to może pomóc im to przezwyciężyć własne obawy i skutecznie wesprzeć ofiarę przemocy rówieśniczej.

## V. Wykład

**Czas trwania:** 5 minut

### DYNAMIKA ZJAWISKA PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

Prowadzący przypomina, że w historii Magdy na początku przejawy przemocy ze strony rówieśników były dość rzadkie. Z biegiem czasu pojawiały się nowe, coraz trudniejsze dla Magdy zachowania, coraz więcej osób z klasy było aktywnie zaangażowanych w przemoc. Kiedy sprawcy zaczęli wykorzystywać Internet i nowe technologie, sytuacja zrobiła się jeszcze bardziej skomplikowana i miała coraz więcej negatywnych skutków. Przemoc w Internecie dociera do wielu osób, dzieje się w obecności wielu świadków. Część z nich w bardzo łatwy sposób może stać się sprawcami przemocy. Takie zjawiska psychologia opisuje terminem „efekt kuli śnieżnej”. Wyobraźmy sobie śnieżkę, która zaczyna staczać się z góry. Na początku toczy się wolno, stopniowo powiększa się i kręci coraz szybciej. Toczy się poza kontrolą, nikt nie wie w którą stronę zbroczy; czy, gdzie i kiedy się zatrzyma. Tak samo może być z przemocą rówieśniczą. Bardzo łatwo doprowadzić do sytuacji, w której nikt nie będzie miał nad nią kontroli.

Warto również pamiętać, że sprawcom przemocy rówieśniczej czasem wcale nie chodzi o skrzywdzenie innych osób, wywołanie u swoich ofiar trudnych i nieprzyjemnych uczuć. Nie zdają sobie sprawy, że przez swoje zachowania, które najczęściej określają „głupimi żartami”, „przedrzeźnianiem kogoś” czy „dobrą zabawą”, mogą sprawić, że rówieśnik poczuje się kimś gorszym czy nieważnym. Czasem takie zachowania mogą przerodzić się w sytuację naruszenia prawa.

### PRZEMOC RÓWIEŚNICZA W ŚWIETLE PRAWA

O przemocy rówieśniczej mówimy wtedy, kiedy sprawca i ofiara mają mniej niż 18 lat i są w tej samej grupie wiekowej. Osoby pomiędzy 13. a 17. rokiem życia, które popełniły czyn karalny podlegają odpowiedzialności na podstawie Ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich. Względem takich osób sąd rodzinny i nieletnich może zastosować upomnienie, zobowiązać do naprawienia szkody, przeprosin, uczestnictwa w odpowiednich zajęciach wychowawczych, może ustanowić nadzór kuratora lub zastosować środek poprawczy, czyli umieścić w zakładzie poprawczym.

Wiele młodych osób uważa, że cyberprzemoc jest nie do wykrycia, ponieważ jej sprawcy są anonimowi. To błędne myślenie. Każdy ruch w Internecie zostawia ślad, a dzięki współpracy policji i administratorów stron/serwisów

internetowych, można ustalić, kto założył ośmieszającego bloga, włamał się do poczty elektronicznej czy wykorzystał czyjeś zdjęcie bez jego zgody i wyciągnąć wobec niego prawne konsekwencje.

## SKALA ZJAWISKA PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ

Wiele młodych osób doświadcza przemocy ze strony rówieśników. W badaniu Fundacji Dzieci Niczyje z 2010 roku co czwarta osoba w wieku 15 – 18 lat przyznała, że co najmniej raz doświadczyła przemocy fizycznej ze strony rówieśników w ciągu ostatniego roku, a 10% badanych miało takie doświadczenie kilka razy lub wielokrotnie. Psychicznego znęcania się w ciągu ostatniego roku doświadczyło 12% młodych ludzi.

# VI. Dyskusja: Sprawcy

Czas trwania: 15 minut

Prowadzący zaprasza uczestników do dyskusji o tym, kto i w jaki sposób przyczynił się do tego, że Magda odeszła ze szkoły? Prowadzący zachęca do uzasadniania i rozmowy na temat wymienianych osób.

Warto, by uczestnicy w trakcie dyskusji porozmawiali o:

- Żanecie i Luizie – bo wyśmiewały, obgadywały Magdę, bez wiedzy dziewczyny zrobiły i udostępniły jej zdjęcia, ignorowały ją w pokoju podczas wycieczki;
- kolegach z klasy – być może ich aprobatą (to, że śmiali się z opowieści o Magdzie) zachęcała Luizę i Żanetę do dalszych zachowań przemocowych;
- całej klasie – bo odrzucała Magdę bez powodu, trzymała ją na uboczu; klasa nie zareagowała na zachowania Luizy i Żanety, które przekroczyły granice oraz na wcześniejsze zachowania przemocowe w klasie (niszczenie rzeczy Magdy, naśmiewanie się). Część osób włączyła się w przemoc aktywnie, a część przyczyniała się do niej przez milczącą aprobatę;
- Basi – bo nie zareagowała, udostępniała ośmieszające Magdę obrazki w Internecie itp.;
- uczniach szkoły – przesyłali sobie zdjęcia Magdy, wytykali ją palcami, śmiali się z niej;
- Internautach (znajomi i nieznajomi Magdy) – ponieważ komentowali bloga, zdjęcia, udostępniali ośmieszające Magdę obrazki.

Jeśli uczestnicy nie wymienią którejś z osób lub grup, warto zapytać ich o zdanie, podając powyższe uzasadnienie.

Prowadzący podsumowuje, że w przypadku przemocy rówieśniczej znaczącą rolę odgrywają nie tylko bezpośredni sprawcy, ale również tzw. sprawcy pośredni – czyli osoby, które namawiają do przemocy oraz świadkowie – osoby, do których dociera informacja o przemocy. Świadkowie mogą bardzo łatwo stać się tzw. sprawcami pośrednimi – zachęcając bezpośrednich sprawców do przemocy otwarcie lub wyrażając uznanie dla ich zachowania.

Prowadzący zadaje drugie pytanie do dyskusji: Kto Waszym zdaniem powinien zareagować na sytuację przemocy wobec Magdy?

Warto, by uczestnicy w trakcie dyskusji porozmawiali o:

- Basi – wiedziała o sytuacji Magdy; nie podobało jej się to, w jaki sposób Magda była traktowana; było jej żal Magdy, współczuła jej i ma wyrzuty sumienia, bo nie zareagowała;
- wychowawczyni – jeśli dostrzegała przemoc wobec Magdy;
- Internautach – znajomych i nieznajomych Magdy, którzy widzieli obraźliwe treści, komentarze na blogu;
- innych osobach, które wiedziały o przemocy itp.

W podsumowaniu warto zaznaczyć, że każda osoba, która wie o przemocy wobec swojego rówieśnika i nie reaguje, daje na nią ciche przyzwolenie, często odczytywane przez bezpośrednich sprawców jako zachęta do dalszych przemocowych zachowań, a przez ofiary – jako zgoda ogółu na takie traktowanie. Taką sytuację dobrze obrazowała historia Magdy. Warto jednak pamiętać, że żadna z ról, żadne zachowania nie są na zawsze przypisane do danej osoby. Osoba, która przyczyniła się (świadomie lub nieświadomie) do nasilenia przemocy rówieśniczej, może również na nią zareagować, zmieniając swoje zachowanie.

W trakcie dyskusji uczestnicy wymieniali osoby, które ich zdaniem powinny zareagować na przemoc wobec Magdy, ale tego nie zrobiły. Warto pamiętać, że osoby, od których oczekujemy pomocy czy reakcji, mogą naprawdę nie widzieć przemocy. Może być też tak, że zbagatelizują całą sytuację lub nic nie zrobią z obawy o własne

bezpieczeństwo. Niektórzy mogą nie chcieć wtrącać się w nie swoje sprawy. Powodów niereagowania może być naprawdę wiele, ale otwarte poproszenie o pomoc może sprawić, że świadkowie zauważą trudną sytuację, w jakiej znalazł się ich rówieśnik i rozumieją, że dana osoba potrzebuje ich pomocy. W następnym ćwiczeniu uczestnicy będą mieli szansę zastanowić się, kogo można poprosić o pomoc.

## VII. Ćwiczenie: Pomoc

**Potrzebne materiały:** kartki i długopisy dla każdej z grup

**Forma pracy:** praca w grupach **Czas trwania:** 15 minut

Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy, dwie z nich przygotowują odpowiedzi na pierwsze pytanie, a dwie pozostałe – na drugie.

**Pytanie 1:** Do kogo Magda mogła zwrócić się o pomoc w sytuacji, w której się znalazła?

Magda mogła: porozmawiać z rodzicami, powiedzieć im o swojej sytuacji w klasie; poprosić pedagoga szkolnego, nauczycieli lub wychowawczynię o pomoc w zintegrowaniu się z klasą, zareagowanie na zachowania przemocowe; porozmawiać z Basią, porozmawiać z innymi zaufanymi osobami, np. przyjaciółmi, rodzeństwem o ich pomysłach na poradzenie sobie z tą sytuacją (w historii nie ma informacji o rodzeństwie czy przyjaciołach, co nie znaczy, że Magda nie miała takich osób w swoim otoczeniu).

**Pytanie 2:** W jaki sposób Basia mogłaby pomóc Magdzie?

Basia mogła: porozmawiać z wychowawczynią, pedagogiem szkolnym – zwrócić ich uwagę na pozycję Magdy w klasie, poprosić o zareagowanie na zachowania przemocowe względem Magdy; porozmawiać z osobami z klasy, które tak jak ona były świadkami i uzgodnić z nimi, jak będą się zachowywać, by pomóc Magdzie (np. jasno mówić, że im się ta sytuacja nie podoba, że nie jest dla nich śmieszna); mogła porozmawiać ze swoimi rodzicami i poprosić ich o radę; mogła jeszcze raz spróbować porozmawiać z Magdą.

Wszystkie grupy prezentują efekty swojej pracy. Jeśli uczestnicy nie wymienią którejś z powyższych propozycji, warto zwrócić na nią ich uwagę.

W podsumowaniu prowadzący zaznacza, że zarówno ofiary, jak i świadkowie przemocy mogą myśleć, że znaleźli się w sytuacji bez wyjścia. W ćwiczeniu uczestnicy podali jednak wiele pomysłów na to, do kogo można zwracać się o pomoc oraz jak można zachować się, kiedy jest się świadkiem przemocy rówieśniczej.

Prowadzący zachęca uczestników zajęć do wyobrażenia sobie, że to oni są świadkami przemocy wobec Magdy. Prosi, by sami odpowiedzieli sobie na pytanie, w jaki sposób byliby gotowi jej pomóc. Chętne osoby mogą podzielić się swoimi pomysłami na forum.

## VIII. Zakończenie

**Czas trwania:** 7 minut

Prowadzący podsumowuje, że niereagowanie na przemoc rówieśniczą sprawia, że się ona nasila, staje bardziej powszechna. Im dłużej trwa, tym trudniej jest sobie z nią poradzić. Warto reagować, szukać pomocy – u rówieśników oraz u dorosłych. Warto otwarcie prosić o pomoc, ponieważ może zdarzyć się tak, jak w historii Magdy, że nikt nie zareaguje, jeśli nie zostanie o to poproszony wprost. Tak jak wychowawczyni Magdy – dorosły może nie zauważyć problemu, może zbagatelizować sytuację, liczyć, że się sama rozwiąże albo nie mieć wystarczającej wiedzy, np. dot. cyberprzemocy. Otwarte poproszenie o pomoc może sprawić, że przemoc zostanie zatrzymana.

Warto pamiętać również o specjalistach, zajmujących się pomocą młodym osobom, które doświadczają przemocy rówieśniczej. W sytuacjach przemocy w Internecie lub przy użyciu telefonów komórkowych można skontaktować się z zespołem [Helpline.org.pl](http://Helpline.org.pl) – przez telefon 800 100 100 lub przez stronę [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl) (chat, e-mail lub wiadomość), od poniedziałku do piątku w godzinach 11:00–17:00.

Osoby doświadczające bezpośredniej przemocy rówieśniczej mogą zwrócić się po wsparcie do Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111, który działa codziennie w godzinach 12:00–20:00. Z konsultantami 116 111 można skontaktować się również przez stronę [www.116111.pl](http://www.116111.pl), która umożliwia przesłanie anonimowej wiadomości online przez całą dobę.