

Приручник који је пред вама је настао као део пројекта “Резервисано за децу” # НИЈЕ ЗЕЗАЊЕ, који реализују “Лауреат” д.о.о. за менаџмент и заступање аутора и глумца из Новог Сада; аутори и извођачи серијала “Државни посао”, уз сарадњу стручног тима Филозофског факултета и Факултета техничких наука из Новог Сада, уз суфинансирање Града Новог Сада.

Пројекат “Резервисано за децу” иницијално је намењен ученицима основне школе, узраста 9-14 година. Основни циљ пројекта је превенција вршњачког насиља школске деце, пре свега кроз афирмацију културних и образовних вредности, афирмацију социјалних и емоционалних компетенција, те афирмацију значаја сваког појединца и једнаких шанси за све. Пројекат је реализован кроз различите активности: снимање кратких видео - спотова у извођењу аутора серијала “Државни посао”; саветовања за наставнике те програма за ученике, који је обухватао серију радионица које су усмерене на јачање социо-емоционалних компетенција код школске деце (разумевање и изражавање емоција, технике емоционалне регулације, превладавање аверзивних осећања; јачање капацитета за емпатију, јачање самопоштовања). Уз радионичарски рад, који су под супервизијом изводили студенти завршних година студија психологије Филозофског факултета у Новом Саду, за ученике је направљен и радни лист “Није зезање” који служи као пратећи, помоћни материјал за радионичарски рад.

Овај приручник садржи краћи појмовни оквир везан за вршњачко насиље, као и описи радионица које су спровођене у оквиру пројекта. Радионице за децу су делом оригиналне, а делом представљају избор радионичарских вежби из различитих референтних извора који су наведени на крају. Приручник намењујемо пре свега стручним сарадницима, али и наставницима основних школа.

ШТА ЈЕ ШКОЛСКО НАСИЉЕ?

Већина нас се током одрастања сусрела с неким обликом насиља у школи. Пре се веровало да је то саставни део одрастања и да је то један од начина како дете може да “ојача”. Међутим, последице које насиље носи могу бити веома озбиљне и дуготрајне, и могу утицати на широк спектар физичког и психичког функционисања детета, као и на његов развој. Отуд велико интересовање за проблем школског насиља, како у академским круговима, тако и у контексту практичне превенције. Школско насиље се не ограничава само на територију школе и школског дворишта, већ се може дешавати и изван школске капије. Битно је ко учествује у школском насиљу, а у овом приручнику је у фокусу интеракција између ученика, тј. на вршњачко насиље. Основне карактеристике насиља су намерно и, пре свега, неоправдано наношење физичке или психолошке штете другоме. Када се каже неоправдано наношење штете, мисли се на то да насиље није изазвано од стране жртве. Уколико се томе придода и учестало понављање епизода насиља над жртвом насиља и несразмера моћи између насилника и жртве, онда говоримо о силеџијству (енгл. bullying).

УЛОГЕ У НАСИЛНОЈ ИНТЕРАКЦИЈИ

У школском насиљу, насилна интеракција има одлике групне активности у којој се могу препознати различите улоге у зависности од статуса моћи, доминације и индивидуалних карактеристика учесника. Основне улоге које учесници могу имати у насилној интеракцији су: 1. улога насилника, 2. улога жртве (тзв. пасивне жртве), и 3. улога насилника-жртве (тзв. активне или провокативне жртве). На овај начин, школско насиље обухвата и вршење и трпљење насиља.

Ко су насилници?

У почетку се мислило да су насилници типично дечаци, физички јачи од својих вршњака, који немају развијене вештине комуникације и решавања конфликта, па насиљем, у ствари, решавају проблеме. То јесте тачно, али ово је само један од профила насилника. Насиље, као и агресија, може бити вођено различитим мотивима. Основна подела агресије у односу на мотивацију за агресивним понашањем

јесте на реактивну и проактивну агресију. Реактивна агресија, као што јој и само име каже, реакција је, тј. одговор на неку доживљену претњу или провокацију. Циљ ове агресије је наношење штете другоме који се перципира као неко ко нас угрожава. Реактивној агресији су више склона деца која су импулсивна, која брзо плану и лако се разљуте и која су непријатељски расположена према другима тј. која туђа понашања тумаче као понашања с лошим намерама. С друге стране, примарни циљ проактивне агресије није наношење штете другоме, већ нешто друго, као нпр. остваривање моћи и доминације, стицање богатства и слично. Код проактивне агресије, агресија представља инструмент зарад остваривања неког циља и деца која су склона овој агресији имају уверење да се агресија исплати. Поред тога, деца која су више склона проактивној агресији показују другачије карактеристике у односу на децу која су више склона реактивној агресији. Она нису импулсивна и боље регулишу своје емоције, а уз то су и социјално вештија и популарнија у друштву. На основу наведених карактеристика насилника на почетку овог пасуса, можемо претпоставити да је у питању насилник који је реактивно насилан. Међутим, типични насилник у вршњачком насиљу је пре проактивно насилан. Иако су, бар на основношколском узрасту, то и даље чешће дечаци, проактивне насилнике карактерише то што имају снажну потребу за доминацијом и да покажу ко је главни, тешко подносе неуспех, немају развијену емпатију и безосећајни су према другима.

Но, иза неког агресивног понашања се често не крије само један мотив, већ њихова комбинација, па тако у насилницима можемо препознати карактеристике и реактивног и проактивног насиља.

Ко су ЖРТВЕ?

Истраживања показују да се понекад деца понашају на начин који повећава ризик да буду жртве насиља међу вршњацима, или да имају неке карактеристике које их лакше чине метама насиља. Тако, на пример, нека деца остављају утисак да се не знају бранити због слабе физичке развијености или због покоравања и прихватања свега што се од њих тражи. Поред тога, уколико је дете и осамљено од других, има слабе социјалне вештине, срамежљиво је, повучено и теже се укључује у заједничке активности, има и мањи број пријатеља који би стали уз њега уколико до насиља дође, а видећемо да је подршка вршњака један од начина превенције насиља. Деца која су честа жртва насиља су несигурна, преосетљива, бојажљива и на напад реагују плачем или повлачењем.

Ко су НАСИЛНИЦИ-ЖРТВЕ?

Ова улога подразумева истовремено вршење насиља над слабијима, али и трпљење насиља од јачих. Насилници-жртве се називају и реактивним жртвама јер често изазивају или провоцирају насилнике, те када насилници реагују на њихову провокацију, долази до сукоба. Притом се реактивне жртве оправдавају самоодбраном. Насилнике-жртве карактерише то што су немирни, брзо плану, емоционално су нестабилни, а уједно и агресивни. Реактивне жртве су и деца која више нису могла трпети насиље и понижење од стране својих вршњака. Оно што је доследно показано у истраживањима је да ова група ученика трпи најтеже последице. На пример, насилници-жртве су подложнији депресији, анксиозности, психосоматским сметњама, поремећајима исхране и другим психичким проблемима.

КАКО ПРЕПОЗНАТИ ЖРТВЕ ВРШЊАЧКОГ НАСИЉА?

Неки знакови насиља су очигледни, као нпр. модрице, међутим, постоји већи број теже уочљивих знакова да је неко жртва насиља. Међу њима су нпр. страх од одласка у школу (дете се боји да одређеним путем иде у школу или мења смер одласка и враћања из школе без неког објашњења или инсистира да га родитељи возе у школу), изостајање из школе и захтев да се промени школа, кад дете долази кући с поцепаним књигама или одећом, говори како губи књиге и ствари, или долази кући гладно јер је наводно “изгубило” новац за ужину . Такође, један од знакова може бити да дете губи апетит, попушта с успехом у школи, развија говорне тешкоће, као нпр. муцање, има поремећај сна и друге здравствене проблеме (главобоље, болове у стомаку), плачљиво је, повлачи се из друштвених активности, губи самопоуздање у социјалним ситуацијама, повређује се, а у екстремним случајевима може покушати самоубиство. Што је ових знакова више, то би одрасли требало озбиљније да размотре могућност да је дете жртва насиља.

ВРСТЕ НАСИЉА

Многи су начини како неко може наудити другоме. Међу основним облицима насилног понашања су: 1. физичко насиље, 2. вербално насиље, и 3. релационо насиље, а од недавно се све већа пажња посвећује још једном облику насиља - електронском насиљу или насиљу на интернету. Физичко насиље представља наношење физичке повреде жртви насиља и испољава се као ударање, шутирање, шамарање, одгуривање, или у екстремном случају, повређивање употребом оружја. Такође се и претња физичким насиљем сматра обликом физичког насиља, као и оштећивање туђе имовине, посебно предмета до којих је жртви јако стало. Вербално насиље се испољава као вређање, ругање, називање погрдним именима, викање и дерање на некога и слично. Док су физичко и вербално насиље директни облици насиља, релационо насиље може бити и директно и прикривено насиље, а испољава се као оговарање, ширење гласина и социјално изоловање жртве, при чему насилник настоји да не буде откривен. У овој форми агресије постоји намерна маргинализација другог, његово искључивање из комуникације и друштва тј. угрожавање социјалних веза, занемаривање његових потреба и нарушавање његовог самопоштовања. Иако и физичко и вербално насиље, такође, угрожавају нечији друштвени живот и нарушавају самопоштовање, код релационог насиља је то примарни циљ.

Доминантни облик насиља и у основној и средњој школи је вербално насиље, мада су, начелно, директни облици насиља ређи међу ученицима средњих школа. Међутим, што су починитељи физичког насиља старији, то су њихове методе све насилније. На основношколском узрасту, физичком и вербалном насиљу су више склони дечаци, док су релационом више склоне девојчице, а касније, током средње школе и у младалачком добу, ове полне разлике се губе и релационом насиљу бивају подједнако склони и младићи и девојке.

Као што је споменуто, у последње време као посебан облик насиља истиче се електронско насиље. Оно се дефинише као слање и објављивање повређујућих или сурових текстова или слика користећи интернет и друга дигитална комуникациона средств, нпр. паметне телефоне. Наиме, постало је уобичајено да се неки облик насиља, као што је нпр. физичко малтретирање некога, сними и постави на интернет или подели са другима, како би се жртва насиља додатно понизила и

била предмет исмејавања, или како би се истакла доминација насилника. Многи су облици електронског насиља, нпр. објављивање и дељење садржаја у којима се истичу неки физички недостаци ученика, у којима су ученици били понижени или који садрже вулгарности и увреде, лажи и оптужбе, организовање такмичења у вези с тим ко је најружнији у школи, а неретко се и насилници представљају на интернету као нека друга особа па чине ствари које би тој особи уништиле репутацију или које би је довеле у сукоб с другима. С обзиром на то да деца још од својих раних година користе компјутере, таблете и паметне телефоне, није изнанђујуће што овај облик насиља била све присутнији. Овај облик насиља је посебно привлачан насилницима јер њихов идентитет може остати непознат жртви, аудиторијум велики, а жртва нема начина како може да се од тога одбрани, нити заштити. У овом облику насиља има много више учесника насиља, јер примаоци поруке или видео садржаја могу тај садржај прослеђивати даље. Велики проблем у сузбијању ове врсте насиља је и то што они који прослеђују непримерене садржаје често нису ни свесни тога да подржају и учествују у насиљу.

МОГУЋНОСТИ И ЗНАЧАЈ ПРЕВЕНЦИЈЕ ВРШЊАЧКОГ НАСИЉА У ШКОЛСКОМ ОКРУЖЕЊУ

Превенција вршњачког насиља у школском окружењу све више представља један од најзначајнијих облика педагошког и васпитног деловања. Суштина ових активности је у настојању да се, пре свега, предупреди ескалација сукоба, као и експлицитно насиље међу ученицима. Чињеница је да школа као најзначајнија васпитно-образовна институција, има посебно значајну или чак централну улогу када је у питању превентивно деловање, подизање свести и упознавање свих учесника васпитно-образовног процеса са различитим темама, укључујући ту и вршњачко насиље. Међутим, постоје бројни и међусобно различити теоријски и практични приступи (као и бројна размимоилажења) у вези са тим како је најефикасније или најбоље спречити насиље међу вршњацима.

Према *Приручнику за примену посебног протокола за заштиту деце и ученика од насиља, злостављања и занемаривања у образовно-васпитним установама* које је 2009. године издало Министарство просвете Републике Србије, превенција насиља представља “скуп мера и активности које имају за циљ стварање сигурног и подстицајног окружења, неговање атмосфере сарадње, уважавања и

конструктивне комуникације, у коме неће бити насиља, или ће га бити што мање.” Истиче се, такође, да је заштита деце и ученика од насиља у образовно-васпитним установама процес у којем учествују многи актери: сви запослени, деца/ученици, родитељи/старатељи, као и локална заједница. Тврди се и да је последњих година вршњачко насиље све очигледнији проблем, да насиље, злостављање и занемаривање првенствено представљају повреду основних дечијих права, као и да је стварање услова за безбедно одрастање и заштита деце од насиља “приоритетан задатак” образовно-васпитних установа.

Насиље међу вршњацима најчешће се дешава у школској средини, пре и након наставе, дакле, у паузама и одморима (иако понекад и током саме наставе). Ипак, нереално је очекивати од школе да буде у могућности да спречи сваки покушај насилног понашања, али зато јесте важно усмерити превентивно деловање у правцу смањења насиља међу вршњацима, као и препознавања и адекватног реаговања у конкретним ситуацијама. Процена фактора ризика или процена претње је кључна за напоре превенције насиља у школама. Такође, за превенцију насиља у школама је важно обратити пажњу и на процесе комуникације и обраде информација, посебно када је реч о међуодносу ученика, наставника и школског особља. Најзад, важно је обратити пажњу на морални развој на индивидуалном или микро нивоу, али и на шире друштвене оквири попут друштвене правде, људских (и дечијих) права, културе (насиља) итд.

У том смислу, школе имају значајну улогу у промоцији културе нанасилног решавања конфликта, толеранције и поштовања различитости и требало би да омогуће усвајање вредности као што су:

- *поштовање других* без обзира на њихову националност (етницитет), пол, род, године старости, порекло, класну припадност, религиозност (или одсуство исте), сексуалну оријентацију, политичка или религијска убеђења, физичко и ментално здравље;
- *емпатију*, која представља спремност и могућност да се разумеју осећања другог и да се ситуација сагледа из њиховог угла;
- *отвореност* за мишљење и перспективе других;
- *уверење* да се конфликти могу решити мирним путем;
- *спремност* на преговарање;
- *самопоуздање* - прихватање сопствених унутрашњих вредности;
- *посвећеност* друштвеној правди, једнакости и ненасиљу.

Упркос томе, често се дешава да породични услови, као и искуство у широј друштвеној заједници не обезбеђују младима стицање и развој социјалних компетенција које подржавају ове вредности. Управо из тих разлога, школе (могу да) представљају место на коме се могу креирати и/или неговати подстицајни услови, као и искуства значајна за развој вредности међусобног поштовања, толеранције и разумевања.

У том смислу, наставне и ваннаставне активности које се реализују у школи, садржаји који се обрађују, интерперсонални односи који се негују итд., треба да садрже поруке и искуства које омогућавају ученицима да разумеју приступе и понашање које доводи до насиља, као и да се негује атмосфера ненасилног решавања конфликта. Постављањем таквих вредности, као и стратегија деловања, стабилизује се улога школе у развоју поједница и она тиме постаје једно безбедно место за учење и развој.

Постоје бројни начини на које је могуће бити савезник у раду са свим ученицима којима је потребна додатна подршка и охрабрење пред изазовом вршњачког насиља. Наставник треба да зна начине на које може да покаже да му је стало, да вреднује мишљење и идентитет ученика, као и да ће дати све од себе да осигура да његова учионица, радно окружење као и шире школско окружење буду безбедно место за ученика да буду оно што јесу. А један од кључних начина да се то постигне јесте да се подрже и охрабре сви ученици и наставници да препознају, реагују, пријаве или зауставе сваки вид насиља и узнемиравања.

ПРЕВЕНЦИЈА ВРШЊАЧКОГ НАСИЉА: ТРИ ТЕОРИЈСКЕ ПАРАДИГМЕ

Када је реч о превенцији вршњачког насиља, могуће је говорити о три теоријске парадигме:

- (1) парадигми кажњавања и контроле,
- (2) парадигми јавног здравља,
- (3) културној парадигми.

Парадигма кажњавања и контроле вероватно је доминантна парадигма у вези са превенцијом вршњачког насиља, у свету и код нас. Наиме, потенцијални насилници се суочавају са претњом различитих санкција или казnenих мера, као што

су укори, ниже оцене из владања, или чак избацивања из школе. Наиме, претпоставља се да ће на потенцијалне насилнике превентивно деловати управо могућност да буду (релативно строго) кажњени за чин насиља према својим вршњацима. Символ ове парадигме су и “школски полицајци”, односно униформисано школско обезбеђење, као и “детектори за метал” који се појављују по многим школама Запада. У том смислу, ова парадигма насиље фактички посматра (једино) у оквирима криминала и позитивних закона.

Међутим, важна промена парадигме у вези са вршњачким насиљем појавила се након студија са почетка 1990-их година, а које су вршњачко насиље почеле да посматрају као питање јавног здравља. Ову промену пратио је и низ доказа у вези са тим да стратегија пуког кажњавања по себи не доприноси превенцији насиља, напротив – већ да може додатно оснажити насилнике. Парадигма јавног здравља примењује медицински приступ према којем се насиље посматра као специфична болест, на коју треба деловати мерама превенције налик на превенције других болести.

Ова парадигма истиче да се превенцији насиља може приступити на основу тројаке стратегије. Прво, стратегија превенције вршњачког насиља мора да се позабави потребама читавог становништва за курикулумом који је посвећен образовању за социјалну и емоционалну интелигенцију, тј. развојем емпатије, праштања и резилјентности на изазове насиља. Друго, стратегија превенције мора да се позабави потребама рањивих индивидуа (а посебно индивидуа које припадају мањинских групама или групама особа са инвалидитетом) којима је потребно саветовање. И, треће, стратегија превенције вршњачког насиља мора да обрати пажњу на потребе како жртава, тако и насилника, у контексту ресторативне правде.

Овакав поглед на вршњачко насиље као на “болест” или проблем јавног здравља несумњиво је представљао корак унапред од приступа који је инсистирао једино на кажњавању и на перцепцији вршњачког насиља као криминала. С друге стране, може се рећи да је данас на делу својеврсна “мешавина” парадигми криминала или болести, иако таква перспектива не одговара на кључно питање – насиље је болест чега тачно? Чак и уколико вршњачко насиље окарактеришемо као “болест заједнице”, склони смо томе да насилника стигматизујемо или на одређене начине “лечимо” и “искључимо” из заједнице – што нас враћа на парадигму санкција и казни. Казна и кажњавање зато додатно искључују индивидуе и промовишу нове облике друштвене изолације и одбацивања, са пратећим осећањима стреса и бола.

Управо из тих разлога, наредна и актуелна теоријска парадигма у вези са вршњачким насиљем се усредсредила на домен културе. Према овој парадигми, вршњачко насиље је знак или сигнал неадекватног функционисања неке друштвене заједнице или друштва у целини. Другим речима, насиље је симптом, а не болест, а сваки намерни насилни чин заправо је позив упомоћ. На овај начин, насиље се види као израз структурног и социокултурног невредновања индивидуе, те ерозије или слома заједнице. У том смислу, посебну пажњу је неопходно обратити на доминантне културне поруке које се нуде младима и друштву у целини.

На пример, у евроамеричким или западним културама, бити “чврст” и “груб” истовремено значи бити “снажан”. Показати слабост или рањивост нешто је што изазива гнушање или гађење, и изазива осећања стида и страха. Отпор према преиспитивању нечијег идентитета је сигнал снаге и чврстине, као и извор друштвене подршке и позитивних емоција. Управо је овај модел неопходно (пре) испитати, упркос његовој превалентности или културној хегемонији. Логика према којој “одрасли”, односно фигуре од ауторитета попут родитеља, наставника, свештеника и директора, “знају боље” шта и како треба радити је напросто погрешна. Она такође произилази из *културе насиља* према другима и другачијима, а коју је важно преиспитати и критички промислити.

Насиље је обично сигнал односа моћи и принуде коју редовно или на дневној бази практикују фигуре од ауторитета. На овај начин, доминантна културна порука младим људима гласи да је насиље заправо допуштено, али да они сами не смеју да га практикују под претњом казне, контроле и надзора. Из наведених разлога, тврди се да свака успешна превенција вршњачког насиља мора да доведе у питање доминантне културне моделе у вези са (не)прихватљивим насиљем у неком друштву. То јест, да одбаци насиље као праксу на целовит, непристрасан и доследан начин.

ПРЕВЕНЦИЈА ВРШЊАЧКОГ НАСИЉА: ПРАКТИЧНИ ПРОГРАМИ

Како би се елиминисало или бар умањило вршњачко насиље у образовно-васпитним установама, школе на првом месту морају да признају да оно постоји. Дакле, да физичко, вербално и психичко насиље нису само производ неколицине “проблематичних” појединаца, нити нешто што ће само од себе да “прође”. Зато,

када је реч о практичним програмима у вези са превенцијом вршњачког насиља, неопходно је да школе у своје разматрање узму шири друштвени контекст, тј. да не усвоје само пар једноставних превентивних мера – већ да развију и имплементирају начине за изградњу и одржање конструктивних образаца понашања међу ученицима, наставницима и другим особљем.

С тим у вези, данашње школе имплементирају низ мера које су осмишљене тако да спрече појаву насиља, међу којима су и: потискивање или гушење насилног понашања ангажовањем школских полицајаца, тренирање наставника како да препознају и интервенишу у насилним ситуацијама, таргетирање насилних ученика, дискредитовање насиља као средства за решавање конфликта, ангажовање мотивационих говорника и сличних тактика. Сви ови програми представљају добар почетак, али они ипак нису довољно добри, нити довољно успешни у реалном искуству.

На ово упућују и многа истраживања, која тврде да низ имплементираних курикула који су посвећени превенцији насиља једноставно (и нажалост) не резултирају у дугорочним променама када је реч о (не)насилним односима међу ученицима. Мање од половине сличних програма у Сједињеним Државама смањило је нивое вршњачког насиља, односно имали су ефикасност која је, у најмању руку, спорна. Неки од ових програма имали су и негативне ефекте, пошто су допринели томе да ненасилни ученици постану насилни(ји). Међу разлозима за њихов неуспех је и чињеница да ови програми непримерено “групишу” низ насилних понашања у једну категорију, игноришући то да ученици постају насилни из сасвим различитих разлога. Наравно, неки од наведених програма се и напросто слабо имплементирају али сви они наивно претпостављају да ће проста педагошка интервенција једноставно “излечити” насилне ученике.

Другим речима, програми који су оријентисани једино на пуку интервенцију фокусирају се на: просто санкционисање и дискредитацију насилног понашања, едукацију наставника у погледу интервенције у насилним ситуацијама, издвајање и стигматизацију насилних ученика, охрабривање ученика да се уздрже од насиља позитивним мерама итд. Међутим, *свеобухватни* (и компаративно успешнији) програми спречавања или превенције насиља, уз наведене елементе, обухватају и многе друге димензије и конкретне праксе. Међу тим мерама се налазе:

- (1) *реаговање на све природне, друштвене и културне потребе ученика,*
- (2) *креирање кооперативног школског окружења,*

- (3) *охрабривање позитивних и трајних друштвених односа и веза,*
- (4) *формирање партнерстава са родитељима и широм заједницом,*
- (5) *стварање дугорочних медијацијских програма за све ученике*

Уз то, прва чињеница коју је неопходно усвојити као трајну перспективу је та да је превенција вршњачког насиља један веома сложен и *свеобухватан* задатак. Он захтева да ученици промене своје навике, ставове, вредности, перспективе и понашања. Упркос томе, чињеница је и да *постоје* програми који на квалитетан и сувисао начин утичу на смањивање насиља међу вршњацима у образовно-васпитним институцијама.

Када је реч о (1) *реаговању на потребе ученика*, превенција насиља започиње са квалитетном здравственом и социјалном заштитом за децу и младе. Ученицима су потребни и хранљива исхрана, адекватно становање и довољно сна како би се изборили са околностима које их воде у насилно понашање. Сваком детету су потребни пажљиви родитељи или старатељи који су посвећени благостању тог детета, а снажни и здрави друштвени односи које ће промовисати школе доприносе томе да се ученици одупру разним негативним утицајима који их воде у насилно понашање.

У случају (2) *кооперативног школског окружења*, ученике је неопходно научити томе да буду сарадљиви и солидарни једни са другима, као и са широм заједницом. Дакле, да буду посвећени својој заједници и окружењу, да раде, уче и делају у тимовима, као и да помажу унесрећенима у разним хуманитарним акцијама. Слично томе, у вези са (3) *охрабривањем позитивних и трајних друштвених веза*, школе јесу те које могу да креирају наведене везе и односе међу ученицима, као и међу ученицима и наставницима и особљем школе. Наиме, ученицима који су насилни, имају лош школски успех, злоупотребљавају дроге, напуштају школу итд. обично недостају везе са позитивним социјалним ентитетима (породицом, вршњачком групом итд.). Пружањем односа и мреже подршке, школе могу да “олабаве” осећања отуђености и беспомоћности. Уз то, позитивни вршњачки односи су кључни за психолошко здравље, когнитивни и социјални развој, те за просоцијалне ставове и вредности. Дакле, другови из разреда, наставници и особље могу постати основа за друштвену подршку која повратно утиче на личне и академске потребе, а на овај начин се стварају и групе пријатеља које могу да трају годинама, чак и деценијама.

Школе могу да створе (4) *партнерства са родитељима и друштвеној заједници*. Многе студије указују на то да је увећање насиља (укључујући ту и масовне туче, појаву банди, ношење оружја и злоупотребу дрога) заправо резултат проблема у (непосредној или широј) друштвеној заједници. Иако наставници и школе не могу да реше ове проблеме, али оне треба да делају у синергији са том заједницом, укључујући ту и мреже суседа, полицију, локалне предузетнике итд. – које је, заједно са ученицима и родитељима, неопходно ангажовати на програмима превенције вршњачког насиља. С тим у вези, школе могу да организују и имплементирају (5) *дугорочне медијацијске програме и тренинге*, који трају више година и који су интегрисани у свакодневне обрасце школског живота. Сви ученици (а не само неколицина “проблематичних”) треба да науче како се управља конфликтима и које су процедуре за решавање конфликта. Школа је институција која ствара сопствену културу и која васпитава и образује ученике шта је прикладно понашање у оквирима те културе.

Иако је од највећег значаја партнерство са родитељима, неопходно је и партнерство са локалним институцијама и организацијама како би се смањило насилно понашање на дуги рок.

Овакав интегрисани и свеобухватни приступ зато мора да развија и оснажи низ заштитних фактора који делују као “кочнице” или “амортизери” за ризике од вршњачког насиља. Управо из тих разлога:

- (1) Ученици би требало да науче како да баратају и управљају снажним емоцијама.
- (2) Одрасли би требало да практикују конзистентне и ненасилне родитељске вештине.
- (3) Школе треба да промовишу ефикасне и дугорочне начине за руковођење конфликтима.
- (4) Заједнице треба да препознају сопствену снагу у спречавању насиља.
- (5) Потребно је употребити масовне (и друштвене) медије како би се довеле у питање антисоцијалне вредности.

С тим у вези, оно што могу да ураде школе јесте да подрже оне педагошке методе које *промовишу кооперативне вредности* и образују ученике у *вештинама ефикасне комуникације*. На пример, наставници могу *охрабривати групни рад* у својим учионицама, пошто се на овај начин ученицима даје прилика да изнесу

своје идеје, као и да се супротставе туђим идејама на конструктиван и критички начин, те да преговарају једни са другима, као и да помажу једну другима. На овај начин се доприноси расту самопоуздања, емпатије, активног слушања, осећања позитивног идентитета, те изградњи заједничких моралних вредности у оквирима школског етоса и школске културе.

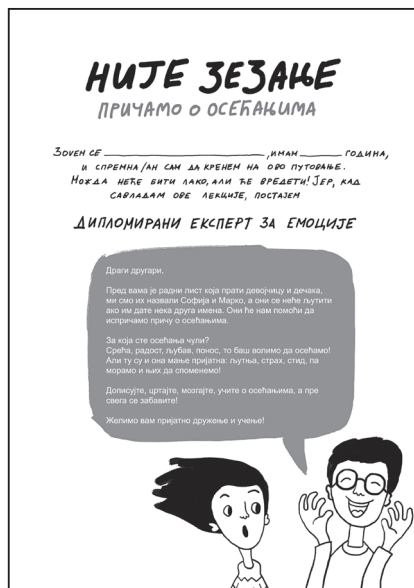
КРИКУЛУМ РАДИОНИЦА У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА „НИЈЕ ЗЕЗАЊЕ“

1. УВОДНА РАДИОНИЦА „КО САМ ЈА, КО СИ ТИ?“

ЦИЉ: у уводној радионици, деца се унутар одељења деле у мање групе (по 5- 6 ученика у групи и упознају се планом рада на наредним радионицама).

АКТИВНОСТ: Водитељи деле децу у групе по неком неформалном критеријуму (нпр.годишње доба у коме су рођени). Водитељи групишу децу у простору (учионици). Свака група смишља своје име и заједнички поздрав. Водитељ показује деци Радни лист и кратко објашњава чиме ћемо се бавити на радионицама (“Учимо о емоцијама, које све постоје и какве су; шта ће нам емоције; како да их контролишемо уместо да оне контролишу нас..Учимо важне вештине, а ако их савладамо заједничким напором, добијамо диплому Експерта за емоције” (у радном листу на последњој страни).

Деца попуњавају прву страну у радном листу.

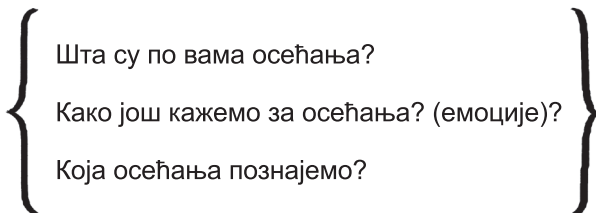


2. „ПРЕПОЗНАЈЕМ И ИМЕНУЈЕМ ЕМОЦИЈЕ“ (РАЗУМЕМ КАКО СЕ ОСЕЋАМ)

ЦИЉ: Учећи да препозна и дефинише сопствена осећања, дете развија способност препознавања исте емоције и код других људи (на основу фацијалне експресије, говора тела и сл.). Поред тога, способност именовања емоција олакшава комуникацију и унапређује емоционалну регулацију. Циљеви ове радионице су: развој способности идентификације различитих позитивних и негативних емоција (бес, страх, туга, срећа, изненађење, понос, стид, забринутост, кривица, повређеност) и способности прецизног именовања и градације осећања. Користи се пратећи материјал у Радном листу где ће деца имати задатак да изврше градацију осећања почев од најблажег до најјачег (нпр. од благе забринутости до панике; од љутње до експлозивног беса исл.). На овај начин, дете обогаћује свој емоционални речник, учи да правилно именује емоционална стања.

АКТИВНОСТ 1.: Увод – ШТА СУ ОСЕЋАЊА?

Повести дискусију у групи о томе шта су емоције и чему служе. Полазимо од децијих постојећих знања о емоцијама те их допуњујемо.



Допунити њихове одговоре са уводном причом о осећањима:

“Живот би био тешко замислив без осећања. Она нам служе да нас покрену на нека понашања (питати децу да пробају да замисле један дан да не осећају ништа – Како би то изгледало? Без осећања среће, радозналости, усхићења – да ли би изашли напоље да се друже? Без осећања страха, шта би урадили на улици усред густог саобраћаја када чују упозоравајући звук сирене? ...). У том смислу, све су емоције корисне... “

Активност 2.: ЗНАМ ШТА ОСЕЋАМ

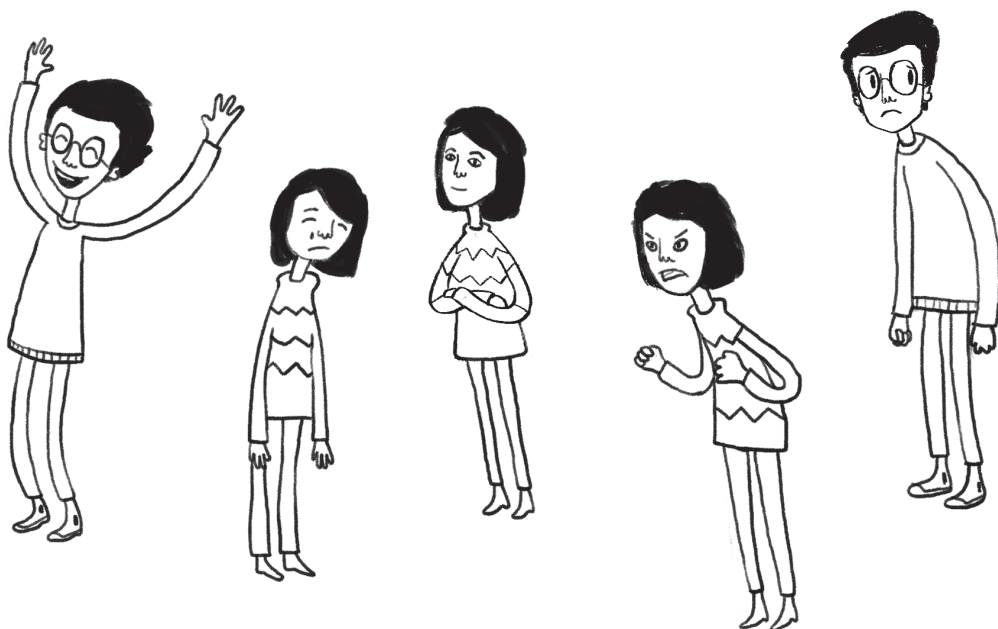
У радном листу су нацртани Софија и Марко у различитим осећањима. Свако дете у групи добија задатак да одглуми једну емоцију са слике. Наизменично, деца покушавају да одглуме осећање са цртежа. Остали из групе погађају о којој се емоцији ради.

....срећан...тужан...љут...изненађен...крив...уплашен...постиђен...забринут...поносан....повређен....

Које је то осећање?

По чему то знате? (препознајемо невербалне манифестације осећања)

Када се тако осећамо? (деца дају примере)



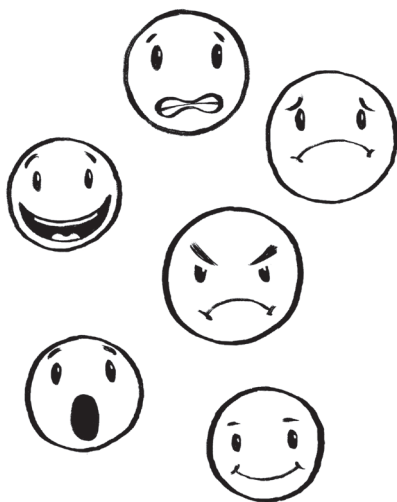
Задатак је да дете правилно препозна емоционално стање, а затим да покуша да именује емоцију.

Активност 3 : ГРАДАЦИЈА ОСЕЋАЊА

У радном листу деца раде задатак градације осећања (на пример: несрећан, тужан, јадан, жалостан, очајан и сл).

Циљ је да деца разумеју да нису све аверзивне емоције лоше (нпр. туга или забринутост), већ да само велики скок у квантитету чини једну емоцију неконструктивном (очајан, јадан)

На овај начин, дете обогаћује свој емоционални речник, учи да правилно именује емоционална стања и унапређује способност емоционалне контроле.



{
Које је најблаже, а које најјаче осећање?
Хајде да видимо у чему је разлика између ових осећања?
Које од ових осећања је добро, а које лоше за нас?
}

Активност 4 : О, МАРИНА!

Сви учесници када дође ред на њих треба да изговоре „О, Марина!“ или неко друго име (најбоље је изабрати неко звучно име, а да се нико од ученика не зове тако) на разне начине. На пример: са љубављу, бесно, уплашено, изненађено, смејући се, тужно...

3. ПОБЕЂУЈЕМ ТУГУ („СКУНИ МИ СЕ С ВРАТА“)

ЦИЉ: Током ове радионице деца ће ширити свој емоционални вокабулар и освешћивати оно што у њима изазива пријатност, а затим и стицати увид о томе да и ми сами можемо да утичемо на то да доживљавамо пријатна осећања. У другом делу радионице детаљније ће се обрадити осећање туге, па ће том приликом деца моћи да повежу вежбе о пријатним осећањима и користе их приликом регулације туге и осталих аверзивних емоција. Користиће се пратећи материјал из радног листа где се бавимо темом захвалности према особама које осећамо као своју подршку. Циљ ове радионице је стицање увида у активности које нам пријају када смо нерасположени, како би деца и сама мога да продукују сличне форме понашања и према другима..

{ Шта радиш кад си тужан? Како се понашаш? Како говориш? Како изгледаш? Јел тешко или лако показати тугу, рећи да си тужан? Како други знају да си тужан? }

Активност 1. : „СВА ТА РАДОСТ!“

Питати децу које све пријатне емоције познају. (Као помоћни материјал у радном листу користимо Веселу енигматику, где деца траже називе пријатних емоција).

Причамо даље о срећи...како се још каже срећа? (бити срећан, чио, весео, радостан, усхићен, задовољан итд)..

Активност 2. : „МОЈ СРЕЋНИ СПИСАК“

Потребан материјал: папир и оловка (у радном листу Срећни списак)

Ток радионице: Деца набрајају и/или записују активности и ситуације које их чине срећним. Водитељ вежбе подстиче децу да траже одговоре: “Замисли неколико ситуација које те веселе и активности које баш волиш да радиш. Настави рече-

ницу. „Ја сам СРЕЋАН кад...” Прво дете каже шта га чини срећним, друго дете у низу понавља (нпр. Милица је срећна када иде на море, а ја сам срећан кад..и тако редом у круг). Сада направите свој лични СРЕЋНИ СПИСАК. Сачувајте га, може добро доћи...

Активност 3. : „КАД СМО ТУЖНИ ...”

Водитељ даје инструкцију да сви покажу како изгледа особа која је тужна, шта она може да каже и у којим смо то ситуацијама тужни. Пустити децу да дају своје мере.

Одговарају на питања:

Осећам се тужно кад....(наведи ситуације). Прво дете каже шта га чини тужним, друго дете у низу понавља (нпр. “Милица је тужна када изгуби неку драгу ствар, а ја сам тужан кад..” и тако редом у круг).

Активност 4. : „ОСОБА ОД ПОВЕРЕЊА”

Водитељ укључује сву децу у разговор: Деца редом одговарају на следеће питање:

{ Када смо нерасположени и тужни, тада је важно да разговарамо са неким ко ће нас саслушати и дати добре савете. Свако од нас има неку особу са којом може да поприча када га нешто мучи. Та особа може бити другарица, друг, мама, тата, учитељ/-ица, бака, дека, тетка... Са ким ти разговараш кад осетиш тугу? }

«Хајде да се захвалимо нашој особи од поверења» - У радном листу користимо Кутију захвалности. Водитељ даје инструкцију деци да допишу реченицу након заједничке формулације у којој ће дете изразити захвалност према особи од поверења («Милице/мама/тата, хвала ти што ме загрлиш када сам тужна, то ми јако прија»). Деца праве кутију захвалности особи од поверења, на којој пише име те особе, а унутар кутије порука за њу.

Активност завршавамо изражавањем јасним захтева за додатном подршком (водитељ даје пример): «Марко, волела бих да ме слушаш док причам када сам тужна». Деца једни другима говоре у круг шта би волели да добију као вид подршке када су тужни.

Кад сам тужан, и то кажем или покажем другима, шта они најчешће кажу или ураде?

А шта би ти још волео да тада неко каже или уради? Шта би ти пријало у том тренутку?

Активност 5. : „Подсетимо се нашег срећног списка”

Свако изводи свој срећни списак. Задатак је да свако изабере са свог списка активност коју ће да замисли и да је одглуми (нпр.пакује се и путује на море). Остала деца погађају о којој се активности ради.

4. ПОБЕЂУЈЕМ СТРАХ И НАЛЕТОСТ

ЦИЉ: Током радионице ћемо се подсетити на усвојене елементе о страху (дефиниција, ситуације које нас плаше, вербално и телесно изражавање страха и слично). Водитељ даје увод у причу о страху: да се сви некада уплашимо, да је страх аларм који нас чува од опасности, да се сви ми бојимо различитих ствари. Циљ радионице је развој способности повезивања емоционалних стања и њихових узрока, као и развој способности изражавања осећања и реакције на осећања. користиће се пратећи материјал из радног листа, у коме учимо да контролишемо мисли које нас одржавају у стању страха («страшне мисли»).

Активност 1. : ГДЕ ЈЕ МОЈ СТРАХ?

Деца редом у круг одговарају на питање: Шта је оно што те плаши? Због чега си последњи пут био напет, уплашен? „уплашен сам кад....(наведи ситуације). Прво дете каже шта га чини уплашеним, друго дете у низу понавља (нпр.“Милица је уплашена када види великог пса, а ја сам уплашен кад..“ и тако редом у круг).

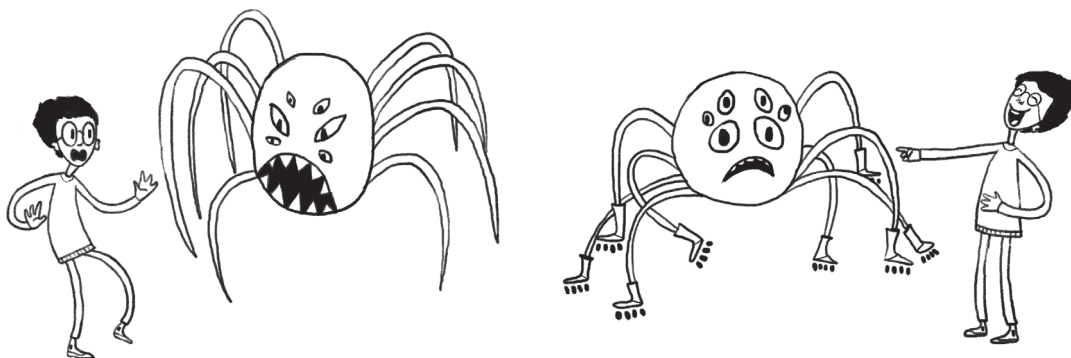
Где у телу осећаш страх? Шта радиш кад си уплашен? Како се понашаш? Како говориш? Како изгледаш? (учествују и одговарају сва деца, у круг).

Водитељ почиње следећу активност: „хајде да видимо шта ћемо са тим страхом. Хајде да видимо како бисте ви победили туђи страх“ (прво дете даје предлоге за

превладавање страха другог детета у кругу: нпр. „ја да се бојим пса као ти, ја бих прешао на другу страну улице“. Деца дају „савете“ једно другом у кругу. На овај начин додатно вежбамо и вештину слушања.

АКТИВНОСТ 2.: УЧИНИ СВОЈ СТРАХ СМЕШНИМ!

Користимо материјал из радног листа “Ридикулус- и страх је нестао!”



Водитељ нуди стратегију за превладавање страха: “Како бисмо могли да страх претворимо у нешто смешно?” Деца смишљају смешне приче о својим страховима, тако да или преувеличавају своје страшне сценарије до нереалних и невероватних димензија, или замишљају особе/ситуације којих се боје у неком смешном светлу и слично.

АКТИВНОСТ 3.: МОЈЕ СТРАШНЕ МИСЛИ-ШТА АКО...?

Водитељ уводи причу о “страшним мислима” - “Када замишљамо страшне ствари и размишљамо о њима, онда осећамо страх»

У радном листу, деца раде задатак Страхометар (правимо градацију осећања страха - од благе напетости («страхић») до најјачег страха (ужаса, панике - «страхотина»)



Питати децу: "Које су ваше "страшне мисли"? Шта ви то себи говорите па се уплашите у тој ситуацији?" Циљ активности је да деца препознају начин на који себе плаше у различитим ситуацијама.

- Шта бисте рекли својим "страшним мислима" па да престанете да се бојите?
- Спомоњемо обраћање одраслој особи за помоћ (особа од поверења). «Страх је мањи када се подели са неким. На тај начин «одувавамо страшне мисли» (задатак у радном листу - Експериментом до сазнања - деца надувају балоне, а онда заједно са паром пуштају балон да виде како се «страх издувава»)

Присећамо се вежбе «срећни списак» из одељка о пријатним емоцијама. Сада та вежба може да се користи као стратегија за регулацију страха.

5. „ЈАЧИ САМ ОД БЕСА“

ЦИЉ: У овој радионици позивамо се на научену разлику у градацији осећања љутње и беса. Циљ радионице је усвајање различитих техника за контролу беса. Користимо пропратни материјал из Радног листа ("Не дам да експлодирам"), са идејом да ће деца, по усвајању ових техника, спознати разлику између осећања љутње које је конструктивно, и осећања беса које је најчешће деструктивно и по дете и по околину.

Ток радионице: подсећање на елементе љутње о којима се већ говорило на претходним радионицама. Започети вежбу следећим питањима:

- „Да ли се неко сећа шта смо рекли да је љутња? Шта се дешава са нашим телом када смо љути?“ (срце нам куца брже, можемо осетити врућину, лице може да нам поцрвени).
- Замолити децу да покажу „љутито лице“
- Када сте се последњи пут наљутили? Шта се десило па сте се јако наљутили? Шта сте радили?
- Како је то осећање када си јаааако љут? (пустити децу да дају одговоре, стимулисати док не формулишемо – «као да ћу пући, експлодирати» (као да ћу ударити некога или нешто, као да горим и сл).

Активност 1. :

«Не дам да експлодира». То што знате да препознате бес (из претходне вежбе), већ је ваша велика предност. 1:0 за нас!

У реду је да се наљутимо око неких догађаја, али како не бисмо повредили друге, као што и не желимо да други повреде нас, можемо нешто да урадимо са том љутњом, пре него што експлодира. Да видимо, ко мисли да је јачи од свог беса?

(пустити децу да уз помоћ вонтитеља дају што више предлога - ударање у јастук, лупање ногом о под, слушање музике, писање, играње игрице, одлазак напоље, попричати са неким, гласно рећи да сам бесан, итд)

Активност 2. :

можеш просто да се склониш од особе која те јако љути. То је твоја друга победа!

Водитељ нуди деци афирмативне кратке реченице: ЈА УМЕМ НА НАПРАВИМ БОЉИ ИЗБОР. ЈА МОГУ ДА ОДЕМ ОДАВДЕ. ЈА МОГУ ДА СЕ КОНТРОЛИШЕМ. УМЕМ ЈА БОЉЕ. ЈАЧИ САМ ОД БЕСА!

(Можете предложити деци да своје реченице носе са собом записане на папирићу, да је имају при руци онда када осете да би могли да повреду или увреду неког).

Хајде да видимо шта ћемо даље са бесом. 2:0 је за нас....

Активност 3. :

учимо технике отпуштања беса. Водитељ објашњава вежбу: Скупите дланове један на други (као у молитви), стисните их прво до пола, па онда најјаче што можете. Опустите их сада. А, како добар осећај? Идемо даље. Подигни рамена ка ушима, јако, најјаче што знаш, стегни, број до 3, па опусти. Стисни зубе и направи гримасу најстрашнију коју можеш (као кад смо јако бесни). Број до 3, па опусти.

Удахнемо дубоко на нос и пазимо да нам се стомак у том моменту надува, задржимо мало ваздух и онда полако издишемо ваздух кроз уста. Сада простресите руке (дланове) јако, опусти их, дубоко удахни и издахни, и гласно кажи Бесу: 3:0 за мене!

Активност 4. :

Сад са овом предности од 3 гола, већ имаш моћ да РАЗМИСЛИШ: У реду је бити љут, али није у реду повредити некога, томе онда нема краја. Размисли: зашто си уопште бесан? (на пример, неко ти је добацио нешто ружно и увредљиво. Па то је

само његово мишљење! Какве то везе има са мном? ЈА ИМАМ МОЋ ДА БИРАМ КАКО ЋУ МИСЛИТИ О СЕБИ!

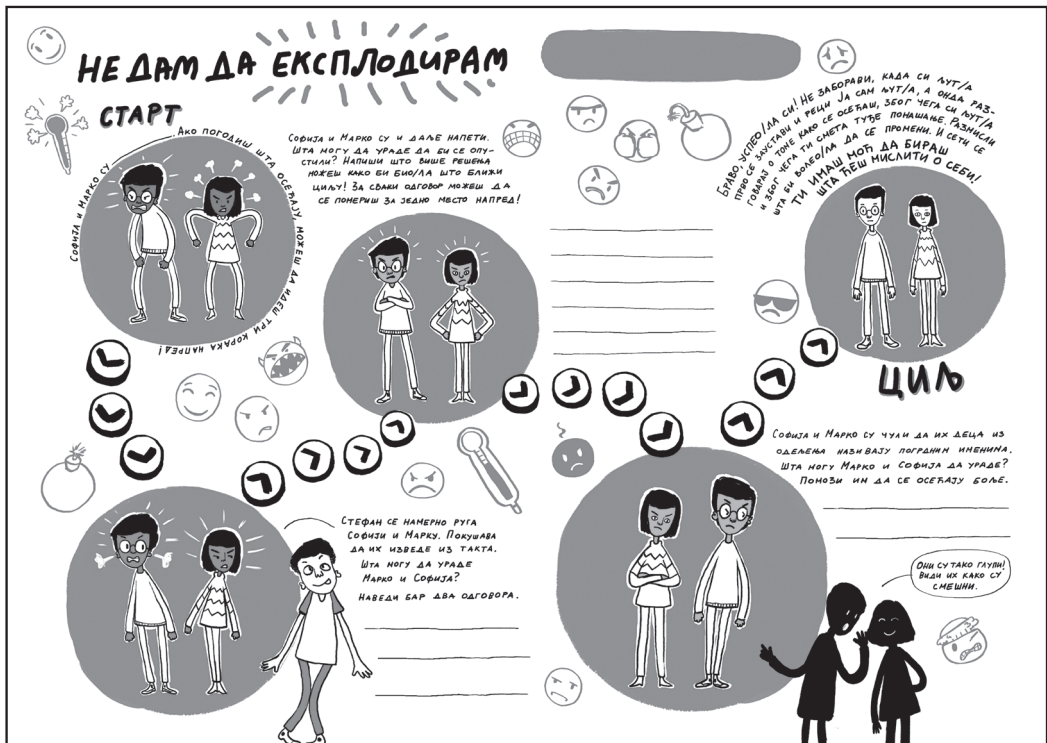
АКТИВНОСТ 5:

Е сад си већ мајстор. Сад иде прави изазов - можеш да кажеш Зашто си љут. Заустави се и кажи: «ја сам љут»- разговарај о свом осећању, објасни својој особи од поверења. Хајде да пробамо. Кључне речи су КАКО, ШТА, ЗБОГ ЧЕГА, И ШТА ДАЉЕ.

„ЈА САМ..... (КАКО се осећаш)... због тога што..... (ШТА је неко урадио).... јер.... (ЗБОГ чега ти смета туђе понашање). Волео бих да... (ШТА ДАЉЕ).

Пример: „Љута сам када ме тако зовеш, јер имам своје право име. Хоћу да почнеш да ме зовеш Милица“

Када си успео да ово изговориш особи која те је наљутила, миран а јасан и гласан, онда је резултат 5:0!



6. РЕШАВАМО КОНФЛИКТЕ -„ШТА БИ БИЛО КАД БИ БИЛО...”

ЦИЉ: учење конструктивних начина решавања конфликта. Водитељи ће на почетку радионице испричати деци једну хипотетичку дилему која је конструисана тако да циља на контролу социјалне околине као најчешћи извор сукоба у адолесценцији. («Зашто и ја не могу да се играм?»). Користиће се пропратни материјал из радног листа у оквиру кога разматрамо различите могућности реаговања у конфликтним ситуацијама, са нагласком на исходе и циљеве сваке од ових алтернатива. Циљ радионице је да деца прошире свој понашајни репертоар, те да створе увид у краткорочне и дугорочне последице својих реакција. Писмени задатак у радном листу («црно на бело») омогућиће увид у то да су насилне и неконструктивне технике решавања конфликта неисплативе у односу на постављене циљеве.

АКТИВНОСТ 1.:

у радном листу нацртане су сличице које указују на конфликт међу дечацима, где група не дозвољава једном дечаку учешће у игри. Водитељ подстиче децу да испричају причу по сликама. Задатак деце је да, након одслушане приче, размисле на које би све начине могао да реагује главни јунак из приче, а затим да замисли који би био исход његове реакције. На овај начин, дете учи да разликује ефикасне и неефикасне стратегије у односу на жељени исход конфликта (у радном листу, деца уписују могуће алтернативе, а затим и исходе тих алтернатива - “како ће изгледати дан после”)

Шта Дарко може да уради?

Шта би ти урадио у тој ситуацији?

До чега би то довело? Како би се завршило? Како бисте се осећали?

Како би изгледао дан после тога?

Како још можеш да се понашаш? Шта да кажеш? Шта да урадиш?

На који начин би то рекао? Хајде да то одглумимо...

АКТИВНОСТ 2. :

“Лакше је заједно”. У радном листу нацртан је лавиринт са два улаза (са леве и десне стране). Задатак је да деца заједно дођу до решења (до циља), али у исто време. Водитељ може да веже оловке деци, тако да једно дете мора да попусти да би његов партнер успео да направи корак у лавиринту. (Водитељ: Шта смо научили из ове вежбе?)

7. „РАЗУМЕМ КАКО СЕ ОСЕЋАШ” -ЕМПАТИЈА

ЦИЉ: систематско скретање пажње на осећања другог у интеракцији, како би се код деце подстакло развој способности децентрације, те разумевања потреба другог. У току радионице користиће се материјал из радног листа (“како је то бити у туђим ципелама”), и кроз игровне активности ћемо стимулисати емпатијско реаговање и просоцијално понашање (на основу детектованих потреба другог у интеракцији). Развојем ових вештина смањујемо могућност појаве агресивног понашања и унапређујемо социјалну адаптацију деце.

АКТИВНОСТ 1. : „ДА САМ ЈА ТИ”

Почињемо игру у кругу тако што прво дете се окрене према свом другу са десне стране и каже: „Да сам ја ти...”и додаје шта све зна о другом детету - што више истиних позитивних тврдњи (могу водитељи пробати међусобно као пример деци). На пример: „Да сам ја Ти, звала бих се Ива, имала бих плаве очи, волела бих математику, волела бих мачке и често бих каснила на први час јер волим да спавам“. Игра се завршава када сва деца дођу на ред.

АКТИВНОСТ 2. : „ПОСТАЈЕМ НА ЧАС НЕКО ДРУГИ...”

Водитељ дели деци по један припремљени сценарио, који дете прочита у себи. Водитељ даје инструкцију да на најбољи могући начин одглуме јунака из приче – да прочитају текст у првом лицу и телом и изразом лица дочарају осећање јунака приче. Остала деца описују сцену и покушавају да прецизно дефинишу како се осећа главни јунак (нпр. Видим да је Милош тужан, јер плаче и савија рамена на доле. Мислим да је разочаран и да се брине шта ће му рећи мама)

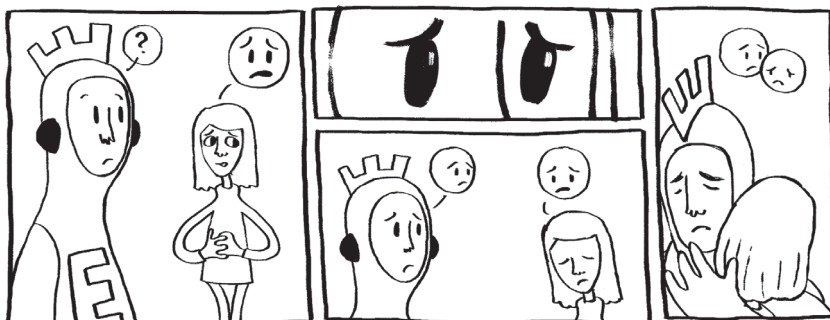
Водитељ даље пита: „Када се ви тако осећате, шта вам онда прија? Како бисте во-
лели да се тада други односе према вама? Исто то можемо да учинимо другоме.“
Стимулишу се деца да изведу неки чин или упуту речи подршке првом „глумцу“.

Примери ситуација:

1. ја сам Милош. Целе недеље сам учио математику, а добио сам двојку на кон-
тролном. Када сам видео оцену, почео сам да плачем.
2. ја сам Јелена. Играм се са другарима «између две ватре». Сагињем се по
лопту, и чујем како ми се цепају панталоне..не смем да подигнем главу, чујем
иза себе смех остале деце.
3. ја сам Маја. Ана ме је замолила да јој помогнем око домаћег и ја сам јој по-
могла. Онда сам на фејсбуку видела Анин статус - она Маја је такав штребер.
4. Ја сам Петар. већ три године тренирам кошарку јер желим да играм у првом
тиму. када ме је тренер ставио у игру, промашио сам слободно бацање. саи-
грачи су ми рекли да сам тотални промашај, кретен.
5. Ја сам Хана. волим да пишем песме. написала сам једну песму о својој сим-
патији и поаказала другарици. Она је свима рекла о коме се ради. Не смем
сутра да се појавим у школи.

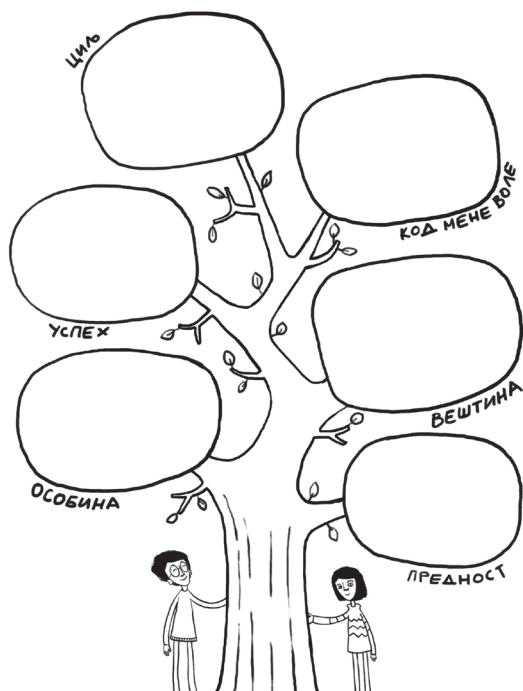
Активност 3. : „бити у туђим ципелама“

Водитељ упознаје децу са појмом емпатије уз помоћ радног листа (шта је све ем-
патија?) и стимулише децу да се сама сете неих примера. Након упознавања са
појмом емпатије - да она заправо значи способност да проценимо и осетимо како
се неко други осећа (бити у туђим ципелама, туђој кожи), предлажемо деци неку
од следеће две активности: деца размењују ципеле (или ранчеве) и пробају да
замисле како је то бити неко други. Могу поновити прву активност из радионице,
рећи неколико познатих, лепих ствари о другој особи чији ранац, тј. ципеле носе.



8. „ЈА САМ ВРЕДНО БИЋЕ” -САМОПОШТОВАЊЕ

ЦИЉ: Завршна радионица има за циљ да афирмише самопоштовање код деце. Користимо радни лист у коме смо припремили “дрво самопоштовања”, где деца размишљају о својим предностима, врлинама исл. (предност са којом сам рођен, особина коју код себе волим, вештина коју сам усвојио, успех који сам постигао, оно што други воле код мене и мој следећи циљ).



АКТИВНОСТ 1.: ДРВО САМОПОШТОВАЊА

У радном листу, у корену дрвета деца пишу своја имена. Водитељ даје инструкцију да:

- У први облачић на дрвету дете упише једну предност са којом је рођено (шта је на теби оно што ти се највише свиђа, са чим си се родио? Примери одговора: волим што имам плаве очи, висока сам и сл). Важно је да се ради поступно, да се не прелази на следећу латицу док сви не заврше записивање прве.

- Други облачић: једна особина коју код себе волиш и цениш (“волим што сам храбар, искрен, поуздан, итд)
- Трећи облачић: једна вештина коју си усвојио, научио (можете подсетити децу на вештине које су усвојили на овим радионицама)
- Четврта облачић: један твој успех, нешто што си баш добро урадио (спортски успех, школски успех, нешто што је дете само осмислило и слично)

Пети облачић: шта други воле код тебе? (родитељи, другари, бака и деда и сл)

Шести облачић: један циљ који планираш да оствариш (стимулисати децу да разликују жеље и циљеве - потребно је да наведу неки циљ који у највећој мери зависи од њих самих (нпр.школски успех, учење неке нове вештине - клизања, скијања и сл)

Водитељ разговара са децом о томе шта је било најтеже а шта најлакше написати. Даје се сугестија деци да ове похвале себи могу користити исто као и „срећни спинак“, кад год се осете лоше или су тужни, да се сете да похвале себе.

Активност 2. : „Тако слични, а тако различити“

Деца се поделе у парове, па сваки пар има задатак да напише неколико ствари које су код њих сличне (воле чоколаду, не воле грашак, воле историју, не воле математику, имају кућне љубимце, млађу браћу и сестре и сл.), као и неколико ствари које су различите (једно дете има пса, друго мачку, једно је дечак, друго девојчица, једно се бави спортом, друго не и слично томе). Побеђује онај пар који се сети највише сличности и разлика.