

## HEJT – WSPÓŁCZESNE ZAGROŻENIE MŁODZIEŻY

Tak wiele mówi się ostatnio w mediach o tzw. hejcie, czyli agresji i przemocy, słyszymy informacje o kolejnych ofiarach, które umęczone, udręczone, porywają się na własne życie, albo... same stają się agresywne.

Skąd rodzic posyłający dziecko na kilka godzin do szkoły ma wiedzieć co je tam spotyka i czy aby na pewno młody człowiek nie ukrywa czegoś dramatycznego? I co robić jeśli rzeczywiście dziecko jest prześladowane w szkole?

### Agresja

Agresją nazywa się takie działania (zarówno fizyczne jak i słowne), które **wyrządzają krzywdę fizyczną lub psychiczną osobie lub czemuś, co ją zastępuje**. U podstaw agresji leżą gwałtowne, negatywne emocje i złe intencje. Agresor podejmuje celowe działania zmierzające do wywołania u innej istoty bólu, strachu, cierpienia. Często pojęcie agresji pojawia się wówczas, gdy obie strony konfliktu mają podobną siłę, natomiast w sytuacji, gdy brak równowagi sił, mówi się o przemocy.

### Przemoc fizyczna

**Przemoc fizyczna** to, najogólniej ujmując, naruszenie nietykalności cielesnej drugiej osoby, ale może być skierowana także przeciwko rzeczom (**wandalizm**). Jest to świadome, celowe spowodowanie obrażeń cielesnych, w sposób pośredni lub bezpośredni. Przemoc fizyczna to nie tylko bójka, ale także popychanie, szturchanie, szczypanie czy uniemożliwianie przejścia.

### Przemoc psychiczna

**Przemoc psychiczna** kryje w sobie różne zachowania, może to być:

- agresja werbalna, np.: obrażanie, znieważanie, ironizowanie, kompromitowanie;
- groźby, wywieranie presji i szantaż;
- dyskryminacja (poniżanie, naruszanie cudzej godności).

### Co może robić rodzic, aby jego dziecko nie stało się ani ofiarą przemocy, ani agresorem?

Przede wszystkim należy uważnie obserwować dziecko – to rodzic zna je najlepiej i pierwszy może dostrzec nawet najmniejsze zmiany w zachowaniu. Istnieje też lista rzeczy, na które należy szczególnie zwracać uwagę. Warto każde niepokojące wydarzenie notować – pozwoli to ocenić ich częstotliwość: jednorazowy ból brzucha nic nie znaczy, ale jeśli dziecko skarży się nań regularnie (np. w dniu zajęć na basenie), może to być wyraźna wskazówka dla rodziców.

## Zawsze reaguj, gdy dziecko:

- wraca ze szkoły później niż zwykle, okrężną drogą;
- wychodzi do szkoły wcześniej niż zwykle;
- po lekcjach nie chce wychodzić z domu;
- opuszcza lekcje, wagaruje;
- nagle zaczyna mówić, że bardzo nie lubi szkoły i nie chce tam chodzić;
- ma siniaki, zadrapania, potargane ubrania, a pytane o przyczynę, unika odpowiedzi lub złości się;
- zaczyna „gubić” przybory szkolne i prosi o ich kupienie;
- prosi o pieniądze na zakup nowej książki, składki lub inne bliżej nieokreślone zakupy;
- przestaje być aktywne na lekcjach, ma gorsze oceny;
- nie chce uczestniczyć w szkolnych imprezach, wycieczkach;
- skarży się na bóle głowy, brzucha, bezsenność;
- staje się agresywnie w domu, popada w [zmienne nastroje](#);
- nie ma kolegów, przyjaciół – nikt go nie odwiedza i ono się z nikim nie spotyka.

## Poświęć czas i rozmawiaj

Nie można ulec złudzeniu, że starsze dziecko potrzebuje mniej uwagi i czasu rodziców niż maluch. Ono tak samo pragnie fizycznego i emocjonalnego kontaktu, jak dwulatek. Oczywiście musi to być kontakt na miarę jego wieku.

Dziecko w każdym wieku musi wiedzieć, że rodzic to ktoś, komu można zaufać, do kogo w razie kłopotów idzie się w pierwszej kolejności. Jeśli dzieci jest kilkoro, rodzice powinni postarać się znaleźć czas dla każdego z nich osobno.

Na ten temat napisano wiele, a spośród wszystkich książek najbardziej godne polecenia są te autorstwa Adele Faber, Elaine Mazlish, których lekturę bardzo polecam. Warto też sięgnąć po książki z serii "Balsam dla duszy...", które napisali Jack Canfield, Mark Victor Hansen, Kimberly Kirberger, przeznaczone dla dzieci i nastolatków, czyli "Balsam dla duszy dziecka", "Balsam dla duszy nastolatka". Wspólna, głośna lektura tych książek dostarczy nie tylko tematów do rozmów i przemyśleń, ale pomoże też budować więź.

## Co robić gdy dziecko jest ofiarą przemocy, czy jak hejtu w szkole?

Najgorsze, co można zrobić, to zareagować zbyt ostro. Rodzic przeżywa szok, jest zdenerwowany, nie powinien jednak próbować samodzielnie rozwiązywać sprawy sam, na przykład przez próbę ukarania sprawcy.

Również pretensje do szkoły nie zawsze będą usprawiedliwione – skoro informacja o prześladowaniu dociera do rodziców z dużym opóźnieniem, również przed szkołą mogła być ukrywana. Obwinianie niewiele pomoże, należy wspólnie szukać rozwiązania. Szkoły mają opracowany tryb postępowania w takich wypadkach. Warto się do niego stosować.

## Jakie są kolejne kroki?

- Wysłuchaj dziecko, pozwól mu się wygadać. Nie oskarżaj, pomóż odreagować emocje. Porozmawiajcie, jak można się bronić przed hejtem. Stwórz atmosferę zaufania – dzięki temu będzie ci mówiło o wszystkim, także o tym, co je smuci czy niepokoi.
- Gdy czujesz, że sytuacja jest poważna i was przerasta, zwróć się o pomoc do pedagoga i psychologa (szkolnego bądź pracującego w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej).
- Gdy dziecko skarży się na agresję w szkole, bądź w kontakcie z nauczycielami – rozmawiaj z nimi osobiście bądź prowadź korespondencję w dzienniczku (bądź zeszytcie do korespondencji). Na bieżąco przekazuj swoje uwagi. Stwórz z nauczycielami wspólny front, dbaj o dobrą komunikację i przepływ informacji – dzięki temu będziecie mogli szybko reagować.
- Jeśli dochodzi do aktów przemocy bądź agresji, żądaj od wychowawcy lub pedagoga wyjaśnienia sprawy, a także ukarania agresorów. Jeśli to nie przynosi skutku – skontaktuj się z dyrektorem szkoły. Zapytaj jak zamierza rozwiązać problem. Zadeklaruj swoją chęć współpracy. Notuj wszystkie ustalenia i podejmowane działania.
- Poszukaj specjalistów, np. organizacji, które służą wsparciem, konsultacjami - zarówno dziecku, jak i pedagogom szkolnym.
- Jeśli sytuacja nie ulega zmianie - szkoła nie podjęła skutecznych kroków w celu wyeliminowania agresji i przemocy, złóż do Kuratorium Oświaty wniosek o zbadanie sprawy.
- W sytuacji szczególnie trudnej zgłoś problem do Rzecznika Praw Dziecka.
- Jeśli twoje dziecko ucierpiało z powodu agresji bądź niepokojące sytuacje mają charakter permanentny, zgłoś sprawę w komendzie policji.