

Dragi roditelji,

s obzirom na tužan i strašan događaj koji se nedavno dogodio u našem susjedstvu za vas smo pripremili kratak podsjetnik i smjernice prema kojima trebate postupiti ukoliko uočite promjene u ponašanju kod vaše djece. Često do promjena u ponašanju dolazi zbog nasilnog ponašanja među vršnjacima.

Vrste zlostavljanja među djecom mogu biti:

➤ **Tjelesno zlostavljanje**

Tjelesno zlostavljanje može biti direktno i indirektno. Direktno zlostavljanje uključuje ponašanja kao što su udaranje rukama i nogama, štipanje, grebanje, pljuvanje ili bilo koji drugi oblik tjelesnog napada. Indirektno zlostavljanje usmjereno je na učenikove osobne stvari (krađa, skrivanje ili uništavanje osobnih stvari, uzimanje novca, izbacivanje knjiga iz školske torbe i sl.)

➤ **Verbalno zlostavljanje**

Verbalni napadi najčešći su oblik zlostavljanja. Direktni verbalni napadi uključuju nazivanje učenika ružnim imenima, vrijeđanje, ružne šale na nečiji račun, zadirkivanje, korištenje seksualno sugestivnog ili uvredljivog jezika ili uvredljivih komentara. Može se događati usmeno ali i pisanim putem. Indirektni verbalni napadi obično uključuju širenje ružnih tračeva o drugom učeniku ili učenici. Takvi tračevi imaju samo jedan cilj: postići da se učenik ili učenici o kojima se radi osjećaju loše.

➤ **Isključivanje iz uobičajenih grupnih aktivnosti**

Zlostavljač pokušava biti moćniji od drugih i isključiti ih iz društva, posebno na temelju razlika u nacionalnosti, vjeri, boji kože, jeziku, ili tjelesnim osobinama kao što su visina, debljina ili invalidnost.

Ovakvo zlostavljanje događa se kad je učenik izoliran ili isključen iz druženja s drugom djecom – ignorira ga se u razredu ili se s njim ne druže za vrijeme odmora.

➤ **Elektroničko zlostavljanje**

O elektroničkom zlostavljanju govorimo kad jedan ili više učenika namjerno i često pokušavaju povrijediti nekog učenika koristeći društvene mreže. Ono može biti još ozbiljnije jer se učenici manje sustežu kad svoju žrtvu ne vide u živo. Elektroničko zlostavljanje događa se 24 sata dnevno i nije ograničeno na vrijeme provedeno u školi ili u susjedstvu. Također, može ga vidjeti veći broj ljudi jer internetu ima pristup cijeli svijet. Žrtve od ovakvog zlostavljanja nisu zaštićene ni u svom domu.

- Slanje ili daljnje prenošenje uvredljivih ili prijetećih poruka putem interneta
- Postavljanje fotografija ili drugih osobnih informacija na internet bez dopuštenja učenika.
- Lažno predstavljanje kako bi se učenika prevarilo ili ponizilo.
- Prenošnje laži i tračeva o učeniku.
- Kreiranje stranice na društvenoj mreži kako bi se povrijedilo ili isključilo učenika.
- Poticanje učenika na prevaru da otkrije nešto povjerljivo o sebi što se onda može iskoristiti protiv njega.

### **Kakve posljedice ostavlja zlostavljanje?**

Neki roditelji vjeruju da je zlostavljanje samo normalni dio odrastanja i da pomaže djeci da se nauče zauzimati za sebe. No, važno je znati da ni jedan oblik zlostavljanja – ni tjelesno, ni verbalno, ni socijalno ni elektroničko - NIJE normalni dio djetinjstva. Jasno morate reći svojoj

djeci da nije normalno, nije OK i ne može se tolerirati da oni nekoga zlostavljaju, da budu zlostavljani ni da pasivno gledaju zlostavljanje druge djece. Zlostavljanje nije normalno i ima štetne posljedice i kratkoročno i dugoročno.

### ***Kratkoročne posljedice***

*Djeca koja su zlostavljana:*

- češće izostaju i bježe iz škole, a češće i napuštaju školovanje
- dobivaju lošije ocjene
- češće se žale na zdravstvene probleme
- često su tužna i usamljena
- sklonija su depresivnosti i anksioznosti
- imaju problema kod spavanja i uzimanja hrane
- gube zanimanje za aktivnosti u kojima su do tada uživala

### ***Dugoročne posljedice***

*Odrasli koji su kao djeca bili zlostavljani:*

- imaju niže samopoštovanje
- često osjećaju ljutnju, gorčinu i želju za osvetom
- nemaju povjerenja u ljude
- usamljeni su
- sami su skloni zlostavljanju drugih
- češće se bave kriminalnim aktivnostima

### **Zašto djeca šute o zlostavljanju?**

Djeca često odraslima ne žele govoriti o zlostavljanju. Zašto su djeca toliko tajnovita kada se radi o tome?

- Ne shvaćaju da se radi o zlostavljanju.
- Ne vjeruju da je odraslima stalo.
- Ne vjeruju da će im netko pomoći.
- Ne vjeruju da će govorenje nešto promijeniti.
- Boje se da će im se zlostavljač osvetiti.
- Sram ih je što se ne mogu sami obraniti.
- Neka djeca vjeruju da su sama kriva za to.
- Misle da je govorenje o zlostavljanju „cinkanje“.

## **KAKO PREPOZNATI JE LI VAŠE DIJETE ZLOSTAVLJANO**

Ako je vaše dijete zlostavljano moguće je da neće o tome ništa reći – ni vama ni nastavnicima u školi. Zbog toga je važno da obratite pozornost na sljedeće znakove:

### **Upozoravajući znakovi**

- Neobjašnjive modrice, posjekotine ili ogrebotine
- Izgubljena ili uništena odjeća, knjige, elektronički aparati ili nakit

- Dijete se osjeća loše ujutro ili tvrdi da je bolesno kako ne bi išlo u školu
- Traži novac ili krade (kako bi platilo zlostavljaču)
- Problemi s hranom, spavanjem ili mokrenjem u krevet
- Lošije ocjene, gubitak interesa za školu ili odbijanje odlaženja u školu
- Prestanak druženja s prijateljima ili izbjegavanje društvenih situacija
- Bira „nelogičan“ put u školu i iz škole
- Djeluje nesretno, potišteno, deprimirano ili često mijenja raspoloženja s naglim ispadima razdražljivosti i bijesa.

Ako primijetite neke od ovih znakova, a vaše dijete ne želi pričati o tome, pokušajte s manje izravnim pristupom. Primjerice, ako vidite scenu zlostavljanja na TV možete o tome razgovarati s djetetom. Za vrijeme razgovora možete pitati *Što ti misliš o ovome?* ili razgovarati o bilo kojem iskustvu zlostavljanja koje ste vi ili netko u obitelji imali u toj dobi.

### ŠTO NE TREBATE /TREBATE UČINITI AKO JE VAŠE DIJETE ZLOSTAVLJANO?

- Nemojte reagirati pretjerano emocionalno jer je vašem djetetu potrebna pomoć, a ne histerični roditelj. Pokušajte ne pokazati koliko ste uznemireni.
- Nemojte savjetovati djetetu da (fizički) vrati istom mjerom. Zlostavljanje tada samo traje duže i postaje ozbiljnije. Dječacima koji imaju averziju prema fizičkom nasilju može biti poseban problem ako im kažete da vrate istom mjerom. Objasnite djetetu razliku između situacija koje zahtijevaju samoobranu i onih u kojima se fizičko nasilje može izbjeći.
- Nemojte sami razgovarati s učenikom-zlostavljačem.
- Nemojte sami razgovarati s roditeljima učenika-zlostavljača. To obično ne donese ništa dobro osim ako dobro ne poznajete roditelje i znate da će biti objektivni. Roditelji obično ne vjeruju da bi njihova djeca mogli biti zlostavljači. Stoga će vjerojatno lakše prihvatiti takvu informaciju ako dolazi od razrednika, stručnih suradnika ili ravnatelja škole.

#### **Saslušajte dijete**

- Ako vam dijete započne govoriti o tome kako je zlostavljano, budite vrlo strpljivi i saslušajte sve što vam ima za reći bez prekidanja. Podržite ga i saslušajte njegove osjećaje bez procjenjivanja, kritiziranja i okrivljavanja.
- Budite zahvalni što ste doznali za zlostavljanje jer mu inače ne biste mogli pomoći.

#### **Suradujte sa školom**

- Dogovorite se za sastanak sa razrednikom i stručnim suradnicama i o svemu ih izvijestite kako bismo svi zajedno mogli pružiti pomoć i podršku zlostavljanom djetetu.

## ZAPAMTITE:

- Zlostavljanje NE uključuje samo tjelesno nasilje. Najčešći oblik zlostavljanja je izrugivanje i nazivanje ružnim imenima.
- Zlostavljanje NIJE samo dječja igra.
- Zlostavljanje NIJE normalni dio odrastanja.
- NE zlostavljaju samo dječaci. To čine i djevojčice.
- Zlostavljanje NIJE nešto što dođe i prođe. Ono ostavlja ozbiljne kratkoročne i dugoročne posljedice.
- NE može se ostaviti djeci da sama rješavaju problem zlostavljanja. Ona to nisu u stanju učiniti.
- Zlostavljanje NE pomaže djetetu da ojača. Događa se upravo suprotno: dijete gubi samopouzdanje i osjeća strah.
- Zlostavljanje NIJE problem SAMO zlostavljača i žrtve. To je problem svih u školi – žrtava i zlostavljača, promatrača ali i svih onih koji nisu u to uključeni ali žive u ozračju straha i nesigurnosti.

U nastavku su korisne poveznice na kojima možete pronaći još savjeta:

[Kako i kada razgovarati s djecom o traumatskim događajima \(hrabritelefon.hr\)](http://hrabritelefon.hr)

[Djeca trebaju našu podršku nakon zastrašujućeg događaja u školi u Beogradu | Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba \(poliklinika-djeca.hr\)](http://poliklinika-za-zastitu-djece-i-mladih-grada-zagreba.hr)

[Dijete i trauma | Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba \(poliklinika-djeca.hr\)](http://poliklinika-za-zastitu-djece-i-mladih-grada-zagreba.hr)

Nastavnici, razrednici, stručne suradnice i ravnatelj Tehničke škole Ruđera Boškovića Vinkovci stoje vam na raspolaganju i otvoreni smo za pomoć i podršku s ciljem da vaša i naša djeca budu sretna i sigurna u školi s nultom tolerancijom na nasilje.