

lipanj 2016.

ENABLE-ov komplet s materijalima
za včenike, učitelje, roditelje
i voditelje kampanja



Osnažimo mlade, iskorijenimo vršnjačko nasilje!

enable

ENABLE (Europska mreža protiv zlostavljanja na nastavi i u slobodnome vremenu) nastoji pridonijeti dobrobiti djece uspostavljanjem metodologija koje su se pokazale uspješnim u rješavanju problema vršnjačkoga nasilja i kreiranju holističkoga pristupa utemeljenoga na razvoju potrebnih vještina. Materijali dostupni u ovom izdanju i na internetu na adresi http://enable.eun.org/implementing_enable izrađeni su kao potpora razvoju vještina za društveno-emocionalno učenje te promidžbi vršnjačkoga zagovaranja. ENABLE je projekt financiran iz fondova Europske unije koji podržava stručni tim od 12 međunarodnih stručnjaka, a provodi ga šest osnovnih partnera u pet zemalja:



Europska školska mreža neprofitna je organizacija 30 ministarstava obrazovanja s gotovo 20 godina iskustva s objedinjavanjem obrazovnih mreža te kao predvodnik velikih međunarodnih projekata povezanih s informacijsko-komunikacijskom tehnologijom i europskom suradnjom. Njezine aktivnosti povezale su više od pet milijuna škola. Stoga je ta organizacija u dobroj poziciji za razvoj zajedničkih aktivnosti za škole, praćenje problema mladih, učitelja i voditelja obrazovnih projekata kao što je eTwinning te za distribuciju resursa za sprečavanje vršnjačkoga nasilja putem svojih zbirki obrazovnoga sadržaja. Kao koordinator mreže Insafe od 2004. EU je stekao široko znanje i stručnost u području mrežnoga i izvanmrežnoga vršnjačkoga nasilja.



Za zdravlje adolescenata, FAH (youth-life.gr/index.php/el) grčka je nevladina organizacija. FAH je osnovan i financiran za promicanje zdravlja među adolescentima u Grčkoj, Europi i na međunarodnoj sceni. Aktivnosti FAH-a usmjerene su na sve kliničke, obrazovne i istraživačke razine. Važan su dio rada organizacije i dobrotvorne akcije za mlade kojima je to potrebno. Aktivnosti FAH-a provode se u suradnji s Jedinicom za zdravlje adolescenata Drugoga odjela za pedijatriju Sveučilišta u Ateni te s drugim lokalnim nevladinim organizacijama, europskim i međunarodnim organizacijama.



South West Grid for Learning, SWGfL (www.swgfl.org.uk) dobrotvorna je obrazovna fondacija specijalizirana za pružanje podrške školama i poticanje trajnih promjena prvenstveno putem pozitivne upotrebe tehnologije i IKT-a. Fondacija je razvila međunarodni ugled razvojem nagrađivanih obrazovnih alata i materijala za internetsku sigurnost te za isporuku sigurnih, zaštićenih i pouzdanih širokopoljnih internetskih veza obrazovnim ustanovama. SWGfL s partnerima Childnet i Internet Watch Foundation vodi Britanski centar za sigurniji internet u sklopu programa Europske komisije za sigurniji internet.



Nagrada Diana dobrotvorna je ustanova posvećena princezi Diani i njezinu uvjerenju da mladi imaju snagu promijeniti svijet na bolje. Nagradu Diana od 1999. dosad je primilo više od 45 000 mladih za svoje doprinose promjenama u zajednici ili u svijetu. Jedan od četiriju osnovnih programa Nagrade Diana jest Kampanja za sprečavanje vršnjačkoga nasilja Nagrade Diana tijekom koje je dosad više od 18 000 mladih prošlo obuku za ambasadore za sprečavanje vršnjačkoga nasilja diljem Ujedinjenoga Kraljevstva. Kampanja putem raznih projekata u mladima, profesionalaca i roditelja razvija vještine, znanje i samopouzdanje za rješavanje problema svih vrsta vršnjačkoga nasilja.

**Suradnici
u učenju
ucitelji.hr**

Suradnici u učenju udruga je učitelja posvećena stvaranju pozitivnoga okruženja u kojemu obrazovni djelatnici mogu razmjenjivati iskustva, dobiti kvalitetne i aktualne informacije, biti inovativni i kreativni te se dalje stručno usavršavati. Suradnici u učenju promiču odgovarajuću i smislenu primjenu obrazovne tehnologije u svim područjima obrazovanja, cjeloživotno učenje učitelja te poučavanje i učenje o odgovornoj, primjerenom i sigurnoj upotrebi interneta.



Centar za digitalnu skrb o mladima (CfDP) od 2004. radi na stvaranju, pružanju i jamčenju profesionalne pomoći putem digitalnih medija ranjivim skupinama. Centar je neprofitna organizacija u sklopu danskoga ogranka Udruge mladih kršćana i vodi internetski društveno-obrazovni klub Cyberhus.dk i internetski forum te internetsko savjetovanje za djecu i tinejdžere u opasnosti. Savjetovanje se odvija putem internetskih razgovora, a vode ga uglavnom dobrovoljci relevantnoga obrazovanja (učitelji, pedagozi, socijalni radnici i studenti psihologije) te se bavi problemima povezanim s internetom. U sklopu programa EU-a za sigurniji internet od 2009. služi kao danska linija za pomoć. Cyberhus je u prosincu 2008. bio jedno od pet najboljih europskih web-mjesta za marginalizirane mlade (e-uključivanje).

1. poglavlje – Sve o programu ENABLE

Kratak pregled programa ENABLE	5
Opće prednosti primjene programa ENABLE	6
Ciljevi programa ENABLE	7
Što je društveno i emocionalno učenje?	8
Kako shema vršnjačke potpore može smanjiti pojavnost vršnjačkoga nasilja i poboljšati ponašanje?	9
Provedba programa ENABLE	10
Kreiranje pravoga okruženja	11
Prepreke na putu do uspjeha	12

2. poglavlje – Materijali programa ENABLE 13

Pristup programa ENABLE – sažetak materijala	14
Deset modula nastavnoga plana za društveno i emocionalno učenje	16
Materijali za shemu vršnjačke potpore	39
Jednodnevna radionica za učenike za pružanje vršnjačke potpore	40
Tjedni jednosatni sastanci za učenike za pružanje vršnjačke potpore	41
Komplet materijala za kampanju pružanja vršnjačke potpore	65
Aktivnosti vršnjačkoga promišljanja	73

3. poglavlje – Materijali za roditelje i skrbnike

Paket za sprečavanje vršnjačkoga nasilja za roditelje i skrbnike	75
----------------------------------------------------------------------------	----



Kratak pregled projekta ENABLE



ENABLE (Europska mreža protiv vršnjačkoga nasilja na nastavi i u slobodnome vremenu) projekt je koji financira EU, a namijenjen je borbi protiv vršnjačkoga nasilja i povećavanju dobrobiti mladih u dobi od 11 do 14 godina putem društvenoga i emocionalnoga razvoja te obrazovanjem vršnjaka.

ENABLE zauzima holistički i održivi pristup smanjenju vršnjačkoga nasilja uključivanjem učenika, djelatnika škole i roditelja/skrbnika. Na ponašanje učenika utječe se putem deset radionica društvenoga i emocionalnoga učenja koje razvijaju društvene i emocionalne vještine i potiču ih na promišljanje o vlastitome ponašanju i ponašanju njihovih vršnjaka. ENABLE služi i za edukaciju djelatnika škole, učenika i roditelja/skrbnika o vršnjačkome nasilju, kako se s njime nositi i koje se učinkovite mjere mogu uvesti da bi se ono spriječilo i da bi se u najvećoj mogućoj mjeri smanjio učinak na pojedince.

Putem jednodnevne radionice i ukupno deset tjednih sastanaka, materijala za kampanju i aktivnosti vršnjačkoga promišljanja djelatnici škole dobit će prijedlog progresivne strukture i aktivnosti za odabranu skupinu učenika za pružanje vršnjačke potpore. Učenici za pružanje vršnjačke potpore provode kampanje i aktivnosti za edukaciju cijele zajednice (uključujući roditelje/skrbnike) o vršnjačkome nasilju, potiču učenike na promišljanje o svome ponašanju i tako stvaraju kulturu u kojoj će učenici otvoreno govoriti o vršnjačkome nasilju, međusobno se podržavati i uvažavati međusobne različitosti.

Svi učenici dobit će paket za roditelje i skrbnike koji sadržava aktivnosti za proširivanje znanja na vlastiti dom te informacije za roditelje i skrbnike o tome kako zaštititi dijete na mreži i izvan nje.

Opće prednosti primjene programa ENABLE

Psiholog Abraham Maslow opisao je hijerarhiju potreba za koju smatra da može služiti kao model za razumijevanje potrebe za međuljudskim odnosima. Da bi pojedinac i razmišljao o potrebama više razine, najprije mora zadovoljiti one koje se nalaze na nižim razinama piramide, kao što su tjelesne potrebe i sigurnost. Ako su im ugrožene emocionalna i tjelesna sigurnost, učenici će većinu svoga vremena, energije i kreativnosti iskoristiti za samopreživljavanje. Takvi problemi ometaju učenje. U školi su često izražene potrebe za pripadanjem. Djeca moraju znati da su prihvaćena u razredu. Odnosi u skupini vršnjaka znatno utječu na uspjeh u školi. Učenje u neprijateljski raspoloženim razredima i školama vrlo je teško. Izradom i pružanjem sastavnih elemenata za stvaranje okruženja koje podržava učenje ENABLE može pridonijeti pretvaranju razreda u okruženje koje pruža potporu i osjećaj pripadnosti.

Program će osnovnoškolskim i srednjoškolskim djelatnicima pomoći da ispune obvezu stvaranja sigurnoga okruženja u kojemu djeca mogu učiti.¹ Kad se fizički i emocionalno osjećaju sigurna i zdrava, djeca će postići dobre rezultate.

Istraživanja u Ujedinjenome Kraljevstvu pokazala su da djeca iz osnovnih i srednjih škola u kojima se na razini cijele škole aktivno provodi društveno i emocionalno učenje* u mnogo većoj mjeri postižu dobre rezultate na ispitima u dobi od 11 godina i u dobi od 16 godina te da je u tim školama smanjena pojavnost vršnjačkoga nasilja i da je broj izostanaka manji nego u školama u kojima je provođenje takvih programa ograničeno.²

I djeca koja su žrtve vršnjačkoga nasilja i ona koja potiču takvo nasilje ili sudjeluju u njemu slabije se psihički, društveno, obrazovno i tjelesno razvijaju. Vršnjačko nasilje i viktimizacija smanjit će se među sudionicima zbog intervencija za razvoj emocionalne pismenosti.³

Vršnjačko nasilje sustavno se pojavljuje povezano s drugim problematičnim ponašanjima kao što su problemi s disciplinom.⁴ Primjena programa ENABLE ponudit će holistički pristup za rješavanje problematičnoga ponašanja koje nije ograničeno samo na vršnjačko nasilje.

Učenici će prije odraslih primijetiti vršnjačko nasilje i mogu ga prijaviti u ranim fazama kako bi se smanjio učinak vršnjačkoga nasilja na pojedince.⁵

Pokazalo se da programi za promidžbu društvenih i emocionalnih vještina imaju dobar učinak na dobrobit djelatnika škole, da im pomažu pri rješavanju stresa koji je sve veći te da poboljšavaju stopu ostanka djelatnika u struci.⁶

„Opća je poruka da programi društvenoga i emocionalnoga učenja mogu imati i imaju pozitivan učinak na djelatnike škole i učenike... To nije jednostavno rješenje, već dugotrajan proces za koji su potrebni upornost, vizija i strateško vodstvo da bi se postigli dobri rezultati.” *Uspješna primjena sekundarnoga društvenog i emocionalnog učenja – OfSTED.*

* Društveno i emocionalno učenje (SEL, ponekad i SEAL)

1 https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/447595/KCSIE_July_2015.pdf
(Praktične smjernice za Ujedinjeno Kraljevstvo)

2 http://sealcommunity.org/files/member_resources/SEAL%20and%20Ofsted%20secondary.pdf

3 <http://dx.doi.org/10.1080/01443410.2013.785052>

4 <http://www.dru-research.org/data/resources/96/Viding-E.-et-al.-2009.PDF>

5 <http://dx.doi.org/10.1080/01443410.2013.785052>

6 <http://www3.hants.gov.uk/education/hias/well-being-workforce/wow-deepen.htm>

Ciljevi programa ENABLE



U Konvenciji o pravima djeteta UN-a navodi se da sva djeca i mladi do 18 godina imaju pravo biti zaštićeni od nanošenja bola i lošega postupanja, tjelesnoga ili duhovnoga (članak 19.). Jedan je od ciljeva projekta ENABLE smanjiti vjerojatnost okrutnoga, nehumanoga ili ponižavajućega odnosa prema djeci (članak 37.).

Cilj je projekta ENABLE boriti se protiv vršnjačkoga nasilja te pridonijeti dobrobiti djece holističkim pristupom koji problem vršnjačkoga nasilja ne rješava samo u školi, već i u vanjskim kontekstima koji utječu na dobrobit djece, angažira učenike, roditelje, skrbnike i ključne osobe u školama te se temelji na iskustvenome razumijevanju uzroka i posljedica vršnjačkoga nasilja i učinkovitih protumjera.

Cilj je osnažiti i informirati mlade dokazanim holističkim pristupima i inovativnim materijalima, pratiti njihovo ponašanje i promišljati o njemu te im produbiti razumijevanje utjecaja koji to ponašanje ima na druge. Program se bavi žrtvama, promatračima i počiniteljima, koji su često i sami žrtve vršnjačkoga nasilja.

Ključni rezultati:

- sustavan pregled metodologije za sprečavanje vršnjačkoga nasilja objavljen putem strukturiranih podatkovnih listova
- pristupačna knjižica o vršnjačkome nasilju i metodologijama sprečavanja vršnjačkoga nasilja
- nastavni planovi i programi koji obuhvaćaju društveno i emocionalno učenje, a jednostavno se mogu integrirati u plan i program škole
- materijali za obuku vršnjaka i tečajevi za učenike, roditelje, skrbnike i druge ključne osobe
- prilagodljivi tečajevi i obuke vršnjaka za učitelje, djelatnike škole, učenike
- radionice za roditelje i skrbnike
- materijali i radionice za telefonske linije za pomoć i za školske psihologe
- inovativne mrežne i izvanmrežne aplikacije za mlade koje će ih potaknuti na promišljanje o vršnjačkome nasilju i na borbu protiv njega.

Što je društveno i emocionalno učenje?

Nastavni sati pripremljeni za projekt ENABLE obuhvaćaju četiri područja emocionalne inteligencije (samopouzdanje, društvena svijest, samoregulacija, upravljanje odnosima). Općenito govoreći, ta se nastava temelji na prethodnome znanju iz četiriju navedenih područja.

Pojam „emocionalna inteligencija“ pripisuje se Danielu Golemanu, američkomu psihologu i znanstvenome novinaru koji je 1995. objavio knjigu pod naslovom „Emocionalna inteligencija”⁷. Tim je djelom otvorio put učiteljima da društveno i emocionalno učenje u školama i učionicama prihvate kao osnovnu vještinu za život. Ono što učitelji već znaju – a to je da društveno i emocionalno učenje vrlo povoljno utječe na obrazovna postignuća – poduprto je brojnim obrazovnim istraživanjima. Uz to postoje i dokazi koji pokazuju da programi društvenoga i emocionalnoga učenja smanjuju izostanke i potiču pozitivno ponašanje.

Što je shema vršnjačke potpore?

Sheme vršnjačke potpore utemeljene su na konceptu učeničkoga tijela koje na neki način nudi podršku svojim vršnjacima. Učenici za pružanje vršnjačke potpore odgovorni su učenici i predstavnici učeničke populacije koji se zalažu za poboljšanje određene situacije u školi.

Učenici za pružanje vršnjačke potpore dobit će potrebnu obuku i podršku za ispunjavanje svoje uloge. Premda je za uspješnu shemu vršnjačke potpore ključno da je predvode sami učenici, svejedno je nužno da grupa ima stalnu podršku i vodstvo člana djelatnika škole.

U vršnjačkome nasilju učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu imati važnu ulogu u smanjivanju i sprečavanju vršnjačkoga nasilja na sljedeće načine:

- učenici će imati priliku razgovarati o problemima sa svojim vršnjacima
- potpora ranjivim učenicima u školi putem razgovora i pružanjem osjećaja sigurnosti
- prijavljivanje incidenata vršnjačkoga nasilja djelatnicima škole
- razumijevanje problema koji postoje među vršnjacima povezano s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem
- rad s učenicima i podrška učenicima koji su žrtve vršnjačkoga nasilja i onima koji zlostavljaju druge
- pomoć pri preispitivanju pravila i procedura povezanih s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem
- provođenje aktivnosti i kampanja za edukaciju učenika, djelatnika škole, roditelja i skrbnika o vršnjačkome nasilju, promicanje pozitivnoga ponašanja i stajališta te poticanje ljudi na zauzimanje stava protiv vršnjačkoga nasilja
- edukacija učenika te roditelja i skrbnika o tome što oni mogu učiniti ako su oni sami ili njihova djeca žrtve vršnjačkoga nasilja
- podrška učenicima pri prelasku iz škole u školu
- djelovanje kao glas učenika.

Sheme vršnjačke potpore uvijek bi trebale odražavati potrebe i strukturu okruženja u kojemu djeluju, stoga nikad nisu jednake. No postoji niz elemenata koje sve sheme vršnjačke potpore moraju sadržavati da bi bile učinkovite. Ti su elementi navedeni u odjeljku na 39. stranici.

⁷ www.danielgoleman.info/topics/emotional-intelligence

Kako shema vršnjačke potpore može smanjiti pojavnost vršnjačkoga nasilja i poboljšati ponašanje?

Sheme vršnjačke potpore dokazano su višestruko korisne školama i učenicima za pružanje vršnjačke potpore:⁸

- Učenici koji pružaju vršnjačku potporu stječu važne vještine, uključujući veće samopouzdanje, osjećaj odgovornosti, aktivno slušanje, empatiju i komunikacijske vještine.⁹
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore neprocjenjiva su podrška učenicima koji nemaju prijatelja ili ih imaju vrlo malo.¹⁰
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore često imaju više dodirnih točaka s učenicima kojima je potrebna pomoć nego odrasli.¹⁰ Učenicima koji su doživjeli vršnjačko nasilje stoga je vrlo korisno razgovarati s vršnjakom.⁹
- Učenici će češće poslušati nekog vršnjaka nego odraslu osobu¹¹. Sheme vršnjačke potpore stoga mogu utjecati na ponašanje i pozitivno utjecati na kulturu škole.¹²
- Sheme vršnjačke potpore mogu potaknuti osjećaj pozitivnoga građanstva u školi.¹³
- Provedbom sheme vršnjačke potpore povećava se ugled škole u tome području jer škola time pokazuje da joj je stalo do dobrobiti učenika.⁹



Istraživanja

Najnovije izdanje projekta ENABLE *Vršnjačko nasilje u školama: sažetak istraživanja inicijativa protiv vršnjačkoga nasilja* objedinjuje rezultate istraživanja pojave vršnjačkoga nasilja: što je vršnjačko nasilje, kolika je njegova zastupljenost i kako se sprečava, koji programi za sprečavanje vršnjačkoga nasilja postoje i koliko su učinkoviti te pristup prihvaćen u aktivnostima projekta ENABLE: Društveno i emocionalno učenje te vršnjačka potpora (<http://enable.eun.org/report>).

8 Smith, P. K.; Watson, D. 2004. Evaluacija programa CHIPS (ChildLine in Partnership with Schools) (ChildLine u partnerstvu sa školama)

Research report RR570, DfES publications, PO Box 5050, Sherwood Park, Annesley, Nottingham NG15 0DJ

9 Cowie, H., Naylor, P., Talamelli, L., Chauhan, P. i Smith, P.K. (2002). Knowledge, use of and attitudes towards peer support Journal of Adolescence, 25, 453-467

10 Topping, K. (1996). Reaching where adults cannot: peer education and peer counselling. Educational Psychology in Practice 11/4. 23-29.

11 Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: implications for interventions. Journal of Adolescence 22. 453-459. Salmivalli, C. (2001). Peer-led intervention campaign against school bullying: who considered it useful, who benefited? Educational Research, 43/3., 263-278

12 Cowie, H. i Wallace, P. (2000). Peer support in action. London: Sage

13 Cowie, H. i Smith, P.K. (2010). Peer support as a means of improving school safety and reducing bullying and violence. U ur. B. Doll, B.; Pfohl, i J. Yoon, J.

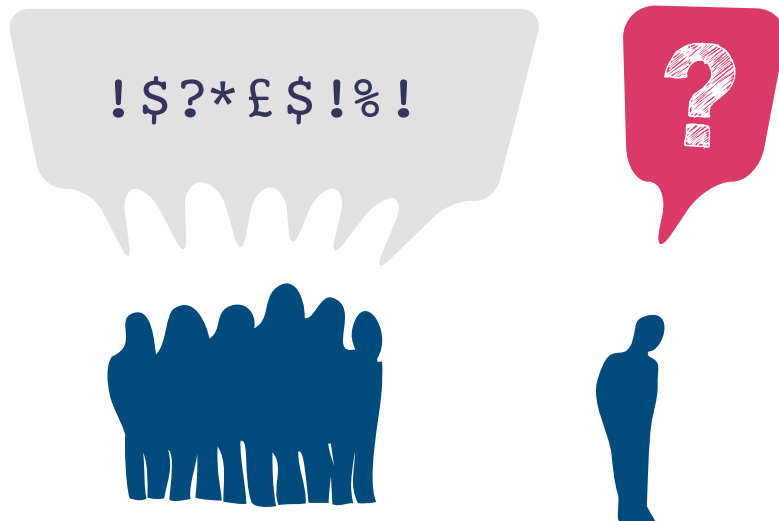
Provedba projekta ENABLE

Značajke

- pristup utemeljen na istraživanju
- moderatori su međunarodni stručnjaci za to područje
- deset nastavnih sati za društveno i emocionalno učenje sa svim raspoloživim resursima
- potpuno isplaniran program za učenike za pružanje vršnjačke potpore
- utemeljen na dokazanim tehnikama i pristupima

Prednosti

- podržava stvaranje pozitivne atmosfere na razini cijele škole
- podizanje emocionalne svijesti među djelatnicima i učenicima
- bolji rezultati na ispitima
- manje izostanaka i incidenata vršnjačkoga nasilja
- prednosti za djelatnike škole



Koraci za provedbu projekta ENABLE

- određivanje osobe koja će voditi program ENABLE u školi
- s pomoću navedenih značajki i prednosti objasniti upravi škole zašto bi škola trebala prihvatiti ENABLE
- odrediti članove učiteljskoga vijeća koji će biti odgovorni za učenike za pružanje vršnjačke potpore i za društveno i emocionalno učenje
- organiziranje učenika za vršnjačku potporu s pomoću odlomka *Organiziranje učenika za vršnjačku potporu* na 39. stranici
- planiranje programa vršnjačke potpore uz pomoć instruktora učenika za vršnjačku potporu programa ENABLE
- planiranje provedbe modula društvenoga i emocionalnoga učenja uz pomoć koordinatora društvenoga i emocionalnoga učenja programa ENABLE
- započinjanje početne obuke učenika za vršnjačku potporu s pomoću plana za jednodnevnu obuku učenika za vršnjačku potporu iz odjeljka *Materijali*
- provedba modula za društveno i emocionalno učenje među drugim učenicima od 11 do 14 godina, a ne samo onima za vršnjačku potporu
- jednosatni sastanci svakoga tjedna tijekom deset tjedana s učenicima za vršnjačku potporu radi provođenja svih deset jednosatnih radionica za učenike za vršnjačku potporu
- podrška učenicima za vršnjačku potporu i poticanje na provedbu nekih od dodatnih aktivnosti označenih kao *Sjajne ideje* koje su priložene svakoj od deset radionica za učenike za vršnjačku potporu
- na temelju rada i rezultata postignutih tijekom deset radionica učenici za vršnjačku potporu s pomoću kompleta materijala za kampanju te izazova za ocjenjivanje vršnjaka nastavljaju obučavati vršnjake i promicati kulturu poštovanja i tolerancije
- razmjena iskustava, učenja i poučavanja sa susjednom školom, npr. učenici za vršnjačku potporu posjećuju lokalne osnovne škole ili obučavaju učenike srednjih škola
- učenici za vršnjačku potporu uz pomoć djelatnika škole svake godine obučavaju nove učenike za vršnjačku potporu da bi se shema održala

Kreiranje pravoga okruženja

Kako se nositi s otkrivanjem

Lekcije koje obuhvaćaju društvene i emocionalne aspekte često same po sebi mogu pridonijeti otvaranju djece i mladih te ih nagnati na to da vama i vršnjacima otkriju više toga, osobito ako ste stvorili okruženje koje omogućava takve razgovore. Povremeno možete saznati informacije zbog kojih ćete se zabrinuti za sigurnost ili dobrobit nekoga djeteta. U tim slučajevima imate profesionalnu dužnost intervenirati i podržati to dijete.

„Otkrivanja” mogu biti pokazatelji postojećih opasnosti te, kao i uvijek kad je u pitanju zaštita, potrebno je pokrenuti odgovarajuću proceduru, i to ne samo radi zaštite djeteta već i zato da bi škola ispunila svoje obveze.

Procedura ovisi o državi ili regiji, no na popisu u nastavku navedeni su neki ključni elementi kako se nositi s otkrivanjem djeteta ili mlade osobe (prilagođeno prema proceduri za Kent CC UK)¹⁴.

- A.** Ne zaboravite da djetetova dobrobit i djetetovi interesi u svakome trenutku moraju biti na prvome mjestu.
- B.** Pozorno i aktivno slušajte dijete. U toj fazi nije nužno postavljati pitanja. Prepustite djetetu da odredi brzinu otkrivanja.
- C.** Ne pokazujte da ste šokirani time što ste čuli. Time biste mogli obeshrabriti dijete od daljnega otkrivanja.
- D.** Ne istražujte. Ako morate razjasniti navode i utvrditi nalazi li se dijete u opasnosti, postavite otvorena pitanja, ali samo zato da biste dobili objašnjenje. Izbjegavajte pitanja koja počinju sa *Zašto?* jer time možete djetetu nametnuti osjećaj krivnje ili odgovornosti.
- E.** Ostanite mirni i uvjerite dijete da je ispravno postupilo kad vam se obratilo.
- F.** Nemojte obećati da ćete čuvati tajnu i da nećete nikomu reći. Imate obvezu proslijediti tu informaciju odgovarajućim tijelima da biste zaštitili dijete. Svakako objasnite djetetu što će se dalje događati s tim informacijama.
- G.** ODMAH zabilježite činjenice koje ste saznali od djeteta i što ste opazili kod njega.
- H.** Ako ste primijetili masnice ili ozljedu, zabilježite pojedinosti s pomoću skice tijela.
- I.** Što prije obavijestite ravnatelja škole ili osobu zaduženu za zaštitu djece.
- J.** Sve informacije moraju ostati povjerljive i među ljudima kojima su one relevantne.
- K.** Ostanite u kontaktu s djetetom. Dijete vam je iskazalo povjerenje time što vam je otkrilo što se dogodilo te mora znati da zbog toga neće biti odbačeno i možda će mu biti potrebna daljnja potpora.
- L.** Pobrinite se za to da i sami imate podršku za obradu informacija koje ste dobili.

¹⁴ <https://goo.gl/XJ6T8Q>

Prepreke na putu do uspjeha

Kao i sa svakim novim programom i pri svakoj provedbi promjena, i s provedbom programa ENABLE postoje prepreke na putu do uspjeha. Na popisima u nastavku predstavljene su neke od tih prepreka zajedno s prijedlozima za njihovo uklanjanje.

- **Angažiranost djelatnika**
 - Počnite s malom skupinom predanih ljudi – oni koji se ne žele angažirati možda primijete s kojom lakoćom to odrađuju drugi i tako postignu rezultate.
- **Uključivanje uprave škole**
 - U ovome se dokumentu navode brojne prednosti prihvaćanja programa ENABLE, ali i razne poveznice na istraživanja kojima možete uvjeriti upravu škole u prednosti programa ENABLE.
- **Angažiranje učenika**
 - Slično kao i s djelatnicima, počnite s malom skupinom predanih učenika i postupno je širite. Za uspjeh je ključno i iskusnije osoblje koje određuje klimu.
- **Podrška roditelja**
 - U mnogim je školama teško uključiti roditelje. Pronađite one koji to žele i trud usmjerite na tu manju skupinu.
- **Podrška školskoga odbora**
 - Da bi se u program uključio školski odbor, nužan je angažman uprave škole. Školski odbor dio je skupine rukovodstva i ima važnu ulogu u stvaranju određene klime u školi.
- **Plan inspekcija**
 - Proučite raspored inspekcija povezanih s društvenom, zdravstvenom situacijom i dobrobiti djece. To vam mogu biti dodatni razlozi za prihvaćanje programa ENABLE.
- **Vrijeme i resursi**
 - Ako je uprava suglasna s provedbom programa ENABLE, određivanje vremena i resursa bit će mnogo jednostavnije.

Materijali programa ENABLE

Dodatni materijali, uključujući webinare, dostupni su na internetu na adresi: http://enable.eun.org/implementing_enable.

Vršnjačko nasilje u školama: sažetak istraživanja inicijativa za sprečavanje vršnjačkoga nasilja, objavljen 2015. To je istraživanje temelj za kombinirani pristup društveno-emocionalnoga učenja i vršnjačke potpore prihvaćen za aktivnosti projekta ENABLE i predstavlja rezultate istraživanja pojave vršnjačkoga nasilja – što je vršnjačko nasilje, kolika je njegova zastupljenost i kako se sprečava, koji programi za sprečavanje vršnjačkoga nasilja postoje u svijetu i koliko su učinkoviti... (<http://enable.eun.org/report>).

Deset modula nastavnoga plana za društveno i emocionalno učenje osmišljenih za provedbu tijekom redovne nastave i popraćenih prezentacijama i listovima s materijalima. Nastava za društveno i emocionalno učenje trebala bi se održavati tijekom deset tjedana s učenicima u dobi od 11 do 14 godina, premda se može prilagoditi i za druge dobne skupine. Ti se nastavni sati održavaju usporedno sa shemom vršnjačke potpore kao ključan element holističkoga pristupa smanjenju vršnjačkoga nasilja. Dijelove nastavnih sati za društveno-emocionalno učenje mogu održavati učenici za vršnjačku potporu.

Plan obuke učenika za vršnjačku potporu sadržava detaljan plan jednodnevne (ili dvije poludnevne) radionice na kojoj voditelj programa vršnjačke potpore (to je obično učitelj iz škole) može obučiti učenike za vršnjačku potporu. Da bi učinkovito ispunjavali svoju ulogu, učenici moraju biti dobro obučeni te moraju biti u stanju povezati predložene aktivnosti.

Deset radionica za učenike za vršnjačku potporu, a svaka u trajanju od otprilike sat vremena, temelje se na početnoj obuci učenika za vršnjačku potporu koje dalje razvijaju vještine i znanja koja su učenicima potrebna za tu ulogu. Svaka radionica završava rubrikom *Sjajne ideje* s primjerima aktivnosti i kampanja za djelatnike, učenike i roditelje te skrbnike koje učenici za vršnjačku potporu i voditelj programa vršnjačke potpore mogu provesti u školi radi rješavanja problema vršnjačkoga nasilja. Preporučuje se jedna radionica tjedno tijekom velikoga odmora ili nakon nastave.

Komplet materijala za kampanju pružanja vršnjačke potpore – preporučujemo da svaki učenik obučen za vršnjačku potporu dobije primjerak toga paketa jer on sadržava popis kampanja i aktivnosti koje se mogu provoditi u školi za rješavanje konkretnih problema kao što su rasizam, homofobija i dr.

Aktivnosti vršnjačkoga promišljanja zapravo je skup ideja i aktivnosti kojima se mlade potiče na promišljanje o vlastitome ponašanju. Njima se mogu koristiti učenici za vršnjačku potporu, učitelji, a u nekim slučajevima i roditelji za razgovore o svakodnevnome životu mladih.

Paket za sprečavanje vršnjačkoga nasilja za roditelje i skrbnike – ENABLE prepoznaje ključnu ulogu roditelja i skrbnika u oblikovanju djetetova ponašanja i pružanju potpore djeci koja su žrtve vršnjačkoga nasilja ili nasilnici. Paket za roditelje i skrbnike sadržava savjete povezane s vršnjačkim nasiljem na mreži i izvan nje te aktivnosti koje roditelji i skrbnici mogu provoditi s djecom radi razvoja društveno-emocionalnih vještina.

Diplome prvoga i drugoga stupnja za učenike za vršnjačku potporu – ENABLE preporučuje da se učenicima za vršnjačku potporu dodijeli diploma 1. stupnja nakon dovršetka jednodnevne početne obuke, a 2. stupnja po završetku svih deset radionica za učenike za vršnjačku potporu. Odluku o tome koji će učenici primiti diplome prepuštamo vama.

Diploma ambasadora programa ENABLE za školu može se izložiti na istaknutome mjestu kao pokazatelj da se vršnjačko nasilje ne tolerira te da učenici i djelatnici škole surađuju na tome da školu učine sigurnom za sve.

Pristup programa ENABLE – sažetak

Vršnjačko nasilje u školama:

Za voditelje provedbe programa ENABLE

Kako uspješno provesti
ENABLE

Webinari – provedba
programa ENABLE

Komplet za procjenu učinka,
obratite se na adresu
info-enable@eun.org

Za učitelje

Pregled planiranja

Nastavne jedinice	PPT	Materijali
1. Tko sam?	1	L1R1 L1R2 (L9R1) L1R3
2. Kako se osjećate? Zaista?	1	L2R1 L2R2
3. Priroda nasilja	1	L3R1 L3R2
4. Čitanje emocija u društvenim situacijama	1 2	L4R1
5. Nije riječ o nasilju, već samo o...	1	L5R1 L5R2 L5R3
6. Kako upravljati svojim osjećajima u smjeru pozitivnoga načina razmišljanja	1	L6R1 L6R2 L6R3
7. Sijanje sjemena	1	L7R1
8. Tajno djelovanje i taktike: čine razliku	1	
9. Temelji promjene	1	L9R1 L9R2
10. Što je sljedeće?	1	L10R1 L10R2



sažetak istraživanja

<http://enable.eun.org/report>



Za voditelja programa vršnjačke potpore

Jednodnevna radionica za učenike za vršnjačku potporu + komplet slajdova

Pregled tjednih sastanaka učenika za pružanje vršnjačke potpore

Planovi za deset tjednih radionica za učenike za pružanje vršnjačke potpore

Diplome

Za učenike za vršnjačku potporu

Aktivnosti vršnjačkoga promišljanja

Paket materijala za kampanju

Za roditelje i skrbnike

Paket za sprečavanje vršnjačkoga nasilja za roditelje i skrbnike



ENABLE – ciljevi programa



Pregled plana

U nastavnim se jedinicama istražuje niz društvenih i emocionalnih aspekata učenja kao i utjecaj veće svjesnosti o tim aspektima na nasilje. Ovisno o sadržaju koji se poučava, u nastavnim jedinicama mogu biti obuhvaćeni: samosvjesnost (Self Awareness – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM), upravljanje odnosima (Relationship Management – RelM). Vrijeme održavanja nastavne jedinice fleksibilno je te ovisi o potrebama učenika. Svaki plan nastavne jedinice sadržava sljedeće podatke:

Naslov i pregled nastavne jedinice

Svaka od 10 jedinica jasno je označena brojem, a obuhvaća i prikaz različitih aktivnosti. Vodič o vremenu potrebnome za održavanje svake nastavne jedinice nalazi se ovdje.

Ciljevi učenja

Svaka nastavna jedinica ima jasne ciljeve učenja te ključno pitanje koji su osmišljeni kako bi učenici o njima raspravljali na početku svakoga sata.

Po završetku programa učenici će moći:

- ▶ razumjeti osjećaje i način kako se oni uklapaju u društveni i emocionalni život
- ▶ razumjeti utjecaj koji osjećaji mogu imati na njih kao i na druge
- ▶ bolje razumjeti način kako se može upravljati odnosima.

Materijali i priprema

Potrebno je da voditelji:

- ▶ **ZNANJE:** budu upoznati s materijalom za osposobljavanje koji se prilaže programu te razumiju važnost emocionalne pismenosti
- ▶ **VJEŠTINE:** uključe sve učenike potičući ih na stjecanje samopouzdanja u vođenju rasprava, debata te svladavanju izazova u sigurnome okružju za učenje.

Plan svake nastavne jedinice sadržava popis potrebnoga materijala za njezino provođenje. U okviru svake jedinice nalazi se i prezentacija koja je s njom povezana.

Uvod – Aktivnost – Završni dio

Svaka nastavna jedinica podijeljena je u etape, a to su uvod u kojemu se iznose ciljevi, broj aktivnosti te završni dio koji potiče razmišljanje o naučenome.

Najava sljedeće nastavne jedinice

Svaka nastavna jedinica završava kratkim prikazom sljedeće.

Zadatci koje je potrebno obaviti nakon sata

Učenici imaju priliku i kod kuće istraživati teme o kojima se raspravljalo u učionici. Ti zadatci nisu obvezni.

Popratne aktivnosti i poveznice

Popratne aktivnosti

Dok se nastavne jedinice same za sebe sastoje od strukturiranih aktivnosti, postoje dodatne popratne aktivnosti koje su međukurikularne u pristupu te rabe raznolikost medija. I one su uključene u dodatak.

Poveznice

Ovdje se nalaze pojedinosti o relevantnim poveznicama koje vam mogu pomoći u obradi sadržaja i učenju.

1. nastavna jedinica

Tko sam?



Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM), upravljanje odnosima (Relationship Management – ReIM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Upitnik, Skupna rasprava, Rad u skupini, Povratna informacija

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Koje emocije (osjećaje) imamo te kako one utječu na to tko smo?

Učenici će se početi upoznavati sa sljedećim:

- ▶ osnovama programa
- ▶ koje emocije (osjećaje) imamo te kako one utječu na to tko smo
- ▶ kako emocije utječu na to tko smo te kako nas drugi vide.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ pristupiti upitniku emocionalne inteligencije
- ▶ ugovor o učenju (L1R1)
- ▶ list materijala L1R2
- ▶ list materijala L1R3 – primjerak šestoga slajda iz prezentacije
- ▶ velike listove papira za bilježenje skupne rasprave
- ▶ prikladan prostor za rad u skupinama
- ▶ pristupiti aplikaciji Mood te biti sposobni to izložiti (na interaktivnoj bijeloj ploči ili zaslonu).

Uvod (10 minuta)

Predstavite program te objasnite njegove ciljeve.

Podijelite učenicima ugovor o učenju (L1R1) te provjerite jesu li ga svi razumjeli i jesu li suglasni s tim da ga trebaju poštovati. (Možete pogledati poveznicu za pomoć u izradi ugovora o učenju.)

Upoznajte i objasnite učenicima osnovna pravila za aktivno sudjelovanje.

Podijelite primjere scenarija povjerljivosti.

Uvjerite se da su učenici upoznati s tim kako potražiti pomoć ili potporu ako su im potrebne.

Pitajte

Što su osjećaji ili emocije?

Je li važno razumjeti vlastite osjećaje te osjećaje drugih? Zašto?

Aktivnost 1 (20 minuta) Upitnik (prijedlog)

- ▶ Predstavite upitnik (na interaktivnoj bijeloj ploči / zaslonu, tamo gdje je to moguće).
- ▶ Provjerite jesu li svi učenici upoznati s tim da je upitnik anonimn te kako voditelj nije u mogućnosti vidjeti pojedinačne odgovore.
- ▶ Pokažite kako treba odgovarati na pitanja. Istaknite kako nije svrha postići broj bodova 5, već biti iskren u svojim odgovorima.
- ▶ Pitajte učenike jesu li razumjeli pitanja te ponudite pomoć onima kojima je potrebna.
- ▶ Informirajte učenike o načinu na koji će upitnik biti označen. Molimo pogledajte odsječak procjene u nacionalnome alatu za implementaciju.
- ▶ Zamolite učenike da ispune upitnik.

1. nastavna jedinica **Tko sam?**

Aktivnost 1 A (20 - 30 minuta)

Rasprava o upitniku

- ▶ Podijelite učenike u parove.
- ▶ Uručite im primjerak upitnika.
- ▶ Zamolite parove da pročitaju upitnik te o njemu raspravljaju.
- ▶ Potaknite ih na razmatranje odgovora na svako pitanje.
- ▶ Zatražite od učenika povratnu informaciju o upitniku.

Ili: Ako svakomu učeniku ne uručite upitnik, molimo primijenite aktivnost 1 A u nastavku.

Aktivnost 2

(20 minuta)

Rad u skupini

Predstavite koncept društvene i emocionalne pismenosti (SEL):

- ▶ Predstavite učenicima četiri područja SEL-a: samosvjesnost, društvena svjesnost, samoregulacija te upravljanje odnosima.
- ▶ Podijelite učenike u četiri skupine. Svaka skupina dobiva poster-papir i deset odabranih pitanja iz upitnika L1R2 kao i list materijala L1R3. Skupina treba prepoznati područje na koje se svako pitanje odnosi.
- ▶ Povratnu informaciju dat će jedan član svake skupine.

Završni dio

(5 minuta)

Osvrt na naučeno

Što ste danas naučili?

Jeste li zadovoljni ovim satom?

Zašto je važna emocionalna inteligencija?

Koliko često razmišljate o tome kako se osjećate?



Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Objasnite kako vlastite emocije utječu na našu dobrobit.

Najavite sadržaj sljedeće nastavne jedinice: razumijevanje vlastitih osjećaja.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Informirajte učenike koje su aplikacije Mood dostupne u mobilnim trgovinama. Potaknite učenike na istraživanje jedne od aplikacija prije sljedećega susreta. Imajte na umu kako neke aplikacije nisu besplatne.

Popratne aktivnosti

TEHNOLOGIJA. Koristite se videozapisom iz aplikacija ili na mobilnim telefonima kako biste dobili povratne informacije od učenika. Uredite isječke od 5 do 10 sekunda u klipove koji odražavaju ključne točke te ih objavite. Uredite ključne točke u izjave od 140 znakova te objavite široj skupini s pomoću aplikacija poput *Twittera*.

MEDIJI. Ponovno predstavite ugovor o učenju u obliku koji se može rabiti tijekom projekta putem različitih medijskih postera, slika i prezentacijskih tehnologija (npr. *Videoscribe*, *PowToon*, *HaikuDeck*).

Poveznice

Ugovori o učenju. Iznimno koristan materijal Nacionalnoga ureda za djecu. Dobre ideje za poticanje u učionici.

http://www.ncb.org.uk/media/444059/posa_final.pdf

Aplikacije: Pogledajte tablicu u nacionalnome alatu za implementaciju.

2. nastavna jedinica

Kako se osjećate? Zaista?

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Otkrivanje riječi za imenovanje osjećaja, Rad na rječniku u skupini i povratna informacija, Rasprava, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Na koji način opisujem kako se osjećam?

Učenici će moći:

- ▶ opisati kako se osjećaju
- ▶ razumjeti obilježja emocija, označiti ih te grupirati.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ listove materijala L2R1 i L2R2
- ▶ pristupiti aplikaciji Mood te biti sposobni to izložiti (na interaktivnoj bijeloj ploči / zaslону).

UVOD (10 minuta)

Predstavite nastavnu jedinicu te objasnite njezine ciljeve. Podsjetite učenike na ugovor o učenju te na mehanizme pomoći i podrške.

Pitajte

Jeste li se koristili aplikacijom Mood? Što o tome mislite? Kako ste danas? Na što mislimo kad postavimo to pitanje?

Aktivnost 1 (20 minuta) Otkrivanje riječi za imenovanje osjećaja

- ▶ Zamolite učenike da navedu određeni broj 'emocionalnih' riječi.
- ▶ Neka učenici predlože riječi koje ćete zapisati na školsku ploču / interaktivnu bijelu ploču. Nakon što ste ih zapisali, razvrstajte ih na pozitivne i negativne, no nemojte učenicima otkriti skupine.
- ▶ Raspravljajte o značenjima pozitivnih i negativnih riječi te po potrebi dopunite popise. Započnite prepoznavanje riječi prema visokoj ili niskoj energiji. To je koncept MoodMeter aplikacije. Pogledajte materijal L2T1 te mrežnu stranicu www.moodmeterapp.com.
- ▶ Podijelite učenike u skupine te raspravljajte o riječima koje su učenici predložili.

Aktivnost 2 (20 minuta) Rad na rječniku – rad u skupini

- ▶ Podijelite učenike u skupine/parove.
- ▶ Podijelite skupinama/parovima listove L2R1 i L2R2.
- ▶ Tražite od učenika da prepisuju riječi s lista L2R2 u odgovarajući prostor kvadranta na listu L2R1.
- ▶ Osigurajte vrijeme za raspravu i komentare. (Ispravljani odgovori nalaze se u prezentaciji.)
- ▶ Što utječe na promjenu vaših osjećaja tijekom dana? Što se događa kad niste u školi?

2. nastavna jedinica Kako se osjećate? Zaista?



Aktivnost 3 (20 minuta) Poučavanje

- ▶ Objasnite značenje riječi *okidač*; zamolite učenike da navedu primjere te ih zapišite na ploču. „Što bi vas moglo potaknuti...?“
- ▶ Što mijenja vaše raspoloženje? Što vas čini sretnima ili žalosnima?
- ▶ Zamolite učenike da raspravljaju u paru, a zatim sastavite popis načina na koje učenici mogu promijeniti svoje raspoloženje (glazba, vježba, vrijeme posvećeno sebi...).

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

- ▶ Što ste danas naučili?
- ▶ Jeste li zadovoljni ovim satom?
- ▶ Smatrate li da su osjećaji važni u situacijama nasilja? Ako jesu, na koji način?
- ▶ Koliko često razmišljate o svojim osjećajima?

Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Pokušajte utvrditi jačinu svojih osjećaja u različitim situacijama. Da bi se nasilje razumjelo, bitno je prepoznati osjećaje. Najavite sljedeću nastavnu jedinicu: *Priroda nasilja*.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Ako se niste koristili aplikacijom Mood, koristite se sada te o tome razgovarajte s prijateljem ili roditeljem/skrbnikom.

Popratne aktivnosti

TEHNOLOGIJA. Podsjetite učenike o konceptima četiriju područja MoodMeter ploče te o tome raspravljajte. Koristite se MoodMeter aplikacijom kako biste učenicima pokazali prelazak iz jedne emocije u drugu.

PISANJE. Istražite *haiku poeziju*. Odaberite jednu od četiriju boja raspoloženja i rječnik te haiku napišite u onoj boji koja izražava te osjećaje.

UMJETNOST. Osmislite apstraktno predstavljanje svake skupine emocija s naglaskom na oblik, tijek te nijanse svake boje emocija (npr. nijanse crvene boje za negativnu emociju visoke energije). Rabite umjetnost kao pozadinu za svoju haiku poeziju. Sve zajedno prikupite za razredni portfelj.

JEZICI. Istražite riječi za imenovanje osjećaja u različitim jezicima te usporedite značenje i zvuk (*Google prevoditelj*).

GLAZBA. Istražite primjere glazbe koji odražavaju osjećaje i koji bi mogli utjecati na raspoloženje u razredu, npr. klasična glazba, teški rok, džez (besplatna glazba na *Competech*).

Poveznice

Suzbijte nasilje / Lekcija o suzbijanju nasilja u okviru mreže TES 2012 (Beat Bullying / TES 2012 anti-bullying lesson) na mrežnoj stranici - <https://www.tes.co.uk/teaching-resource/beatbullying--tes-live-lesson-plan-6303305>

ENABLE: <http://enable.eun.org/>

3. nastavna jedinica

Priroda nasilja

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelA), društvena svjesnost**

(Social Awareness – SocA)



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rad u skupini, Rasprava u razredu, Scenarij, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje:

- ▶ Prepoznajem li kako nasilje izgleda te kako različite osobe pritom imaju različitu ulogu?
- ▶ Učenici će shvatiti što je nasilje, zašto se događa te uloge koje različite osobe imaju u situacijama nasilja.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ list materijala L3R1
- ▶ scenarije (L3R2).

UVOD (10 minuta)

Predstavite nastavnu jedinicu te objasnite njezine ciljeve.

Pitajte

Jeste li se koristili aplikacijom Mood? Što o tome mislite?
Utječe li naše raspoloženje na način kako se odnosimo prema osobama koje nas okružuju?
Dovodi li vas vaše raspoloženje u negativne situacije?
Je li povezano s nasiljem?

Aktivnost 1 (10 minuta) Istraživanje nasilja – rad u skupini

- ▶ Podijelite učenicima pripremljeni list materijala L3R1.
- ▶ Nakon rasprave neka zapišu početna razmišljanja.
- ▶ Prikažite listove materijala te raspravljajte o zabilježenim definicijama.

Aktivnost 2 (10 minuta) Rasprava u razredu

- ▶ Zamolite učenike da iznesu svoja razmišljanja povezana s definicijom nasilja. Ako se s njima složite, prikažite ih na ploči.

Aktivnost 3 (10 minuta) Istraživanje različitih uloga u situacijama nasilja

- ▶ Objasnite značenje riječi *uloga* te ju povežite sa sudionicima igre - igračima. Zamolite učenike da iznesu zapažanja povezana s ponašanjem svih igrača uključenih u incident nasilja. (Za daljnje informacije o ulogama pogledajte poveznice.)
- ▶ Zabilježite ponašanja na ploču. (Koja su različita ponašanja svjedoka?)
- ▶ Prikažite opisnike uloga za uporabu u sljedećoj aktivnosti.

3. nastavna jedinica **Priroda nasilja**

Aktivnost 4 (15 minuta) Scenarij

- ▶ Prikažite odabrani scenarij / odabrane scenarije (L3R2) na zaslonu/ploči.
- ▶ Članovi skupine rade zajedno kako bi raspravljali o ponašanju svake osobe u scenariju.
- ▶ Utvrdite igrače u svakome scenariju.
- ▶ Pozovite učenike da komentiraju svakoga igrača te im pomozite kako bi ih prepoznali.
- ▶ Povežite imena igrača s opisnicima na ploči.

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

Što ste danas naučili?
Je li vas sadržaj zainteresirao?
Možete li se identificirati s određenim igračem u nekim situacijama nasilja? Imate li različitu ulogu u različitim situacijama?

Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Je li moguće razumjeti osjećaje drugih osoba u situacijama nasilja? Predstavite sljedeću nastavnu jedinicu: Čitanje emocija u društvenim situacijama.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Prije sljedećega sata razmislite o nasilju koje ste gledali na televiziji / u filmovima. Možete li prepoznati uloge koje sudionici imaju? Napišite nekoliko primjera.

Popratne aktivnosti

TEHNOLOGIJA. Koristite se tražilicom za pretraživanje slika te potražite „crtani nasilnik“ (*cartoon bully*). Prikupite i predstavite odabir slika. Objedinite opće percepcije i zamolite učenike da kritički procijene predstavljaju li te slike njihova vlastita iskustva.

PISANJE. Objedinite definicije nasilja u jednu tekstualnu datoteku, npr. [Google Docs](#). Stvorite oblak riječi (rabite [Wordle](#) ili [WorditOut](#)). Postoje li bilo koje opće teme opisane većim brojem riječi? Mogu li se preoblikovati u novu definiciju?

DRAMA. Iskoristite scenarij iz ove NJ za rad u skupini tako da svaki član skupine igra ulogu. Upotrijebite digitalne slike ili video kako biste svaki scenarij snimili te ga dodali u razredni portfelj.

DRAMA. Koristite se mrežnim videostranicama (npr. [YouTube](#)) ili tražilicama slika za prikupljanje primjera slika, filmova, predstava ili televizijskih programa koji se odnose na odabrane scenarije.

Poveznice

TES – Tko želi biti milijunaš? - prezentacija suzbijanja nasilja: <https://www.tes.co.uk/teaching-resource/who-wants-to-be-a-millionaire-anti-bullying-ppt-6135881>

Savez za suzbijanje nasilja (Anti-Bullying Alliance) – scenarij portala school gate: <http://www.anti-bullyingalliance.org.uk/media/7494/bullying-roles-activity-2014-key-stage-2.pdf>

Definicije uloga (Australija): <http://www.education.vic.gov.au/about/programs/bullystoppers/Pages/roles.aspx>

Rosalind Wiseman vodila je istraživanje te kreirala uloge u svojoj knjizi (izvadak pročitajte ovdje): <http://rosalindwiseman.com/rwpublications/masterminds-and-wingmen/>

ENABLE: <http://enable.eun.org/>

4. nastavna jedinica

Čitanje emocija u društvenim situacijama

Obuhvaća elemente SEL-a: **društvena svjesnost (Social Awareness – SocA)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rasprava o ponašanju u različitim situacijama, Rasprava o čitanju emocija, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Kako prepoznajem osjećaje drugih ljudi? Učenici će moći:

- ▶ imenovati osjećaje drugih ljudi
- ▶ bogatiti rječnik za imenovanje i opisivanje osjećaja u različitim situacijama.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ fotografske scenarije (prezentaciju / ispis / mrežnu inačicu) (L4R1).

UVOD (10 minuta)

Najavite nastavnu jedinicu te objasnite njezine ciljeve. Podsjetite učenike na ugovor o učenju te na mehanizme pomoći i podrške.

Pitajte

Zašto se raspoloženje mijenja ovisno o tome gdje smo i s kim smo?

Aktivnost 1 (20 - 30 minuta): Ponašanje u različitim situacijama - rasprava

Razgovarajte zašto se ponašanje mijenja u različitim situacijama kao što su:

- ▶ boravak u školi
- ▶ boravak u vlastitome domu
- ▶ stajanje u redu za užinu
- ▶ odlazak u svlačionicu
- ▶ ponašanje na internetu ili u stvarnome životu.

Raspravu potaknite pitanjima:

- ▶ Kako se ponašate u školi i kako se to ponašanje razlikuje od ponašanja kod kuće?
- ▶ Kako se vaše ponašanje razlikuje za vrijeme dok čekate u redu za užinu od ponašanja tijekom ostatka školskoga dana?
- ▶ Postoji li razlika između ponašanja na internetu i ponašanja u stvarnome životu?
- ▶ Razmislite o situacijama kad ste među prijateljima, obitelji ili s nepoznatim ljudima. Koliko biste se različito ponašali u takvim situacijama? Koja bi vam od spomenutih situacija bila najteža?
- ▶ Je li se netko u nekim situacijama osjećao zadirkivano/zastrašeno/zabrinuto?

4. nastavna jedinica

Čitanje emocija u društvenim situacijama



Aktivnost 2 (20 - 30 minuta): Čitanje emocija u društvenim situacijama – rasprava

Ili:

Ili:

- ▶ Podijelite učenike u četiri skupine i/ili:
 - ▶ svakoj skupini uručite primjerke fotografija (ispis L4R1)
 - ▶ pokažite fotografije u PPT-u (L4R1).
- ▶ Zadajte učenicima da raspravljaju o tome koje osjećaje iskazuju pojedine osobe na slici.
- ▶ Neka svaki osjećaj razvrstaju na pozitivan ili negativan.
- ▶ Ponovno okupite skupine te analizirajte zaključke koje su donijeli učenici: Koliko dobro prepoznajete osjećaje drugih ljudi?

- ▶ Pokažite cijelomu razredu kviz o govoru tijela s mrežne stranice http://greatergood.berkeley.edu/ei_quiz/.
- ▶ Neka učenici pojedinačno napišu svoje odgovore na listu papira (ili se koristite sustavom glasovanja u razredu) te zabilježite jesu li odgovori točni.
- ▶ Bilježite većinu odgovora za svaki slajd.
- ▶ Nakon dvadeset pitanja postavite učenicima pitanje: Kako vam ide čitanje osjećaja drugih ljudi?

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

Što ste danas naučili?
Jeste li zadovoljni ovim satom?
Što ste naučili o tome kako vaši osjećaji utječu na ponašanje drugih ljudi?

Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Obavijestite učenike da će u sljedećoj nastavnoj jedinici posebice biti govora o osjećajima i nasilju. Raspravljat će se o razlozima kojima se ljudi koriste kako bi opravdali svoje ponašanje.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Vodite dnevnik i bilježite situacije u kojima se nalazite, svoje osjećaje te osjećaje drugih osoba koristeći se željenim oblikom (aplikacijama, bilješkama, papirom, blogovima). Budite iskreni i pokušajte zabilježiti kako vaše raspoloženje može utjecati na druge.
Korisne aplikacije za vaš mobitel uključuju *Evernote*, *Padlet*, *Socrative*, *TitanPad* ili *StickyMoose*.

Popratne aktivnosti

MEDIJI. Učenici mogu snimati svoje vlastite digitalne slike pokazujući raspoloženje. Koristite se slikama za stvaranje igre ili kviza za druge učenike. Odgovarajuće aplikacije za snimanje fotografija su *Enlight*, *SnapSeed*, *Google Image Edit*, *Brushstroke*.
UMJETNOST. Izradite kolaž i dodajte ga u portfelj razreda. Pri stvaranju digitalnoga kolaža aplikacije mogu uključiti *Capcam*, *PhotoCollage*, *Fotor*.
TEHNOLOGIJA. Koristite se nizom profilnih slika s pomoću tražilice slika (npr. Google tražilica: profilna slika) te istražite osjećaje izražene na slikama.
PISANJE. Stvarajte dijamantne pjesme koristeći se slikom i riječima (*Diamante Poetry*).

Poveznice

Aplikacije: Pogledajte tablicu u nacionalnome alatu za implementaciju (L4R1), alternativa za osobe koje govore engleski jezik: http://greatergood.berkeley.edu/ei_quiz/.
ENABLE: <http://enable.eun.org/>

5. nastavna jedinica

Nije riječ o nasilju, već samo o...

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rasprava 1, Rasprava 2, Proširenje emocionalnoga rječnika, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Kako drugi opravdavaju svoje nasilničko ponašanje? Učenici će moći:

- ▶ razumjeti strategije primijenjene za opravdanje ili prikrivanje nasilja te utjecaj na druge ljude.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ list s „pogrešno shvaćenim“ frazama (L5R1)
- ▶ list materijala L5R2 s normama ponašanja
- ▶ list materijala L5R3 s mogućim društvenim situacijama.

UVOD (10 minuta)

Najavite ciljeve nastavne jedinice te ponovno pogledajte ugovor o učenju iz 1. NJ. Raspravljajte o poštovanju. Podsjetite učenike na sadržaj prethodnoga sata. Ponovno pogledajte definiciju nasilja iz 3. NJ.

Pitajte

Zašto se čovjekovo raspoloženje mijenja ovisno o tome gdje je i s kim je?

Aktivnost 1 (20 minuta): Opravdanje nasilja – rasprava 1

- ▶ Kada govorimo o nasilju? Raspravljajte s učenicima o tome koje sve razloge ljudi navode kako bi opravdali svoje nasilničko ponašanje. Navedite im sljedeće razloge, no potaknite ih da dodaju i neke druge:



- ▶ ismijavanje
- ▶ zadirkivanje
- ▶ zbijanje šale
- ▶ zafrkavanje
- ▶ okrivljavanje drugih / zatečenost u situaciji...
- ▶ krivo protumačen kontekst
- ▶ poštena igra – netko je drugi to učinio
- ▶ stereotipi.

- ▶ Pitajte: Zamislite situaciju u kojoj ste se mogli naći kad se određena osoba koristila jednim od tih opravdanja – kako ste to doživjeli? Podijelite svoja iskustva s parom.

5. nastavna jedinica **Nije riječ o nasilju, već samo o...**

Aktivnost 2 (20 minuta) **Rasprava o „pogrešno shvaćenim“ frazama – rad u skupini**

- ▶ Podijelite učenike u četiri skupine te svakoj uručite niz od pet fraza (L5R1).
- ▶ Zamolite ih da pročitaju pet odabranih fraza te ih poredaju po negativnome učinku (koja od njih izaziva najgoru reakciju kod osobe kojoj je upućena).
- ▶ Potaknite raspravu i debatu.
- ▶ Zatražite od skupina da skupini do sebe proslijedi frazu iz svojega niza za koju smatraju da izaziva najgoru reakciju, o njoj raspravljaju i uvrste u svoj skup poredanih fraza.
- ▶ Ponovite ako to vrijeme dopušta.
- ▶ Skupine ponovno okupite te s učenicima raspravljajte o poredanim frazama.
- ▶ Zamolite pojedince da glasno izreknu jednu od fraza:
 - ▶ Koju emociju osjećate ako se ona odnosi na vas?
 - ▶ Kako se po vašemu mišljenju osjećaju drugi?



Aktivnost 3 (20 minuta): Norme ponašanja – rad u skupini

- ▶ Pitajte učenike kako bi se ponašali da stanu u red istodobno s nekom drugom osobom. Bi li se gurali ili bi dopustili da ta osoba stane ispred njih ili bi ju optužili za guranje preko reda?
- ▶ Objasnite kako je način na koji međusobno djelujemo sa svijetom određen društvenim normama ili normama ponašanja. Raspravljajte o toj definiciji s učenicima.

Norme omogućavaju poredak u društvu. Društvene norme nepisana su pravila o tome kako se ponašati. Pružaju nam očekivanu predodžbu o tome kako se ponašati u određenoj društvenoj skupini ili kulturi. Primjerice, očekuje se da učenici dolaze na nastavu na vrijeme te da ispunjavaju svoje obveze. Društvene norme prihvaćeni su standardi ponašanja društvenih skupina. Te se skupine kreću od prijateljskih i radnih skupina do nacionalnih, država. Postoje norme kojima se definira prikladno ponašanje svake društvene skupine. Kako se krećemo od jedne skupine do druge, tako se mijenja i naše ponašanje.

- ▶ Podijelite učenike u tri skupine.
- ▶ Zamolite ih da navedu niz društvenih normi koje trebaju poštovati.
- ▶ Koristeći se listom materijala L5R2, zamolite da odaberu norme koje su važne te koje bi svugdje poštovali.
- ▶ Zatim raspravljajte o tome koje bi se norme mogle promijeniti u skladu s vašom kulturom, vjerom, rodnom ili ako se društvena situacija promijeni – primjeri situacija u L5R3.
- ▶ Mogu li učenici navesti pravila ili propise u skladu s kojima je moguće definirati norme ponašanja / društvene norme koje su dužni poštovati? (Zakoni, školska pravila itd.)

5. nastavna jedinica Nije riječ o nasilju, već samo o...



Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

- ▶ Što mislite o današnjemu satu?
- ▶ Raspravljajte o bilo kojim aplikacijama Mood kojima su se učenici mogli koristiti te pozovite učenike da ponovno isprobaju jednu aplikaciju.
- ▶ Najavite sljedeći susret te koncept pozitivnoga načina razmišljanja.
- ▶ Predstavite koncept metatrenutka kao potpornu strategiju ili metakognitivni postupak.

Metatrenutak. S pomoću emocija odnosi se mogu ili poboljšati ili onemogućiti, a svi mi imamo trenutke kad smo najbolji. Metatrenutak pomaže učenicima i učiteljima u upravljanju snažnim emocijama kako bi donijeli bolje odluke za sebe i svoju zajednicu. Metatrenutkom možemo nakratko ustuknuti pred situacijom te zastati i razmisliti prije nego što počnemo djelovati. Pitamo se: Kako bi moje 'najbolje ja' reagiralo u ovoj situaciji? Koju strategiju mogu primijeniti kako bi moji postupci odražavali moje 'najbolje ja'? Tijekom vremena i s praksom učenici i učitelji zamjenjuju neučinkovite odgovore produktivnim i osnažujućim odgovorima kako bi prevladali situacije. Time oni stvaraju bolje odabire, grade zdravije odnose te osjećaju veće zadovoljstvo.

<http://ei.yale.edu/ruler/the-anchors-of-emotional-intelligence/>

Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Upoznajte učenike da će na sljedećemu satu biti riječ o osjećajima te o tome na koji se način možemo koristiti pozitivnim načinom razmišljanja kako bismo promijenili svoje osjećaje.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Potaknite što je moguće više učenika da se uključe u aplikaciju kako bi se zabilježilo njihovo raspoloženje.

Popratne aktivnosti

TEHNOLOGIJA. Napravite niz zvučnih bitova / videozapisa učenika u trajanju od 5 do 10 sekunda u kojima glasno navode opravdanja. Usporedite kako se učenici izražavaju te zamolite da iznesu reakcije na opravdanja.

PISANJE. Stvarajte *poeziju sa slikovnim govorom* (po dvije riječi u svakome retku) sa sažetim opisom opravdanja. Zabilježite/ objavite pjesme na odgovarajućoj školskoj mrežnoj stranici / stranici društvenih medija.

ENABLE: <http://enable.eun.org/>

DRAMA. Igrajte uloge rabeći opravdanja. Snimite vinjete tipa „glava koja govori” s temom opravdanja. Primjeri se nalaze na [SWGfL With Friends Like These](#).

PISANJE. Predstavite norme ponašanja koje je razred prihvatio kao bitne. Osmislite tematsku umnu mapu na velikome listu papira kako bi se ideje prikupile i razvrstale. Odlučite li se koristiti tehnologijom, korisne aplikacije su [Mindmeister](#) [Coggle](#) [MindMup](#).

Poveznice

Publikacija Respect Me za mlade ljude „Što je nasilje” - <http://www.respectme.org.uk/LiteratureRetrieve.aspx?ID=119857>

Aplikacije: pogledajte tablicu u nacionalnome alatu za implementaciju.

6. nastavna jedinica

Kako upravljati svojim osjećajima u smjeru pozitivnoga načina razmišljanja

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rad u paru, Rad u skupini, Rasprava, Pisanje, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključna pitanja: Što pokreće naše osjećaje? Možemo li promijeniti način na koji osjećamo? Učenici će:

- ▶ upoznati se s tim kako pozitivan način razmišljanja može utjecati na odgovore i osjećaje te kako imaju sposobnost promijeniti svoj emocionalni odgovor
- ▶ prepoznati osjećaje na koje mogu utjecati i promijeniti ih
- ▶ upoznati se s okidačima koji utječu na promjene.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ L6R1 – fotografiju tužnoga šteneta
- ▶ L6R2 - video o skakanju s visine, tzv. *bungee jumping*
- ▶ L6R3 - po izboru učitelja.

UVOD (10 minuta)

Najavite nastavnu jedinicu te objasnite njezine ciljeve. Podsjetite učenike na ugovor o učenju te na mehanizme pomoći i podrške. Slobodno izložite ideje o pozitivnome i negativnome načinu razmišljanja. Napišite na ploču/zaslon. Raspravljajte o metatrenutku i o tome što on predstavlja.

Metatrenutkom možemo nakratko ustuknuti pred situacijom te zastati i razmisliti prije nego što počnemo djelovati. Pitamo se: Kako bi moje 'najbolje ja' reagiralo u ovoj situaciji? Koju strategiju mogu primijeniti kako bi moji postupci odražavali moje 'najbolje ja'? Tijekom vremena i s praksom učenici i učitelji zamjenjuju neučinkovite odgovore produktivnim i osnažujućim odgovorima kako bi prevladali situacije. Time stvaraju bolje odabire, grade zdravije odnose te osjećaju veće zadovoljstvo (<http://ei.yale.edu/ruler/the-anchors-of-emotional-intelligence/>).

Pitajte

Što pokreće naše osjećaje?

Aktivnost 1 (20 minuta) Promjene osjećaja - rasprava

- ▶ Učenicima pokažite fotografiju tužnoga šteneta (L6R1).
- ▶ Potaknite ih da govore o svojim reakcijama na fotografiju: Koji osjećaj fotografija budi u vama?
- ▶ Učenici rade u parovima – prikažite video o skakanju s visine, tzv. *bungee jumping* (L6R2).
- ▶ Zamolite učenike da međusobno razgovaraju o promjeni osjećaja koji su osjetili nakon videa.

6. nastavna jedinica Kako upravljati svojim osjećajima u smjeru pozitivnoga načina razmišljanja



Aktivnost 2 (20 minuta) Okidači - rasprava

- ▶ Raspravljajte o konceptu okidača.
- ▶ Zamolite učenike da navedu primjere koji u njima izazivaju pozitivan osjećaj, npr. mentalna slika nečega (more, planine) ili radnja koja potiče pozitivnost, npr. metatrenutak (duboko disanje, razmišljanje o prošlome sretnom trenutku).
- ▶ Na bijeloj ploči / velikome listu papira napišite primjere.

Aktivnost 3 (20 minuta) Povlačenje okidača

- ▶ Manjim skupinama podijelite fotografije nedavne humanitarne katastrofe, npr. poplave, potresa, djece koja kopaju na odlagalištu za otpad (L6R3).
- ▶ Raspravljajte o tome kakav osjećaj izaziva sadržaj fotografije.
- ▶ Kako se nosite sa sadržajem? Snalazite li se sami ili vam pomaže netko iz vaše skupine?

Aktivnost 4 (5 minuta) Pojedinačno pisanje

- ▶ Zamolite učenike da napišu pet strategija o tome kako bi se nosili s negativnim osjećajima. Pogledajte poveznicu na neke relevantne strategije u nastavku.

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

- ▶ Što ste danas naučili?
- ▶ Je li bilo lako promijeniti osjećaj koji stvari izazivaju u vama?
- ▶ Zašto je toliko bitan pozitivan način razmišljanja?

Najava sljedeće nastavne jedinice

- ▶ Što je sljedeće? Obavijestite učenike kako će na sljedećemu satu govoriti o tome kako djelovati na osjećaje drugih ljudi.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Koristeći se bilo kojim željenim oblik (aplikacijom, bilješkama, papirom, blogovima), napišite nekoliko negativnih stvari koje su vam se dogodile i kako ste se u prošlosti nosili s tim. Biste li promijenili način na koji ste se s tim nosili? Koji je vaš najbolji metatrenutak?

Popratne aktivnosti

GLAZBA. Osmislite kratku poruku u stilu rap-glazbe za osmišljanje pozitivne strategije o tome kako se nositi s negativnim osjećajima. Korisna je aplikacija *AutoRap by Smule* koja vaš govor automatski pretvara u rap-melodiju.

MEDIJI. Osmislite vlastiti materijal koji pomaže u poticanju vašega metatrenutka, alat metatrenutka. Npr. jedna mala kartica s kombinacijom slike, citata, fotografije i/ili boje koja vam pomaže za 'korak unazad'. Ako je na mobilnome uređaju, to bi moglo uključivati zvuk, video ili kratki glazbeni isječak. *Photo Grid Collage Maker* može biti od koristi. Podijelite svoje ideje s ostalima. Stvorite razredni alat metatrenutka za portfelj razreda.

Poveznice

Namijenjene su roditeljima, no uključuju neke dobre strategije koje nude rješenja: https://www.parentingideas.com.au/newsletter/pdf/Coping_eBook.pdf
ENABLE: <http://enable.eun.org/>

Obuhvaća elemente SEL-a: **društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), upravljanje odnosima (Relationship Management – ReIM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rasprava, Rasprava, Rad u skupini, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Kako mogu lošu situaciju usmjeriti k pozitivnu ishodu? Učenici će:

- ▶ u situacijama nasilja moći prepoznati osobu čije se ponašanje može pozitivno iskoristiti i na nju pozitivno utjecati
- ▶ razvijati strategije kako bi promijenili dinamiku i lošu situaciju usmjerili k pozitivnu ishodu.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ slike scenarija nasilja (L7R1).

UVOD (10 minuta)

Razmotrite svrhu projekta. Naglasite kako je u ovoj nastavnoj jedinici riječ o nasilju te o odgovornostima svih uključenih osoba. Podsjetite učenike da svatko ima određenu ulogu kad se nasilje dogodi.

Pitajte

Jeste li vi pokretač promjena?

Aktivnost 1 (15 minuta) 'Agenti'; tajni agenti; James Bond – rasprava

- ▶ Pomozite razredu u stvaranju umne mape ili oluje mozgova. U sredini interaktivne bijele ploče ili lista papira napišite: Što odlikuje dobrog terenskog agenta? Zatim potaknite učenike na navođenje njegovih osobina. U ovoj fazi sve odgovore zabilježite u umnu mapu. Zatim istaknite ili dodajte odgovore:

- ▶ tajno djelovanje
- ▶ znanje
- ▶ vještine
- ▶ razumijevanje cilja.

- ▶ Pitanje *Koji bi skup osobina agent mogao imati?* dodajte u novi prostor umne mape te ponovno potaknite učenike da predlože vještine koje agent treba imati:

- ▶ znati gdje i kada intervenirati
- ▶ sposobnost raspoređivanja vremena
- ▶ usredotočenost
- ▶ jezične kompetencije
- ▶ komunikacijske vještine
- ▶ čitanje situacije
- ▶ znati putove bijega
- ▶ znati samoobranu
- ▶ otpornost i sposobnost nošenja sa situacijom
- ▶ odvažnost.

7. nastavna jedinica Sijanje sjemena



Na kraju potaknite učenike na promišljanje: Kako agenti djeluju i zahvaljujući čemu mogu preživjeti? Analizirajte:

- ▶ planiranje
- ▶ podršku.

Objasnite kako ova nastavna jedinica ima cilj pomoći učenicima da od agenata nauče kako spriječiti situaciju nasilja koja sve više eskalira. Ostavite umnu mapu na ploči.



Aktivnost 2 (15 minuta) Kako možete pridonijeti? – rasprava

- ▶ Pitajte: Na koji biste način mogli pridonijeti u slučaju nasilja?
 - Možemo li navesti svaki doprinos?
 - Vratite se na koncept uloga i na popis na ploči:

- | | |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| ○ učenik nasilnik | ○ poticatelj |
| ○ učenik žrtva | ○ obožavatelj |
| ○ promatrač | (= osoba koja se divi nasilniku) |
| ○ suprotstavljatelj (= osoba koja se suprotstavlja nasilniku) | ○ plašljivac |
| ○ navijač | ○ šaljivčina. |

- Postoje li pozitivni i negativni doprinosi svake uloge?
- Zamolite učenike da utvrde uloge koje mogu imati u različitim situacijama.
- ▶ Pomozite učenicima shvatiti da imaju sposobnost utjecati na ishod situacije nasilja. Olakšajte raspravu te im pomozite u navođenju niza radnji primjerenih za školu.
- Pitajte: Kako znate kad je nešto pogrešno?
 - Vjerujte svojim osjećajima.
 - Procijenite situaciju.
- Pitajte: Koja bi strategija mogla promijeniti ishod situacije?
 - Što možete reći ili učiniti?
 - Na koji način to kažete ili činite?
 - Kada to trebate učiniti?



7. nastavna jedinica Sijanje sjemena

Aktivnost 3 (20 minuta) Scenariji za rad u skupini (L7R1)

- ▶ Uručite učenicima list materijala L7R1 – fotografije. Voditelj odabire jedan scenarij.
 - Pitajte: Što se događa?
- ▶ Učenici prepoznaju uloge te razrađuju strategije intervencije kojima bi se moglo promijeniti ponašanje povezano s ulogama koje su odredili.
 - Raspravljajte o primjerima s ostatkom skupine.
 - Scenski improvizirajte nekoliko prijedloga kako biste vidjeli kako zvuče te ocijenili odgovor.
 - Raspravljajte o tome koje su fraze/radnje najučinkovitije.
- ▶ Pitajte: Kako biste proveli svoju strategiju?
 - Utvrdite svoj cilj – je li nasilnik uvijek cilj vaše intervencije?
 - Poduzmite aktivnosti.
 - Povucite se (metatrenutak) i promatrajte.
- ▶ Pitajte: Što se dogodilo tijekom vašega metatrenutka – jeste li bili uspješni ili bi vam bila potrebna izlazna strategija?

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

Osvrnite se na pokretače promjene koji su poboljšali situaciju.
Smatrate li kako je to situacija koju biste mogli primijeniti?
Koje su prepreke?

Najava sljedeće nastavne jedinice

Predstavite ciljeve sljedeće nastavne jedinice: svladavanje prepreka, pokretanje stvari prema naprijed, utvrđivanje uspjeha.

Popratne aktivnosti

MEDIJI/DRAMA/PISANJE. Voditelj ste obavještajne agencije za suzbijanje nasilja. Poznati ste samo kao 'B'. Odaberite jedan od triju ponuđenih scenarija iz 3. NJ i osmislite sastanak s informacijama o obavještajnim aktivnostima u obliku dokumenata i sažetka za svoje agente (ako odluče prihvatiti), uključujući planiranje, karte, skripte te putove bijega za učinkovito rješavanje situacije. Mogu se rabiti *flip-chart* ploče, prezentacijski mrežni program ili planiranje videonadzora.

Poveznice

Mrežni program za stvaranje umnih mapa putem interneta:
www.mindmup.com
www.mindmeister.com
<https://bubbl.us/>

ENABLE: <http://enable.eun.org/>

8. nastavna jedinica

Tajno djelovanje i taktike: čine razliku

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), upravljanje odnosima (Relationship Management – ReIM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Razmatranje, Pisanje, Rasprava, Rad u skupini, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključna pitanja: Kojim se strategijama svladavaju prepreke? Kako prepoznati uspjeh?

Učenici će učiti:

- ▶ utvrditi strategije kojima će se promijeniti dinamika i situacija usmjeriti prema naprijed
- ▶ razumjeti kako što djeluje te kako prilagoditi strategije za postizanje uspjeha
- ▶ potvrditi kako mogu stvarati razliku.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ samoljepljive listiće ili pristup učenika aplikaciji (npr. aplikacije za obrnutu učionicu / mrežne stranice)
- ▶ scenarije iz 7. NJ (L7R1).

UVOD (10 minuta)

Osvrnite se na prethodni susret i objasnite koncept pokretača promjene.

Pitajte



Koje su osobine osobe koja može provesti promjenu?

- ▶ Navedite osobine na ploči/zaslonu.
- ▶ Raspravite u parovima: Koje osobine posjedujete, a koje morate razvijati?
- ▶ Prikažite četiri područja SEL-a na zaslonu/ploči.

Aktivnost 1 (20 minuta) Svladavanje prepreka – razmatranje

- ▶ Zamolite učenike da razmotre jedno područje koje smatraju izazovnim/preprekom, npr. komunikacijske vještine, strah ili nedostatak samopouzdanja.
- ▶ Napišite na samoljepljivome listiću / aplikaciji zašto vam je to područje teško.
- ▶ Učenici pišu rečenicu anonimno.
- ▶ Učitelj frontalno analizira neke tvrdnje.
- ▶ Zamolite učenike da ih razvrstaju prema zajedničkim temama ili sličnim osobinama. Izložite naprimjer:
 - komunikacijske vještine / govor tijela
 - određivanje vremena / usredotočenost
 - samoobrana / put bijega
 - odvažnost / otpornost / samopouzdanje.

8. nastavna jedinica **Tajno djelovanje i taktike ...**
Aktivnost 2 (20 minuta)
 Svladavanje prepreka
 – rad u skupini

- ▶ Učenici rade u skupinama: Raspravljajte o načinima kako svladati prepreke. Izložite:
 - treba li razgovarati o tome s prijateljem ili istomišljenikom
 - bi li bilo dobro uključiti odraslu osobu
 - je li bolje razgovarati s pojedincem nego sa skupinom
 - koliko pridonosi pozitivno komuniciranje putem vlastitoga ponašanja ili govora tijela
 - koliko je lakše koristeći se tehnologijom, a ne licem u lice.
- ▶ Zamolite skupinu za povratnu informaciju.

Aktivnost 3 (20 minuta)
 Prikazivanje i rasprava

- ▶ Pitajte: Kako znate da je ono što činite uspješno? Izložite:
 - Učenik žrtva osjeća se podržanim.
 - Nasilnik ima manji broj osoba koje ga podupiru.
 - Osjećate se bolje!
 - Raspoloženje je šire skupine pozitivnije.
 - Nasilnik ima manji učinak.
- ▶ Pitajte: Što učiniti ako je to neuspješno? Izložite koncept puta bijega.
- ▶ Rad u skupini: Raspravljajte o mogućnostima, npr. humor, izlazak iz situacije, raspravljati s odraslom osobom, uključiti se u predmet, blokirati (putem interneta).
- ▶ Razmotrite scenarije iz 7. NJ (L7R1) – Uspjeh ili bijeg?

Završni dio (5 minuta)
 Osvrt na naučeno
 Pitajte

Imate li sigurnosti primijeniti neke od strategija? Možemo li činiti razliku? Ako svi to pokušamo, kako će to utjecati na život u školi?

Najava sljedeće nastavne jedinice

Predstavite sljedeću nastavnu jedinicu: Temelji promjena.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Razgovarajte s drugima, npr. članovima obitelji / prijateljima i pitajte ih o strategijama koje primjenjuju.

Popratne aktivnosti

PISANJE. Napišite niz novinskih naslova tabloidnoga formata u kojima se veliča uspjeh smanjenja nasilja. Primjerice: *To je predivno mjesto za boravljenje, govore djeca ili Nasilnici ovdje ne mogu nikada uspjeti, rečeno je u školi* ili *Nasilje niže nego ikada*. Skupite naslove u novinski kolaž. Korisni internetski alati nalaze se i na [Newspaper headlines](#) i [Newspaper Generator](#).

MEDIJI. Snimite ogledni primjer nastave o govoru tijela ili komunikacijskim vještinama u kojemu su neki učenici 'stručnjaci', a drugi prezentatori ili novinari. Objavite na školskoj stranici.

Poveznice

Suzbijanje nasilja – Moje pismo isprike - <https://www.tes.co.uk/teaching-resource/my-apology-letter-6299469>
 ENABLE: <http://enable.eun.org/>

9. nastavna jedinica

Temelji promjene

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM), upravljanje odnosima (Relationship Management – ReIM)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Rasprava, Rad u skupini, Rad u parovima, Razmatranje, Pisanje, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Kako možemo uočiti napredak koji smo postigli?

Učenici će učiti:

- ▶ prepoznati kako izgleda napredak
- ▶ razmotriti napredak
- ▶ započeti postavljati ciljeve.

Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ upitnik emocionalne inteligencije (L9R1).

UVOD (10 minuta)

Podsjetite na svrhu projekta. Predstavite ciljeve nastavne jedinice.

Pitajte

Koja su četiri područja emocionalne inteligencije?

- ▶ Podijelite materijal L2R1. Uvjerite se da su učenici upoznati sa samosvjesnošću, društvenom svjesnošću, samoregulacijom te upravljanjem odnosima.
- ▶ Zamolite učenike da predlože definiciju svakoga kvadranta.

Aktivnost 1 (20 - 30 minuta) Rasprava u razredu

Kako napredak izgleda?

Ako je to moguće, dio vremena provedite u zajedničkome krugu (circle time) gdje učenici imaju mogućnost podijeliti svoja razmišljanja i spoznaje. (Za detaljan popis ostalih mogućih aktivnosti pogledajte informacije u dokumentu o smjernicama za učitelje.) Cilj je ove aktivnosti voditi raspravu s učenicima o područjima navedenima u nastavku predlaganjem riječi povezanih s napretkom i ključnim riječima, stoga zamolite učenike da o njima zajednički iznesu svoja razmišljanja. Potaknite raspravu o sljedećim temama:

- ▶ poboljšano znanje i razumijevanje
- ▶ poboljšani rječnik za opisivanje vlastitih osjećaja te osjećaja drugih ljudi
- ▶ sofisticiranije strategije emocionalne inteligencije
- ▶ poboljšane vještine za rješavanje društvenih izgređa
- ▶ bolji socijalni ishodi (manje nepredviđenih događaja?)
- ▶ poboljšana klima u razredu
- ▶ prikladnije međusobno djelovanje u skupini
- ▶ poboljšane strukture potpore
- ▶ otvoren i transparentan razgovor
- ▶ pozitivno vlastito emocionalno zdravlje
- ▶ poboljšano razumijevanje prava pojedinaca.

9. nastavna jedinica **Temelji promjene**



Na ploču / interaktivnu bijelu ploču napišite riječi kojima se opisuje poboljšanje kao što su:

• poboljšan • bolji • razumjeti • više • veći • dobar • promijenjen • dopunjen • zdraviji • smanjen.

Zatim sastavite popis ključnih riječi kao što su:

• osjećaji • pitanja • uloge • ponašanje • prijatelji • kolege iz razreda • atmosfera u razredu • nasilje • pomoći • razgovarati • slušati • prava • sreća • strategije • emocionalna dobrobit.



Zatim zamolite učenike da napišu rečenice u kojima se rabi ključna riječ kao i riječ kojom se opisuje poboljšanje. Zabilježite nekoliko usuglašanih tvrdnja kojima se definira kako izgleda napredak za vaše učenike.

Od učenika doznajte kakvu bi vrstu razrednoga okružja željeli imati te o tome kako njihovo vlastito ponašanje doprinosi promjeni čitavoga sustava.

Aktivnost 2 (20 minuta) Rad u parovima

- ▶ Predložite učenicima rad u parovima.
- ▶ Učenicima uručite primjerak upitnika (L9R1). Zamolite ih da odaberu tvrdnju iz svakoga područja upitnika:
 - ▶ koja im je pružila dobre strategije emocionalne inteligencije
 - ▶ koju više razumiju kao rezultat učenja
 - ▶ koja ih je najviše potaknula
 - ▶ koja se odnosi na ono što su najviše promijenili.

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno

Iznesite ciljeve povezane sa završnom nastavnom jedinicom: postavljanje utemeljenih osobnih ciljeva.

Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Ispunite pojedinačni upitnik u dijelu primjerenomu vašim učenicima (mogućnost).

Popratne aktivnosti

ISTRAŽIVANJE. Pronađite primjere upitnika emocionalne inteligencije na internetu te ih analizirajte. Pružaju li bilo koje dodatne ideje ili smjernice povezane s informacijama o poboljšanju? Neki su primjeri *Emotional Intelligence test 1* ili *Goleman's EQ Test*. Možemo li se osloniti na njihove rezultate? Neka vam posluži kao polazište za raspravu.

PISANJE/GLAZBA/UMJETNOST. Sastavite popis očekivanja povezanih s razrednim okružjem te ih prezentirajte u kreativnome obliku, npr. zid riječi, poezija, rap-glazba, poster, oblak riječi, crtani film (pogledajte prijašnje poveznice na NJ).

Poveznice

Osobni upitnik i pojedinačna povratna informacija.
ENABLE: <http://enable.eun.org/>

Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA), društvena svjesnost (Social Awareness – SocA), samoregulacija (Self Management – SelfM), upravljanje odnosima (Relationship Management – ReIM)**  Očekivano vrijeme: **60 - 70 minuta**

Pregled nastavne jedinice

Uvod, Pisanje, Rasprava, Rad u skupini, Plenarna sjednica

Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Kako mogu i dalje poboljšavati svoju emocionalnu inteligenciju i dati pozitivan doprinos čitavoj školi?

Učenici će:

- ▶ i dalje poboljšavati svoju emocionalnu inteligenciju i pozitivno doprinositi čitavoj školi
- ▶ utvrditi područja osobnoga razvoja i postaviti ciljeve
- ▶ planirati strategije za ostvarenje tih ciljeva
- ▶ spoznati utjecaj njihova poboljšanja na klimu u razredu / čitavoj školi.

Materijali i priprema

Voditelji se mogu koristiti:

- ▶ bankom riječi (L10R1)
- ▶ obrascem potvrde o svečanome obećanju (L10R2).

UVOD (10 minuta)

Iznesite ciljeve sata. Ponovno pogledajte ugovor o učenju. Prikažite bazu od 100 riječi te zamolite učenike da izrade vlastitu karticu binga koja ima oblik 3 x 3 (pogledajte poveznice o tome kako se bingo igra u razredu) s jednom riječi u svakome prostoru. Izgovarajte riječi s popisa, a učenici neka precrtaju riječi koje imaju. Onaj tko prvi precrtá redak, pobjednik je. Igru možete igrati koristeći se samo riječima iz jednoga područja SEL-a.

Aktivnost 1 (20 minuta) Razredna rasprava

- ▶ Pitajte učenike zašto postavljamo ciljeve, a zatim na ploči / interaktivnoj bijeloj ploči napišite:
 - ciljevi nam pomažu da postanemo bolji
 - usredotočuju nas na aktivnost
 - čine nas da budemo dio škole
 - motiviraju nas i daju nam snagu
 - pomažu nam u donošenju odluka
 - utječu na čitavu školu.
- ▶ Recite učenicima da se kod većine ciljeva koriste SMART pravilima koja su već prije mogli vidjeti. Podsjetite ih:
 - S – specifičan (*specific*)
 - M – mjerljiv (*measurable*)
 - A – dostižan ili aktivan (*achievable ili action-oriented*) (tj. činiti, a ne željeti)
 - R – realan (*realistic*)
 - T – vremenski određen (*timely*).
- ▶ Raspravljajte s učenicima o primjeru SMART cilja.
Izvorna ideja: Želim biti bolja/bolji u rješavanju prepiraka.

9. nastavna jedinica Što je sljedeće?



- ▶ Primijenite SMART:
 - S – prepirke sa svojom obitelji
 - M – želim samo tri na tjedan
 - A – metatrenutci, razgovor s obitelji
 - R – pozitivan utjecaj na jednu prepirku na tjedan
 - T – do kraja mjeseca.
- ▶ Konačni cilj: Smanjit ću broj prepiraka koje izbijaju između mene i moje obitelji na maksimalno tri prepirke na tjedan. To ću učiniti primjenom metatrenutaka i razgovorom sa svojom obitelji onda kad nisu uzrujani. Do kraja mjeseca moći ću promijeniti barem jednu prepirku na tjedan.
- ▶ Podijelite učenike u skupine ili parove te ih zamolite da kreiraju četiri SMART cilja kojima se rješava nasilje, tj. po jedan iz svakoga područja emocionalne inteligencije.

Aktivnost 2 (20 minuta) Rasprava

- ▶ Okupite učenike te provedite skupnu raspravu.
- ▶ Objedinite ciljeve.
- ▶ Skupno raspravljajte o tome koje su akcije:
 - najdostižnije
 - najteže
 - najuspješnije
 - s najvećim utjecajem na pojedinca
 - s najvećim utjecajem na skupinu.

Aktivnost 3 (10 minuta) Postavljanje pojedinačnih ciljeva

- ▶ Povezano sa strategijama koje ste upoznali, na kojim ćete akcijama raditi osobno? To će biti vaši osobni ciljevi.
- ▶ Za svaku akciju sastavite popis djelovanja koje ćete činiti kako biste postigli svoj cilj.

Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

Možemo li stvarati razliku? Ako svi to pokušamo, kako će to utjecati na život u školi?

Koja vam je podrška potrebna kako biste uspješno postigli svoje ciljeve?

Koja biste poboljšanja učinili u vezi s ovim nastavnim jedinicama?

Popratne aktivnosti

Mogli biste razmotriti uporabu vizualizacije sa starijim učenicima. Molimo posjetite mrežnu stranicu:

<https://blog.udemy.com/goal-setting-activities/>.

Mogli biste razmotriti stvaranje osobnoga svečanog obećanja sličnoga obrascu u materijalu L10R2. To bi mogao biti dodatni zadatak koji će se obaviti u jednoj drugoj NJ.

Poveznice

Vodič za igranje binga u učionici: <https://www.bookwidgets.com/blog/2014/11/fun-classroom-activity-bingo>

ENABLE: <http://enable.eun.org/>

Materijali za shemu vršnjačke potpore

Uloga voditelja programa vršnjačke potpore

- pobrinuti se da je rukovodstvo predano uspostavi sheme vršnjačke potpore te provedbi deset modula društveno-emocionalnoga učenja
- organizirati proces odabira učenika za vršnjačku potporu
- održati jednodnevnu radionicu za obuku učenika za vršnjačku potporu
- organizirati deset tjednih sastanaka učenika za vršnjačku potporu
- podržavati učenike za vršnjačku potporu u njihovu radu i pri dodatnim aktivnostima, ali pritom paziti da sve ostane u rukama vršnjaka
- uključiti druge djelatnike škole te roditelje i skrbnike u rad učenika za vršnjačku potporu da bi se postigao pristup koji obuhvaća cijelu školu
- saslušati učenike za vršnjačku potporu ako imaju potrebu razgovarati s nekim o bilo kojoj temi povezanoj sa shemom



Uloga učenika za vršnjačku potporu

- podržavati jedni druge; skupina učenika za vršnjačku potporu često može biti potpora članovima skupine koji su bili žrtve vršnjačkoga nasilja
- pružati podršku učenicima koji su žrtve/počinitelji vršnjačkoga nasilja
- provoditi aktivnosti i kampanje s vršnjacima, učiteljima i roditeljima/skrbnicima radi smanjivanja učestalosti nasilničkoga ponašanja te poticanja pozitivne klime u kojoj se različitosti prihvaćaju i poštuju
- sudjelovati u preispitivanju pravila i procedura povezanih s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem da bi pravila bila prilagođena učenicima i učinkovita
- istražiti iskustva učenika u školi, prenijeti sve probleme učiteljskomu vijeću te ponuditi učinkovita rješenja tih problema
- proširiti profil svoga rada na sprečavanju vršnjačkoga nasilja po cijeloj školi

Organiziranje učenika za vršnjačku potporu

- podizanje svijesti o ulozi učenika za vršnjačku potporu u školi putem plakata i pisama roditeljima i skrbnicima da bi se potaknulo zanimanje učenika
- od učenika zainteresiranih za vršnjačku potporu zatražiti da popune jednostavnu prijavnicu
- pregledati prijavnice i svakako u postupak konačnoga odabira uključiti učenike i djelatnike škole
- najučinkovitija skupina učenika za vršnjačku potporu sastoji se od učenika koji su doživjeli vršnjačko nasilje, učenika koji su bili vršnjački nasilnici, ali su promijenili svoje ponašanje te učenika koji nisu sudjelovali u vršnjačkome nasilju. Svi učenici za vršnjačku potporu moraju:
 - željeti podržavati svoje vršnjake i riješiti problem vršnjačkoga nasilja
 - imati karakteristike vođe i biti dobri uzori drugima
 - biti pristupačni i srdačni prema drugim učenicima
 - biti predstavnici svih dobnih skupina i skupina vršnjaka
 - pokazivati visoku razinu društvenih i emocionalnih vještina, uključujući empatiju
 - biti proaktivni, odgovorni i posvećeni radu kojim se bave
 - veličina skupine učenika za vršnjačku potporu ovisi o veličini škole. U skupinama učenika za vršnjačku potporu najčešće je između 20 i 30 učenika.

Jednodnevna radionica za učenike za pružanje vršnjačke potpore

Pregled jednodnevne radionice na kojoj djelatnik škole obučava učenike za vršnjačku potporu; pojedinosti o lekciji dostupne su na adresi http://enable.eun.org/implementing_enable.



Dnevni red i predložena satnica

8:30 – 8:45	Predstavljanje radionice (15 minuta)	
8:45 – 9:00	Uvod (15 minuta)	
9:00 – 9:10	1. lekcija	Osmišljavanje sporazuma za učenike za pružanje vršnjačke podrške (10 minuta)
9:10 – 9:30	2. lekcija	Što je vršnjačko nasilje? (20 minuta)
9:30 – 9:45	3. lekcija	Razne vrste vršnjačkoga nasilja (15 minuta)
9:45 – 10:05	4. lekcija	Zbog čega dolazi do vršnjačkoga nasilja? (20 minuta)
10:05 – 10:20	5. lekcija	Je li vršnjačko nasilje ikad prihvatljivo? (15 minuta)
10:20 – 10:40	STANKA (20 minuta)	
10:40 – 11:10	6. lekcija	Zašto neki zlostavljaju druge? (30 minuta)
11:10 – 11:30	7. lekcija	Igra sličnosti i razlika (20 minuta)
11:30 – 11:40	8. lekcija	Učinak vršnjačkoga nasilja (10 minuta)
11:40 – 12:40	9. lekcija	Mitovi i zablude o vršnjačkome nasilju
12:40 – 13:30	RUČAK (50 minuta)	
13:30 – 13:45	10. lekcija	Prepoznavanje žrtve vršnjačkoga nasilja (15 minuta)
13:45 – 14:25	11. lekcija	Uloga učenika za vršnjačku potporu (40 minuta)
14:25 – 14:45	12. lekcija	Kvalitete učenika za vršnjačku potporu (20 minuta)
14:45 – 15:25	13. lekcija	Naša škola (40 minuta)
15:25 – 15:45	14. lekcija	Daljnji koraci (20 minuta)
15:45 – 15:50	15. lekcija	Proslava dnevnih postignuća (5 minuta)

Materijali za instruktora

- slajdovi u PowerPointu pod naslovom „Dobro jutro, učenici za vršnjačku potporu” dostupni su za ispis na adresi http://enable.eun.org/implementing_enable
- definicije vršnjačkoga nasilja s petoga slajda ispisane na zasebnim listovima za 2. sastanak
- primjerci studija slučaja / novinskih članaka za 8. sastanak
- predlošci za diplome 1. stupnja za učenike za vršnjačku potporu za 15. sastanak
- učenici sami donose dnevnik / planove rada
- olovke i papir za sve učenike (preporučujemo da izradite radnu bilježnicu za učenike u kojoj mogu sve bilješke držati na jednom mjestu)
- veliki papiri za pisanje, papir i olovke, magneti, ljepljivi papirići

Tjedni jednosatni sastanci za učenike za pružanje vršnjačke potpore

Nakon jednodnevne radionice organizirajte tjedne jednosatne sastanke pod vodstvom člana učiteljskoga vijeća.

Sastanak	Naslov	Cilj sastanka
1. sastanak	Tražimo učenike za pružanje vršnjačke potpore	Definirati ulogu učenika za vršnjačku potporu i voditelja programa vršnjačke potpore te shvatiti koje su kvalitete i vještine potrebne za učinkovito obavljanje te uloge.
2. sastanak	Znamo tko su učenici za pružanje vršnjačke potpore	Istražiti načine na koje učenici za vršnjačku potporu mogu poboljšati identitet svoje kampanje za sprečavanje vršnjačkoga nasilja u školi da bi školska zajednica shvatila njihovu ulogu.
3. sastanak /1. dio	Razumijemo kako učenici doživljavaju školu	Isplanirati načine na koje učenici za vršnjačku potporu mogu doznati što učenici doživljavaju u školi u kontekstu vršnjačkoga nasilja i ponašanja.
3. sastanak /2. dio	Pružamo učinkovita rješenja za probleme učenika	S pomoću podataka prikupljenih tijekom prvoga dijela 3. sastanka učenici za vršnjačku potporu istaknut će sve probleme s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem koji postoje u školi kako bi pronašli rješenja prilagođena učenicima.
4. sastanak	Promičemo kulturu društvenoga ponašanja	Pregledati na koje načine škola promiče društveno ponašanje te osmisliti kampanju na razini cijele škole koja će učenike, djelatnike i roditelje potaknuti na to da se međusobno poštuju.
5. sastanak	Potičemo učenike da istupe	Ispitati načine na koje učenici mogu prijaviti incidente vršnjačkoga nasilja u školi i provjeriti jesu li učinkoviti. Planirati aktivnosti za promicanje tih načina prijave te potaknuti učenike da progovore o vršnjačkome nasilju.
6. sastanak	Pružamo učinkovitu potporu ranjivim učenicima	Raspraviti o tome kako bi učenici za vršnjačku potporu trebali reagirati u slučaju da im se netko obrati s incidentom povezanim s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem.
7. sastanak	Mi slavimo individualnost	Razmisliti o osjećajima osobe koja je žrtva vršnjačkoga nasilja ili sama nasilnik da bi joj se mogla ponuditi učinkovita potpora i da bi ju se potaknulo da prihvati svoju individualnost.
8. sastanak	Mi se brinemo jedni o drugima	Istražiti ideju promatrača i osobe koja će se suprotstaviti vršnjačkomu nasilju te utvrditi kada je i je li prikladno da učenik za vršnjačku potporu intervenira u incidente vršnjačkoga nasilja u školi.
9. sastanak	Mi smo aktivni protivnici, a ne pasivni promatrači vršnjačkoga nasilja	Ispitati kako učenici za vršnjačku potporu mogu putem kampanje na razini cijele škole potaknuti razvoj kulture suprotstavljanja vršnjačkomu nasilju i međusobne potpore.
10. sastanak	Mi prepoznajemo doprinos učenika školskoj zajednici	Promišljati o učinku učenika za vršnjačku potporu i istaknuti područja na koja se moraju usredotočiti sljedećih mjeseci.

ENABLE-ovih deset nastavnih jedinica za učenike za vršnjačku potporu



Niz od deset jednosatnih nastavnih jedinica koje se temelje na početnoj jednodnevnoj radionici za učenike za vršnjačku potporu te nastavljaju razvijati vještine i znanja koja su učenicima potrebna za tu ulogu. Nastavne bi jedinice trebao održavati voditelj programa za vršnjačku potporu.

Tražimo učenike za pružanje vršnjačke potpore



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim dodatnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Sastavljajući opis zaduženja učenika za pružanje vršnjačke potpore, učenici koji će pružati vršnjačku potporu definirat će vlastitu ulogu i odgovornosti u školi, kao i odlike i ponašanje koje u takvoj ulozi moraju iskazati. Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu i sprečavanje vršnjačkoga nasilja također će izraditi vlastiti opis zaduženja u kojemu će skicirati na koji će način pomagati učenicima za vršnjačku potporu u njihovim zaduženjima.

Ciljevi sastanka

- Prepoznati da je uloga učenika za pružanje vršnjačke potpore važna u školi i da sa sobom nosi brojne odgovornosti te da se to treba odražavati u ponašanju tih učenika koji moraju služiti kao uzor drugim učenicima.
- Prepoznati ponašanja i odlike koje učenici za pružanje vršnjačke potpore moraju iskazivati unutar skupine i u školi.
- Definirati i razumjeti ulogu učenika za pružanje vršnjačke potpore i učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu.

Materijali i priprema

- Olovke različitih boja i papir za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.
- Dva velika spojena lista papira na kojima učenici mogu crtati oko tijela.
- Zamolite učenike za pružanje vršnjačke potpore da se prijave ako su zainteresirani za dužnost predsjednika ili potpredsjednika skupine za vršnjačku podršku.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.



Prva aktivnost (5 minuta) Kratak pregled

- ▼ Ponovite ukratko što sve uključuje uloga učenika za pružanje vršnjačke potpore.

Druga aktivnost (35 minuta) Savršeni učenik za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ Učenici za pružanje vršnjačke potpore opcrtavaju tijelo jednoga člana.
- ▼ Zamolite skupinu da unutar obrisa tijela napišu sve uloge i odgovornosti koje se povezuju s učenikom za pružanje vršnjačke potpore. S vanjske strane neka napišu sve odlike i vještine koje odlikuju savršenoga učenika za pružanje vršnjačke potpore. (10 minuta)
- ▼ Razgovarajte o svemu što su napisali i zašto su upravo to smatrali bitnim. (5 minuta)
- ▼ Zamolite ih da olovkom u boji zaokruže pet uloga i odgovornosti koje smatraju najvažnijima za svoju ulogu. Drugom bojom neka zaokruže deset kvaliteta i vještina koje moraju imati kako bi ispunili svojih pet odgovornosti. (10 minuta)

Prvi sastanak



- Učenici zatim sastavljaju popis zaduženja učenika za pružanje vršnjačke potpore na temelju odgovornosti, odlika i vještina koje su zaokružili. (10 minuta)
- Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu i sprečavanje vršnjačkoga nasilja treba napraviti istu vježbu kako bi pokazao na koji će način pomagati učenicima u njihovoj ulozi.

Treća aktivnost (5 minuta) Glasovanje za različite dužnosti učenika za pružanje vršnjačke potpore

- Zamolite učenike da glasuju za predsjednika i potpredsjednika tako da učitelju voditelju skupine predaju listić papira na kojemu su napisali imena osoba kojima daju svoj glas. Učenicima možete dodijeliti i druge uloge, uključujući zapisničara, osobu za praćenje vremena, osobu za planiranje događanja i sl., tako da svatko ima odgovornost u skladu sa svojim sposobnostima.

Četvrta aktivnost (15 minuta) Planiranje

- S pomoću odjeljka *Sjajne ideje* učenici za pružanje vršnjačke potpore započinju planirati kako će se predstaviti djelatnicima škole, roditeljima/skrbnicima i ostalim učenicima.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- Sastavite opis zaduženja učenika za pružanje vršnjačke potpore u obliku privlačnoga dokumenta te ga stavite na oglasnu ploču u školi, uvrstite ga u školske novine, postavite ga na školsku mrežnu stranicu i školske stranice na društvenim mrežama kako bi se učenici, djelatnici škole i roditelji/skrbnici upoznali s vašom ulogom.
- Vodite dnevnik u koji ćete redovito zapisivati svoje dojmove o primijenjenim vještinama i odlikama navedenima u opisu zaduženja za svaki tjedan.
- Izradite plakat koji ćete postaviti na središnje mjesto u školi kako bi drugi učenici doznali tko su učenici za pružanje vršnjačke potpore, što je njihova uloga, gdje se nalaze i kako ih mogu prepoznati u školi.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- Uvedite sustav potvrda za rad učenika za pružanje vršnjačke potpore kako biste ih motivirali i pohvalili njihovo zalaganje. Potvrde možete dodijeliti onim učenicima koji su po završetku desetoga sastanka pokazali predanost i trud. U paketu s materijalima nalazi se predložena potvrda.
- Sastavite upitnik za učenike za pružanje vršnjačke potpore kako biste doznali više o svakome pojedincu: zašto su željeli postati učenici za pružanje vršnjačke potpore i što žele postići u toj ulozi.
- Pošaljite poruku e-poštom svim članovima učiteljskoga vijeća u kojoj ćete ih obavijestiti o učenicima za pružanje vršnjačke potpore i načinima na koje oni mogu pomoći programu vršnjačke potpore.



Sjajne ideje za roditelje/skrbnike

- Pošaljite opis zaduženja učenika za pružanje vršnjačke potpore njihovim roditeljima/skrbnicima i primjerak ENABLE-ova paketa za roditelje/skrbnike. Navedite što će učenici za pružanje vršnjačke potpore raditi na sljedećih deset sastanaka i upitajte roditelje/skrbnike žele li sudjelovati na tim sastancima ili na drugi način podržati program.
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore predstavljaju se na roditeljskim sastancima/druženjima.



Poveznice na druge materijale i izvore

Materijal za kampanju ENABLE: odjeljak – Što je vršnjačko nasilje?
ENABLE-ove višemodalne aktivnosti

Znamo tko su učenici za pružanje vršnjačke potpore



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim dodatnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore proučit će poznatu kampanju iz svoje zemlje i ocijeniti zašto je bila tako uspješna. Primijenit će znanje naučeno iz rasprava o oglednoj kampanji i razmisliti kako u školi predstaviti i uspješno provesti svoju kampanju protiv vršnjačkoga nasilja.

Ciljevi sastanka

- Planirati kako da učenici za pružanje vršnjačke potpore pokrenu svoju kampanju i povećaju svijest o cilju za koji se zalažu.
- Istražiti koje još učeničke skupine postoje u školi i utvrditi mogućnost suradnje.
- Osmisliti identitet učenika za pružanje vršnjačke potpore.

Materijali i priprema

- Olovke i papir za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.
- Pronađite zgodnu, uzbudljivu i učinkovitu kampanju ili oglas širokoga dosega koji su vidjeli svi ili većina učenika za pružanje vršnjačke potpore. To može biti i uspješna kampanja koju je škola već provela. Pod vodstvom učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu to sami istražiti i iznijeti primjere na sastanku.
- Školski kalendar koji sadržava nadolazeće ključne događaje.
- Na ovaj sastanak možete pozvati učitelje koji predaju predmete iz područja medija ili poslovanja da vas savjetuju ili vode dio sastanka.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (15 minuta) Od čega se sastoji uspješna kampanja?

- ▶ Prikažite učenicima za pružanje vršnjačke potpore odabrani oglas / odabranu kampanju i zatražite da podijele ono što su sami pronašli.
- ▶ Pitajte ih jesu li svi to vidjeli. Povedite raspravu o tome zašto misle da su oglas ili kampanja bili tako uspješni, gdje su vidjeli kampanju i kako prepoznaju marku/organizaciju povezanu s kampanjom. Neka zabilježe najvažnije stavke.

Druga aktivnost (25 minuta) Od čega se sastoji uspješna kampanja učenika za pružanje vršnjačke potpore?

- ▶ Na temelju naučenoga u prethodnoj aktivnosti učenici za pružanje vršnjačke potpore trebaju smisliti na koji će način promicati i pokrenuti svoju kampanju protiv vršnjačkoga nasilja u školi. U odjeljku *Sjajne ideje* u nastavku navedene su neke zamisli koje vam mogu pomoći pritom. Zamolite učenike da spontano iznesu ideje o sljedećim pitanjima:

Drugi sastanak



- Kako će ostali učenici u školi prepoznati učenike za pružanje vršnjačke potpore? Kako će stvoriti osjećaj identiteta?
- Koje druge učeničke skupine postoje u školi? Kako mogu međusobno surađivati?
- Kako će učenici za pružanje vršnjačke potpore pokrenuti svoju kampanju u školi i učiniti ju svježom, zanimljivom i uzbudljivom?

Treća aktivnost (15 minuta) Planiranje

- ▶ Nakon što učenici za pružanje vršnjačke potpore rasprave navedena pitanja i iznesu svoje ideje, zatražite da poredaju aktivnosti po prioritetu i rasporede zaduženja.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- ▶ Izradite videozapis/oglas o tome tko su učenici za pružanje vršnjačke potpore. Taj se videozapis/oglas može prikazati u školi i učitati na školsku mrežnu stranicu.
- ▶ Objavite članak o učenicima za vršnjačku potporu u školskim novinama i na školskim mrežnim stranicama.
- ▶ Predočite svoje ideje ravnatelju i predstavite se na učiteljskome vijeću.
- ▶ Obidite sve razredne odjele u školi i objasnite učenicima tko ste i kako ćete im pružati potporu.
- ▶ Pokrenite program učenika za vršnjačku potporu održavanjem dana pozitivnoga raspoloženja ili natjecanja na razini cijele škole, npr. organiziranjem natjecanja za osmišljavanje slogana ili logotipa za učenike za vršnjačku potporu.
- ▶ Povećajte svijest o vršnjačkome nasilju na sastancima vijeća učenika.
- ▶ Promičite cilj za koji se zalažete vođenjem rasprave koju ste imali na danu osposobljavanja o vršnjačkome nasilju na razini cijele škole. Mogli biste uključiti učenike svih dobnih skupina i pozvati djelatnike škole, učenike i roditelje/skrbnike na sudjelovanje.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- ▶ Održite sastanak s djelatnicima škole radi predstavljanja uloge učenika za pružanje vršnjačke potpore i pitajte je li tko voljan pomoći s određenim aspektima kampanje.
- ▶ Preuzmite ENABLE-ov školski certifikat, ispišite ga i postavite na uočljivo mjesto u školi kako biste pokazali da vaša škola ne tolerira vršnjačko nasilje te da primjenjuje preventivne mjere za njegovo sprečavanje.



Sjajne ideje za roditelje/skrbnike

- ▶ Pogledajte školski kalendar i pronađite događaje na kojima će sudjelovati roditelji/skrbnici i na kojima bi učenici za pružanje vršnjačke potpore mogli održati sastanak ili vi održite predavanje radi podizanja svijesti među roditeljima o vršnjačkome nasilju.



Poveznice na druge materijale i izvore

Materijal za kampanju ENABLE: odjeljak – Što je vršnjačko nasilje?
ENABLE-ov list s višemodalnim aktivnostima

Treći sastanak (1. dio)

Razumijemo kako učenici doživljavaju školu



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim dodatnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Ovo je sastanak u dva dijela. Prvi dio obuhvaća planiranje i izvođenje aktivnosti u školi koje će učenicima za pružanje vršnjačke potpore pomoći u shvaćanju kako učenici doživljavaju školu kad je riječ o prijateljstvu, sigurnosti, ponašanju i vršnjačkome nasilju. U drugome dijelu sastanka učenici za pružanje vršnjačke potpore analizirat će rezultate svoga istraživanja, istaknuti glavne probleme u školi i planirati aktivnosti za njihovo ispravljanje.

Ciljevi sastanka

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore prepoznat će važnost razumijevanja načina na koji učenici doživljavaju školu radi pružanja učinkovite podrške i poučavanja svojih vršnjaka.
- Planirati na koji će način učenici za pružanje vršnjačke potpore prije sljedećega sastanka istražiti kako učenici doživljavaju školu.
- Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu dobit će dodatni uvid u to kako učenici doživljavaju školu.

Materijali i priprema

- Olovke i papir za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (10 minuta) Kako učenici za pružanje vršnjačke potpore doživljavaju školu

- ▾ Učenici za pružanje vršnjačke potpore započinju sastanak razgovorom o tome što uočavaju da se događa među učenicima u školi, na putu do škole i na internetu.

Druga aktivnost (25 minuta) Planiranje ankete koju će provesti učenici za pružanje vršnjačke potpore

- ▾ S pomoću ideja iz odjeljka *Sjajne ideje* učenici za pružanje vršnjačke potpore planiraju kako će idući tjedan provesti istraživanje u školi koje će im pomoći da dobiju odgovore na sljedeća i sva druga pitanja koja smatraju bitnima:
 - Je li vršnjačko nasilje problem u njihovoj školi?
 - Ako su učenici bili izloženi vršnjačkomu nasilju, o kakvoj je vrsti vršnjačkoga nasilja bila riječ, jesu li ga prijavili te je li problem riješen?
 - Postoje li posebni problemi u različitim dobnim skupinama?
 - U kojim se dijelovima škole učenici osjećaju najsigurnijima, a u kojima najmanje sigurni?
 - Što bi učenici učinili kad bi vidjeli da se vršnjačko nasilje događa u njihovoj školi?
 - Osjećaju li se učenici prihvaćeno u školi?

Treći sastanak (1. dio)



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ **Upitnici:** Osmislite i podijelite upitnike ili provedite kratku anketu putem interneta koju učenici moraju popuniti tijekom sastanka. Za roditelje i djelatnike škole možete osmisliti zaseban upitnik ili anketu putem interneta.
- ▼ **Sandučić s prijedlozima:** Postavite zaključani sandučić u koji učenici mogu ostavljati anonimne poruke o svojim iskustvima u školi i dati prijedloge za poboljšanje situacije u školi.
- ▼ **Područje izazova:** U svim razredima održite sastanak na kojemu ćete svakoga učenika zatražiti da na samoljepljivi papirić napiše što ga muči ili kakve probleme ima na putu do škole i u školi. Učenici za pružanje vršnjačke potpore pokupit će te papiriće i zalijepiti ih na zid tako da poruke ostanu anonimne. Zatim će oni ili član učiteljskoga vijeća / pedagoške službe naizmjenice pročitati te probleme i s učenicima raspraviti kako bi se mogli riješiti.
- ▼ **Moja savršena škola:** Učenici će dobiti list papira podijeljen u tri stupca. U desni stupac moraju upisati kakva je njihova škola danas, a u lijevi kako bi po njima izgledala idealna škola. U srednji stupac moraju upisati ideje kako postići da njihova škola postane idealna škola.
- ▼ **Učenički dnevnik:** Dajte dvama učenicima iz svake dobne skupine dnevnik. Zamolite ih da bilježe svoja opažanja o tome što se događa među njihovim vršnjacima (pozitivno i negativno) toga tjedna. Pazite da ne imenuju učenike te da dnevnike predaju učitelju voditelju skupine za vršnjačku potporu.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- ▼ Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu razgovarat će s djelatnicima škole o tome što smatraju glavnim problemima među učenicima u svezi s vršnjačkim nasiljem, ponašanjem, prijateljstvima i sigurnošću.



Sjajne ideje za roditelje/skrbnike

- ▼ Učenici za pružanje vršnjačke potpore održat će fokus-grupu s roditeljima da bi doznali više o njihovim iskustvima sa školom.



Poveznice na druge materijale i izvore

ENABLE-ov list s višemodalnim aktivnostima

Treći sastanak (2. dio)

Pružamo učinkovita rješenja za probleme učenika



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim dodatnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Ovo je sastanak u dva dijela. Prvi dio obuhvaća planiranje i izvođenje aktivnosti u školi koje će učenicima za pružanje vršnjačke potpore pomoći da shvate kako učenici doživljavaju školu kad je riječ o prijateljstvu, sigurnosti, ponašanju i vršnjačkome nasilju. U drugome dijelu sastanka učenici za pružanje vršnjačke potpore analizirat će rezultate svoga istraživanja, istaknuti glavne probleme u školi i planirati aktivnosti za njihovo ispravljanje.

Ciljevi sastanka

- Razumjeti način na koji se razvrstavaju i koriste podatcima koje su prikupili.
- Bolje razumjeti kako učenici doživljavaju školu.
- Odrediti ključne probleme koji postoje među učenicima, uključujući probleme po određenim dobnim skupinama.
- Sastaviti plan djelovanja za ispravljanje problema.

Materijali i priprema

- Olovke i papir za prezentacijsku ploču za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.
- Donesite sve rezultate/podatke prikupljene istraživanjem učenika za pružanje vršnjačke potpore na sastanak.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (30 minuta) Kako je biti učenikom u ovoj školi?

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore dobit će listove papira za prezentacijsku ploču, uključujući jedan za svaku dobnu skupinu u školi, jedan za djelatnike škole i jedan za roditelje/skrbnike.
- Učenici razgovaraju o rezultatima do kojih su došli tijekom protekloga tjedna i pregledavaju sve podatke koje su prikupili, npr. upitnike.
- Na temelju rezultata i razgovora na svaki list papira zapisuju ključne probleme svake dobne skupine, roditelja/skrbnika i djelatnika škole.
- Koristeći se tim popisom, odredit će prioritetne probleme na koje se žele usredotočiti i spontano iznijeti ideje o aktivnostima koje mogu provesti u školi za smanjenje problema.

Druga aktivnost (20 minuta) Planiranje

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore izradit će vremenski plan aktivnosti/tema na koje se žele usredotočiti svaki mjesec. Član pedagoške službe / učiteljskoga vijeća treba voditi računa da se taj vremenski plan poklapa s temom njihova tjednog sastanka.

Treći sastanak (2. dio)



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ Izvjesite vremenski plan aktivnosti u školi tako da učenici mogu vidjeti na čemu ćete raditi te da vam mogu pomoći ako ih zanima određena aktivnost/tema.
- ▼ Ako ste u sklopu istraživanja prikupili ključne statističke podatke, možete provesti aktivnost uparivanja statističkih podataka i odgovarajućih izjava kao načina osvješćivanja vršnjačkoga nasilja i obavješćivanja učenika o rezultatima istraživanja. Podijelite učenicima listiće papira sa statističkim podacima i list papira sa svim odgovarajućim izjavama. Zatražite ih da pokušaju pogoditi koji statistički podatak odgovara kojoj izjavi. To možete učiniti i s velikim skupinama učenika tako da podižu ruku ili glasuju elektronički.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- ▼ Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu razgovarat će s djelatnicima škole o tome što smatraju glavnim problemima među učenicima u svezi s vršnjačkim nasiljem, ponašanjem i prijateljstvima.
- ▼ Podijelite rezultate istraživanja učenika za pružanje vršnjačke potpore na sastanku učiteljskoga vijeća. Na temelju istaknutih ključnih problema odredite područja u kojima bi po vašemu mišljenju učenicima i djelatnicima koristilo dodatno obrazovanje/pouka.



Poveznice na druge materijale i izvore

ENABLE-ov list s višemodalnim aktivnostima

Promičemo kulturu prodruštvenoga ponašanja



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore proučit će načine na koje škola učenicima daje do znanja kakvo se ponašanje od njih očekuje te kako potiče pozitivno ponašanje. Osmislit će aktivnost za cijelu školu koja promiče i potiče kulturu ljubaznosti.

Ciljevi sastanka

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore proučit će pravila u svezi s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem da bi provjerili jesu li prilagođena učenicima, zanimljiva i dostupna svima.
- Učenici će istaknuti dobre strane i kvalitete drugih učenika.
- Učenici će prepoznati važnost uzajamne ljubaznosti.
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore zajedno s učiteljem voditeljem skupine za vršnjačku potporu planirat će kampanju na razini cijele škole za promicanje pozitivnoga ponašanja.

Materijali i priprema

- Učitelju voditelju potrebno je sljedeće: omotnica za svakoga učenika za pružanje vršnjačke potpore i list papira.
- Primjerci pravila ili dokumenti u kojima se govori o vršnjačkome nasilju i ponašanju.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (15 minuta) Pohvale

- Zamolite učenike za pružanje vršnjačke potpore da stanu ukруг i svakomu dajte omotnicu i dva lista papira.
- Recite im da otrgnu list papira i napišu pohvalu te ju stave u omotnicu osobi koja im stoji zdesna, a potom to isto učine za osobu slijeva, nasuprot i još jednu osobu iz kruga.
- Dajte im minutu da pročitaju dobivene pohvale i pitajte ih kako su se osjećali kad su dobili pohvale. Pitajte ih misle li da bi škola bila bolja kad bi se ljudi svaki dan tako ponašali jedni prema drugima.

Druga aktivnost (20 minuta) Promicanje pozitivnoga ponašanja u školi

- Razgovarajte s učenicima o tome što misle kako škola promiče ponašanje koje se očekuje od njih te kako bi se to moglo poboljšati.
- Pokažite im pravila ili dokumente u svezi s vršnjačkim nasiljem i ponašanjem. Zamolite ih da ih prouče i daju prijedloge za poboljšanje.
- Zamolite ih da osmisle ideje kako bi se ta pravila i dokumenti mogli prenijeti drugim učenicima u školi. Pritom vam može pomoći odjeljak sa sjajnim idejama.

Četvrti sastanak



Treća aktivnost (20 minuta) Planiranje kampanje poštovanja

- Osmislite kampanju na razini cijele škole koja potiče učenike da budu ljubazni jedni prema drugima i međusobno se poštuju te omogućuje da se učenicima prenese kakvo se ponašanje očekuje od njih. Primjere potražite u odjeljku *Sjajne ideje*.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- Sastavite prisegu za cijelu školu u kojoj se navodi kako bi se učenici trebali ponašati u školi. Zatražite od svakoga razreda ili dobne skupine da sastavi jedan redak prisege. Učenici za pružanje vršnjačke potpore trebaju odabrati retke za koje smatraju da bi trebali biti uključeni u prisegu. Kad prisega bude sastavljena, zatražite da ju potpišu svi učenici, roditelji/skrbnici i djelatnici škole.
- Organizirajte natjecanje na razini cijele škole za osmišljavanje kreativnih načina za prikaz prisege na vidnome mjestu u školi, npr. u obliku videozapisa, čuvara zaslona, plakata, pjesme.
- Stavite primjerak prisege za cijelu školu na školsku portu da bi ljudi bolje razumjeli kulturu i temeljne vrijednosti škole.
- Organizirajte aktivnost prekoračenja crte kako biste omogućili učenicima da shvate kakvo se ponašanje smatra prihvatljivim, a kakvo neprihvatljivim. Povucite dugu crtu na podu. Pročitajte različite izjave koje učenici govore jedni drugima i zatražite učenike da odluče je li takvo ponašanje prihvatljivo (neka stanu s lijeve strane crte), neprihvatljivo za neke (neka stanu na crtu) ili nije prihvatljivo (neka stanu desno od crte).
- Svaki tjedan učenici za pružanje vršnjačke potpore bilježe imena učenika koje su vidjeli da se ljubazno ponašaju prema drugima. Na kraju tjedna ti će učenici dobiti nagradu prijateljstva ili će biti nagrađeni na neki drugi način.
- Održite tjedan dobrih djela Prosljedi dalje. To znači da učenici, djelatnici škole i roditelji/skrbnici svojevrijedno učine dobro djelo nekoj osobi i zapišu to na papir. Ako je nekomu učinjeno dobro djelo, ta osoba mora učiniti dobro djelo dvjema drugim osobama. Na kraju tjedna prikupite sve papire sa zabilježenim dobrim djelima i izradite plakat dobrih djela. Možete nagraditi razred koji ima najviše svojevrijednih dobrih djela.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- Ako se neki učenik ne ponaša primjereno, pozovite se na prisegu i podsjetite ga što je potpisao.
- Potaknite sve članove učiteljskoga vijeća da potpišu prisegu.



Sjajne ideje za roditelje/skrbnike

- Pošaljite prisegu roditeljima/skrbnicima da ju i oni potpišu.
- Potaknite roditelje/skrbnike da se uključe u tjedan dobrih djela Prosljedi dalje. Njihovo dobro djelo mogao bi biti doprinos školi u bilo kojemu obliku.



Poveznice na druge materijale i izvore

Materijal za kampanju ENABLE: odjeljak – Slavimo različitost
 Greater Good Project, Sveučilište u Berkeleyju:
 Poticanje dobročinstva u djece, 53. i 54. str.
 Prosljedi dalje: <http://payitforwardday.com/>

Potičemo učenike da istupe



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore razmotrit će kako mogu poboljšati postojeće načine prijavljivanja vršnjačkoga nasilja i potaknuti učenike da se njima koriste ako trebaju razgovarati s nekim.

Ciljevi sastanka

- Definirati s kime učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu razgovarati u školi i izvan nje ako imaju problem.
- Shvatiti čimbenike koji mogu spriječiti učenika da prijavi vršnjačko nasilje.
- Proučiti postojeće načine prijavljivanja vršnjačkoga nasilja u školi i sastaviti popis ideja za poboljšanje.
- Planirati aktivnosti koje će provoditi učenici za pružanje vršnjačke potpore kako bi učenicima približili načine prijavljivanja i potaknuli ih da istupe.

Materijali i priprema

- Olovke i papir za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.
- Pojediniosti o školskome sustavu prijavljivanja.



Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (15 minuta) Mreže potpore

- ▶ Recite učenicima da na listu papira nacrtaju obris svoje šake.
- ▶ Učenici će potom na prstima ruke napisati imena triju osoba iz škole te dviju izvan škole s kojima mogu razgovarati ako imaju problem.
- ▶ Objasnite im da je to njihova mreža potpore.
- ▶ Recite im da ponove istu aktivnost, ali da se stave u položaj učenika koji je izložen vršnjačkomu nasilju te da razmisle o mrežama potpore koje im se nude u školi.
- ▶ Pitajte učenike koliko im je svaka aktivnost bila jednostavna i povedite raspravu o tome može li se nešto dodatno učiniti da bi se učenicima približile osobe iz škole s kojima mogu razgovarati.

Druga aktivnost (20 minuta) Prijavljanje je oblik pružanja potpore

- ▶ Podijelite učenike za pružanje vršnjačke potpore u skupine od troje učenika i svakoj skupini dajte list papira.
- ▶ Povucite okomitu i vodoravnu crtu na papiru tako da ga podijelite na četiri dijela.
- ▶ Recite učenicima za pružanje vršnjačke potpore da se stave u položaj osobe koja je izložena vršnjačkomu nasilju te da u gornji lijevi kvadrant napišu sve razloge koji bi ih mogli spriječiti da to nekome prijave.
- ▶ Podsjetite ih tko je promatrač.
- ▶ Učenici ponavljaju istu aktivnost, ali se stavljaju u položaj promatrača i u donjem lijevom kvadrantu navode sve razloge koji bi ih mogli spriječiti da prijave vršnjačko nasilje.
- ▶ Svaka će skupina iznijeti svoja razmišljanja.
- ▶ Zamolite učenike da u gornjem i donjem desnom kvadrantu navedu sve spontane ideje u svezi s tim kako potaknuti učenike i promatrače da prijave vršnjačko nasilje.

Peti sastanak



Treća aktivnost (20 minuta) Planiranje

- ▼ S pomoću odjeljka *Sjajne ideje* učenici za pružanje vršnjačke potpore trebaju planirati aktivnosti na razini škole za poticanje učenika da istupe i međusobno si pruže potporu.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ Istražite koje su poznate osobe bile izložene vršnjačkomu nasilju putem interneta i izvan njega i koje su progovorile o svome iskustvu. Podijelite njihove priče na zajedničkom sastanku ili na školskome panou da biste potaknuli i nadahnuli učenike da progovore o vršnjačkome nasilju.
- ▼ Ponovite učenicima različite načine na koje mogu prijaviti vršnjačko nasilje u školi, uključujući sve nove mjere koje su uveli učenici za pružanje vršnjačke potpore.
- ▼ Posjetite različite razrede i zatražite da naprave vježbu s mrežom potpore na šaci.
- ▼ Organizirajte sastanak na razini cijele škole o tome što učenici mogu učiniti ako su zabrinuti da je njihov prijatelj izložen vršnjačkomu nasilju ili da ima problem.
- ▼ Pokrenite kampanju o tome što znači biti dobar prijatelj u kojoj ćete istaknuti važnost međusobne potpore.
- ▼ Podijelite novim učenicima kartice na kojima su navedena imena učenika za pružanje vršnjačke potpore, načini na koje im oni mogu pomoći te s kim mogu razgovarati u školi i izvan nje ako imaju problem.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- ▼ Održite sastanak s ostalim članovima učiteljskoga vijeća kako biste bili sigurni da će se tijekom prijave vršnjačkoga nasilja u školi primjenjivati dosljedan pristup te da biste naglasili važnost rješavanja svakoga prijavljenog slučaja. Članovi bi mogli biti upoznati sa scenarijima različitih situacija i načinima reagiranja na njih.
- ▼ Podijelite s članovima vijeća razloge za koje učenici za pružanje vršnjačke potpore misle da možda sprečavaju prijavljivanje vršnjačkoga nasilja i razgovarajte o tome na koje bi se načine učitelji mogli boriti protiv toga.



Poveznice na druge materijale i izvore

Materijal za kampanju ENABLE

Pružamo učinkovitu potporu ranjivim učenicima



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore primjenjuju igru uloga za pokretanje rasprave o tome što učiniti ako i kada im neki učenik prijavi vršnjačko nasilje. Raspravljat će o najboljim reakcijama, problemima s povjerljivošću, govoru tijela i postupku prijavljivanja.

Ciljevi sastanka

- Raspraviti vrste problema koje bi učenici mogli prijaviti učeniku za pružanje vršnjačke potpore.
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore spoznat će koja bi reakcija bila učinkovita i odgovarajuća za određene vrste problema koje im učenici mogu prijaviti.
- Izrada dijagrama tijeka / misaonoga procesa koji će učenicima za pružanje vršnjačke potpore pomoći da odrede kada i na koji način trebaju prijavu učenika prosljediti članu učiteljskoga vijeća / pedagoškoj službi i koji je postupak za to.

Materijali i priprema

- Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu pripremit će tri scenarija koja uključuju prijavljivanje različitih vrsta informacija učenicima za pružanje vršnjačke potpore. Scenariji moraju uključivati sljedeće:
 - učenika koji prijavljuje manji problem koji ne sadržava povjerljive informacije i koji mogu riješiti učenici za pružanje vršnjačke potpore bez odrasle osobe
 - učenika koji prijavljuje problem u kojemu se otkrivaju neke povjerljive informacije, ali kojemu još uvijek mogu pomoći i učenik za pružanje vršnjačke potpore i djelatnik škole
 - učenika koji prijavljuje visokorizičan problem koji uključuje otkrivanje iznimno povjerljivih informacija, a koje bi, ako se ne prosljede, mogle ugroziti sigurnost toga učenika i sigurnost drugih.Definicija: Povjerljive informacije – osobni podatci koji su privatni i osjetljivi i mogu prouzročiti stres ili naškoditi pojedincu ako se podijele s javnošću.

Uvod (5 minuta)

- Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.
- Objasnite učenicima za pružanje vršnjačke potpore što su povjerljive informacije.

Prva aktivnost (5 minuta)

Prijavljivanje učenicima za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ Ne navodeći imena, učenici razgovaraju o tome je li im tko pristupio i spomenuo bilo kakav slučaj vršnjačkoga nasilja.

Šesti sastanak



Druga aktivnost (35 minuta) Učinkovito pružanje potpore učenicima

- ▼ Odaberite šest učenika koji su voljni sudjelovati u igranju uloga.
 - Podijelite skupinu od šest učenika na dvije skupine od troje učenika – skupinu A i skupinu B. Dajte svakomu učeniku iz skupine A jedan od scenarija i recite im da ih ne smiju pokazati drugima.
- ▼ Pojasnite da će učenici iz skupine A igrati ulogu učenika koji je izložen vršnjačkomu nasilju i koji to prijavljuje, a učenici iz skupine B ulogu učenika za pružanje vršnjačke potpore kojemu učenik iz skupine A prijavljuje vršnjačko nasilje. Uparite svakoga učenika iz skupine A s učenikom iz skupine B.
- ▼ Objasnite učenicima da će nastupati u paru te da će učenik iz skupine A odigrati svoju ulogu prema scenariju, a potom će učenik iz skupine B reagirati na scenarij na način koji smatra najučinkovitijim.
- ▼ Recite učenicima iz skupine B da tijekom reagiranja moraju uzeti u obzir sljedeće:
 - koja će biti njihova prva reakcija
 - uključuje li scenarij informacije koje je potrebno prosljediti mjerodavnoj službi i na koji bi način to učinili
 - govor tijela kojim se trebaju koristiti, npr. gledanje u oči, otvoreni govor tijela, uključenost.
- ▼ Zamolite učeničke parove da odigraju svoje uloge i nakon svakoga para raspravite što je bilo dobro u reakciji učenika iz skupine B, a što bi se moglo promijeniti/poboljšati koristeći se prethodno navedenim uputama. Pazite da potičete pozitivne, a ne negativne prijedloge za učenike iz skupine B.
- ▼ Do kraja sastanka svim učenicima mora biti jasno kako izgleda učinkovita reakcija te kada i na koji način moraju prosljediti prijavu mjerodavnoj službi.

Treća aktivnost (10 minuta)

- ▼ Ako na kraju ostane vremena, zamolite učenike za pružanje vršnjačke potpore da sastave popis čimbenika o kojima moraju razmisliti kad im učenik prijavi vršnjačko nasilje, a koji će im pomoći da odaberu najbolju reakciju.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- ▼ Pogledajte neke od problema koje su učenici naveli na trećemu sastanku. Uključite neke probleme i savjete koje su naveli učenici za pružanje vršnjačke potpore u školske novine, objavite na panou, na školskim mrežnim stranicama ili na profilu škole na društvenoj mreži.
- ▼ Sastavite popis uvoda u razgovor kojima bi se učenici za pružanje vršnjačke potpore i drugi učenici u školi mogli koristiti za pristup nekome tko izgleda usamljeno.
- ▼ Osmislite letak za učenike i roditelje/skrbnike s informacijama o tome kako učenici mogu prijaviti vršnjačko nasilje.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- ▼ Da biste bili sigurni da će djelatnici škole učinkovito reagirati na učeničku prijavu vršnjačkoga nasilja, zamolite skupinu učenika da sastave popis učinkovitih/neučinkovitih reakcija djelatnika na učeničku prijavu vršnjačkoga nasilja, npr. primjer učinkovite reakcije može biti: *Saslušali su me i vjerovali mi., Istražili su prijavljeni slučaj., Nastavili su provjeravati jesam li dobro.* Zalijepite to u zbornici i razgovarajte s djelatnicima o tome kako biste dodatno utvrdili što je učinkovita i odgovarajuća reakcija te kako se te reakcije uklapaju u temeljne vrijednosti škole.



Poveznice na druge materijale i izvore

Izvršni sažetak projekta ENABLE

Nastavna jedinica ENABLE SEL: 4. nastavna jedinica – Čitanje emocija u društvenim situacijama

Materijal za kampanju: Materijali za učeničku kampanju Nagrade Diana

Greater Good Project, Sveučilište u Berkeleyju: Aktivno slušanje i govor tijela, 23–24 str.

Mi slavimo individualnost



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore stavit će se u kožu žrtve vršnjačkoga nasilja kako bi ispitali učinak koji vršnjačko nasilje može imati na osobu, a i koje posljedice može imati na njezine osjećaje. Raspravljat će o vrstama potpore koju mogu pružiti tim učenicima, uključujući i izradu popisa ideja za aktivnosti koje mogu provoditi zajedno s njima da bi suzbili/umanjili učinak vršnjačkoga nasilja i potaknuli pojedince da se ponose onim što jesu.

Ciljevi sastanka

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore prepoznat će suosjećajnost s osobama koje su bile ili jesu žrtve vršnjačkoga nasilja.
- Sastaviti popis učinaka koje vršnjačko nasilje može imati na osobu kako bi se učenicima pomoglo u razumijevanju načina na koji mogu učinkovito pružati potporu učenicima koji su bili žrtve vršnjačkoga nasilja.
- Prepoznati učinke i osjećaje kao rezultate vršnjačkoga nasilja u čijemu suzbijanju mogu pomoći učenici za pružanje vršnjačke potpore.
- Sastaviti popis aktivnosti koje učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu provoditi zajedno s učenicima koji su žrtve ili počinitelji vršnjačkoga nasilja da bi im se pružila potpora, umanjio učinak vršnjačkoga nasilja i potaknulo da se ponose onim što jesu.

Materijali i priprema

- Blok samoljepljivih papirića, olovke i papir.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (15 minuta) Učinak vršnjačkoga nasilja

- Zamolite jednoga učenika dobrovoljca da iziđe naprijed kako biste na njega zalijepili papiriće na kojima će biti navedeni učinci vršnjačkoga nasilja.
- Podijelite svakomu učeniku dva samoljepljiva papirića i olovku.
- Podijelite skupinu napola i označite ih skupina A i skupina B. Skupini A recite da na samoljepljive papiriće moraju napisati koje posljedice vršnjačko nasilje ima, ali ne na osjećaje učenika, npr. učinak na njihov uspjeh u školi, pohađanje nastave, sumnje u sebe. Skupina B mora napisati koji učinak vršnjačko nasilje ima na osjećaje osobe, npr. uplašeni, usamljeni, izolirani.
- Od skupine A zahtijevajte da svoje samoljepljive papiriće zalijepe na lijevu stranu dobrovoljca, a da skupina B svoje lijepi na njegovu desnu stranu.
- Pozovite skupinu da se okupi oko dobrovoljca i naglas čita što je napisano na samoljepljivim papirićima.

Sedmi sastanak



Druga aktivnost (20 minuta) Umanjivanje učinka vršnjačkoga nasilja

- Na stol pokraj dobrovoljca položite listove papira.
- Od učenika tražite da sa samoljepljivih papirića odaberu sve učinke vršnjačkoga nasilja, uključujući i učinke na osjećaje, za koje smatraju da bi mogli pomoći drugim učenicima da se nose s njima, npr. usamljenost, niska razina samopoštovanja. Svaki od njih zaljepite na jedan od listova papira na stolu tako da se na svakome listu papira nađe po jedan samoljepljivi papirić.
- Ponovno podijelite učenike na dvije skupine i podijelite im listove papira. U svojim će skupinama navesti aktivnosti koje bi mogli provoditi s učenikom koji je žrtva vršnjačkoga nasilja kako bi pomogli u suzbijanju/umanjivanju učinka vršnjačkoga nasilja. Predložite neke od primjera iz odlomka *Sjajne ideje*.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- Uvedite mentorski program i sastajte se jedanput tjedno s učenikom koji je žrtva vršnjačkoga nasilja i motrite ga u školi.
- Od učenika zatražite da ocrtaju svoje tijelo na tlu. Neka s vanjske strane obrisa navedu tri odlike kojima se ponose, tri vještine koje imaju, tri aktivnosti koje ih čine sretnima i tri pojedinosti koje im se sviđaju povezane s njihovim izgledom.
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu dogovoriti tajni signal sa svakim učenikom koji ima problema s nasiljem u školi i tako doznati je li taj dan dobro ili ima potrebu za razgovorom. To može biti nešto neprimjetno, kao što je palac gore ili palac dolje.
- Koristeći se slikama i riječima izrezanima iz časopisa, zatražite od učenika žrtava da izrade kolaž vlastitih osobina koje ih čine posebnima i jedinstvenima. Učenici za pružanje vršnjačke potpore mogu dati i svoj doprinos kako bi pomogli u podizanju učenikova samopouzdanja.
- Svakomu učeniku dajte jedan list papira podijeljen na četiri dijela. U gornjem lijevom kvadrantu neka napišu sve aktivnosti u školi koje ne vole. U donjem lijevom kvadrantu neka napišu kako se osjećaju zbog tih aktivnosti. U gornjem desnom kvadrantu neka napišu sve aktivnosti koje vole. U donjem desnom kvadrantu neka napišu kako se osjećaju zbog tih aktivnosti. Zatražite od učenika da aktivnosti koje ih čine sretnima povežu s negativnim emocijama koje osjećaju na lijevoj strani lista papira.
- Pokrenite klub koji će djelovati za vrijeme velikoga odmora / nakon nastave za sve učenike, a koji će provoditi različite aktivnosti. Pobrinite se da ondje bude nekoliko učenika za pružanje vršnjačke potpore i član učiteljskoga vijeća. To će učenicima koji se osjećaju usamljenima pružiti prigodu da upoznaju nove ljude i razgovaraju s učenicima za pružanje vršnjačke potpore ako im je to potrebno.
- Pitajte učenike kojim se tehnikama ili aktivnostima koriste kako bi poboljšali svoje raspoloženje kad se osjećaju potišteno, npr. slušanje glazbe, bavljenje sportom, razgovor s prijateljem ili članom obitelji. Osmislite prezentaciju tih tehnika u školi.



Poveznice na druge materijale i izvore

Nastavna jedinica ENABLE SEL: 6. nastavna jedinica
– Kako upravljati svojim emocijama

Materijal ENABLE kampanje: odjeljak – Slavljenje razlika

Greater Good Project, Berkeley University: Najbolja moguća budućnost,
35-36 str.; Podijeljeni identitet, 104-105 str.

Mi se brinemo jedni o drugima



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore koristit će se scenarijima grupnoga vršnjačkog nasilja kako bi istražili kad je primjereno umiješati se u situaciju, a kada to nije. Sastavit će popis čimbenika koje moraju uzeti u obzir pri donošenju odluke hoće li se umiješati. Učenici za pružanje vršnjačke potpore također će sastaviti i popis izravnih i neizravnih djelovanja koje oni i ostali učenici mogu činiti u školi kako bi bili aktivni protivnici, a ne pasivni promatrači vršnjačkoga nasilja.

Ciljevi sastanka

- Razgovarati o različitim scenarijima grupnoga vršnjačkog nasilja koji postoje.
- Ispitati i shvatiti kada je primjereno da se učenik za pružanje vršnjačke potpore umiješa u situaciju nasilja i prepoznati neke od popratnih pojava izravnoga upletanja.
- Prepoznati izravne i neizravne radnje koje se mogu primijeniti kako bi se pružila potpora učenicima u školi.
- Sastaviti popis čimbenika koji će pomoći ispitati je li primjereno umiješati se u situaciju grupnoga vršnjačkog nasilja.
- Razvijati sposobnost prepoznavanja osjećaja različitih osoba uključenih u grupno vršnjačko nasilje.

Materijali i priprema

- Na temelju istraživanja koje su proveli učenici za pružanje vršnjačke potpore sastaviti dva moguća scenarija grupnoga vršnjačkog nasilja s kojima bi se učenici za pružanje vršnjačke potpore mogli susresti u školi. Neka prvi scenarij bude scenarij primjeren za upletanje učenika za pružanje vršnjačke potpore, npr. kad su svjedoci da skupina nekoga izostavlja, a drugi scenarij neka bude scenarij u kojemu se od učenika za pružanje vršnjačke potpore očekuje da pozove mjerodavnu/dežurnu osobu, npr. kad se radi o fizičkome vršnjačkom nasilju. Na internetu se mogu pronaći videozapisi koji prikazuju te scenarije.
- Na ovaj se sastanak može pozvati voditelja školske scenske skupine kako bi poučio ili vodio dio sastanka.
 - I. Definicija zamrznutoga kadra – učenici svojim tijelima dočaravaju nijemu i zamrznutu sliku koja prikazuje određeni scenarij.
 - II. Definicija pasivnoga promatrača – netko tko je svjedok ili je čuo za vršnjačko nasilje, ali ne pomaže žrtvi ni na koji način.
 - III. Definicija aktivnoga protivnika – netko tko je svjedok ili je čuo za vršnjačko nasilje i tko pomaže žrtvi poduzimanjem izravnih ili neizravnih radnji.



Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (55 minuta) Zamrznuti kadrovi

- ▼ Zatražite od učenika da se dobrovoljno jave za zamrznuti kadar, ovisno o tomu koliko likova ima u pripremljenim scenarijima.

Osmi sastanak



- ▶ Učenicima dobrovoljcima odredite uloge iz jednoga od dvaju scenarija.
- ▶ Objasnite im što su to izravne i neizravne radnje.
- ▶ Pročitajte naglas svaki scenarij jedan za drugim. Nakon što pročitate scenarij, zatražite od učenika da kreiraju zamrznuti kadar koji predstavlja scenarij.
- ▶ Hodajte među učenicima i tražite od njih da opišu kako bi se njihov lik mogao osjećati u tome scenariju.
- ▶ Od ostalih učenika za pružanje vršnjačke potpore koji nisu uključeni u aktivnost zamrznutoga kadra zatražite da zakorače u zamrznuti kadar i razgovaraju o izravnim i neizravnim radnjama koje bi poduzeli radi poboljšanja situacije. Potaknite ih na promišljanje o nekim opasnostima/izazovima prouzročenima zbog upletanja.
- ▶ Na temelju razgovora sastavite popis situacija koje jesu odnosno nisu primjerene za upletanje učenika za pružanje vršnjačke potpore i što sve trebaju uzeti u obzir prije nego što se umiješaju.
- ▶ Sastavite popis izravnih i neizravnih radnji koje učenici za pružanje vršnjačke potpore i ostali učenici mogu poduzeti ako vide situacije nasilja u školi. Kao pomoć u ovoj aktivnosti neka vam posluži odlomak *Sjajne ideje*.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

Izravne radnje za aktivnog protivnika vršnjačkoga nasilja

- ▶ Pokušajte olakšati situaciju pozitivnim govorom ili humorom.
- ▶ Razgovarajte s učenikom nasilnikom. Pomozite mu da shvati kako se zbog njegovog ponašanja može osjećati učenik žrtva. Ne činite to ako mislite da biste zbog toga mogli biti povrijeđeni.

Neizravne radnje za aktivnog protivnika vršnjačkoga nasilja

- ▶ Ponudite prijateljstvo. Učeniku žrtvi dajte do znanja da razumijete kroz što prolazi. To može biti jednostavno postavljanje pitanja je li dobro i davanje do znanja da ste vi tu za razgovor.
- ▶ Uvijek prijavite svako vršnjačko nasilje, bilo na internetu bilo u stvarnome životu, učeniku za pružanje vršnjačke potpore ili članu učiteljskoga vijeća, uzimajući u obzir korake iz šestoga sastanka.
- ▶ Sprijatelžite se sa učenikom žrtvom. Ako vam se čini usamljenim, zamolite ga da sjedne / igra se s vama. Manja je vjerojatnost da će cilj vršnjačkoga nasilja biti učenici koji su u skupini ili s još jednom osobom.
- ▶ Ne pridružujte se vršnjačkomu nasilju. Čak i ako samo pasivno promatrate, gledate ili se smijete, time još uvijek potičete vršnjačko nasilje i predstavljate publiku za nasilnika.
- ▶ Poštujte različitosti drugih. Ne sudite o nekome samo zato što on izgleda drukčije ili ga zanimaju druge stvari.
- ▶ Razmislite o tomu kako biste se vi osjećali da ste žrtva i kako biste voljeli da postupaju s vama.
- ▶ Potaknite svoje prijatelje i ostale koji promatraju da odu. Ako nasilnik nema publike, manja je vjerojatnost da će vršiti nasilje.
- ▶ Shvatite i nasilnike jer je i njima često potrebna potpora. Doznajte razloge zbog kojih netko vrši nasilje nad nekim i pomozite da ih pokuša riješiti.

Podijelite te radnje s učenicima u školi da biste ih potaknuli da i oni budu aktivni protivnici vršnjačkoga nasilja.



Poveznice na druge materijale i izvore

Nastavna jedinica ENABLE SEL: 7. nastavna jedinica – Sijanje sjemena
Greater Good Project, Berkeley University: Osjećaj potpore, 60. i 61. str.

Deveti sastanak

Mi smo aktivni protivnici, a ne pasivni promatrači vršnjačkoga nasilja



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici za pružanje vršnjačke potpore analizirat će dobiveni scenarij o grupnome vršnjačkom nasilju. Prepoznat će različite uloge pasivnih promatrača i preispitati kako te uloge pridonose vršnjačkomu nasilju. S pomoću tih informacija isplanirat će kampanju na razini cijele škole koja će potaknuti školsku zajednicu da se usprotivi vršnjačkomu nasilju.

Ciljevi sastanka

- Razumjeti dinamiku grupnoga vršnjačkog nasilja i prepoznati različite uloge pasivnih promatrača.
- Učenici za pružanje vršnjačke potpore prepoznat će važnost djelovanja na ponašanje pasivnih promatrača za smanjenje vršnjačkoga nasilja.
- Isplanirati kampanju na razini škole koja će pomoći razumijevanju uloge pasivnih promatrača i aktivnih protivnika te istaknuti važnost protivljenja vršnjačkomu nasilju.

Materijali i priprema

- Pripremiti scenarij s temom grupnoga vršnjačkog nasilja koji obuhvaća svaku od dolje navedenih uloga pasivnih promatrača.
- Osigurati papir i olovke za sve učenike za pružanje vršnjačke potpore.
- Moguće je koristiti se videozapisom s interneta za upoznavanje scenarija.

Definicije uloga pasivnih promatrača:

branitelj – aktivno pruža potporu učenicima žrtvama i brani ih

pomoćnik – pridružuje se učeniku nasilniku u nasilju nad žrtvom

podržavatelj – podržava učenika nasilnika odobravajući mu govorom ili navijajući smijehom

autsajder – netko tko ne reagira i ne upleće se u vršnjačko nasilje.

Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (35 minuta) Uloga pasivnoga promatrača

- Svakomu učeniku dajte list papira i olovku.
- Zatražite da svaki na svojem papiru nacrtat četiri stupca i u svaki stupac stavi jednu od uloga pasivnih promatrača: pomoćnik, podržavatelj, autsajder i branitelj. Neka u svaki stupac napiše gore navedene definicije. Provjerite razumiju li značenje svake uloge.
- Nakratko iznesite ideju o aktivnome protivniku i pasivnome promatraču. Učenici mogu zapisati definicije tih uloga na svojem listu papira.
- Najavite da ćete naglas pročitati scenarij s temom grupnoga vršnjačkog nasilja koji obuhvaća sve uloge zapisane na njihovim papirima. Učenici za pružanje vršnjačke potpore morat će zapisati ime lika iz scenarija koje odgovara jednoj od uloga i objasniti zbog čega su odabrali baš to ime, npr. osoba X podržavatelj je nasilja zato što je navijala za nasilnika i snimila videozapis koji je objavljen na društvenim mrežama.
- S učenicima razgovarajte o imenima koje su pridružili svakoj od uloga i razlozima odabira.
- Potom bi učenici trebali označiti koje su osobe u tome scenariju bile pasivni promatrači, a koje aktivni protivnici.
- Pitajte učenike što misle na koji bi način taj scenarij bio drukčiji da su se pomoćnik, podržavatelj i autsajder ponašali na drukčiji način. Misle li da bi nasilnik i dalje vršio vršnjačko nasilje nad žrtvom?

Deveti sastanak



Druga aktivnost (20 minuta)

Pretvaranje pasivnih promatrača u aktivne protivnike

- Učenici za pružanje vršnjačke potpore isplanirat će jednotjednu kampanju koja će educirati njihove vršnjake, roditelje/skrbnike i djelatnike škole o tome što je pasivni promatrač, a što aktivni protivnik. Istaknut će važnost uloge aktivnoga protivnika u vršnjačkome nasilju u cilju njegova smanjivanja te na koji način netko može od pasivnoga promatrača postati aktivni protivnik vršnjačkoga nasilja. Učenici za pružanje vršnjačke potpore razmotrit će neke od ideja opisanih u odjeljku *Sjajne ideje*.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- Služeći se popisom izravnih i neizravnih radnji koje su učenici za pružanje vršnjačke potpore sastavili na osmome sastanku, upoznajte zainteresirane i prezentirajte radnje koje učenici mogu poduzeti da bi postali aktivni protivnici vršnjačkome nasilju, i na internetu i u stvarnome životu.
- Sastavite zavjet koji će učenici potpisati ako se posvete ulozi aktivnoga protivnika. To možete pretvoriti u videozapis, izraditi pano za aktivne protivnike, ostaviti ga na porti kako bi ga mogli potpisati i roditelji/skrbnici i ostali posjetitelji.
- Zatražite od učenika da podijele iskustvo aktivnoga protivnika vršnjačkome nasilju, bilo u školi ili izvan nje, pa napravite prezentaciju. Pobrinite se da imena u njihovim primjerima budu anonimna.

Društveni pokus

- Pokrenite društveni pokus manjih razmjera u školi kako bi učenici počeli razmišljati o tome što činiti kad vide vršnjačko nasilje ili nekoga povrijeđenog. Cilj je u školi potaknuti razvoj kulture potpore. O tome upoznajte učenike npr. na satima razredne zajednice, na sastancima vijeća učenika, pa i šire – na mjestima gdje se učenici kreću i borave. Od njih zatražite da razmisle o tome što su oni učinili kad su vidjeli vršnjačko nasilje na djelu. Oni koji su pomogli ili bili aktivni protivnici, dobit će potvrdu o ljubaznosti. Primjeri situacija za provođenje društvenoga pokusa:
 - Netko sjedi sam za vrijeme užine i izgleda uznemireno – provjerite sjeda li tko pokraj nje/njega ili pita je li joj/mu dobro.
 - Učitelju padaju papiri u hodniku – pomaže li mu ijedan učenik da ih pokupi.
 - U sigurnoj okolini podrugujte se nekome tako što ćete ga gurati u redu za užinu ili na putu do učionice pa promatrajte tko će uskočiti. To činite jedino uz dopuštenje djelatnika škole i/ili predmetnoga učitelja.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- Pitajte ostale učitelje smatraju li da imaju dovoljno znanja, vještina i samopouzdanja da budu aktivni protivnici vršnjačkome nasilju u učionici i znaju li se učinkovito nositi s incidentima lošega ponašanja ili vršnjačkoga nasilja.
- Potaknite sve članove da potpišu zavjet aktivnih protivnika.



Sjajne ideje za roditelje/skrbnike

- Neka učenici kod kuće pitaju svoje roditelje/skrbnike: a) kada se netko za njih zauzeo u 'škakljivoj' situaciji; b) kada su oni bili aktivni protivnici vršnjačkoga nasilja i zauzeli se za nekoga drugog.
- Presliku zavjeta aktivnih protivnika pošaljite roditeljima/skrbnicima i objasnite njegovu svrhu. Ako su ga učenici zaduženi za pružanje vršnjačke potpore ostavili na porti, potaknite roditelje/skrbnike da ga potpišu.



Poveznice na druge materijale i izvore

Nastavna jedinica ENABLE SEL: 8. nastavna jedinica – Tajno djelovanje i taktike: čine razliku

ENABLE-ov list s višemodalnim aktivnostima

Mi prepoznamo doprinos učenika školskoj zajednici



Predviđeno vrijeme: jedan sat s predloženim popratnim aktivnostima.

Pregled sastanka

Učenici zaduženi za pružanje vršnjačke potpore proslavit će svoje djelovanje i analizirati što su sve postigli tijekom zadnjih devet sastanaka te razmotriti učinak koji su imali u školi. Preispitat će što su sve naučili o školi kad je riječ o vršnjačkome nasilju i utvrditi koja su to područja povezana s vršnjačkim nasiljem i lošim ponašanjem na kojima još moraju raditi.

Ciljevi sastanka

- Ustvrditi vještine, osobine i znanja koje su stekli tijekom proteklih devet sastanaka.
- Istaknuti učinak koji su učenici za pružanje vršnjačke potpore imali na školu i područja na kojima još trebaju raditi.
- Sastaviti plan za sastanak te djelovanje učenika zaduženih za pružanje vršnjačke potpore za sljedeća dva mjeseca.

Materijali i priprema

- Potvrda 2. razine za učenike zadužene za pružanje vršnjačke potpore.
- Prezentacijska ploča, papir i olovke.



Uvod (5 minuta)

Predstavite sastanak i objasnite njegove ciljeve.

Prva aktivnost (20 minuta) Analiza sastanaka učenika za pružanje vršnjačke potpore

- Objasnite skupini da je ovo zadnji sastanak, ali da će se njihovo djelovanje kao osoba zaduženih za pružanje vršnjačke potpore i dalje nastaviti.
- Neka učenici zaduženi za vršnjačku potporu sjednu ukруг. Od njih zatražite da po redu svaki iznese jedan primjer načina na koji su pomogli nekome u svojoj ulozi osobe zadužene za pružanje potpore vršnjacima, jednu vještinu ili znanje koje su stekli u svojoj ulozi te navedu svoje mišljenje o tome koja je najvažnija stvar koju su učenici za pružanje vršnjačke potpore dosad pokrenuli. Učitelj voditelj skupine za vršnjačku potporu također može dati svoj doprinos.
- Od učenika za pružanje vršnjačke potpore zatražite da raspravljaju o tome: a) što su doznali o školi kad je riječ o vršnjačkome nasilju tijekom ovih devet sastanaka; b) što su postigli kao tim. Sastavite dva zasebna popisa, svaki na jednome listu papira za prezentacijsku ploču.

Druga aktivnost (30 minuta) Planiranje daljnjega djelovanja

- Učenicima za pružanje vršnjačke potpore podijelite dolje navedeni kontrolni popis pa od njih zatražite da stave kvačicu ili križić uz izjave s kojima se slažu / ne slažu:
 - ➊ Učenici za pružanje vršnjačke potpore, ostali učenici i roditelji/staratelji razumiju što je to vršnjačko nasilje i posljedice koje ono može imati na osobu.
 - ➋ Učenici za pružanje vršnjačke potpore uzor su drugim učenicima.

Deseti sastanak



- 3 Učenici, članovi učiteljskoga vijeća i roditelji/skrbnici znaju tko su učenici zaduženi za pružanje vršnjačke potpore i koja je njihova uloga u školi.
 - 4 Učenici za pružanje vršnjačke potpore i djelatnici škole razumiju kako učenici doživljavaju školu s obzirom na vršnjačko nasilje i loše ponašanje.
 - 5 Učenici zaduženi za vršnjačku potporu iznjedrili su učinkovita rješenja problema učenika povezanih s vršnjačkim nasiljem i lošim ponašanjem.
 - 6 Učenike se potiče da govore o vršnjačkome nasilju i da znaju s kim mogu razgovarati ako imaju problema.
 - 7 Učenici za pružanje vršnjačke potpore znaju što trebaju učiniti kad im učenik prijavi vršnjačko nasilje.
 - 8 Škola potiče učenike da se ponose onime što jesu i da poštuju različitosti drugih.
 - 9 Učenici za pružanje vršnjačke potpore i drugi učenici znaju kada i kako mogu biti aktivni protivnici vršnjačkoga nasilja.
 - 10 Učenici, djelatnici škole i roditelji/skrbnici znaju koja se vrsta ponašanja očekuje u školi i razumiju da se vršnjačko nasilje ne tolerira.
- Objasnite da nije nužno potrebno da se učenici za pružanje vršnjačke potpore slože sa svim tim izjavama u ovoj fazi jer su oni tek u ranoj fazi svoje uloge. Istaknite izjave koje nisu označili i planirajte što oni mogu učiniti u budućnosti kako bi ih ostvarili.
 - Ako to već niste učinili, dajte učenicima za pružanje vršnjačke potpore dostavljeni materijal za kampanju ENABLE te od njih zatražite da odaberu one kampanje za koje misle da bi bile korisne za školu.
 - Od učenika za pružanje vršnjačke potpore zatražite da sastave plan djelovanja za sljedećih šest mjeseci i na njemu istaknu ključne aktivnosti ili kampanje koje žele pokrenuti. Na kraju od njih zatražite da sastave popis ključnih ciljeva za koje se nadaju da će ostvariti dotad.

Treća aktivnost (5 minuta) Proslava učenika za pružanje vršnjačke potpore

- Učenicima za pružanje vršnjačke potpore uručite potvrde 2. razine.



Sjajne ideje za učenike za pružanje vršnjačke potpore

- Proslavite sve što su učenici zaduženi za pružanje vršnjačke potpore ostvarili od planiranih aktivnosti navedenih na prezentacijskoj ploči. Kronološkomu prikazu dodajte i slike.
- Provedite anketu da biste doznali kakav su utjecaj dosad imali učenici za pružanje vršnjačke potpore na školu.
- Odajte priznanje ljubaznim učenicima u školi javnom dodjelom nagrada za ljubaznost.
- Uvedite potvrde ljubaznosti u svaki razred da bi učitelji mogli tako nagrađivati ljubazne učenike.



Sjajne ideje za učitelja voditelja skupine za vršnjačku potporu

- Odajte priznanje za dobro odrađen posao učenicima za pružanje vršnjačke potpore tako što ćete im i službeno uručiti potvrde na završnoj školskoj svečanosti. Pozovite i njihove roditelje/skrbnike.
- Jačajte samopouzdanje učenika za pružanje vršnjačke potpore te ih i dalje motivirajte u njihovu radu dajući im povratne informacije od djelatnika škole o učinku koji su dosad imali.



Poveznice na druge materijale i izvore

Materijal za kampanju ENABLE

Komplet materijala programa ENABLE za kampanju pružanja vršnjačke potpore

Uključivanje cijele škole

Razmislite o žrtvama vršnjačkoga nasilja. Većina razloga kojih se možete sjetiti mogu se sažeti u jednu riječ – različitost. Djeca su najčešće žrtve vršnjačkoga nasilja zato što su drukčija. Sad zamislite svijet u kojemu svi izgledamo isto, imamo iste interese i dolazimo iz istih okruženja, obitelji su nam jednake, imamo iste mogućnosti, volimo iste ljude i slično. Sigurno ćete se složiti sa mnom da bi to bio vrlo dosadan svijet u kojemu nitko ne bi imao svoj identitet! Vi kao učenici za vršnjačku potporu imate zadatak pomoći drugima da to shvate i uvide da vršnjačko nasilje nije prihvatljivo. Kao učenici za vršnjačku potporu pomagat ćete drugima da budu ponosni na ono po čemu se razlikuju od drugih i poticati ćete učenike u školi da poštuju i prihvaćaju različitost i na mreži i izvan nje. Ovaj su komplet materijala za kampanju programa ENABLE isprobali i testirali učenici kao što ste vi, a sadržava brojne ideje za aktivnosti i kampanje koje možete pokrenuti u školi. Samo odaberite materijale za koje smatrate da najbolje odgovaraju vašoj školi.

Razumijevanje vršnjačkoga nasilja

*„Lijepa riječi možda su
kratke i lako se izgovaraju,
ali njihov je odjek vječan.”*

Majka Tereza

Da bi kampanja učenika za vršnjačku potporu uspjela, vrlo je važno da učenici škole shvate što je vršnjačko nasilje, kako utječe na druge i zašto je važno spriječiti takvo ponašanje.

Utrka za definiciju vršnjačkoga nasilja

► Sastavite definiciju vršnjačkoga nasilja prema mišljenju učenika za vršnjačku potporu i škole te ispišite deset primjeraka na šarenu karticu. Izrežite sve riječi iz definicije i zalijepite ih na balone te svakoj riječi dodijelite drugi broj. Povješajte balone po školi. Organizirajte utrku među učenicima tko će prvi skupiti sve riječi i sastaviti definiciju vršnjačkoga nasilja.



Kviz o sprečavanju vršnjačkoga nasilja

► Održite kviz o sprečavanju vršnjačkoga nasilja da biste doznali koliko su učenici i djelatnici škole upoznati s vršnjačkim nasiljem. Možete im predstaviti različite scenarije i tražiti da označe smatraju li što vršnjačkim nasiljem kako biste doznali shvaćaju li što je zapravo vršnjačko nasilje.



Jeste li ikad...? ► Tijekom sastanka na razini cijele škole učenicima postavite niz pitanja kako biste ih naveli na razmišljanje o tome jesu li ikada zlostavljali vršnjake, npr. jesu li ikad proširili zlonamjernu glasinu o nekome, objavili na društvenoj mreži nešto čime ismijavaju nekoga, višekratno nekoga izostavili iz društva, ismijavali se nekome više puta. Objasnite im da su sva postavljena pitanja primjeri vršnjačkoga nasilja i da svi imamo ulogu u smanjivanju pojavnosti vršnjačkoga nasilja i da bismo trebali razmisliti o svojim djelima.





Kad bi naš razred osvojio na lotu ► Održite natječaj na razini cijele škole. Svaki razred za natječaj mora prijaviti svoju ideju kako bi oni smanjili vršnjačko nasilje kad bi dobili na lotu, npr. dizajnom aplikacije za sprečavanje vršnjačkoga nasilja.



Izazov paste za zube

► Ovu aktivnost možete provesti u svakome razredu da biste učenike potaknuli da shvate utjecaj svojih riječi. Odaberite dva učenika iz razreda i svakomu dajte malu tubu paste za zube. Zatražite da što brže istisnu pastu iz tube. Kad to učine, recite im da vrata pastu natrag u tubu (što neće moći učiniti). Objasnite razredu da su riječi kao pasta za zube: ne mogu se povući nakon što ih izgovorimo, stoga bismo morali razmisliti o učinku svojih riječi.

Logotip i slogan za sprečavanje vršnjačkoga nasilja

► U školi organizirajte natječaj za izradu logotipa i osmišljavanje slogana za borbu protiv vršnjačkoga nasilja kojim će se koristiti učenici za vršnjačku potporu, a ostali će se učenici tako uključiti u njihovu kampanju.

Scenariji za sprečavanje vršnjačkoga nasilja

► Predstavite druge scenarije vršnjačkoga nasilja na sastancima cijele škole ili po generacijama. Gledateljima postavljajte pitanja o tome što misle da likovi iz scenarija osjećaju. Možete i zaustaviti neke scenarije te pitati gledatelje kako bi u njemu intervenirali i tako ih potaknuli na promišljanje kako bi oni mogli postati protivnici vršnjačkoga nasilja.

Osobne priče

► Na sastanku na razini cijele škole pokažite film u kojemu žrtva vršnjačkoga nasilja govori o tome kako je to djelovalo na nju.



U školi provodite aktivnosti u kojima će se učenici upoznati s međusobnim sličnostima, različitostima i podrijetlima te cijeloj školi pokazati da bi se prema svima trebalo odnositi jednako, bez obzira na različitosti.

Diljem svijeta ► Organizirajte manifestaciju koja slavi različite države i kulture iz svih krajeva svijeta te pozovite roditelje i skrbnike, učenike i djelatnike škole. Svaki razred ili svaka generacija trebala bi tijekom jednoga tjedna istraživati određenu državu. Na kraju tjedna svaki će razred imati svoj štand na manifestaciji na kojemu će izlagati predmete koji predstavljaju državu ili kulturu te zemlje, npr. hranu, glazbu, slike slavnih osoba, činjenice. Svi gosti manifestacije dobit će izmišljenu putovnicu u koju će zapisati sve što su na nekome štandu doznali o svakoj državi/kulturi.

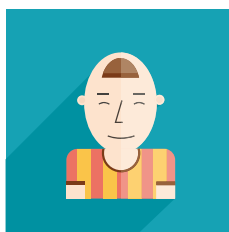
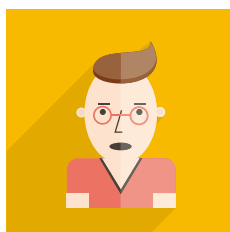
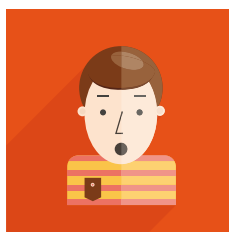
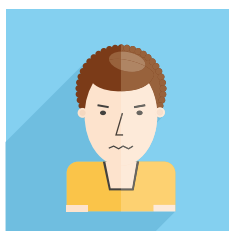
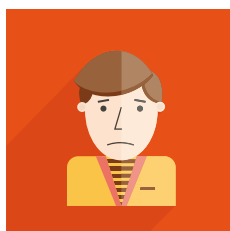
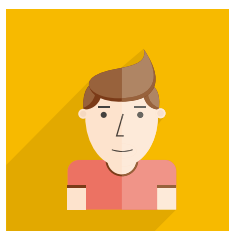
Lice svih lica ► Dajte učenicima mobitel kako bi snimili sliku nekoga dijela svojega lica, npr. oči, usta i sl. To radite sve dok ne prikupite mnoštvo različitih slika različitih dijelova lica brojnih učenika. Potom od fotografija različitih dijelova učeničkih lica sastavite jedno lice. To lice izložite u školi da biste učenicima pokazali da smo svi jednaki bez obzira na različit izgled i da bismo se prema svima trebali jednako odnositi.

Prihvaćanje različitosti

„Nitko se ne rađa s mržnjom prema drugoj osobi na temelju boje kože, podrijetla ili vjeroispovijesti. Ljude se uči da mrze, a ako mogu naučiti mrziti, mogu naučiti i voljeti, a ljubav je ljudskom srcu prirodija od svoje suprotnosti.”

Nelson Mandela

Autoportret za raspoloženje ► Dajte list papira svakomu učeniku. Zatražite da nacrtaju konture svoje glave i ramena te unutar crteža napišu svoje ime. Zatim im recite da papir prosljede po razredu i potaknite druge učenike da oko kontura napišu komplimente. Učenik zatim na papir stavlja svoju glavu i snima autoportret. Oko glave bi se trebali nalaziti svi komplimenti koje su učenici napisali. Napravite izložbu autoportreta za dobro raspoloženje.





Ponosan na sebe – videozapis ► Snimate učenike, djelatnike i roditelje/skrbnike po školi kako govore o nečemu na što su ponosni i što ih definira kao osobu, npr. bave se nekim sportom, dolaze iz neke druge zemlje i sl. Objavite taj videozapis na web-mjestu škole i na školskim društvenim medijima.

Podrijetla slavnih ► U školi napravite izložbu koja se bavi poznatima i slavnima te u kojoj se navode manje poznate činjenice o njima po kojima se razlikuju od drugih, npr. njihovo podrijetlo, interesi u školi i sl.

Prekrivač raznolikosti ► Svakomu učeniku u školi ili unutar jedne generacije dajte komadić kartona. Od učenika zatražite da ukrase karton riječima i slikama koje ih opisuju i da negdje na karton napišu svoje ime. Svaki razred trebao bi spojiti komadiće tako da čine kvadrat. Potom prikupite sve kvadrate i spojite ih da biste napravili golem prekrivač raznolikosti. Objesite ga na istaknutome mjestu u školi da bi se djelatnici škole, učenici i roditelji/skrbnici upoznali sa sličnostima i različitostima djece u školi.

Dan komplimenata ► Odredite cijeli jedan dan u kojemu će učenici i djelatnici škole jedni drugima davati komplimente. Učenici mogu taj dan nositi bijele majice i jedni drugima pisati komplimente na majice.

Tjedan novih prijateljstava ► Svim učenicima škole postavite izazov da taj tjedan pronađu novoga prijatelja ili razgovaraju s nekim novim. Na kraju tjedna postavite velik prazan papir na pano i recite učenicima da zapišu nešto novo što su doznali o osobi s kojom su se sprijateljili.

Sposobnosti i poteškoće ► Pozovite osobu s invaliditetom, koja može nadahnuti učenike, da se obrati cijeloj školi i govori o svojim iskustvima. Možete zamoliti učitelje da učenicima za domaću zadaću zadaju da pronađu osobu s invaliditetom koja ih nadahnjuje.

Uključiva škola ► Zatražite od učenika da u školi organiziraju zid koji predstavlja njihova razmišljanja o uključivoj školi. Mogu rabiti grafite, fotografije, karte, crteže i dr. Promotrite je li škola uključiva za sve, osobito za učenike s invaliditetom.



Jezični izazov ► Napravite postere i na sastanku na razini cijele škole izlažite o govoru koji je prihvatljiv i onome koji nije prihvatljiv u školi, npr. rasističke izjave, izjave protiv invalida i homofobne izjave.



Internetski svijet

„Budite dobronamjerni kad god je to moguće. A uvijek je moguće.”

Dalai Lama

Definiranje internetskoga vršnjačkog nasilja ► Naučite učenike što znači internetsko vršnjačko nasilje i kako ono utječe na ljude.

Čuvari zaslona ► Objavite natječaj na razini cijele škole za dizajn najboljega čuvara zaslona koji potiče dobrotu i sadrži savjete za sigurnost na internetu. Najbolji rad postaviti će se na školska računala.

Sigurnost na internetu ► Održite radionicu s roditeljima/skrbnicima i djelatnicima na kojoj ćete ih upoznati s aplikacijama i društvenim mrežama kojima se mladi koriste, mogućnostima tih mreža i aplikacija te kako zaštititi mlade na internetu. Možete održati i radionicu s učenicima o tome što učiniti u slučaju da imaju problema na mreži.

Sigurnost u elektroničkome svijetu ► Izrežite mobitele od papira i na njih napišite pitanja koja će učenike potaknuti na razmišljanje o tome kako se ponašaju na internetu, npr. vjeruju li svim svojim prijateljima na internetu, bi li htjeli da njihove bake vide slike koje objavljuju i sl. Zalijepite te papire na istaknuta mjesta u školi.

Vrlo je važno da učenici shvate da se na računalnim mrežama moraju ponašati onako kako se ponašaju izvan njih. Ako nekome ne bi u lice nikad rekli nešto ružno, onda to ne smiju činiti ni kad se nalaze za računalom.

◀ 1 istina

Provedite ovu aktivnost u svakome razredu. Od razreda zatražite da smisle tri pitanja koja će postaviti dobrovoljcu koji će odgovarati na njih pred cijelim razredom. Dva odgovora moraju biti istinita, a jedan laž. Razred mora pogoditi koji je odgovor laž. Pitajte razred po čemu su prepoznali laž i bi li ju prepoznali da tu aktivnost ponove na internetu s nekim koga ne poznaju dobro. Obvezno upozorite razred da se na internetu smiju družiti samo s ljudima koje poznaju i da ne smiju vjerovati informacijama koje im drugi govore putem interneta.

2 laži ▶

***Budite dobronamjerni na internetu**

► Potaknite učenike da si međusobno pošalju „slatki tweet” ili „prijateljski Facebook” radi promicanja pozitivnoga ponašanja na mreži. Možete i osmisliti *hashtag* kojim se mogu koristiti za lakše praćenje kampanje.

Zakletva pristojnosti na mreži

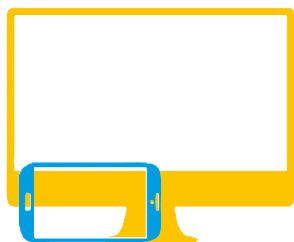
► Od svakoga razreda zatražite da osmisli jednu rečenicu o tome kako bi htjeli da se drugi odnose prema njima na mreži. Od njihovih prijedloga sastavite „zakletvu pristojnosti na mreži” koja odražava kakvo ponašanje škola očekuje od učenika na internetu. Izložite to na istaknutome mjestu u školi.

Kviz o sigurnosti na internetu

► Organizirajte kviz za učenike i djelatnike škole kako biste doznali znaju li što trebaju učiniti u slučaju problema na mreži, npr. što mogu učiniti ako je netko na Facebooku objavio njihovu sliku koja im se ne sviđa.

***Učenici za vršnjačku potporu na mreži**

► Zašto ne biste izradili stranicu na Facebooku i račun na Twitteru za skupinu učenika za vršnjačku potporu kako bi mogli objavljivati rezultate svoga rada, pohvaliti dobronamjerne učenike i obavijestiti druge komu se mogu obratiti ako im je to potrebno?



* Aktivnost prikladna za učenike od 13 godina i više.

Potporna mreža ► Za ovu aktivnost učenici za vršnjačku potporu mogu posjetiti sve razrede. Zatražite od učenika da iscrtaju obris oko obje ruke. Na jednu ruku neka zapišu imena triju osoba iz škole i dviju osoba izvan škole s kojima mogu razgovarati ako imaju problem u školi. Isto neka naprave i na drugoj ruci, ali ovaj put neka to budu osobe s kojima bi razgovarali u slučaju da imaju problem na internetu.

Definicije

Homofobija

▶ Neracionalna mržnja, netolerancija i strah od lezbijki, gejeva, biseksualnih i transrodnih (LGBT+) osoba – Stonewall.

Transfobija

▶ Drukčije i negativno ponašanje prema transseksualnim ili transrodnim osobama zbog njihova rodnog identiteta.



Sprečavanje homofobnoga vršnjačkog nasilja

„Svatko zaslužuje da pred zakonom i u društvu bude jednak.”

Barack Obama

Zašto je važno spriječiti homofobno vršnjačko nasilje?

- ▶ Razvija negativne stereotipe.
- ▶ Može dovesti do osjećaja neprihvaćenosti, a time do manjka samopouzdanja i samoprihvatanja.
- ▶ To je diskriminacija.
- ▶ Homofobno vršnjačko nasilje može utjecati na psihičko zdravlje i dobrobit drugih.
- ▶ Upotreba homofobnoga govora, npr. riječi *gej* u negativnome kontekstu, može druge navesti da pomisle da je loše biti homoseksualac i da se prema osobama koje su homoseksualci treba drukčije odnositi.



Sjajne ideje za sprečavanje homofobnoga vršnjačkog nasilja

- ▶ **Pomozite učenicima da shvate** što se smatra homofobnim i transfobnim govorom.
- ▶ **Razgovarajte o homofobiji i transfobiji** na sastanku cijele škole. Možete razgovarati o primjerima, pokazati videosnimke poznatih LGBT+ osoba koje su bile žrtve homofobnoga i transfobnoga vršnjačkog nasilja kako bi učenici lakše shvatili učinak takva nasilja te pokušajte razbiti stereotipe koje učenici imaju o LGBT+ osobama. Statistički podatci o homofobnome i transfobnome vršnjačkom nasilju u školama mogli bi biti korisni.
- ▶ **Napravite postere** i objesite ih u svakoj učionici kako biste pokazali da se u vašoj školi ne tolerira homofobni ni transfobni govor. Možete organizirati i natječaj na razini škole za izradu postera te odabrati onaj najbolji.
- ▶ **Organizirajte vlastitu povorku ponosa LGBT+** zajednice ili dan različitosti na školskome igralištu te potaknite učenike da sami osmisle parole kojima slave različitosti.
- ▶ **Provedite kampanju o upotrebi riječi gej u negativnome kontekstu.** Možete napraviti i pano na kojemu se objašnjava stvarno značenje te riječi, prirediti igrokaz za cijelu školu ili pitati učenike bi li i druge riječi koje opisuju ljude koristili u negativnome kontekstu, npr. umjesto „ova je zadaća potpuno *gej*” bi li rekli „ova zadaća je potpuno bijela/ azijska/kršćanska/invalidna” i sl. Pobrinite se za to da svi članovi učiteljskoga vijeća i svi učenici ispravljaju druge kad čuju da neprimjereno upotrebljavaju riječ *gej*.
- ▶ **Pobrinite se** da sva pravila i zakletve u školi zabranjuju homofobiju i transfobiju.
- ▶ **Izradite narukvicu ili logotip** kojim se može koristiti na različitim mjestima u školi kao pokazateljem da škola prihvaća različitost i individualnost te potiče učenike da budu ponosni na to tko su.
- ▶ **Od učenika koji su pripadnici LGBT+** zajednice zatražite da dobrovoljno sudjeluju u snimanju filma o svome iskustvu kao LGBT+ osobi.



Aktivnosti vršnjačkoga promišljanja

Promišljanje o vlastitome ponašanju jedna je od glavnih metoda kako učenike natjerati da budu dobronamjerni prema drugima. Ponekad ne shvaćamo da naši osjećaji utječu na naše ponašanje prema drugima. Aktivnosti navedene u nastavku sadrže zabavne metode kako pomoći učenicima da prepoznaju različite osjećaje i razmisle o tome kako ti osjećaji utječu na njihovu interakciju s drugima na mreži i izvan nje.



Pozitivne objave ► Na pojedinačne kartice napišite različite primjere tweetova, objava na Facebooku, objava na Instagramu i dr. Recite učenicima da kartice podijele u dvije skupine, ovisno o tome smatraju li ih pozitivnim ili negativnim objavama. Analizirajte nekoliko primjera objava i pitajte učenike kako bi se osjećali da to netko o njima objavi.

Moja osobnost na internetu ► Od učenika zatražite da rade u parovima. Neka pogledaju aktivnosti svoga para na društvenim medijima i sastave popis svih pozitivnih i svih negativnih riječi koje su upotrebljavali u objavama i komentarima. Zatražite da razmisle o tome jesu li zadovoljni svojim ponašanjem na internetu ili bi nešto htjeli promijeniti.

Pogodi što osjećam

► Na ljepiljive papiriće napišite riječi za različite osjećaje, npr. ljut, sretan, uzrujan, frustriran, usamljen. Od člana skupine zatražite da stane pred razred i jednu naljepnicu zaljepi na čelo, ali da ne vidi koju. Drugi u razredu zatim moraju razmisliti o tome kako izgledaju kad se tako osjećaju i odglumiti taj osjećaj. Osoba s naljepnicom mora pogoditi koji osjećaj njezini vršnjaci glume.



Kad se osjećam...

► Jednu osobu iz skupine odaberite za vođu (to može biti i učitelj). Vođa mora na temelju popisa osjećaja iz tablice sastaviti popis osjećaja, ali da ostatak skupine to ne vidi. Vođa potom odabire dva dobrovoljca iz skupine i šapne im jedan osjećaj. Ostatak skupine od dobrovoljaca traži da odglume različite aktivnosti kao kad se osjećaju na taj način, npr. da skuhamo čaj kad se tako osjećaju. Osoba koja pogodi osjećaj dobiva bod. Izmjenjujte članove skupine koji će glumiti različite osjećaje.

Jedan dan u životu ► Učenicima dajte velik komad papira da nacrtaju stupce prikazane u nastavku. U stupcu „Aktivnost” neka navedu sve svoje aktivnosti tijekom uobičajenoga radnog dana – od ustajanja do odlaska na počinak. U sljedećemu stupcu neka napišu kako se osjećaju tijekom svake od tih aktivnosti, a zatim u sljedećemu stupcu označe te osjećaje kvačicom ili križićem, ovisno o tome sviđaju li im se ili ne. U posljednjemu stupcu neka napišu zašto se tako osjećaju. Neka za sve osjećaje označene križićem napišu kako bi to mogli promijeniti u pozitivniji osjećaj.

Aktivnost

(odlazak na nogometni trening, put do škole, posjećivanje društvenih mreža itd.)

Zbog toga se osjećam...

(sretno, tužno, frustrirano, uzbuđeno itd.)

Taj mi se osjećaj sviđa / ne sviđa

Promišljanje o osjećajima

Zašto se tako osjećam? Što mogu učiniti da bih to promijenio?

Moj radni tjedan ►

Dnevnici – zatražite od učenika da tijekom jednoga tjedna bilježe sve događaje u školi koji izazivaju neke osjećaje. Tražite da zapišu osjećaj i što ga je potaknulo, no napomenite da ne smiju bilježiti imena učenika. Na kraju tjedna ponovno okupite učenike da pregledaju dnevnik.

Recite im da sastave popis osjećaja koji se najčešće javljaju u dnevnicima. Zaokružite osjećaje koje vole, a one koje ne vole ocrтайте kvadratom. Podijelite učenike u parove da razgovaraju o tome što mogu učiniti kad osjete osjećaje u kvadratima.



Tablica osjećaja ►



ljut • u panici
u stresu • uzbuđen • potresen
gnjevan • bijesan • frustriran
napet • zapanjen • srdit • preplašen • ljutit
nervozan • nemiran • tjeskoban • uplašen
zabrinut • iziritiran • živčan • gadljiv •
zabrinut • nemiran • zlovoljan

zgrožen • mrk • razočaran • apatičan
pesimističan • mrzovoljan • obeshrabren • tužan
dosaduje se • otuđen • jadan • usamljen
tužan • umoran • utučen • deprimiran • potišten
iscrpljen • izmoren • očajan • beznadan
neutješiv • istrošen • ispražnjen

iznenađen • raspoložen
svečan • razveseljen
ushićen • pretjerano veseo
motiviran • inspiriran • zanesen • pun energije
živahan • oduševljen • optimističan • uzbuđen
drag • sretan • usredotočen • ponosan
potresen • ljubazan • radostan
pun • nade • razigran • presretan

ležeran
nemaran • sklon
privržen • ispunjen
ravnodušan • siguran • zadovoljan • zahvalan
ganut • opušten • hladan • miran • blagoslovljen
uravnotežen • dobroćudan • zamišljen • tih
ugodan • bezbrižan • pospan • samodopadan
spokojan • topao • vedar



Paket za sprečavanje vršnjačkoga nasilja za roditelje/skrbnike

Dobro došli u priručnik projekta ENABLE za roditelje i skrbnike. Škola koju pohađa vaše dijete sudjeluje u ovome uzbudljivom projektu, stoga će vam ovaj priručnik pomoći da razumijete što je vršnjačko nasilje i kako o njemu razgovarati sa svojim djetetom.



Ovaj komplet:

- ▶ daje pregled projekta ENABLE
- ▶ objašnjava što je vršnjačko nasilje
- ▶ pomaže vam prepoznati znakove koji upućuju na to da je vaše dijete uključeno u vršnjačko nasilje
- ▶ savjetuje vas što učiniti ako je vaše dijete postalo žrtvom vršnjačkoga nasilja
- ▶ savjetuje vas kako pomoći djetetu da bude sigurno na internetu
- ▶ daje vam odlične ideje za izgradnju emocionalne inteligencije vašega djeteta
- ▶ savjetuje vas kako da se uključite u projekt ENABLE u školi koju pohađa vaše dijete.

Svatko može pomoći djeci i mladima da budu sigurni i sretni u školi. Jedna od najvažnijih stvari koju možete učiniti kao roditelj jest zadržati blizak i otvoren odnos sa svojim djetetom kako bi ono osjećalo da s vama može slobodno razgovarati o svemu što ga muči. Nadamo se da će vam ovaj priručnik svojim savjetima i alatima pomoći da u tome i uspijete.

Što je projekt ENABLE?



Škola koju pohađa vaše dijete sudjeluje u projektu ENABLE (European Network Against Bullying in Learning and Leisure Environments – Europska mreža protiv vršnjačkoga nasilja na nastavi i u slobodnome vremenu). ENABLE je dvogodišnji projekt za sprečavanje vršnjačkoga nasilja u kojemu sudjeluje pet zemalja (Belgija, Hrvatska, Danska, Grčka i Velika Britanija).

Cilj je projekta svesti vršnjačko nasilje na najmanju mjeru, osnažiti i informirati mlade ljude, ojačati odnose među učenicima, učiteljima i roditeljima te promicati pozitivnija školska okružja u kojima se učenici osjećaju sigurno.

Sudjelovanje u projektu ENABLE znači da će škola koju pohađa vaše dijete:

- ▶ uspostaviti shemu vršnjačke potpore koja uključuje kampanje i aktivnosti koje provode učenici, a koje pomažu u sprečavanju vršnjačkoga nasilja, potiču pozitivno ponašanje i pružaju potporu ranjivim učenicima
- ▶ preispitati svoju politiku i postupke za sprečavanje vršnjačkoga nasilja i nasilnoga ponašanja kako bi ih učinila razumljivim učenicima te kako bi ih pročitali i primjenjivali svi članovi školske zajednice
- ▶ promicati kulturu potpore u školi kako bi se učenici međusobno odnosili s ljubaznošću i poštovanjem
- ▶ uvesti sklop nastavnih cjelina koje potiču učenike na razmišljanje o vlastitome ponašanju i razvijaju njihove socijalne i emocionalne vještine.

Što je vršnjačko nasilje?



Vršnjačko nasilje svaka je radnja koja nanosi tjelesnu, psihičku ili emotivnu bol. Radi se o opetovanome i namjernome ponašanju pojedinca ili skupine usmjerenom prema drugome pojedincu ili skupini, pri čemu taj odnos odlikuje neravnoteža snage.

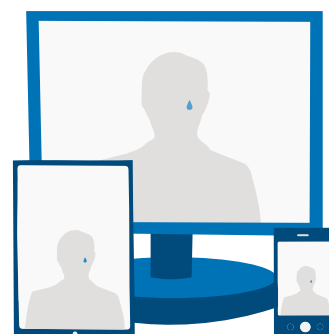
Vršnjačko nasilje nije uobičajen dio odrastanja i ne treba ga prihvaćati. Pravo je svake osobe da se uvijek osjeća sigurno i da se s njom postupa ravnopravno.



- ▶ Mladi ljudi koji trpe vršnjačko nasilje mogu se osjećati vrlo zbunjeno i nemoćno da zaustave to nasilje.
- ▶ Takvi su mladi ljudi češće skloni razvoju mentalnih zdravstvenih problema, uključujući depresiju i tjeskobu.
- ▶ U najgoremu slučaju vršnjačko nasilje može navesti mlade ljude na samoozljeđivanje, pa čak i samoubojstvo.
- ▶ Vršnjačko nasilje može utjecati na uspjeh vašega djeteta u školi i sposobnost sklapanja prijateljstava te ostaviti dugotrajne posljedice vidljive i u odrasloj dobi.

Nasilje se može dogoditi bilo gdje i bilo kada. Može se dogoditi uživo ili putem interneta. Postoje mnogi oblici nasilja, uključujući tjelesno nasilje, prijetnje, ruganje, nazivanje pogrdnim imenima, neljubazne riječi ili netočne izjave.

Nasilje putem interneta ili virtualno nasilje svaka je vrsta nasilnoga ponašanja u virtualnome okružju uporabom mobilnih uređaja poput telefona i tableta. Može se odvijati na društvenim mrežama, a vrlo često i na mrežnim mjestima za igranje igara. Može uključivati neprikladne tekstne poruke, e-poštu ili blogove, slanje uvredljivih ili ponižavajućih slika, isključivanje pojedinaca iz grupne brbljaonice, objavljivanje sadržaja na društvenim medijima te izradu lažnih osobnih profila radi ruganja ili ponižavanja. Vršnjačko nasilje putem interneta često može biti gore od vršnjačkoga nasilja u stvarnome životu jer se može odvijati 24 sata dnevno i može biti vrlo javno te imati izolacijski učinak.



Kako mogu znati da mi je dijete uključeno u vršnjačko nasilje?

Možda nećete biti sigurni je li vaše dijete uključeno u vršnjačko nasilje. Dijete može biti nasilnik ili žrtva vršnjačkoga nasilja, ali može biti i uznemireno jer je vidjelo kako se drugi loše ponašaju. Ne postoji uvijek jasna razlika između nasilnika i žrtve. Nasilnici su često i sami žrtve vršnjačkoga nasilja.

Potražite sljedeće znakove:

- ▶ neobjašnjive modrice ili ožiljke na tijelu
- ▶ potrgane ili ukradene stvari
- ▶ povlačenje u sebe
- ▶ promjene ponašanja poput agresivnosti kod kuće ili promjena prehrambenih navika
- ▶ nedostatak energije
- ▶ poteškoće sa spavanjem
- ▶ iznenadni slabiji uspjeh u školi
- ▶ nespremnost da govori o tome kako mu je prošao dan i obrambeni stav kad ga o tome pitate
- ▶ izbjegavanje škole, smišljanje izlika ili pretvaranje da je bolesno
- ▶ rjeđe spominjanje prijatelja i druženje s njima rjeđe nego obično
- ▶ skrivanje telefona, prijenosnoga računala ili tableta i provođenje više vremena koristeći se tim uređajima nego obično.

Za te znakove mogu postojati i drugi razlozi, pa pokušajte izbjeći donošenje zaključaka naprečac:

- ▶ Muči li nešto drugo moje dijete?
- ▶ Je li kod kuće bilo kakvih promjena, kao što je rođenje novoga djeteta, razvod ili rastava roditelja?



Prijedlozi za započinjanje razgovora

Nekoj će djeci biti teško razgovarati o vršnjačkome nasilju i možda neće dobro reagirati na izravno ispitivanje. Možete pitati:

- otvorena pitanja o tome kako je djetetu prošao dan
- tko su mu prijatelji i zbog čega mu se sviđaju
- kako izgleda veliki odmor u školi – s kim sjedi / igra se / druži se
- što bi roditelji trebali učiniti da zaustave vršnjačko nasilje u školama
- „Da imaš samo jednu želju, što bi promijenio i zašto?“
- pokažite mu program ili videozapis o vršnjačkome nasilju i pitajte što misli o tome.

Ako vaše dijete ima poteškoća s objašnjavanjem što mu se događa i/ili poteškoća u komunikaciji, možda ćete morati primijeniti drukčije načine komunikacije, naprimjer putem crteža ili igre.

Što da radim ako je moje dijete žrtva vršnjačkoga nasilja?

- ▶ Održavajte otvoren i povjerljiv odnos kako bi vaše dijete s pouzdanjem podijelilo s vama svoje brige.
- ▶ Ako vam dijete otkrije da je žrtva vršnjačkoga nasilja, razgovarajte s njim blago i umirujuće.
- ▶ Zahvalite mu što je to podijelio s vama i uvjerite ga da će se situacija popraviti. Velikom broju ljudi potrebno je mnogo hrabrosti da bi nekomu rekli da su žrtve vršnjačkoga nasilja.
- ▶ Mnoga djeca ne govore roditeljima o vršnjačkome nasilju zbog straha da će se roditelji obratiti školi i samo pogoršati situaciju. Uvijek pitajte dijete što misli da biste trebali učiniti kako biste zaustavili vršnjačko nasilje te zajedno donesite odluku o sljedećim koracima.
- ▶ Ovisno o dobi i stupnju razvoja vašega djeteta, mogli biste upozoriti djelatnike škole na ono što vas zabrinjava. Zamolite ih da diskretno paze na vaše dijete.
- ▶ Potaknite ih da se ne osvećuju jer nasilnik često traži reakciju.
- ▶ Potaknite svoje dijete da sklapa prijateljstva izvan škole i da sudjeluje u aktivnostima koje grade samopouzdanje i otpornost (npr. gluma i ples, borilačke vještine, timski sportovi, mjesne skupine mladih).
- ▶ Potičite svoje dijete da ne provodi sve svoje vrijeme na društvenim mrežama i da razvije pravilan odnos prema komunikaciji putem interneta.
- ▶ Neprekidno ističite da ste uvijek tu za njega ako želi razgovarati o problemima.



Mogući sljedeći koraci

Razgovarajte sa svojim djetetom o prednostima i manama mogućih sljedećih koraka i prepustite mu da donese odluku o tome što želi učiniti:

- ▶ dignuti ruke od problema i izbjegavati nasilnike
- ▶ odlučno tražiti od nasilnika da prestane (primjerice: Ne sviđa mi se taj nadimak, uzrujava me – molim te, prestani s tim.)
- ▶ napisati poruku u kojoj od nasilnika traži da prestane s nasilnim ponašanjem
- ▶ zamoliti svjedoka/prijatelja da on zatraži nasilnike da prestanu s nasilnim ponašanjem
- ▶ prijaviti vršnjačko nasilje učitelju/razredniku, drugomu djelatniku škole ili članu skupine za vršnjačku potporu
- ▶ podnijeti pisani službeni prigovor ravnatelju
- ▶ od velike pomoći može biti i da izradite plan djelovanja sa svojim djetetom s koracima koje ćete poduzeti radi rješavanja vršnjačkoga nasilja i poboljšanja situacije.

Što ako je moje dijete nasilno prema nekome?

Za nasilje djeteta prema vršnjaku može postojati mnogo razloga ► razlog možda nije tako jednostavan. Mogli biste se osjećati razočarani ili uzrujano zbog toga što je vaše dijete nasilno prema svojim vršnjacima. Nastojte ostati smireni i uzmite dovoljno vremena kako biste razmislili o sljedećim koracima:



- ▶ Mirno objasnite djetetu da je to što čini neprihvatljivo.
- ▶ Vaše dijete možda neće biti svjesno da je to što čini vršnjačko nasilje, pa je vrlo važno da istražite što se s njim događa. Razgovarajte o definicijama na trećoj stranici i zajedno istražite kako bi se ono osjećalo da se netko tako ponaša prema njemu.
- ▶ Objasnite što ćete sljedeće učiniti (naprimjer razgovarati sa školom) i što od njega očekujete da učini (naprimjer da se ispriča ili napiše pismo osobi prema kojoj je nasilno).
- ▶ Dajte mu i vremena i prostora da postavlja pitanja o tome zašto se njegovo ponašanje mora promijeniti.
- ▶ Objasnite da je loše njegovo ponašanje, a ne ono samo i da se ponašanje mora promijeniti.

Kako da se uključim u borbu protiv vršnjačkoga nasilja u školi koju pohađa moje dijete?

Možete se uključiti na različite načine:

- ▶ Saznajte više o tome na što se usredotočuju članovi skupine za vršnjačku potporu (možda su izradili plan djelovanja) i vidite ima li posebnih situacija u koje se mogu uključiti roditelji/skrbnici, npr. vođenje kampanja, pomoć u preispitivanju školske politike i postupaka povezanih s vršnjačkim nasiljem.
- ▶ Zatražite na uvid školske dokumente, kao što su razni pravilnici koji reguliraju vršnjačko nasilje i ponašanje, i saznajte kako se provode u praksi.
- ▶ Razgovarajte sa svojim djetetom o mrežama potpore u školi i komu se može obratiti ako ima problema.
- ▶ Dođite na sat razredne zajednice ili sastanak na razini škole posvećen suzbijanju vršnjačkoga nasilja kako biste iskazali svoju potporu i saznali više o radu članova skupine za vršnjačku potporu.
- ▶ Razmislite na koji biste se način mogli uključiti svojim vještinama – biste li mogli pomoći učenicima da, primjerice, snime videozapis radi podizanja osviještenosti ili održati nastavni sat o javnome nastupanju.
- ▶ Uključite se u rad vijeća roditelja ili neki drugi skup u kojemu roditelji/skrbnici razgovaraju o brigama i problemima, razgovarajte o vršnjačkome nasilju i potaknite roditelje da razmisle o tome kako bi se i oni mogli uključiti u suzbijanje vršnjačkoga nasilja. Iskoristite tu prigodu za rad sa skupinom za vršnjačku potporu kako biste podučili ostale roditelje/skrbnike o vršnjačkome nasilju i na koji način i oni mogu zaštititi svoju djecu na internetu.

Kako da pomognem svomu djetetu da bude sigurno na internetu?

Djeca su često pod velikim pritiskom da se pridruže najnovijoj društvenoj mreži, rabe najnovije aplikacije i posjeduju najnoviju tehnologiju. Analizirajte sa svojim djetetom sljedeće točke kako biste bili sigurni da će biti sigurno na internetu, a ujedno se i zabaviti:

- ▶ Dijete se na internetu treba ponašati kao i u stvarnome životu.
- ▶ Dijete na internetu treba sklapati prijateljstva samo s osobama koje poznaje i kojima vjeruje i nikad se ne bi smjelo sastati s nekim koga ne poznaje.
- ▶ Pobrinite se da znate kojim se mrežnim stranicama služi vaše dijete i zamolite ga da vas nauči kako da se služite društvenim mrežama i razmjenjujete izravne poruke kako biste više znali o tome što radi na internetu.
- ▶ Potaknite svoje dijete da se na internetu ponaša odgovorno i razgovarajte s njim o opasnostima interneta i potrebi za oprezom s informacijama koje objavljuje na internetu, naprimjer da nikad ne objavljuje nikakve osobne podatke, kao što su broj telefona ili kućna adresa.
- ▶ Provjerite postavke privatnosti na njegovim profilima na društvenim mrežama i aplikacijama – njima se određuje tko vidi informacije koje dijete objavljuje i tko može stupiti u kontakt s njim.
- ▶ Potaknite ga da ne odaje svoje zaporkke, da ih redovito mijenja i da ne rabi istu zaporku za svaki račun.
- ▶ Pomozite mu da shvati da svi ostavljamo digitalni trag i da drugi ljudi mogu upotrijebiti ili spremi informacije koje ono objavljuje na internetu.
- ▶ Razgovarajte s njim o tome što može učiniti ako ima problema na internetu, naprimjer kako može nekoga blokirati ili prijaviti.
- ▶ Pobrinite se da zna da uvijek može razgovarati s vama ili nekim iz svoje mreže potpore ako ikad postane žrtvom vršnjačkoga nasilja.



Ako je vaše dijete žrtva vršnjačkoga nasilja na internetu:

- ▶ pomozite mu da sačuva dokaze spremanjem ili kopiranjem tekstova ili razgovora koje prima kako bi se vršnjačko nasilje moglo istražiti
- ▶ blokirajte nasilne korisnike
- ▶ slijedite postupak za prijavu nasilnoga sadržaja na društvenim mrežama
- ▶ obavijestite školu koju pohađa: vršnjačko nasilje na internetu i u stvarnome životu često su međusobno povezani, pa je moguće da se ono događa i u školi
- ▶ u slučaju prijetnji nasiljem ili seksualnoga sadržaja obratite se policiji
- ▶ ne osvećujte se nasilniku.



Kako da pomognem svojem djetetu da razvije emocionalnu inteligenciju?

Emocionalna inteligencija podrazumijeva samosvijest i prihvaćanje, empatiju (sposobnost sagledavanja i osjećanja situacije sa stajališta nekoga drugog), sposobnost upravljanja osjećajima/emocijama i sposobnost upravljanja odnosima.

Način na koji upravljamo svojim osjećajima može imati velik utjecaj na kvalitetu našega života i ponašanje prema drugima. Pomažući djeci da razviju dobar 'kvocijent emocionalne inteligencije', pomažemo im u sadašnjim i budućim odnosima, nošenju sa stresnim situacijama i stjecanju otpornosti kad se situacija pogorša, naprimjer ako postanu žrtve vršnjačkoga nasilja.

Upravljanje osjećajima počinje s vama: vaše će dijete postupiti onako kako je vidjelo da vi postupate. Razmislite o tome kako reagirate na stresne situacije i kako možete biti uzorom dobre emocionalne inteligencije.

Aktivno slušajte kako se vaše dijete osjeća. Pomozite mu shvatiti da je sasvim u redu kad osjećati tugu, srdžbu ili uzrujanost. Kad prihvati svoje osjećaje i nauči se nositi s njima, neka razmisli o tome što je izazvalo te osjećaje i kako se nositi s tim problemom.

Naučite svoje dijete da bude brižno prema drugima, da se dobro slaže s ostalim učenicima, da obuzdava bijes i da bude asertivno a da pritom ne bude agresivno kad se zauzima za sebe i za druge.

Pomozite mu da razgovara o poteškoćama.

► Svakomu je djetetu teško razgovarati o nečemu i upravo mu je tu vaša potpora najpotrebnija. Od velike pomoći može biti određivanje redovitoga vremena za razgovor o onome što ga muči.

Povećajte njegovu samosvijest i izgradite mu samopoštovanje razgovarajući o:

- njegovim dobrim osobinama
- tome što je najbolje u vašoj obitelji
- njegovim ciljevima i ambicijama
- osobinama kojima se divi kod drugih.

Potičite ga da razmišlja o svojim osjećajima i ponašanju u različitim situacijama. Primjerice, zamolite ga da razmisli o tome kako se osjeća kad vidi da je netko neljubazan prema drugima.

Pomozite mu da shvati kako pozitivan način razmišljanja može utjecati na njegove reakcije i osjećaje: on može mijenjati svoju emocionalnu reakciju na situacije.

Zahvale



Ekipa projekta ENABLE želi zahvaliti brojnim pojedincima, organizacijama i institucijama koje su pomogle u razvoju pristupa i materijala za ENABLE. Bez sufinanciranja Opće uprave za pravosuđe Europske komisije te dobre volje i sjajnih ideja svih partnera projekta ENABLE, ovaj projekt nikad ne bi zaživio.

Doprinos 12 članova međunarodnoga stručnog tima projekta ENABLE bio je od neprocjenjive važnosti za razvoj inovativnoga pristupa utemeljenoga na istraživanjima i oblikovanoga prema stvarnome ponašanju mladih na mreži i izvan nje. Želimo zahvaliti i Marcu Brackettu sa Sveučilišta Yale te ekipi programa Greater Good sa Sveučilišta Berkeley koji su nam velikodušno stavili na raspolaganje svoje resurse na temelju kojih su izrađene neke aktivnosti iz ovoga izdanja. Želimo zahvaliti i ambasadorima projekta ENABLE jer ti učitelji, socijalni radnici i školski psiholozi iz pet osnovnih država mreže nisu samo pridonijeli stvaranju materijala, već ih i distribuirali mladima, roditeljima i učiteljima u svojim državama i izvan njih.

ENABLE je zahvalan na podršci pridruženih partnera uglavnom iz sektora koji su i iznjedrili platforme kojima se najčešće koriste mladi obuhvaćeni ovim projektom. Zahvaljujući njima, stekli smo dublje uvide u aktivnosti mladih na internetu, veće razumijevanje učinka koji mediji imaju na poruku te smo uspjeli doprijeti do ranjivijih skupina tinejdžera te im omogućiti interakciju s vršnjacima i drugima koji im mogu pružiti potporu.

Materijali iz ovoga izdanja te dodatne informacije i popratne aktivnosti dostupni su na pet jezika (hrvatskome, danskome, flamanskome, francuskome i grčkome) na adresi <http://enable.eun.org>. Želite li dobiti dio ili sve materijale na svome jeziku, obratite se na info-enable@eun.org.

Sadržaj su izradile organizacija SWGfL i Nagrada Diana, a uredila Europska školska mreža.

Emotikoni rabljeni u ovoj publikaciji reproducirani su uz dozvolu poduzeća Vodafone u sklopu kampanje BeStrong; više emotikona možete pronaći na www.vodafone.com/BeStrong.



Fotografije: © Monkey business images / Shutterstock: naslovnica, 66 © Getty Images / Digital Vision: 4, 39, 68, 70, 79, 80 © Wavebreaker media / Shutterstock: 7, 14, 74 © Christopher Fatcher: 65, 73 © Pressmaster / Shutterstock: 15 © Robert Kneschke / Shutterstock: 32 © Shutterstock: 42 © Syda Production / Shutterstock: 69 © YanLev / Shutterstock: 71 © Stockbrokerextra / Dreamstime.com: 75 © Vadimgozhda / Dreamstime.com: 76 © Twin Design / Shutterstock: 77 © Arne 9001 / Dreamstime.com: 81 © Monkey business images / Dreamstime.com: 82 sve ostale korištene fotografije / ilustracije: © Dreamstime.com



empower children. eliminate bullying.

Mijenjanje ponašanja cijele školske zajednice čini se kao ogroman zadatak: toliko je različitih stajališta, mišljenja, karaktera i motivacija. No upravljanje ponašanjem ipak je ključna komponenta učinkovitoga poučavanja, a to je ono što brojnim nastavnicima najbolje leži. Djelatnik škole svaki dan podržava, organizira, oblikuje i potiče razmišljanje, reakcije i angažiranost djece – to je dio toga posla. No i u najstabilnijim školskim zajednicama postoje problemi s ponašanjem i neka vrsta vršnjačkoga nasilja.

Iako je učinkovito rješavanje učinaka tih problema čim se pojave dio dužnosti škole, to nije jedino rješenje. ENABLE je osmišljen kao preventivni pristup kojim se razvijaju društvene i emocionalne vještine učenika i školske zajednice te stvara pozitivna klima u kojoj će se poboljšati obrazovni standardi, a smanjiti broj izostanaka i pojavnost vršnjačkoga nasilja.

Saznajte više o parterima i materijalima programa ENABLE na: <http://enable.eun.org>.

ENABLE-ov komplet s materijalima
za učenike, učitelje, roditelje
i voditelje kampanja

Oснаžimo mlade, iskorijenimo vršnjačko nasilje!



Nagrada Diana, Ujedinjeno Kraljevstvo
<http://diana-award.org.uk>



South West Grid for Learning (SWGfL), Ujedinjeno Kraljevstvo
<http://www.swgfl.org.uk/>



Europska školska mreža, Belgija
www.eun.org



Za zdravlje adolescenata
www.youth-life.gr



Centar za digitalnu skrb o mladima (CfDP), Danska
<http://cfdp.dk>

**Suradnici
u učenju
učitelji.hr**

Suradnici u učenju, Hrvatska
<http://ucitelji.hr>



Supported by
the Daphne Programme
of the European Union

Ova publikacija izrađena je uz financijsku potporu Programa Daphne Europske unije. Za sadržaj ove publikacije isključivo je odgovoran konzorcij ENABLE i njegovi partneri te ni u kojemu slučaju ne odražava stavove Europske komisije.