

# Kako bi se osjećao/la kad...

STOP NASILJU MEĐU DJECOM  
Pripremila: Vera Šušić, dipl. psihologinja





## Vrijeme realizacije

### sat razrednog odjela

Radionicu je potrebno provesti nakon donošenja razrednih pravila o odnosima učenika jednih prema drugima. Namijenjena je učenicima drugog, trećeg i četvrtog razreda.



## Ciljevi

- razviti empatiju kod djece;
- razviti osjetljivost djece za posljedice ismijavanja, isključivanja i drugih okrutnih ponašanja;
- znati prepoznati vlastite i tuđe osjećaje i s njima se suočiti;
- izgraditi rječnik za izražavanje osjećaja.

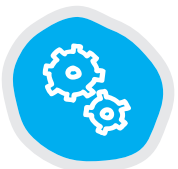


## Razrednik

Već smo govorili o tome kako se trebamo jedni prema drugima ponašati. Donijeli smo i razredna pravila koja nas uvijek podsjećaju na ono što smo se dogovorili. Da vidimo, što je nama u razredu važno? Kako se trebamo ponašati jedni prema drugima?

Ponoviti pravila, a zatim reći:

- Danas ćemo razgovarati o tome kako biste se osjećali kada biste se našli u različitim situacijama koje se svakom od nas mogu dogoditi.
- Vidjet ćemo kako ono što kažemo ili činimo može utjecati na osjećaje druge osobe.



## Provedba radionice

- Učenici sjede u krugu.
- Za uživanje u osjećaje poslušajte pjesmu "Ne rugaj se".

Zatim podijelite učenicima prazne papiriće (ili radne bilježnice koje su učenici dobili u sklopu projekta „Za sigurno i poticajno okruženje u školama“) na koje će pisati svoje odgovore na pitanja koja ćete im čitati. Poželjno je da učenici odgovaraju jednom riječju. Razrednik pročita pitanje, učenici napišu odgovor i odmah se analiziraju odgovori za svako pitanje (pitanje po pitanje). Svaki učenik kaže što je napisao, a razrednik sabire odgovore (može na ploči) i gleda kojih je odgovora najviše jer će vjerojatno biti odgovora koji će se ponavljati. Potaknite učenike da se pokušaju sjetiti različitih riječi za svaku situaciju. Naglasite da će ista situacija pobuditi različite osjećaje kod različitih učenika te da su svi ti osjećaji prihvatljivi jer svatko od nas različito doživljava iste situacije.

Učenici skloni zlostavljanju imat će drugačije osjećaje od drugih. Nemojte ih komentirati, čuditi im se niti ih popravljati. Nemojte ni drugim učenicima dopustiti da komentiraju i vrednuju tuđe osjećaje. Jednostavno, sve što učenici kažu zapišite na ploču.

## Pitanja: "Kako bi se osjećao/la..."

- kada bi se netko šalio na tvoj račun, zbog tvog izgleda?
- kada bi osvojio prvo mjesto na nekom natjecanju?
- kada bi te uvijek birali zadnjeg prilikom biranja za neku igru?
- kada bi ti netko rekao da si jako dobar u nečem što radiš?
- kada bi te netko nazvao pogrdnim imenom kao na primjer "ljigom"?
- kada bi ti netko pomogao riješiti problem koji te već dugo muči?
- kada se nitko s tobom ne bi želio družiti?
- kada ne bi imao hrane, pa bi bio prisiljen prositi na ulici?
- kada bi netko proširio jako ružan trač o tvojoj obitelji?
- kada bi te netko prisiljavao da činiš nešto što ne želiš?

Usporediti situacije koje u nama bude ugodne osjećaje sa situacijama koje bude neugodne osjećaje te za kraj razgovarati s učenicima o tome na koji bi način oni mogli pomoći drugima kada vide da ih netko zadirkuje, ruga im se, ogovara ih, podcjenjuje, ismijava, tuče i slično. Pokušati s učenicima doći do zaključka što činiti i što ne činiti. I ovdje će učenici izražavati različita mišljenja, pa i neprimjerena. Nemojte "ispravljati" njihova mišljenja, saslušajte ih do kraja i pitajte druge što oni misle. Tako će većina "tiho" i spontano nadjačati manjinu neprimjerenih odgovora.

## Primjerice: ŠTO MOŽEŠ UČINITI?

Ako vidiš da se neko dijete nasilno ponaša prema drugome djetetu :

Razmisli - Kako bi se ti osjećao da se prema tebi netko nasilno ponaša. Ako se osjećaš sigurno, reci osobi koja se nasilno ponaša da prestane. Ako se ne osjećaš sigurno, zatraži pomoć odrasle osobe - roditelja, nastavnika, razrednika ili bilo koje druge odrasle osobe u školi u koju imaš povjerenja.

Reći odraslima na znači tužakati. Time pomažeš i djetetu koje je izloženo nasilju i djetetu koje čini nasilje.

Svojim ponašanjem i poštovanjem budi dobar primjer drugima.

Pomozi djetetu koje trpi nasilje.

- Budi mu prijatelj.
- Pozovi ga da ti se pridruži tijekom odmora.
- Potakni ga da razgovara s nekim o tome što mu se događa, da potraži pomoć.
- Ponudi se da ćeš biti uz njega kad se obrati odraslima za pomoć.
- Objasni svojim prijateljima da nasilno ponašanje NIJE FER i zamoli ih da ti se pridruže u pomaganju.

## ŠTO NE ČINITI?

- Nasilna djeca možda misle da su smiješna ili "cool" ~ ne podupiri nasilje smješkanjem, divljenjem, prešućivanjem ili navijanjem.
- Na nasilje ne uzvraćaj nasiljem ~ psovkom ili tučnjavom! To ne rješava problem.
- Nemoj oponašati nasilno ponašanje.
- Nemoj misliti da si izdajica ako se obratiš odraslima za pomoć.
- Nemoj biti pasivni promatrač kao da se to tebe ne tiče.



## NE REAGIRATI ZNAČI PODUPIRATI NASILJE!

Glazbeni – uvježbati s djecom pjesmu "Ne rugaj se" (CD i tekst pjesme u prilogu).

Hrvatski – pisani sastav za domaći rad "Ne rugaj se jer boli me" (opisati kako se djeca najčešće rugaju jedni drugima i kako se pritom osjećaju oni koji se rugaju i oni kojima se netko ruga).

### Literatura:

Maleš, D., Stričević, I.: Bez straha u školu, Udruga Djeca prva, Zagreb, 2004.

Maleš, D., Stričević, I.: Zlostavljanje među učenicima može se spriječiti, Udruga Djeca prva, Zagreb, 2005.

Pregrad, J.: Priručnik - Projekt Za sigurno i poticajno okruženje u školama, Ured UNICEF-a za Hrvatsku, Zagreb, 2007.

Rigby, K.: Zlostavljanje u školama i što možemo učiniti?, Mosta, Zagreb, 2006.

Yarrow, P., Lazar, F.: Nemoj mi se rugati. Priručnika za nastavnike od drugog do petog i Priručnik za nastavnike od šestog do osmog razreda – Stvaramo razred bez ismijavanja. Peter Yarrow Productions, 2005.