



Odgovor na vršnjačko nasilje u školama
i vanškolskim okruženjima

Informativni vodič za roditelje



Sufinansiran iz Programa Evropske unije „Prava,
jednakost i državljanstvo“ (2014-2020)



Autorka vodiča, Monika Rozsa, želi da izrazi svoju zahvalnost svima koji su doprineli izradi ovog dokumenta. Vodič je razvijen uz doprinos članova REVIS projekta i zasnovan je na iskustvima i uvidima dece i mladih koji učestvuju u projektu. Citati potiču iz projektnih aktivnosti i školskih sesija, od dece i mladih koji žive i uče u Bugarskoj, Hrvatskoj, Rumuniji i Srbiji.

Materijal je takođe sastavljen i korišćenjem drugih materijala sa REVIS projekta, kao što su [Vodič za obuku](#), beleške sa radionica u školama, kao i podataka iz [ChildHub Regionalnog istraživanja](#).

Vodič za obuku: [Promjena normi oko nasilja u školama: Vodič za trenere i voditelje koji rade s djecom i mladima | ChildHub - Child Protection Hub](#)

Regionalno istraživanje: [Regionalno istraživanje o nasilju nad decom u školama u Jugoistočnoj Evropi | ChildHub - Child Protection Hub](#)

Ilustracije: Miklos Szego

Grafički dizajn: Miklos Szego

Napomena: Sadržaj ove publikacije predstavlja samo stavove autora i isključivo je njegova/njena odgovornost. Evropska komisija ne prihvata nikakvu odgovornost za bilo kakvu upotrebu informacija koje ona sadrži.





Ovaj Vodič za roditelje je razvijen u okviru **projekta REVIS**, financiranog od strane Evropske komisije, odnosno školskog programa koji se sprovodi u četiri zemlje s ciljem sprečavanja i smanjenja vršnjačkog nasilja među decom.

Cilj vodiča je da podrži roditelje da spreče i reaguju u ovakvim situacijama. Vršnjačko nasilje se obično dešava u školi i oko škole, ali ono utiče i na porodice pogođene dece. Koreni školskog ponašanja leže u činjenici da deca uglavnom donose u školu ono što dožive kod kuće. Norme i tradicije doma i škole utiču jedne na druge.

Pozivamo vas da prođete kroz ovaj Vodič i date sebi vremena da razmislite o aktivnostima i pitanjima koja smo prikupili da bismo vam pružili podršku kao roditelju.

¹ **REVIS** - odgovor na vršnjačko nasilje među decom u školama i susednim okruženjima, je projekat koji se, od januara 2021. godine, realizuje u Bugarskoj, Hrvatskoj, Rumuniji i Srbiji

U OVOM VODIČU ĆETE ČITATI O SLEDEĆIM TEMAMA.

Poglavlje 1

Informacije o projektu REVIS i pravima deteta.
Kako koristiti ovaj Vodič.

Poglavlje 2

Različite teme koje su deca obrađivala i o kojima su učila tokom grupnih aktivnosti u školi, u okviru REVIS projekta.

Poglavlje 3

Citati dece i mladih o tome kako vide svet oko sebe, školu i izazove sa kojima se svakodnevno suočavaju.

Poglavlje 4

Vaša uloga kao roditelja u životu vašeg deteta, gde nudimo nekoliko aktivnosti i praktičnih vežbi koje vam mogu pomoći u vašoj roditeljskoj ulozi.

Poglavlje 5

Informacije o vršnjačkom nasilju i savetima za podršku i zaštitu vašeg deteta od nasilja.

Poglavlje 6

Mesta gde možete zatražiti podršku i pomoć.

Prilog

Možete pročitati o razvojnim prekretnicama u adolescenciji.





POGLAVLJE 1.

UČINITE DA VAŠ UTICAJ BUDE POZITIVAN

Sva deca imaju pravo na zaštitu od nasilja, zlostavljanja i zanemarivanja (Konvencija o pravima deteta Ujedinjenih nacija, 1989²). To znači da su **odrasli odgovorni za zaštitu dece i mladih od nasilja**. Suština zakona i propisa je u poruci da deca i mladi imaju ista ljudska prava kao i odrasli, ali i neka druga prava koja prepoznaju njihove posebne potrebe.

Svi odrasli treba da rade ono što je najbolje za decu i mlade.

Opšti cilj REVIS projekta je prevencija, borba i reagovanje na vršnjačko nasilje³ među decom.

² Konvencija Ujedinjenih nacija o pravima deteta je međunarodno priznat dokument koji postavlja temelje za prava deteta u skoro svakoj zemlji širom sveta.

³ Nasilje nad djecom ima mnogo oblika. Kada razmišljamo o nekim uobičajenim oblicima, UNCRC (članak 19.) navodi da to uključuje „sve oblike tjelesnog ili duševnog nasilja, povreda i zlorabe, zanemarivanja ili zapuštenosti, zlostavljanja ili iskorištavanja, uključujući spolno zlostavljanje“.

Tokom organizovanih školskih aktivnosti deca su:

- razumela moguće efekte društvenih i rodni normi na nasilno ponašanje
- naučila da osporavaju i dovode u pitanje društvene i rodne norme koje uzrokuju vršnjačko nasilje
- podržana da razumeju svoja prava i da poštuju prava, kulture i različitost drugih ljudi
- vežbali da postanu pokretači promena u svojoj školi i da razvijaju rešenja za izazove sa kojima se svakodnevno suočavaju.

Deca imaju odgovornost da poštuju prava druge dece, a to uključuje svesno nečinjenje nasilja prema njima.

Nakon što pročitate ovaj Vodič, bićete spremni da:

- ✓ razumete kako štetne društvene i rodne norme i ponašanja dovode do vršnjačkog nasilja
- ✓ pružite informacije o tome kako otkriti, nositi se sa situacijama vršnjačkog nasilja i reagovati na njih
- ✓ budete pozitivan i podržavajući uzor i da utičete na život vašeg deteta.

U ovom Vodiču čitaćete o:

- ✓ Društvenim i rodnim normama: kako deca vide i suočavaju se sa društvenim i rodnim normama u svakodnevnom životu
- ✓ Predlozima i praktičnim savetima koji vam, kao roditeljima, mogu pomoći da budete svesniji dobrobiti vašeg deteta
- ✓ Mogućnosti koju kao roditelj imate kada deci prenosite vrednosti i norme svoje porodice ali i društva

Nadamo se da će vam ovaj Vodič biti vredan i koristan.

KAKO DA KORISTITE VODIČ?

Šta mogu da uradim?

Ovaj deo sadrži konkretne vežbe i savete koje možete isprobati sa svojom decom ili u porodici.

Razmislite o tome.

Ovaj deo sadrži konkretne vežbe i savete koje možete isprobati sa svojom decom ili u porodici.



Prostor za razgovor

Pronaći ćete i primere razgovora između roditelja i deteta, odnosno kratke rečenice i fraze koje mogu da vam pomognu u komunikaciji sa detetom. Isprobajte ih.



POGLAVLJE 2.

ŠTA SU DECA NAUČILA U REVIS ŠKOLSKIM AKTIVNOSTIMA?

Dajemo vam uvid u atmosferu grupnih aktivnosti i sumiramo ključne lekcije.

Mišljenje dece o ovim školskim aktivnostima:

„Sviđalo mi se što smo mogli otvoreno da razgovaramo i izrazimo svoje mišljenje.“

„Sviđalo mi se koliko je atmosfera bila opuštena i nastavnici su bili odlični.“

„Naš razred je postao više povezan, deca su naučila kako da budu društvena i kako da međusobno komuniciraju na pozitivan način.“

Moramo više da razgovaramo o ovim temama.

Deca su poslala jasnu poruku da postoji potreba za više dijaloga između nastavnika, direktora škola i dece i mladih o nasilju. Na taj način bi mogle da se osmisle strategije za prevenciju i delovanje u slučajevima nasilja.

Neophodno je savezništvo između roditelja i nastavnika.

I roditelji i nastavnici ističu da moraju blisko sarađivati, jer deca unose u školu ono što doživljavaju kod kuće. Oni mogu u školi biti akteri nasilnih situacija, a da nastavnici ne znaju šta je tome uzrok. I obrnuto. Deca nose kući školsku atmosferu i jezik kojim se deca i nastavnici koriste. Tokom školskih aktivnosti nastavnici mogu, donekle, dopuniti prvih sedam godina vaspitanja koje pruža porodica. Nastavnici i roditelji moraju da rade na tome da razumeju i podrže decu. Ukoliko postoji saradnja između škola i roditelja, uspeh je izvestan.



Prostor za razgovor

Roditelj:
Kakav je bio tvoj dan danas?

Dete:
Znaš šta, jutros smo imali zanimljivu aktivnost u školi.

Roditelj:
Aham. Kakvu aktivnost?

Dete:
Škola učestvuje u programu i pričali smo o raznim zanimljivostima. To je projekat REVIS.

Roditelj:
O kojim zanimljivostima?

Dete:
Kao što je različitost, prihvatanje, vršnjačko nasilje⁴. Naučio sam da prihvatam one koji su drugačiji od mene.

Roditelj:
I kako je to tačno izgledalo?

Dete:
Bilo je različitih vežbi, situacionih igara. Ove aktivnosti su nam pomogle da proširimo svoje vidike i razmišljamo drugačije, u pozitivnom smislu. Radili smo u timovima, što nam je pomoglo da se povežemo i da prevaziđemo stidljivost.

Roditelj:
Pa baš zanimljivo. Jeste li naučili još nešto?

Dete:
Sada znam kako da reagujem u situaciji nasilja.

Ukoliko želite da saznate više o ovim aktivnostima, to možete učiniti u Vodiču za obuku⁵.

⁴ „Vršnjačko nasilje je kada se isti učenik više puta i namerno povređuje. Počinilac je/su neko/i od koga se žrtva teško brani.” - KIVA - Vodič za roditelje protiv vršnjačkog nasilja, str.4. <https://data.kivaprogram.net/parents/>

⁵ Promjena normi oko nasilja u školama: Vodič za trenere i voditelje koji rade s djecom i mladima | ChildHub - Child Protection Hub

POGLAVLJE 3.

IZAZOVI SA KOJIMA SE SUOČAVAJU NAŠA DECA

Ove svakodnevne situacije često su rezultat veoma snažnog uticaja društvenih i rodni normi.

Glupo je da se od mene nešto očekuje samo zato što sam dečak.



Prostor za razgovor

Tata:
Kako ti to opet izgleda košulja?

Tinejdžer:
.....

Tata:
Odgovori mi kad te pitam!

Tinejdžer:
.....

Tata:
Opet su te tukli?

Tinejdžer:
Da, naišli su na mene, njih 5, nazivali me raznim imenima, veoma pogrdnim. Jedan od njih me je snažno zgrabio za ruku...

Tata:
Hiljadu puta sam ti rekao da moraš da se braniš.

Tinejdžer:
Jesi, da, ali ne mogu. Glupo je da se od dečaka očekuje da budu snažni i da ne plaču.

Mama:
Šta se desilo? O, jako mi je žao...

Mama (obraća se tati):
Ne govori mu da ne plače.

Tata:
Dečak mora biti jak. To je tako i uvek je bilo tako. Ne možemo to da promenimo.

Tinejdžer:
Nemojte da mi kažete da se vi ne biste plašili da vas više ljudi napadne. Ne verujem baš!

Tata:
Dobro, rekao sam ti da tražiš pomoć ako ne možeš sam.

Tinejdžer:
Naravno, da tražim pomoć. Ali ti mi uvek govoriš da se branim. A oni me i dalje napadaju i onda ne mogu da se branim. Stalno me maltretiraju i to je sve opasno.

Mama:
Jako mi je žao.

Mogu li se deca žaliti? Pa mogu, ali teško da će neko obraćati pažnju na njih, jer su mali i niko im ne veruje.

O normama

Deca su, nekad, izložena normama koje ih ograničavaju da prijave nasilje. To mogu biti deskriptivne norme ili neizgovorene poruke poput ove: „sva deca doživljavaju nasilje, ali ga ne prijavljuju“. Takođe, postoje zabrane ili poruke poput ove: „snažnoj deci se ne dešavaju situacije nasilja“. ([Vodič za obuku](#))

Šta su društvene norme?

Društvene norme odnose se na nečija uverenja ili očekivanja o tome šta drugi obično rade u nekoj situaciji i koje postupke drugi ljudi odobravaju, a koje ne odobravaju. ([Vodič za obuku](#))

Šta su rodne norme?

Rodne norme se odnose na nečija uverenja ili očekivanja o tome šta drugi obično rade u datoj situaciji i šta se odobrava ili ne odobrava, a da je u vezi sa polom. Rodne norme se često koriste za istraživanje i rešavanje rodne nejednakosti. ([Vodič za obuku](#))

Društvene i rodne norme su jake poruke, kulturološki zasnovane, i nije ih lako menjati.

Ove norme mogu biti pozitivne i mogu nam pomoći u pronalasku svog mesta u svetu, pružajući nam sigurnost.

Na primer: porodica zajedno provodi praznike, ili ide u kupovinu svake dve nedelje, da bi kupila namirnice za staru baku.

Postoje i negativne poruke koje su često zastarele i prilično štetne. Šta je loše u tome što je dečak tužan ili plače kada ga drugi tuku? Zašto je teško prihvatiti da i žena može da dođe do visokog položaja i da tako učestvuje u porodičnom životu na drugačiji način?

Utvrđeno je da postoje zajedničke norme i poruke - u sve četiri zemlje koje učestvuju u projektu. Deca i mladi ljudi su prijavili slične standarde u očekivanom ponašanju, na primer:

„Dečaci ne treba da plaču i da pokazuju emocije, od njih se očekuje da budu jaki.“

„Devojke treba da budu lepe i vaspitane, da znaju da kuvaju i da vode računa o domaćinstvu, a od svake žene se očekuje da bude majka.“

Druge sveprisutne norme su sledeće:

„Deca i mladi ljudi ne smeju da protivreče svojim roditeljima – čak ni u trenucima kada su doživela nasilje i povređena su.“

„Na detetu ili mladoj osobi je da čuti i poštuje roditelje sve dok živi u njihovoj kući.“



Razmislite o tome.

Kao dete ili čak sada kao odrasla osoba, ljudi često čuju i pozitivne i negativne društvene, rodne i kulturne poruke. Da li postoji neka od ovih normi u vašoj porodici? Da li postoji nešto što bi moglo da povredi člana porodice? Verovatno ste ranije pokušali da ih preformulišete, da ih promenite da zvuče pozitivnije. Pokušajte to reći na drugačiji način.



Momci ne bi trebalo da plaču, to je samo modrica.

Nikad nećeš biti dobra žena, ne možeš kako treba ni supu da postaviš na sto.

Čuti tu i poštuj roditelje sve dok živiš pod našim krovom.

I mene su moji roditelji tukli pa sam ispao kako treba.

Da li je bilo još sličnih rečenica u vašem detinjstvu i porodici?
Kako ste ih preformulisali?

Šta mogu da uradim?

Postoji li ovakva ili slična poruka u vašoj porodici? Podstičemo vas da razmislite i razgovarate o tome sa svojom porodicom!



POGLAVLJE 4.

RODITELJI SU UZORI

4.1 Ko ste vi kao roditelj?

Kao roditelj, vi ste uzor, odlučujuća osoba u životu vašeg deteta. Ljubav između roditelja i deteta je jedinstvena i nepogrešiva. Vi kao roditelj utičete na različite oblasti života: u svojoj porodici, među prijateljima, na poslu, u sportu, javnom životu, kulturi itd. Ako možete da promenite svoju porodicu, vi i vaša porodica ćete imati uticaj na vaše neposredno i šire okruženje. Ako kod kuće ostavite prostor za pitanja, mišljenja i inicijative vašeg deteta, ono će se ponašati slično i saradivati i sa drugima.

Treba da inspirišemo kod dece poštovanje opštih vrednosti tako što ćemo sami demonstrirati te vrednosti, jer oni u školi rade ono što vide kod kuće, i obrnuto. Stoga je neophodno da se promene dešavaju na individualnom nivou, davanjem ličnog primera. (RE-VIS trener u Rumuniji)



Razmislite o tome.

Pogledajte u ogledalo! Koja je vaša supermoć kao roditelja? Kako možete da umirite svoje dete kada je to potrebno? Kako ga/je možete nasmejati ili ubediti u nešto?

4.2 Deci i mladima su potrebni njihovi roditelji

Povezanost je u samom srcu svih odnosa i društvenog funkcionisanja. U idealnom svetu, roditelji su primarne figure sa kojima deca osećaju najveću privrženost. Kroz privrženost, roditelj je kompas za dete. Kao roditelj, važno je da budete svesni kvaliteta odnosa i da budete najbolji negovatelj odnosa sa svojim detetom.

To možete učiniti jačanjem porodičnih veza. Roditelji znaju da porodične prilike pomažu deci da dobiju podršku od članova porodice, slušaju porodične priče i nauče kako porodica, na primer, obeležava različite praznike.

Roditelji znaju da najefikasnije mogu uticati na dete kada provode redovno kvalitetno vreme zajedno.



Šta mogu da uradim?

Najbolji način da ojačate svoju vezu sa svojim detetom je da budete zajedno aktivni. Uverite se da, kontinuirano, provodite kvalitetno vreme sa detetom, obavljajući razne aktivnosti zajedno. Izaberite aktivnosti u kojima oboje uživate.

Na primer:

- Slušajte muziku zajedno. Pokažite mu/joj muziku koju ste slušali kao tinejdžer i mlada osoba.
- Gledajte zajedno filmove ili mu/joj pokažite one filmove uz koje ste vi odrasli.
- Spremajte kolače i kuvajte zajedno.
- Uradi sam aktivnosti kao što su popravka automobila ili baštovanstvo, takođe vam pomažu da izgradite pozitivan odnos.
- Oživite tradiciju uz narodne nošnje i igre zajedno sa svojom porodicom.
- Planinarenje, kampovanje, piknik, pecanje ili zajedničko bavljenje sportom, omogućavaju da razgovaramo jedni sa drugima tokom ovih aktivnosti.

4.3 Kako da postanem vešt i uticajan kao roditelj?

Roditelji, kao prvi i najvažniji uzori, imaju ogroman uticaj na svoju decu kao društvena bića. Oni svojim ponašanjem pokazuju kako funkcionišu društvene interakcije, kako smo u interakciji u različitim društvenim ulogama, na poslu ili u porodici. Deca uče društvene i

rodne norme kroz interakciju svojih roditelja. Oni kopiraju ponašanje svojih roditelja kada se suočavaju sa emocijama i stresom i kada komuniciraju u izazovnim ili stresnim situacijama.

Mi kao roditelji, odrasli ili profesionalci koji rade sa decom smo uzori, bez obzira da li predstavljamo pozitivne ili negativne modele.

Deca posmatraju sve. U ranom uzrastu deca ne mogu da razlikuju dobre i loše obrasce. Oni prate i oponašaju ono što vide od svojih roditelja i odraslih oko sebe (roditelji, staratelji, bake i deke, šira porodica, nastavnici, treneri, itd.). Ponašanje koje posmatraju postaje im prirodno, ono je putokaz i primer. Ako vide odraslu osobu kako viče ili kako se, pak, povlači i traži vreme da se smiri u nekoj konfliktnoj situaciji, uradiće isto u školi ili čak kod kuće sledećeg dana.

Razmislite o tome.

Pogledajte ponovo u ogledalo! Šta radite u sledećim situacijama? Šta prvo uradite? Šta prvo kažete?

- A. Vaše starije dete pomaže mlađem.
- B. Kada je vaše dete uznemireno, ono se uvek raspravlja ili zalupi vratima svoje sobe.
- C. Kada je vaše dete ljuto ili pod stresom, on/ona sve kritikuje.
- D. Kada je vaše dete srećno i ponosno na svoj uspeh u školi ili sportu.

Da li možete da vidite i prepoznate iste reakcije i gestove kod svog deteta kada je uznemireno, pod stresom ili se oseća dobro i puno je pozitivne energije?

4.4 Izazovi tokom perioda adolescencije⁶

Međutim, poverenje u roditelja ili u odrasle osobe ponekad može biti narušeno. U adolescenciji, uticaj vršnjaka postaje jači, tako da oni mogu da se umešaju i preuzmu ulogu uzora. Adolescencija je razvojna faza u kojoj se menja veza između deteta i roditelja. Ovo je normalna transformacija. Mladi ljudi pokušavaju da posta-

⁶ U delu Prilog naći ćete tabelu sa informacijama o razvojnim prekretnicama u adolescenciji

ve veću emocionalnu distancu od svojih roditelja. Ipak, ovo može biti rizičan period za decu i mlade, jer u ovom uzrastu još nisu u stanju da donose odluke potpuno bez roditeljskog uticaja. Dakle, od suštinskog je značaja da podrška roditelja bude dostupna svaki dan, naročito ako se kod nekog deteta primete i dodatni izazovi sa kojima se ono susreće.



Razmislite o tome.

Da li vaše dete ima prijatelja ili grupu za koju smatrate da ima previše uticaja na njega/nju? Na primer: vaše dete uvek pokušava da se prilagodi njemu/njoj, nosi istu odeću, imitira njegov/njen stil, nema svoj stav, ili čak njime potpuno dominira neko drugo dete ili grupa.

Na sledećoj slici možete upisati imena prijatelja vašeg deteta. Stavite ime svog deteta u centar kruga. Označite dvostrukom crtom onu decu koja imaju snažan uticaj na njega/nju. Obeležite srcem one koji podržavaju vaše dete.





Prostor za razgovor

Budite u kontaktu sa svojim detetom svaki dan. Pitajte gde je, šta radi, šta ga zanima, kako provodi vreme. Pošaljite mu/joj poruku ili ga pitajte kada dođe kući:

Zdravo, kakav je bio tvoj dan? Zamisli, jutros sam bez problema stigao na posao, u autobusu jedva da je bilo ljudi.

U pravu si, nikad ranije nisam pitao, ali me zanima...

Šta? Nikada me ranije nisi to pitao.

...ne, nije te briga.



Razmislite o tome.

Kako biste nastavili ovaj razgovor? Napišite nekoliko rečenica kojima ga/ju možete izvući iz ravnodušnosti/otpora. To može biti pomoću zajedničke šale/priče/fraze za koje samo vi znate.



Šta mogu da uradim?

Podelite jednostavan, uobičajen, ne previše ozbiljan događaj sa svojim detetom. Budite radoznali o njegovom/njenom svakodnevnom životu, šta on/ona voli, itd. Pokušajte da vas dete ne ignoriše pokažite mu da vam je stalo.

4.5 Odakle potiču obrasci koje primenjujem kao roditelj?



Norme u porodici su društvene norme koje izgledaju kao snažne poruke koje moramo da sledimo. Društvena norma u porodici mogla bi na primer glasniti:

U ovoj porodici poštujemo starije ljude.

Ne govorimo loše o našim roditeljima.

Otac će ti reći za koga se možeš udati.

U najdrastičnijim slučajevima „mladi doživljavaju nasilje kao normalno, za njih je najnormalnije da se međusobno tuku i maltretiraju, da ljudi u partnerskim odnosima tuku jedni druge — da se dešava psihičko, fizičko, sve vrste nasilja — jer je to predstavljeno nama sve vreme kao nešto normalno, a ne bi trebalo da bude.”



Razmislite o tome.

Nacrtajte svoje porodično stablo, slično kao na ovoj slici. Uredite ga prema strukturi vaše porodice. Napišite imena članova vaše porodice u oblačiće.



Sada razmislite o nekim obrascima vašeg roditeljskog stila ili o vašem iskustvu, razmislite o porukama koje ste doneli iz sopstvene porodice a koje su povezane sa nekom društvenom normom.

Koju poruku ili norme ste usvojili od nekog a da ih se i dalje sećate? Zapišite ih!

Od koga? Šta je bila poruka?



Šta mogu da uradim?

Razmislite o porukama koje šaljete svom detetu. Koja je glavna vrednost koju predstavljate i koju želite da prenesete i pošaljete svom detetu i porodici kao roditelj?

POGLAVLJE 5.

ZAŠTITITE SVOJE DETE OD VRŠNJAČKOG NASILJA

Prepoznajte da li je vaše dete u nevolji

Jedna od karakteristika razvoja adolescenata je da se odnos roditelj-dete menja. Obično između 12-16 godina adolescenti su pod većim uticajem svojih vršnjaka. Čvrsta veza sa roditeljima je jedan od faktora koji sprečava decu da budu uključena u rizične/opasne situacije. Ako smatrate da neka grupa može biti faktor rizika za vaše dete, razgovarajte sa njim/njom i preduzmite korake da provodi manje vremena u tom okruženju.

Kao roditelj, vi najbolje poznajete signale i ponašanje vašeg deteta. Možete uočiti sve promene u njegovom/njenom ponašanju i emocijama. Istovremeno, vi ste i ti koji najbolje znate šta se dešava u vašoj porodici. Vrlo je verovatno da ćete dobro proceniti da li je promena u emocijama ili ponašanju vašeg deteta posledica nečega kod kuće ili u školi.

5.1 Ukoliko je vasa dete žrtva nasilja

Nije lak zadatak prepoznati da je dete zlostavljano ili povređeno zato što se zlostavljanje često prikazuje u različitim oblicima. Ponekad može doći do situacija u kojima ne vidimo nikakve očigledne znake da je dete zlostavljano. Moramo obratiti pažnju i na očigledne signale (iz škole dolazi prebijen ili sa pocepanom odećom) ali i na one suptilne (dete je gladno jer mu/joj nasilnik oduzima hranu ili novac).⁷

⁷ KIVA Vodič za roditelje protiv vršnjačkog nasilja str. 19
<https://data.kivaprogram.net/parents/>

Neki znaci koji upućuju na zlostavljanje⁸:

- plaši se hodanja do/iz škole ili uobičajenog puta do škole
- ne želi da ide u školu, odsustvuje iz škole ili sa nastave bez jasnog razloga ili se žali da se ne oseća dobro ujutru tokom radne nedelje
- dolazi iz škole sa odećom ili školskom torbom koja je uprljana i pocepana
- postaje povučen, tih i izgleda da je izgubio/la samopouzdanje
- izgubio je apetit, često kaže da ne želi da jede
- ružno sanja, ima noćne more
- gubi stvari (kačket, knjige, sveske, pernicu, itd.)
- traži ili krade novac (da bi dao nasilniku ili njegovim/njenim pomoćnicima) ili često gubi džeparac

5.2 Ukoliko vaše dete vrši nasilje

Ako čujete da je vaše dete nekoga povredilo, vaša prva osećanja i reakcija mogu biti bes, krivica i sumnja. Ovakva informacija može biti iznenađenje. Možda ćete se osećati preplavljeni jakim emocijama, što je normalno. Najbolje što možete da uradite je da pokušate da zastanete i razmislite pre nego što razgovarate o situaciji sa svojim detetom.

Neki od znakova koji ukazuju na to da dete vrši nasilje⁹:

- postaje ljut ili lako razdražljiv
- dođe kući sa novcem i ne može da objasni gde ga je dobio
- dolazi kući sa novim stvarima (kačket, knjige, sveske, pernice, itd.)
- govori o novim prijateljima, ali ih ne predstavlja i ne upoznaje sa vama

⁸ Prema KIVA Vodiču za roditelje protiv vršnjačkog nasilja

⁹ Prema KIVA Vodiču za roditelje protiv vršnjačkog nasilja



Razmislite o tome.

Sledeće aktivnosti vam mogu pomoći da se nosite sa bilo kojom situacijom maltretiranja sa kojom se vi kao odrasla osoba ili vaše dete može suočiti. Različite vrste maltretiranja se mogu pojaviti i u svetu odraslih, na primer na radnim mestima ili nekim drugim okruženjima.

Recite NE.

Da li ste u stanju da svom šefu/detetu/mužu/ženi ubedljivo kažete NE ili PRESTANI, kada vam se dese stvari koje ne želite? Kada kažete NE, šaljete poruku drugima da vam se ne sviđa ono što vam čine. Ponekad vam se čini da je teško reći NE. Pokušajte da prevaziđete ovu sumnju, jer kada se osećate ugroženo, ili se neko loše ponaša prema vama, imate pravo da prekinete radnju koja vas povređuje. Možete vežbati da izgovorite ovu jednostavnu i snažnu reč: NE.

Kontrola besa

Šta radite kada se iznervirate ili naljutite? Kako možete podržati svoje dete kada ste vi iznervirani?

Obično, kada duboko udahnemo i polako izdahnemo jeste ono što nam daje nekoliko trenutaka da se smirimo, vratimo u ravnotežu i razmislimo o situaciji.



Šta mogu da uradim?

Ako sumnjate da je vaše dete bilo maltretirano ili povređeno, ili da je vaše dete povređivalo drugu decu, možete isprobati dve strategije. Jedna strategija je da saznate više o njegovim/njenim dani-ma, da postavljate pitanja. Druga je da ga/nju podržite da kaže NE i da bude u stanju da zaštiti svoje granice.

Pitanja su važna

“Kako je bilo u školi?” ili „Šta ima novo, šta se dešava u školi?“ su važna dnevna pitanja koja možete postaviti svom detetu.

Cilj ovih pitanja je da se stvori atmosfera poverenja, tako da se vaše dete oseća bezbedno da sa vama deli svoj dan i stvari koje su mu najvažnije. Izazov je pronaći pitanja koja motivišu vaše dete da počne da govori. Jedno pitanje može “raditi” jedan dan, a “ne raditi” drugi dan. Budite radoznali, kreativni i koristite svoj smisao za humor.

Sledeća pitanja mogu da vas odvedu do teme:

- Šta je bilo najbolje, a šta najgore što se dogodilo u školi danas?
- S kim si danas bio u školi? Kakvi su bili drugari?
- Šta si danas radio sa prijateljima? Da li je bilo zabavno?
- Šta ste radili na putu do škole/kući?

Reči NE

Možete podržati svoje dete da se nosi sa situacijama nasilja tako što ćete vežbati zajedno kako da reaguje. Reči NE ili PRESTANI mogu da funkcionišu kao prvi korak kada mu drugi prete rečima ili postupcima. Podstičemo vas da vežbate jednostavnu situaciju sa svojim detetom.

Pretvarajte se da mu/joj nudite bezalkoholno piće. Zamolite ga/je da odbije. Pretvarajte se da tražite od njega/nje da vas prati do skrivenog dela školskog dvorišta. Zamolite ga/je da odbije.

Vežbajte korišćenje reči NE.

Imajte na umu: Okončanje vršnjačkog nasilja nije odgovornost deteta/žrtve; odgovornost uvek leži na odraslima, a kada su u školi, na nastavnicima i školskom osoblju.

POGLAVLJE 6.

ŠTA MOGU DA UČINIM? GDE MOGU DA ZATRAŽIM POMOĆ?

Ako vam je potrebna podrška ili želite da se povežete sa drugim roditeljima i organizacijama koje podržavaju roditelje, kontaktirajte ove ustanove/organizacije.

Organizacije koje podržavaju roditelje:

- NVO Roditelj, <https://www.roditelj.org/>
- NVO Centar za mame <http://centarzamame.rs/>
- GRIG <https://cspa-grig.org/>
- Linija za roditelje 0800 007 000, radno vreme 16h-22h

Organizacije koje podržavaju mlade:

- • Prijatelji dece Srbije, <https://prijateljidece.org/>
- • Nacionalna Platforma za prevenciju nasilja koje uključuje decu <https://cuvamte.gov.rs/>

Nacionalne linije za podršku deci:

- Nacionalna dečja linija, <https://nadel-decijalinija.org/>

Centri za socijalni rad u Srbiji:

- Centri za socijalni rad u Srbiji <https://www.minrzs.gov.rs/sr/aktuelnosti/vesti/objavljen-spisak-kontakt-telefona-i-mejl-adresa-svih-centara-za-socijalni-rad-u-srbiji>

Druge linije za podršku i pomoć:

- SOS Mama, +381603393390
- Nacionalna linija za prevenciju suicida, +381117777000
- Linija za prijavu digitalnog nasilja, 19833, radno vreme: 7.30 - 15.30

PRILOG

RAZVOJNE PREKRETNICE U ADOLESCENCIJI

Ovde ćemo predstaviti neke osnovne informacije o adolescenciji ili tinejdžerskim godinama. Ovo je izazovan razvojni period i za roditelje, i za nastavnike i za decu. Tabela u nastavku može vam pomoći da prepoznate i razlikujete ponašanja koja su rezultat razvoja adolescenata i ponašanja koja su rezultat nasilja ili negativnih društvenih normi.¹⁰

Mladi tinejdžeri (12-14 godina)

Hormoni se menjaju kako pubertet počinje, tako da je ovo vreme mnogih fizičkih, mentalnih, emocionalnih i društvenih promena. Mladi tinejdžeri mogu biti zabrinuti zbog ovih promena i načina na koji drugi gledaju na njih. U ovom uzrastu, tinejdžeri više brinu o prijateljima, sportu, učenju i školi. Postaju samostalniji, sa svojom ličnošću i interesovanjima, iako su roditelji i dalje veoma važni.

Tinejdžeri (15-17 godina)

Ovo je vreme promena u načinu na koji tinejdžeri razmišljaju, osećaju se i komuniciraju sa drugima i kako se njihova tela razvijaju. Većina devojčica će do tada biti fizički zrela, i većina će već završiti sa procesom puberteta. Dečaci možda još uvek fizički sazrevaju tokom ovog vremena. Tokom ovog vremena, vaš tinejdžer razvija svoju jedinstvenu ličnost i mišljenja. Odnosi sa prijateljima su i dalje važni, kao i druga interesovanja jer on/ona razvija jasniji osećaj ko je on/ona. Ovo je takođe važno vreme da se pripremite za veću samostalnost deteta i preuzimanje veće odgovornosti; mnogi tinejdžeri počinju da rade, a mnogi će otići od kuće ubrzo nakon srednje škole.

¹⁰ Ove razvojne dobi su zasnovane na fazama koje je objavio Centar za kontrolu i prevenciju bolesti <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearli/milestones/indek.html>

Mlađi tinejdžeri/Pubertet

Uzrast	12-14 godina
Emocionalne i društvene promene	<p>Pokazuju veće interesovanje za sopstveni fizički izgled, razvoj tela, obuću, imidž.</p> <p>Fokusiraju se na sebe; krećući se napred-nazad - od visokih očekivanja do nedostatka samopouzdanja.</p> <p>Često menjaju raspoloženja.</p> <p>Veliko interesovanje za mišljenje i uticaj vršnjačke grupe.</p> <p>Pokazuju manje naklonosti prema roditeljima, nekad deluju nepristojno i naprasito.</p> <p>U stresu su zbog većih obaveza u školi.</p> <p>Problemi u ishrani</p> <p>Često su sa osećajem tuge ili depresije, što može dovesti do loših ocena u školi, zloupotrebe alkohola ili droga, nezaštićenih seksualnih odnosa i drugih problema.</p>
Razmišljanje i učenje	<p>Povećana sposobnost za savladavanje kompleksnih sadržaja.</p> <p>Veći kapacitet za verbalizaciju svojih osećanja.</p> <p>Razvijaju snažniji osećaj šta je dobro a šta loše.</p>
Izazovi	<p>Mladi tinejdžeri mogu se suočiti sa pritiskom vršnjaka da koriste alkohol, duvanske proizvode ili drogu i da imaju seksualne odnose.</p> <p>Drugi izazovi se mogu javiti kao poremećaji u ishrani, depresija i porodični problemi.</p>

Tinejdžeri/Adolescenti

Dob	15-17 godina
Emocionalne i društvene promene	<p>Pokazuju veće interesovanje za romantične odnose i seksualnost.</p> <p>Prolaze kroz manje sukobe sa roditeljima.</p> <p>Pokazuju veću nezavisnost u odnosu na roditelje.</p> <p>Imaju veći kapacitet za brigu, razmenu i za stupanje u intimnije odnose.</p> <p>Provode manje vremena sa roditeljima a više sa prijateljima.</p> <p>Često su sa osećajem tuge ili depresije, što može dovesti do loših ocena u školi, zloupotrebe alkohola ili droga, nezaštićenih seksualnih odnosa i drugih problema.</p>
Razmišljanje i učenje	<p>Razvijaju ustaljene radne navike.</p> <p>Veća zainteresovanost za buduće školovanje i profesionalne planove.</p> <p>Veći kapacitet za argumentovanje sopstvenih izbora, uključujući i to šta je ispravno a šta pogrešno.</p>
Izazovi	<p>Tinejdžeri, i devojčice i dečaci, mogu biti zabrinuti zbog veličine, oblika ili težine svog tela. Poremećaji u ishrani takođe mogu biti česti, posebno među devojčicama. Dečaci se nekad isto suočavaju sa ovim problemom.</p>

**„Najbolja rešenja
za borbu protiv
nasilja u školama
dolaze od same
dece.“**



**Odgovor na vršnjačko nasilje u školama
i vanškolskim okruženjima**

Implementacioni partneri



CENTAR ZA
INTEGRACIJU MLADIH

<https://cim.org.rs/en/>



HRABRI telefon
Mali zastavice veliko postuje.

<https://hrabritelefon.hr>



<https://sapibg.org/en>



Terre des hommes
Helping children worldwide.

<https://www.tdh.ch/en>



Sufinansiran iz Programa Evropske unije „Prava,
jednakost i državljanstvo“ (2014-2020)