



**I JA MOGU**

**DRUGAČIJE!**

Brošura o iskustvima u  
provedbi projekta



**djeca  
prva**



**MINISTARSTVO ZNANOSTI  
I OBRAZOVANJA  
REPUBLIKE HRVATSKE**

Zagreb, srpanj, 2023. godine

**Projekt:**

I ja mogu drugačije!

**Nositelj projekta:**

Udruženje "Djeca prva"

**Partneri na projektu:**

Učenički dom Dora Pejačević, Zagreb

Učenički dom Križevci, Križevci

U izradi priručnika sudjelovali su:

Ivan Vrbicky, magistar psihologije

Petra Beuk, magistra psihologije

Učenici na smještaju u Učeničkom domu Dora Pejačević i

Učeničkom domu Križevci

**Grafičko oblikovanje:**

Design Up, Zagreb

Provedbu projekta "I ja mogu drugačije!" financira Ministarstvo znanosti i obrazovanja.

Sadržaj ovoga dokumenta u isključivoj je odgovornosti Udruženja "Djeca prva" i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati kao odraz stajališta Ministarstva znanosti i obrazovanja.



MINISTARSTVO ZNANOSTI  
I OBRAZOVANJA  
REPUBLIKE HRVATSKE

## UVOD

Razmišljajući o uzrocima i posljedicama vršnjačkog nasilja - bilo da se radi o perspektivi žrtve, počinitelja ili promatrača, odnosno, svjedoka počinjenog nasilja, suočeni smo s činjenicom da se radi o pojavi koja ostavlja dubok i ozbiljan negativni trag, ne samo u životu pojedinca već i na čitavom društvu. Patnja na osobnoj razini, opterećenje za čitavu obitelj, komplikacije na planu zdravlja, samo su neke od njegovih negativnih posljedica. Želeći dati svoj doprinos rješavanju ovog problema, odlučili smo primijeniti preventivni pristup.

Oslanjajući se na znanja o prednostima preventivnog pristupa u području skrbi za mentalno zdravlje (Piccione i Grispieni 1998; prema Becciu i Colasanti, 2016), dolazimo do nekoliko bitnih točaka koje opravdavaju primjenu prevencije u rješavanju problema nasilja među mladima:

- Nasilje sa sobom donosi iskustvo patnje, na prvom mjestu za mlade koji su izravni sudionici, a zatim i za njima bliske osobe, poput članova obitelji i prijatelja. Osim toga, izloženost nasilju često rezultira ozbiljnim posljedicama za mentalno zdravlje, koje se s vremenom dodatno kompliciraju, ako osoba pravodobno ne zatraži pomoć. Ovo ujedno otežava organiziranje i pružanje potrebne podrške jer nastale komplikacije iziskuju duže i složenije tipove tretmana.
- Iskustvo nasilja donosi brojne komplikacije na području svakodnevnog funkcioniranja. Za mlade to na primjer znači teže nošenje sa školskim obavezama, brojnije školske izostanke, povlačenje iz svakodnevnih aktivnosti.
- Rješavanje posljedica nasilja donosi i dodatno opterećenje za školski i zdravstveni sustav, što ujedno znači i trošenje znatnih financijskih i drugih resursa.

U tom smislu, prevencija predstavlja izrazito važan i koristan pristup rješavanju problema nasilja među mladima. Prije svega, ona nastoji djelovati prije nego li se pojave teškoće. Ako do njih i dođe, prevencija nastoji što više ograničiti njihov razvoj i smanjiti negativan učinak problema s mentalnim zdravljem na ostale aspekte života pojedinca. Time se smanjuje potreba za dugim i složenim tretmanima, što rasterećuje sustav i doprinosi tome da osobe ne budu izložene nepotrebnoj patnji do koje dolazi pojavom, a zatim i pogoršanjem problema mentalnog zdravlja. Istovremeno, s obzirom na to da je prevencija prije svega usmjerena na rad sa širom populacijom umjesto na rad s pojedincima, omogućuje da relativno mali broj stručnjaka radi na očuvanju mentalnog zdravlja velikog broja ljudi, što takvu vrstu usluge čini ekonomski isplativijom i dostupnijom od tretmana usmjerenih na pojedinca.

Zahvaljujući doprinosima autora kao što su Albee i Ryan Finn (1993; prema MacDonald, 2006), znamo da podržavanje zdravog razvoja osobe, odnosno, jačanje zaštitnih čimbenika, djeluje poput svojevrsnog imuniteta protiv raznih nepovoljnih utjecaja, koji mogu naštetiti našem mentalnom zdravlju. Ovo se osobito odnosi na jačanje različitih vještina nošenja sa stresom, njegovanje pozitivne i uravnotežene slike o sebi te razvoj vještina koje pojedincu pomažu uspostaviti i održavati mrežu podržavajućih socijalnih odnosa.

S obzirom na navedeno, a na temelju kapaciteta, znanja i iskustava kojima kao organizacija raspoložemo, naglasak u preventivnom radu u sklopu projekta „I ja mogu drugačije!“ odlučili smo staviti na izravni rad s mladima i to kroz edukativni pristup, putem radionica.

## ŠTO JE VRŠNJAČKO NASILJE?

Tijekom odrastanja većina osoba se susretne s nekim oblikom nasilja među vršnjacima. Upravo zbog toga dugo se vjerovalo kako je to sastavni dio odrastanja i kako takvo iskustvo može pomoći djeci da „ojačaju“ (Bilić, Buljan Flander i Hrpka, 2012). No, je li to zaista tako? Što je zapravo vršnjačko nasilje i kakve posljedice ostavlja za sobom? Je li to iskustvo koje nas jača ili pak nešto drugo?

**Vršnjačko nasilje je namjerno nasilno ponašanje usmjereno prema djeci i mladima od strane njihovih vršnjaka (Veliki, 2012).** Takvo zlostavljajuće ponašanje može uključivati:

- **Fizičko nasilje** odnosno fizički napad u bilo kojem obliku bez obzira je li kod napadnutog djeteta nastala ozljeda ili ne. Takva ponašanja uključuju udaranje, guranje, šamaranje, čupanje, pljuvanje, podmetanje noge, ograničavanje kretanja, bacanje predmeta, uništavanje ili skrivanje osobnih stvari i dr. (Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti, 2004).
- **Psihičko ili emocionalno nasilje** se odnosi na ponašanja poput vrijeđanja, omalovažavanja, ismijavanja, ponižavanja, naređivanja, prijetnji, isključivanja iz društva, ogovaranja, širenja tračeva, prijetnji prekidom prijateljstva, uništavanja bliskih odnosa koje osoba ima i sl. **Posljedice psihičkog ili emocionalnog nasilja mogu biti štetnije od fizičkog nasilja. Dodatni rizični faktor je što ga u odnosu na fizičko nasilje teže prepoznamo pa je i manja šansa da na njega na vrijeme reagiramo.**
- **Seksualno nasilje** koje uključuje seksualni čin ili pokušaj ostvarivanja seksualnog čina, neželjeni seksualni komentar ili prijedlog koji je usmjeren protiv osobe i njezine seksualnosti (Cesar, 2016). Takva ponašanja se odnose na seksualno uznemiravanje, dobacivanje uvredljivih komentara seksualnog sadržaja, pokazivanje slika/

pornografskog materijala, nagovaranje ili ucjenjivanje na seksualni odnos, prisila na stupanje u seksualni odnos i silovanje.

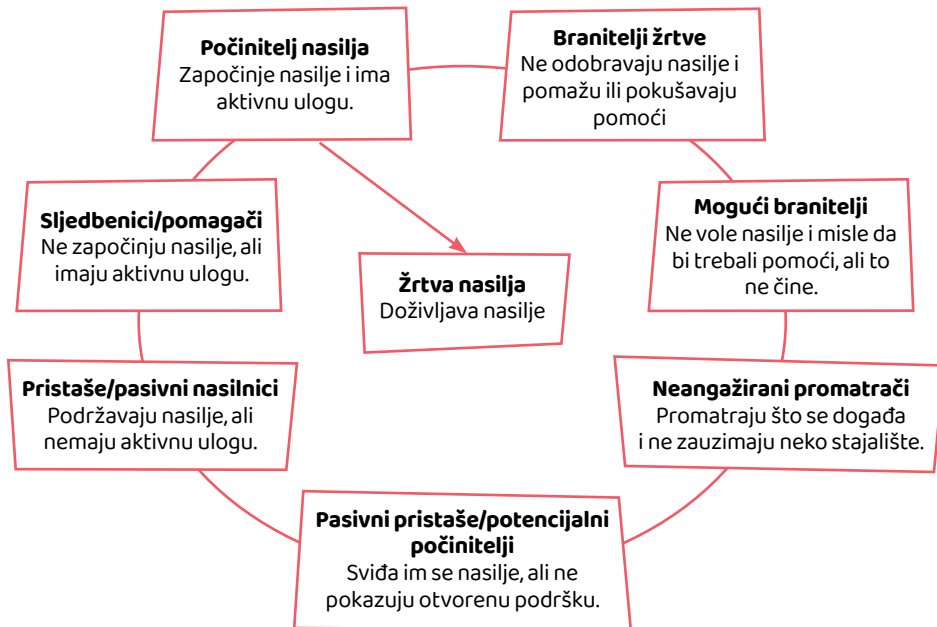
- **Elektroničko nasilje ili Cyberbullying** je oblik nasilja koji karakterizira korištenje tehnologije i interneta za nasilno ponašanje (slanje ili objavljivanje povređujućih poruka ili slika, širenje glasina, isključivanje iz grupe, poticanje grupne mržnje, objavljivanje osobnih podataka, krađa lozinke i sl.). Za razliku od klasičnih oblika nasilja, elektroničko nasilje je neizravno i prikriveno, ponavlja se na način da žrtva ima stalan pristup uvredljivom sadržaju, uvredljiv sadržaj se brzo širi i vidljiv je većem broju osoba, žrtva je neprestano dostupna počinitelju te anonimnost kod počinitelja može izazvati percepciju odsustva odgovornosti ili stav da se ne moraju pridržavati pravila (Nastavno – klinički centar Edukacijsko rehabilitacijskog fakulteta, 2021).

Kada govorimo o razlikama u počinjenom nasilju s obzirom na spol, i dječaci i djevojčice su jednako nasilni, ali se razlikuju s obzirom na oblik nasilja koji koriste. Dječaci češće koriste fizičko, a djevojčice psihičko ili emocionalno nasilje. Međutim, bez obzira o kojem obliku nasilja je riječ, karakteristike koje su zajedničke svim oblicima su (Coloroso, 2004):

- neravnopravnost moći i snage u odnosu žrtve i počinitelja
- postoji namjera da se povrijedi i nanese fizička, emocionalna ili socijalna šteta
- nasilje se ponavlja kroz duži vremenski period
- cilj je izazvati prestravljenost kod žrtava koja omogućava počinitelju da se nastavi nasilno ponašati bez straha da će biti prijavljen

## KRUG VRŠNJAČKOG NASILJA

U krugu vršnjačkog nasilja postoji nekoliko uloga – žrtva nasilja, počinitelj nasilja i promatrači koji na različite načine mogu biti uključeni u vršnjačko nasilje.



*Krug nasilja (Olweus, 2001 prema Coloroso, 2004)*

## 1. ŽRTVA VRŠNJAČKOG NASILJA

Žrtvom vršnjačkog nasilja najčešće postaju djeca i mladi koji se po nekom obilježju razlikuju od svojih vršnjaka. To može biti tjelesni izgled, način govora, niži socio-ekonomski status, pripadnost drugoj etničkoj skupini, novi učenik u razredu, nadareni učenik, djeca s teškoćama u razvoju, djeca razvedenih roditelja, djeca žrtve obiteljskog nasilja i dr. Također, to su često djeca koja su tiha, mirna i nesigurna, djeca koja imaju slabije razvijene socijalne vještine (npr. komunikacijske vještine, zauzimanje za sebe, rješavanje problema, sklapanje prijateljstava s drugom djecom) manjak samopoštovanja i samopouzdanja, manjak sigurnosti da potraže pomoć i dr. (Bilić i Karlović, 2004). Međutim, bez obzira na karakteristike i obilježja po kojima se razlikuju od svojih vršnjaka, **važno je naglasiti kako svatko može postati žrtvom nasilja i kako su razlike samo izgovor za nasilje.**

## 2. POČINITELJ VRŠNJAČKOG NASILJA

Počiniteljima vršnjačkog nasilja bitan je osjećaj kontrole i moći. To su najčešće djeca i mladi koji imaju slabije razvijene socijalne i emocionalne vještine kao što su nenasilno rješavanje sukoba, uspostavljanje prijateljstava, nošenje s emocijama (posebice s ljutnjom), manjak empatije, impulzivnost, nošenje sa situacijama koje izazivaju frustraciju i sl. Često su i sami žrtve nasilja u školi ili obitelji ili svjedoče nasilju (Bilić i Karlović, 2004). **Takvu djecu i mlade se često etiketira kao loše, međutim nasilje i kod njih ostavlja negativne posljedice te nasilno ponašanje može biti signal da im je potrebna pomoć.**

## 3. PROMATRAČI VRŠNJAČKOG NASILJA

Prema istraživanju Peplera i Craiga (1995, prema Coloroso 2004), vršnjaci su u 85% slučajeva na neki način uključeni u epizodu nasilništva. Pri tome su u 81% slučajeva poticali nasilništvo, u 48% slučajeva su bili aktivni sudionici, a samo u 13% slučajeva



su intervenirali u smjeru prestanka nasilja. Postoji nekoliko razloga zbog kojih se promatrači ne odlučuju intervenirati. Neki od tih razloga uključuju strah da će biti ozlijeđeni, da će pogoršati situaciju ili i sami postati mete počinitelja, ne znaju što točno napraviti i kome se obratiti u situaciji kada se nasilje događa, stav „netko drugi će“ odnosno smatraju da nije njihova odgovornost da zaustave nasilje, nasilnika smatraju prijateljem, imaju negativan stav prema žrtvama (npr. On/a je gubitnika/ica, zaslužuje nasilje, tražio/la je to, nasilje će ga/ju očvrstnuti i sl.), ne žele biti izdajica itd. (Coloroso, 2004). Ne reagiranje na nasilje može potaknuti nasilno ponašanje i kod promatrača koji su i sami skloni nasilnom ponašanju jer vide da počinitelj ne snosi posljedice (Bilić, Buljan Flander i Hrpka, 2012). **S obzirom na visok postotak djece i mladih koji su uključeni kao promatrači, njihova reakcija je od iznimne važnosti u prevenciji vršnjačkog nasilja.**

## **ZAŠTO JE NASILJE VELIKI PROBLEM?**

Istraživanje Rajhvajn Bulat i Ajduković (2012) na uzorku srednjoškolaca u dobi od 15 do 18 godina identificiralo je 10,6% počinitelja, 17,9% žrtava te 19,9% počinitelja žrtava. U istraživanju na nacionalno reprezentativnom uzorku koje je obuhvatilo 2% djece i mladih u razdoblju rane i srednje adolescencije, rezultati su pokazali kako je 14,8% doživjelo, a 6,8% počinilo neki oblik vršnjačkog nasilja (Sušac, Rimac i Ajduković, 2016). Nadalje, kada se govori o učestalosti vršnjačkog nasilja, prema rezultatima istraživanja koje je provedeno na platformi School Education Gateway (2019), 47% sudionika je navelo da se vršnjačko nasilje događa povremeno (1 ili 2 puta mjesečno), 14 % da se događa 1 ili dva puta tjedno, a 4% njih je navelo da se događa svakodnevno. Također, iz dokumenta „Djeca na čekanju – dječja prava u vrijeme pandemije 2020.-2021.“ koji objavljuje Ured pravobraniteljice za djecu razvidno je kao se u 2020. i 2021. godini bilježi

manji broj prijava vršnjačkog nasilja u odgojno-obrazovnim institucijama obzirom da se nastava odvijala otežano pa je samim time bilo i manje kontakata među učenicima. S druge strane, u istom dokumentu se ističe povećanje online nasilja (cyberbullyinga) jer je povećano korištenje različitih online aplikacija u svrhu praćenja redovne nastave.

Nasilje sa sobom donosi i **brojne negativne posljedice** kao što su tjelesne ozljede, bolovi, teškoće sa zdravljem, gubitak samopouzdanja i samopoštovanja, negativna slika o sebi, neugodne emocije (tuga, ljutnja, sram, strah, krivnja, bespomoćnost), anksioznost, depresivnost, agresivnost, teškoće s koncentracijom, teškoće sa spavanjem, povlačenje i izolacija, nedostatak povjerenja u druge, zlouporaba sredstava ovisnosti, samoozljeđivanje, suicidalne misli i suicid.

## O PROJEKTU "I JA MOGU DRUGAČIJE!"

Projekt „I ja mogu drugačije!“ je projekt čiji je glavni cilj pridonijeti prevenciji svih oblika vršnjačkog nasilja na području Grada Zagreba i Koprivničko-križevačke županije. Nositelj projekta je Udruženje „Djeca prva“, a partneri na projektu su Učenički dom Križevci i Učenički dom Dora Pejačević. Projekt je financiran od strane Ministarstva znanosti i obrazovanja, a provodi se u razdoblju od listopada 2022. do kolovoza 2023. godine.

Specifični ciljevi projekta su:

- poticati nenasilno ponašanje učenika srednjoškolske dobi jačanjem njihovih socijalnih, kognitivnih i emocionalnih vještina
- osnažiti obitelji i širu društvenu zajednicu za nenasilno ponašanje informiranjem o važnosti i načinima prevencije nasilničkog ponašanja

- osnažiti djelatnike učeničkih domova za promicanje nenasilnog ponašanja u domskom okruženju

U okviru projekta, provedena su 2 ciklusa po 5 radionica univerzalne prevencije nasilja na kojima je sudjelovalo 30 učenika partnerskih učeničkih domova. Nakon provedenih radionica, učenici su se uključili i u informativnu kampanju prevencije nasilja gdje su sudjelovali u osmišljavanju i izradi sadržaja za informativne materijale i objave na službenim stranicama i društvenim mrežama naše Udruge. Kroz informativnu kampanju, učenici su podijelili svoja iskustva rada na projektu, saželi što su naučili te osmislili poruke za svoje vršnjake o tome kako pridonijeti prevenciji nasilja, kako prepoznati nasilje te kako reagirati u slučaju da se nasilje dogodi. Također, organizirana je **jednodnevna "Škola u prirodi"** za učenike i predstavnike partnerskih učeničkih domova i predstavnike naše Udruge. U sklopu škole u prirodi održana je radionica prevencije nasilja, a sudionici su se imali priliku upoznati, družiti, evaluirati zajednički rad te dogovoriti daljnje korake suradnje.

Naposlijetku, u sklopu projekta, **roditeljima su poslani informativni materijali vezani uz prevenciju vršnjačkog nasilja** te je za učenike i njihove roditelje koji se susreću s problemom nasilja (bilo da se nalaze u ulozi osobe koja trpi nasilje, osobe koja čini nasilje ili osobe koja promatra) u savjetovalištu Udruženja „Djeca prva“ **osigurano stručno savjetovanje** kao pomoć u prevladavanju problema povezanih s okolnostima nasilja.



# PREVENCIJA U PODRUČJU VRŠNJAČKOG NASILJA - PRISTUP NAŠE ORGANIZACIJE

Ključan dio našeg projekta predstavljale su radionice univerzalne prevencije za učenike srednjoškolske dobi koji su na smještaju u partnerskim učeničkim domovima. U pripremi i realizaciji radionica kombinirali smo dva pristupa, o kojima ćemo nešto reći u nastavku.

## 1. RAD NA INFORMIRANJU I OSVJEŠTAVANJU VAŽNIH SADRŽAJA VEZANIH UZ NASILJE MEĐU MLADIMA

Ovim smo pristupom željeli sudionicima pružiti informacije o različitim aspektima nasilja, da bismo im pomogli pravovremeno prepoznati nasilje, adekvatno se zaštititi i primjereno reagirati ako se nasilje dogodi.

### **a) Uzroci, posljedice i socijalni aspekti nasilja; upoznavanje s različitim vrstama nasilja**

Upoznajući se s temom nasilja, dio prostora u radu posvetili smo razmišljanju o uzrocima i posljedicama nasilja, s naglaskom na činjenicu da se radi o pojavi s kojom je povezana osobna, ali i društvena odgovornost, osobito kada se radi o prevenciji i tretiranju posljedica nasilja.

U radu s mladima fokus smo stavili na detaljnu analizu različitih vrsta nasilja: fizičko nasilje, cyberbullying, psihičko nasilje i nasilje u partnerskim odnosima. Cilj ovog zajedničkog promišljanja bio je osvijestiti koji postupci i ponašanja se ubrajaju u nasilje te po čemu su različite vrste nasilja specifične i kako se od njih zaštititi. Iskustvo rada u tom području naučilo nas je da mladi često nisu svjesni da su doživjeli nešto što se ubraja u nasilje ili da su možda oni sami na nasilan način postupali prema drugima,

osobito kada je riječ o psihičkom nasilju, što svakako ne znači da na nekoj razini nisu trpjeli posljedice takvih ponašanja.

### **b) Različite uloge u događaju nasilja**

Dio aktivnosti posvetili smo radu na razmišljanju o činjenici da u situaciji nasilja, osim žrtve, važnost ima i uloga počinitelja ali i uloga promatrača, odnosno svjedoka nasilnog događaja. Cilj je bio osvijestiti da nasilje ne ostavlja posljedice samo na žrtvi već i na sudionicima u ostalim ulogama. Govoreći o ulozi promatrača, poseban je naglasak stavljen na njihovu moć da podrže žrtvu i budu joj izvor socijalnog osnaživanja. U kontekstu uloge počinitelja nasilja, želja je bila osvijestiti da nasilni čin i za njega ima niz negativnih posljedica.

### **c) Što učiniti kada se nasilje dogodi**

Iako ova tema strogo gledano ne pripada primarnoj prevenciji, odnosno odnosi se na situaciju kada nasilje nažalost nije izbjegnuto nego se već dogodilo, smatrali smo da je važno učenicima prenijeti znanja i informacije o tome što učiniti u takvim okolnostima. Konkretno, razgovarali smo o tome na koje sve načine mogu reagirati te što je najvažnije, kome se sve mogu obratiti, s naglaskom na komuniciranje s odraslim odgovornim osobama. Učenicima je također podijeljen materijal koji sadrži popis i kontakte različitih ustanova i organizacija kojima se mogu javiti u situaciji nasilja, da bi primili podršku.

## **2. JAČANJE ZAŠTITNIH ČIMBENIKA NA OSOBNOJ RAZINI**

U ovom smjeru rada usredotočili smo se na izravno jačanje nekoliko zaštitnih čimbenika, da bismo sudionicima pomogli steći dodatnu otpornost i umanjiti šanse da će se naći u ulozi počinitelja i/ili žrtve nasilja.

### **a) Njegovanje zdrave i uravnotežene slike o sebi**

Podršku razvoju pozitivne i uravnotežene slike o sebi nastojali smo postići kroz poganje učenicima u stjecanju uvida u vlastite osobine i vještine, radi upoznavanja vlastitih jakih i slabih strana te osvještavanja kojim alatima u životu raspolažu, a koje bi u budućnosti htjeli steći ili dodatno razviti. Uz to, nastojali smo dodatno razviti svijest da je dobro samopoštovanje temelj zdravog funkcioniranja na svakodnevnoj razini te smanjuje vjerojatnost da će se osoba naći ne samo u ulozi žrtve već i u ulozi počinitelja nasilja.

### **b) Osvještavanje vlastitih potreba i granica; razvoj asertivnosti**

Dio aktivnosti posvećen je jačanju zaštitnih čimbenika koji dolaze do izražaja u izgradnji i održavanju zdravih i podržavajućih odnosa, s naglaskom na partnerske odnose. Svrha je bila pomoći sudionicima da upoznaju vlastite granice u odnosima ali i osvijeste da je dobro i opravdano čuvati te granice i reći 'ne' onda kada je to potrebno. Kroz rad na asertivnosti željeli smo im pružiti važan komunikacijski alat, zajedno sa sviješću da postoji vrijedna alternativa agresivnom i pasivnom pristupu komunikaciji i rješavanju problema.

### **c) Podrška razvoju empatije**

U svrhu jačanja empatije kao bitnom zaštitnom čimbeniku u prevenciji nasilja, sudionicima smo kroz kreativne tehnike nastojali pomoći da na produbljen način osvijeste težinu, ozbiljnost i trajan karakter posljedica nasilja za pojedinca i njemu bliske osobe.

Našim projektom dakako nismo obuhvatili sve moguće čimbenike koji umanjuju rizik od sudjelovanja u iskustvu vršnjačkog nasilja. Svjesni smo također da se radi o čimbenicima od kojih bi se svakome mogao posvetiti zaseban preventivni program. S obzirom na ograničeno vrijeme koje nam je bilo na raspolaganju, mi smo našim projektom mladima prije svega odlučili pružiti osnovne uvide, koji im mogu poslužiti kao temelj daljnjeg rada na sebi.





# ISKUSTVA UČENIKA KOJI SU SUDJELOVALI NA PROJEKTU

Učenici su bili zadovoljni provedenim radionicama te ističu kako su im se sviđele teme radionica, kreativni rad, otvorenost, komunikacija, ugodna i podržavajuća atmosfera, mogućnost izražavanja mišljenja i stavova, razmjena iskustava, primjeri iz prakse te savjeti koji im mogu koristiti u svakodnevnom životu.

Stečeno znanje na radionicama učenici su primijenili u informativnoj kampanji prevencije nasilja. Učenicima smo postavili nekoliko pitanja kako bismo saznali njihovo mišljenje o prevenciji nasilja, dojmove s radionica, što su naučili na radionicama te što bi poručili svojim vršnjacima i odraslima vezano uz prevenciju vršnjačkog nasilja. Odgovori učenika su objavljeni na službenoj stranici i društvenim mrežama naše Udruge za vrijeme trajanja informativne kampanje, a nastavku možete pročitati postavljena pitanja i odgovore koje smo dobili.

## 1. ZAŠTO JE VAŽNO EDUCIRATI SE O NASILJU?

Važno je jer žrtve nasilja imaju posljedice koje će biti s njima do kraja života.

Važno je educirati se kako bismo saznali načine da ga spriječimo te pomognemo žrtvama.

Da bismo znali kako ćemo ga spriječiti i nositi se s njim.

Da znamo što je loše, a što dobro.

Da bi ga bilo što manje u svijetu.

Važno je educirati se o nasilju da se nasilje ne bi ponavljalo.

Važno je educirati se zato što se nasilje događa kod nas u svijetu, zastupljeno je svugdje i jako je bitno znati o njemu.

Kako bismo ga znali prepoznati i pravovremeno ga spriječiti.

Zato da ga znamo spriječiti i naučiti o njemu.

Zbog prevencije i smanjenja nasilja.

Pa da znamo kako pomoći žrtvi i nasilniku.

Kako bismo ga znali prepoznati i spriječiti.

Da bismo ga mogli zaustaviti, prepoznali i pomogli žrtvi.

Da bismo znali postupiti u doticaju s nasiljem.

## 2. KOJE SU ZA TEBE NAJKORISNIJE INFORMACIJE S RADIONICA NA KOJIMA SI SUDJELOVAO/LA? ŠTO TI JE BILO KLJUČNO?

Da trebamo znati da nasilnik nije sretan i zadovoljan i da mi nikad ne zaslužujemo nasilje i da nismo krivi za ono što nam se događa od strane nasilnika.

Mislim da je najkorisnije bilo što mi kao promatrači možemo napraviti kako bismo pomogli. Ključno je pomoći!

Najkorisnije su informacije kako se boriti protiv nasilnika i kome to prijaviti.

Bilo mi je zanimljivo pričati o mentalnom nasilju.

To da moramo spriječiti nasilje da žrtva ne dobije traume.

Što napraviti ako vidimo nasilje.

Najkorisnije informacije su mi bile da možemo potražiti pomoć bilo gdje.

Kako reagirati u nasilju.

Najkorisnije informacije su mi neke nove informacije.

Učiti o različitim situacijama pomoću primjera.

Za mene su sve informacije poprilično korisne. Ključno mi je bilo to kakve su posljedice nasilja jer su one zaista najbitnije.

Prepoznati nasilje, vrste nasilja, spriječiti ga.

Vrste nasilja, za neka nisam ni sama znala da sam ih proživjela.

Prepoznavanje nasilja, kako pomoći žrtvi i sprječavanje daljnjeg širenja nasilja. Upoznavanje s nasiljem.

### 3. ŠTO BI HTIO/HTJELA DA TVOJI VRŠNJACI KOJI NISU SUDJELOVALI NA RADIONICAMA ZNAJU O NASILJU/ZAŠTITI O NASILJA?

Nasiljem nikad neće dobiti ono što žele.

Nasilje nikad nije rješenje. Nasilje nije opravdano.

Pa mislim da oni već većinu znaju samo što smo mi ovdje pričali malo više u detalje o nasilju.

Da nije nasilje samo udaranje i vrijeđanje nego još puno toga, a većina njih i dalje to nije spoznalo.

Htjela bih da znaju sve o nasilju, ali ipak provodi se jako puno radionica danas o nasilju te bismo trebali dosta toga već do sada znati.

Htio bih da im ispričamo što se zbilo na radionicama.

Da žrtva ima posljedice i traume.

Da znaju da nisu sami te da se uvijek mogu nekome obratiti.

Htjela bih da shvate da nasilje ima velike posljedice na žrtvu. I da iako ne sudjelujemo u nasilju ne znači da ga ne trebamo spriječiti.

Kome se obratiti, kako pomoći žrtvi ili sebi.

Uvijek se može riješiti, **NE VRŠITI GA!**

Najbitnije je prepoznati nasilje bili žrtva ili počinitelj i znati kako postupiti i komunicirati da se to riješi.

Da znaju da je to samo slabički način da na nekog ispraznimo svoje nezadovoljstvo.

Da se nasilje ne rješava nasiljem.

## 4. ŠTO BI PORUČIO/LA ODRASLIMA? KAKO ODRASLI MOGU DOPRINIJETI SMANJENJU NASILJA MEĐU MLADIMA?

Trebaju razgovarati sa svojom djecom.

Odraslina poručujem da ako su u stanju da paze na svoju djecu jer nikad ne znaju što se događa.

Da paze što im djeca rade i kako se ponašaju jer problematično dijete ili nasilnik dolazi iz obitelji koja ga nije dobro odgojila.

Da pričaju sa njima i da odgajaju djecu bez nasilja.

Treba više razgovarati.

Možda bi doprinijelo da roditelji pitaju dijete kako je bilo u školi.

Odrasli mogu doprinijeti smanjenju nasilja tako da to sve rješavaju razgovorom sa svojim vršnjacima ili nekim drugim osobama.

Trebaju razgovarati sa svojom djecom, ali tu je i odgoj koji najviše doprinosi. Ako nešto primijete trebaju pitati djecu i ne odustajati dok ne dobe odgovor šta se dešava.

Trebaju shvaćati nasilje ozbiljno, jer neki roditelji misle da je to njihovoj djeci samo šala, ali zbog nekih nasilnika djeca si oduzimaju život.

Od malih nogu učiti djecu da nasilje nije pozitivno. Mogu doprinijeti izradom zanimljivih i korisnih edukacija o nasilju.

Npr. kad naprave glupost ne udariti ih već s njima popričati u vezi tog.

Roditelji moraju prepoznati nasilje, pružiti podršku, saslušati i znati postupiti.

Razgovor sa svojom djecom.

Razgovor s djecom ozbiljno shvaćanje nasilja.

## 5. KAKO TI JE BILO NA RADIONICAMA? KOJI SU TVOJI DOJMOVI S RADIONICA?

Bilo je zanimljivo.

Bilo je dobro.

Bilo je dobro, neke teme su bile zanimljive.

Bilo mi je lijepo. Zanimljivo nije samo što se odvija navečer jer ujutro ne mogu toliko duboko misliti.

Na radionici mi je bilo jako zabavno i poučno.

Bilo je korisno.

Bilo mi je malo dosadno, ali korisno.

Bilo mi je dobro. Radionica je korisna i zanimljiva.

Radionice su zanimljive, imaju zanimljivu temu. Iznenađen sam koliko sam toga naučio iz ovih radionica.

Sve je bilo super! 😊

Radionica mi se jako sviđjala, bilo mi je zabavno.

Radionice su bile poučne, zanimljive i kreativne. Naučili smo puno o nasilju, vrsti nasilja i kako ga spriječiti.

SVE nam se sviđjelo!

Radionice su poučene, zanimljive, ugodna atmosfera i možemo biti otvoreni.

Jednodnevna Škola u prirodi organizirana je nakon provedenog ciklusa radionica univerzalne prevencije nasilja, a na njoj su sudjelovali učenici, stručnjaci partnerskih domova i predstavnici naše Udruge. Učenicima se sviđjelo „druženje u prirodi, upoznavanje mladih, rad s učenicima drugih učeničkih domova, otvorenost voditelja, ugodna atmosfera te mogućnost sudjelovanja u boljem životu za mlade.“

Na radionici prevencije nasilja koja je održana u sklopu Škole u prirodi, potaknuli smo učenike da razmisle kome bi se sve obratili vezano uz prevenciju nasilja i što bi poručili. Odabrali su tri skupine kojima će se obratiti: mladi, stručnjaci koji rade s mladima i gradska uprava. U nastavku pročitajte što mladi poručuju svakoj od navedenih skupina.

## MLADI

ne okrivljuj sebe

prijavi nasilje

povjeri se bliskim osobama

potraži stručnu pomoć

razmišljaj pozitivno

poštuj i voli sebe

boravi u prirodi

bavi se sportom

volontiraj

## STRUČNJACI

potrebna je temeljita provjera i procjena stručnjaka koji rade s djecom i mladima

stručnjaci se trebaju dodatno educirati za rad s mladima

## GRADSKA UPRAVA

potrebno je zapošljavanje više stručnjaka koji rade s mladima

potrebno je organizirati predavanja i edukacije za mlade

potrebno je okupljati mlade i organizirati druženja



## ISKUSTVA VODITELJA PROJEKTNIH AKTIVNOSTI

S obzirom na raširenost vršnjačkog nasilja odnosno visoke brojke mladih koji doživljavaju, čine ili promatraju nasilje, od velike su važnosti projekti i programi usmjereni prevenciji nasilja, baš kao što je projekt „I ja mogu drugačije!“. Kroz projekte aktivnosti, projekt pozitivno djeluje na učenike, ali i na roditelje i stručne djelatnike učeničkih domova jer su i oni važna karika u prevenciji nasilja.

*Bilo nam je zadovoljstvo voditi radionice univerzalne prevencije! Radionice su bile sveobuhvatne na način da su objedinile informiranje o oblicima nasilja i kako reagirati kada se nasilje dogodi te su bile usmjerene jačanju socijalnih i emocionalnih vještina koje su bitne u prevenciji nasilja. Učenici su pokazali interes za teme vršnjačkog nasilja, aktivno su sudjelovali u aktivnostima, uključivali se u raspravu te međusobno dijelili svoje stavove i iskustva. Bilo je zanimljivo čuti mišljenja učenika vezano uz vršnjačko nasilje kao i ideje što je potrebno poduzeti u prevenciji nasilja. Također, posebno bismo istaknuli Školu u prirodi, kao završnu projektnu aktivnost, gdje su se učenici i stručnjaci partnerskih učeničkih domova i Udruženja „Djeca prva“ imali priliku međusobno upoznati, družiti, razgovarati o važnosti i načinima prevencije nasilja te razmijeniti iskustva.*

Smatramo da je potrebno i dalje razvijati i provoditi slične projekte i programe u koje će biti uključeni učenici, roditelji i stručnjaci koji rade s mladima. Potrebno ih je uključiti u proces osmišljavanja projekata i programa odnosno istražiti što im je potrebno kako bi se osjećali osnaženo za djelovanje u području prevencije nasilja. Kreiranje i provedba projekata i programa koji djeluju na više razina odnosno uključuju rad i s učenicima ali i roditeljima i stručnjacima pridonosi uspješnoj prevenciji vršnjačkog nasilja.

Jedan od vrijednih uvida koje smo dobili kroz povratne informacije od samih korisnika je njihova želja da se u budućim radionicama još veći naglasak stavi na iskustvene aktivnosti. Ovu informaciju smatramo vrijednim poticajem da teorijske sadržaje i neizostavan proces prenošenja informacija u budućem radu nastojimo realizirati kroz konceptualizaciju iskustava stečenih u provedenim aktivnostima i diskusiju sa sudionicima radionica.

Zahvaljujemo svim učenicima i stručnim djelatnicima partnerskih učeničkih domova na aktivnom sudjelovanju u aktivnostima projekta i njihovom kreativnom doprinosu!



# LITERATURA

- Becciu M. i Colasanti A. R. (2016). *Prevenzione e salute mentale: Manuale di psicologia preventiva*. Milano: FrancoAngeli.
- Bilić, V., Buljan Flander, G. i Hrpka H. (2012). *Nasilje nad i među djecom*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Bilić, V. i Karlović, A. (2004). *Nasilje među djecom*. Zagreb: Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba.
- Cesar, S. (2016). *Nasilne veze su bezveze*. Zagreb: CESI – Centar za edukaciju, savjetovanje i istraživanje.
- Coloroso, B. (2004). *Nasilnik, žrtva i promatrač*. Zagreb: BIOS.
- MacDonald, G. (2006). What is mental health?. U M. Cattan i S. Tilford (Ur.), *Mental health promotion: A lifespan approach* (str. 8-32). UK: McGraw-Hill Education.
- Martinis, O., Fajdetić, M., Tot, D. i Ništ, M. (2013). *Zdravstveni odgoj: Priručnik za učitelje i stručne suradnike u osnovnoj školi*. Zagreb: MZO/AZOO.
- Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti (2004). *Protokol o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima*. Preuzeto 23.6.2023. s adrese: <http://bitly.ws/Jo2i>.
- Nastavno - klinički centar Edukacijskog rehabilitacijskog fakulteta (2021). *Putokaz za uspješno savladavanje izazova odrastanja*. Preuzeto 23.6.2023. s adrese: <https://centar.erf.unizg.hr/dan-borbe-protiv-vrsnjackog-nasilja/>.
- Prilog Izvješću pravobraniteljice za djecu za 2021. godinu. *Djeca na čekanju - dječja prava u vrijeme pandemije 2020.-2021.*, preuzeto 20.7.2023. godine s adrese: <https://dijete.hr/hr/izvjesca/%20izvjesca-o-radu-pravobranitelja-za-djecu/>
- Rajhvalj Bulat, L. i Ajduković, M. (2012). Obiteljske i psihosocijalne odrednice vršnjačkog nasilja među mladima. *Psihologijske teme*, 21(1), 167-194.
- School Education Gateway (2019). *Anketa o vršnjačkom nasilju u školama – Rezultati*. Preuzeto 20.7.2023. s adrese: <https://www.schooleducationgateway.eu/hr/pub/viewpoints/surveys/poll-on-school-bullying.htm>.
- Sušac, N., Rimac, I. i Ajduković, M. (2016). Učestalost vršnjačkog nasilja s obzirom na obilježja adolescenata i doživljeno nasilje u obitelji. *Psihologijske teme*, 25(2), 197-221.
- Veliki, T. (2012). Uloga nekih obiteljskih čimbenika u pojavi nasilja među djecom. *Psihologijske teme* 21(1), 29-60.



[www.djeca-prva.hr](http://www.djeca-prva.hr)