

## Co robić, gdy ktoś dokucza mojemu dziecku?

Dokuczanie to forma przemocy psychicznej, jest – niestety – szczególnie popularne w wieku wczesnoszkolnym (7-9 lat). Dlaczego tak się dzieje? – Przyczyn można upatrywać w wielu czynnikach: brak autorytetu w postaci [szkoły](#), doświadczenia anonimowości w Internecie i uczenia się tam różnych form przemocy werbalnej z ograniczoną odpowiedzialnością, a także poczucie osamotnienia dzieci związanego z rosnącą liczbą rozwodów i bardziej aktywnymi zawodowo a więc nieobecnymi rodzicami – tłumaczy Małgorzata Ohme, ekspertka kampanii Cartoon Network [Bądź kumplem, nie dokuczaj](#).

Małgorzata Ohme

ekspertka kampanii Cartoon Network

*– Problem polega na tym, że wiele dzieci milczy. Są zastraszone w szkole, a więc boją się reakcji rodzica, który nagłośni temat, co może dodatkowo eskalować dokuczanie.*

Co gorsza, [dziecko](#), które doświadcza dotkliwego dokuczania, pozostaje samotne z tym problemem. Rówieśnicy boją się zareagować, dorośli nie budzą zaufania dziecka jako źródło pomocy. Dzieci boją się być posądzone o donoszenie, co może ich zdaniem dostarczyć dręczycielowi kolejnych powodów do [przemocy](#).



**DLACZEGO MOJE DZIECKO  
JEST DRĘCZONE?**

*Zadaj sobie konkretne pytania:*

- Czy istnieje jakiś realny problem po stronie mojego dziecka?
- Czy zachowuje się dziwnie?
- Czy prowokuje swoim zachowaniem?
- Czy ma jakąś „wadę”, która wzbudza negatywne odczucia innych?
- Jak radzi/nie radzi sobie w grupie?


The infographic features a yellow line drawing of a child sitting on the floor with their head buried in their arms, looking sad. The text is in white and yellow on a black background.

Zaczyna się zwykle niewinne, uległość dziecka prowokuje do coraz intensywniejszej przemocy psychicznej. „Wyśmiewają się ze mnie, cokolwiek nie powiem. Przestałem się zgłaszać na lekcjach”. “Szepnął mi do ucha: jesteś żalonym frajerem, twój brat jest pojebem”. To częste relacje dzieci, które doświadczyły piekła przemocy szkolnej.

Najczęściej doświadczają więc dokuczania dzieci uległe, wychowane w nadmiernej uprzejmości, bojące się bronić własnego zdania czy zareagować złością. “Przecież to takie grzeczne dziecko”, “on by muchy nie skrzywdził” - zastanawia się ojciec czy matka, szukając źródeł przemocy. Niestety, zbytnia spolegliwość prowokuje do agresji. Tak jak to, że dziecko jest nadwrażliwe, lękowe lub niedojrzałe.

## JAK REAGOWAĆ NA PROBLEMY Z DOKUCZANIEM U DZIECKA?

*Kiedy tylko zauważymy niepojęce zachowanie dziecka powinniśmy:*



- 1** *Zacząć od wywiadu środowiskowego.*
- 2** *Podpytać zaprzyjaźnionych rodziców, zaufanego kolegę lub nauczyciela w szkole.*
- 3** *Porozmawiać z dzieckiem, ale bardzo delikatnie i taktownie.*

– Obiektem agresji często staje się nowy w klasie, przegrany w walce o władzę, otyły, czy posiadający widoczne defekty takie jak tiki, jąkanie czy seplenienie. Grupa prawie zawsze czegoś takiego potrzebuje, jednoczy się przeciwko “wrogowi”. A bywa tak, że te same dzieci, wobec których stosuje się zbyt autorytarne metody wychowania czy nawet przemoc - zamiast kontynuować rolę ofiary w szkole, stają się oprawcami, by odreagować. Tak tworzy się łańcuszek agresji – wyjaśnia Małgorzata Ohme.

Rodzic dziecka, które doświadczyło dokuczania, powinien sobie odpowiedzieć na kilka pytań. Oto najważniejsze z nich:

- 1. Czy istnieje realny problem po stronie mojego dziecka?**
- 2. Czy zachowuje się dziwnie?**
- 3. Czy prowokuje swoim zachowaniem?**
- 4. Czy ma jakąś „wadę”, która wzbudza negatywne odczucia innych?**
- 5. Jak radzi/nie radzi sobie w grupie?**

Dziecko na początku ma poczucie krzywdy i niesprawiedliwości. Im dłużej jednak pozostaje w roli ofiary, tym bardziej szuka winy w sobie. „Może rzeczywiście jestem gorszy? Przecież jestem najwolniejszy w bieganiu”, „niczego nie potrafię, pewnie dlatego się ze mnie wyśmiewają” - tak często dziecko zaczyna identyfikować się z rolą ofiary, dlatego bardzo ważne jest, by jak najszybciej zidentyfikować problem. Nie jest to jednak takie proste.

Jak więc poznać, że twoje dziecko doświadcza przemocy psychicznej w szkole? – Problem polega na tym, że wiele dzieci milczy. Są zastraszone w szkole, a więc boją się reakcji rodzica, który nagłośni temat, co może dodatkowo eskalować dokuczanie – tłumaczy Małgorzata Ohme.

**Jak prowadzić rozmowę z dzieckiem?**  
**Przykłady:**

“ Wydaje mi się, że coś cię męczy, jesteś smutny ostatnio.  
Chyba coś zaprzęta twoje myśli. Wydaje mi się, że coś się dzieje, o czym nie mówisz.  
Nie chcesz o tym rozmawiać, rozumieć, ale chcę abyś wiedział, że rodzice są po to by pomóc. jeśli obawiasz się mojej reakcji, obiecuję, że skonsultujemy, w jaki sposób mogę ci pomóc.  
Możesz mi zaufać, jeśli nie dasz mi swojej zgody, nikomu nie powiem.”

Możemy jednak wyróżnić główne objawy, które mogą świadczyć o tym, że nasze dziecko jest w szkole dręczone. To:

- 1. Rosnąca niechęć do szkoły. Jeśli twoje dziecko otwarcie mówi, że szkoła jest głupia, wszystko jest tam głupie oraz kategorycznie odmawia chodzenia do szkoły.**
- 2. Bóle brzucha, głowy, wymioty, osłabienie. Występują najczęściej przed pójściem do szkoły lub po dłuższej przerwie związanej ze świętami czy chorobą.**
- 3. Dziwne zachowanie dziecka. Zaczynamy podświadomie czuć, że coś przed nami ukrywa.**
- 4. Nie chce zapraszać kolegów i wychodzić. Niechętnie reaguje na nasze zachęty dotyczące życia towarzyskiego związanego z kolegami ze szkoły.**

**Jak sobie radzić, jeśli dziecko doświadcza dokuczania w szkole ?**

Zacznijmy od wywiadu środowiskowego. Podpytajmy zaprzyjaźnionych [rodziców](#), zaufanego kolegę lub nauczyciela w szkole. Warto zajrzeć również na [Facebooka](#) dziecka – jeśli go ma – czy nie ma śladu korespondencji nt. dokuczania w szkole. Do rozmowy podejźmy delikatnie i taktycznie. - Zacznijmy od „wydaje mi się, że coś cię męczy, że jesteś ostatnio smutny”. Albo „chyba coś zaprzęta twoje myśli. Wydaje mi się, że coś się dzieje, o czym nie mówisz”. Gdy dziecko milczy, można dodać „Nie chcesz o tym rozmawiać, rozumiem, ale chcę abyś wiedział, że rodzice są po to, by pomóc”, albo „możesz mi zaufać, nikomu nie powiem” - radzi Małgorzata Ohme. Chodzi to oczywiście o zminimalizowanie lęku dziecka.

**Pierwsze symptomy czyli jak zauważyć, że coś się dzieje?**

- Rosnąca niechęć do szkoły,
- Objawy psychosomatyczne: bóle brzucha, głowy, wymioty, osłabienie,
- Zaczynamy podświadomie czuć poprzez dziwne zachowanie dziecka, że coś ukrywa,
- Niechętnie reaguje na nasze zachęty, by zaprosiło kolegów lub gdzieś wyszło.



Jeśli okaże się, że coś jest na rzeczy – porozmawiajmy dyskretnie z wychowawcą i psychologiem. Potrzebna może okazać się mediacja pomiędzy uczniami czy warsztaty klasowe. Niezbędny może okazać się dobry psycholog, w celu ocenienia szkód emocjonalnych, jakie poniosło dziecko. Czy identyfikuje się z rolą ofiary, czuje gorsze od innych?

Niezbędna może okazać się praca terapeutyczna w grupie pod okiem terapeuty. Dziecko mogłoby przy nim nauczyć się niezbędnych zachowań asertywnych, komunikowania emocji i potrzeb oraz wchodzenie w inne role niż ofiary wśród rówieśników.

W przypadku dodatkowych pytań i wątpliwości związanych z problemem dokuczania organizatorzy kampanii [Bądź kumplem, nie dokuczaj](#) zachęcają do dzwonienia pod numer 800 100 100. To telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci. W trakcie trwania akcji każdy będzie mógł anonimowo uzyskać fachową pomoc – telefonicznie lub online.

**A co, jeśli to nasz aniołek zamienia się w diabła?**

Zdarza się i tak, że to nasze dziecko dręczy inne dzieci. Nie można jednak w żadnej mierze myśleć, że oto wyrósł nam w domu oprawca. To bowiem także tylko rola, którą przyjmuje nasze dziecko. Może tak być z powodu panującego w domu napięcia. Być może buduje swoją siłę i samoocenę w szkole. Warto tu poprosić o pomoc specjalistę.

Z całą pewnością nie wolno jednak stawiać przeciwko dziecku. I tak będzie ono miało w szkole samych przeciwników. To że robi złe rzeczy nie oznacza jeszcze, że jest złe. Rodzic powinien wtedy pokazać, że dziecko zawsze może liczyć na jego pomoc.

Źródło: <https://mamadu.pl/126317,dokuczanie-w-szkole-rosnie-lawinowo-jak-sobie-z-tym-radzic#>