

Психичко (вербално) и социјално насиље

Насиље представља сваки облик понашања које има за циљ узастопно и намерно повређивање или наношење бола, било психичког или физичког, контролу друге особе помоћу средстава силе, манипулације и разних злоупотреба. За разлику од насилног, агресивно понашање је једнократно, може бити само неконтролисана реакција или одбрана. Насилно понашање има обично исти или сличан садржај, траје дужи временски период и насилник има моћ над жртвом.

Такође треба разликовати реактивно од проактивног насиља. Реактивно насиље је реакција на доживљену провокацију, претњу, угрожавање. Реактивни насилник је импулсивна особа која лако плане, раздражљива је и непријатељски настројена према другима (туђа понашања интерпретира као понашања с лошом намером). Проактивно насиље је независно од доживљене провокације. Насиље је инструмент зарад остваривања неког, не нужно агресивног циља (остваривање моћи). Агресија је промишљенија, него што је реактивна. Проактивни насилник је уверења да се агресија исплати, емоционално је хладан и са ниском емпатијом уз бољу контролу емоција.

Психичко насиље, вербално као део психичког насиља или социјално насиље уско су повезани и испреплетани тако да су често жртве вербалног насиља, истовремено и жртве ширег психичког или социјалног насиља. Ове врсте насиља немају „видљиве“ трагове, па их је зато теже уочити. А ипак, најраспрострањеније су. Насиље може бити директно и подразумева отворене нападе на жртву укључујући ругање, понижавање, вређање, критиковање, наређивање, захтеве за подређеношћу, претње, провоцирање, називање подругљивим именима, изнуђивање... или индиректно, много суптилније, које је теже уочљиво (њему су склоније ученице), спроводи се у облику друштвене изолације и намерног искључивања из групних активности, оговарање...

Већина ученика макар је једном била изложена неком облику психичког или социјалног вршњачког насиља. Истраживања показују да су најзаступљенији вербално насиље, сплеткарење и ширење лажи, а затим претње и застрашивања.

Како се разликује уобичајена расправа од психичког насиља?

Иако може деловати да разлике између свакодневног конфликта и насилног понашања практично и нема, граница је врло јасно дефинисана. Ако су у расправи једна и друга страна равноправне, тако да једна особа другој може нешто да замери, да се наљути, онда говоримо о конфликту. Међутим, ако је једна особа увек моћнија од друге, па онда друга мора да ћути, мора да прихвати услове које поставља друга особа, тада говоримо о насиљу.

Како се препознаје психичко (вербално) насиље?

Вербално насиље је сваки вид исмевања, називање погрдним именима, ругање, омаловажавања, вређање, добацавање, претња или викање на другог. Први сигнал да је особа жртва ове врсте насиља јесте да се осећа лоше, обесхрабрено, да нема поверења у себе, иако не види неке очевидне разлоге за то. Важно је знати да свако, у било ком тренутку и без обзира да ли је тога свестан може бити жртва било ког облика насиља, а поготову психичког (вербалног).

Социјално насиље се дешава када се неко искључује из групних активности, оговара, када се причају лажи о некој особи, или се наговарају други да се с том особом не друже. Примарни циљ социјалног насиља је угрожавање социјалних односа и самопоштовања. Жртве социјалног насиља су ученици који су изоловани из друштва, игнорисани од стране другова, трпе шиканирање, оговарање и сплеткарење, о њима се измишљају разне приче које обично немају леп и истинит садржај (ширење лажи и трачева).

Ширење гласина - трач

У свакодневном животу трач је тешко избећи. Већина одраслих и деце често чују трачеве или и сами трачаре у различитим ситуацијама - у школи, кафићу ... Трачарење је уобичајен начин разговора међу вршњацима и у већини случајева је безопасан. Међусобна размена различитих мишљења и ставова може бити забавна, а можемо и пуно тога да научимо о себи и другим људима. Такође, циљ трача понекад може бити покушај скретања пажње. Међутим, важно је знати да стално ширење гласина и непотврђених информација може имати и ружне последице. Људи се могу осетити повређено, пријатељи могу постати непријатељи, прекидају се љубави... Таквом трачу намера је омаловажавања, а често се користи као освета или претња.

Истраживања показују да трач, оговарање, причање и ширење лажи као облик агресивности, чешће користе девојке, али је и врста насиља коју више трпе девојке, док су дечаци склонији физичком сукобу. Разлог за ове разлике неки аутори налазе у природи вршњачких група. Истичу да су девојке усмереније на однос са пријатељима, па зато кад су повређене или разочаране користе облике агресије који нарушавају пријатељство (на пример губљење поверења или избацавање из групе). Њима су пријатељства емоционално важнија, па их зато и сам трач може јако повредити. Супротно томе, дечацима је циљ постизање доминације, па су зато видљивије и отвореније агресивни (ударање, туча), а ређе користе ширење гласина.

Како реаговати када сте жртва трача?

- Немојте се са иницијатором трача расправљати или свађати у јавности. Изазивање сцене или заузимање одбрамбеног става само ће им потврдити да су били у праву кад су покренули трач. Најбоље је избегавати их и не говорити ништа. Али, ако не можете

да се суздржете, желите нешто да кажете, сачекајте да вас прође почетни шок и љутња. Кад се смирите, можете се упустити у разговор.

- Уколико трач дође до вас, можете рећи нешто попут: " А то се прича о мени? Баш ме занима зашто би се неко толико мучио око ширења неистина?" Учинак овакве реакције је двојак: то што се не браните показује другима да немате шта да кријете, а уз то одговорност за трач пребацујете на онога ко трачари (околина се може запитати постоји ли скривена намера).
- Ако вас питају да ли је трач тачан, можете одговорити " Наравно да није, али бих волео/ла да знам зашто је неко то измислио".
- Искажите своја осећања пред родитељима или неким блиским особама. На тај начин ћете се лакше суочити са вршњацима и нећете реаговати љутњом , која би могла довести и до других облика насиља.
- Немојте никада да враћте истом мером, јер на тај начин и ви бисте вређали и наносили штету неком другом, а насиље се не би прекинуло. Враћање истом мером би могло довести до повећаног и дуготрајнијег насиља, које онда може имати и пуно озбиљније последице.
- Запамтите да без обзира шта кажете или учините, неки људи ће и даље веровати трачу. Циљ је да последице сведете на најмању могућу меру, али немогуће је апсолутно свакога уверити у вашу страну приче.

Улога ученика који посматрају насиље

Већина ученика у одељењу или школи не чине стално насиље нити су стално жртве насиља. Ипак, многи су често у ситуацији да посматрају своје другове како се туку, свађају или вређају.

Учестало мишљење је да ученици "посматрачи" остају неутрални или да покушавају да помогну жртви када виде да се насиље догађа.

Нажалост, често се дешава да ученици који посматрају насиље стану на страну насилника, а понекад постану и активни учесници насиља.

Постоји више објашњења зашто се то догађа:

- насилници уживају углед међу вршњацима (остали ученици им се диве)
- утицај насилника је снажнији ако посматрач има осећај несигурности и не уклапа се лако у друштво
- посматрач може да се боји да ће му се насилници осветити или да ће неког од својих другова довести у невољу, ако би покушао да спречи насиље
- посматрач је склонији укључивању ако има утисак да је насилник на неки начин награђен за своје понашање
- посматрач се осећа мање одговорним и кривим за оно што чини кад је део групе
- код неких ученика постоји страх да ће их вршњаци избацити из друштва ако се не понашају на сличан начин као и они

- многи жртву сматрају одговорном за насиље јер је изазивала, мање им је симпатична или је виде у негативном светлу, па јој зато теже притичу у помоћ
- многи мисле да се ништа не би променило ако би покушали да спрече насиље
- међу ученицима често постоји јак отпор према информисању наставника о појавама насиља
- неки ученици се брину да неће бити заштићени ако се умешају
- неки ученици осете олакшање када нису мета и често се удаље од жртве, смањујући емпатију и олакшавајући себи склањање из ситуације

Како би ученици посматрачи увидели да и они могу да спрече насиље у школи, наставници треба да:

- нагласе и објасне ученицима како њихово понашање може да подстакне или обесхрабри насилника (ако ћуте о насиљу, ако стану на страну насилника или постану активни учесници насиља свакако ће га охрабрити)
- нагласе да о сваком насиљу обавесте одраслу особу и да никада на насиље не одговарају насиљем
- објасне да су ученици посматрачи одговорни за своје понашање у ситуацијама вршњачког насиља (морају бити свесни да ће сносити негативне последице ако не обавесте одраслог, ако се придруже насилнику у изругивању или задиркивању другова, ако се смеју или на неки други начин учествују у вршњачком насиљу)
- организују рад у одељењу тако да охрабре развијање позитивних односа између ученика, јер ће тада пре да помогну једни другима и неће толерисати насиље

Вербално и социјално насиље су разлог за озбиљну забринутост, јер се таква врста насилног понашања веома тешко препознаје и искорењује. Разлог за то су недовољна осетљивост на ову врсту насиља, али и бројни негативни узорци којима су млади окружени. Комуникација одраслих је такође засићена вербалним насиљем, као што је и велики негативан утицај медија, тако да треба говорити о „**култури насиља**“, на коју су се сви навикли и на коју постоји висок степен толеранције, иако толеранција на насиље треба да буде једнака нули!