NE MARAM ZAFRKAVANJA

dr. Mateja Hudoklin, univ. dipl. psih., spec. klin. psih.

Vsak od nas se iz osnovnošolskih dni verjetno spomni, kako se je nekdo od sošolcev ali sošolk z opazko, pripombo obregnil ob naša nova očala, drugačne hlače, novo pričesko, dobre ocene, sestrico ali bratca in tako naprej. Seznam stvari, zaradi katerih smo bili lahko tarča opazk, posmehovanja, je zelo dolg. In verjetno so še vedno nekje globoko v nas potlačeni neprijetni občutki. Takšno ravnanje vrstnikov smo si vsekakor zapomnili, tudi če se nam zdaj, po mnogih letih, zdi povsem nedolžno.

**Zbadanje kot del medvrstniškega nasilja**

Podobne situacije doživljajo tudi naši otroci. Imamo pa danes do tega drugačen odnos, kot smo ga imeli v preteklosti. Danes vemo, da so lahko takšne opazke, zafrkavanje, žaljenje del medvrstniškega nasilja, ki lahko pušča pri otroku v času dogajanja in v kasnejših letih negativne in dolgotrajne posledice. V zadnjih desetletjih smo kot družba postali občutljivejši za pojavljanje najrazličnejšega nasilja med otroki in na splošno, hitreje ga prepoznamo in tudi naše odzivanje nanj je bolj usmerjeno in dosledno.

Tovrstno besedno nasilje je sicer del repertoarja odzivanja v medosebnih odnosih. Pravil, ki veljajo v odnosih in slonijo na različnih vrednotah, se otroci učijo tudi od odraslih, različne situacije pa služijo preizkušanju teh pravil. To so dragocene učne izkušnje za vse udeležene – žrtve se učijo, kako postaviti mejo tovrstnemu obnašanju, kako se zaščititi, storilci pa spoznavajo, da imajo dejanja posledice, da lahko nekoga prizadenejo in mu povzročijo bolečino. Pomembno je, da se otroci ob vsem tem naučijo tudi, kako lahko napake popravijo.

**Odklanjanje šole kot posledica medvrstniškega nasilja**

Če besedno nasilje s strani vrstnikov kar traja in se mu pridružijo tudi druga neustrezna vedenja (npr. izločanje iz igre oziroma druženja, poseganje v osebni intimni prostor, odtujevanje lastnine, morda tudi fizično nasilje), hkrati odrasli tega ne prepoznajo, se lahko pri otroku čustvena stiska stopnjuje. Pojavljati se lahko začne izogibanje določenim situacijam in osebam. Starši morda težave pri otroku opažajo pri jutranjem odhajanju od doma, lahko se spremeni njihovo vedenje doma in v šoli – postanejo razdražljivi, zaprti vase, jokavi, trmasti, več je izbruhov jeze. Večkrat (sploh mlajši) otroci ne znajo oziroma ne zmorejo ubesediti, kaj se jim dogaja v šoli in kaj je razlog za njihovo slabo počutje. Lahko se pojavljajo tudi telesne težave – bolečine v trebuhu, glavoboli, slabost. Dlje kot vse skupaj traja, izrazitejše so otrokove težave.

**Kako lahko pomagamo starši?**

Vsak starš zelo verjetno najprej pomisli, da bi otroka lahko obvaroval pred tovrstnimi izkušnjami. To je seveda nemogoče. Poleg tega otrok tovrstne izkušnje potrebuje, da gradi svojo psihološko trdnost in odpornost. Skozi redne pogovore z otrokom lahko zvemo, kaj se dogaja. Če smo kot starši pozorni na spremenjeno vedenje otroka doma, je to lahko iztočnica za usmerjen pogovor z otrokom. Naslednji korak je starševa ocena situacije – je to nekaj, kar bo otrok ob podpori odraslih zmogel reševati sam, ali bo potrebno posredovanje? Z otrokom se pogovorimo o možnih načinih, kako se lahko odzove v takšni situaciji, kako se lahko ustrezno zaščiti. Tudi z učiteljem ali učiteljico se pogovorimo, kako lahko v šoli naslovijo takšno dogajanje. Pomembno je, da otrok spoznava različne perspektive posameznih situacij in razume, da lahko različne osebe isto situacijo doživljajo različno. Obenem starši otrokom pomagamo, da ozaveščajo občutke drugih in se jih učijo upoštevati. Tako se opremljajo z nujno »opremo« za kakovostno in izpolnjujoče življenje v skupnosti.